शिक्षा निदेशालय, रा. रा. क्षे. दिल्ली

गृह विज्ञान अभ्यास प्रश्न पत्र

कक्षा: **XI** | विषय: गृह विज्ञान | विषय कोड: **064**

समय: **03** घंटे | अधिकतम अंक: **70**

सामान्य निर्देश:

1. सभी प्रश्न अनिवार्य हैं।
2. इस प्रश्न पत्र के कुल 32 प्रश्न हैं।
3. प्रश्न-पत्र तीन खण्डों - 'क', 'ख' और 'ग' में विभाजित है।
4. खण्ड 'क' में प्रश्न संख्या 1 से 14 बहुविकल्पीय प्रश्न हैं और प्रत्येक प्रश्न 1 अंक का है।
5. खण्ड 'ख' में प्रश्न संख्या 15 से 21 प्रत्येक प्रश्न 2 अंक के हैं और प्रश्न संख्या 22 से 25 प्रत्येक प्रश्न 3 अंक के हैं।
6. खण्ड 'ग' में प्रश्न संख्या 26 से 30 प्रत्येक प्रश्न 4 अंक के हैं और प्रश्न संख्या 31 और 32 प्रत्येक प्रश्न 5 अंक के हैं।
7. कुछ प्रश्नों के आंतरिक विकल्प दिए गए हैं।
8. जहाँ भी आवश्यक हो, उपयुक्त उदाहरणों के साथ अपने उत्तर का समर्थन करें।

खण्ड - क (बहुविकल्पीय प्रश्न)

1. स्व-संकल्पना तथा स्वाभिमान किसके तत्व हैं? **(1)**
   (क) पहचान (ख) अनुभूतियाँ
   (ग) अभिमान (घ) स्व-मूल्यांकन

2. समान गुणों वाले पदार्थ जिन्हें एक साथ समूहिक किया गया हो, इसे क्या कहते हैं? **(1)**
   (क) संतुलित आहार (ख) पोषक तत्व
   (ग) पोषण (घ) खाद्य वर्ग

3. (धन) एक संसाधन का उदाहरण है, उस संसाधन का नाम बताइए। **(1)**
   (क) भौतिक संसाधन (ख) गैर-मानवीय संसाधन
   (ग) प्राकृतिक संसाधन (घ) सामुदायिक संसाधन

4. एसबेस्टस कौन से प्रकार का रेशा है? **(1)**
   (क) प्रोटीन (ख) खनिज
   (ग) सेल्युलोसिक (घ) गैर-सेल्युलोसिक

5. वीडियो कॉल किस संचार माध्यम का उदाहरण है? **(1)**
   (क) दूर सम्मेलन (ख) पारस्परिक क्रियात्मक वीडियो
   (ग) सामान्य संदेश प्रसारण (घ) आपसी संदेश प्रसारण

6. किस अवस्था में वास्तविक स्वयं और आदर्श स्वयं में अंतर शुरू हो जाता है? **(1)**
   (क) किशोरावस्था (ख) प्रौढ़ावस्था
   (ग) मध्य बाल्यावस्था (घ) शैशवावस्था

7. किसी भी लक्ष्य को प्राप्त करने के लिए उसका प्रबंधन करना आवश्यक है। प्रबंधन प्रक्रिया का पहला चरण क्या है? **(1)**

(क) नियोजन　　(ख) आयोजन

(ग) मूल्यांकन　　(घ) नियंत्रण

8. रेषे के भार और इससे बनाए गए सूत की लम्बाई के बीच के सम्बन्ध को क्या कहते हैं? **(1)**

(क) सूत की बटे　　(ख) सूत और धागा

(ग) सूत संख्या　　(घ) सूत कताई

9. किस प्रकार के संचार में ग्राही और प्रेषक के मध्य निकटता व प्रत्यक्ष संपर्क रहता है? **(1)**

(क) समूह संचार　　(ख) जनसंचार

(ग) अंतर्वैयक्तिक संचार　　(घ) अंतर-वैयक्तिक संचार

10. किसी कार्य को करने के लिए उसे सीखना मानव संसाधनों का कौन सा संसाधन है? **(1)**

