गृह विज्ञान

Home Science

(216)

शिक्षक अंकित मूल्यांकन-पत्र

Tutor Marked Assignment

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 compulsary. The marks allotted for each question are given beside the questions.

(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, enrollment number, AI name and subject on the top of the first page of the answer sheet.

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

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

(a) आप दोपहर के खाने के लिए होम डिलीवरी खाद्य सेवा शुरू करना चाहते हैं। परोसे जाने वाले संतुलित आहार का मेन्यू/भोजनसूची तैयार कीजिए। आप अपने व्यापार में कौन से तीन नीतिपरक मूल्यों का ध्यान रखेंगे? (पाठ-3 ,21 ,22 देखे)

You want to start home delivery food service for lunch. Prepare the menu for the balanced meal to be served. Which three ethical grounds maintain in your business?

(See Lesson 3,21,22)

(b) लाल मिर्च सुखाना आपका पारिवारिक व्यापार है। गृहविज्ञान पढ़ने के बाद आप घर की आमदनी कैसे बढ़ा सकते हैं? (पाठ-5, 16 देखें)

Drying of red chilies is your family business. After studying Home Science how can you increase your family income? (See Lesson 5,16)

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

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

(a) नर्सरी स्कूल में तीन से छः साल तक के बच्चे पढ़ते हैं। प्रत्येक वर्ष में उनमें होने वाले गत्यात्मक और भाषा विकास का उदाहरण सहित वर्णन करें। (पाठ–18, 19 देखें)

Three to six year old children study in a nursery school. Explain with examples about their motor and language development in each year. (See lesson 18, 19)

(b) आपके समुदाय के लोग हवा और पानी के प्रदूषण से कैसे प्रभावित हैं, बताएँ। इस समस्या से निजात पाने के लिए आप उनकी मदद कैसे कर सकते हैं? (पाठ–6,7, देखें)

Find out how the people of your community get affected by air and water pollution. How can you help them to overcome from it? (See Lesson 6,7)

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

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

(a) अपने घर में प्रयुक्त किन्हीं छः कपड़ों को चुनें। उन कपड़ों के तन्तु, बुनावट और परिसज्जा को पहचान कर उनके बारे में लिखें। (पाठ–10, 11 देखें)

Select any six kinds of clothes used in your home. Identify their type of fabric, weave and finishes. (See lesson 10,11)

(b) अठारह साल के नन्नू को पैसे चुराने और झूठ बोलने की आदत है। उसकी इस आदत के चार कारण और उनके चार समाधान लिखें। (पाठ–1,2,3 देखें)

Nannu, a 18 year old boy has the habit of stealing money and telling lies. Find out four causes for his behaviour and suggest four solutions. (See Lesson 1,2,3)

4. 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) आपने शादी में जाने के लिए अपनी एक सिल्क की ड्रेस निकाली है, इस संदर्भ में निम्नलिखित का उत्तर दें। (पाठ–9, 10 देखें)

(i) यह वास्तव में सिल्क है या कोई अन्य कपड़ा, स्पर्श और ज्वलन परीक्षण करके पता लगाएं

(ii) कई दिन से रखी सिल्क ड्रेस में आपको छेद दिखा इसका कारण और निवारण बताएं

(iii) आप सिल्क ड्रैस पर माँड़ कैसे लगाएँगे और कैसे सुखा कर इस्त्री करेंगे?

(iv) उस पर लगे चिकनाई के दाग कैसे छुड़ायेंगे?

You have taken out your silk dress to wear in a marriage party. In this relation answer the following–

(i) Is it really silk or some other fabric. Then confirm by performing touch and burning tests.

(ii) You found a hole in your dress, tell its reason and suggest a solution.

(iii) How will you starch, dry and iron the dress?

(iv) How will you remove oily marks from your dress? (See Lesson 9,10)

(b) आप 20,000/ रुपये प्रति माह पर एक कंपनी में पूर्णकालीन कार्य करते हैं। इस संदर्भ में निम्नलिखित प्रश्नों के उत्तर दें–

(i) सुबह उठने से वापस घर लौटने तक, 12 घण्टे की समय तालिका बनाएँ।

(ii) आप एक किराए के कमरे में रहते हैं, यह ध्यान रखते हुए एक आय-व्यय योजना बनाएँ।

(iii) अपने सुबह के नाश्ते और टिफिन बॉक्स का मेन्यू बनाएँ।

(iv) अपने स्वास्थ्य व जीवन शैली का विश्लेषण करें। (पाठ–3,7,8,15,16 देखें)

You are a full time worker in a company on a salary of 20,000/ pm. In this relation answer the following?

(i) Make a time plan for 12 hours from getting up to returning home.

(ii) Make a spending plan when you are staying in a rented room.

(iii) Make a menu plan for your breakfast and tiffin box.

(iv) Analyse your health dimensions and life style. (See Lesson 3,7,8,15,16)

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) रहीम नंगे पाँव खेत में घूमने के बाद बीमार पड़ गया। इस संदर्भ में निम्नलिखित प्रश्नों के उत्तर दें।

(i) उसकी बीमारी के क्या संभव कारण हो सकते हैं?

(ii) उसकी बीमारी के कोई दो लक्षण बताएँ।

(iii) बीमारी से बचने के लिए कोई दो बचाव सुझाएँ।

(iv) क्या यह बीमारी रोगप्रतिरोधक क्षमता की कमी से जुड़ी है? (पाठ–6,7,8 देखें)

Rahim fell sick after walking barefoot in the fields. Answer the following in this regard:

(i) What can be possible cause of his sickness?

