

This question paper contains—Section–A 32 + Section–B 7/7/7 questions.

इस प्रश्न-पत्र के अन्तर्गत खण्ड–अ 32 + खण्ड–ब 7/7/7 प्रश्न हैं।

Time : 3 Hours ]

[ Maximum Marks : 80

समय : 3 घण्टे ]

[ पूर्णांक : 80

- Note :* (i) This Question Paper consists of *two* Sections, viz., ‘A’ and ‘B’.  
(ii) *All* questions from Section ‘A’ are to be attempted.  
(iii) Section ‘B’ has got more than one option. Candidates are required to attempt questions from *one option* only.

- निर्देश :** (i) इस प्रश्न-पत्र में दो खण्ड हैं—खण्ड ‘अ’ तथा खण्ड ‘ब’।  
(ii) खण्ड ‘अ’ के सभी प्रश्नों को हल करना है।  
(iii) खण्ड ‘ब’ में एक से अधिक विकल्प हैं। परीक्षार्थियों को केवल एक विकल्प के ही प्रश्नों के उत्तर देने हैं।

## SECTION–A

### खण्ड–अ

1. Define health as stated by the World Health Organisation (WHO). 1  
विश्व स्वास्थ्य संगठन (WHO) के अनुसार स्वास्थ्य की परिभाषा क्या है?
2. How many calories can be obtained from a diet having 100 gm of fats? 1  
100 ग्राम वसा का भोजन खाने से हमें कितनी कैलोरी प्राप्त होती है?
3. A manufacturer forgot to give enough twists to the fibres to make a yarn. What will be its effect on the yarn? 1  
यदि उत्पादक तंतु को सही ऐंठन देना भूल जाए, तो सूत के उत्पादन पर इसका क्या प्रभाव पड़ेगा?
4. Mention any *two* work ethics specific to the work situation in an organisation. 1  
ऐसी कोई दो कार्य नीतियाँ बताएँ जो एक कार्य-स्थल में महत्वपूर्ण हैं।

5. A dress-designer employed in a garment unit wishes to change over to self-employment with the skill that she has developed now. What are her self-employment opportunities? State any *two* of them.
- यदि एक वस्त्र डिजाइनर, वस्त्र उत्पादन इकाई छोड़कर स्व-रोजगार करना चाहता है, तो कैसे वह अपनी उस कार्य-कुशलता के बल पर कमा सकता है? कोई दो उदाहरण लिखें।
6. What are the properties that make silk fabrics not to look dirty even after many wears?
- रेशम के कपड़े के वे गुण बताएँ जिनसे ये कपड़े अधिक समय प्रयोग करने से भी मैले नहीं होते।
7. Mention the standardization mark given on a battery. Name the type of products that are given this mark.
- बैटरी पर कौन-सा प्रदत्त मानक चिन्ह होता है? किस प्रकार की वस्तुओं को यह चिन्ह दिया जाता है?
8. Name the principle of development that states that all developments in the body takes place from the centre to the outside.
- उस विकास-सिद्धान्त का नाम बताएँ जिससे हमें यह पता चलता है कि शरीर का सम्पूर्ण विकास शरीर के मध्य से बाहर की तरफ होता है।
9. Why do adolescents develop suicidal tendencies?
- युवा पीढ़ी में आत्महत्या की प्रवृत्ति क्यों पाई जाती है?
10. Indicate the modification you will bring in the nutrient content of a therapeutic diet for a diabetic patient.
- मधुमेह के मरीज़ के लिए चिकित्सा संबंधी भोजन की योजना करते समय आप उसके पोषक-तत्व में क्या संशोधन लाएंगे?
11. What is a blended yarn? Give *one* example.
- मिश्रित सूत किसे कहते हैं? एक उदाहरण दीजिए।
12. By what age does a child have a complete set of milk teeth? How many milk teeth are there in all?
- कितनी आयु तक एक बालक के दूध के दाँत सम्पूर्ण रूप से विकसित हो जाते हैं? इन दूध के दाँतों की संख्या कितनी होती है?
13. Name a natural fibre which is not a staple fibre.
- एक ऐसे वनस्पति-तंतु का नाम बताएँ जो स्टेपल तंतु नहीं है।