(क) ऊर्जा　　(ख) ज्ञान

(ग) समय　　(घ) कौशल

11. मासिक धर्म को लड़कियों में ______________ का बिंदु मानते हैं। **(1)**

12. सूची-**I** को सूची-**II** के साथ मिलान कीजिए : **(1)**

सूची - **I**	सूची - **II**
1. जात्रा	i. गुजरात
2. दोहा	ii. बंगाल
3. दशावतार	iii. मध्य प्रदेश
4. दादोरिया	iv. कर्नाटक

निम्नलिखित में से सही विकल्प चुनें:
क) 1-i, 2-ii, 3-iii, 4-iv
ख) 1-ii, 2-i, 3-iv, 4-iii
ग) 1-iv, 2-iii, 3-ii, 4-i
घ) 1-iii, 2-iv, 3-i, 4-ii

13. नीचे दिए गए कथनों को अभिकथन **(A)** और कारण **(R)** के रूप में अंकित किया गया है: **(1)**

अभिकथन (A): लिनेन के कई गुणधर्म कपास जैसे होते हैं।

कारण (R): लिनेन एक सेल्युलोसिक रेशा है।

नीचे दिए गए विकल्पों में से सबसे उपयुक्त उत्तर चुनें:
क) (A) और (R) दोनों सही हैं और (R), (A) की सही व्याख्या है।
ख) (A) और (R) दोनों सही हैं लेकिन (R), (A) की सही व्याख्या नहीं है।
ग) (A) सही है परंतु (R) गलत है।
घ) (A) गलत है परंतु (R) सही है।

14. नीचे दिए गए कथनों को अभिकथन **(A)** और कारण **(R)** के रूप में अंकित किया गया है: **(1)**

अभिकथन (A): उपलब्ध संसाधनों का सर्वोत्तम प्रयोग करना संसाधन प्रबंधन कहलाता है।

कारण (R): मानव संसाधन, संसाधन प्रबंधन का चरण नहीं है?

नीचे दिए गए विकल्पों में से सबसे उपयुक्त उत्तर चुनें:
क) (A) और (R) दोनों सही हैं और (R), (A) की सही व्याख्या है।
ख) (A) और (R) दोनों सही हैं लेकिन (R), (A) की सही व्याख्या नहीं है।
ग) (A) सही है और (R) गलत है।
घ) (A) गलत है परंतु (R) सही है।

खण्ड - ख (अति लघु और लघु उत्तर प्रश्न)

15. (क) रीमा अपनी बहन को खाद्य वर्ग के बारे में बताना चाहती है। दूध, मांस और उनके उत्पाद से कौन से दो पोषक तत्व प्राप्त होते हैं? बताइए। **(2)**

अथवा

(ख) आहार पिरामिड में अनाज खाद्यान्न निचले तल पर रखे गए हैं, इसका क्या तात्पर्य है? **(2)**

16. (क) परीक्षा की तैयारी करते समय आवश्यक चार मानव संसाधनों के नाम लिखिए। **(2)**

अथवा

(ख) सामुदायिक संसाधन समुदाय का हिस्सा होने पर प्राप्त होते हैं। किन्हीं चार सामुदायिक संसाधनों के नाम लिखिए। **(2)**

17. (क) किशोर स्वयं के बारे में विरोधाभास अनुभव करते हैं। इस कथन को उदाहरण देकर समझाइए। **(2)**

अथवा

(ख) वास्तविक स्वयं और आदर्श स्वयं में क्या अंतर है? एक-एक उदाहरण देकर समझाइए। **(2)**

18. सोनू गृह विज्ञान के क्षेत्र में पढ़ाई कर रहा है। वह अपने दोस्त को क्या कहकर समझाएगा कि गृह विज्ञान लड़कों के लिए भी आवश्यक है? **(2)**

19. सूत संख्या और सूत की बंटे से आप क्या समझते हैं? **(2)**

20. मलेरिया से बचाव के तरीकों को अधिक से अधिक लोगों तक पहुँचाने के लिए किस प्रकार के संचार माध्यम का प्रयोग किया जाना चाहिए? कोई दो कारण बताइए। **(2)**

21. “हर एक संसाधन का कोई न कोई विकल्प जरूर होता है” इस कथन की पुष्टि कीजिए। **(2)**

