

कक्षा 10 Home Science  
अभ्यास प्रश्न पत्र 1 (Practice paper 1)  
अंक योजना 1( Marking Scheme)

क्रमांक	खंड - क (वस्तुनिष्ठ प्रकार के प्रश्न)	अंक
1.	( b ) स्फूर्तिदायक खेल Active games	1
2.	( d ) सभी All of the above	1
3.	(b) हल्दी Turmeric	1
4.	( c ) परक्लोरो एथिलीन Per chloro ethylene	1
5.	( b ) नील Blueing agent	1
6.	(a) भारतीय चिकित्सा अनुसंधान परिषद् Indian Council of Medical Research	1
7.	क्रीडा अवस्था Play Age	1
8.	7 वर्ष से 11 वर्ष 7 years to 11 years	1
9.	स्टेफिलोकोक्कस	1
10.	भोज्य पदार्थ की गुणवत्ता से कोई समझौता नहीं हुआ The quality of the food product has not been compromised	1
11.	खनिज दाग Mineral stain	1
12.	Hotels and hospitals	1
13.	(c) , अभिकथन(A) सही है लेकिन कारण ( R ) गलत है	1
14.	(a) अभिकथन(A) और कारण(R)	1

	<p>दोनों सही है और कारण ( R ),अभिकथन की सही व्याख्या है</p> <p>Assertion (A) and reason(R) both are correct and the reason(R) is the correct explanation of the assertion(A).</p>	
15.	<p>(a) अभिकथन(A) और कारण(R) दोनों सही है और कारण ( R ),अभिकथन की सही व्याख्या है</p> <p>Assertion (A) and reason(R) both are correct and the reason(R) is the correct explanation of the assertion(A).</p>	1
	<p>खंड ख ( Section B)</p> <p>अति लघु उत्तरीय प्रश्न</p> <p>Very short answer type questions</p>	
16.	<p>क्रियात्मक विकास</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• अपने वस्त्र खुद पहनने लग जाता है</li> <li>• भाग दौड़ वाली गतिविधियों में भाग लेता है</li> </ul> <p>Motor development</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Can wear clothes on own</li> <li>• Participates in physical activities</li> </ul>	$1 + \frac{1}{2} \times 2$
17.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• तनखाह के रूप में</li> <li>• किराए के रूप में</li> <li>• ब्याज से प्राप्त धन के रूप में</li> <li>• खेती से प्राप्त धन के रूप में</li> <li>• अन्य</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>• As salary</li> <li>• As rental property</li> <li>• As interest</li> <li>• As money from farming</li> <li>• Any other</li> </ul>	$\frac{1}{2} \times 4$

	<p>अथवा</p> <p>ऐसे खेल जिसमें बालक किसी छिपी हुई वस्तु को ढूँढने का प्रयास करते हैं। जैसे - छुपन छुपाई</p> <p>Games in which children try to find out some hidden object or person</p> <p>for ex.- hide and seek</p>	1+1
18.	<ul style="list-style-type: none"> <li>जंक फूड भोजन की श्रेणी में नहीं आता</li> <li>यह कोई पोषक तत्व प्रदान नहीं करता</li> <li>यह ऊर्जा नहीं देता</li> <li>यह शरीर में सुचारु रूप से नहीं पचता</li> <li>Junk food does not fall in the category of food</li> <li>Does not provide any nutrient</li> <li>Does not provide energy</li> <li>Is not easily digested by body</li> </ul>	$\frac{1}{2} \times 4$
19.	<ul style="list-style-type: none"> <li>आकर्षक होता है</li> <li>गुणवत्ता अच्छी होती है</li> <li>शैल्फ अवधि को बढ़ाता है</li> <li>आसानी से एक जगह से दूसरी जगह ले जाया जा सकता है</li> <li>Looks attractive</li> <li>Assures good quality</li> <li>Increases the shelf life</li> <li>Can be easily transferred</li> </ul>	$\frac{1}{2} \times 4$
20.	<p>अनाज, खाद्यान्न और उनके उत्पाद</p> <p>गेहूं, चावल, मक्का, बाजरा, जवार</p> <p>सूजी, रागी</p> <p>Food grains and their products</p> <p>Wheat, rice, corn, pearl millet, sorghum semolina and ragi</p>	$\frac{1}{2} \times 4$

