केवल मूल्यांकनकर्ता के उपयोग हेतु!

माध्यमिक शिक्षा मण्डल, मध्यप्रदेश, भोपाल

32 पृष्ठीय

केवल परीक्षक द्वारा भरा जावे। प्रश्न क्रमांक के सम्मुख प्राप्तांकों की प्रविष्टी करें।

प्रश्न क्रमांक	पृष्ठ क्रमांक	प्राप्तांक (अंकों में)	प्रश्न क्रमांक	पृष्ठ क्रमांक	ांक (अंकों में)
1			17		
2			18		
3			19		
4			20		
5			21		
6			22		
7			23		
8			24		
9			25		
10			26		
11			27		
12			28		
13					
14					
15					
16					

परीक्षक एवं उपमुख्य परीक्षक द्वारा भरा जावे ↓

परीक्षक एवं उपमुख्य परीक्षक द्वारा भरा जावे ➔

प्रमाणित किया जाता है कि अन्दर के पृष्ठों के अनुरूप मुख्य पृष्ठ पर अंकों की प्रविष्टी एवं अंकों का योग सही है।

निर्धारित मुद्राः नाम, पदनाम, मोबाईल नम्बर, परीक्षक क्रमांक एवं पदांकित संस्था के नाम की मुद्रा लगाएं।

उप मुख्य परीक्षक के हस्ताक्षर ए	परीक्षक के हस ारित मुद्रा
NEETU KA 325999064	MANISHA HARE 325168003

BOARDOFSECONDARYEDUCATION,MADHYAPRADESH,BHOPAL

प्रश्न क्र.

BSE

प्रश्न क्रमांक -01

रिक्त स्थान :- उत्तर

(अ) कोल्ड स्टोरेज का तापक्रम (0.f से 30.f) °F के मध्य होता है !

(ब) तन्तु (२) प्रकार के होते है !

(स) शुष्क धुलाई मे (पेट्रॉल) का उपयोग किया जाता है !

(द) वृद्धावस्था में (हल्का एंव सुपाच्य) भोजन देना चाहिए ।

(ड) संयुक्त परिवार का आकार में (बड़ा) होता है !

(क) यूनिसेफ का मुख्यालय (न्यूयार्क) में है !

③ [ ] + [ ] = [ ]

पृष्ठ 3 पर अंक

BOARDOFSECONDARYEDUCATION,MADHYAPRADESH,BHOPALBOARDOFSECONDARYEDUCATION,MADHYAPRADESH,BHOPALBOARDOFSECONDARYEDUCATION,MADHYAPRADESH,BHOPAL

प्रश्न क्र.

प्रश्न क्रमांक - ०२

सत्य / असत्य :—

(अ) उत्तर — असत्य !

(ब) उत्तर — सत्य !

(स) उत्तर — असत्य !

(द) उत्तर — असत्य !

(इ) उत्तर — असत्य !

(फ) उत्तर — सत्य !

B S E

प्रश्न क्र.

प्रश्न ~~प्रकार~~ क्रमांक - 03

सही जोडी :— उत्तर

	I		II
(अ)	पाश्चुराइजेशन	(4)	दूध
(ब)	वर्जित खाद्य पदार्थ	(1)	तम्बाकू
(स)	आवश्यकता से कम पोषण पाना	(2)	कुपोषण
(द)	पीलिया	(5)	बीलिरूबिन
(इ)	बाटिक	(3)	मोम

BSE

प्रश्न क्र.

