NIOS PYQ's SOLUTIONS

PREVIOUS YEARS' QUESTIONS & ANSWERS

APRIL-2024

Your Path to Success

खंड - अ

प्रश्न 1 (i) दो-वर्षीय राजेश की टाँगों और चेहरे पर सूजन आ गई है। उसकी तोंद निकली हुई है और उसके बाल भूरे रंग के हैं। वह किस पौष्टिक तत्त्व की कमी से पीड़ित हो सकता है?

(A) मरास्मस **(B) क्वाशियोर्कर**

(C) गॉइटर **(D) अनीमिया**

उत्तर - (B) क्वाशियोर्कर

अथवा

(ii) मेथी को किस विधि से संरक्षित किया जाता है?

(A) निर्जलीकरण **(B) नमक द्वारा**

(C) संरक्षक द्वारा **(D) जमाना**

उत्तर - (A) निर्जलीकरण

प्रश्न 2 (i) भोजन प्रतिस्थापन में एक रोटी के बराबर क्या है?

(A) दो ब्रेड स्लाइस **(B) दो इडली**

(C) एक सादा डोसा **(D) 1/4 कप दलिया**

उत्तर - (C) एक सादा डोसा

अथवा

(ii) आपकी दादी उच्च रक्तचाप से पीड़ित हैं। निम्नलिखित मेनू में से उन्हें क्या सेवन नहीं करना चाहिए?

(A) रोटी

(B) मसालेदार अण्डा करी

(C) रायता

(D) सलाद

All Rights Reserved © Manish Verma (MVS Foundation), for more Notes visit https://www.mvsfoundation.in/

उत्तर - (B) मसालेदार अण्डा करी

प्रश्न 3 (i) एक छोटे से शयनकक्ष में जगह की बचत कैसे की जा सकती है?

(A) अलमारी रखकर

(B) मेज रखकर

(C) बॉक्स बेड रखकर

(D) ड्रेसिंग टेबल रखकर

उत्तर - (C) बॉक्स बेड रखकर

अथवा

(ii) दीवार में बनी हुई अलमारी की सलाह दी जाती है, क्योंकि

(A) वह फर्श पर स्थान नहीं घेरते

(B) उनकी व्यवस्था करना आसान होता है

(C) वह आकर्षक लगती हैं

(D) वह लंबे समय तक चलती हैं

उत्तर - (A) वह फर्श पर स्थान नहीं घेरते

प्रश्न 4 (i) निम्नलिखित में से किसका उपयोग करके बिजली के बिल में कटौती की जा सकती है?

(A) हेयर ड्रायर

(B) इलेक्ट्रॉनिक चोक

(C) मिक्सी

(D) वाशिंग मशीन

उत्तर - (B) इलेक्ट्रॉनिक चोक

अथवा

(ii) निम्नलिखित में से कौन एक अक्षय ऊर्जा का स्रोत है?

(A) भूतापीय

(B) परमाणु ईंधन

(C) बिजली

(D) लकड़ी

All Rights Reserved © Manish Verma (MVS Foundation), for more Notes visit https://www.mvsfoundation.in/

उत्तर - (A) भूतापीय

प्रश्न 5 - कौन-सी दो निवेश योजनाओं में आप शीघ्र अपने पैसे निकाल सकते हैं?

(A) बचत खाता **(B) यूनिट**

(C) जीवन बीमा **(D) राष्ट्रीय बचत पत्र**

उत्तर - (A) बचत खाता, (B) यूनिट

प्रश्न 6 - (i) दिए गए कथन सही हैं या गलत लिखिए (कोई दो) :

(क) लड़कों की अपेक्षा, लड़कियों की हड्डियों पर कम चर्बी होती है।

उत्तर - गलत

(ख) मध्य बाल्यावस्था में बच्चे के 28 दाँत होते हैं।

उत्तर - सही

(ग) मजबूत हड्डियाँ, मांसपेशियों को अच्छा आधार देती हैं।

उत्तर - सही

अथवा

(ii) - वैसेक्टोमी (पुरुष नसबंदी) :

(A) परिवार नियोजन का स्थायी तरीका होता है

(B) परिवार नियोजन का अस्थायी तरीका होता है

(C) 18 वर्ष की आयु से पूर्व ही किया जाता है

(D) 60 वर्ष की आयु के बाद किया जाता है

उत्तर - (A) परिवार नियोजन का स्थायी तरीका होता है

All Rights Reserved © Manish Verma (MVS Foundation), for more Notes visit https://www.mvsfoundation.in/

प्रश्न 7. (i) बच्चे अपनी भाषा में कौन-सी आयु में 'फूंक-फूंककर कदम रखे' जैसे रूपक का प्रयोग करते हैं?

(A) 2 से 3 वर्ष **(B) 6 से 11 वर्ष**

(C) 3 से 5 वर्ष **(D) 3 से 4 वर्ष**

उत्तर - (B) 6 से 11 वर्ष

अथवा

(ii) दस-वर्षीय मनोज समझता है कि वह अगर देर से उठेगा तो उसे समय पर स्कूल पहुँचने के लिए तेज चलना पड़ेगा। यह कौन-सी संज्ञानात्मक विशेषता की ओर संकेत करता है?

(A) वर्गीकरण **(B) श्रेणीबद्ध करना**

(C) समय और गति **(D) संरक्षण**

उत्तर - (C) समय और गति

प्रश्न 8. (i) अंतर्वस्त्र किस तकनीक से बनाए जाते हैं?

(A) ब्रेडिंग **(B) निटिंग**

(C) वीविंग **(D) लेस**

उत्तर - (B) निटिंग

अथवा

(ii) मोटे सूत को पतले सूत के साथ एक ही दिशा में प्रयोग करके कौन-सी बुनाई उत्पन्न की जाती है?

(A) बास्केट बुनाई **(B) रिब बुनाई**

(C) साधारण बुनाई **(D) साटिन बुनाई**

All Rights Reserved © Manish Verma (MVS Foundation), for more Notes visit https://www.mvsfoundation.in/

उत्तर - (B) रिब बुनाई

प्रश्न 9. (i) कौन-से धब्बे को हटाने के लिए गर्म पानी का प्रयोग कभी नहीं करना चाहिए?

(A) चाय **(B) खून**

(C) ग्रीज/घी **(D) पेंट**

उत्तर - (B) खून

अथवा

(ii) निम्नलिखित में से कौन-सा एक सहायक सामग्री नहीं है?

(A) नील **(B) ऑप्टिकल ब्राइटेनिंग एजेन्ट**

(C) दाग छुड़ाने वाले पदार्थ **(D) साबुन**

उत्तर - (D) साबुन

प्रश्न 10. इस प्रश्न में दो केस हैं। दोनों के उत्तर दीजिए:

केस 1 : ऊर्जा की आपूर्ति के लिए प्रोटीन का उपयोग शरीर कब करता है?

(क) आहार में कार्बोहाइड्रेट और वसा की कमी होने पर

(ख) अधिक प्रोटीन का सेवन करने पर

(ग) अत्यधिक मात्रा में पशु प्रोटीन का सेवन करने पर

(घ) आहार में कार्बोहाइड्रेट और वसा का अत्यधिक होने पर

उत्तर - (क) आहार में कार्बोहाइड्रेट और वसा की कमी होने पर

केस 2 : स्वच्छ पेय जल तथा पर्यावरणीय स्वच्छता जैसे मुद्दे किस राष्ट्रीय पोषण कार्यक्रम में शामिल हैं?

(क) आइ० सी० डी० एस०

All Rights Reserved © Manish Verma (MVS Foundation), for more Notes visit https://www.mvsfoundation.in/

(ख) मिड-डे मील कार्यक्रम

(ग) राष्ट्रीय पोषण संबंधी अनीमिया नियंत्रण कार्यक्रम

(घ) राष्ट्रीय आयोडीन न्यूनता जनित दोष नियंत्रण कार्यक्रम

उत्तर - (क) आइ० सी० डी० एस०(ICDS)

प्रश्न 11 - आहार योजना बनाते समय धन बचाने के कोई दो सुझाव दीजिए।

उत्तर – आहार योजना बनाते समय धन बचाने के दो सुझाव :

1. मौसमी खाद्य पदार्थ खरीदें : मौसमी फल और सब्जियाँ सस्ती और अधिक पौष्टिक होती हैं।

2. थोक खरीदारी : अनाज, दालें और मसालों को थोक मात्रा में खरीदने से धन की बचत होती है।

अथवा

निम्नलिखित में से कौन-सा आहार एक सात माह के शिशु के लिए उपयुक्त नहीं है?

(A) खीर, मसला हुआ केला और दलिया

(B) सूजी की खीर, मसला हुआ आलू और दलिया

(C) तला हुआ आलू, खिचड़ी और उबली हुई सब्जियाँ

(D) दाल सूप, मसला हुआ आलू और दलिया

उत्तर – (C) तला हुआ आलू, खिचड़ी और उबली हुई सब्जियाँ

प्रश्न 12 - दिए गए कथन सही हैं या गलत लिखिए (कोई चार):

(क) गुणात्मक संशोधन का अर्थ है भोजन में पोषक तत्त्व, तरलता और मसाले की मात्रा में परिवर्तन करना।

उत्तर – सही

(ख) किसी व्यक्ति के लिंग का उसके भोजन योजना से कोई लेना-देना नहीं है।

All Rights Reserved © Manish Verma (MVS Foundation), for more Notes visit https://www.mvsfoundation.in/

उत्तर – गलत

(ग) दालों में कैल्शियम भरपूर मात्रा में होता है।

उत्तर – गलत

(घ) संतुलित आहार में कोई पाँच पसंदीदा खाद्य पदार्थ सम्मिलित होते हैं।

उत्तर – गलत

(ङ) एक मज़दूर को ऑफिस जाने वाले व्यक्ति से ज्यादा अनाज खाना चाहिए।

उत्तर – सही

प्रश्न 13 - कॉलम-I को कॉलम-II से सुमेलित कीजिए:

कॉलम-I	कॉलम-II
(क) सोलर पैनल	(i) विद्युत् उत्पादन
(ख) जल ऊर्जा	(ii) पेट्रोल की बचत
(ग) कार के टायरों में हवा का उचित दबाव	(iii) गोबर की खपत
(घ) बायोगैस	(iv) मुफ्त गर्म पानी

उत्तर – सही मिलान:-

(क) सोलर पैनल	-	(iv) मुफ्त गर्म पानी
(ख) जल ऊर्जा	-	(i) विद्युत् उत्पादन
(ग) कार के टायरों में हवा का उचित दबाव	-	(ii) पेट्रोल की बचत
(घ) बायोगैस	-	(iii) गोबर की खपत

All Rights Reserved © Manish Verma (MVS Foundation), for more Notes visit https://www.mvsfoundation.in/

प्रश्न 14 - श्री लाल और श्री आनन्द दोनों की समान आय और समान परिवार का आकार है। श्री लाल प्रत्येक माह कुछ राशि निवेश संस्थाओं में डालते हैं। श्री आनन्द ने अपनी सारी बचत, बैंक के बचत खाते में कर रखी है।

(क) लंबे समय में अधिक अमीर कौन होगा?

