

कक्षा 10 Home Science  
 अध्यास प्रश्न पत्र 2 (Practice paper 2)  
 अंक योजना 1( Marking Scheme)

क्रमांक	खंड - क (वस्तुनिष्ठ प्रकार के प्रश्न)	अंक
1.	( a) बची हुई खाद्य सामग्री का उचित उपयोग Use of the left over food	1
2.	(b) ऐगमार्क AgMark	1
3.	(a) स्टेफिलोकोकस Staphylococcus	1
4.	(d) आत्मिक आय Psychic income	1
5.	( b ) अनकरण से Following	1
6.	(a) किशोरावस्था Adolescence	1
7.	समय Time	1
8.	भारतीय चिकित्सा अनुसंधान परिषद Indian Council of Medical Research	1
9.	कपड़े धोना और सीढ़ी पर भार उठाना Washing clothes and lifting luggage on staircase	1
10.	55:20:25 Carbohydrate: protein : fats	1
11.	वूल मार्क Woolmark	1

12.	ईर्ष्या Jealousy	1
13.	(a) , अभिकथन(A) तथा कारण (R )दोनों सही है और कारण (R ) , अभिकथन (A) की सही व्याख्या है	1
14.	(a) अभिकथन(A) और कारण(R) दोनों सही है और कारण ( R ),अभिकथन की सही व्याख्या है  Assertion (A) and reason(R) both are correct and the reason(R) is the correct explanation of the assertion(A).	1
15.	(a) अभिकथन(A) और कारण(R) दोनों सही है और कारण ( R ),अभिकथन की सही व्याख्या है  Assertion (A) and reason(R) both are correct and the reason(R) is the correct explanation of the assertion(A).	1
	खंड ख ( Section B) अति लघु उत्तरीय प्रश्न Very short answer type questions	
16.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• दंड देने की बजाय अच्छे व्यवहार के लिए प्रेरित करें</li> <li>• स्वयं वो व्यवहार करें जो आप बच्चों से चाहते हैं</li> <li>• Rather than punishing motivate the child for good behaviour</li> <li>• Do what you want your children to do</li> </ul>	1 X 2
17.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• धातु खाद्य पदार्थों में प्रवेश कर जाती है</li> <li>• खट्टे पदार्थ धातु के साथ अभैक्रिया करके नीला थोथा बनाते हैं जो विष युक्त होता है।</li> <li>• The metal seeps into</li> </ul>	1 X 2

	<p>the utensil and thus the food product.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Sour products react with copper and brass to form copper sulphate which is toxic</li> </ul> <p>अथवा (OR)</p> <p>खांसी जकाम से पीडित व्यक्ति की नाक और गले में स्टेफिलोकोकाई रोगण होते हैं जो संक्रमण जल्दी फैलाते हैं</p> <p>An infected person with cough and cold has staphylococcus germs that spread infection fast</p>	2
18.	<ul style="list-style-type: none"> <li>कार्य की गुणवत्ता बेहतर होती है</li> <li>व्यक्ति को संतुष्टि का भाव प्राप्त होता है</li> <li>विश्राम और मनोरंजन के लिए पर्याप्त समय मिलता है</li> <li>कम समय में भी अधिक उत्पादक कार्य हो जाता है अन्य</li> <li>Quality of work is improved</li> <li>Provides satisfaction</li> <li>Gets enough time for rest and recreation</li> <li>Is able to be more productive in a limited time span ( Any Other )</li> </ul>	$\frac{1}{2} \times 4$
19.	<p>प्रदर्शन विधि</p> <p>स्पर्श करके चिकना, खुरदरा और सीमेंट महसूस करा सकती है</p>	1 X 2
20.	<ul style="list-style-type: none"> <li>टेलकम पाउडर</li> <li>मैंदा</li> <li>नमक</li> <li>चाक पाउडर</li> <li>Talcum powder</li> <li>All purpose floor</li> </ul>	$\frac{1}{2} \times 4$

	<ul style="list-style-type: none"> <li>Common salt</li> <li>Chalk powder</li> </ul>	
21	<ul style="list-style-type: none"> <li>बहुत कोशिश के बाद भी गणित का सवाल हल न होने पर</li> <li>हर रोज काम में वही पुरानी नीरसता होने पर</li> <li>कार्य पूरा होने के पश्चात भी शाबाशी ना मिलने पर</li> <li>लगातार कई कक्षाओं में निरंतर पढ़ाई होने पर</li> <li>No solution of mathematics question even after repeated attempts</li> <li>Mundane routine</li> <li>No praise even after timely completion of work</li> <li>Continuous studies in many periods.</li> </ul>	½ X 4
	<b>खंड -ग (Section C)</b> लघु उत्तरात्मक प्रश्न Short answer type questions	
22.	मौसमी फल व सब्जियों का ज्यादा उपयोग करके <ul style="list-style-type: none"> <li>आहार में हरी पतेदार सब्जियों की मात्रा बढ़ाकर</li> <li>आहार में मोटे अनाज को शामिल करके</li> <li>पोषक तत्वों के महंगे स्रोतों के बजाय सस्ते स्रोत अपना कर</li> <li>मांसाहारी खाद्य पदार्थों का सेवन काम करके</li> <li>फल क्रीम दूध के स्थान पर टॉड दूध लेकर</li> <li>By including season fruits and vegetables</li> <li>By increasing the intake of green leafy vegetables</li> <li>By including millets in your meals</li> <li>Opting for cheap sources of nutrients</li> </ul>	½ X 6

