Series : EFGH/S

SET ~ 4

रोल नं.
Roll No.

प्रश्न-पत्र कोड
Q.P. Code **37/S**

परीक्षार्थी प्रश्न-पत्र कोड को उत्तर-पुस्तिका के मुख-पृष्ठ पर अवश्य लिखें।
Candidates must write the Q.P. Code on the title page of the answer-book.

गृह विज्ञान
HOME SCIENCE

*निर्धारित समय : **3** घण्टे* — *अधिकतम अंक : **70***

*Time allowed : **3** hours* — *Maximum Marks : **70***

नोट / NOTE #

(I)	कृपया जाँच कर लें कि इस प्रश्न-पत्र में मुद्रित पृष्ठ **19** हैं। Please check that this question paper contains **19** printed pages.
(II)	प्रश्न-पत्र में दाहिने हाथ की ओर दिए गए प्रश्न-पत्र कोड को परीक्षार्थी उत्तर-पुस्तिका के मुख-पृष्ठ पर लिखें। Q.P. Code given on the right hand side of the question paper should be written on the title page of the answer-book by the candidate.
(III)	कृपया जाँच कर लें कि इस प्रश्न-पत्र में **35** प्रश्न हैं। Please check that this question paper contains **35** questions.
(IV)	**कृपया प्रश्न का उत्तर लिखना शुरू करने से पहले, उत्तर-पुस्तिका में यथा स्थान पर प्रश्न का क्रमांक अवश्य लिखें।** **Please write down the Serial Number of the question in the answer-book at the given place before attempting it.**
(V)	इस प्रश्न-पत्र को पढ़ने के लिए 15 मिनट का समय दिया गया है। प्रश्न-पत्र का वितरण पूर्वाह्न में 10.15 बजे किया जाएगा। 10.15 बजे से 10.30 बजे तक परीक्षार्थी केवल प्रश्न-पत्र को पढ़ेंगे और इस अवधि के दौरान वे उत्तर-पुस्तिका पर कोई उत्तर नहीं लिखेंगे। 15 minute time has been allotted to read this question paper. The question paper will be distributed at 10.15 a.m. From 10.15 a.m. to 10.30 a.m., the candidates will read the question paper only and will not write any answer on the answer-book during this period.

सामान्य निर्देश :

(i) ***सभी*** *प्रश्न* ***अनिवार्य*** *हैं।*

(ii) *इस प्रश्न-पत्र में कुल* ***35*** *प्रश्न हैं।*

(iii) *प्रश्न-पत्र को* **चार** *खण्डों –* ***खण्ड क, ख, ग*** *और* ***घ*** *में बाँटा गया हैं।*

(iv) ***खण्ड क*** *में प्रश्न संख्या* ***1*** *से* ***14*** *बहुविकल्पीय प्रकार के प्रश्न हैं और प्रत्येक प्रश्न* ***1*** *अंक का है।*

(v) ***खण्ड ख*** *में प्रश्न संख्या* ***15*** *से* ***18*** *तक केस स्टडी-आधारित प्रश्न हैं और प्रत्येक प्रश्न* ***1*** *अंक का है।*

(vi) ***खण्ड ग*** *में प्रश्न संख्या* ***19*** *से* ***25,*** *प्रत्येक प्रश्न* ***2*** *अंक के तथा प्रश्न संख्या* ***26*** *से* ***29***, *प्रत्येक प्रश्न* ***3*** *अंक के हैं।*

(vii) ***खण्ड घ*** *में प्रश्न संख्या* ***30*** *से* ***33,*** *प्रत्येक प्रश्न* ***4*** *अंक के तथा प्रश्न संख्या* ***34*** *से* ***35***, *प्रत्येक प्रश्न* ***5*** *अंक के हैं।*

(viii) *कुछ प्रश्नों में आंतरिक विकल्प दिए गए हैं।*

(ix) *जहाँ भी आवश्यक हो, उपयुक्त उदाहरणों के साथ अपने उत्तरों का समर्थन कीजिए।*

खण्ड क

(बहुविकल्पीय प्रकार के प्रश्न)