प्रश्न क्रमांक - 4

एक वाक्य :—

(अ) उत्तर — भारत में बंगाल का कांथा सात प्रकार का होता है। लेप (i) सुजनी (ii) रूमाल (iii) एरिसवाला (iv) दुरजनी (v) बैटन (vi) और (vii) ।

(ब) उत्तर — उपभोक्ता की परिभाषा :— किसी वस्तु को खरीदकर उसका उपयोग करने वाले व्यक्ति को उपभोक्ता कहते है।

(स) उत्तर — कार्य सरलीकरण की परिभाषा :— राजमल पी. देवदास के अनुसार " न्यूनतम मात्रा मे समय एंव शक्ति का उपयोग करते होते हुए किसी कार्य को सम्पन्न करने की तकनीक कार्य सरलीकरण कहलाती है,

(द) उत्तर — सूखी, कंकरीली ऊँची अथवा ढालू भूमि।

B
S
E

योग पूर्व पृष्ठ + ... अंक = कुल अंक

SECONDARYEDUCATION,MADHYAPRADESH,BHOPALBOARDOFSECONDARYEDUCATION,MADHYAPRADESH,BHOPALBOARDOFSECONDARYEDUCATION,MADHYAPRADESH,BHOPALBOARDOFSECONDARYEDUCATION,MADHYAPRADESH,BHOPALBOARDOFSECONDARYEDUCATION,MADHYAPRADESH,BHOPALBOARDOFSECONDARYEDUCATION,MADHYAPRADESH,BHOPALBOARDOFSECONDARYEDUCATION,MADH

प्रश्न क्र.

(इ) उत्तर — पेचिश रोग के जीवाणु का नाम — सिगेला डिसेन्ट्री

प्रश्न क्रमांक - 5

सही विकल्प :—

(अ) उत्तर — (i) 2 ।

(ब) उत्तर — (i) 1986 ।

(स) उत्तर — (iii) 2800 ।

(द) उत्तर — (ii) 700 ।

(इ) उत्तर — (i) 2 ।

(फ) उत्तर — (iii) बाँझपन ।

BSE

BOARDOFSECONDARYEDUCATION,MADHYAPRADESH,BHOPAL

प्रश्न क्र.

प्रश्न क्रमांक - 6 (अथवा)

उत्तर :- क्षय रोग फैलाने वाले जीवाणु का नाम माइक्रोबैक्टेरिया ट्यूबरक्लोसिस है

क्षय रोग से बचने निम्नलिखित उपाय है :-

(i) रोगी को बाजार मे तैयार भोज्य पदार्थ का उपयोग कम - से - कम करना चाहिए।

(ii) रोगी को डॉक्टर के पास या अस्पताल ले जाना चाहिए। तथा समय - समय पर डॉक्टरी जाँच करवाना चाहिए।

प्रश्न क्रमांक - 7

उत्तर :- संयुक्त परिवार - संयुक्त परिवार का आकार बडा होता है संयुक्त परीवा

BOARDOFSECONDARYEDUCATION,MADHYAPRADESH,BHOPAL

प्रश्न क्र.

परिवार में दो या तीन पीढियो के सदस्य मिलकर रहा करते है। संयुक्त जीव परिवार में सभी सदस्य सामूहिक पूजा मे भाग लेते है तथा किसी न किसी प्रकार से एक दूसरे के रक्त सम्बंधी होते है, संयुक्त परिवार कहलाता है।

प्रश्न क्रमांक - 8 (अथवा)

उत्तर :- सुपोषण :— सुपोषण अथवा उत्तम पोषण से तात्पर्य पोषण की उस स्थिति से है जिसमे व्यक्ति पूर्णता स्वस्थ व निरोगी रहे। कार्य करने की क्षमता उसके उर्म र के अनुसार हो सुपोषण कहलाता है,

प्रश्न क्रमांक -10 (अथवा)

उत्तर :- भोजन परोसते समय निम्न बाते का ध्यान रखना

BOARDOFSECONDARYEDUCATION,MADHYAPRADESH,BHOPAL

प्रश्न क्र.

