

CLASS : 10th (Secondary) Code No. 2728

Series : Sec. M/16

Roll No.

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

BEAUTY & WELLNESS

National Skills Qualification Framework (NSQF)

[Hindi and English Medium]

Level - 2

1st Semester

(Only for Re-appear Candidates)

(Morning Session)

Time allowed : 2 hours]

[Maximum Marks : 60]

- कृपया जाँच कर लें कि इस प्रश्न-पत्र में मुद्रित पृष्ठ 8 तथा प्रश्न 43 हैं।

Please make sure that the printed pages in this question paper are 8 in number and it contains 43 questions.

- प्रश्न-पत्र में दाहिने हाथ की ओर दिये गये कोड नम्बर को छात्र उत्तर-पुस्तिका के मुख्य-पृष्ठ पर लिखें।

The Code No. on the right side of the question paper should be written by the candidate on the front page of the answer-book.

- कृपया प्रश्न का उत्तर लिखना शुरू करने से पहले, प्रश्न का क्रमांक अवश्य लिखें।

Before beginning to answer a question, its Serial Number must be written.

2728

P. T. O.

- उत्तर-पुस्तिका के बीच में खाली पन्ना/पन्ने न छोड़ें।
Don't leave blank page/ pages in your answer-book.
- उत्तर-पुस्तिका के अतिरिक्त कोई अन्य शीट नहीं मिलेगी। अतः आवश्यकतानुसार ही लिखें और लिखा उत्तर न काटें।
Except answer-book, no extra sheet will be given. Write to the point and do not strike the written answer.
- परीक्षार्थी अपना रोल नं० प्रश्न-पत्र पर अवश्य लिखें।
Candidates must write their Roll Number on the question paper.
- कृपया प्रश्नों का उत्तर देने से पूर्व यह सुनिश्चित कर लें कि प्रश्न-पत्र पूर्ण व सही है, परीक्षा के उपरान्त इस सम्बन्ध में कोई भी दावा स्वीकार नहीं किया जायेगा।
*Before answering the questions, ensure that you have been supplied the correct and complete question paper, **no claim in this regard, will be entertained after examination.***

नोट : (i) प्रश्न क्रमांक 1 से 3 में से कोई दो प्रश्न करें। शेष सभी प्रश्न अनिवार्य हैं।

*Attempt any **two** questions from question number 1 to 3. **Rest are compulsory.***

(ii) प्रत्येक प्रश्न के अंक उसके सामने दिये गये हैं।

Marks are indicated against each question.

1. पूर्ण-भुजा शक्ति विकासक का वर्णन कीजिए। 5

Explain Purna-bhuja shakti Vikasaka.

2. सुखासन का वर्णन करें। 5

Explain Sukhasana.

3. मैनीक्योर में करने योग्य व न करने योग्य बातें लिखें। 5

Write the Do's and Don't of manicure.

4. मैनीक्योर में विभिन्न प्रकार के मसाज मूवमेंट का वर्णन करें। 3

Explain types of massage movements in manicure.

5. हाइड्रोथेरेपी के प्रकारों का वर्णन करें। 3

Explain types of hydrotherapy.

6. पेड़ीक्योर के लाभ क्या हैं ? 3

What are the benefits of pedicure ?

7. किन दशाओं में पेड़ीक्योर को क्लाइंट पर सम्भाल कर करना चाहिए ? 3

In what cases pedicure should be performed cautiously on a client ?

8. रेगुलर और पैराफिन पेड़ीक्योर का वर्णन करें। 3

Explain regular and paraffin pedicure.

9. डिसइनफेक्टेंट क्या है ? 1

What is disinfectant ?

(4)

2728

10. टो सेपरेटर क्या है ?

1

What is toe separator ?

11. बफिंग पेस्ट क्या है ?

1

What is buffing paste ?

12. मैनीक्योर के कोई दो लाभ बताएँ।

1

Give any **two** benefits of manicure.

13. खराब पोषण के परिणाम क्या हैं ?

1

What are the outcomes of poor nutrition ?

(वस्तुनिष्ठ प्रश्न)

(Objective Type Questions)

14. WHO का पूरा नाम है।

1

Full form of WHO is

15. विटामिन और मिनरल कहलाते हैं।

1

Vitamins and minerals are called

16. पानी का लगभग 99.5 प्रतिशत हिस्सा है।

1

..... is about 99.5% water.

2728

17. 1 ग्राम कार्बोहाइड्रेट *kcal* के बराबर है। 1

1 gm of carbohydrate equals *kcal*.

18. विटामिन K सोल्यूबल विटामिन है। 1

Vitamin K is soluble vitamin.

19. न्यूट्रिएंट की जरूरत RNA और DNA के संश्लेषण में होता है। 1

..... nutrient is required in synthesis of RNA and DNA.

20. सोल्यूबल विटामिन शरीर में संचित नहीं होते। 1

..... soluble vitamins are not stored in body.

21. विटामिन की कमी से स्कर्वी होता है। 1

Deficiency of vitamin causes Scurvy.