14. State any *two* positive effects of peer group on adolescents. 1  
 किशोरावस्था में समकक्ष वर्ग के मित्रों के कोई दो सही प्रभाव बताएँ।
15. How is blanching done? How does it help in the preservation of food? 2  
 ब्लांचिंग कैसे किया जाता है? यह किस प्रकार से खाद्य-परिरक्षण में सहायता करता है?
16. Which one will provide more calories—a Roti or a Parantha? Give reasons. 2  
 रोटी एवं परांठा में से, किससे अधिक कैलोरी प्राप्त होगी? इसके कारण लिखें।
17. List *three* advantages of stiffening fabrics. What is used for stiffening silk fabrics? 2  
 वस्त्रों पर माँड़ लगाने के **तीन** लाभ बताएँ। रेशम के कपड़ों को माँड़ लगाने के लिए किसका प्रयोग किया जाता है?
18. When two children of different ages, 1 year and 12 years, are asked to hold a spoon, what difference will you observe in their manner of holding it? Give reason. 2  
 जब दो अलग-अलग वर्षों, 1 वर्ष और 12 वर्ष, के बच्चों को चम्मच पकड़ने को कहा जाता है, तो उनके पकड़ने के तरीके में क्या अन्तर देखा जाता है? अपना उत्तर कारण के साथ समझाएँ।
19. What kind of smell you will get, when wool is burnt? Describe the residue left after burning woollen fibres. 2  
 ऊन के जलने पर कैसी गंध आती है? ऊनी तंतुओं के जलने के बाद बचे राख का वर्णन करें।
20. State *four* changes that can be introduced in a diet, while bringing in qualitative modifications. 2  
 आहार में गुणात्मक संशोधन करते समय, आहार में कौन-से **चार** परिवर्तन करेंगे?
21. Mention any *two* ways of identifying an unknown stain. How will you remove an old tea stain from a silk sari? 2  
 एक अज्ञात धब्बे की पहचान करने के कोई दो तरीके बताएँ। रेशम की साड़ी पर से एक पुराने चाय का दाग कैसे हटाएँगे?
22. Differentiate between weaving and knitting with reference to the technique of construction used and the quality of fabric produced. 2  
 उत्पादित वस्त्र की गुणता और उसे बनाने की प्रविधि के संदर्भ में वीविंग और निटिंग में अन्तर बताएँ।
23. Briefly explain the *three* causes for food spoilage. 3  
 भोजन के विनष्ट होने के **तीन** कारणों का संक्षेप में वर्णन करें।

- 24.** Give *three* reasons to prove that investment is better than simple savings. Also mention the *three* important points to be kept in mind, while selecting an investment scheme. 3
- किन **तीन** कारणों की वजह से निवेश को साधारण बचत से बेहतर माना जाता है? निवेश-योजना के चुनाव को प्रभावित करने वाले **तीन** महत्वपूर्ण कारकों के बारे में बताएँ।
- 25.** Suggest any *six* space-saving techniques to a family of four members, having a single medium-sized bedroom. 3
- चार सदस्यों के परिवार को एक मध्य आकार के शयन-कक्ष को सही तरीके से उपयोग करने के कोई **छः** उपाय सुझाएँ।
- 26.** Briefly explain how do ignorance, poverty and poor environmental sanitation lead to under-nutrition among people. 3
- अवहेलना, निर्धनता और अपर्याप्त वातावरणीय स्वच्छता लोगों में किस प्रकार पोषण-न्यूनता लाते हैं? संक्षेप में वर्णन करें।
- 27.** Suggest *six* ways of saving power as a part of energy conservation at home. 3
- घर में ऊर्जा-संरक्षण के रूप में विद्युत् ऊर्जा बचाने के **छः** सुझाव दें।
- 28.** Give *six* indicators which will help in identifying a juvenile delinquent. 3
- बाल-अपराधी की पहचान में मदद करने वाले **छः** सूचक बताएँ।
- 29.** Define the term adolescence. List any *six* physical changes that take place in a girl's body during adolescence. 4
- किशोरावस्था को परिभाषित करें। किशोरावस्था के दौरान लड़की के शरीर में होने वाले किन्हीं **छः** शारीरिक परिवर्तनों की सूची बनाएँ।
- 30.** Anita generally complain of tiredness while working at home. Suggest and explain at least *four* different methods of work-simplification for her. 4
- अनिता अक्सर घर में कार्य करते समय थकान का अनुभव करती है। उसे कार्य-सरलीकरण की कम-से-कम **चार** भिन्न पद्धतियाँ सुझाएँ और वर्णन करें।
- 31.** Present the points, you will keep in mind while selecting clothes for your grandmother. Give reasons. 4
- अपनी दादी के लिए कपड़ों का चुनाव करते समय ध्यान दिये जाने वाले बिन्दुओं को बताएँ। कारण देकर स्पष्ट करें।
- 32.** It is important to provide nutritious food, health and educational facilities to the girl child. Explain how the above facilities, besides benefiting herself, can help her to improve the society. 4
- बालिका को पौष्टिक आहार, स्वास्थ्य व शिक्षा सुविधा प्रदान करना आवश्यक है। किस प्रकार ये सुविधाएँ बालिका के विकास के साथ-साथ सामाजिक विकास में भी योगदान देंगी? वर्णन करें।