- Reducing the intake of animal products
- Opting for skimmed milk in place of fullcream milk

### अथवा

- पूरा नाम भारतीय खाद्य सुरक्षा एवं मानक प्राधिकरण है।
- स्थापना खाद्य सुरक्षा और मानक अधीनियम 2006 के अधीन की गई
- मख्य उद्देश्य खाद्य से संबंधित विभिन्न नियमों को समेकित करना था
- इसके अंतर्गत चिन्ह केइसके अंतर्गत चिन्ह के साथ कंपनी का लाइसेंस नंबर देना भी अनिवार्य है
- खाद्य नियमों के अंतरराष्ट्रीय मानकों का काफी हद तक अनुकरण करता है
- जैसे - टॉफी, बिस्किट आदि
  
- Full form - Food Safety and Standards Authority of India
- Estb. Under food safety and security act 2006.
- Main objective was to integrate various acts pertaining to adulteration and food products.
- Along with the logo of fssai licence number is also provided to the company
- It ensures compliance of international standards
- For ex- on candies and biscuits

23.	<ul style="list-style-type: none"> <li>● हल्दी और अरहर दाल हानिकारक प्रभाव-           <ul style="list-style-type: none"> <li>● प्रजनन अंगों पर कप्रभाव</li> <li>● पैट में गड़बड़ी</li> <li>● पांचन संबंधी विकार</li> <li>● अत्यधिक सेवन से कैंसर की संभावना</li> </ul> </li> </ul> <p>Turmeric and arhar dal Harmful effects-</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Effects reproductive organs of male and female</li> <li>● Disturbance in stomach</li> <li>● Digestive problems</li> <li>● Prolonged use increases the risk of cancer</li> </ul>	1 + $\frac{1}{2} \times 4$
24.	<ul style="list-style-type: none"> <li>● दाग को ताजा रहते ही उतार ले</li> <li>● धब्बे छाने वाले पदार्थ कपड़ों की संरचना के अनुकूल हो</li> <li>● रासायनिक प्रतिकर्मक के तनु घोल का प्रयोग करें</li> <li>● अज्ञात धब्बों के लिए कम हानिकारक प्रतीक्रियाओं का प्रयोग करें</li> <li>● प्रतिकर्मक केवल उतनी ही देर वस्त्र पर रखें जितने में धब्बा छट जाए</li> <li>● ऊन व सिल्क के धब्बों के लिए केवल हाइड्रोजन पेरोक्साइड के तनु घोल का प्रयोग करें।</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Remove the stain when wet</li> <li>● stain removers should be according to the composition of the fabric</li> <li>● Use diluted solution of</li> </ul>	$\frac{1}{2} \times 6$

	<p>the chemicals to remove unknown stains</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Use less harmful chemicals</li> <li>● Soak the clothes in the chemicals only till the stain gets removed</li> <li>● To remove stains from silk and wool use only hydrogen peroxide.</li> </ul>	
25.	<p>स्टेफिलोकोक्कस</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● फोड़ों में मवाद पैदा हो जाता है</li> <li>● यह मवाद भोजन में पहुंच जाए तो आतों की बीमारियां पैदा करता है</li> <li>● इन रोगणओं में विद्यमान विषाक्त पदार्थ भी आतों को बीमार कर देते हैं</li> <li>● त्वचा व मृदु कोशिकाओं में संक्रमण</li> <li>● रक्त के प्रवाह में यह प्रवेश नहीं कर पाते</li> </ul> <p>Staphylococcus</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Produces mucus in the boil</li> <li>● Infects the intestines if it enters through food</li> <li>● Toxic material present in it causes problems with the intestine</li> <li>● Infects the soft cells</li> <li>● Cannot enter the bloodstream</li> </ul>	$\frac{1}{2} + \frac{1}{2} \times 5$
26.	<p>थकान - कार्य क्षमता से अधिक कार्य करने पर या अभिरुचियों में कमी आने पर जो स्थिति उत्पन्न होती है</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● शारीरिक थकान</li> <li>● मानसिक थकान -</li> </ul>	$1 + \frac{1}{2} \times 4$