1. दुकानदार बाज़ार में कृत्रिम कमी पैदा करते हैं और उपभोक्ताओं से ऊँची कीमत माँगते हैं। दुकानदारों का कौन-सा दुराचार कथन में प्रदर्शित होता है ? *1*

(A) मानकीकृत उत्पादों की कमी

(B) भ्रामक जानकारी

(C) वस्तुओं में मिलावट

(D) वस्तुओं की अनुपलब्धता

2. 3 – 5 वर्ष की आयु के बच्चे में शारीरिक अनुपात की निम्नलिखित में से कौन-सी विशेषता देखी जाती है ? *1*

(A) सिर शरीर का लगभग $\frac{1}{6}$ भाग होता है।

(B) पैर शरीर की लम्बाई के लगभग आधे होते हैं।

(C) पैर लंबे हो जाते हैं।

(D) शरीर पतला हो जाता है।

अथवा

General Instructions :

(i) ***All** questions are **compulsory**.*

(ii) *There are total **35** questions in this question paper.*

(iii) *The Question paper is divided into **four** sections — **A, B, C** and **D**.*

(iv) ***Section A** has Questions No. **1** to **14** Multiple Choice Questions and are of **1** mark each.*

(v) ***Section B** has Questions No. **15** to **18** are case study based questions and are of **1** marks each.*

(vi) ***Section C** has Questions No. **19** to **25** of **2** marks each and Questions No. **26** and **29** are of **3** marks each.*

(vii) ***Section D** has Questions No. **30** to **33** of **4** marks each and Questions No. **34** and **35** are of **5** marks each.*

(viii) *Internal choice is given in some questions.*

(ix) *Support your answer with suitable examples, wherever required.*

SECTION A

(Multiple Choice Questions)

1. "Shopkeepers create artificial shortage in the market and demand high price from consumers." Which malpractice of shopkeepers is exhibited in the statement ? *1*

(A) Lack of standardized products

(B) Misleading information

(C) Adulteration of goods

(D) Non-availability of goods

2. Which of the following characteristics of body proportions is observed in a 3 – 5 year old child ? *1*

(A) Head is about $\frac{1}{6}^{\text{th}}$ of the body

(B) Legs are approximately half of the body length

(C) Feet become longer

(D) Body becomes slender

OR

बच्चों का एक समूह समुद्र किनारे रेत के घर बना रहा है। पहचानिए यह किस प्रकार का खेल है। *1*

(A) निष्क्रिय

(B) गंभीर

(C) प्राकृतिक

(D) खोजपूर्ण

3. फूले हुए या उभरे हुए पैकेज्ड डिब्बे का भोजन नहीं खाना चाहिए क्योंकि वह भोजन हो सकता है : *1*

(A) कच्चा

(B) अधिक पका हुआ

(C) स्वादिष्ट

(D) दूषित

4. इनमें से कौन-सा खनिज दाग है ? *1*

(A) जंग

(B) पेंट

(C) हेयर डाई

(D) बूट पॉलिश

5. किशोरों में भाषा विकास की निम्नलिखित में से कौन-सी विशेषता है ? *1*

(A) कूँजना

(B) बबलाना

(C) अपशब्दों और संक्षिप्तीकरण का प्रयोग

(D) तुतलाना

6. जंग के दाग को हटाने के लिए निम्नलिखित में से किसका उपयोग किया जाना चाहिए ? *1*

(A) ग्रीस अवशोषक

(B) ग्रीस विलायक

(C) क्षारीय अभिकर्मक

(D) अम्लीय अभिकर्मक

7. निम्नलिखित में से कौन-सा पोषक तत्त्व दूध में ***नहीं*** पाया जाता ? *1*

(A) प्रोटीन

(B) विटामिन सी

(C) विटामिन ए

(D) कैल्सियम

अथवा

A group of children are building sand houses on a beach. Identify the type of play. *1*