उत्तर – श्री लाल लंबे समय में अधिक अमीर होंगे।

(ख) अपने उत्तर का औचित्य दीजिए।

उत्तर – निवेश योजनाओं (जैसे शेयर, बांड, पीपीएफ) में बचत खाते की तुलना में **ब्याज दर अधिक** होती है। लंबे समय में **चक्रवृद्धि ब्याज** के कारण निवेश की गई राशि तेजी से बढ़ती है, जबकि बचत खाते में वृद्धि धीमी होती है।

प्रश्न 15 - दिए गए कथन सही हैं या गलत लिखिए:

(क) एक अध्यापक आठ वर्ष के बच्चे के सामाजिक-संवेगात्मक विकास में महत्त्वपूर्ण भूमिका निभाता है।

उत्तर – सही

(ख) बच्चों को चार वर्ष की आयु से लिखना सिखाना चाहिए।

उत्तर – गलत

(ग) चार-वर्षीय बच्चे को सभी कौशलों में उत्कृष्टता प्राप्त करने के लिए प्रोत्साहित किया जाना चाहिए।

उत्तर – गलत

(घ) दूसरों के सामने डाँटे जाने पर बच्चे अपना आत्मसम्मान खो देते हैं।

उत्तर – सही

All Rights Reserved © Manish Verma (MVS Foundation), for more Notes visit https://www.mvsfoundation.in/

प्रश्न 16 - निम्नलिखित गतिविधियों में से कौन-से संज्ञानात्मक गुण की ओर संकेत करती है?

(क) आठ-वर्षीय मोहन रोने लग जाता है जब उसे लम्बे ग्लास की जगह छोटे ग्लास में पेय पदार्थ परोसा जाता है।

उत्तर – संरक्षण के अभाव की ओर संकेत करता हैं।

(ख) छः वर्षीय नीता मिट्टी के लौदे से नए-नए जानवर बनाती है।

उत्तर – सृजनात्मकता गुण की ओर संकेत करता हैं।

प्रश्न 17 - निम्नलिखित में से कौन-सी चार गतिविधियों को सूक्ष्म मांसपेशियों के समन्वय की आवश्यकता होती है?

(क) कागज फाड़ना

(ख) शर्ट के बटन लगाना

(ग) एक वाक्य लिखना

(घ) चम्मच से खाना

(ङ) रस्सी कूदना

(च) भारी बक्से को धकेलना

उत्तर – चार गतिविधियों में सूक्ष्म मांसपेशियों के समन्वय की आवश्यकता होगी-

(क) कागज फाड़ना

(ख) शर्ट के बटन लगाना

(ग) एक वाक्य लिखना

(घ) चम्मच से खाना

All Rights Reserved © Manish Verma (MVS Foundation), for more Notes visit https://www.mvsfoundation.in/

प्रश्न 18 - निम्नलिखित शब्दों के समूह के लिए एक शब्द दीजिए:

(क) एक ऐसी बुनाई जिससे वस्त्र पर तिरछी रेखा बनती है

उत्तर – ट्विल बुनाई

(ख) बुनाई जिसमें सतह पर चमकीले, लम्बे फंदे होते हैं

उत्तर – साटिन बुनाई

(ग) बुने हुए वस्त्र के प्रति वर्ग इंच में, ताने व बाने की कुल संख्या

उत्तर – थ्रेड काउंट

(घ) एक ही सूत को फंदों से फंदा मिलाकर गुँथने पर वस्त्र बनाया जाता है

उत्तर – निटिंग(बुनाई)

प्रश्न 19 - दिए गए कथन सही हैं या गलत लिखिए:

(क) रसायन, वनस्पति और खनिज स्रोतों से नील प्राप्त किया जाता है।

उत्तर – सही

(ख) घास का दाग हटाने के लिए मिथाइलेटेड स्पिरिट का उपयोग किया जाता है।

उत्तर – सही

(ग) धोने से पहले ऊनी कपड़ों को भिगोना चाहिए।

उत्तर – गलत

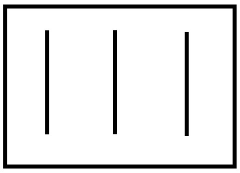
(घ) ऊनी कपड़ों का भंडारण करने के लिए चंदन का पाउडर का उपयोग किया जा सकता है।

उत्तर – सही

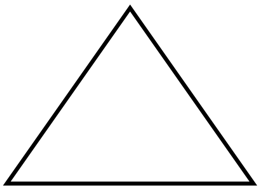
All Rights Reserved © Manish Verma (MVS Foundation), for more Notes visit https://www.mvsfoundation.in/

प्रश्न 20 – निम्नलिखित चिह्नों से क्या समझते हैं?

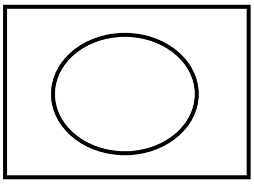
(क)



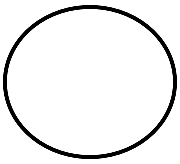
(ख)



(ग)



(घ)



उत्तर – यह चिन्ह वस्त्रों की देख रेख करने में सहायता करते हैं-

(क) ड्रिप ड्राइ

(ख) विरंजित किया जा सकता हैं

(ग)'टम्बल ड्राई' या मशीन में सुखाना।

(घ) ड्राई क्लीनिंग करें

प्रश्न 21 - स्कूल के बस चालक के कोई दो उचित नीतिगत व्यवहार बताइए।

उत्तर – स्कूल के बस चालक के दो उचित नीतिगत व्यवहार निम्न हैं-

1. **नियमों का पालन :** चालक को यातायात के सभी नियमों का कड़ाई से पालन करना चाहिए और कभी भी नशीले पदार्थ का सेवन करके गाड़ी नहीं चलानी चाहिए।
2. **विनम्र व्यवहार :** उसे बच्चों और अभिभावकों के साथ सम्मानजनक और विनम्रता से बात करनी चाहिए।

खंड – ब

प्रश्न 22 - "किसी भी काम के प्रति, अपूर्ण ज्ञान और कुशलता समस्याएँ उत्पन्न कर सकता है।" इस कथन को उदाहरण की सहायता से समर्थन कीजिए।

उत्तर – हाँ, यह कथन सत्य है। उदाहरण के लिए, यदि किसी गृहिणी को बिजली के उपकरणों (जैसे प्रेस या हीटर) के सुरक्षित उपयोग का ज्ञान नहीं है, तो उसे बिजली का झटका लग सकता है या उपकरण खराब हो

All Rights Reserved © Manish Verma (MVS Foundation), for more Notes visit https://www.mvsfoundation.in/

सकता है। इसी प्रकार, भोजन पकाते समय स्वच्छता और तापमान का सही ज्ञान न होने पर भोजन के पोषक तत्व नष्ट हो सकते हैं या भोजन विषाक्त हो सकता है।

अथवा

नैतिक व्यवहार का पालन करने के लिए आप कौन-सी चार आदतें विकसित करेंगे?

उत्तर – नैतिक व्यवहार का पालन करने के लिए निम्न चार आदतें विकसित करनी चाहिए-

1. **समय की पाबंदी :** हर कार्य समय पर पूरा करना।
2. **ईमानदारी :** अपने काम और वचनों में सच्चा रहना।
3. **आदर भाव :** बड़ों, छोटों और सहकर्मियों के साथ सम्मान से पेश आना।
4. **जिम्मेदारी :** अपने कर्तव्यों को समझना और उन्हें बिना किसी निगरानी के पूरा करना।

प्रश्न 23 - छिले हुए सेब को अधिक समय तक रखना उचित क्यों नहीं होता?

उत्तर – छिले हुए सेब को हवा में खुला छोड़ने पर उसमें मौजूद एंजाइम ऑक्सीजन के साथ क्रिया करते हैं (ऑक्सीकरण), जिससे सेब का रंग भूरा हो जाता है। इससे न केवल सेब देखने में खराब लगता है, बल्कि उसका स्वाद बदल जाता है और विटामिन सी जैसे पोषक तत्व भी नष्ट हो जाते हैं।

अथवा

पकाए गए भोजन को फ्रिज में क्यों रखना चाहिए?

उत्तर – पकाए गए भोजन को फ्रिज में रखने से उसमें बैक्टीरिया और सूक्ष्मजीवों की वृद्धि बहुत धीमी हो जाती है। इससे भोजन जल्दी खराब नहीं होता, उसमें खटास या बदबू नहीं आती और वह खाने योग्य सुरक्षित बना रहता है।

प्रश्न 24 - झुगी-झोपड़ी में रहने वाले लोग अपने क्षेत्र के पर्यावरण निम्नीकरण के लिए किन चार तरह से जिम्मेदार हैं?