	<ul style="list-style-type: none"> <li>नीरसता से होने वाली थकान</li> <li>कंठ से होने वाली थकान</li> </ul> <p>The condition that arises when one works beyond one's capacity or without one's interest is called fatigue.</p> <p>Physical fatigue Mental fatigue</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Boredom fatigue</li> <li>Frustration fatigue</li> </ul>	
27.	<ul style="list-style-type: none"> <li>क्रोध और आक्रामकता</li> <li>भय व व्याकुलता</li> <li>ईर्ष्या</li> <li>जिजासा</li> <li>खशी तथा उत्साह</li> <li>मनोस्थिति बदलना</li> <li>विषम लिंगियों में रुचि (अन्य)</li> <li>Anger</li> <li>fear and anxiety</li> <li>jealousy</li> <li>curiosity</li> <li>happiness and motivation</li> <li>moodswings</li> <li>interest in opposite sex (any other)</li> </ul>	½ X 6
	<p>खंड घ - ( Section D) दीर्घ उत्तरात्मक प्रश्न Long answer type questions</p>	
28.	<ul style="list-style-type: none"> <li>स्तर 1 अनाज और उत्पाद</li> <li>स्तर 2 फल और सब्जियां</li> <li>स्तर 3 दालें और फलियां</li> <li>स्तर 4 दूध, मीट तथा दूध से बने उत्पाद</li> <li>स्तर 5 वसा तथा शर्करा</li> <li>Level 1 food grains and products</li> </ul>	1 X 5

	<ul style="list-style-type: none"> <li>● level 2 fruits and vegetables</li> <li>● level 3 pulses and lentils</li> <li>● level 4 milk and dairy products</li> <li>● level 5 fat and sugar</li> </ul> <p>अथवा (OR)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● अभाव जनित रोगों से सरक्षा</li> <li>● रौग प्रतिरोधक शक्ति में वृद्धि</li> <li>● शरीर को पौष्टिक तत्व की प्राप्ति</li> <li>● शरीर निर्माण क्रियाओं का सुचारू संचालन</li> <li>● आहार में उचित् तरल पदार्थ के उपयोग पर बल</li> <li>● प्रत्येक व्यक्ति को संतुलित आहार की प्राप्ति</li> <li>● जीवन चक्र की विभिन्न अवस्थाओं के अनुसार भोजन ग्रहण (कोई पांच)</li> <li>● Protection from deficiency diseases</li> <li>● increase in the immunity</li> <li>● ensure availability of nutrients to body</li> <li>● Proper functioning of regular activities</li> <li>● inclusion of proper liquids in the diet</li> <li>● availability of balanced diet to every person</li> <li>● consumption of diet according to stage of life ( Any five )</li> </ul>	
29.	मिलावट एक ऐसी प्रक्रिया है जिसके द्वारा खाद्य पदार्थ के गोण, पोषकता तथा प्रकृति में परिवर्तन आ जाता है। इसका मुख्य कारण गलत तरीके से	2+3

मुनाफा कमाना है।  
इसका मख्य नक्सान -  
-आर्थिक हानि  
- स्वास्थ्य हानि  
- विश्वास की हानि

Adulteration is a process by which quality ,nutrients and the nature of a food item is altered with .The sole purpose of adulteration is to earn money using immoral practices.  
Disadvantages of adulteration to a consumer-  
-monetary loss  
-health loss  
-loss of trust

#### अथवा (OR)

पसंद नापसंद के आधार पर ही किसी आहार को दिनचर्या में को शामिल किया जाता है

- साग के स्थान पर रायता या हरीसब्जी की रोटी
- धीया की सब्जी के स्थान पर धीया का हलवा या बरफी
- रागी की रोटी के स्थान पर रागी की खीर
- दूध ना पसंद करने वाले सदस्यों को दही या कस्टर्ड
- दाल नापसंद करने वाले व्यक्ति को दाल का चिल्ला

Any food product is included in the meal based on the personal food choice of an individual. for example-

- Green leafy vegetable raita in place of green saag
- Ghia halwa in place of Ghia curry
- Ragi kheer in place of ragi chapati

2½ + 2½

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Custard or curd for those disliking milk</li> <li>• Daal chilla to those who dislike dal</li> </ul>	
30.	<p>दाग के प्रकार</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• वानस्पतिक दाग</li> <li>• प्राणीज दाग</li> <li>• चिकनाई युक्त दाग</li> <li>• खनिज दाग</li> <li>• रंग के दाग</li> </ul> <p>Types of stain</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• vegetable stains</li> <li>• animal stains</li> <li>• Grease stain</li> <li>• minerals stain</li> <li>• dye stain</li> </ul> <p>अथवा (OR)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• घोलक विधि</li> <li>• रासायनिक विधि</li> <li>• अवशोषक विधि</li> <li>• Solvent method</li> <li>• chemical method</li> <li>• absorbent method</li> </ul>	1X5 5