चाहिए :—

(i) जिन बर्तनो मे भोजन परोसना है वे स्वच्छ ऐव साफ होने चाहिए तथा हाथ भी साफ होने चाहिए।

(ii) भोजन ~~परस~~ परोसने के लिए अलग - अलग कलछी का उपयोग करना चाहिए।

(iii) भोजन परोसते समय यह ध्यान रखना चाहिए कि भोजन इधर - उधर न फैले।

B S E

प्रश्न क्रमांक - 11 (अथवा)

उत्तर — डिब्बाबंदी के लाभ निम्नलिखित है :—

(i) डिब्बा बंदी से भोज्य पदार्थ सुरक्षित रखे जा सकते है।

(ii) भोज्य पदार्थो को जीवाणओ से बचाया जा सकता है। और भोज्य पदार्थ खराब होने से बच जाते है,

BOARDOFSECONDARYEDUCATION,MADHYAPRADESH,BHOPAL

प्रश्न क्र.

B
S
E

प्रश्न क्रमांक - १२

उत्तर - नील का कपड़ो मे निम्नलिखित महत्व है।

(i) नील लगे कपड़े कम मैले होते है। तथा कीटाणु नष्ट हो जाते है।

(ii) कपड़ो पर नील लगाने से कपड़ो का पीलापन दूर हो जाता है।

प्रश्न क्रमांक - 13

उत्तर - उपभोक्ता के उत्तरदायित्व निम्नलिखित है :-

(i) निहायत जरूरी हो तभी खरीददारी करे।

(ii) जल्दबाजी मे खरीददारी न करे।

BOARD OF SECONDARY EDUCATION, MADHYA PRADESH, BHOPAL

प्रश्न क्र.

(iii) खरीदी गई वस्तु का गारंटी / वारंटी कार्ड या रशीद लेना न भूले ।

(iv) भोज्य सामग्री खरीदते समय 'एगमार्क' चिन्ह आवश्य देखे ।

प्रश्न क्रमांक - 14

उत्तर - अधिकारी वर्ग की आहार तालिका निम्नलिखित है :—

(i) सुबह नास्ता — ब्रेड, कॉफी, चाय, उबले हुए अण्डे आदि

(ii) दोपहर का भोजन — आलू पराठा, रायता खीरे का, बरवा बैंगन, पनीर की सब्जी, सलाद आदि ।

(iii) रात का भोजन — दाल, आलू की सब्जी, रायता, सलाद आदि ।

(iv) सोते समय — दूध, मैंगो सेक, आइसक्रीम आदि ।

योग 12 कुल अंक

BOARDOFSECONDARYEDUCATION,MADHYAPRADESH,BHOPALBOARDOFSECONDARYEDUCATION,MADHYAPRADESH,BHOPAL

प्रश्न क्र.

BSE

प्रश्न क्रमांक - 15

उत्तर :- खाद्य संरक्षण के उद्देश्य निम्नलिखित है -

(i) सम्पूर्ण राष्ट्र की उपज - भारत एक कृषि प्रधान देश है जहाँ पर लाखो टन खाद्य पदार्थो का संरक्षण सड गल कर नष्ट हो जाता है अतः उनका संरक्षण करना चाहिए और नष्ट होने से बचाना चाहिए।

(ii) राष्ट्र की सुरक्षा - हमारे देश के रक्षक ऐसे स्थान पर तैनात है जहाँ उन्हे भोजन प्राप्त नही होता। अतः खाद्य पदार्थो का संरक्षण कर उन्हे फल, सब्जी, दही आदि पहुचाया जा सके।

(iii) पौष्टिक एवं सन्तुलित खाद्य पदार्थ - कई फल एवं सब्जियाँ प्रत्येक मौसम मे प्राप्त नही होती अतः इनका संरक्षण कर प्रत्येक मौसम में वर्ष भर लोगो को पहुचाया जा सके।

योग
BOARDOFSECONDARYEDUCATION,MADHYAPRADESH,BHOPAL
मध्यप्रदेश

प्रश्न क्र.