(A) Passive

(B) Serious

(C) Natural

(D) Exploratory

3. Food packaged in a tin that is bulging or puffed should not be consumed as the food may be : *1*

(A) raw (B) overcooked

(C) delicious (D) spoilt

4. Which of the following is a mineral stain ? *1*

(A) Rust (B) Paint

(C) Hair dye (D) Boot polish

5. Which of the following is a characteristic of language development among adolescents ? *1*

(A) Cooing

(B) Babbling

(C) Use of slangs and abbreviations

(D) Lisping

6. In order to remove rust stain, which of the following should be used ? *1*

(A) Grease absorbent (B) Grease solvent

(C) Alkaline reagent (D) Acidic reagent

7. Which of the following nutrient is ***not*** found in milk ? *1*

(A) Protein (B) Vitamin C

(C) Vitamin A (D) Calcium

OR

निम्नलिखित में से भारी काम करने वाले को पहचानिए। *1*

(A) शिक्षक (B) बैंककर्मी

(C) खिलाड़ी (D) गृहिणी

8. रसोई की स्वच्छता के संबंध में निम्नलिखित में से कौन-सा कथन ***ग़लत*** है ? *1*

(A) कार्य सतह और फर्श अवशोषक होने चाहिए।

(B) भोजन के किसी भी कण को सड़ने के लिए सतह पर नहीं छोड़ा जाना चाहिए।

(C) दीवारों और छत पर दरारें नहीं होनी चाहिए।

(D) सतहों को किसी भी संक्रमण से मुक्त रखा जाना चाहिए।

9. रेशमी कमीज़ के लिए किस ब्लीचिंग एजेंट का उपयोग किया जाना चाहिए, पहचान कीजिए। *1*

(A) सोडियम परबोरेट (B) हाइड्रोजन पेरोक्साइड

(C) सोडियम बाइसल्फेट (D) कार्बन टेट्राक्लोराइड

10. भारी गतिविधि के बाद हल्की गतिविधि क्यों करनी चाहिए ? *1*

(A) प्रभावी समय योजना के लिए

(B) शारीरिक थकान को कम करने के लिए

(C) काम को सरल बनाने के लिए

(D) मनोवैज्ञानिक थकान को कम करने के लिए

11. दाग हटाने वाले अभिकर्मकों को उनके उदाहरणों से मिलाइए : *1*

	सूची-I *(दाग हटाने वाला अभिकर्मक)*		*सूची-II* *(उदाहरण)*
1.	अम्लीय अभिकर्मक	(i)	अमोनिया
2.	क्षारीय अभिकर्मक	(ii)	फुलर्स अर्थ
3.	ग्रीस विलायक	(iii)	ऑक्सालिक एसिड
4.	ग्रीस अवशोषक	(iv)	मिथाइलेटेड स्पिरिट

सही विकल्प चुनिए :

(A) 1-(ii), 2-(iii), 3-(iv), 4-(i) (B) 1-(iv), 2-(iii), 3-(i), 4-(ii)

(C) 1-(iii), 2-(i), 3-(iv), 4-(ii) (D) 1-(i), 2-(ii), 3-(iv), 4-(iii)

Identify the heavy worker from the following : *1*

(A) Teacher (B) Banker

(C) Sportsperson (D) Housewife

8. Which of the following statement is ***incorrect*** with regard to Kitchen hygiene ? *1*

(A) Work surfaces, floors should be absorbent.

(B) No food particles should be left on the surface to rot.

(C) Walls and ceiling must be free from cracks.

(D) Surfaces should be kept free of any infections.