उत्तर – झुग्गी-झोपड़ी में रहने वाले लोग निम्नलिखित चार तरीकों से अपने क्षेत्र के पर्यावरण निम्नीकरण के लिए जिम्मेदार होते हैं-

1. खुले में शौच करने से मिट्टी और जल प्रदूषित होता है।

All Rights Reserved © Manish Verma (MVS Foundation), for more Notes visit https://www.mvsfoundation.in/

2. कूड़ा-कचरा नालियों व गलियों में फेंकने से गंदगी फैलती है।
3. सार्वजनिक नलों को खुला छोड़ने से पानी जमा होकर मच्छर पनपते हैं।
4. लकड़ी, कोयला या प्लास्टिक जलाने से वायु प्रदूषण होता है।

प्रश्न 25 - अपने मित्र को बिजली के उपकरण का प्रयोग करते समय ध्यान में रखने योग्य दो बातें बताइए।

उत्तर – बिजली के उपकरण का प्रयोग करते समय ध्यान में रखने योग्य दो बातें निम्न हैं-

1. बिजली के किसी भी उपकरण या स्विच को कभी भी गीले हाथों से न छुएं, क्योंकि पानी बिजली का सुचालक है और इससे करंट लग सकता है।
2. उपयोग से पहले सुनिश्चित करें कि उपकरण की तार कटी-फटी न हो और प्लग सॉकेट में ठीक से लगा हो।

प्रश्न 26 - घर पर जमाने की विधि द्वारा गाजर को परिरक्षित करने के चरण लिखिए।

उत्तर – जमाने की विधि द्वारा गाजर को परिरक्षित करने के चरण :

1. ताज़ी गाजर धोकर छीलें और काट लें।
2. उबलते पानी में ब्लांच करें।
3. तुरंत बर्फ़ वाले पानी में ठंडा करें।
4. पानी निकालकर एयरटाइट पैक करें।
5. फ्रीज़र में रखें।

इस विधि से गाजर 10–12 महीने तक सुरक्षित रहती है।

अथवा

घर पर निर्जलित आलू के चिप्स बनाने के चरणों की रूपरेखा तैयार कीजिए।

उत्तर – घर पर निर्जलित आलू के चिप्स बनाने के चरण :

1. आलू धोकर छीलें, पतले स्लाइस काटें और धोकर स्टार्च निकालें।
2. नमक व फिटकरी मिले पानी में हल्का उबालें।
3. पानी निथार लें।
4. धूप में फैलाकर सुखाएँ।

All Rights Reserved © Manish Verma (MVS Foundation), for more Notes visit https://www.mvsfoundation.in/

5. सूखने पर हवा-बंद डिब्बे में रखें; आवश्यकता पर तलें।

प्रश्न 27 - बेसन चीला को और अधिक पौष्टिक बनाने का एक तरीका सुझाइए। कारण सहित अपने उत्तर की पुष्टि कीजिए।

उत्तर – बेसन के घोल में कद्दूकस की हुई सब्जियाँ जैसे गाजर, पालक या मेथी तथा थोड़ा पनीर मिलाना चाहिए। इससे चीले में विटामिन, खनिज और रेशा बढ़ता है। पनीर मिलाने से प्रोटीन और कैल्शियम की मात्रा बढ़ जाती है, जिससे बेसन चीला एक संतुलित व पौष्टिक आहार बन जाता है।

प्रश्न 28 - परिवार को दोपहर के आहार में दाल तड़का और चावल परोसे गए हैं। दो साल के बच्चे के लिए इसे कैसे संशोधित किया जा सकता है?

उत्तर – दो साल के बच्चे के लिए दाल-चावल में आवश्यक संशोधन :

1. दाल और चावल को अच्छी तरह मसल लें ताकि वह नरम हो जाए और बच्चा बिना चबाए आसानी से निगल सके।
2. बच्चे के लिए दाल अलग निकालें, उसमें मिर्च-मसाले न डालें। स्वाद व ऊर्जा बढ़ाने के लिए थोड़ी मात्रा में घी मिला सकते हैं।

प्रश्न 29 - लड़कियों के लिए कई शैक्षिक सुधार और पॉलिसी बनाई गई हैं। इनके कोई तीन लाभ बताइए।

उत्तर – लड़कियों के लिए शैक्षिक सुधार और पॉलिसी के तीन लाभ :

1. **आर्थिक स्वावलंबन :** शिक्षित लड़कियाँ नौकरी या स्वरोजगार द्वारा परिवार की आय में योगदान दे सकती हैं।
2. **बेहतर स्वास्थ्य :** शिक्षा से लड़कियों में पोषण और स्वास्थ्य के प्रति जागरूकता आती है, जिससे मातृ और शिशु मृत्यु दर में कमी आती है।
3. **शोषण से बचाव :** शिक्षित लड़कियाँ अपने अधिकारों को समझती हैं और समाज में होने वाले भेदभाव व शोषण के खिलाफ आवाज उठा सकती हैं।

अथवा

All Rights Reserved © Manish Verma (MVS Foundation), for more Notes visit https://www.mvsfoundation.in/

एक महिला को प्रसव (डिलीवरी) के समय कौन-सी तीन सावधानियाँ बरतनी चाहिए?

उत्तर – प्रसव (डिलीवरी) के समय महिला द्वारा बरती जाने वाली तीन सावधानियाँ :

1. गर्भ के दौरान व प्रसव के समय की तैयारियों के संबंध में किसी योग्य व कुशल डॉक्टर व नर्स से परामर्श लें।
2. नवजात शिशु को स्वच्छ रखा जाना चाहिए, जरा नाल को बांधकर काटा जाना चाहिए ताकि वह जीवाणु रहित रहे और इसमें बैक्टीरिया प्रेवश न कर सकें।
3. स्तनपान जल्द से जल्द प्रारंभ करवा देना चाहिए क्योंकि माँ का प्रारंभिक दूध बच्चे को रोग प्रतिरोधात्मक क्षमता प्रदान करता है।

प्रश्न 30 - अच्छी गुणवत्ता वाले कपड़े खरीदते समय आप किन तीन मानदंडों पर ध्यान देंगे?

उत्तर – कपड़े खरीदते समय निम्न तीन मानदंडो का ध्यान देना चाहिए :

1. **बुनाई की सघनता :** कपड़े को रोशनी की तरफ करके देखें। बुनाई घनी और एकसमान होनी चाहिए; ढीली बुनाई वाला कपड़ा जल्दी फट जाता है।
2. **रंग का पक्कापन :** कपड़े के कोने को थोड़ा गीला करके रगड़ें। यदि रंग निकलता है, तो वह कच्चा है।
3. **लेबल की जानकारी :** कपड़े पर लगे लेबल को पढ़ें जिसमें फाइबर की मात्रा (जैसे 100% कॉटन), सिकुड़न और धुलाई के निर्देश दिए होते हैं।

अथवा

अपने दादाजी के लिए कपड़ों का चुनाव करते समय आप किन तीन बातों का ध्यान रखेंगे?

उत्तर – दादाजी के लिए कपड़ों का चुनाव करते समय निम्न बातों का ध्यान देना चाहिए -

1. **आरामदायक :** कपड़ा मुलायम और त्वचा के अनुकूल होना चाहिए (जैसे सूती), जो पसीना सोख सके और चुभे नहीं।
2. **पहनने में आसान :** कपड़े ढीले-ढाले होने चाहिए और उनमें बड़े बटन या वेल्क्रो लगा हो ताकि वे स्वयं आसानी से पहन और उतार सकें।
3. **हल्का वजन :** कपड़े वजन में भारी नहीं होने चाहिए ताकि बुजुर्ग व्यक्ति को बोझ महसूस न हो।

All Rights Reserved © Manish Verma (MVS Foundation), for more Notes visit https://www.mvsfoundation.in/

प्रश्न 31 - कपड़ों से संबंधित व्यापारियों द्वारा की जाने वाली किन्हीं तीन धाँधलियों का वर्णन कीजिए।

उत्तर – कपड़ों से संबंधित व्यापारियों द्वारा की जाने वाली तीन धाँधलियों निम्न हैं-

1. **कम नाप तौलना :** दुकानदार अक्सर मीटर रॉड की जगह टेबल के किनारे या हाथ से नापकर कपड़ा कम देते हैं, या कपड़ा खींचकर नापते हैं।
2. **मिलावट :** सिंथेटिक या मिश्रित कपड़ों को शुद्ध कॉटन, रेशम या ऊन बताकर अधिक मूल्य पर बेचा जाता है, जिससे ग्राहक धोखा खाता है।
3. **नकली लेबल :** घटिया गुणवत्ता वाले कपड़ों पर प्रसिद्ध कंपनियों के नकली लेबल या ब्रांड नाम लगाकर उन्हें महंगे दामों पर बेचा जाता है।

प्रश्न 32 - किशोर अपने साथियों को अपने परिवार के सदस्यों से अधिक महत्त्वपूर्ण क्यों मानते हैं?

उत्तर – किशोरावस्था में शारीरिक, मानसिक और भावनात्मक परिवर्तन होते हैं, जिनके कारण किशोर अपने साथियों को अधिक महत्त्व देने लगते हैं। इसके **मुख्य कारण** निम्नलिखित हैं-

1. **समान अनुभूतियाँ :** किशोरों को लगता है कि उनके मित्र उनकी भावनाओं और समस्याओं को बेहतर समझते हैं, क्योंकि वे भी उसी अवस्था से गुजर रहे होते हैं।
2. **स्वीकृति और पहचान की आवश्यकता :** मित्र समूह में स्वीकार किया जाना किशोरों के आत्मसम्मान और पहचान के लिए बहुत महत्त्वपूर्ण हो जाता है।
3. **स्वतंत्रता की चाह :** परिवार के नियमों और नियंत्रण की तुलना में मित्रों के साथ वे अधिक स्वतंत्र और आत्मनिर्भर महसूस करते हैं।

अथवा

किशोरों और उनके माता-पिता के बीच बहस होने के पाँच कारण बताइए।

उत्तर – किशोरों और उनके माता-पिता के बीच बहस होने के पाँच कारण :

1. **स्वतंत्रता की चाह :** किशोर स्वयं को बड़ा समझने लगते हैं और अपने निर्णय खुद लेना चाहते हैं। माता-पिता की रोक-टोक उन्हें अपनी आज़ादी में बाधा लगती है, जिससे बहस होती है।

All Rights Reserved © Manish Verma (MVS Foundation), for more Notes visit https://www.mvsfoundation.in/

2. **पीढ़ी का अंतर :** माता-पिता के पारंपरिक विचार और किशोरों की आधुनिक सोच अक्सर मेल नहीं खाती, जिससे मतभेद बढ़ते हैं।
3. **पहनावा और फैशन :** किशोर नए फैशन अपनाते हैं, जो कई बार माता-पिता को अनुचित लगता है, इससे असहमति होती है।
4. **दोस्तों को प्राथमिकता :** मित्रों को अधिक समय देना माता-पिता को चिंता में डालता है और टकराव पैदा करता है।
5. **पढ़ाई और करियर का दबाव :** माता-पिता की अपेक्षाएँ और किशोरों की रुचियाँ अलग होने से तनाव और बहस होती है।

प्रश्न 33 - पैकेट बन्द खाद्य पदार्थ खरीदने के पाँच लाभ बताइए।

उत्तर – पैकेट बंद खाद्य पदार्थ खरीदने के मुख्य पाँच लाभ हैं :

1. **स्वच्छता :** पैकेट बंद खाद्य पदार्थ पूरी तरह सील रहते हैं, जिससे वे धूल, गंदगी, मक्खियों और बाहरी स्पर्श से सुरक्षित रहते हैं। इससे भोजन के दूषित होने और बीमारी फैलने की संभावना कम हो जाती है।
2. **सुविधा :** इन्हें खरीदना, ले जाना और संग्रह करना आसान होता है। कई पैकेट बंद खाद्य पदार्थ रेडी-टू-ईट होते हैं, जिससे समय और श्रम की बचत होती है।
3. **गुणवत्ता की जानकारी :** पैकेट पर पोषक तत्वों, सामग्री, वजन और मूल्य की स्पष्ट जानकारी होती है, जिससे उपभोक्ता सही उत्पाद चुन सकता है।
4. **सुरक्षा :** निर्माण तिथि और समाप्ति तिथि लिखी होने से खराब या बासी भोजन खाने से बचाव होता है।
5. **मिलावट से बचाव :** फैक्टरी से सील होने के कारण इनमें मिलावट की संभावना बहुत कम होती है।

अथवा

बी०आई०एस० अधिनियम क्या है? इस कानून की प्रमुख विशेषताएँ क्या हैं?

