

This Question Paper consists of 47 questions and 16 printed pages.

इस प्रश्न-पत्र में 47 प्रश्न तथा 16 मुद्रित पृष्ठ हैं।

Roll No.

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

अनुक्रमांक

Code No. 68/OS/2
कोड संख्या

Set / सेट –

A

HOME SCIENCE

(गृह विज्ञान)

(216)

Day and Date of Examination

(परीक्षा का दिन व दिनांक)

Signature of Invigilators

(निरीक्षकों के हस्ताक्षर)

1. _____

2. _____

General Instructions :

- 1 Candidate must write his/her Roll Number on the first page of the Question Paper.
- 2 Please check the Question Paper to verify that the total pages and the total number of questions contained in the Question Paper are the same as those printed on the top of the first page. Also check to see that the questions are in sequential order.
- 3 For the objective type of questions, you have to choose any **one** of the four alternatives given in the question i.e. (A), (B), (C) OR (D) and indicate your correct answer in the Answer-Book given to you.
- 4 All the questions including objective-type questions are to be answered within the allotted time and no separate time limit is fixed for answering objective-type questions.
- 5 Making any identification mark in the Answer-Book or writing Roll Number anywhere other than the specified places will lead to disqualification of the candidate.
- 6 In case of any doubt or confusion in the question paper, the English Version will prevail.
- 7 Write your Question Paper Code No. **68/OS/2**, Set –

A

 on the Answer-Book.
- 8 (a) The Question Paper is in English/Hindi medium only. However, if you wish, you can answer in any one of the languages listed below :
English, Hindi, Urdu, Punjabi, Bengali, Tamil, Malayalam, Kannada, Telugu, Marathi, Odia, Gujarati, Konkani, Manipuri, Assamese, Nepali, Kashmiri, Sanskrit and Sindhi.
You are required to indicate the language you have chosen to answer in the box provided in the Answer-Book.
(b) If you choose to write the answer in the language other than Hindi and English, the responsibility for any errors/mistakes in understanding the question will be yours only.



सामान्य अनुदेश :

- 1 परीक्षार्थी प्रश्न-पत्र के पहले पृष्ठ पर अपना अनुक्रमांक अवश्य लिखें।
- 2 कृपया प्रश्न-पत्र को जाँच लें कि प्रश्न-पत्र के कुल पृष्ठों तथा प्रश्नों की उतनी ही संख्या है जितनी प्रथम पृष्ठ के सबसे ऊपर छपी है। इस बात की जाँच भी कर लें कि प्रश्न क्रमिक रूप में हैं।
- 3 वस्तुनिष्ठ प्रश्नों में आपको चार विकल्पों (A), (B), (C) अथवा (D) में से कोई एक उत्तर चुनना है तथा दी गई उत्तर-पुस्तिका में आप सही उत्तर लिखें।
- 4 वस्तुनिष्ठ प्रश्नों के साथ-साथ सभी प्रश्नों के उत्तर निर्धारित अवधि के भीतर ही देने हैं। वस्तुनिष्ठ प्रश्नों के लिए अलग से समय नहीं दिया जाएगा।
- 5 उत्तर-पुस्तिका में पहचान-चिह्न बनाने अथवा निर्दिष्ट स्थानों के अतिरिक्त कहीं भी अनुक्रमांक लिखने पर परीक्षार्थी को अयोग्य ठहराया जाएगा।
- 6 प्रश्नपत्र में किसी भी प्रकार के संदेह अथवा दुविधा की स्थिति में अंग्रेजी अनुवाद ही मान्य होगा।
- 7 अपनी उत्तर-पुस्तिका पर प्रश्न-पत्र की कोड नं. **68/OS/2, सेट – A** लिखें।
- 8 (क) प्रश्नपत्र केवल हिंदी/अंग्रेजी में है। फिर भी, यदि आप चाहें तो नीचे दी गई किसी एक भाषा में उत्तर दे सकते हैं :

