



गृह विज्ञान
HOME SCIENCE
(216)

शिक्षक अंकित मूल्यांकन पत्र
TUTOR MARKED ASSIGNMENT (2018-19)

कुल अंक: 20

Max. Marks: 20

टिप्पणी: (i) सभी प्रश्नों के उत्तर देने अनिवार्य हैं। प्रत्येक प्रश्न के अंक उसके सामने दिए गए हैं।

Note: *All questions are compulsory. The marks allotted for each question are given at same place.*

(ii) उत्तर पुस्तिका के प्रथम पृष्ठ पर ऊपर की ओर अपना नाम, अनुक्रमांक, अध्ययन केन्द्र का नाम और विषय स्पष्ट शब्दों में लिखिए।

Write your name, enrolment number, AI name and subject on the top of the first page of the answer sheet.

(iii) प्रत्येक प्रश्न के दो भाग हैं, सिर्फ एक भाग ही चुनें। कुछ प्रश्न भाग एक और कुछ प्रश्न भाग दो से चुनने पर आपके प्राप्त अंकों पर प्रभाव पड़ सकता है।

Each questions has two parts, select only one part. You may lose marks if you choose few questions from part one and few from other. 2 marks

1. निम्नलिखित प्रश्नों में से किसी एक प्रश्न का उत्तर लगभग 40-60 शब्दों में दीजिए। 2

Answer any one out of the following questions in about 40-60 words.

(a) सोनाली कैसे अपने घर से अपना शिशु देखभाल केंद्र खोलने का सपना पूरा कर सकती है? गृह विज्ञान शिक्षा से कैसे मदद करेगी?

(पाठ-1 देखें)

How can Sonali fulfil her dream to start her own Child Care Centre at home? How can the study of Home Science help her? (Lesson 1)

(b) गृह विज्ञान के पाँच विभागों के नाम और उनके बारे में एक लाइन लिखें। (पाठ-1 देखें)

Write name of five components of Home Science and also write one line about each one of them. (Lesson 1)

2. निम्नलिखित प्रश्नों में से किसी एक प्रश्न का उत्तर लगभग 40-60 शब्दों में दीजिए। 2

Answer any one of the following questions in about 40 -60 words.

(a) भारी वर्षा के कारण शहर में बीमारियाँ फैल रही हैं, वर्षा में होने वाली कोई दो बीमारियाँ चुनें और उनसे बचने के लिए दो सलाह दें। (पाठ-7,8 देखें)

Many diseases are spreading in the city due to heavy rain fall. Select any two diseases of rainy season and suggest two suitable remedies for them. (Lesson 7, 8)

- (b) यदि 6 साल के सोनू ने स्विच बोर्ड में उंगली घुसा ली है और बेहोश होने लगा तब आप क्या प्राथमिक चिकित्सा प्रदान करेंगे/करेंगी? (पाठ-13 देखें)

If a six year old Sonu has been electrocuted by putting fingers in switch board and getting unconscious, what first-aid will you give him? (Lesson 13)

3. निम्नलिखित में से किसी एक प्रश्न का उत्तर लगभग 40-60 शब्दों में दीजिए। 2 Marks

Answer any one of the following questions in about 40 -60 words.

- (a) आपने दो साल के बाद ही पुराना फ्रीज़ बेच कर नया लिया है। पुराने फ्रीज़ में क्या दो कमियाँ थीं और नए में क्या दो सुविधाएं हैं, लिखिए। (पाठ-22 देखें)

You have purchased a new refrigerator after selling the old one. Write two draw backs in the old and two conveniences in the new one. (Lesson 22)

- (b) शहरों में वायु प्रदूषण बहुत बढ़ गया है। अपने अपने शहर के अनुसार कोई दो कारण खोजें तथा उन्हें दूर करने के कोई दो तरीके बताएं, जो आप स्वयं कर सकें। (पाठ-6 देखें)

Air pollution is increasing in cities. Find out the any two major causes in your own cities and suggest any two remedies which you can do. (Lesson 6)

4. निम्नलिखित में से किसी एक का उत्तर लगभग 100-150 शब्दों में दीजिए। 4

Answer any one out of the following questions in about 100-150 words.

- (a) रम्या माँ बनने वाली है। इस विषय में निम्नलिखित के उत्तर दें:

- (i) उसे अपने खान-पान में कौन से खाद्य पदार्थ अधिक लेने चाहिए?
(ii) खाद्य पदार्थों की पोषकता वह कैसे बढ़ा सकती है?
(iii) कौन से टीकाकरण उसके लिए आवश्यक है?
(iv) प्रसव की तिथि वह कैसे जानेगी? (पाठ-3,4,17 देखें)

Ramya is pregnant. In this regard answer the following:

- (i) Which foods she needs in extra amount?
(ii) How she can enhance the nutritive value of foods?
(iii) Which vaccines are needed by her?
(iv) How will she calculate the date of her delivery? (Lesson 3, 4,17)

- (b) चार साल की माया न ठीक से खाती है और नए स्थानों में जाने पर रोने भी लगती है। इस वजह से उसके माता-पिता उसे स्कूल नहीं भेज पा रहे। माया के बारे में निम्नलिखित पर चर्चा करें।

- (i) वह किस किस पोषक तत्व की कमी से ग्रस्त हो सकती है?