उत्तर - बी०आई०एस० भारतीय मानक ब्यूरो अधिनियम है, जो वस्तुओं के मानकीकरण, गुणवत्ता प्रमाणन और मार्किंग को नियंत्रित करता है। इस कानून की प्रमुख विशेषताएँ है -

1. **मानक निर्धारण :** यह विभिन्न उपभोक्ता वस्तुओं, प्रक्रियाओं और प्रणालियों के लिए गुणवत्ता के मानक तय करता है, जिससे उत्पाद की विश्वसनीयता बनी रहती है।

All Rights Reserved © Manish Verma (MVS Foundation), for more Notes visit https://www.mvsfoundation.in/

2. **प्रमाणन चिह्न :** अच्छी गुणवत्ता वाले औद्योगिक उत्पादों पर 'आई.एस.आई.' (ISI) मार्क और सोने-चाँदी के आभूषणों की शुद्धता के लिए 'हॉलमार्क' लगाने का अधिकार देता है।
3. **उपभोक्ता सुरक्षा :** यह उपभोक्ताओं को स्वास्थ्य के लिए हानिकारक, असुरक्षित और घटिया गुणवत्ता वाले उत्पादों से बचाता है।
4. **अनिवार्यता :** जनहित और सुरक्षा को ध्यान में रखते हुए सरकार को कुछ वस्तुओं के लिए प्रमाणन अनिवार्य करने का अधिकार देता है।
5. **दंड का प्रावधान :** मानकों के उल्लंघन या नकली चिह्नों के प्रयोग पर सख्त कानूनी कार्यवाही और जुर्माने का प्रावधान करता है।

वैकल्पिक मॉड्यूल-A

(गृह-व्यवस्था)

प्रश्न 34 (i) - बाथब्रिक का उपयोग किसको बनाने के लिए किया जाता है?

(A) कॉपर क्लीनर **(B) फर्नीचर पॉलिश**

(C) धातु की पॉलिश **(D) फर्नीचर क्रीम**

उत्तर – (C) धातु की पॉलिश

अथवा

(ii) - चीनी मिट्टी की टाइलों की सफाई किससे की जाती है?

(A) सांद्र हाइड्रोक्लोरिक अम्ल **(B) मिट्टी का तेल**

(C) गर्म पानी और डिटर्जेंट **(D) सिरका**

उत्तर – (C) गर्म पानी और डिटर्जेंट

प्रश्न 35 - पुष्प सज्जा के लिए फूलों को कब तोड़ना चाहिए?

(A) रात के समय **(B) सुबह के समय**

(C) दोपहर को **(D) शाम को**

All Rights Reserved © Manish Verma (MVS Foundation), for more Notes visit https://www.mvsfoundation.in/

उत्तर – (B) सुबह के समय

प्रश्न 36 - बेकिंग सोडा और अमोनिया किसके उदाहरण हैं?

(A) क्षार **(B) पॉलिश**

(C) विरंजक **(D) अपघर्षक**

उत्तर – (A) क्षार

प्रश्न 37 - नीचे अभिकर्मकों की एक सूची दी गई है। सतहों की सफाई में प्रत्येक की एक भूमिका बताइए (कोई चार) :

(क) मिट्टी का तेल

(ख) बुरादा

(ग) सोडियम हाइपोक्लोराइड

(घ) मुलतानी मिट्टी

(ङ) मिथाइलेटेड स्पिरिट

उत्तर – सतहों की सफाई में प्रत्येक की एक भूमिका-

(क) मिट्टी का तेल : नल की टोंटियों और धातु की सतहों से जंग और ग्रीस हटाने के लिए।

(ख) बुरादा : फर्श पर गिरे तेल या ग्रीस को सोखने के लिए ताकि फिसलन न हो।

(ग) सोडियम हाइपोक्लोराइड : यह एक ब्लीच है, जो कपड़ों पर पड़े धब्बों और दाग हटाने के लिए प्रयोग होता है।

(घ) मुलतानी मिट्टी : यह अवशोषक है, जो दीवारों या कालीनों से तेल के दाग सोखने के काम आती है।

(ड़) मिथाइलेटेड स्पिरिट : शीशे और खिड़कियों की सफाई के लिए विलायक के रूप में।

All Rights Reserved © Manish Verma (MVS Foundation), for more Notes visit https://www.mvsfoundation.in/

प्रश्न 38 - निम्नलिखित कॉलम-I और कॉलम-II का मिलान कीजिए:

कॉलम-I	**कॉलम-II**
(क) क्षार	**(i) नीबू**
(ख) विलायक	**(ii) हाइड्रोजन परऑक्साइड**
(ग) अम्ल	**(iii) अमोनिया**
(घ) विरंजक (ब्लीच)	**(iv) मिथाइलेटेड स्पिरिट**

उत्तर – सही मिलान :

कॉलम-I		कॉलम-II
(क) क्षार	-	(iii) अमोनिया
(ख) विलायक	-	(iv) मिथाइलेटेड स्पिरिट
(ग) अम्ल	-	(i) नीबू
(घ) विरंजक (ब्लीच)	-	(ii) हाइड्रोजन परऑक्साइड

प्रश्न 39 - एक पॉलिश की हुई लकड़ी की टेबल का रखरखाव आप कैसे करेंगे?

उत्तर – एक पॉलिश की हुई लकड़ी की टेबल के रखरखाव के लिए सबसे पहले उसे प्रतिदिन एक मुलायम और सूखे सूती कपड़े से साफ करना चाहिए ताकि उस पर धूल न जमे और खरोंच न आए। यदि टेबल पर पानी या कोई अन्य तरल पदार्थ गिर जाए, तो उसे तुरंत साफ करें।

प्रश्न 40 - एक लकड़ी के चॉपिंग बोर्ड की सफाई आप कैसे करेंगे?

उत्तर – लकड़ी के चॉपिंग बोर्ड की सफाई के लिए सबसे महत्त्वपूर्ण है कि उपयोग के तुरंत बाद इसे गर्म पानी और साबुन (डिटर्जेंट) का प्रयोग करके स्क्रबर से अच्छी तरह रगड़कर साफ किया जाए, ताकि उसमें फंसे खाद्य

All Rights Reserved © Manish Verma (MVS Foundation), for more Notes visit https://www.mvsfoundation.in/

कण निकल जाएं तथा कीटाणुओं को मारने और दुर्गंध हटाने के लिए बीच-बीच में इस पर सिरका या नमक और नींबू रगड़ना भी एक अच्छा तरीका है।

प्रश्न 41 - निम्नलिखित के लिए कारण दीजिए: एक रूम कूलर में क्यों जरूरी है कि:

(क) पानी के प्रवेश मार्ग को ढक दिया जाता है

(ख) पानी न्यूनतम स्तर के ऊपर रहना चाहिए

(ग) पानी भरते समय बिजली का स्विच बंद होना चाहिए

उत्तर - (क) पानी के प्रवेश मार्ग को ढक दिया जाता है ताकि मच्छर अंदर जाकर अंडे न दे सकें (मलेरिया/डेंगू से बचाव) और पानी में धूल न जाए।

(ख) पानी न्यूनतम स्तर के ऊपर रहना चाहिए ताकि पानी का पंप (Pump) पूरी तरह डूबा रहे, क्योंकि पानी कम होने पर पंप जल सकता है।

(ग) पानी बिजली का सुचालक है इसलिए पानी भरते समय करंट लगने के खतरे से बचने के लिए स्विच बंद करना अनिवार्य है।

वैकल्पिक मॉड्यूल-B

(कलात्मक हस्त-कशीदाकारी)

प्रश्न 34 (i) एक समीपवर्ती रंग योजना, रंग चक्र पर निम्नलिखित में से किन रंगों का उपयोग करके बनती है?

(A) एक-दूसरे के विपरीत रंग **(B) तीन रंग जो पास-पास स्थित हों**

(C) त्रिकोण में तीन रंग **(D) एक ही रंग के टिन्ट और शेड**

उत्तर – (B) तीन रंग जो पास-पास स्थित हों

अथवा

(ii) एक त्रिकोणीय रंग योजना में कौन से रंग का प्रयोग नहीं किया जाता?

(A) नारंगी **(B) हरा**

All Rights Reserved © Manish Verma (MVS Foundation), for more Notes visit https://www.mvsfoundation.in/

(C) बैंगनी **(D) लाल**

उत्तर – (D) लाल

प्रश्न 35 - निम्नलिखित रंगों में से कौन-सा रंग स्त्रियोचित का प्रभाव उत्पन्न करता है?

(A) गुलाबी **(B) गहरा सुनहरा**

(C) हल्का पीला **(D) बैंगनी**

उत्तर – (A) गुलाबी

प्रश्न 36 - कढ़ाई के डिजाइन का चुनाव करते समय कौन-सा बिंदु सबसे कम महत्त्वपूर्ण है?

(A) मौसम **(B) लिंग**

(C) आयु **(D) अवसर**

उत्तर – (D) अवसर

प्रश्न 37 - रिक्त स्थानों की पूर्ति कीजिए (कोई चार):

(क) सुनहरा और चाँदी .... रंग कहलाते हैं।

उत्तर – धातु

(ख) एक प्राथमिक और एक द्वितीयक रंग को बराबर मात्रा में मिलाने से .... रंग बनाया जाता है।

उत्तर – तृतीयक

(ग) रंग के तेज और हल्केपन को .... कहते हैं।

उत्तर – इन्टेन्सिटी

(घ) सफेद और काला .... रंग कहलाते हैं।

उत्तर – निष्प्रभावी

All Rights Reserved © Manish Verma (MVS Foundation), for more Notes visit https://www.mvsfoundation.in/

(ङ) .... एक ठंडा रंग है।

उत्तर – नीला

प्रश्न 38 - नीचे दिए गए कथन सही हैं या गलत लिखिए (कोई चार):

(क) नारंगी एक गर्म रंग है।

उत्तर – सही

(ख) रंग का हल्कापन और गहरापन ह्यू कहलाता है।

उत्तर – गलत

(ग) किसी रंग में काला रंग मिला देने से शेड प्राप्त होता है।

उत्तर – सही

(घ) हरा रंग, लाल रंग का पूरक रंग होता है।

उत्तर – सही

(ङ) टेट्राड, रंग चक्र में एक वर्ग की रचना करते हैं।

उत्तर – सही

प्रश्न 39 - आप किसी डिजाइन को कैसे बढ़ाएँगे?