9. Identify which bleaching agent should be used for silk shirt. *1*

(A) Sodium perborate (B) Hydrogen peroxide

(C) Sodium bisulphate (D) Carbon tetrachloride

10. "Heavy activity should be followed by light activity." Why ? *1*

(A) For effective time planning

(B) To reduce physiological fatigue

(C) For work simplification

(D) To reduce psychological fatigue

11. Match the stain removing reagents with their examples : *1*

	List-I (Stain removing reagent)		*List-II (Example)*
1.	Acidic reagent	(i)	Ammonia
2.	Alkaline reagent	(ii)	Fuller's earth
3.	Grease solvent	(iii)	Oxalic acid
4.	Grease absorbent	(iv)	Methylated spirit

Choose the correct option :

(A) 1-(ii), 2-(iii), 3-(iv), 4-(i) (B) 1-(iv), 2-(iii), 3-(i), 4-(ii)

(C) 1-(iii), 2-(i), 3-(iv), 4-(ii) (D) 1-(i), 2-(ii), 3-(iv), 4-(iii)

12. सूची-I में दिए गए बच्चों की आयु का मिलान सूची-II में उनकी आयु के अनुसार उपयुक्त गत्यात्मक क्षमताओं से कीजिए : *1*

सूची-I *(आयु वर्षों में)*			*सूची-II* *(गत्यात्मक क्षमता)*
1.	2 – 3 वर्ष	(i)	पैर की उँगलियों पर चलता है
2.	4 – 5 वर्ष	(ii)	मल पर नियंत्रण है
3.	7 – 8 वर्ष	(iii)	गेंद को चला सकता है
4.	10 – 11 वर्ष	(iv)	मोतियों को पिरो सकता है

सही विकल्प चुनिए :

(A) 1-(ii), 2-(iii), 3-(i), 4-(iv)

(B) 1-(ii), 2-(iv), 3-(i), 4-(iii)

(C) 1-(iv), 2-(iii), 3-(i), 4-(ii)

(D) 1-(iii), 2-(i), 3-(ii), 4-(iv)

13. खाना बनाते समय रसोइए को निम्नलिखित में से कौन-सी सावधानियाँ बरतनी चाहिए ? *1*

(i) सभी बर्तनों को इस्तेमाल करने के बाद साफ करना।

(ii) पके हुए खाने को ढक कर न रखना।

(iii) परोसने वाले (सर्वर) को साफ़ कपड़े और डिस्पोज़बल दस्ताने पहनने चाहिए।

(iv) कच्चे माँस और अन्य खाद्य पदार्थों के लिए अलग-अलग चॉपिन्ग बोर्ड का इस्तेमाल करना चाहिए।

सही विकल्प चुनिए :

(A) (i) और (iv)

(B) (i) और (ii)

(C) (iii) और (iv)

(D) (ii) और (iv)

12. Match the age of the child given in List-I with the age-appropriate motor abilities in List-II : *1*

	List-I *(Age in years)*		*List-II* *(Motor ability)*
1.	2 – 3 years	(i)	Walks on toes
2.	4 – 5 years	(ii)	Has bowel control
3.	7 – 8 years	(iii)	Can dribble a ball
4.	10 – 11 years	(iv)	Can string beads

Choose the correct option :

(A) 1-(ii), 2-(iii), 3-(i), 4-(iv)

(B) 1-(ii), 2-(iv), 3-(i), 4-(iii)

(C) 1-(iv), 2-(iii), 3-(i), 4-(ii)

(D) 1-(iii), 2-(i), 3-(ii), 4-(iv)

13. Which of the following precautions should be followed by the cook while handling food ? *1*

(i) Clean all utensils after using them.

(ii) Keep the cooked food uncovered.

(iii) Server should wear clean clothes and disposable gloves.

(iv) Separate chopping boards should be used for raw meat and other foods.