अंग्रेजी, हिंदी, उर्दू, पंजाबी, बंगला, तमिल, मलयालम, कन्नड़, तेलुगु, मराठी, उड़िया, गुजराती, कोंकणी, मणिपुरी, असमिया, नेपाली, कश्मीरी, संस्कृत और सिंधी।

कृपया उत्तर-पुस्तिका में दिए गए बॉक्स में लिखें कि आप किस भाषा में उत्तर लिख रहे हैं।

- (ख) यदि आप हिंदी एवं अंग्रेजी के अतिरिक्त किसी अन्य भाषा में उत्तर लिखते हैं तो प्रश्न को समझने में होने वाली त्रुटियों / गलतियों की जिम्मेदारी केवल आपकी होगी।

NOTE / निर्देश :

- (1) Answers of all questions are to be given in the Answer-Book given to you.

सभी प्रश्नों के उत्तर आपको दी गयी उत्तर पुस्तिका में ही लिखें।

- (2) 15 minutes time has been allotted to read this question paper. The question paper will be distributed at 02.15 p.m. From 02.15 p.m. to 02.30 p.m., the students will read the question paper only and will not write any answer on the answer-book during this period.

इस प्रश्न-पत्र को पढ़ने के लिए 15 मिनट का समय दिया गया है। प्रश्न-पत्र का वितरण दोपहर में 02.15 बजे किया जाएगा। 02.15 बजे से 02.30 बजे तक छात्र केवल प्रश्न-पत्र को पढ़ेंगे और इस अवधि के दौरान वे उत्तर-पुस्तिका पर कोई उत्तर नहीं लिखेंगे।



HOME SCIENCE

(गृह विज्ञान)

(216)

Time : 2½ Hours]

[Maximum Marks : 85

समय : 2½ घण्टे]

[पूर्णांक : 85

- Note :**
- This question paper consists of 47 questions in all.
 - All questions are compulsory.
 - Marks are given against each question.
 - Section A consists of**
 - Q. No. 1 to 19** – Multiple Choice type Questions (MCQs) carrying 1 mark each. Select and write the most appropriate option out of the four options given in each of these questions.
 - Q. No. 20 to 31** – Objective type questions carrying 2 marks each. Attempt these questions as per the instructions given for each questions.
 - Section B consists of**
 - Q. No. 32 to 41** – Very Short questions carrying 2 marks each to be answered in the range of 30 to 50 words.
 - Q. No. 42 to 45** – Short Answer type questions carrying 3 marks each to be answered in the range of 50 to 80 words.
 - Q. No. 46 and 47** – Long Answer type questions carrying 5 marks each to be answered in the range of 80 to 120 words.

- निर्देश :**
- इस प्रश्नपत्र में कुल 47 प्रश्न हैं।
 - सभी प्रश्न अनिवार्य हैं।
 - प्रत्येक प्रश्न के सामने अंक दिये गये हैं।
 - खण्ड अ के अनुसार –
 - प्रश्न संख्या 1 से 19 – प्रत्येक बहुविकल्पीय प्रश्न 1 अंक का है। इन सभी प्रश्नों में दिए गए चार विकल्पों में से सबसे उपयुक्त विकल्प का चयन करें एवं लिखें।
 - प्रश्न संख्या 20 से 31 – वस्तुनिष्ठ प्रकार के प्रत्येक 2 अंकों के प्रश्न हैं। इन प्रश्नों का प्रत्येक प्रश्न में दिए गए निर्देशानुसार उत्तर दीजिए।
 - खण्ड ब के अनुसार –
 - प्रश्न संख्या 32 से 41 – 2 अंकों के अति-लघुउत्तरात्मक प्रश्न हैं जिनका उत्तर 30 से 50 शब्दों में दीजिए।
 - प्रश्न संख्या 42 से 45 – लघुउत्तरात्मक प्रकार के 3 अंकों के प्रश्न हैं जिनका उत्तर 50 से 80 शब्दों में दीजिए।
 - प्रश्न संख्या 46 और 47 – दीर्घोत्तरात्मक प्रकार के 5 अंकों के प्रश्न हैं जिनका उत्तर 80 से 120 शब्दों में दीजिए।