उत्तर – डिजाइन को बढ़ाने के लिए ग्राफ विधि का प्रयोग किया जाता है। मूल डिजाइन पर छोटे वर्गों का जाल बनाया जाता है और एक बड़े कागज पर बड़े आकार के वर्गों का जाल बनाया जाता है। फिर मूल डिजाइन के प्रत्येक वर्ग की रेखाओं को ध्यानपूर्वक बड़े ग्रिड के संगत वर्ग में स्थानांतरित कर दिया जाता है। इस प्रकार डिजाइन का आकार बढ़ जाता है और उसका अनुपात भी सही बना रहता है।

प्रश्न 40 - अपने मित्र को डार्निंग स्टिच बनाने की विधि सिखाइए।

उत्तर – डार्निंग स्टिच (रफू टांका) बनाने की विधि

All Rights Reserved © Manish Verma (MVS Foundation), for more Notes visit https://www.mvsfoundation.in/

- फटे हुए स्थान के चारों ओर छोटी-छोटी कच्ची सिलाई करें।
- धागे की पंक्तियाँ ताने के रूप में पास-पास बनाएं।
- फिर बाने के रूप में धागे को ताने के धागों के ऊपर-नीचे (बुनाई की तरह) निकालें। इससे कपड़े जैसी बुनाई बन जाती है और छेद भर जाता है।

प्रश्न 41 - ज्यामितीय तथा स्टाइलाइज्ड डिजाइन के बीच अन्तर स्पष्ट कीजिए।

उत्तर – ज्यामितीय तथा स्टाइलाइज्ड डिजाइन के बीच अन्तर निम्न प्रकार से हैं-

ज्यामितीय डिजाइन	स्टाइलाइज्ड डिजाइन
यह रेखाओं और गणितीय आकारों (जैसे वर्ग, वृत्त) से बनता है।	यह प्राकृतिक वस्तुओं जैसे फूल, पत्तियाँ, पशु आदि से प्रेरित होता है।
इसे सटीक बनाने के लिए पैमाने और प्रकार (Compass) का प्रयोग होता है।	इसमें कल्पना का प्रयोग कर आकृतियों को सरल बनाया जाता है।
यह पूरी तरह कृत्रिम और गणितीय रूप से नपा-तुला दिखता है।	यह देखने में सजावटी लगता है, पर बिल्कुल असली (यथार्थवादी) नहीं होता।

All Rights Reserved © Manish Verma (MVS Foundation), for more Notes visit https://www.mvsfoundation.in/

NIOS PYQ's SOLUTIONS

PREVIOUS YEARS' QUESTIONS & ANSWERS

OCTOBER-2024

Your Path to Success

खंड – अ

प्रश्न 1 - मोहन की त्वचा पपड़ीदार हो गई है। उसके बाल भूरे हो गए हैं और झड़ने लगे हैं। उसका चेहरा, बाजु एवं पैर सूजे हुए हैं। ये कौन से पोषक तत्व की कमी से होने वाले रोग का संकेत है?

सही विकल्प चुनें।

(A) रतौंधी **(B) रक्ताल्पता**

(C) क्वाशियोर्कर **(D) गलगण्ड (गायटर)**

उत्तर - (C) क्वाशियोर्कर

प्रश्न 2 - आहार विशेषज्ञ ने बिना को आहार में दाल और सब्जियाँ खाने का सुझाव दिया है। उसे थोड़ी मात्रा में छः बार आहार लेना है और मीठी चीजें खाने से मना करा है। बिना किस रोग से पीड़ित हो सकती है?

सही विकल्प चुनें।

(A) उच्च रक्तचाप **(B) पीलिया**

(C) मधुमेह **(D) ज्वर**

उत्तर - (C) मधुमेह

प्रश्न 3 - अध्ययन क्षेत्र कहाँ होना चाहिए?

(A) रसोई के पास **(B) मनोरंजन क्षेत्र में**

(C) बालकनी में **(D) शयनकक्ष में**

उत्तर - (D) शयनकक्ष में

All Rights Reserved © Manish Verma (MVS Foundation), for more Notes visit https://www.mvsfoundation.in/

प्रश्न 4 - निम्नलिखित में से कौन से कथन सूक्ष्म जल ऊर्जा के लाभों को उजागर करते हैं?

(i) सरल रखरखाव **(ii) गर्म पानी देता है**

(iii) विद्युत उत्पादन करता है **(iv) जंगलों को संरक्षित रखता है**

(v) अधिक निवेश की आवश्यकता नहीं होती

सही विकल्प चुनें:

(A) (i), (iii), (ii) **(B) (i), (v), (iv)**

(C) (i), (iii), (v) **(D) (ii), (iv), (v)**

उत्तर - (C) (i), (iii), (v)

प्रश्न 5 - यह कथन किन निवेश योजनाओं को दर्शाते हैं?

(a) निवेशक कम्पनी के लाभ और घाटे का साझेदार हो जाता है।

(b) आग और चोरी से सुरक्षा प्रदान करता है।

(c) कम्पनी निश्चित अवधि के अंतराल में नियमित ब्याज देती है।

सही विकल्प चुनें :

(A) (a) शेयर (b) सामान्य बीमा (c) डिबैन्चर

(B) (a) डिबेन्चर (b) शेयर (c) सामान्य बीमा

(C) (a) सामान्य बीमा (b) डिबैन्चर (c) शेयर

(D) (a) सामान्य बीमा (b) शेयर (c) डिबैन्चर

उत्तर - (A) (a) शेयर (b) सामान्य बीमा (c) डिबैन्चर

All Rights Reserved © Manish Verma (MVS Foundation), for more Notes visit https://www.mvsfoundation.in/

प्रश्न 6 - 11-13 वर्ष की आयु में लड़कियों का कद लगभग कितना बढ़ता है?

(A) 12 से.मी. **(B) 10 से.मी.**

(C) 15 से.मी. **(D) 20 से.मी.**

उत्तर - (B) 10 से.मी.

Note : लगभग 10 से 15 सेंटीमीटर (4-6 इंच) तक की वृद्धि हो सकती है लेकिन बुक के अनुसार 8 से.मी. उत्तर होगा।

प्रश्न 7 - मध्य बाल्यावस्था में बच्चे फुर्तीले होते हैं क्योंकि :

(A) वह इस उम्र में बहुत खाते हैं।

(B) उनकी अब हड्डियाँ बहुत मजबूत हो जाती हैं।

(C) उनको लगता है कि वह अब बड़े हो गए हैं।

(D) उनका स्कूल ऐसी गतिविधियों को बढ़ावा देता है।

उत्तर - (B) उनकी अब हड्डियाँ बहुत मजबूत हो जाती हैं।

प्रश्न 8 - कौन से वस्त्र की तकनीक में तन्तुओं को यांत्रिक बल, गोंद और ताप से जोड़ा जाता है?

(A) निटिंग **(B) नॉन-वोवन**

(C) ब्रेड **(D) लेस**

उत्तर – (B) नॉन-वोवन

प्रश्न 9 - रिड्यूसिंग ब्लीच, ऊनी व रेशमी कपड़ों के लिए उपयुक्त है, क्योंकि:

(A) वे सस्ते हैं। **(B) वे आसानी से उपलब्ध हैं।**

(C) वे कम प्रभावशाली होते हैं। **(D) वे स्थायी प्रभाव नहीं छोड़ते हैं।**

उत्तर – (C) वे कम प्रभावशाली होते हैं।

All Rights Reserved © Manish Verma (MVS Foundation), for more Notes visit https://www.mvsfoundation.in/

प्रश्न 10 - बच्चा A : आठ वर्ष का है। उसे भूख नहीं लगती। उसके नाखुन फटे हुए एवं चम्मच के आकार के हो गए हैं।

बच्चा B : तीन वर्ष का है। उसको भी भूख नहीं लगती। उसकी त्वचा खुरदरी हो गई है।

A और B किस पोषक तत्वों की कमी से होने वाले रोग से पीड़ित हैं?

(A) बच्चा A और बच्चा B क्वाशियोर्कर से पीड़ित हैं।

(B) बच्चा A और बच्चा B रक्ताल्पता से पीड़ित हैं।

(C) बच्चा A रक्ताल्पता से पीड़ित है और B क्वाशियोर्कर से पीड़ित है।

(D) बच्चा A क्वाशियोर्कर और बच्चा B रक्ताल्पता से पीड़ित है।

उत्तर – (C) बच्चा A रक्ताल्पता से पीड़ित है और B क्वाशियोर्कर से पीड़ित है।

प्रश्न 11 -

1. सम्पूरक आहार

2. पोषण व स्वास्थ्य शिक्षा

3. स्वास्थ्य की नियमित जाँच

4. साधारण बीमारियों का इलाज़

यह चार सेवाएँ किस राष्ट्रीय पोषण कार्यक्रम के द्वारा प्रदान की जाती हैं?

सही विकल्प चुनें।

(A) दोपहर का भोजन कार्यक्रम

(B) आई.सी.डी.एस.

(C) राष्ट्रीय पोषण संबंधी अनीमिया नियंत्रण कार्यक्रम

All Rights Reserved © Manish Verma (MVS Foundation), for more Notes visit https://www.mvsfoundation.in/

(D) विटामिन 'ए' की कमी के कारण पोषण संबंधी अंधापन की रोकथाम के लिए राष्ट्रीय नियंत्रण कार्यक्रम

उत्तर – (B) आई.सी.डी.एस.

प्रश्न 12 - मध्य बाल्यावस्था के समय बच्चों के कितने दांत होते हैं?

(A) 28 **(B) 32**

(C) 20 **(D) 24**

उत्तर – (A) 28

प्रश्न 13 - ब्रेल किसको मदद करने के लिए प्रयोग किया जाता है?

(A) दृष्टिहीन बच्चे **(B) बहरे बच्चे**

(C) मानसिक विकलांगता वाले बच्चे **(D) हड्डियों से संबंधित विकलांगता वाले बच्चे**

उत्तर – (A) दृष्टिहीन बच्चे

वैकल्पिक मॉड्यूल A

(गृह व्यवस्था)

प्रश्न 14 - निम्नलिखित सामग्रियाँ पढ़ें:

(i) अलसी का तेल

(ii) तारपीन

(iii) सिरका

(iv) मिथाइलेटेड स्पिरिट

इन सामग्री का प्रयोग क्या बनाने में किया जाता है?

