Series ONS

SET-4

कोड नं.
Code No. **69**

रोल नं.
Roll No.

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

- कृपया जाँच कर लें कि इस प्रश्न-पत्र में मुद्रित पृष्ठ 7 हैं।
- प्रश्न-पत्र में दाहिने हाथ की ओर दिए गए कोड नम्बर को छात्र उत्तर-पुस्तिका के मुख-पृष्ठ पर लिखें।
- कृपया जाँच कर लें कि इस प्रश्न-पत्र में 25 प्रश्न हैं।
- **कृपया प्रश्न का उत्तर लिखना शुरू करने से पहले, प्रश्न का क्रमांक अवश्य लिखें।**
- 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 छात्र केवल प्रश्न-पत्र को पढ़ेंगे और इस अवधि के दौरान वे उत्तर-पुस्तिका पर कोई उत्तर नहीं लिखेंगे।
- Please check that this question paper contains **7** printed pages.
- Code number given on the right hand side of the question paper should be written on the title page of the answer-book by the candidate.
- Please check that this question paper contains **25** questions.
- **Please write down the Serial Number of the question before attempting it.**
- 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 students will read the question paper only and will not write any answer on the answer-book during this period.

गृह विज्ञान (सैद्धान्तिक)
HOME SCIENCE (Theory)

निर्धारित समय : 3 घण्टे
Time allowed : 3 hours

अधिकतम अंक : 70
Maximum Marks : 70

INTERNATIONAL INDIAN SCHOOL LIBRARY SENIOR GIRLS DAMMAM

सामान्य निर्देश :

(i) ***सभी*** *प्रश्नों के उत्तर दीजिए।*

(ii) *इस प्रश्न-पत्र में कुल **25** प्रश्न हैं।*

(iii) *प्रश्न-संख्या **1 - 6** तक **एक** अंक के प्रश्न हैं, जिनके उत्तर **एक या दो** लाइन में दीजिए।*

(iv) *प्रश्न-संख्या **7 - 13** तक **दो** अंकों के प्रश्न हैं, जिनके उत्तर **10 - 20** शब्दों में दीजिए।*

(v) *प्रश्न-संख्या **14 - 15** **तीन** अंकों के प्रश्न हैं, जिनके उत्तर **20 - 30** शब्दों में दीजिए।*

(vi) *प्रश्न-संख्या **16 - 21** तक **चार** अंकों के प्रश्न हैं, जिनके उत्तर **40** शब्दों में दीजिए।*

(vii) *प्रश्न-संख्या **22 - 25** तक **पाँच** अंकों के प्रश्न हैं, जिनके उत्तर **50 - 60** शब्दों में दीजिए।*

(viii) *जहाँ आवश्यक हो उपयुक्त उदाहरण सहित उत्तर दीजिए।*

General Instructions :

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

(ii) *There are total **25** questions.*

(iii) *Questions no. **1 - 6** are for **1** mark, to be answered in **one or two** lines.*

(iv) *Questions no. **7 - 13** are of **2** marks, to be answered in **10 - 20** words.*

(v) *Questions no. **14 - 15** are of **3** marks, to be answered in **20 - 30** words.*

(vi) *Questions no. **16 - 21** are of **4** marks, to be answered in **40** words.*

(vii) *Questions no. **22 - 25** are of **5** marks, to be answered in **50 - 60** words.*

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

1. स्तनपान कराने वाली माताओं को जिंक से भरपूर खाद्य पदार्थों का सेवन करने के लिये दो कारण बताकर प्रेरित करें। 1

Convince a lactating woman to eat foods rich in zinc with two reasons.

2. एक परिवार अपनी अप्रत्यक्ष वास्तविक आय को बढ़ाने के लिये कौन से दो साधनों का उपयोग कर सकता है ? 1

List two sources a family can use to increase its indirect real income.

3. बिजली के उपकरण यदि सड़क किनारे बैठे विक्रेता से खरीदे जाएँ तो घटिया क्वालिटि के अतिरिक्त, कौन सी अन्य दो हानियाँ हो सकती हैं ? 1

Apart from poor quality, list two other drawbacks of buying electrical items from roadside vendors.

4. स्कर्ट की अच्छी ड्रैप किन दो तरह से पहचानी जा सकती है ? 1

List two signs of a good drape in a skirt.

5. गाँव की महिलाओं को MGNREGA से किन दो तरह से लाभ हुआ है ? 1

In what two ways have the village women benefitted from MGNREGA ?