SECTION - A

खण्ड – अ

- 1 Which one of the following methods is used to prepare idlis? 1
Choose the correct option :
- (A) Steaming (B) Stewing
(C) Baking (D) Boiling
- इडली बनाने के लिए निम्नलिखित विधियों में से किस विधि का उपयोग किया जाता है ?
सही विकल्प चुनें :
- (A) भाप से पकाना (B) सिझाना
(C) पकाना (D) उबालना
- 2 What is the major source of water pollution? 1
Choose the correct option :
- (A) Dust (B) Vehicles
(C) Washing clothes near river (D) Garbage on road side
- जल प्रदूषण का प्रमुख स्रोत क्या है ?
सही विकल्प चुनें :
- (A) धूल (B) वाहन
(C) नदी के किनारे कपड़े धोना (D) सड़क पर कचरा फेंकना
- 3 During pregnancy, the zygote attaches itself to the lining of the - 1
Choose the correct option :
- (A) uterus (B) cervix
(C) vagina (D) stomach
- गर्भावस्था के दौरान, जायगोट स्वयं को _____ की भित्ति से जोड़ता है -
सही विकल्प चुनें :
- (A) गर्भाशय (B) सर्विक्स
(C) योनि (D) आमाशय



4 What do you understand by tolerance? 1

Choose the correct option :

- (A) to share one's own feelings
- (B) to have adaptive behaviour
- (C) to accept other peoples' opinion
- (D) ideas and beliefs we hold

सहिष्णुता से आप क्या समझते हैं ?

सही विकल्प चुनें :

- (A) अपनी भावनाओं को साझा करना
- (B) अनुकूल व्यवहार रखने के लिए
- (C) अन्य लोगों की राय को स्वीकार करना
- (D) हमारे अपने विचार और विश्वास

5 Which of the following standardized marks is given to silver and gold ornaments? 1

Choose the correct option :

- (A) ISI MARKS
- (B) ECO MARK
- (C) AGMARK
- (D) HALL MARK

निम्नलिखित में से कौन सा मानक चिह्न चाँदी और सोने के आभूषणों को दिया जाता है ?

सही विकल्प चुनें :

- (A) ISI मार्क
- (B) ईको मार्क
- (C) एगमार्क
- (D) हॉल मार्क

6 When food is cooked by stewing method - 1

Choose the correct option :

- (A) Nutrients are lost.
- (B) Food cooks faster.
- (C) Nutrients are conserved.
- (D) Takes longer to cook.

जब भोजन सिझाना (स्ट्विंग) की विधि से पकाया जाता है -

सही विकल्प चुनें :

- (A) पोषक तत्व नष्ट हो जाते हैं।
- (B) भोजन जल्दी पक जाता है।
- (C) पोषक तत्व सुरक्षित रहते हैं।
- (D) पकने में अधिक समय लगता है।