21.	<p>अपनी आवश्यकताओं की पूर्ति हेतु किसी सेवा का मूल्य चुकाकर उसका उपयोग करने वाला व्यक्ति उपभोक्ता कहलाता है। One who pays for the products or the services that one utilises to fulfill his or her needs is called a consumer.</p>	2
	<p><b>खंड -ग ( Section C)</b> लघु उत्तरात्मक प्रश्न Short answer type questions</p>	
22.	<ul style="list-style-type: none"> <li>अधिक से अधिक दृष्ट्य उद्दीपन प्रदान करें</li> <li>एक समय में एक ही विचार का निर्माण करें</li> <li>तर्क , खेल व रोल प्ले के लिए प्रेरित करें</li> <li>बालक को इंद्रियों का प्रयोग वस्तुओं को समझने के लिए सिखाएं</li> <li>कल्पित विषयों के बारे में तर्क खेल वह रोल प्ले करने के लिए प्रेरित करें</li> <li>विभिन्न प्रकार की क्रियाओं व वस्तुओं के प्रयोग द्वारा सुनने की स्पर्श की स्वाद की व सुनने की संवेदना का विकास करें</li> <li>Provide visual stimulus as many as possible</li> <li>Build one concept at a time</li> <li>Encouraged child for logic , play and role play</li> <li>Teach child the use of sense organs to identify things</li> <li>Motivate the child to</li> </ul>	½ X 6

	<p>apply logic in imaginary games and also use role play</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Use various activities and objects to teach the child the sensory activity of listening touch, taste and smell</li> </ul> <p>अथवा</p> <p>वसा के सीमित उपयोग से मोटापा नहीं होता नमक के सीमित उपयोग से उच्च रक्तचाप नहीं होता चीनी के सीमित उपयोग से मधुमेह नहीं होता तीनों के सीमित उपयोग से व्यक्ति स्वस्थ रहता है Restricted use of fat helps prevent obesity Restricted use of salt helps prevent hypertension Restricted use of sugar helps prevent diabetes. Limited intake of all the three helps maintain a healthy</p>	1+1+1
23.	<p>आय और व्यय का लेखा-जोखा बजट कहलाता है । बजट बनाने के लाभ-</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• बचत की आदत होती है</li> <li>• ऋण का भार नहीं होता</li> <li>• धन व्यवस्थापन का ज्ञान हो जाता है</li> <li>• लक्ष्य की प्राप्ति में सहायक</li> </ul> <p>Written record of income and expenditure of a family for a specified period of time. Advantages of budget</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Helps develop the habit of saving</li> <li>• Reduces the chances of loan</li> <li>• Introduces with the concept of money management</li> <li>• Helps obtain the goals</li> </ul>	1+ ½X4

24.	<p>आहार आयोजन के कुल पांच सिद्धांत होते हैं। आहार में विभिन्नता पांच प्रकार से लाई जा सकती है-</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• स्वाद में विभिन्नता</li> <li>• रंग रूप में विभिन्नता</li> <li>• पोषक तत्वों में विभिन्नता</li> <li>• पाक विधि में विभिन्नता</li> <li>• टेक्सचर में विभिन्नता</li> </ul> <p>There are total five principles of meal planning. Variety in meal planning can be brought about in five different ways-</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Variety in taste</li> <li>• Variety in appearance</li> <li>• Variety in nutrients</li> <li>• Variety in cooking methods</li> <li>• Variety in texture</li> </ul> <p>अथवा(OR)</p> <p>वह शारीरिक थकान महसूस करते हैं श्रीमान अजय थकान दूर करने के लिए अखबार पढ़ सकते हैं गरम चाय या कॉफी पी सकते हैं स्नान कर सकते हैं</p> <p>उनकी धर्म पत्नी संगीत सुनते हुए अपनी रसोई के कार्य कर सकती है मौसम अनुसार गर्म या ठंडा पानी से स्नान कर सकती है थोड़ी देर विश्राम कर सकती है</p> <p>Mr Ajay and his wife must be suffering from physical fatigue Mr Ajay can minimise his fatigue by- Reading newspaper Having a cup of tea or coffee Having a bath</p>	<p><math>\frac{1}{2} \times 6</math></p> <p><math>1\frac{1}{2} + 1\frac{1}{2}</math></p>
-----	---	--