सही विकल्प चुनें :

All Rights Reserved © Manish Verma (MVS Foundation), for more Notes visit https://www.mvsfoundation.in/

(A) धातु की पॉलिश

(B) तांबे की पॉलिश

(C) फर्नीचर पॉलिश

(D) फर्नीचर क्रीम

उत्तर – (C) फर्नीचर पॉलिश

प्रश्न 15 - निम्नलिखित गतिविधियाँ पढ़ें :

(i) दाग धब्बों को मुलायम गीले कपड़े से रगड़ें।

(ii) चिकनाई अवशोषकों से चिकनाई का दाग छुड़ाएँ।

इस गतिविधियों से क्या साफ किया जाता है?

सही विकल्प चुनें :

(A) चीनी मिट्टी की टाईल

(B) पेंट की हुई सतह

(C) वॉलपेपर

(D) संगमरमर सतह

उत्तर – (C) वॉलपेपर

प्रश्न 16 - निम्नलिखित रखरखाव के चरण पढ़ें :

(i) फ्लानेल के कपड़े से झाड़ें और पोंछे।

(ii) पानी के धब्बों को मिथाइलेटेड स्पिरिट से साफ करें।

इन चरणों से किस वस्तु का रखरखाव होता है?

सही विकल्प चुनें :

(A) लैमिनेटेड लकड़ी

(B) पेंट की हुई लकड़ी

(C) पॉलिश की हुई लकड़ी

(D) सादी लकड़ी

उत्तर – (C) पॉलिश की हुई लकड़ी

All Rights Reserved © Manish Verma (MVS Foundation), for more Notes visit https://www.mvsfoundation.in/

वैकल्पिक मॉड्यूल B

(रचनात्मक हाथ की कढ़ाई)

प्रश्न 14 - गर्म रंग :

(A) इनसे छोटे आकार और लम्बाई का भ्रम होता है।

(B) आराम और शांति का अनुभव कराते हैं।

(C) इनमें वनस्पति तत्व होते हैं।

(D) शांतिदायक रंग होते हैं।

उत्तर – (A) इनसे छोटे आकार और लम्बाई का भ्रम होता है।

प्रश्न 15 - निम्नलिखित में से कौन सा रंग विलासपूर्ण तथा मूल्यवान का प्रभाव उत्पन्न करता है?

(A) गहरा सुनहरा

(B) गुलाबी

(C) पीला

(D) नीला

उत्तर – (A) गहरा सुनहरा

प्रश्न 16 - कढ़ाई के लिए डिज़ाइन का चुनाव करते समय किस पर ध्यान नहीं देना चाहिए?

(A) पहनने वाले का लिंग

(B) पहनने वाले की आयु

(C) कपड़े का टेक्सचर/बनावट

(D) पहनने वाले की वित्तीय स्थिति

उत्तर – (D) पहनने वाले की वित्तीय स्थिति

All Rights Reserved © Manish Verma (MVS Foundation), for more Notes visit https://www.mvsfoundation.in/

प्रश्न 17 - एक परिवार को रोटी, आलू सब्जी और दही परोसी गई है। इस आहार में एक गर्भवती स्त्री के प्रोटीन और लोह की पौष्टिक आवश्यकता की पूर्ति के लिए दो परिवर्तन सुझाएँ।

उत्तर – गर्भवती महिला के लिए संशोधन :

1. प्रोटीन के लिए : दाल के साथ पनीर, दही या मेवे शामिल करें।

2. लौह के लिए : मौसमी हरी पत्तेदार सब्जियाँ (जैसे पालक/मेथी) को दाल या रोटी में मिलाएँ।

प्रश्न 18 - सही या गलत लिखिए :

(A) एक रोटी और 1/2 कप चावल में एक समान कैलौरी होते हैं।

उत्तर – सही

(B) तीन महीने के शिशु को मसला हुआ केला दिया जा सकता है।

उत्तर – गलत

(C) किसी व्यक्ति का आहार, उसकी आयु एवं लिंग से प्रभावित नहीं होता।

उत्तर – गलत

(D) अच्छे आहार योजना का अर्थ आहार को पौष्टिक बनाना है।

उत्तर – सही

प्रश्न 19 - सही या गलत बताएँ :

(A) सोलर कूकर में एक समय में चार व्यंजन पकाए जा सकते हैं।

उत्तर – सही

(B) स्ट्रीट लाइटों को सौर ऊर्जा द्वारा चार्ज किया जा सकता है।

उत्तर – सही

All Rights Reserved © Manish Verma (MVS Foundation), for more Notes visit https://www.mvsfoundation.in/

(C) बायोगैस का अपशिष्ट/गोबर, फसलों की उपज को कम कर देता है।

उत्तर – गलत

(D) पर्वतीय इलाकों में पवन ऊर्जा का उपयोग बिजली उत्पादन के लिए किया जा सकता है।

उत्तर – सही

प्रश्न 20 - चार लाभ बताकर रोहित को यूनिट (भारतीय यूनिट ट्रस्ट) में निवेश करने के लिए मनाएँ।

उत्तर – रोहित को यूनिट (भारतीय यूनिट ट्रस्ट) में निवेश करने के लिए चार लाभ :

1. यूनिट में लगाया गया धन अनुभवी वित्तीय विशेषज्ञों द्वारा संचालित किया जाता है, जिससे निवेश सुरक्षित रहता है।
2. पैसा कई अलग-अलग कंपनियों में लगाया जाता है, नुकसान का जोखिम कम होता है।
3. यूनिट्स को किसी भी समय आसानी से बेचकर तुरंत नकद राशि प्राप्त की जा सकती है।
4. लाभांश के रूप में समय-समय पर नियमित आय प्राप्त होने का अवसर मिलता है।

प्रश्न 21 - इंगित करें कि निम्नलिखित कथन सही है अथवा गलत। अपने उत्तर का कारण बताइए।

(A) तीन वर्षीय बच्चों को भिन्न-भिन्न प्रकार की कई गतिविधियों में भाग लेना चाहिए।

उत्तर – सही

(B) मध्य बाल्यावस्था में दोस्त होना आवश्यक नहीं होता।

उत्तर – गलत

प्रश्न 22 - सूक्ष्म और स्थूल मांसपेशिय समन्वय के आधार पर इन गतिविधियों को अलग करें।

(A) कूदना **(B) चिट्ठी लिखना**

(C) चित्र में रंग भरना **(D) पेड़ पर चढ़ना**

All Rights Reserved © Manish Verma (MVS Foundation), for more Notes visit https://www.mvsfoundation.in/

उत्तर –

- **सूक्ष्म स्थूल मांसपेशिय समन्वय :** (B) चिट्ठी लिखना, (C) चित्र में रंग भरना।
- **स्थूल मांसपेशिय समन्वय :** (A) कूदना, (D) पेड़ पर चढ़ना।

प्रश्न 23 - निम्नलिखित शब्दों के लिए एक शब्द लिखें:

(A) ज्यामितीय आकार वाले छिद्राकार वस्त्र।

उत्तर – नेट

(B) कपड़े की लम्बाई के दोनों ओर तैयार की गई किनारियाँ।

उत्तर – सेल्वेज

(C) ऐसा सूत जो कपड़े के समानान्तर लम्बाई में होते हैं।

उत्तर – ताना

(D) वस्त्र के एक वर्ग इंच में सूतों की संख्या।

उत्तर – थ्रेड काउंट

प्रश्न 24 - इंगित करें कि निम्नलिखित कथन सही हैं अथवा गलत :

(A) साबुन प्राकृतिक वसा और मोम का एक मिश्रण है।

उत्तर – गलत

(B) सिन्डेट से कुछ धुलाइयों के बाद कपड़े फीके पड़ जाते हैं।

उत्तर – गलत

(C) हाइड्रोजन पेरॉक्साईड को रेशमी वस्त्रों के लिए प्रयोग कर सकते हैं।

उत्तर – सही

All Rights Reserved © Manish Verma (MVS Foundation), for more Notes visit https://www.mvsfoundation.in/

(D) घास और धूप से धब्बों को ब्लीच किया जा सकता है।

उत्तर – सही

प्रश्न 25 - निम्नलिखित कथन के लिए एक शब्द लिखें।

(A) सफाई सामग्री जो रसायनों को संश्लेषित करके बनायी जाती है।

उत्तर – डिटर्जेंट

(B) रंगहीन डाई एक फ्लौरोसेन्ट कम्पाउन्ड है जो वस्त्रों से पीलापन दूर करने के लिए प्रयोग किया जाता है।

उत्तर – ऑप्टिकल ब्राइटनर

(C) धुलाई के पहले वस्त्रों को रंगों के आधार पर अलग करना।

उत्तर – छंटाई

(D) पानी के स्थान पर विलायक से कपड़ों की सफाई करना।

उत्तर – ड्राइक्लीनिंग

प्रश्न 26 - दो लाभ बताकर अपने मित्रों को अपने ऑफिस के नियम व कानून को पालन करने के लिए मनाएँ।

उत्तर – ऑफिस के नियम व कानून का पालन करने के दो लाभ :

1. कार्य कुशलता और अनुशासन बना रहता है।
2. सहकर्मियों और वरिष्ठ अधिकारियों के साथ अच्छे संबंध व छवि बनती है।

All Rights Reserved © Manish Verma (MVS Foundation), for more Notes visit https://www.mvsfoundation.in/

प्रश्न 27 - निम्नलिखित एक रीएजेंट की सूची है। दाग-धब्बों को छुड़ाने में उनकी भूमिका बताएँ।

उत्तर –

रीएजेंट	**धब्बे छुड़ाने की भूमिका**
(A) मिट्टी का तेल	पेंट या चिकनाई के दाग के लिए।
(B) ग्लिसरीन	चाय/कॉफी के पुराने दागों के लिए
(C) मिथाइलेटेड स्पिरिट	स्याही या घास के दाग के लिए।
(D) बोरेक्स	रक्त व अम्लीय दागों के लिए

वैकल्पिक मॉड्यूल A

(गृह व्यवस्था)

प्रश्न 28 - कॉलम अ को कॉलम ब के साथ मैच करें।

कॉलम अ	**कॉलम ब**
(a) अम्ल	**(i) बेकिंग सोडा**
(b) क्षार	**(ii) सिरका**
(c) विलायक	**(iii) सोडियम बाइसल्फाइट**
(d) विरंजक	**(iv) मिथाइलेटेड स्पिरिट**

उत्तर –

कॉलम अ	**कॉलम ब**
(a) अम्ल	(ii) सिरका
(b) क्षार	(i) बेकिंग सोडा
(c) विलायक	(iv) मिथाइलेटेड स्पिरिट

All Rights Reserved © Manish Verma (MVS Foundation), for more Notes visit https://www.mvsfoundation.in/

(d) विरंजक (iii) सोडियम बाइसल्फाइट

वैकल्पिक मॉड्यूल B

(रचनात्मक हाथ की कढ़ाई)

प्रश्न 28 - इंगित करें कि निम्नलिखित कथन सही हैं अथवा गलत:

(A) जब किसी सतह पर मोटिफ को अंतराल पर दोहराया जाता है, उसे पैटर्न कहते हैं।

उत्तर – सही

(B) डिज़ाइन को बढ़ाने के लिए ग्राफ पेपर की जरूरत पड़ती है।

उत्तर – सही

(C) जब डिज़ाइन प्राकृतिक आकार से अलग हो जाए, तो उसे ज्यामितीय डिज़ाइन कहते हैं।

उत्तर – गलत

(D) रंग के तेज या हल्कापन को इंटेन्सिटी कहते हैं।

उत्तर – सही

खंड – B

प्रश्न 29 - सतनाम एक रेलवे टिकट काउंटर पर क्लर्क है। वह अक्सर देर से पहुँचता है। जनता को उसकी इस आदत के कारण किन दो असुविधाओं का सामना पड़ता है?