- 7 Vitamin B gets destroyed when _____ is added to food. 1
Choose the correct option :
(A) Cooking soda (B) Lemon
(C) Salt (D) Sugar
खाने में _____ मिलाने पर विटामिन बी नष्ट हो जाता है।
सही विकल्प चुनें :
(A) कुकिंग सोडा (B) नींबू
(C) नमक (D) चीनी
- 8 Air pollution should be controlled as it can cause - 1
Choose the correct option :
(A) Asthma (B) Dysentery
(C) Diarrhea (D) Typhoid
वायु प्रदूषण को नियंत्रित करना चाहिए क्योंकि इससे _____ हो सकता है।
सही विकल्प चुनें :
(A) अस्थमा (B) पेचिश
(C) दस्त (D) टाइफाइड
- 9 Diseases that spreads from one person to another is called - 1
Choose the correct option :
(A) Lifestyle diseases (B) Non-communicable diseases
(C) Incubation period (D) Communicable diseases
एक व्यक्ति से दूसरे व्यक्ति में फैलने वाली बीमारी को क्या कहते हैं ?
सही विकल्प चुनें :
(A) जीवनशैली से जुड़ी बीमारियाँ (B) गैर-संक्रामक रोग
(C) उद्भवन अवधि (D) संक्रामक रोग
- 10 Rapid pulse and loss of weight might be symptoms of which disease? 1
Choose the correct option :
(A) Jaundice (B) Tuberculosis
(C) Influenza (D) Cholera
तेज़ नाड़ी और वजन कम होना निम्नलिखित किस बीमारी के लक्षण हो सकते हैं ?
सही विकल्प चुनें :
(A) पीलिया (B) तपेदिक
(C) इन्फ्लूएंजा (D) हैजा



11 Separating the clothes on the basis of type of fabric and colour is called - 1

Choose the correct option :

- (A) shaking (B) soaking
(C) airing (D) sorting

कपड़ों को कपड़े के प्रकार और रंग के आधार पर अलग करने को क्या कहते हैं?

सही विकल्प चुनें :

- (A) झाड़ना (B) भिगोना
(C) हवा लगाना (D) छंटाई करना

12 A home protects family members from dacoits. This is identified as 1

_____ function of a home.

Choose the correct option :

- (A) protective (B) economic
(C) educative (D) social

एक घर परिवार के सदस्यों को डकैतों से बचाता है। इसे घर का _____ कार्य कहा जाता है।

सही विकल्प चुनें :

- (A) सुरक्षात्मक (B) आर्थिक
(C) शिक्षाप्रद/शिक्षा सम्बन्धी (D) सामाजिक

13 When cleaning your dishes, how would you sequence the following activities? 1

- i. dry the dishes ii. rinse the dishes
iii. soap the dishes iv. empty the dishes

बर्तन साफ करने के लिए निम्नलिखित गतिविधियों को सही क्रम से व्यवस्थित कीजिए :

- i. बर्तनों को सुखाएं ii. बर्तनों को धोएं
iii. बर्तनों पर साबुन लगाएं iv. बर्तनों को खाली करें

Choose the correct option :

सही विकल्प चुनें :

- (A) iv, iii, ii, i (B) i, ii, iv, iii
(C) ii, i, iv, iii (D) iii, ii, i, iv



14 Which vaccine is not given at the age of 6 weeks, 10 weeks and 14 weeks? 1

Choose the correct option :

- (A) polio (B) measles
(C) diphtheria (D) hepatitis

6 सप्ताह, 10 सप्ताह और 14 सप्ताह की उम्र में कौन सा टीका नहीं दिया जाता है?

सही विकल्प चुनें :

- (A) पोलियो (B) खसरा
(C) डिफ्थीरिया (D) हिपेटाइटिस

15 Microorganisms in food grow rapidly when it - 1

Choose the correct option :

- (A) is kept in refrigerator (B) is covered with skin
(C) has high sugar and salt content (D) has high moisture content

भोजन में सूक्ष्म जीवों का विकास तेजी से होता है जब -

सही विकल्प चुनें :

- (A) उसे रेफ्रिजरेटर में रखा जाता है। (B) उसे छिलके से ढका होता है।
(C) उसमें अधिक चीनी और नमक होता है। (D) उसमें अधिक नमी होती है।

16 Today, Ankita came in contact with a child who has flu (Influenza). 1

If infected, after how many days would she show the symptoms of flu?

Choose the correct option :

- (A) 10 to 14 days (B) 1 to 3 days
(C) 4 to 6 days (D) 14 to 21 days

आज अंकिता एक ऐसे बच्चे के संपर्क में आई जिसे फ्लू (इन्फ्लूएंजा) है। अगर वह संक्रमित हो जाती है, तो कितने दिनों के बाद उसमें फ्लू के लक्षण दिखेंगे?

