

गृह विज्ञान
Home Science
(321)
शिक्षक अंकित मूल्यांकन पत्र
Tutor Marked Assignment

कुल अंक: 20

Maximum Marks: 20

टिप्पणी: i) सभी प्रश्न अनिवार्य हैं। प्रत्येक प्रश्न के लिए आवंटित अंक प्रश्नों के साथ दिए गए हैं।

Note: All questions are compulsory. The marks allotted for each question are given alongside the questions.

ii) उत्तर पुस्तिका के प्रथम पृष्ठ पर अपना नाम, नामांकन संख्या, अध्ययन केंद्र का नाम और विषय लिखें।

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

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

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

a) 'फ्रेश पनीर' और 'संपूर्ण गेहूँ (Whole Wheat)' को उनकी शेल्फ-लाइफ़ के आधार पर वर्गीकृत कीजिए। सूक्ष्मजीवों की वृद्धि को रोकने के लिए प्रत्येक के लिए एक उपयुक्त भंडारण स्थिति (storage condition) सुझाइए। (पाठ 7 देखें)

Categorize 'Fresh Paneer' and 'Whole Wheat' based on their shelf-life. Propose one specific storage condition for each to prevent microbial growth. (See Lesson 7)

b) आप घर पर एक कार्यालय (होम-ऑफिस) स्थापित करने की योजना बना रहे हैं। इस कार्यस्थल को प्रभावी रूप से संचालित करने के लिए आवश्यक दो मानवीय संसाधन (Human Resources) और दो गैर-मानवीय संसाधन (Non-Human Resources) की पहचान कीजिए। (पाठ 10 देखें)

You plan to set up a home-office. Identify two Human Resources and two Non-Human Resources required to manage this workspace efficiently.

(See Lesson 10)

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

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

- a) भोजन बजट बढ़ाए बिना 'चावल और दाल' वाले सामान्य भोजन में प्रोटीन और विटामिन की मात्रा बढ़ाने के दो वैज्ञानिक उपाय सुझाइए। (पाठ 8 देखें)

Suggest two scientific ways to increase the protein and vitamin content of a staple 'Rice and Dal' meal without increasing the food budget. (See Lesson 8)

- b) 'शारीरिक थकान (Physiological Fatigue)' और 'मनोवैज्ञानिक थकान (Psychological Fatigue)' में अंतर स्पष्ट कीजिए तथा घरेलू परिस्थिति में होने वाले वास्तविक जीवन से जुड़े प्रत्येक के एक-एक उदाहरण दीजिए। (पाठ 11 देखें)

Distinguish between 'Physiological Fatigue' and 'Psychological Fatigue' by providing one real-life example of each occurring in a household setting.

(See Lesson 11)

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

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

- a) एक हाउसकीपिंग सुपरवाइजर एक प्रशिक्षु को लंबे, रंगे हुए नाखूनों और खुले बालों के साथ देखता/देखती है। कार्यस्थल की स्वच्छता बनाए रखने के लिए प्रशिक्षु को अपनाए जाने वाले चार व्यक्तिगत साज-सज्जा (grooming) मानकों की व्याख्या कीजिए।

(पाठ 28A देखें)

A housekeeping supervisor observes a trainee with long, painted nails and loose hair. Explain four grooming standards the trainee must adopt to maintain workplace hygiene. (See Lesson 28A)

- b) नाजूक 'जॉर्जेट' कपड़े पर सिलवटें (fabric puckering) और सुई के निशान पड़ने से बचाने के लिए, हाथ की कढ़ाई (hand embroidery) परियोजना हेतु उपयुक्त एम्ब्रॉयडरी हूप (embroidery hoop) के प्रकार तथा सुई के आकार (needle size) की अनुशंसा कीजिए। (पाठ 28B देखें)

To prevent fabric puckering and needle marks on a delicate 'Georgette' fabric, recommend the appropriate embroidery hoop type and needle size for a hand-embroidery project. (See Lesson 28B)

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

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

- a) एक 4 वर्षीय बच्चा 'अजनबी भय (Stranger Anxiety)' और 'जिद्दीपन (Stubbornness)' के लक्षण दिखाने लगा है। इन दोनों व्यवहारात्मक विकासात्मक विशेषताओं का विश्लेषण

कीजिए तथा बच्चे के कपड़ों में ऐसी चार विशेषताएँ सुझाइए जो उसके आराम और आत्मनिर्भरता को बढ़ावा दें। (पाठ 18 देखें)

A 4-year-old child has started showing signs of 'Stranger Anxiety' and 'Stubbornness'. Analyze these two behavioral milestones and suggest four characteristics that should be present in the child's clothing to promote comfort and independence. (See Lesson 18)

- b) ऊन और नायलॉन के 'जलाने के परीक्षण' (Burning Test) से अलग-अलग जलने के व्यवहार का पता चलता है। इनके जलने पर उत्पन्न गंध तथा अवशेष (residue) में अंतर का वर्णन कीजिए। इन निष्कर्षों के आधार पर बताइए कि अग्नि-सुरक्षा परिधान (fire-safety wear) के लिए कौन-सा रेशा अधिक उपयुक्त है और क्यों।

(पाठ 22 देखें)

The 'Burning Test' of Wool and Nylon shows different burning behaviours. Describe the difference in their odour and residue. Based on these findings, justify which fiber is better for fire-safety wear. (See Lesson 22)

5. निम्नलिखित प्रश्नों में से किसी एक का उत्तर लगभग 100-150 शब्दों में दीजिए— 4

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

- a) समझाइए कि 'कॉट्स-वूल (Cots-wool)' (कपास और ऊन का मिश्रण) को 100% ऊनी कपड़े की तुलना में अधिक बहुउपयोगी क्यों माना जाता है। साथ ही, कृत्रिम फ़िलामेंट धागों (synthetic filament yarns) के उत्पादन में स्पिन्नेट (Spinnerette) की भूमिका का वर्णन कीजिए।