22. गृह विज्ञान हमारे जीवन का अभिन्न अंग है तथा हमारे दैनिक जीवन को प्रभावित करता है। गृह विज्ञान के किसी एक क्षेत्र के कार्य के बारे में बताइए? **(3)**

23. कंप्यूटर हमारे जीवन का महत्वपूर्ण अंग बन चुका है। **(3)**

(क) आप सीमा को कंप्यूटर के तीन प्रकार पर जानकारी दीजिए।

अथवा

(ख) उपग्रह संचार आज के समय की जरूरत बन गया है। उपग्रह प्रौद्योगिकी के 3 लाभ लिखिए।

24. (क) रेयान तथा नायलॉन रेशे में अंतर का उल्लेख करें। **(3)**

अथवा

(ख) जाल व लेस में अंतर स्पष्ट करें। **(3)**

25. राधा सारा समय अपनी सहेली के साथ घूमने-फिरने में व्यतीत करती है। आप कोई तीन तथ्य देकर समझाइए कि मित्र मंडली का किशोरावस्था पर क्या प्रभाव पड़ता है? **(3)**

खण्ड - ग (दीर्घ उत्तरीय प्रश्न)

26. सीमा एक आँगनबाड़ी कार्यकर्ता हैं। उन्हें प्रारंभिक बाल्यावस्था पर माता-पिता को महत्वपूर्ण जानकारी देनी है: **(1+1+2=4)**

1. प्रारंभिक बाल्यावस्था की अवधि लिखिए।
2. प्रारंभिक बाल्यावस्था किसे कहते हैं?
3. प्रारंभिक बाल्यावस्था के दौरान स्वयं की विशेषताएँ बताएँ।

27. (क) मीना अपनी छवि से संतुष्ट नहीं है व पतला होने की चाह में उसने खानपान लगभग बंद कर दिया है: **(2+2=4)**

1. बताइए कि वह किस समस्या से पीड़ित है, व उसके परिणाम क्या हैं?
2. इस समस्या से निकलने के 2 सुझाव बताइए।

अथवा

(ख) गीता एक किशोरी है, वह और उसकी सहेली रीटा डायटिंग से बहुत प्रभावित हैं: **(2+2=4)**

1. आप उसे 2 डायटिंग के बुरे प्रभाव बताइए।
2. आप उसे डायटिंग छोड़ने के क्या 2 सुझाव देंगे?

28. (क) कोई तीन कारण देकर बताइए कि सूचना प्रौद्योगिकी विद्यार्थियों के लिए वरदान है या अभिशाप? **(3+1=4)**

(ख) सूचना प्रौद्योगिकी के दो उदाहरण लिखिए?

29. राधा एक **NGO** में कार्य करती है, वह प्रचार के माध्यम से संसाधन प्रबंधन के बारे में बताना चाहती है: **(1+3=4)**

(क) संसाधन प्रबंधन से आप क्या समझते हैं?
(ख) संसाधन प्रबंधन के किसी भी दो चरणों को बताओ?

30. हमीदा अलग-अलग प्रकार के कपड़ों की बुनाई व छपाई के लिए अपनी स्वयं की इकाई शुरू करना चाहती है: **(2+2=4)**

(क) हमीदा को रेशों को सूत में परिवर्तित करने के चरण बताओ?
(ख) रेशा किसे कहते हैं, लिखिए।

31. गृह विज्ञान कला भी है और विज्ञान भी। **(2+3=5)**

(क) गृह विज्ञान की परिभाषा दीजिए।
(ख) गृह विज्ञान में कपड़े और पोशाक, मानव विकास और संचार विस्तार के दो-दो कार्य क्षेत्र लिखिए?

32. (क) संतुलित आहार तैयार करने के लिए खाद्य वर्ग के उपयोग के दिशा-निर्देश क्या हैं? विस्तार से चर्चा कीजिए। **(5)**

अथवा

(ख) ऐसे 10 खाद्य पदार्थ बताएं जो संरक्षण खाद्य वर्ग (सुरक्षात्मक भोजन) से संबंधित हैं। अपने चयन के लिए 2 कारण भी बताएं। **(5)**