सही विकल्प चुनें :

- (A) 10 से 14 दिन (B) 1 से 3 दिन
(C) 4 से 6 दिन (D) 14 से 21 दिन



17 Your sister-in-law is pregnant. Why should she get her blood group tested? 1

Choose the correct option :

- (A) to rule out HIV infection
- (B) to see if she needs blood transfusion
- (C) to see if she has developed diabetes
- (D) to see if she has anaemia

आपकी भाभी गर्भवती हैं। उसे अपना रक्त समूह परीक्षण क्यों करवाना चाहिए?

सही विकल्प चुनें :

- (A) HIV संक्रामण का निदान करने के लिए
- (B) यदि उसे रक्त आधान की आवश्यकता हो
- (C) क्या उसे मधुमेह हो गया है ?
- (D) क्या उसे एनीमिया हो गया है ?

18 Children are making fun of Rahul's dirty hands. What would you have done if you were Rahul? 1

Choose the correct option :

- (A) tell their parents
- (B) go away and cry
- (C) laugh with the friends
- (D) hit the children

बच्चे राहुल के गंदे हाथों का मजाक उड़ा रहे हैं। अगर आप राहुल होते तो आप क्या करते ?

सही विकल्प चुनें :

- (A) उनके माता-पिता को बता देंगे
- (B) दूर जाकर रोएंगे
- (C) दोस्तों के साथ हंसेंगे
- (D) बच्चों को मारेंगे

19 As an alert consumer, you will know that the milk is adulterated with water if it - 1

Choose the correct option :

- (A) does not leave a trail if tilted on plate
- (B) leaves colour in water
- (C) turns milky in water
- (D) becomes frothy when poured

एक सतर्क उपभोक्ता के रूप में, आप जान जाएंगे कि दूध में पानी की मिलावट है, अगर यह -

सही विकल्प चुनें :

- (A) प्लेट पर डालने पर कोई निशान नहीं छोड़ता है।
- (B) पानी में रंग छोड़ता है।
- (C) पानी में दूधिया हो जाता है।
- (D) उँडेलने पर झागदार हो जाता है।



20 Fill in the blanks :

2

- (i) _____ is used as a whitening agent for cotton clothes.
- (ii) Lipstick stains are sponged with _____.
- (iii) _____ is the finishing agent used to stiffen silk clothes.
- (iv) Coloured clothes should be dried in _____ .

रिक्त स्थान भरें :

- (i) _____ का उपयोग सूती वस्त्रों के लिए एक सफेदी एजेंट के रूप में किया जाता है।
- (ii) लिपस्टिक के धब्बों को _____ से स्पंज किया जाता है।
- (iii) रेशमी वस्त्रों को कड़क करने के लिए _____ फिनिशिंग एजेंट का इस्तेमाल किया जाता है।
- (iv) रंगीन कपड़ों को _____ में सुखाया जाना चाहिए।

21 Fill in the blanks :

2

- (i) Working constantly for long hours can lead to _____.
- (ii) Doing two activities at the same time is known as _____.
- (iii) Doing number of activities within a fixed time period is known as _____.
- (iv) Making best use of time and energy is called _____.

रिक्त स्थान भरें :

- (i) लगातार लंबे समय तक काम करने से _____ हो सकती है।
- (ii) एक ही समय में दो गतिविधियाँ करना _____ कहलाता है।
- (iii) एक निश्चित समय अवधि के भीतर कई गतिविधियाँ करना _____ कहलाता है।
- (iv) समय और ऊर्जा का सर्वोत्तम उपयोग करना _____ कहलाता है।

22 Fill in the blanks :

1×2=2

- (i) A pregnant woman should sit in a no smoke zone as the smoke might pass the thin wall of _____ and damage the foetus.
- (ii) _____ years is the right age for a mother to have a baby.
- (iii) A pregnant woman should have milk as she needs calcium that is required for growth of _____.
- (iv) Age gap between two children should be of _____ years.