6. वस्त्र व पोषाक विज्ञान के क्षेत्र में प्रशिक्षण पाने के पश्चात् आप कौन से दो व्यवसाय चुन सकते हैं ? 1

Name two occupations you can choose after being trained in the area of fabric and apparel science.

7. पच्चीस वर्षीय सीमा अपनी नई नौकरी के कारण परिवार से दूर अकेली रहने लगी है। ऐसे में काम पर उसके सम्मुख आने वाली दो समस्याएँ क्या हो सकती हैं? अपनी जिम्मेदारियाँ निभाने के उसे दो सुझाव दें। 2

Twenty five year old Seema has started staying away from her family because of her new job. List two problems which she is likely to face at work. Suggest her two ways to cope with her responsibilities.

8. आपके दादाजी, छः महीनों के लिए, आपके साथ रहने आए हैं। उनकी ऐसी चार शारीरिक आवश्यकताएँ बताएँ जिनकी पूर्ति के लिये उन्हें आपकी सहायता की आवश्यकता पड़ सकती है। 2

Your grandfather has come to stay with you for six months. State his four physical needs where he might need your help.

9. क्रोध एक ऐसी भावना है जिसके कारण सम्बन्ध टूट सकते हैं। यदि आप चाहते है कि ऐसा न हो तो आपको कौन से चार कदम उठाने होंगे? 2

Anger is one emotion, that can break relationships. Suggest four steps you can take if you want to avoid this to happen.

10. एक किशोरी के लिए आहार आयोजन करते समय, किन चार बातों का ध्यान रखना चाहिए? 2

What four points should be kept in mind while planning meals for an adolescent girl ?

11. एक रसोइए को ऐसे कोई चार तरीकों से अवगत कराएँ जिनसे रसोईघर में तिलचट्टे (काक्रोच) न हों। 2

Make a cook aware of any such four ways which can ensure there are no cockroaches in the kitchen.

12. हल्दी खरीदते समय उसके पैक्रेट पर लगे लेबल पर कौन सा मानक चिन्ह देखना चाहिए? बिना इस चिन्ह के, इसमें कौन सी मिलावट पाई जा सकती है? ऐसी मिलावटी हल्दी का सेवन करने से स्वास्थ्य पर कौन से दो कुप्रभाव हो सकते हैं? 2

While buying turmeric which standard mark should you check on its label ? In the absence of this mark, state the adulterant which may be found in it. Mention two health hazards of consuming such adulterated turmeric.

3. एक परिवार को दोपहर के भोजन में सफेद चना, चावल व बूँदी रायता परोसा गया है। गर्भ की दूसरी तिमाही में यह भोजन एक गर्भवती महिला के लिये कहाँ तक उपयुक्त है? इस भोजन को उसके लिए उपयुक्त बनाने के दो सुझाव दें। 2

A family has been served chick peas, rice and boondi raita for lunch. How far this meal is adequate for a pregnant woman in her second semester of pregnancy ? Give two suggestions to make this meal adequate for her.

14. नमीता एक किशोरी जिसे दौरे पड़ते हैं। उसकी बाजूओं में सुईयाँ चुभने के कई निशान है। आपके अनुसार इसका क्या कारण हो सकता है? अधिक समय तक यदि यही होता रहा तो उसके स्वास्थ्य पर कौन से दो दुप्रभाव पड़ सकते हैं? इस समस्या से उसे बाहर निकालने के तीन तरीके सुझाएँ। 3

Namita is an adolescent girl who suffers from convulsions. Her arms have many needle prick marks. What do you think she is suffering from ? What could be its two possible health hazards if this condition continues for long time ? In what three ways can she be helped to come out of this condition ?

15. पानी को पीने योग्य बनाने के लिए गीता रिवर्स ऑसमोसिस (Reverse osmosis) का फिल्टर खरीदना चाहती है। अभी तक वह क्लोरीन की गोलियों की सहायता से पानी को पीने योग्य बना रही थी। इन दोनों विधियों के लाभ व कमियों की तुलना करके बताएँ कि उसका निर्णय सही है या नहीं। 3

For purifying her drinking water, Geeta has been using chlorine tablets. Now she wants to buy a reverse osmosis filter. Compare the advantages and drawbacks of both these methods and state whether her decision is right or not.

16. सौलह वर्ष की लड़कियों के चार विशेष गुण लिखें। इस समय उनकी पहचान के बनने में मीडिया (संचार माध्यम) का योगदान विस्तार से समझाएँ। 4

Mention four distinct characteristics of sixteen year old girls. Explain fully the impact of media on establishing their identity.

