

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 अंक उसके सामने दिए गए हैं।
Note: All questions are compulsory. The marks allotted for each question are beside the questions.
- (ii) उत्तर पुस्तिका के प्रथम पृष्ठ पर 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 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.

- i. पारिवारिक पिकनिक के लिए एक योजना विकसित करें, जिसमें बजट, गंतव्य और की जाने वाली गतिविधियों को निर्दिष्ट किया जाए। (पाठ 10 देखें)
Develop a plan for a family picnic, specifying the budget, destination, and activities to be undertaken. (See Lesson 10)
- ii. आप अपनी रसोई में चावल, दाल और मसालों को स्टोर करने की योजना बना रहे हैं। उन विशिष्ट भंडारण विधियों का वर्णन करें जिनका उपयोग आप इन खाद्य पदार्थों के लिए करेंगे। (पाठ 7 देखें)
You are planning to store rice, dal, and spices in your kitchen. Describe the specific storage methods you would use for these food items. (See Lesson 7)

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.

- i. आप एक होटल में हाउसकीपर हैं, अगर कोई मेहमान गंदे बाथरूम के बारे में शिकायत करता है, तो आप इस मुद्दे को हल करने के लिए क्या कदम उठाएंगे? (पाठ 28A देखें)
You are a housekeeper in a hotel, if a guest complained about a dirty bathroom, what actions would you take to resolve the issue? (See Lesson 28A)
- ii. एक कढ़ाई परियोजना के लिए आवश्यक उपकरणों और सामग्रियों की एक चेकलिस्ट बनाएं। (पाठ 28B देखें)
Create a checklist of the essential equipment and materials for an embroidery project. (See Lesson 28B)

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.

- i. शीतकालीन फैशन शो के लिए एक फैशन डिजाइनर के रूप में, अपने संग्रह में उपयोग किए जाने वाले प्राकृतिक और सिंथेटिक फाइबर के प्रकारों को साझा करें। वर्णन करें कि ये फाइबर आपके सर्दियों के कपड़ों की गर्मी और आराम में कैसे योगदान करते हैं। (पाठ 22,23 देखें)
As a fashion designer for a winter fashion show, share the types of natural and synthetic fibres you will use in your collection. Describe how these fibres contribute to the warmth and comfort of your winter garments.
(See Lesson 22,23)
- ii. घरेलू संसाधनों को कुशलतापूर्वक प्रबंधित करने के लिए गृह विज्ञान कौशल का उपयोग किन तरीकों से किया जा सकता है? उदाहरण प्रदान करें। (पाठ 1 देखें)
In what ways can Home Science skills be utilized to manage household resources efficiently? Provide examples.
(See Lesson 1)

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.

- i. एक वयस्क पुरुष के लिए एक साप्ताहिक भोजन योजना तैयार करें जिसमें कम से कम तीन अलग-अलग खाना पकाने के तरीके शामिल हों। (पाठ 8 देखें)
Design a weekly meal plan for an adult male that incorporates at least three different cooking methods.
(See Lesson 8)
- ii. वयस्कों और बुजुर्गों के लिए कैल्शियम और इसके आहार स्रोतों के महत्व को बढ़ावा देने वाला एक पोस्टर बनाएं। (पाठ 4 देखें)
Create a poster promoting the importance of calcium and its dietary sources for adults and elderly.
(See Lesson 4)

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.

- i. अपने घर की रसोई में संभावित सुरक्षा खतरों की पहचान करें, जैसे असुरक्षित खाना पकाने के उपकरण और तेज उपकरण। रसोई के लिए एक संपूर्ण सुरक्षा योजना बनाएं, खाना पकाने और रसोई की गतिविधियों के दौरान परिवार के सदस्यों की सुरक्षा के उपायों का विवरण दें। (पाठ 3 देखें)
Identify potential safety hazards in your home kitchen, such as unsafe cooking appliances and sharp tools. Create a thorough safety plan for the kitchen, detailing measures to safeguard family members during cooking and kitchen activities.
(See Lesson 3)
- ii. घरेलू सामग्री का उपयोग करके ब्लॉक-प्रिंटेड कपड़े बनाने के लिए चरण-दर-चरण मार्गदर्शिका डिज़ाइन करें। आवश्यक सामग्रियों की एक सूची, प्रिंटिंग ब्लॉक बनाने की प्रक्रिया और कपड़े पर डिज़ाइन को छापने के चरण शामिल करें। (पाठ 25 देखें)
Design a step-by-step guide for creating a block-printed fabric using household materials. Include a list of required materials, the process of creating the printing block, and the steps for applying the design to the fabric.
(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.

- i. आप एक परिवार की बैठक की योजना बना रहे हैं और बहुत से लोगों के लिए भोजन तैयार करने की आवश्यकता है। खाना पकाने की प्रक्रिया को सुव्यवस्थित करने के लिए एक कार्य सरलीकरण योजना विकसित करें, जिसमें समय बचाने वाले रसोई उपकरणों का उपयोग और खाना पकाने के क्षेत्र को प्रभावी ढंग से व्यवस्थित करना शामिल है।

(पाठ 11 देखें)

You are planning a family meeting and need to prepare meals for a lot of people. Develop a work simplification plan to streamline the cooking process, including the use of time-saving kitchen tools and organizing the cooking area effectively.

(See Lesson 11)

- ii. शिशुओं में स्वस्थ विकास को बढ़ावा देने के लिए माता-पिता और देखभाल करने वालों के लिए दिशानिर्देश विकसित करें। पोषण, शारीरिक गतिविधि और स्वास्थ्य देखभाल पद्धतियाँ के लिए सुझाव भी शामिल करें जो शिशुओं में वृद्धि का समर्थन करते हैं।

(पाठ 18 देखें)

Develop guidelines for parents and caregivers to promote healthy development in infants. Include recommendations for nutrition, physical activity, and healthcare practices that can support growth in infants.

(See Lesson 18)