

कक्षा 10 Home Science
अभ्यास 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) स्टेफिलोकोक्कस Staphylococcus	1
4.	(d) आत्मिक आय Psychic income	1
5.	(b) अनुकरण 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"> • दंड देने की बजाय अच्छे व्यवहार के लिए प्रेरित करें • स्वयं वो व्यवहार करें जो आप बच्चों से चाहते हैं • Rather than punishing motivate the child for good behaviour • Do what you want your children to do 	1 X 2
17.	<ul style="list-style-type: none"> • धातु खाद्य पदार्थों में प्रवेश कर जाती है • खट्टे पदार्थ धातु के साथ अभिक्रिया करके नीला थोथा बनाते हैं जो विष युक्त होता है। • The metal seeps into 	1 X 2

	<p>the utensil and thus the food product.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sour products react with copper and brass to form copper sulphate which is toxic <p>अथवा (OR)</p> <p>खांसी जुकाम से पीड़ित व्यक्ति की नाक और गले में स्टेफिलोकोकाई रोगाणु 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"> • कार्य की गुणवत्ता बेहतर होती है • व्यक्ति को संतुष्टि का भाव प्राप्त होता है • विश्राम और मनोरंजन के लिए पर्याप्त समय मिलता है • कम समय में भी अधिक उत्पादक कार्य हो जाता है अन्य • Quality of work is improved • Provides satisfaction • Gets enough time for rest and recreation • Is able to be more productive in a limited time span <p>(Any Other)</p>	½ X 4
19.	<p>प्रदर्शन विधि</p> <p>स्पर्श कराके चिकना, खुरदरा और सीमेंटड महसूस करा सकती है</p>	1 X 2
20.	<ul style="list-style-type: none"> • टेलकम पाउडर • मैदा • नमक • चाक पाउडर • Talcum powder • All purpose floor 	½ X 4

	<ul style="list-style-type: none"> • Common salt • Chalk powder 	
21	<ul style="list-style-type: none"> • बहुत कोशिश के बाद भी गणित का सवाल हल न होने पर • हर रोज काम में वही पुरानी नीरसता होने पर • कार्य पूरा होने के पश्चात भी शाबाशी ना मिलने पर • लगातार कई कक्षाओं में निरंतर पढ़ाई होने पर • No solution of mathematics question even after repeated attempts • Mundane routine • No praise even after timely completion of work • Continuous studies in many periods. 	$\frac{1}{2} \times 4$
	<p>खंड -ग (Section C) लघु उत्तरात्मक प्रश्न Short answer type questions</p>	
22.	<p>मौसमी फल व सब्जियों का ज्यादा उपयोग करके</p> <ul style="list-style-type: none"> • आहार में हरी पत्तेदार सब्जियों की मात्रा बढ़ाकर • आहार में मोटे अनाज को शामिल करके • पोषक तत्वों के महंगे स्रोतों के बजाय सस्ते स्रोत अपना कर • मांसाहारी खाद्य पदार्थों का सेवन कम करके • फुल क्रीम दूध के स्थान पर टॉड दूध लेकर • By including season fruits and vegetables • By increasing the intake of green leafy vegetables • By including millets in your meals • Opting for cheap sources of nutrients 	$\frac{1}{2} \times 6$

	<ul style="list-style-type: none"> ● Reducing the intake of animal products ● Opting for skimmed milk in place of fullcream milk <p style="text-align: center;">अथवा</p> <ul style="list-style-type: none"> ● पूरा नाम भारतीय खाद्य सुरक्षा एवं मानक प्राधिकरण है। ● स्थापना खाद्य सुरक्षा और मानक अधिनियम 2006 के अधीन की गई ● मुख्य 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 <ul style="list-style-type: none"> ● 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"> ● हल्दी और अरहर दाल हानिकारक प्रभाव- <ul style="list-style-type: none"> ● प्रजनन अंगों पर कप्रभाव ● पेट में गड़बड़ी ● पाचन संबंधी विकार ● अत्यधिक सेवन से कैंसर की संभावना <p>Turmeric and arhar dal Harmful effects-</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Effects reproductive organs of male and female ● Disturbance in stomach ● Digestive problems ● Prolonged use increases the risk of cancer 	1 + ½X4
24.	<ul style="list-style-type: none"> ● दाग को ताजा रहते ही उतार ले ● धब्बे छुड़ाने वाले पदार्थ कपड़ों की संरचना के अनुकूल हो ● रासायनिक प्रतिकर्मक के तनु घोल का प्रयोग करें ● अज्ञात धब्बों के लिए कम हानिकारक प्रतिकर्मकों का प्रयोग करें ● प्रतिकर्मक केवल उतनी ही देर वस्त्र पर रखें जितने में धब्बा छूट जाए ● उन वीसिल्क के धब्बों के लिए केवल हाइड्रोजन पेरोक्साइड के तनु घोल का प्रयोग करें। <ul style="list-style-type: none"> ● Remove the stain when wet ● stain removers should be according to the composition of the fabric ● Use diluted solution of 	½ X 6

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

	<ul style="list-style-type: none"> • नीरसता से होने वाली थकान • कुंठा से होने वाली थकान <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"> • Boredom fatigue • Frustration fatigue 	
27.	<ul style="list-style-type: none"> • क्रोध और आक्रामकता • भय व व्याकुलता • ईर्ष्या • जिज्ञासा • खुशी तथा उत्साह • मनोस्थिति बदलना • विषम लिङ्गियों में रुचि (अन्य) • Anger • fear and anxiety • jealousy • curiosity • happiness and motivation • moodswings • interest in opposite sex (any other) 	½ X 6
	<p>खंड घ - (Section D) दीर्घ उत्तरात्मक प्रश्न Long answer type questions</p>	
28.	<ul style="list-style-type: none"> • स्तर 1 अनाज और उत्पाद • स्तर 2 फल और सब्जियां • स्तर 3 दालें और फलियां • स्तर 4 दूध, मीट तथा दूध से बने उत्पाद • स्तर 5 वसा तथा शर्करा • Level 1 food grains and products 	1 X 5

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

	<p>मुनाफा कमाना है । इसका मुख्य नुकसान - -आर्थिक हानि - स्वास्थ्य हानि - विश्वास की हानि</p> <p>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</p> <p>अथवा (OR)</p> <p>पसंद नापसंद के आधार पर ही किसी आहार को दिनचर्या में को शामिल किया जाता है</p> <ul style="list-style-type: none"> ● साग के स्थान पर रायता या हरीसब्जी की रोटी ● घीया की सब्जी के स्थान पर घीया का हलवा या बरफी ● रागी की रोटी के स्थान पर रागी की खीर ● दूध ना पसंद करने वाले संदस्यों को दही या कस्टर्ड ● दाल नापसंद करने वाले व्यक्ति को दाल का चिल्ला <p>Any food product isincluded in the meal based on the personal food choice of an individual. for example-</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Green leafy vegetable raita in place of green saag ● Ghia halwa in place of Ghia curry ● Raagi kheer in place of ragi chapati 	<p>2½ + 2½</p>
--	--	----------------

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