उत्तर – सतनाम के देर से आने पर जनता को होने वाली असुविधाएँ :

1. काउंटर देर से खुलने पर लंबी कतारें लग जाती हैं, जिससे यात्रियों का कीमती समय बर्बाद होता है।
2. समय पर टिकट न मिल पाने के कारण यात्रियों को अपनी ट्रेन छूटने का भय और मानसिक तनाव होता है।

अथवा

All Rights Reserved © Manish Verma (MVS Foundation), for more Notes visit https://www.mvsfoundation.in/

एक छात्र के कोई चार नीतिगत व्यवहार लिखें।

उत्तर – छात्र के चार नीतिगत व्यवहार निम्न हैं-

1. समय का पाबंद होना।
2. शिक्षकों और सहपाठियों का सम्मान करना।
3. स्कूल की संपत्ति की रक्षा करना।
4. ईमानदारी और सत्यनिष्ठा रखना।

प्रश्न 30 - निर्जलीकरण क्रिया में परिरक्षण के कौन से दो सिद्धान्त लागू किए जाते हैं?

उत्तर – निर्जलीकरण के सिद्धांत :

1. खाद्य पदार्थ से नमी (पानी) को हटाना ताकि जीवाणु पनप न सकें।

2. नमी कम करके एंजाइम की क्रियाशीलता को रोकना।

अथवा

आचार परिरक्षण में नमक और तेल की भूमिका समझाएँ।

उत्तर – आचार परिरक्षण में नमक और तेल की भूमिका :

1. **नमक :** ऑस्मोसिस (Osmosis) द्वारा भोजन से पानी बाहर निकालता है, जिससे सूक्ष्मजीव जीवित नहीं रह पाते।
2. **तेल :** यह भोजन के ऊपर एक परत बना देता है जो हवा (ऑक्सीजन) को संपर्क में आने से रोकती है, जिससे फफूंदी नहीं लगती।

प्रश्न 31 - कब्ज़ से पीड़ित व्यक्ति के लिए आहार आयोजन करने के दो सुझाव लिखें।

उत्तर – कब्ज़ से पीड़ित व्यक्ति के लिए आहार आयोजन करने के दो सुझाव :

1. **रेशेदार भोजन :** साबुत अनाज, चोकर युक्त आटा, और दालें भोजन में शामिल करें।

All Rights Reserved © Manish Verma (MVS Foundation), for more Notes visit https://www.mvsfoundation.in/

2. **तरल पदार्थ :** दिन भर में कम से कम 8-10 गिलास पानी और फलों का रस पिएं। अमरूद, पपीता जैसे फल खाएं।

प्रश्न 32 - घर पर नींबू का मीठा आचार बनाने की प्रक्रिया का वर्णन करें।

उत्तर – घर पर नींबू का मीठा आचार बनाने की प्रक्रिया :

1. नींबू धोकर पोंछें और टुकड़ों में काटें।
2. नमक मिलाकर काँच के जार में भरें।
3. 10–15 दिन धूप में रखें।
4. नरम होने पर चीनी/गुड़ व मसाले मिलाएँ।
5. कुछ दिन और धूप में रखें, आचार तैयार।

अथवा

घर पर आलू के चिप्स बनाने की विधि का वर्णन करें। चिप्स को काले होने से बचाने के लिए आप क्या करेंगे?

उत्तर – चिप्स बनाने की विधि व काले होने से बचाव :

- **विधि :** आलू छीलकर पतले स्लाइस काटें। उबलते पानी में फिटकरी या नमक डालकर स्लाइस को 3-4 मिनट ब्लांच करें। पानी निकालकर तेज धूप में सुखाएं।
- **काले होने से बचाव :** काटने के तुरंत बाद स्लाइस को पानी में डुबो कर रखें और सुखाने से पहले ब्लांचिंग (उबालना) जरूर करें।

प्रश्न 33 - कारखाने और खदानें किन दो तरह से वातावरण का निम्नीकरण करते हैं?

उत्तर – कारखाने और खदानें वातावरण का निम्नीकरण निम्न तरह से करते हैं-

1. कारखानों और खदानों से निकलने वाला जहरीला धुआँ तथा धूल वायु को प्रदूषित करते हैं, जिससे स्वास्थ्य पर बुरा प्रभाव पड़ता है।
2. उद्योगों का रसायन युक्त कचरा सीधे नदियों में बहाने से जल स्रोत जहरीले और पीने योग्य नहीं रहते।

प्रश्न 34 – पैकेट खाद्य खरीदते समय आप किन चार बिन्दुओं की जाँच करेंगे?

उत्तर – पैकेट खाद्य खरीदते समय जाँच के चार बिंदु :

All Rights Reserved © Manish Verma (MVS Foundation), for more Notes visit https://www.mvsfoundation.in/

1. पैकेट बंद खाद्य खरीदते समय निर्माण और समाप्ति तिथि अवश्य देखें।
2. पैकेट पर अंकित अधिकतम खुदरा मूल्य जाँचें।
3. उत्पाद पर FSSAI/AGMARK का निशान होना चाहिए।
4. यह भी सुनिश्चित करें कि पैकेट पूरी तरह सीलबंद हो, फटा या लीक न हो।

प्रश्न 35 - आपके भाई को दूध पीना पसन्द नहीं है। आप उसे किन दो तरह से दूध को उसके आहार में सम्मिलित करेंगे?

उत्तर – दूध को आहार में शामिल करने के दो तरीके :

1. **व्यंजन बनाकर :** खीर, कस्टर्ड, या सेवइयां बनाकर।

2. **डेयरी उत्पाद :** दही, पनीर, छाछ या लस्सी जैसे डेयरी उत्पादों के रूप में।

वैकल्पिक मॉड्यूल A

(गृह व्यवस्था)

प्रश्न 36 - फूलदान में पुष्पसज्जा करने के दो सुझाव दें।

उत्तर – फूलदान में पुष्पसज्जा के दो सुझाव-

1. फूलों की टहनियों को अलग-अलग लंबाइयों में काटें। सबसे लंबी टहनी फूलदान की ऊँचाई से लगभग डेढ़ गुना होनी चाहिए।
2. बड़े और खिले फूल नीचे रखें तथा हल्की कलियाँ और पत्तियाँ ऊपर सजाएँ, इससे पुष्पसज्जा संतुलित और आकर्षक दिखाई देती है।

प्रश्न 37 - आपके पंखे के न चलने के दो कारण क्या हो सकते हैं?

उत्तर – पंखे के न चलने के दो कारण निम्न हैं-

1. बिजली आपूर्ति में खराबी, जैसे फ्यूज उड़ जाना, स्विच खराब होना।
2. पंखे का कैपेसिटर खराब होना या वोल्टेज के उतार-चढ़ाव से मोटर की वाइंडिंग जल जाना।

All Rights Reserved © Manish Verma (MVS Foundation), for more Notes visit https://www.mvsfoundation.in/

वैकल्पिक मॉड्यूल B

(रचनात्मक हाथ की कढ़ाई)

प्रश्न 36 - आपको एक स्कूल के लिए बस्ते (बेग) के लिए कढ़ाई करनी है। उसमें वजन उठाने के लिए कौन से चार गुण सुनिश्चित करने होंगें?

उत्तर – बेग की कढ़ाई के चार गुण :

1. **मजबूत कपड़ा** - डेनिम, कैनवास या मोटा कॉटन प्रयोग करना चाहिए।
2. **टिकाऊ धागा** - कढ़ाई के लिए मजबूत पॉलिएस्टर धागा होना चाहिए।
3. **मजबूत टांके** - टांके कसे और टिके हुए हों, ताकि खुलें नहीं।
4. **टिकाऊ डिज़ाइन** - डिज़ाइन ऐसा हो जो रोज़ाना और भारी उपयोग में खराब न हो।

प्रश्न 37 - मेज के कवर पर कढ़ाई करने के पश्चात् आप उसकी परिसज्जा कैसे करेंगे?

उत्तर – मेज के कवर पर कढ़ाई करने के बाद परिसज्जा के तरीके :

1. सबसे पहले कढ़ाई के पीछे लटकते हुए अतिरिक्त धागों को काटकर साफ करें।
2. कवर के चारों किनारों को मोड़कर तुरपाई या सिलाई करें ताकि धागे न निकलें।
3. कढ़ाई में चमक और उभार लाने के लिए, कवर को हमेशा उल्टा करके इस्त्री करें।

प्रश्न 38 - किसी में बाल-अपराध के विकास का निवारण करने के तीन सुधारात्मक उपायों के सुझाव दें।

उत्तर – बाल-अपराध निवारण के सुधारात्मक उपाय के सुझाव :

1. **घर का वातावरण :** माता-पिता को बच्चों को स्नेह देना चाहिए और उनकी समस्याओं को सहानुभूतिपूर्वक सुनना चाहिए। घर में कलह नहीं होनी चाहिए।
2. **नैतिक शिक्षा :** बचपन से ही सही और गलत का भेद सिखाना और अच्छे संस्कार देना।
3. **संगति पर नज़र :** यह सुनिश्चित करना कि बच्चे किस प्रकार के दोस्तों के साथ समय बिता रहे हैं और उनकी गतिविधियाँ क्या हैं।

All Rights Reserved © Manish Verma (MVS Foundation), for more Notes visit https://www.mvsfoundation.in/

अथवा

परिवार किन तरीकों से यह निश्चित कर सकता है कि परिवार की लड़कियों के साथ परिवार में कोई भेदभाव न हो? तीन बिंदु लिखें।

उत्तर – परिवार में लड़कियों के साथ भेदभाव रोकने के उपाय

1. **समान शिक्षा :** लड़कों की तरह लड़कियों को भी स्कूल जाने और उच्च शिक्षा प्राप्त करने के समान अवसर देने और करियर बनाने के लिए प्रोत्साहित करना चाहिए।
2. **पोषण और स्वास्थ्य :** भोजन, देखभाल और इलाज में लड़कियों के साथ कोई भेदभाव नहीं होना चाहिए।
3. **निर्णय में भागीदारी :** घर के महत्वपूर्ण निर्णयों में लड़कियों की राय को महत्व देना चाहिए और उन्हें स्वतंत्रता देनी चाहिए।

प्रश्न 39 - निम्नलिखित खरीदते समय आप किस दो बात का ध्यान रखेंगे?