Choose the correct option :

(A) (i) and (iv)

(B) (i) and (ii)

(C) (iii) and (iv)

(D) (ii) and (iv)

14. किशोरों के लिए भोजन की योजना बनाते समय निम्नलिखित में से किन बिन्दुओं पर विचार किया जाना चाहिए ? *1*

(i) वसा, नमक और चीनी का कम प्रयोग

(ii) तृप्ति मूल्य (क्षुधा संतुष्टि)

(iii) जंक खाद्यों को शामिल करें

(iv) भोजन से पहले अल्पाहार (स्नैक्स) का सेवन

सही विकल्प चुनिए :

(A) (i) और (iv)

(B) (iii) और (iv)

(C) (i) और (ii)

(D) (ii) और (iv)

खण्ड ख

केस स्टडी-आधारित प्रश्न

*अनुच्छेद को ध्यानपूर्वक पढ़िए और प्रश्न संख्या **15** से **18** तक उत्तर दीजिए ।*

ऊर्जा प्रबंधन, कम प्रयास से कार्य पूरा करने के लिए ऊर्जा का स्मार्ट उपयोग है, इससे लोगों को बिना थकावट महसूस किए बेहतर काम करने में मदद मिलती है। अच्छा ऊर्जा प्रबंधन विलंब, भ्रम और तनाव को कम करता है। यह फोकस और भावनात्मक नियंत्रण में भी सुधार करता है। ऊर्जा असीमित नहीं है, इसलिए आराम करने के लिए ब्रेक लेना महत्त्वपूर्ण है। जब ऊर्जा का उपयोग बुद्धिमानी से किया जाता है, तो कर्मचारी कम समय में अधिक काम कर सकते हैं और अधिक उत्पादक हो सकते हैं।

15. ऊर्जा प्रबंधन का उचित तरीका है : *1*

(A) कार्यों को किसी भी क्रम में करना

(B) फुरसत का समय अधिक देना

(C) सामंजस्य न करना

(D) कार्यों को छोटी-छोटी गतिविधियों में विखंडित करना

14. Which of the following points should be considered while planning meals for adolescents ? *1*

(i) Restrict fats, salt and sugar

(ii) Satiety value

(iii) Include junk foods

(iv) Snacking before meals

Choose the correct option from the following :

(A) (i) and (iv)

(B) (iii) and (iv)

(C) (i) and (ii)

(D) (ii) and (iv)

SECTION B

Case Study-Based Questions

Read the passage carefully and answer Questions no. ***15*** *to* ***18****.*

Energy management is the smart use of energy to complete tasks with less effort. It helps people work better without feeling tired. Good energy management reduces delays, confusion and stress. It also improves focus and emotional control. Since energy is not unlimited, taking breaks to recover is important. When energy is used wisely, workers can achieve more in less time and be productive.

15. Correct way of energy management is : *1*

(A) Doing tasks in any sequence

(B) Giving more leisure time

(C) Not doing dovetailing

(D) Break the task into smaller activities

16. नीचे चटनी बनाने के चरण दिए गए हैं, समय और ऊर्जा की बचत के संबंध में उन्हें सही क्रम में व्यवस्थित कीजिए। *1*

(i) धनिये के पत्तों को अच्छी तरह धो लें और मिक्सर ज़ार में डालें

(ii) बारीक पीस लें

(iii) धनिये के पत्तों को तोड़ें

(iv) अदरक, लहसुन, नमक और नींबू का रस डालें

निम्नलिखित में से सही विकल्प चुनिए :

(A) (ii), (iv), (iii), (i)

(B) (iv), (i), (ii), (iii)

(C) (iii), (i), (iv), (ii)

(D) (iii), (iv), (ii), (i)

17. नीचे दिए गए दो कथनों को अभिकथन (A) और कारण (R) के रूप में अंकित किया गया है। *1*

अभिकथन (A) : ऊर्जा प्रबंधन व्यक्तियों को बिना थके कुशलपूर्वक काम करने में मदद करता है।

कारण (R) : ऊर्जा प्रबंधन श्रमिकों को थक जाने के बाद और अधिक ऊर्जा खर्च करने से पहले ऊर्जा पुन: प्राप्त करने की अनुमति देता है।

नीचे दिए गए विकल्पों में से सर्वाधिक उपयुक्त उत्तर चुनिए :

(A) अभिकथन (A) और कारण (R) दोनों सही हैं और कारण (R), अभिकथन (A) की सही व्याख्या है।