रिक्त स्थान भरें :

- (i) गर्भवती महिला को धूम्रपान निषेध क्षेत्र में बैठना चाहिए क्योंकि धुआँ _____ की पतली दीवार से होकर भ्रूण को नुकसान पहुँचा सकता है।
- (ii) बच्चा पैदा करने के लिए माँ की सही उम्र _____ वर्ष है।
- (iii) गर्भवती महिला को दूध पीना चाहिए क्योंकि उसे कैल्शियम की आवश्यकता होती है जो _____ के विकास के लिए आवश्यक है।
- (iv) दो बच्चों के बीच उम्र का अंतर _____ वर्ष का होना चाहिए।



23 State whether the following statements are true or false : 2

- (i) You can start working in a crèche after gaining skills in teaching.
- (ii) You can work as a chef after gaining skills in housekeeping and laundry services.
- (iii) Small saving agents acquire skills in resource management.
- (iv) Home science should not be studied by boys.

बताइए कि निम्नलिखित कथन सत्य हैं या असत्य :

- (i) आप शिक्षण में कौशल प्राप्त करने के बाद शिशुगृह में काम करना शुरू कर सकते हैं।
- (ii) आप हाउसकीपिंग और लॉन्ड्री सेवाओं में कौशल प्राप्त करने के बाद शैफ के रूप में काम कर सकते हैं।
- (iii) छोटे बचत एजेंट संसाधन प्रबंधन में कौशल प्राप्त करते हैं।
- (iv) गृह विज्ञान का अध्ययन लड़कों द्वारा नहीं किया जाना चाहिए।

24 Match the following Column I with Column II : 2

Column I	Column II
(A) Fortification	(i) Soaking dal in water and tying it in wet cloth
(B) Combination	(ii) Keeping kneaded dough overnight to make it rise.
(C) Germination	(iii) Adding vitamin A to milk
(D) Fermentation	(iv) Mixing cereal with milk (kheer)

निम्नलिखित कॉलम I का कॉलम II से मिलान कीजिए :

कॉलम I	कॉलम II
(A) फोर्टिफिकेशन	(i) दाल को पानी में भिगोकर गीले कपड़े में बाँधना
(B) मिश्रण	(ii) गूँथे हुए आटे को रात भर फूलने के लिए रखना
(C) अंकुरण	(iii) दूध में विटामिन ए मिलाना
(D) किण्वन	(iv) दूध में अनाज मिलाना (खीर)

25 Identify the cooking method in the following : $\frac{1}{2} \times 4 = 2$

- (i) Food cooked in heated closed box.
- (ii) Food cooked in lot of steam under pressure.
- (iii) food cooked in very less fat in open pan / tava.
- (iv) Food cooked over glowing fire on iron grid.

निम्नलिखित में पाक विधि को पहचानिए :

- (i) गर्म बंद डिब्बे में पकाया गया भोजन।
- (ii) दबाव में बहुत अधिक भाप में पकाया गया भोजन।
- (iii) खुले पैन/तवे पर बहुत कम वसा में पकाया गया भोजन।
- (iv) लोहे की जाली पर जलती आग पर पकाया गया भोजन।