- (ii) उसके माता-पिता उसके भोजन में क्या सुधार कर सकते हैं?
- (iii) उसके सामाजिक विकास के बारे में चर्चा करें।
- (iv) उसके माता-पिता का व्यवहार कैसा रहा होगा कि माया नए स्थानों में रोने लगती है।
(पाठ-2,3,18,19 देखें)

Maya, a four year old girl does not eat properly and always cry in new place. Her parents are not able to send her in school. Answer the following about Maya

- (i) Which nutritional deficiency she may suffer?
- (ii) What her parents can do to improve her diet?
- (iii) State about social development
- (iv) Possible behaviour of her parents due to which Maya is scare of new places

(Lesson 2, 3,18,19)

- 5) निम्नलिखित में से किसी एक प्रश्न का उत्तर लगभग 100-150 शब्दों में दीजिए। 4

Answer any one of the following questions in about 100 to 150 words.

- (a) निम्नलिखित कपड़ों के विषय में विस्तारपूर्वक बताएं

- (i) सिल्क की साड़ी प्रेस करना
- (ii) सफेद शर्ट पर स्याही के दाग मिटाना
- (iii) स्वेटर को धोना और गर्मी में रखना
- (iv) डबल बेड की चादर हाथ से धोना
(पाठ-9 देखें)

Describe ways of taking care of following clothe items

- (i) Ironing of silk sari
- (ii) Removing ink stain from the white shirt
- (iii) Washing and storing of sweater
- (iv) Hand wash of double bed sheet
(Lesson 9)

- (b) आप ब्लॉक प्रिंटिंग के लिए बिल्कुल सूती कपड़ा खरीदना चाहते हैं। इसके लिए निम्नलिखित के उत्तर दीजिए :

- (i) कपास सूत की कोई दो विशेषताएं
- (ii) ब्लॉक प्रिंटिंग के लिए आपने सूती कपड़ा ही क्यों चुना?
- (iii) इस काम के लिए कपड़े की कौन सी बुनाई उपयुक्त होगी?
- (iv) ब्लॉक प्रिंटिंग करने का संक्षिप्त विवरण दें?
(पाठ-10,11 देखें)

You want to buy pure cotton cloth for block printing. Answer the following in this regard:

- (i) Any two characteristics of cotton fiber
- (ii) Why you have chosen cotton for block printing
- (iii) Which weave will be suitable for this purpose?
- (iv) Brief method of block printing (Lesson 10,11)

6. नीचे दी गई परियोजनाओं की सूची में से कोई एक परियोजना तैयार कीजिए। 6
Prepare any one project out of the given below.

- (a) अलग-अलग घरों में जाइए और निम्नलिखित पर निरिक्षण करके लिखिए।
 - (i) एक परिवार जिसमें तीन लोग खुले में शौच जाते हैं पर अब शौचालय बनवाना चाहते हैं। उनके लिए कौन सा शौचालय उपयुक्त रहेगा और क्यों?
 - (ii) एक स्त्री जैम बना कर अपनी आय में वृद्धि करना चाहती है। प्रबंधन के सिद्धांतों पर आधारित आप उसे क्या सलाह देंगे?
 - (iii) एक परिवार जिसमें पति व पत्नी दोनों काम पर तथा बच्चे स्कूल सुबह 8:00 बजे साथ जाते हैं। घर छोड़ने से दो घंटे पहले की “समय कार्य सारिणी” बनाएँ।
 - (iv) तीन युवा पुरुष सशुल्क अतिथि (paying guests) हैं और परीक्षाओं की तैयारी कर रहे हैं। उनके भविष्य में से आप उन्हें क्या तीन सलाह देंगे?
 - (v) एक घर का छोटा लड़का बड़ा लापरवाह, कोई ज़िम्मेदारी नहीं उठाना चाहता और न ही बड़ों की इज़्ज़त करता है। प्रत्येक समस्या के लिए समाधान सुझाएँ।
 - (vi) मोना के यहाँ अचानक चार मेहमान आ जाते हैं। एक घंटे के भीतर उसे दोपहर का खाना उन्हें खिलाना है। आप उसे बताएं कि वह समय व ऊर्जा की बचत करते हुए इस लक्ष्य को कैसे प्राप्त करे।

Visit different following types of families and observe and write given situations

- (i) The family in which 3 members used to go for open defecation now wants to build the toilet in home, which type of it will suit them and why.
- (ii) A woman wants to increase her income by making jam. What suggestions will you give her based on the principles of management?
- (iii) In a family where both husband wife go out for work and children go to school and all at 8:00 am. Write down the time plan of two hours before leaving home.
- (iv) Three young men are staying as paying guests for the preparation of competitive exams. What three suggestions you will give to them to lead better life in future?
- (v) A young boy living in the family is very careless, do not share responsibilities and respect elders. Suggest solutions for each problem.
- (vi) Mona has suddenly received four guests and she has to serve them the lunch within an hour, suggest 4 methods to save time and energy to reach her goal.

- (b) अपने आस-पास के स्वास्थ्य केंद्र/अस्पताल में जाएं और वहां पर आइए रोगियों की किन्हीं छह बीमारियों का पता लगाएं, फिर निम्नलिखित पर चर्चा करके लिखें।
- (i) बीमारियों का वर्गीकरण करें
 - (ii) उनके कारण व रोग के लक्षण लिखें
 - (iii) रोग के उपचार बताएं
 - (iv) उनमें से किन्हीं दो बीमारियों की रोकथाम के लिए अपनी कॉलोनी के लिए 2 पोस्टर बनाएं।
(पाठ-7,8 देखें)
- (b) Go to your nearby health centre /hospital and find out any six types of diseases for which the patients have come there. Write
- (i) Categorization of the diseases
 - (ii) Write their causes and symptoms
 - (iii) Write their preventive measures of each
 - (iv) Make 2 posters for your colony on any two diseases. (Lesson 7, 8)

**To score better in nios and for
good percentage contact @
1800-120-6077**