## SECTION-B

### खण्ड-ब

#### OPTION-I

#### विकल्प-I

### ( Community Nutrition )

#### ( सामाजिक पोषण )

33. At what age is the first dose of vitamin A given to an infant? How many doses must be given in all? 1

किस आयु में शिशु को विटामिन A की पहली खुराक दी जाती है? उसे कुल कितनी खुराकें मिलनी चाहिए?

34. Mention *two* biochemical tests that help in assessment of the nutritional status of an individual. 1

दो जैव रासायनिक परीक्षण बताएँ जो किसी व्यक्ति की पौषणिक अवस्था का मूल्यांकन करने में सहायक होते हैं।

35. Which is the most accurate method of conducting a dietary survey? What are its *two* limitations? 2

आहार संबंधी सर्वेक्षण की कौन-सी विधि सबसे परिशुद्ध चित्र प्रदान करती है? इसकी दो सीमाएँ बताएँ।

36. How is the weight of an infant below two years of age taken? 2

दो वर्ष से कम आयु के बच्चे का वजन कैसे लेंगे?

37. List any *six* symptoms which help to detect anaemia in an individual. 3

किन्हीं छः लक्षणों की सूची बनाएँ जिनसे हम किसी व्यक्ति में एनीमिया की पहचान कर सकें।

38. What are goitrogens? Name any *three* vegetables having goitrogens. How can they be destroyed? 3

गॉइट्रोजेन क्या होते हैं? किन्हीं तीन सब्जियों के नाम बताएँ जिनमें ये पाए जाते हैं। इन्हें कैसे नष्ट किया जा सकता है?

39. How will you use the contact method with small groups to impart nutrition education? State *two* advantages of this method. 4

संपर्क विधि के प्रयोग से छोटे समूहों को पोषण-शिक्षा आप किस प्रकार से प्रदान करेंगे? इस विधि के दो लाभ बताएँ।

**( Home-Based Care for Under-Fives )**  
**( पाँच वर्ष से कम आयु वाले बच्चों की घरेलू देखभाल )**

- 33.** What is development? 1  
विकास क्या है?
- 34.** At what age does a child get a control over his bowel and bladder? 1  
किस आयु में बच्चा मल-मूत्र त्यागने की क्रिया पर नियन्त्रण पा लेता है?
- 35.** What should be the response of a caregiver in a play centre, when a child indulges in stealing things? 2  
खेल-केन्द्र में जब एक बच्चा वस्तुओं की चोरी करता है तो खेल-केन्द्र की संरक्षिका को जवाब में क्या करना चाहिए?
- 36.** How will you calculate the total amount of food to be cooked in a play centre? 2  
खेल-केन्द्र में पकाए जाने वाले भोजन की कुल मात्रा का अनुमान आप कैसे लगाएँगे?
- 37.** Name the *three* forms of discipline that can be enforced in a play centre. Describe any *one* in detail. 3  
खेल-केन्द्र में लागू किए जा सकने वाले **तीन** प्रकार के अनुशासनों के बारे में बताएँ और किसी **एक** को विस्तार में समझाएँ।
- 38.** In what ways can a community contribute to the resources of a play centre? 3  
किन तरीकों से एक समुदाय खेल-केन्द्र के संसाधनों के लिए योगदान दे सकता है?
- 39.** What are the various features of cognitive development in a child of five years? 4  
पाँच साल के बच्चे में ज्ञानात्मक विकास की प्रक्रिया के विभिन्न लक्षण बताएँ।