(ii) Indicate two possible symptoms of his disease.

(iii) Suggest two preventive measures.

(iv) Is this sickness related to low immunity? (See Lesson 6,7,8)

(b) आप अपने माता-पिता और 22 वर्ष के भाई के साथ रहते हैं। इसको ध्यान रखते हु निम्नलिखित के उत्तर दें:

(i) आपका परिवार किस जीवन चक्र से गुजर रहा है? संक्षिप्त वर्णन करें।

(ii) स्वस्थ आपसी संबंध बनाए रखने के लिए आप सब क्या करते हैं?

(iii) आप अपने भाई को बुरी संगत से कैसे बचाएँगे?

(iv) आपके लिए पारिवारिक मूल्यों का क्या महत्त्व है? (पाठ-17,20,21 देखें)

You live with your parents and 22 year old brother. Keeping this in mind, answer the following:

(i) Which life stage is your family undergoing? Explain briefly.

(ii) What should the family members do to maintain healthy relationships?

(iii) How will you protect your brother from bad company?

(iv) What is importance of family values in your life? (See lesson 17,20,21)

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) अपने पास के बाजार में जाएँ और निम्नलिखित सामग्री को देखें और अपनी टिप्पणी लिखें–

(i). 10 अलग-अलग डिब्बा बंद खाद्य पदार्थ चुनें। प्रत्येक में उपलब्ध मुख्य खाद्य समूह की पहचान करें।

(ii) कोई भी 10 वस्त्र चुनें। प्रत्येक का तन्तु पहचानें, तथा उस वस्त्र के लिए उसकी उपयुक्तता जाँचें।

(iii) घर पर उपलब्ध चार उपकरण चुनें। प्रत्येक का मानक चिह्न लिखें तथा गारंटी कार्ड की उपलब्धता जाँचें।

(iv) अपने घर में सफाई में इस्तेमाल किए जाने वाले कोई चार साधन चूनें। एक चार्ट में प्रत्येक की कीमत और लाभ लिखें।

(v) फर्स्ट एड बाक्स में 10 चीजें बताएँ। प्रत्येक को रखने का कारण भी बताएँ।

(vi) 2 साल के बच्चे के सूक्ष्म क्रियात्मक विकास को बढ़ावा देने के लिए चार खिलौनों का सुझाव दीजिए। अपने उत्तर का कारण भी बता। (पाठ-3,5,10,12,13,18,22)

Visit your nearby market and identify the following and give suitable comments on that:

(i) Select 10 different packaged foods, Identify the major food group in the food item.

(ii) Select 10 clothes or garments. Identify the fiber each and discusss its suitability for the gament.

(iii) Select 4 household gadgets. Identify the standard mark and availability of guarantee card.

(iv) Choose 4 cleaning agents for your house. Prepare a chart of the cost and advantages of each.

(v) Suggest any 10 items required for a first-aid box, with justifications.

(vi) Suggest any 4 toys for 2 year child to better fine motor development. Justify your answer.

(See Lesson, 3,5,10,12,13,18,22)

(b) अपने आस-पड़ोस के परिवारों का अवलोकन करते हुए, निम्न प्रश्नों का उत्तर दीजिए–

(i) किन्हीं दो पड़ोसियों के घर जाएँ। उनका परिवार किस प्रकार के शौचालय प्रयोग करता है? उनके चयन का कारण बताएँ। प्रयुक्त शौचालय के दो-दो लाभ और हानि लिखें।

(ii) प्रबंधन के सिद्धान्तों के आधार पर उस महिला को चार सुझाव दीजिए जो घर पर पापड़ बना कर अपनी पारिवारिक आय बढ़ाना चाहती हैं।

(iii) किसी परिवार के सभी सदस्य सुबह 8 बजे घर से निकलते हैं: माता-पिता कार्यालय के लिए और बच्चा स्कूल के लिए। उनके नाश्ते और लंच की आहार योजना तैयार करें।

(iv) परिवार के लिए सुबह 6-8 बजे तक की समय योजना बनाएँ।

(v) आप 18 वर्षीय है। अपनी 12 वर्षीय बहन और 16 वर्षीय भाई की शारीरिक वृद्धि में आप कौन से चार अंतर देखेंगे? आप उन दोनों में कौन से चार जीवन कौशल विकसित करने में सहायता करेंगे?

(vi) आपके मित्र को हाल ही में खरीदे गए फ्रिज में काफी समस्याएँ आ रही हैं। अपनी उपभोक्ता संरक्षण कानून की जानकारी से अपने मित्र की सहायता कीजिए।

(पाठ-3,15,10,12,13,18,22 देखें)

Answer the following questions by observing families ground you–

(i) Visit two neighbours and inquire about which type of toilets do the families use? Write one reason for their choice. Write two advantages and disadvantages of the toilets used.

(ii) Based on the principles of management give four suggestions to a woman who wants to increase her family income by making papad.

(iii) A family leaves home at 8.00 am : The mother & father go to work and the child goes to school. Plan their breakfast and packed lunch.

(iv) Prepare a time plan for the family from 6.00 am to 8.00 am.

(v) As an 18 year old, what four differences will your observe in the physical growth of your 12 year old sister and 16 year old brother? Discuss the four life skills you will help them develop.

(vi) Your friend is having problems with a recently purchased refrigrator. Using your knowledge of Consumer Protection Act, help your friend. (See Lesson 3,5,10,12,13,18,22)

To score better in nios and for good percentage contact @ 6392639054, 6392644 j8822