- 26** State whether the following statements are true or false : **2**
- (A) Lemon should be added in the beginning of cooking.
 (B) Leaves of carrots should be discarded.
 (C) Turnip should be cut into large pieces to save nutrients.
 (D) Cooking soda hastens cooking.
- बताइए कि निम्नलिखित कथन सत्य हैं या असत्य :
- (A) खाना पकाने की शुरुआत में नींबू डालना चाहिए।
 (B) गाजर की पत्तियों को फेंक देना चाहिए।
 (C) पोषक तत्वों को बचाने के लिए शलजम को बड़े टुकड़ों में काट लेना चाहिए।
 (D) खाना पकाने का सोडा खाना पकाने को तेज़ करता है।
- 27** Give four suggestions for using multipurpose furniture at home. **2**
 घर में बहुउद्देशीय फर्नीचर के उपयोग के लिए चार सुझाव दीजिए।
- 28** Which two points should be kept in mind while cleaning the skin of a new born baby? **2**
 नवजात शिशु की त्वचा की सफाई करते समय किन दो बातों का ध्यान रखना चाहिए?
- 29** Fill in the blanks : **2**
- (i) Tyrian dye is obtained from _____ source.
 (ii) The advantage of wash and wear fabric is that it is easy to _____ .
 (iii) Silk clothes are ironed at _____ temperature.
 (iv) Fabrics given _____ finish do not get burnt.
- रिक्त स्थान भरें :
- (i) टायरियन रंग _____ स्रोत से प्राप्त होता है।
 (ii) वॉश एंड वियर कपड़े का लाभ यह है कि यह _____ आसान है।
 (iii) रेशमी कपड़ों को _____ तापमान पर इस्त्री किया जाता है।
 (iv) _____ परिसज्जा वाले कपड़े जलते नहीं हैं।
- 30** What are the four factors that affect a family's spending plan? **2**
 एक परिवार की व्यय योजना को प्रभावित करने वाले चार कारक कौन से हैं?
- 31** Your sister-in-law doesn't want to breastfeed her child as she thinks it will **2**
 spoil her figure. Tell her four drawbacks of bottle feeding.
 आपकी भाभी अपने बच्चे को स्तनपान नहीं कराना चाहती क्योंकि उसे लगता है कि इससे उसका फिगर खराब हो जाएगा। उसे बोतल से दूध पिलाने के चार नुकसान बताइए।



SECTION - B

खण्ड – ब

- 32 Name any four semi-perishable foods. 2

किन्हीं चार अर्ध-नाशवान खाद्य पदार्थों के नाम बताइए।

OR / अथवा

Name any four non-perishable foods.

किन्हीं चार गैर-नाशवान खाद्य पदार्थों के नाम बताइए।

- 33 Why is food preservation important? Give four reasons. 2

खाद्य संरक्षण क्यों महत्वपूर्ण है? चार कारण बताइये।

- 34 Suggest any four ways to prevent lifestyle diseases. 2

जीवनशैली से जुड़ी बीमारियों को रोकने के लिए कोई चार तरीके सुझाइए।

OR / अथवा

Give any four suggestions to care for the sick at home.

घर पर बीमारों की देखभाल के लिए कोई चार सुझाव दीजिए।

- 35 What four precautions would you adopt while washing a woollen sweater? 2

ऊनी स्वेटर धोते समय आप कौन सी चार सावधानियाँ अपनाएंगे?

- 36 Identify any four household activities that are done seasonally by a family. 2

किसी परिवार द्वारा मौसमी रूप से की जाने वाली किन्हीं चार घरेलू गतिविधियों की पहचान करें।



- 37 You sister gets tired doing household chores. Identify any two unnecessary household activities that she can avoid. Suggest her one alternative each. 2

आपकी बहन घर के काम करते-करते थक जाती है। कोई दो अनावश्यक घरेलू गतिविधियाँ पहचानिए जिन्हें वह टाल सकती है। उसे प्रत्येक का एक विकल्प सुझाइए।

OR / अथवा

Your mother does not get time to rest from household work. Suggest her any six ways she can save her energy.

आपकी माँ को घर के काम से आराम करने का समय नहीं मिलता। उन्हें अपनी ऊर्जा बचाने के लिए कोई छः तरीके सुझाइए।

- 38 Identify any four symptoms of pregnancy that women should be aware of. 2

गर्भावस्था के किन्हीं चार लक्षणों की पहचान कीजिए जिससे महिलाओं को सचेत रहना चाहिए।

- 39 Crime and corruption are increasing due to lack of values and ethics. 2
What are the other four effects of this on the society?