## ( Laundry Services )

## ( धुलाई सेवाएँ )

33. Name the basic component of cotton. 1  
सूत की आधारभूत संरचना बताएँ।
34. Name *two* chemicals used for bleaching wool. 1  
दो रसायनों के नाम बताएँ, जो ऊन को ब्लीच करने के काम आती हैं।
35. How is rayon produced? 2  
रेयॉन का उत्पादन किस प्रकार किया जाता है?
36. Briefly explain the *two* techniques of stain removal. 2  
धब्बे हटाने की दो विधियों की संक्षिप्त व्याख्या करें।
37. Mention the *three* ways by which clothes should be sorted out before sending them for a wash. Give reasons for your answer. 3  
कपड़ों की धुलाई से पहले, उन्हें छाँटने के तीन तरीके बताएँ। अपने उत्तर के कारण दें।
38. Write the procedure to be followed to remove the following stains from a white garment :  
(a) Lipstick  
(b) Butter  
(c) Ball-point pen ink  
निम्नलिखित धब्बों को एक सफेद वस्त्र पर से छुड़ाने की विधियाँ लिखें :  
(क) लिपस्टिक  
(ख) मक्खन  
(ग) बॉल-प्वाइंट पेन इंक 3
39. How can you inform people about your laundry unit? Briefly describe the various washing activities in the laundry unit. 4  
आप लोगों को अपनी धुलाई इकाई के बारे में किस प्रकार जागरूक कर सकते हैं? अपनी धुलाई इकाई में होने वाले विभिन्न प्रक्षालन कार्यों के बारे में संक्षेप में बताएँ।

This question paper contains—Section–A 22 + Section–B 4/4 questions.

इस प्रश्न-पत्र के अन्तर्गत खण्ड–अ 22 + खण्ड–ब 4/4 प्रश्न हैं।

Time : 3 Hours ]

[ Maximum Marks : 80

समय : 3 घण्टे ]

[ पूर्णांक : 80

- Note :* (i) This Question Paper consists of *two* Sections, viz., ‘A’ and ‘B’.  
(ii) *All* questions from Section ‘A’ are to be attempted.  
(iii) Section ‘B’ has two options. Candidates are required to attempt questions from *one option* only.  
(iv) Draw neat, clean and labelled diagrams wherever necessary.

- निर्देश :** (i) इस प्रश्न-पत्र में दो खण्ड हैं—खण्ड ‘अ’ तथा खण्ड ‘ब’।  
(ii) खण्ड ‘अ’ के सभी प्रश्नों को हल करना है।  
(iii) खण्ड ‘ब’ में दो विकल्प हैं। परीक्षार्थियों को केवल एक विकल्प के ही प्रश्नों के उत्तर देने हैं।  
(vi) जहाँ भी आवश्यक हो, साफ तथा लेबल के साथ चित्र बनाएँ।

## SECTION–A

### खण्ड–अ

1. Suggest *two* modifications in the given lunch to suit the needs of a pregnant woman—Potato vegetable, Dal, Roti. 1

दिए गए दोपहर के भोजन में दो संशोधन बताइए जिससे वह गर्भवती महिला की आवश्यकता के लिए उपयुक्त हो—आलू की सब्जी, दाल, रोटी।

2. Which *two* characteristics make you decide to buy a blended fabric? 1

मिश्रित वस्त्रों की कौन-सी दो विशेषताएँ उन्हें खरीदने के फैसले को प्रभावित करती हैं?



3. What is adolescence? 1  
किशोरावस्था क्या है?
4. What is environmental degradation? 1  
पर्यावरणीय निम्नीकरण क्या है?
5. What steps can you take as an aware consumer to protect your rights? 2  
एक जानकार उपभोक्ता के रूप में आप अपने अधिकारों को सुरक्षित करने के लिए कौन-से कदम उठा सकते हैं?
6. Give *one* point of difference between deep frying and shallow frying. Write *two* precautions to be observed while deep frying food items. 2  
गहरी तथा उथली विधि से तलने का एक अंतर बताएँ। गहरी विधि से खाना पकाते समय कौन-सी दो सावधानियाँ बरतनी चाहिए?
7. Write the aim, target group and services of the National Nutritional Anaemia Control Programme. 2  
राष्ट्रीय पोषण संबंधी एनीमिया नियंत्रण कार्यक्रम के उद्देश्य, लक्षित वर्ग तथा सेवाएँ लिखिए।
8. State *four* ways in which meal planning is important for a family. 2  
परिवार के लिए आहार-योजना के चार महत्त्वों का उल्लेख करें।
9. List any *four* advantages of a joint family system. 2  
संयुक्त परिवार व्यवस्था के किन्हीं चार लाभों का उल्लेख कीजिए।
10. Who are the beneficiaries of the Integrated Child Development Scheme (ICDS)? 2  
एकीकृत बाल विकास योजना (ICDS) के लाभार्थी कौन हैं?
11. Explain *two* functions of carbohydrates and mention any *two* food sources. 2  
शर्करा के दो कार्य बताइए तथा उसके दो आहारिय स्रोतों के नाम दीजिए।
12. Explain *four* reasons to save regularly. 4  
नियमित रूप से बचत करने के चार कारण समझाइए।