22. विटामिन की कमी से कुपोषण होता है। 1

Deficiency of vitamin causes malnutrition.

23. निर्जलीकरण का ठीक होना कहलाता है। 1

Correction of dehydration is called

24. मिनरल की कमी से बच्चों में रिकेट्स की दिक्कत होती है। 1

Deficiency of mineral causes rickets in children.

25. योग को लिखित रूप में ने दर्शाया था। 1

Yoga was presented in written form by

26. योग घुटनों को मजबूत करने के लिए होता है। 1

..... Yoga is for strengthening the knees.

27. योग पैर की उँगली को बढ़ाने के लिए होता है। 1

..... Yoga is for developing toes.

28. आसन को कोबरा मुद्रा भी कहते हैं। 1

..... asana is also known as cobra pose.

29. आसन को कमल मुद्रा भी कहते हैं। 1

..... asana is also known as lotus pose.

30. प्रकृति तत्त्वों से बनी है। 1

Nature is made up of number of elements.

31. आयुर्वेद के अनुसार शरीर के तत्त्वों को कहते हैं। 1

According to Ayurveda, elements in body are called

32. प्रकृति का तत्त्व जीभ से सम्बन्धित है। 1

..... element of nature is related to tongue.

33. रंग चिकित्सा में लाल रंग चक्र को दर्शाता है। 1

In colour therapy red colour represent chakra.

34. आयुर्वेद का श्रेय को जाता है। 1

Ayurveda is attributed to

35. नाखून को हमेशा कोण पर धिसते हैं। 1

Always file nail at angle.

36. हूफस्टिक को भी कहते हैं। 1

Hoofstick is also called

37. अँगूठे की मदद से लगाकर विभिन्न रिफ्लेक्स पर कार्य किया जाता है। 1

..... is applied on various reflexes using thumb.

38. गर्म वैक्सिंग को तरीका भी कहते हैं। 1

Hot waxing is also known as method.

39. रिफ्लेक्सोलॉजी शरीर को बराबर लम्ब हिस्सों में बाँटती है। 1

Reflexology divide the body in equal vertical zones.

40. सबसे साधारण केमिकल स्टेबिलाइजर है। 1

The most common chemical stabilizer is

41. नेल फाइल को भी कहते हैं। 1

Nail file is also called

42. का प्रयोग पाँव से सख्त खाल खत्म करने के लिए होता है। 1

..... is used to remove hard skin from the feet.

43. पाँव और पैर की उंगलियों की कॉस्मेटिक ट्रीटमेंट को बताता है। 1

..... refers to cosmetic treatment of feet and toes.



CLASS : 10th (Secondary) Code No. 2728

Series : Sec. M/16

Roll No.

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

BEAUTY & WELLNESS

National Skills Qualification Framework (NSQF)

[Hindi and English Medium]

Level - 2

1st Semester

(Only for Re-appear Candidates)

(Morning Session)

Time allowed : 2 hours]

[Maximum Marks : 60]

- कृपया जाँच कर लें कि इस प्रश्न-पत्र में मुद्रित पृष्ठ 8 तथा प्रश्न 43 हैं।

Please make sure that the printed pages in this question paper are 8 in number and it contains 43 questions.

- प्रश्न-पत्र में दाहिने हाथ की ओर दिये गये कोड नम्बर को छात्र उत्तर-पुस्तिका के मुख्य-पृष्ठ पर लिखें।

The Code No. on the right side of the question paper should be written by the candidate on the front page of the answer-book.

- कृपया प्रश्न का उत्तर लिखना शुरू करने से पहले, प्रश्न का क्रमांक अवश्य लिखें।

Before beginning to answer a question, its Serial Number must be written.

2728

P. T. O.

- उत्तर-पुस्तिका के बीच में खाली पन्ना/पन्ने न छोड़ें।
Don't leave blank page/ pages in your answer-book.
- उत्तर-पुस्तिका के अतिरिक्त कोई अन्य शीट नहीं मिलेगी। अतः आवश्यकतानुसार ही लिखें और लिखा उत्तर न काटें।
Except answer-book, no extra sheet will be given. Write to the point and do not strike the written answer.
- परीक्षार्थी अपना रोल नं० प्रश्न-पत्र पर अवश्य लिखें।
Candidates must write their Roll Number on the question paper.
- कृपया प्रश्नों का उत्तर देने से पूर्व यह सुनिश्चित कर लें कि प्रश्न-पत्र पूर्ण व सही है, परीक्षा के उपरान्त इस सम्बन्ध में कोई भी दावा स्वीकार नहीं किया जायेगा।
*Before answering the questions, ensure that you have been supplied the correct and complete question paper, **no claim in this regard, will be entertained after examination.***

नोट : (i) प्रश्न क्रमांक 1 से 3 में से कोई दो प्रश्न करें। शेष सभी प्रश्न अनिवार्य हैं।

*Attempt any **two** questions from question number 1 to 3. **Rest are compulsory.***

(ii) प्रत्येक प्रश्न के अंक उसके सामने दिये गये हैं।

Marks are indicated against each question.