(B) अभिकथन (A) और कारण (R) दोनों सही हैं, लेकिन कारण (R), अभिकथन (A) की सही व्याख्या ***नहीं*** है।

(C) अभिकथन (A) सही है, लेकिन कारण (R) ग़लत है।

(D) अभिकथन (A) ग़लत है, लेकिन कारण (R) सही है।

18. नीचे दिए गए दो कथनों को अभिकथन (A) और कारण (R) के रूप में अंकित किया गया है। *1*

अभिकथन (A) : निरंतर कार्य करने से थकान होती है।

कारण (R) : व्यस्तम भार अवधियों का प्रबंधन आवश्यक नहीं है।

नीचे दिए गए विकल्पों में से सर्वाधिक उपयुक्त उत्तर चुनिए :

(A) अभिकथन (A) और कारण (R) दोनों सही हैं और कारण (R), अभिकथन (A) की सही व्याख्या है।

(B) अभिकथन (A) और कारण (R) दोनों सही हैं, लेकिन कारण (R), अभिकथन (A) की सही व्याख्या ***नहीं*** है।

(C) अभिकथन (A) सही है, लेकिन कारण (R) ग़लत है।

(D) अभिकथन (A) ग़लत है, लेकिन कारण (R) सही है।

16. Given below are the steps of making chutney. Arrange them in correct sequence with respect to time and energy saving. *1*

(i) Wash coriander leaves thoroughly and put in mixer jar

(ii) Grind into fine paste

(iii) Pluck coriander leaves

(iv) Add ginger, garlic, salt and lemon juice

Choose the correct option from the following :

(A) (ii), (iv), (iii), (i)

(B) (iv), (i), (ii), (iii)

(C) (iii), (i), (iv), (ii)

(D) (iii), (iv), (ii), (i)

17. Given below are two statements labelled as Assertion (A) and Reason (R). *1*

Assertion (A) : Energy management helps individuals work efficiently without feeling tired.

Reason (R) : Energy management allows workers to regain energy after being tired and before spending more energy.

Select the most appropriate answer from the options given below :

(A) Both Assertion (A) and Reason (R) are true and Reason (R) is the correct explanation of Assertion (A).

(B) Both Assertion (A) and Reason (R) are true, but Reason (R) is ***not*** the correct explanation of Assertion (A).

(C) Assertion (A) is true, but Reason (R) is false.

(D) Assertion (A) is false, but Reason (R) is true.

18. Given below are two statements labelled as Assertion (A) and Reason (R). *1*

Assertion (A) : Working constantly leads to fatigue.

Reason (R) : Peak loads management is not essential.

Select the most appropriate answer from the options given below :

(A) Both Assertion (A) and Reason (R) are true and Reason (R) is the correct explanation of Assertion (A).

(B) Both Assertion (A) and Reason (R) are true, but Reason (R) is ***not*** the correct explanation of Assertion (A).

(C) Assertion (A) is true, but Reason (R) is false.

(D) Assertion (A) is false, but Reason (R) is true.

खण्ड ग
(लघु उत्तरीय प्रश्न)

19. (क) भोजन परोसते समय स्वच्छता बनाए रखने के चार तरीके सुझाइए। *2*

अथवा

(ख) रसोईघर के कार्यस्थल की साफ़-सफ़ाई बनाए रखने के चार तरीके सुझाइए। *2*

20. "खेल बच्चों में आँख-हाथ समन्वय को प्रभावित करता है।" – इस कथन को दो उदाहरणों से पुष्ट कीजिए। *2*

21. (क) साबुन और डिटरजेन्ट के बीच दो अंतर बताइए। *2*

अथवा

(ख) रेशमी कपड़ा अगर ठीक से संग्रहित न किया जाए, तो उल्लेख कीजिए कि वह किन दो प्रकार से क्षतिग्रस्त होगा। *2*