	<p>His wife can listen to her favourite music while in the kitchen</p> <p>Take a bath</p> <p>Take some rest</p>	
25.	<p>अच्छे साबुन के गुण</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• त्वचा पर नरम</li> <li>• पर्यावरण को नुकसान न पहुंचने वाला</li> <li>• उंगली से दबाने पर ना दबाने वाला</li> <li>• रंग में साफ हल्का पीला या सफेद हो</li> <li>• तोड़ने पर दानेदार दिखाई दे</li> <li>• सफेद कण या चितती नहीं पड़ती।</li> </ul> <p>Qualities of a good soap</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Soft to skin</li> <li>• Environment friendly</li> <li>• It's not too soft</li> <li>• Bright yellow or white in colour</li> <li>• Granules visible on being broken</li> <li>• Does not have white patches</li> </ul>	$\frac{1}{2} \times 6$
26.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• पूरा नाम -भारतीय मानक संस्थान । नया नाम -भारतीय मानक ब्यूरो</li> <li>• यह मार्क उत्तम उत्पाद गुणवत्ता की गारंटी है ।</li> </ul> <p>लाइसेंस केवल उन औद्योगिक व उपभोक्ता वस्तुओं के उत्पादकों को प्राप्त होता है जिनके उत्पाद संस्था द्वारा तय मानकों के अनुरूप होते हैं और जांच प्रणाली में सही पाए जाते हैं । समय-समय पर उत्पाद की जांच होती है ।</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• मुख्य रूप से खाद्य पदार्थ विद्युत् उपकरणों और घरेलू उपकरणों पर होता है ।</li> </ul> <p>Full form Indian standard institute</p>	1+1+1

	<p>New name bureau of Indian standards</p> <p>This mark is a guarantee of good quality product</p> <p>Licence provided to only industrial and consumer products which qualify set parameters.</p> <p>Time to time inspection done.</p> <p>Some of the common ISI products are food products ,electrical products and household products.</p>	
27.	<p>जंग का दाग (नया हो तो)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ऑक्जेलिक अम्ल में भिगो दे थोड़ी देर पश्चात धो ले। (पुराना हो तो)</li> <li>• दाग पर नींबू का रस दही और नमक लगाएँ और सूखने दे</li> <li>• सूखने पर साबुन से धोकर साफ करें</li> <li>• जैवल पानी भी प्रयोग कर सकते हैं।</li> </ul> <p>लिपस्टिक का दाग</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• मैथिलेटड स्पिरिट में भिगो दें</li> <li>• कुछ देर बाद साबुन और पानी से धो ले</li> <li>• दाग को ग्लिसरीन से रगड़ें और फिर साबुन से धो ले</li> </ul> <p>Rust Stain (if new)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Soak in oxalic acid and wash after sometime.</li> </ul> <p>(If old)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Apply some lemon juice curd and salt to the stain and let it dry</li> <li>• Wash once it dries properly</li> <li>• Use javelle water if stain persists.</li> </ul> <p>Lipstick stain</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Soak in methylated spirit and wash with soap and water after</li> </ul>	$1\frac{1}{2} + 1\frac{1}{2}$