1. पूर्ण-भुजा शक्ति विकासक का वर्णन कीजिए। 5

Explain Purna-bhuja shakti Vikasaka.

2. सुखासन का वर्णन करें। 5

Explain Sukhasana.

3. मैनीक्योर में करने योग्य व न करने योग्य बातें लिखें। 5

Write the Do's and Don't of manicure.

4. मैनीक्योर में विभिन्न प्रकार के मसाज मूवमेंट का वर्णन करें। 3

Explain types of massage movements in manicure.

5. हाइड्रोथेरेपी के प्रकारों का वर्णन करें। 3

Explain types of hydrotherapy.

6. पेड़ीक्योर के लाभ क्या हैं ? 3

What are the benefits of pedicure ?

7. किन दशाओं में पेड़ीक्योर को क्लाइंट पर सम्भाल कर करना चाहिए ? 3

In what cases pedicure should be performed cautiously on a client ?

8. रेगुलर और पैराफिन पेड़ीक्योर का वर्णन करें। 3

Explain regular and paraffin pedicure.

9. डिसइनफेक्टेंट क्या है ? 1

What is disinfectant ?

(4)

2728

10. टो सेपरेटर क्या है ?

1

What is toe separator ?

11. बफिंग पेस्ट क्या है ?

1

What is buffing paste ?

12. मैनीक्योर के कोई दो लाभ बताएँ।

1

Give any **two** benefits of manicure.

13. खराब पोषण के परिणाम क्या हैं ?

1

What are the outcomes of poor nutrition ?

(वस्तुनिष्ठ प्रश्न)

(Objective Type Questions)

14. WHO का पूरा नाम है।

1

Full form of WHO is

15. विटामिन और मिनरल कहलाते हैं।

1

Vitamins and minerals are called

16. पानी का लगभग 99.5 प्रतिशत हिस्सा है।

1

..... is about 99.5% water.

2728

17. 1 ग्राम कार्बोहाइड्रेट *kcal* के बराबर है। 1

1 gm of carbohydrate equals *kcal*.

18. विटामिन K सोल्यूबल विटामिन है। 1

Vitamin K is soluble vitamin.

19. न्यूट्रिएंट की जरूरत RNA और DNA के संश्लेषण में होता है। 1

..... nutrient is required in synthesis of RNA and DNA.

20. सोल्यूबल विटामिन शरीर में संचित नहीं होते। 1

..... soluble vitamins are not stored in body.

21. विटामिन की कमी से स्कर्वी होता है। 1

Deficiency of vitamin causes Scurvy.

22. विटामिन की कमी से कुपोषण होता है। 1

Deficiency of vitamin causes malnutrition.

23. निर्जलीकरण का ठीक होना कहलाता है। 1

Correction of dehydration is called

24. मिनरल की कमी से बच्चों में रिकेट्स की दिक्कत होती है। 1

Deficiency of mineral causes rickets in children.

25. योग को लिखित रूप में ने दर्शाया था। 1

Yoga was presented in written form by

26. योग घुटनों को मजबूत करने के लिए होता है। 1

..... Yoga is for strengthening the knees.

27. योग पैर की उँगली को बढ़ाने के लिए होता है। 1

..... Yoga is for developing toes.

28. आसन को कोबरा मुद्रा भी कहते हैं। 1

..... asana is also known as cobra pose.

29. आसन को कमल मुद्रा भी कहते हैं। 1

..... asana is also known as lotus pose.

30. प्रकृति तत्त्वों से बनी है। 1

Nature is made up of number of elements.

31. आयुर्वेद के अनुसार शरीर के तत्त्वों को कहते हैं। 1

According to Ayurveda, elements in body are called

32. प्रकृति का तत्त्व जीभ से सम्बन्धित है। 1

..... element of nature is related to tongue.

33. रंग चिकित्सा में लाल रंग चक्र को दर्शाता है। 1

In colour therapy red colour represent chakra.

34. आयुर्वेद का श्रेय को जाता है। 1

Ayurveda is attributed to

35. नाखून को हमेशा कोण पर धिसते हैं। 1

Always file nail at angle.

36. हूफस्टिक को भी कहते हैं। 1

Hoofstick is also called

37. अँगूठे की मदद से लगाकर विभिन्न रिफ्लेक्स पर कार्य किया जाता है। 1

..... is applied on various reflexes using thumb.

38. गर्म वैक्सिंग को तरीका भी कहते हैं। 1

Hot waxing is also known as method.

39. रिफ्लेक्सोलॉजी शरीर को बराबर लम्ब हिस्सों में बाँटती है। 1

Reflexology divide the body in equal vertical zones.

40. सबसे साधारण केमिकल स्टेबिलाइजर है। 1

The most common chemical stabilizer is

41. नेल फाइल को भी कहते हैं। 1

Nail file is also called

42. का प्रयोग पाँव से सख्त खाल खत्म करने के लिए होता है। 1

..... is used to remove hard skin from the feet.

43. पाँव और पैर की उंगलियों की कॉस्मेटिक ट्रीटमेंट को बताता है। 1

..... refers to cosmetic treatment of feet and toes.