17. दो किशोरों वाला एक परिवार, सुदूर क्षेत्र में रहता है। विस्तार से बताएँ कि उनके खाद्य पदार्थों का चयन उनकी सभ्यता, भोजन का सेवन करने की प्रथा, संचार माध्यम (मीडिया) व मित्र समूह द्वारा किस प्रकार प्रभावित होता है?

A family with two adolescent boys, lives in a remote area. Elaborate how the choice of their food gets influenced by their culture, food practices, media and peer group ?

18. डॉक्टर किन दो विशिष्ट लक्षणों के आधार पर किसी व्यक्ति को मधुमेह रोग से पीड़ित घोषित करते हैं? परिवार के लिये बना आहार इस व्यक्ति के लिए उपयुक्त क्यों नहीं है? ऐसे ही एक आहार में दो पोषणिक बदलावों का सुझाव दे जिनसे भोजन मधुमेह से पीड़ित व्यक्ति के लिये उपयुक्त हो जाए। 4

On the basis of which two clinical symptoms does a doctor diagnose that a person is suffering from diabetes ? Why is the food cooked for the family not suitable for him ? Suggest two important dietary changes in a meal which can help to meet the needs of this person.

19. आपकी माता जी अपनी पारिवारिक आय में वृद्धि लाना चाहती हैं। ऐसा कर सकने के लिये उनके पास कौनसे दो विशेष विकल्प उपलब्ध है? प्रत्येक विकल्प के लिये तीन-तीन उदाहरण देकर स्पष्ट करे कि आपकी माता को अपने उद्देश्य में सफलता कैसे मिलेगी? 4

Your mother wants to supplement her family income. What are two possibilities available to her for achieving this objective ? Using three examples from each possibility explain how she can achieve her objective.

20. राधिका को रेशमी साड़ी की शुद्धता का चिन्ह दर्शाएँ। विस्तार से बताएँ कि यदि यह चिन्ह नकली हो तो उसे क्या करना चाहिये? भविष्य में ऐसी परिस्थिति उत्पन्न न हो इसके लिये उसे कौन से अन्य कदम अपनाने चाहिए? 4

Illustrate the symbol of purity of silk sari to Radhika. Elaborate the course of action to be taken in case this symbol is fake. What other steps should she adopt to prevent such incidents in future ?

1. यदि रेखा, आकार, रंगों व लय का चतुराई से प्रयोग किया जाए तो अत्यन्त पतली व लम्बे कद की महिला को भी नाटा प्रतीत कराया जा सकता है। चित्रों की सहायता से इस कथन की पुष्टि कीजिए। 4

Clever use of line, shape, colours and rhythm can help make an extremely thin and tall woman appear shorter. Validate this statement with the help of diagrams.

22. आय कर बचाने के लिए, आपके पिताजी बैंक या डाकखाने में निवेश करना चाहते हैं। इन दोनों से उपलब्ध निवेश की किन्हीं दो योजनाओं से मिलने वाली पाँच-पाँच विशेषताओं की तुलना करें जिनके आधार पर वह सही विकल्प चुन सकें। 5

In order to save tax, your father wants to invest in either a bank or a post office. Compare five features each of any two schemes available from each institution so that he can make a wise choice.

23. उपभोक्ताओं को आमतौर से कौन सी दस समस्याओं का सामना करना पड़ता है? 5

Write ten common problems faced by consumers.

24. आपकी माँ को अपने ऑफिस की पोशाक के लिए कपड़ा खरीदना है। उसकी देखरेख सुविधाजनक हो इसके लिए वह कपड़े की कौन सी चार विशेषताओं की जाँच करें? पोशाक की संतोषजनक कारीगरी के लिए उन्हें दर्जी को कौन से छ: निर्देश देने चाहिए? 5

Your mother wants to buy fabric for her clothes to be worn in an office. To ensure easy maintenance, which four features should she check while selecting the fabric ? Also state six instructions she should give to the tailor for satisfactory workmanship of the outfits.

25. साबुन बनाने की दो मुख्य सामग्रियों का नाम बताएँ। विस्तार से समझाएँ कि डिटरजेन्ट कपड़ों की धुलाई में अपना योगदान किस प्रकार देता है? कीमती वस्त्रों पर से दाग धब्बे छुड़ाते समय आप कौन से चार नियमों का पालन करेंगे? 5

List two main ingredients used for making a soap. Explain fully how detergent works in the cleaning of the fabric ? Which four rules will you follow while removing stains from expensive garments ?