22. भोजन की योजना बनाते समय खाद्य समूहों का उपयोग करने के लिए ध्यान में रखने योग्य दो दिशा-निर्देशों का उल्लेख कीजिए। *2*

23. ग़लत सूचना के संबंध में उपभोक्ताओं के सामने आने वाली कोई चार प्रमुख समस्याएँ लिखिए। *2*

24. ग्रीस विलायक की क्या भूमिका है ? सूती कपड़ों के लिए उपयुक्त एक ग्रीस विलायक बताइए। *2*

25. "भोजन योजना भोजन में विविधता लाने में मदद करती है।" – इस कथन को दो उपयुक्त उदाहरणों से प्रमाणित कीजिए। *2*

26. 10 साल के बच्चे की तीन गत्यात्मक क्षमताएँ बताइए। *3*

27. (क) आज दोपहर के भोजन का मीनू है – उबले चावल, अरहर दाल, मेथी आलू सब्ज़ी और दही

(i) इस मीनू में सम्मिलित तीन खाद्य समूहों की पहचान कीजिए।

(ii) उपर्युक्त प्रत्येक समूह द्वारा प्रदान किए जाने वाले किसी एक प्रमुख पोषक तत्त्व का नाम लिखिए। *2+1=3*

अथवा

(ख) भोजन को पकाते समय पोषक तत्त्वों को बचाने के बारे में अपनी आंटी को तीन सुझाव दीजिए। *3*

SECTION C

(Short Answer Questions)

19. (a) Suggest four ways of maintaining hygiene while serving food. *2*

OR

(b) Suggest four ways of maintaining clean work surfaces in the kitchen. *2*

20. "Play influences eye-hand coordination in children." – Justify this statement with two examples. *2*

21. (a) Give the differences between soaps and detergents. *2*

OR

(b) Mention two ways in which silk fabric will get damaged if it is not stored properly. *2*

22. Mention two guidelines to be kept in mind for using food groups while planning meals. *2*

23. Write any four major problems faced by consumers with respect to misleading information. *2*

24. What is the role of a grease solvent ? Give one grease solvent suitable for cotton clothes. *2*

25. "Meal planning helps to incorporate variety in meals." – Justify this statement with two suitable examples. *2*

26. Enumerate three motor abilities of a 10-year-old child. *3*

27. (a) Menu for today's lunch is boiled rice, arhar dal, methi aloo and curd.

(i) Identify three food groups included in this menu.

(ii) Write any one major nutrient provided by each of the above food groups. *2+1=3*

OR

(b) Give three tips to your aunty about saving nutrients while preparing food. *3*

28. कपड़े धोने वाले कर्मचारियों के लिए शारीरिक थकान के छह कारणों को सूचीबद्ध कीजिए। *3*

29. (क) एक जैम की बोतल खरीदते समय आपको किस मानक चिह्न पर ध्यान देना चाहिए ? उस मानक चिह्न के कोई दो कार्य बताइए। *3*

अथवा

(ख) आपकी माँ एक जागरूक उपभोक्ता हैं। सेवाओं में मूल्य भिन्नता कुप्रथा के विरूद्ध उन्हें जो छह जिम्मेदारियाँ दिखानी चाहिए, उन्हें सूचीबद्ध कीजिए। *3*

खण्ड घ
(दीर्घ उत्तरीय प्रश्न)

30. (क) खाद्य पदार्थ संभालने वाले व्यक्ति द्वारा अपनाई जाने वाली कोई चार व्यक्तिगत स्वच्छता संबंधी प्रथाओं का सुझाव दीजिए।

(ख) घर में पाए जाने वाले किन्हीं दो घरेलू कीटों/पीड़कों का उल्लेख कीजिए। कीटों को कैसे दूर रखा जा सकता है ? *2+2=4*

31. "व्यवसाय और अवसर भोजन नियोजन को प्रभावित करते हैं।" – प्रत्येक के लिए दो उदाहरणों की सहायता से कथन को विस्तृत कीजिए। *4*