मूल्यों और नैतिकता की कमी के कारण अपराध और भ्रष्टाचार बढ़ रहा है। समाज पर इसके चार अन्य प्रभाव क्या हैं?

- 40 Lack of information is one of the major problems of consumers. Give any four examples of this. 2

जानकारी का अभाव उपभोक्ताओं की प्रमुख समस्याओं में से एक है। इसके कोई चार उदाहरण दीजिए।

OR / अथवा

In what four ways do packages help consumers?

पैकेज किन चार तरीकों से उपभोक्ताओं की मदद करते हैं?



- 41 Mr. Sharma earns Rs. 25,000 per month. He lives in a three bedroom rented accommodation in Delhi. Help him make a format to record his monthly expenditure on transport and household bills. 2

श्री शर्मा प्रति माह रु. 25,000 कमाते हैं। वे दिल्ली में तीन बेडरूम वाले किराए के मकान में रहते हैं। परिवहन और घरेलू बिलों पर अपने मासिक खर्च को रिकॉर्ड करने के लिए एक प्रारूप बनाने में उनकी मदद कीजिए।

- 42 Explain any six advantages of using a septic tank. 3
सेप्टिक टैंक के उपयोग के कोई छः लाभ बताइए।

OR / अथवा

How is a soakage pit made for removal of human excreta?

मानव मल को हटाने के लिए सोखने का गड्ढा कैसे बनाया जाता है ?

- 43 Sequence the steps of preparing apple jam at home. 3
घर पर सेब का जैम तैयार करने के चरणों को क्रमबद्ध कीजिए।

- 44 Identify any two health risks of soil pollution. Give four suggestions to prevent this pollution. 3

मृदा प्रदूषण के कारण होने वाले किन्हीं दो स्वास्थ्य जोखिमों की पहचान कीजिए। इस प्रदूषण को रोकने के लिए चार सुझाव दीजिए।

OR / अथवा

What are six possible reasons for the increase in polluted air?

प्रदूषित वायु में वृद्धि के छः संभवित कारण क्या हैं ?

- 45 This month Suchita had to buy medicines for Rs. 2,000 as she got sick. 3
Suggest her three ways each by which she can

(i) supplement her income and

(ii) reduce her expenses.

इस महीने सुचिता को बीमार होने के कारण 2,000 रुपये की दवाइयां खरीदनी पड़ी। उसे तीन-तीन तरीके सुझाइए जिससे वह

(i) अपनी आय बढ़ा सके और

(ii) अपने खर्चे कम कर सके।



- 46 What are the two positive impacts of media on personality of adolescents? 5
In what three ways can adolescents maintain healthy relationships with their peers.

किशोरों के व्यक्तित्व पर मीडिया के दो सकारात्मक प्रभाव क्या हैं? किन तीन तरीकों से किशोर अपने साथियों के साथ स्वस्थ संबंध बनाए रख सकता है?

OR / अथवा

What are two reasons of stress during adolescence? In what three ways can they cope with this emotion?

किशोरावस्था के दौरान तनाव के दो कारण क्या हैं? वे किन तीन तरीकों से इस भावना का सामना कर सकते हैं?

- 47 Give any five instructions to your sister to wash her coloured cotton 1×5=5
articles at home.

अपनी बहन को रंगीन सूती कपड़े घर पर धोने के लिए कोई पाँच निर्देश दीजिए।

OR / अथवा

You have set up a dyeing unit. Explain to your workers about batik procedure and the four different stages at which different textiles are dyed.

आपने एक रंगाई इकाई स्थापित की है। अपने कर्मचारियों को बाटिक प्रक्रिया और चार अलग-अलग चरणों के बारे में समझाइए, जिनसे विभिन्न वस्त्रों को रंगा जाता है।

