

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 compulsory. The marks allowed 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.

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) गृह विज्ञान का अध्ययन आपको निम्न के संदर्भ में किस प्रकार सहयोग देता है-

(i) पर्यावरण की सुरक्षा

(ii) संक्रामक रोगों से बचाव

(पाठ 1,6,7 व 8 देखें)

How does the study of Home Science help you with regard to -

(i) protection of environment

(ii) protection from infectious diseases.

(Ref. lesson 1, 6, 7, 8)

(b) गृह विज्ञान का अध्ययन आपको निम्न के संदर्भ में किस प्रकार सहयोग देता है-

(i) मौसम के अनुरूप कपड़ों का चुनाव

(ii) भोजन, व्यायाम का जीवन शैली रोगों से परस्पर सह-संबंध

(पाठ 1, 2 7, 8, 9, 10 में देखें)

How does the study of Home Science contribute with regard to -

(i) selecting appropriate fabrics according to season.

(ii) correlation of life style diseases with food and exercise.

(Ref lesson 1, 2, 7, 8, 9, 10)

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) वृद्धि व विकास की विशेषताओं के अनुरूप आप निम्न व्यक्तियों की घर में सुरक्षा किस प्रकार सुनिश्चित करेंगे-

(i) बालक

(ii) बुजुर्ग (वृद्ध)

(पाठ 12, 13, 18, 19 व 20 में देखें)

How will you ensure safety in the house for the following according to their growth and development characteristics -

(i) Children

(ii) Aged people

(Ref lesson 12, 13, 18, 19, 20)

(b) अपनी बड़ी गर्भवती बहन को निम्न अवस्थाओं में अपनी सही देखभाल के लिए सुझाव दीजिए-

(i) गर्भावस्था के दौरान

(ii) बच्चे के जन्म के उपरांत

(पाठ 2, 3, 4, 17, 18 में देखें)

Suggest to your elder pregnant sister, how she can take care of herself during following stages-

(i) Pregnancy

(ii) After the birth of baby.

(Ref. lesson 2, 3, 4, 17, 18)

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

2

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

(a) संसाधनों से आप क्या समझते हैं? एक छात्र होने के साथ-साथ आप गृह कार्य में सहयोग देने के लिए अपनी ऊर्जा व समय का प्रबंधन किस प्रकार करेंगे।
(पाठ 12, 14, 15 व 21 में देखें)

What do you understand by resources. How will you manage your time and energy to be able to contribute towards household activities along with your studies. (Ref lesson 12, 14, 15, 21)

(b) घर के चुनाव को निम्न कारक किस प्रकार प्रभावित करेंगे-

(i) आय

(ii) सुरक्षा

(पाठ 12, 13, 14 व 16 में देखें)

How will the following factors influence the selection of a house-

(i) Income

(ii) Safety

(Ref. lesson 12, 13, 14 and 16)

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) अपनी माताजी को निम्न ऋतुओं में पहने जाने वाले वस्त्रों की धुलाई, परिसज्जा व भंडारण के लिए सुझाव दीजिए-

(i) गर्मी

(ii) सर्दी

(पाठ 9, 10, 11 में देखें)

Suggest your mother about washing, finishing and storing of clothes worth during-

(i) Summer

(ii) Winter

(Ref lesson 9, 10, 11)

(b) निम्न के लिए आचार संहिता का प्रारूप तैयार कीजिए-

(i) उपभोक्ता

(ii) दुकानदार

(पाठ 21, 22 में देखें)

Design a code of conduct for a-

(i) consumer

(ii) shopkeeper.

(Ref. lesson 21,22)

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 100-150 words.

(a) परिवार के इन सदस्यों की शारीरिक व भावनात्मक सुरक्षा को सुनिश्चित करने के लिए आप क्या कदम उठायेंगे-

(i) बच्चे

(ii) वृद्ध व्यक्ति

(पाठ 2, 7, 8, 18 व 19 में देखें)

What steps you will take to ensure physical and emotional safety of the following family member-

(i) Children

(ii) Old people

(Ref lesson 2, 7, 8, 18, 19)

(b) आपके आस-पड़ोस के लोग बार-बार बीमार पड़ रहे हैं। इसके विभिन्न कारण व रोकथाम के उपाय बताइए।

(पाठ 6, 7, 8 में देखें)

People in your neighbourhood are frequently falling ill. Suggest the causes and preventive measures for this.

(Ref lesson 6, 7, 8)

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) आपके चाचा जी के खेत में मौसमी सब्जियों की पैदावार अच्छी हुई है। वह अतिरिक्त आय के लिए इनको संरक्षित करके बेचना चाहते हैं। निम्नलिखित बिंदुओं पर एक योजना रिपोर्ट बना कर उन्हें दीजिए-

(i) संरक्षण व भंडारण के लिए आवश्यक सामग्री व उपकरण

(ii) संरक्षण की घरेलू विधियां (प्रक्रियाएं)

(iii) प्रत्येक विधि (प्रक्रिया) की एक-एक व्यंजन विधि

(iv) कार्यस्थल की साफ-सफाई व स्वच्छता का प्रबंधन

(v) क्षय पदार्थों (अपशिष्ट) का पर्यावरण अनुकूल निपटारा

(vi) कुल लागत के अनुसार विक्रय की उचित कीमत तय करना

(पाठ 5, 6, 7, 15, 16, 21, 22 में देखें)

Your uncle has had a bumper crop of seasonal vegetables at his farm. He wants to preserve and sell them to get extra income Guide your uncle for this project on the following points:

(i) Tools, equipments and materials for preservation and storage

(ii) Different methods of preservation at home.

(iii) One recipe for each of the different methods of preservation

(iv) Hygiene and cleanliness of the work area.

(v) Environment friendly, safe way of disposal of waste.

(vi) Cost-evaluation and fixing of sale price

(Ref lesson 5, 6, 7, 15, 16, 21, 22)

(b) आप की माताजी, आपकी बहन के प्रसव के लिए एक माह के लिए उसके घर जा रही हैं। उनकी अनुपस्थिति में आप को घर में अपने दादा-दादी, छोटी बहन व पिताजी की जिम्मेदारी संभालनी है। निम्न बिन्दुओं पर अपने लिए एक कार्य योजना बनाएं-

(i) संसाधनों का प्रबंधन

(ii) आकार नियोजन तथा भोजन पकाना

- (iii) अपनी बीमार दादी की देखभाल करना
- (iv) अपनी छोटी बहन के स्कूल कार्य में सहयोग
- (v) घर की दैनिक साफ-सफाई व रख-रखाव
- (vi) राशन, फल, सब्जी आदि खरीदना

(पाठ 2, 3, 4, 7, 12, 14, 15, 16, 20, 22 देखें)

Your mother has to go for the delivery of the baby of your sister and will be away for one month. You are required to take care of your father, younger sister, grand parents in her absence. Prepare an action plan for-

- (i) Management of resources
- (ii) Meal planning and cooking
- (iii) Taking care of your ill grand mother
- (iv) Helping your younger sister with her school work.
- (v) Daily cleaning and upkeep of the house.
- (vi) Purchasing of ration, fruits and vegetables.

(Ref lesson 2, 3, 4, 7, 12, 14, 15, 16, 20, 22)