32. (क) सुश्री सोना ने समय योजना बनाने और उसका नियमित रूप से पालन करने का निर्णय लिया है। *4*

(i) उन्हें समय योजना बनाने में अपनाए जाने वाले कोई चार चरण बताइए।

(ii) उन्हें समय योजना में लचीलेपन का महत्त्व बताइए।

अथवा

(ख) सुश्री मोना ने कार्य को सरल बनाने का निर्णय लिया है तथा तदनुसार योजना बनाती हैं। *4*

(i) उन्हें बताइए कि कार्य सरलीकरण क्या है।

(ii) उन्हें कार्य सरलीकरण के चार तरीके बताइए।

28. Enlist six reasons of physiological fatigue for a laundry worker. *3*

29. While purchasing a bottle of jam which standard mark should you look for ? Give two functions of the above standard mark. *3*

OR

Your mother is an aware consumer. Enlist six responsibilities she should exhibit against the malpractice – price variation in services. *3*

SECTION D

(Long Answer Questions)

30. (a) Suggest any four personal hygienic practices that should be adopted by a food handler.

(b) Mention any two household pests found at home. How can pests be kept away ? *2+2=4*

31. "Occupation and occasion affect meal planning." – Elaborate the statement with the help of two examples each. *4*

32. (a) Ms. Sona has decided to make a time plan and follow it regularly. *4*

(i) Tell her any four steps to be followed while making a time plan.

(ii) Inform her about the importance of flexibility in a time plan.

OR

(b) Ms. Mona has decided to simplify her work and plan work accordingly. *4*

(i) Tell her what is work simplification.

(ii) Tell her four ways of work simplification.

33. आने वाले महीने में अर्जुन 15 साल का हो जाएगा। *4*

(i) उसमें भाषा विकास की दो विशेषताएँ बताइए।

(ii) अर्जुन की दो भावनात्मक विशेषताओं की सूची बनाइए।

34. वसंत ऋतु के आगमन के साथ रीमा को अपने ऊनी कपड़ों को सँभालकर रखना चाहती है। उसे ऊनी कपड़े सँभालने की सही प्रक्रिया और ध्यान रखे जाने वाली सावधानियाँ बताइए। *5*

35. (क) हल्दी का उपयोग करते समय, दीपा ने पाया कि वह मिलावटी थी। *1+2+2=5*

(i) इसमें जो मिलावट हो सकती है, उसका नाम बताइए।

(ii) मिलावटी हल्दी के सेवन से दो स्वास्थ्य संबंधी खतरों का उल्लेख कीजिए।

(iii) हल्दी खरीदते समय दीपा को कौन-सी दो सावधानियाँ बरतनी चाहिए ?

अथवा

(ख) एक खाद्य निरीक्षक ने किराने की दुकान पर सरसों के तेल व बेसन को मिलावटी पाया। *5*

(i) सरसों के तेल में किसकी मिलावट हो सकती है ?

(ii) किन दो पदार्थों से बेसन में मिलावट की जा सकती है ?

(iii) मिलावटी सरसों के तेल/बेसन खाने से स्वास्थ्य पर होने वाले दो कुप्रभाव लिखिए।

33. In the coming month, Arjun will be 15 years old. *4*

(i) Mention two features of language development in him.

(ii) List two emotional features in Arjun.

34. With the onset of spring, Reema has to store her woollen clothes. Explain the correct process and the precautions to be taken while storing woollen clothes. *5*

35. (a) While using turmeric, Deepa found that it was adulterated. *1+2+2=5*

(i) Name the adulterant that might be in it.

(ii) Mention two health hazards of consuming adulterated turmeric.

(iii) Which two precautions should Deepa follow while purchasing turmeric ?

OR

(b) A food inspector found mustard oil and besan adulterated in a grocery shop. *5*

(i) Which adulterant could be present in mustard oil ?

(ii) Besan can be adulterated by which two substances ?

(iii) Write two health hazards by consuming adulterated mustard oil/besan.