शिक्षा निदेशालय

अभ्यास पत्र (2025-26)

कक्षा बारहवीं , गृह विज्ञान 064

अवधि 3 घंटे **पूर्णांक 70**

सामान्य निर्देश :-

1 .सभी प्रश्न अनिवार्य हैं।

2. इस प्रश्न पत्र मे कुल 32 प्रश्न हैं।

3.प्रश्न पत्र तीन खंडों-क, ख और ग में विभाजित है।

4.खंड क में प्रश्न संख्या 1 से 14 बहु विकल्पीय प्रश्न हैं और प्रत्येक प्रश्न 1 अंक का है।

5 खंड ख में प्रश्न संख्या 15 से 21 प्रत्येक 2 अंक के है और प्रश्न संख्या 22 से 25 प्रत्येक 3 अंक के है।

6.खंड ग में प्रश्न संख्या 26 से 30 प्रत्येक 4 अंक के है और प्रश्न संख्या 31 और 32 प्रत्येक 5 अंक के है।

7.कुछ प्रश्नों में आंतरिक विकल्प दिये गये हैं।

8 जहां भी आवश्यक हो, उपयुक्त उदाहरणों के साथ अपने उत्तर लिखें।

	खंड क बहु विकल्पीय प्रश्न	
1	आसिफ का शारीरिक भार उसकी ऊंचाई की तुलना में पर्याप्त नहीं है , इस स्थिति को क्या कहते हैं? (क) क्षयकारी (ख) बौनापन (ग) प्रोटीन ऊर्जा कुपोषण (घ) सूक्ष्म पोषक हीनता	1
2	एक होटल उद्योग में कौन सा व्यक्ति एक कमरे की साफ सफाई के लिए उत्तरदायी होता है (क) बेलबॉय (ख) कमरा परिचर (ग) तल पर्यवेक्षक	1

	(घ) रेस्तरां प्रबंधक	
3	आपकी माताजी ने सामने से वस्त्र भरने वाली स्वचालित धुलाई मशीन खरीदी। इसमें किस धुलाई विधि को प्रयोग में लाया जाता है? (क) अवपातन (ख) स्पंदन (ग) चक्रण (घ) आलोढ़न	1
4	कौन सा विश्व का सबसे बड़ा प्रारंभिक बाल्यावस्था कार्यक्रम है जिसका उद्देश्य 6 वर्ष से कम आयु के बच्चों का समग्र विकास है ? (क) आई.सी.डी.एस (ख) एम. डी. एम (ग) के.जी.बी.वी (घ) एन.सी.पी.सी.आर	1
5	दिव्या बहुत पतली है । वह किस प्रकार की रेखाओं वाले वस्त्र पहनें जिससे चौड़ाई का भ्रम पैदा हो ? (क) क्षैतिज (ख) तिरछी (ग) घुमावदार (घ) ऊर्ध्वाधर	1
6		1

	बेटी बचाओ बेटी पढ़ाओ योजना 22 जनवरी 2015 किस मुख्य उद्देश्य को पूरा करने के लिए प्रारंभ की गई थी? (क) पक्षपातपूर्ण लिंग चयन को खत्म करना (ख) सरकार के आर.टी.ई अधिनियम को लागू करना (ग) बालिका सशक्तीकरण के लिए समग्र वातावरण के विकास को बढ़ावा देना (घ)शिशुओं में कुपोषण को रोकना	
7	रेड रिबन एक्सप्रेस अभियान में किस माध्यम का उपयोग किया गया? (क) रेडियो (ख)टेलीविजन (ग) ट्रेन-आधारित आउटरीच (घ) इंटरनेट	1
8	सुकार्यकी के संदर्भ में निम्न में से कौन सा कथन सही है? (क) इससे चोट और दुर्घटनाओं का खतरा बढ़ता है। (ख) उत्पादकता को कम करने में सहायक है। (ग) यह कार्य दक्षता को बढ़ाता है । (घ) कर्मचारियों के तनाव को बढ़ाने में सहायक है।	1
9	जीवाणुओ की वृद्धि किस ताप के परास में अधिक होती है ? (क) 5 से 60 डिग्री सेल्सियस (ख)10 से 30 डिग्री सेल्सियस	1