(A) शिशु की फ्रॉक

(B) प्रौढ़ पुरुष का पायजामा

(C) ऑफिस के लिए कमीज

उत्तर – खरीदारी के सुझाव :

(A) शिशु की फ्रॉक

1. कपड़ा मुलायम सूती होना चाहिए ताकि त्वचा पर रशेज न हों।
2. बटन पीछे की तरफ हों और चुभने वाले न हों।

(B) प्रौढ़ पुरुष का पायजामा

1. ढीला और आरामदायक हो।
2. नाड़े या इलास्टिक बहुत टाइट नहीं होने चाहिए। कपड़ा पसीना सोखने वाला हो।

(C) ऑफिस कमीज

1. कपड़ा ऐसा हो जिसमें सलवटें कम पड़ें।

All Rights Reserved © Manish Verma (MVS Foundation), for more Notes visit https://www.mvsfoundation.in/

2. रंग सभ्य हों और कॉलर मजबूत हो।

अथवा

तन्तु की लम्बाई किस प्रकार हमारे कपड़ों के चयन को प्रभावित करती है?

उत्तर – तन्तु की लम्बाई हमारे कपड़ों के चयन को निम्न तरह से प्रभावित करती है –

- लंबे तन्तुओं से बने कपड़े अधिक मजबूत और टिकाऊ होते हैं।
- ऐसे कपड़े चिकने, मुलायम होते हैं और देखने में अच्छे लगते हैं।
- लंबे तन्तुओं वाले कपड़ों में कम झुर्रियाँ पड़ती हैं।
- छोटे तन्तुओं से बने कपड़े खुरदरे होते हैं और जल्दी घिस जाते हैं।
- छोटे तन्तुओं वाले कपड़े कम टिकाऊ होते हैं और जल्दी खराब हो जाते हैं।

प्रश्न 40 - किशोरियों के लिए वस्त्र खरीदते समय आप किन तीन बिन्दुओं को ध्यान में रखेंगे।

उत्तर – किशोरियों के लिए वस्त्र खरीदते समय तीन बिन्दुओं को ध्यान रखना चाहिए :

1. फिटिंग और स्टाइल : इस आयु में किशोरियाँ ऐसे कपड़े पसंद करती हैं जो आकर्षक, फैशनेबल हों और कॉलेज के वातावरण के अनुकूल हों।

2. मिक्स एंड मैच की सुविधा : ऐसे कपड़े होने चाहिए जिन्हें अन्य वस्त्रों के साथ आसानी से मिलाकर पहना जा सके, जिससे उनका उपयोग अधिक हो सके।

3. आराम और टिकाऊपन : रोज़मर्रा के लिए वस्त्र हल्के, आरामदायक और लंबे समय तक चलने वाले होने चाहिए।

वैकल्पिक मॉड्यूल A

(गृह व्यवस्था)

प्रश्न 41 - रंगोली बनाते समय किन तीन बातों को ध्यान में रखना चाहिए?

उत्तर – रंगोली बनाते समय तीन बातों को विशेष ध्यान में रखना चाहिए :

1. त्यौहार या अवसार के अनुसार ही डिज़ाइन का चुनाव करें।

2. डिज़ाइन की रेखाएं दोहरी खींचें ताकि रेखाओं के बीच में रंगों को भरा जा सके।

All Rights Reserved © Manish Verma (MVS Foundation), for more Notes visit https://www.mvsfoundation.in/

3. डिज़ाइन के संतुलन और एकरूपता को भी सुनिश्चित करें एवं एक दूसरे के आसपास विपरीत रंगों का प्रयोग करें।

वैकल्पिक मॉड्यूल B

(रचनात्मक हाथ की कढ़ाई)

प्रश्न 41 - तृतीयक रंग मोनोक्रोमेटिक से कैसे भिन्न होते हैं? एक-एक उदाहरण दीजिये।

उत्तर – तृतीयक रंग प्राथमिक और द्वितीयक रंगों को मिलाकर बनाए जाते हैं। इनमें दो रंगों का मिश्रण होता है, जैसे पीला-हरा या नीला-बैंगनी। दूसरी ओर, मोनोक्रोमेटिक रंग एक ही रंग के हल्के और गहरे रूप होते हैं। इनमें किसी अन्य रंग का मिश्रण नहीं होता, जैसे हल्का नीला और गहरा नीला। दोनों रंग योजनाओं का उपयोग कढ़ाई में अलग-अलग प्रभाव के लिए किया जाता है।

प्रश्न 42 - किशोरों की कोई पाँच समस्याओं का विस्तार में वर्णन करें।

उत्तर – किशोरावस्था में उत्पन्न होने वाली प्रमुख समस्याएँ :

1. **भोजन संबंधी परेशानी :** कुछ किशोर अपने शरीर में हो रहे बदलावों को गलत समझकर भोजन कम कर देते हैं, जबकि कुछ ध्यान आकर्षित करने के लिए अधिक भोजन करने लगते हैं, जिससे मोटापा या कमजोरी हो सकती है।
2. **आत्मघाती प्रवृत्तियाँ :** मित्रों से दूरी और माता-पिता से संवाद की कमी के कारण किशोर स्वयं को अकेला महसूस करते हैं और कभी-कभी आत्मघाती विचारों से घिर जाते हैं।
3. **मित्रों का दबाव :** दोस्तों में स्वयं को श्रेष्ठ दिखाने के लिए किशोर शराब, धूम्रपान या नशीले पदार्थों का सेवन करने लगते हैं।
4. **व्यक्तिगत समस्याएँ :** किशोर अपने रूप-रंग, कद-काठी और पहनावे को लेकर असंतुष्ट और चिंतित रहते हैं।
5. **सामाजिक समस्याएँ :** वे सामाजिक कार्यक्रमों से दूरी बनाते हैं और विपरीत लिंगी लोगों से मिलने में झिझक महसूस करते हैं।

अथवा

All Rights Reserved © Manish Verma (MVS Foundation), for more Notes visit https://www.mvsfoundation.in/

शीघ्र और देर से हुई परिपक्वता का किशोरियों के व्यक्तित्व पर क्या प्रभाव पड़ता है? संक्षेप में उल्लेख कीजिये।

उत्तर – शीघ्र और देर से हुई परिपक्वता का किशोरियों के व्यक्तित्व पर प्रभाव :

1. शीघ्र परिपक्व होने वाली किशोरियाँ शरीर में अचानक हुए परिवर्तनों के कारण संकोच और झिझक महसूस करती हैं।
2. समाज और परिवार उनसे उम्र से अधिक जिम्मेदार व्यवहार की अपेक्षा करने लगते हैं।
3. इससे उनकी आत्मछवि पर नकारात्मक प्रभाव पड़ सकता है और आत्मविश्वास घट सकता है।
4. देर से परिपक्व होने वाली किशोरियाँ स्वयं को सहपाठियों से कम विकसित समझने लगती हैं।
5. उनमें हीन भावना और असुरक्षा की भावना उत्पन्न हो सकती है।

दोनों ही स्थितियों में किशोरियों का सामाजिक व्यवहार और व्यक्तित्व विकास प्रभावित होता है।

प्रश्न 43 - एक उपभोक्ता के रूप में आपके अधिकार क्या हैं? किन्हीं पाँच का संक्षेप में वर्णन करें।

उत्तर – एक उपभोक्ता के रूप में हमें उपभोक्ता संरक्षण अधिनियम के अंतर्गत कई अधिकार प्रदान किए गए हैं। इनमें से पाँच प्रमुख अधिकार इस प्रकार हैं-

1. **सुरक्षा का अधिकार,** जिसके अंतर्गत उपभोक्ता को ऐसे उत्पादों और सेवाओं से सुरक्षा मिलती है जो उसके स्वास्थ्य और संपत्ति के लिए हानिकारक हो सकते हैं, जैसे मिलावटी खाद्य पदार्थ और असुरक्षित विद्युत उपकरण।
2. **सूचना का अधिकार,** जो उपभोक्ता को वस्तुओं की गुणवत्ता, मात्रा, मूल्य और उपयोग से संबंधित सही जानकारी प्राप्त करने का अधिकार देता है।
3. **चयन का अधिकार,** जिससे उपभोक्ता उचित मूल्य और गुणवत्ता वाली विभिन्न वस्तुओं में से चयन कर सकता है।
4. **सुनवाई का अधिकार,** जिसके अंतर्गत उपभोक्ता अपनी शिकायतें दर्ज करा सकता है।
5. **क्षतिपूर्ति का अधिकार,** जो दोषपूर्ण वस्तुओं या सेवाओं पर उचित मुआवज़ा दिलाता है।

अथवा

एक उपभोक्ता के नाते आपकी कौन से कर्त्तव्य हैं? कोई पाँच लिखिए।

उत्तर – एक उपभोक्ता के नाते हमारे निम्नलिखित कर्त्तव्य होते हैं–

All Rights Reserved © Manish Verma (MVS Foundation), for more Notes visit https://www.mvsfoundation.in/

1. उपभोक्ता का कर्त्तव्य है कि वह वस्तु या सेवा खरीदते समय उसकी गुणवत्ता, मात्रा और मूल्य की पूरी जाँच करे ताकि ठगा न जाए।
2. उत्पाद पर लगे लेबल, मानक चिन्ह (ISI/AGMARK), निर्माण तिथि और समाप्ति तिथि को ध्यान से पढ़ना चाहिए।
3. प्रत्येक खरीदारी के बाद पक्का बिल या रसीद लेना और सुरक्षित रखना उपभोक्ता का महत्वपूर्ण कर्त्तव्य है।
4. यदि वस्तु दोषपूर्ण, नकली या मिलावटी हो, तो उसकी शिकायत उपभोक्ता मंच में करना चाहिए।
5. उपभोक्ता को अपने अधिकारों और कर्त्तव्यों के प्रति जागरूक रहकर जिम्मेदार उपभोग करना चाहिए।

All Rights Reserved © Manish Verma (MVS Foundation), for more Notes visit https://www.mvsfoundation.in/

Thank you!

We hope you found this material helpful. We wish you the very best for your examination.

Strive for Excellence – Your Path to Success