(पाठ 23 देखें)

Explain why 'Cots-wool' (a blend of Cotton and Wool) is considered more versatile than 100% Wool fabric. Describe the role of a Spinnerette in the production of synthetic filament yarns. (See Lesson 23)

- b) वस्त्र परिसज्जा (textile finishes) के रूप में 'मर्सराइजेशन (Mercerisation)' और 'सैनफ़ोराइजेशन (Sanforisation)' के उद्देश्यों की तुलना कीजिए। इनमें से कौन-सी परिसज्जा 'स्थायी (Durable)' है और कौन-सी 'मूलभूत/सामान्य (Basic/Routine)' है, इसकी पहचान कीजिए।

(पाठ 25 देखें)

Compare the objectives of 'Mercerisation' and 'Sanforisation' as textile finishes. Identify which of these is a 'Durable' finish and which is 'Basic/Routine'.

(See Lesson 25)

6. निम्नलिखित परियोजनाओं में से किसी एक को लगभग 500 शब्दों में तैयार कीजिए— 6

Prepare any one of the following projects in about 500 words.

- a) परियोजना शीर्षक: एक घरेलू आयोजन का दक्षता लेखा-परीक्षण (Efficiency Audit) छह व्यक्तियों के लिए 'फैमिली संडे ब्रंच' आयोजित करने हेतु एक प्रबंधन रिपोर्ट तैयार कीजिए।
(पाठ 7, 10 एवं 11 देखें)

- i. एक समय-योजना (Time Plan) बनाइए, जिसमें समय की बचत के लिए कम-से-कम दो समांतर (Dovetailed) कार्य शामिल हों।
- ii. आयोजन से पहले किए जाने वाले एक 'भारी' (Heavy) सफाई कार्य का चयन कीजिए तथा ऊर्जा व्यय कम करने के लिए कार्य सरलीकरण (Work Simplification) की दो तकनीकों का वर्णन कीजिए।
- iii. भोजन के लिए चार सामग्रियों (ingredients) की सूची बनाइए तथा उन्हें खरीदते समय खाद्य सुरक्षा सुनिश्चित करने हेतु किन गुणवत्ता चिह्नों (ISI/FSSAI/Agmark) की जाँच करेंगे, यह बताइए।

Project Title: Efficiency Audit of a Household Event Develop a management report for organizing a "Family Sunday Brunch" for six people. (See Lessons 7, 10 & 11)

- i. Create a Time Plan that includes at least two Dovetailed tasks to save time.
- ii. Select one "Heavy" cleaning task required before the event and describe two Work Simplification techniques to reduce energy expenditure.
- iii. List four ingredients for the meal and identify the Quality Marks (ISI/FSSAI/Agmark) you would check while purchasing them to ensure food safety.

- b) परियोजना शीर्षक: स्कूल जाने वाले बच्चे के लिए परिधान चयन एवं वस्त्र विश्लेषण
5 वर्ष के बच्चे के लिए एक सुरक्षित एवं टिकाऊ शीतकालीन स्कूल जैकेट तैयार कीजिए।
(पाठ 18, 22, 23 एवं 25 देखें)

निम्नलिखित कार्य पूर्ण कीजिए:

- i. विकासात्मक जाँच सूची: 5 वर्ष के बच्चे के शारीरिक तथा भाषा संबंधी विकासात्मक मील के पत्थरों की पहचान कीजिए। स्पष्ट कीजिए कि जैकेट का डिज़ाइन, जैसे फ़ास्टनर, सजावटी सामग्री (ट्रिमिंग्स) तथा फ़िट, बच्चे को स्वयं कपड़े पहनने में कैसे सहायता कर सकते हैं।
- ii. रेशा एवं वस्त्र विश्लेषण: कॉटन तथा पॉलिएस्टर वस्त्रों की तुलना सिलवट व्यवहार, नमी अवशोषण तथा गीली अवस्था में मजबूती के आधार पर कीजिए। तुलना के आधार पर बताइए कि बच्चे की स्कूल जैकेट के लिए कौन-सा वस्त्र अधिक उपयुक्त है तथा कारण दीजिए।

- iii. फ़िनिश की अनुशंसा: जैकेट के वस्त्र के लिए किसी एक विशेष फ़िनिश —जैसे संकुचन-रोधी (Sanforisation), अग्निरोधक (Flame-retardancy) अथवा जलरोधी (Water-proofing) —का चयन कीजिए तथा स्कूल जाने वाले बच्चे की सुरक्षा एवं दैनिक आवश्यकताओं के आधार पर अपने चयन का औचित्य स्पष्ट कीजिए।

Project Title: Wardrobe Selection and Fabric Analysis for a School-Going Child
Design a safe and durable winter school jacket for a 5-year-old child. (See Lessons 18, 22, 23 & 25)

Complete the following:

- i. Developmental Checklist: Identify the Physical and Language milestones of a 5-year-old child. Explain how the jacket design, including fasteners, trimmings, and fit, should support self-dressing.
- ii. Fibre and Fabric Analysis: Compare Cotton and Polyester fabrics on the basis of crease behaviour, moisture absorbency, and strength when wet. Based on the comparison, suggest the more suitable fabric for a child's school jacket with reasons.
- iii. Finish Recommendation: Recommend one Special Finish (Sanforisation, Flame-retardancy, or Water-proofing) for the jacket fabric and justify your choice based on the safety and daily needs of a school-going child.