	(ग) 15 से 50 डिग्री सेल्सियस (घ)20 से 60 डिग्री सेल्सियस	
10	ई.सी.सी.ई. का प्राथमिक उद्देश्य क्या है ? क) बच्चों को परीक्षाओं के लिए तैयार करना ख) केवल पोषण प्रदान करना ग) बच्चे का समग्र विकास घ) औपचारिक विषयों को जल्दी पढ़ाना	1
11	सुनवाई के अधिकार का अर्थ है_________________ क) उपभोक्ता छूट की मांग कर सकते हैं। ख) उपभोक्ताओं की शिकायतों पर विचार किया जाना चाहिए। ग) उपभोक्ताओं को मुफ़्त सामान दिया जाना चाहिए। घ) उपभोक्ताओं को उत्पादकों की सलाह माननी चाहिए।	1
12	सूची I का सूची II से मिलान कीजिए	1

	सूची I (प्रतिष्ठान)		सूची II (सेवाएं)
1	होटल	i	अवकाश के क्रियाकलाप और खेलों की सुविधा उपलब्ध होना

2	आवास/ लॉज	ii	रहने का स्थान, भोजन तथा अन्य सेवाएं प्रदान करना
3	रिजॉर्ट/सैरगाह	iii	किराए पर स्थान प्रदान करना जो विशेष रूप से सोने के लिए हो
4	सुसज्जित शिविर/कैंप	iv	ट्रैकिंग /राफ्टिंग में भाग लेने वाले लोगों के लिए

निम्नलिखित में से सही विकल्प चुनिए

(क)1-II,2-III,3-I,4-IV

(ख) 1-I,2-II,3-III,4-IV

(ग) 1-III,2-IV,3-I,4-II

(घ)1-III,2-I,3-IV,4-II

13 — 1

नीचे दो कथन दिए गए हैं जिन्हें अभिकथन (A) और कारण (R)के रूप में लेबल किया गया है।

अभिकथन (A): एस.ओ.एस बाल गांव एक सरकारी संगठन है।

कारण (R): एस.ओ.एस गांव में एक मां 10 से 15 बच्चों की देखभाल करती है ।

नीचे दिए गए विकल्पों में से सबसे उपयुक्त उत्तर चुने :

(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, लेकिन R गलत है।

(घ) A गलत है लेकिन R सही है।

14	नीचे दो कथन दिए गए हैं जिन्हें अभिकथन (A) और कारण (R)के रूप में लेबल किया गया है। अभिकथन (A): तैयार मृदु आहार रेशे से मुक्त होते हैं। कारण (R): इस प्रकार के आहार ऑपरेशन के तुरंत बाद दिए जाते हैं। नीचे दिए गए विकल्पों में से सबसे उपयुक्त उत्तर चुने : (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, लेकिन R गलत है। (घ) A गलत है लेकिन R सही है।	1
	खंड ख (अति लघु और लघु उत्तरीय प्रश्न)	
15	क एच. ए .सी. सी. पी के कोई दो महत्व लिखिए। अथवा ख खाद्य सुरक्षा और गुणवत्ता के वैश्विक मुद्दा होने के कोई दो कारण लिखिए।	2
16	क सीमा एक स्कूल की छात्रा है जो अक्सर बीमार रहती है। स्कूल ने उसके स्वास्थ्य सुधार के लिए एक पोषण सर्वेक्षण कराने का निर्णय लिया। सीमा की पोषण स्थिति का मूल्यांकन करने के लिए किन दो तरीकों का प्रयोग किया जा सकता है? अथवा ख नजमा को पेट से संबंधित समस्या है। डॉक्टर ने उसे अर्ध-तरल आहार लेने की सलाह दी है। अर्ध तरल आहार की विशेषता और कोई दो उदाहरण लिखिए।	2

17	शिमला से आपकी बहन ने सेबों का एक डिब्बा भेजा , जिसमें से अधिकांश खराब निकले। उनके खराब होने के संभावित कारण क्या हो सकते हैं? अथवा आम के मौसम में आपकी बहुत अच्छी फसल हुई , जिसे अधिक समय तक सुरक्षित रखने के लिए आप संसाधित करना चाहते हैं। संसाधन की सीमा और प्रकार के आधार पर किन्हीं दो प्रकार के संसाधित खाद्य पदार्थ का वर्णन कीजिए।	2
18	आपका मित्र वस्त्रों की देखभाल और रखरखाव को जीविका के रूप में अपनाना चाहता है ।इस क्षेत्र में कोई दो शैक्षणिक योग्यता बताकर उसका मार्गदर्शन कीजिए।	2
19	संस्थागत कपड़े धोने के ड्रायर(शुष्कक)में दो प्रकार के संचालन क्या हैं?	2
20	एक फैशन निर्यात उद्यम में कौन से दो प्रकार के व्यापारी होते हैं?	2
21	संशोधित आहार नियमित आहार से कैसे भिन्न है?	2
22	एक खाद्य उत्पाद निर्यातक को बताया गया कि उसके उत्पाद को CAC के मानकों पर खरा उतरना होगा। सी ए सी का पूरा नाम और कोई दो विशेषताएं लिखिए ।	3
23	क. गृह व्यवस्था विभाग के अंतर्गत आने वाले किन्हीं तीन अनुभागों का उल्लेख कीजिए। या	