	some time <ul style="list-style-type: none"> <li>glycerine can also be used</li> </ul>	
	खंड घ -( Section D) दीर्घ उत्तरात्मक प्रश्न Long answer type questions	
28.	भाषा विकास को प्रभावित करने वाले कारक <ul style="list-style-type: none"> <li>परिवार का आकार</li> <li>लिंग भेद</li> <li>बालक का सामान्य विकास</li> <li>परिपक्वता</li> <li>बुद्धि</li> <li>सामाजिक एवं सांस्कृतिक प्रभाव (अन्य)</li> </ul> Factors affecting language development <ul style="list-style-type: none"> <li>Size of the family</li> <li>Gender difference</li> <li>General growth of child</li> <li>Maturity</li> <li>Intelligence</li> <li>Social and cultural influence</li> <li>(Any other)</li> </ul> अथवा (OR) व्यक्तिगत स्वच्छता के नियम <ul style="list-style-type: none"> <li>नाखून कटे हो</li> <li>बाल बांधे हो</li> <li>हाथ धुले हो</li> <li>एप्रन पहना हो</li> <li>संक्रामक रोग न हो</li> </ul> Personal hygiene in kitchen <ul style="list-style-type: none"> <li>Nails must be cut</li> <li>Hair must be tied</li> <li>Hands must be washed with soap</li> <li>Apron must be worn</li> <li>Should not be suffering from infectious disease</li> </ul>	1 X 5

29.	<p>प्रत्यक्ष वास्तविक आय परिवार के सदस्यों को बिना धन व्यय किए प्राप्त होती है। यह मुख्यतः वस्तुओं और सुविधाओं के रूप में प्राप्त होती है।</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• समय का उचित उपयोग करके</li> <li>• पारिवारिक बजट बनाकर</li> <li>• भौतिक साधनों का उचित उपयोग करके</li> <li>• घर के कार्य स्वयं करके (अन्य)</li> </ul> <p>Real direct income is obtained without spending money. It is mainly in the form of services and objects.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Utilising time</li> <li>• Making budget</li> <li>• Using physical resources</li> <li>• Doing household chores on own (other)</li> </ul> <p>अथवा (OR)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• तूफान व तनाव की अवस्था</li> <li>• स्वतंत्रता की दुविधा</li> <li>• पढ़ाई संबंधी दुविधा</li> <li>• यौन संबंधी समस्या से उत्पन्न दुविधा</li> <li>• कैरियर संबंधी दुविधा</li> <li>• शारीरिक वृद्धि के कारण दुविधा (अन्य)</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Period of storm and stress</li> <li>• Confusion related to freedom</li> <li>• Confusion related to studies and choice of course</li> <li>• Confusion related to sexual problems</li> <li>• Confusion related to career</li> <li>• Confusion arising due</li> </ul>	<p>1+4</p> <p>1X5</p>
-----	---	-----------------------

	to physical changes	
30.	<ul style="list-style-type: none"> <li>विकारीय खाद्य पदार्थ</li> <li>अर्ध विकारीय खाद्य पदार्थ</li> <li>अविकारीय खाद्य पदार्थ (परिभाषा एवं उदाहरण)</li> <li>Perishable food products</li> <li>Semi perishable food products</li> <li>Non perishable food products</li> </ul> <p>(Definition along with examples)</p> <p>अथवा(OR)</p> <p>समय प्रबंधन का महत्व</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>अनुशासन सिखाता है</li> <li>समय और ऊर्जा की बचत</li> <li>अनिर्णयता की स्थिति समाप्त</li> <li>मानसिक तनाव से मुक्ति</li> <li>कार्य इककठे नहीं होते</li> <li>कार्यभार हल्का हो जाता है</li> <li>आखिरी क्षण की भाग दौड़ नहीं होती</li> <li>कार्य समय पर करने का स्वभाव बन जाता है</li> <li>प्रत्येक कार्य सर्वोत्तम विधि से पूर्ण करने का तरीका आता है</li> <li>अचानक उत्पन्न हुई परिस्थितियों से निपटना आता है</li> </ul> <p>Importance of time management</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Teachers art of living life</li> <li>Saves time and energy</li> <li>Reduces the dilemma of decision making</li> <li>Relieves mental stress</li> <li>Work does not get piled up</li> <li>Workload gets</li> </ul>	<p>03+02</p> <p>½ X 10</p>

	<p>minimised</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Reduces last minute tension</li><li>• Induces habit of finishing work in time</li><li>• Shows best possible way to finish any work</li><li>• Teaches how to deal with contingencies.</li></ul>	