13. Explain *two* causes each of boredom and frustration fatigue. Explain *four* ways of removing fatigue. 4
- ऊब तथा निराशाजनक थकान के दो-दो कारण समझाइए। थकान दूर करने के चार तरीके समझाइए।
14. Define food. Explain the physiological functions of food. 4
- आहार की परिभाषा लिखिए। आहार के शारीरिक कार्य समझाइए।
15. Describe the functions of a family to explain that the family is the most important unit of a society. 4
- परिवार के कार्यों का वर्णन करते हुए समझाइए कि परिवार समाज की सबसे महत्वपूर्ण इकाई है।
16. Enlist *eight* ways by which we can conserve the cooking fuel in our kitchens. 4
- रसोईघर में ईंधन की बचत करने के किन्हीं आठ तरीकों का उल्लेख कीजिए।
17. Explain with examples, any *four* factors that affect growth and development of children. 4
- बच्चों की अभिवृद्धि तथा विकास को प्रभावित करने वाले किन्हीं चार कारकों का सविस्तार, उदाहरण सहित उल्लेख कीजिए।
18. How can stains be classified? How will you remove the following fresh stains from a white cotton shirt : Lipstick and betel leaf ? 4
- दाग-धब्बों को किस प्रकार वर्गीकृत किया जा सकता है? सफेद सूती शर्ट पर से लिपस्टिक तथा पान के ताजा दागों को आप कैसे हटायेंगे?
19. What is a detergent? How can it be classified? State any *four* differences between the two types of detergents. 4
- डिटर्जेंट क्या है? इसे किस प्रकार वर्गीकृत किया जा सकता है? दो प्रकार के डिटर्जेंटों में कोई चार भेद बताइए।
20. Why should boys also study Home Science? Elaborate at least *five* opportunities each of wage and self-employment available after studying Home Science. 6
- लड़कों को भी गृह-विज्ञान क्यों पढ़ना चाहिए? गृह-विज्ञान पढ़ने के पश्चात् वेतन तथा स्व-रोजगार के मिलने वाले कम-से-कम पाँच अवसरों का उल्लेख कीजिए।

21. Define environment. Analyse the effects of deforestation and slum conditions. पर्यावरण की परिभाषा लिखिए। वन-अपरोपण तथा झुग्गी-झोंपड़ियों के प्रभावों का विश्लेषण कीजिए।
22. Help Rita in explaining what is a fibre and classifying the fibres. Give example of each type of fibre. रेशा क्या है तथा रेशों के वर्गीकरण को समझाने में रीता की मदद कीजिए। प्रत्येक प्रकार के रेशे का उदाहरण दीजिए।

## SECTION-B

### खण्ड-ब

#### OPTION-I

#### विकल्प-I

### ( House-keeping )

#### (गृह-व्यवस्था)

23. What is polishing and mopping? पॉलिश करना तथा पोंछा लगाना क्या है?
24. What *four* points should be kept in mind while making a rangoli? रंगोली बनाते समय किन **चार** बातों का ध्यान रखना चाहिये?
25. List any *eight* habits of personal grooming that you would advise a housekeeper in a company guest-house to adopt. कोई **आठ** व्यक्तिगत साज-सज्जा तथा वेशभूषा के अभ्यास से सम्बन्धित बातें बताइए जो आप किसी कम्पनी में अतिथिशाला के गृह-व्यवस्थापक को अपनाने की सलाह देंगे।
26. Discuss the maintenance and precautions to be followed while cleaning polished wood and painted wood surfaces. पॉलिश की हुई तथा पेंट की हुई लकड़ी की सतह का रख-रखाव किस प्रकार किया जाता है तथा रख-रखाव में कौन-सी सावधानियाँ बरतनी चाहिये?

**( Creative Hand Embroidery )****( कलात्मक हस्त-कशीदाकारी )**

**23.** What is embroidery? Name any *two* traditional types of embroidery. 2

कशीदाकारी क्या है? किन्हीं दो परम्परागत प्रकार की कशीदाकारियों के नाम लिखिए।

**24.** List the steps of transferring the design on fabrics by 'Back tracing' method. 2

'बैक ट्रेसिंग' नामक पद्धति से वस्त्रों पर डिजाइन उतारने के चरणों को लिखिए।

**25.** Explain satin stitch and chain stitch to Sonu so that she may embroider a frock. 4

सोनू एक फ्रॉक पर कशीदाकारी करना चाहती हैं, उन्हें आप सैटिन स्टिच तथा चेन स्टिच समझाइए।

**26.** Discuss any *two* types of designs. 4

किन्हीं दो प्रकार के डिजाइनों की चर्चा कीजिए।

★ ★ ★