	ख. अतिथि चक्र के किन्हीं तीन चरणों का वर्णन कीजिए।	
24	क रिया एक छोटा सा हस्तशिल्प व्यवसाय शुरू करना चाहती है। वह जानती है कि बाज़ार में कड़ी प्रतिस्पर्धा है । एक उद्यमी की कोई तीन विशेषताएँ बताइए जो उसे चुनौतियों का सामना करने और अपना व्यवसाय जारी रखने में मदद करेंगी। अथवा ख सुमन एक निजी कंपनी में कार्यरत है, लेकिन उसे पुरुष सहकर्मियों की तुलना में कम वेतन मिलता है। भारतीय संविधान के कोई तीन अधिनियम लिखिए जो महिलाओं को विभिन्न औद्योगिक क्षेत्र में सुरक्षा उपलब्ध कराते हैं?	3
25	नज़मा को प्रारंभिक बाल्यावस्था देखभाल और शिक्षा से संबंधित जीविका के किन्ही तीन अवसरों का सुझाव दीजिए ।	3
	खंड ग (दीर्घ उत्तरीय प्रश्न)	
26	अनिल एक ऐसा शैम्पू खरीदता है जिसका विज्ञापन "एक ही बार में बाल रेशमी बनाने" के नाम पर किया गया था, लेकिन यह दावे के मुताबिक काम नहीं करता। i. उपभोक्ता के किस अधिकार का उल्लंघन हुआ है? ii. अनिल इस समस्या के समाधान के लिए क्या कदम उठा सकता है? iii. उपभोक्ताओं के सामने आने वाली कोई दो अन्य समस्याएँ लिखिए।	1+1+2 =4
27	A.एक महिला स्वयं सहायता समूह ने घरेलू हिंसा और महिला शिक्षा जैसे मुद्दों पर चर्चा करने के लिए एक सामुदायिक रेडियो स्टेशन शुरू किया है। i सामुदायिक रेडियो की कोई दो विशेषताएँ लिखिए। ii भारत में सामुदायिक रेडियो स्टेशनों के कोई दो उदाहरण दीजिए। अथवा B आज भी, समाचार पत्र एक आम आदमी के जीवन में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। i. विकास संचार में प्रिंट मीडिया की कोई दो भूमिकाएँ लिखिए। ii. एक पत्रकार में कौन से दो गुण होने चाहिए?	2+2=4
28		

	4 वर्षीय राहुल जिसके माता-पिता की एक ट्रेन दुर्घटना में मृत्यु हो गई, एस.ओ.एस गांव में रहता है। i एस.ओ.एस बाल गांव की कोई तीन विशेषताएं लिखिए। ii अनाथ और परित्यक्त बच्चों को कौन से सरकारी बाल गृह में रखा जाता है?	3+1=4
29	i खाद्य प्रौद्योगिकी से आप क्या समझते हैं? ii एक खाद्य प्रौद्योगिकीविद में अपेक्षित कोई तीन ज्ञान और कौशल लिखिए।	1+3=4
30	एक फैशन व्यापारी की निम्नलिखित प्रत्येक क्षेत्र में कोई दो भूमिकाएँ लिखिए। i विनिर्माण ii संवर्धन	2+2=4
31	आपकी बहन अपनी पुत्री के लिए एक सुंदर और आकर्षक डिजाइन वाली फ्रॉक सिलना चाहती है । i डिजाइन के दो प्रकार कौन से हैं? ii उसे डिजाइन के किन्हीं तीन सिद्धांतों के बारे में बताएं।	2+3=5
32	पोषण समस्याओं से निपटने के लिए भारत में चलाए गए किन्ही पांच कार्यक्रमों का वर्णन कीजिए अथवा कुपोषण के घरेलू स्तर पर कोई पांच कारण लिखिए।	5