प्रश्न क्रमांक - 16

उत्तर :- कार्य सरलीकरण के तीन सिद्धांत निम्नलिखित है,

(i) समय एंव शक्ति की बचत — कार्य सरलीकरण से समय एंव शक्ति की बचत होती है और ग्रहिणी को अधिक अवकाश मिलता है,

(ii) प्रबंध की प्रेरणा — कार्य सरलीकरण का महत्व समझ जाने वाले ग्रहीणी ग्रह कार्यों को इन विधियो से करने के लिए प्रेरित होती है,

(iii) अधिक अवकाश — कार्य सरलीकरण से ग्रहीणी को अधिक अवकाश मिलता है,

(iv) कार्यों को रूचिकर बनाना — कार्य सरलीकरण से ग्रहीणी उबाऊ व नीरस कार्यो को भी रूचिकर बना सकती है।

BSE

BOARDOFSECONDARYEDUCATION,MADHYAPRADESH,BHOPAL

मध्यप्रदेश

प्रश्न क्र.

प्रश्न क्रमांक - 17

उत्तर - कुपोषण से बचने के उपाय निम्नलिखित है :-

(i) गरिष्ट भोज्य पदार्थों का सेवन नही करना चाहिए।

(ii) यदि कुपोषण का कारण भोज्य पदार्थों में कमी है तो इसे पूरा करना चाहिए।

(iii) बाजार में तैयार भोजन का प्रयोग नही करना चाहिए।

(iv) यदि कुपोषण आयु एवं लिंग के कारण है तो उसे ~~सु~~ सन्तुलित आहार का ज्ञान प्राप्त करना चाहिए।

(v) व्यक्ति कुपोषण से ग्रस्त है तो तुरन्त इलाज करवाना चाहिए।

B
S
E

15

योग पूर्व पृष्ठ + पृष्ठ अंक =

प्रश्न क्र.

B S E

प्रश्न क्रमांक - 18

उत्तर - भोजन पकाते समय निर्म्नलिखित बातो का ध्यान रखना चाहिए।

(i) हाथ को साफ करना - भोजन पकाने से पूर्व हाथों को अच्छी तरह धो लेना चाहिए जिससे भोजन दूषित न हो।

(ii) कम मसालो का प्रयोग - भोजन पकाते समय हमे कम-से-कम मसालो का प्रयोग करना चाहिए अधिक मसाले स्वास्थ के लिए हानिकारक सिद्ध होते है। अतः कम मसालो का प्रयोग करना चाहिए।

(iii) सब्जी को धोना - सब्जियो को काटने से पहले ही धो लेना चाहिए क्योकि सब्जियो को काटने के बाद धोने से उनमे उपस्थित पौष्टिक तत्व नष्ट हो जाते है।

BOARDOFSECONDARYEDUCATION,MADHYAPRADESH,BHOPAL

प्रश्न क्र.

(iv) साफ कपडे का उपयोग — भोजन पकाते समय साफ कपडे का उपयोग करना चाहिए।

(v) खाने के सोडे का कम प्रयोग — खाद्य पदार्थों में खाने के सोडे का कम प्रयोग करना चाहिए। क्योंकि खाने के सोडे का अधिक प्रयोग करने से विटामिन B नष्ट हो जाता है।

B
S
E

प्रश्न क्रमांक -19 (अथवा)

उत्तर — लखनऊ की चिकनकारी :- चिकनकारी का शाब्दिक अर्थ चाकिन से मिलकर बना है इसे बाद में हिन्दुस्तान में चिकन नाम दिया गया। यह चिकनकारी प्रयागराज (इलाहाबाद) इसके प्रमुख क्षेत्र है चिकनकारी का काम ज्यादातर महिलाओ द्वारा किया जाता है इसमे सफेद रंग के कपडे पर सफेद रंग के धागे का

ARYEDUCATION,MADHYAPRADESH,BHOPALBOARDOFSECONDARYEDUCATION,MADHYAPRADESH,BHOPALBOARDOFSECONDARYEDUCATION,MADHYAPRADESH,BHOPALBOARDOFSECONDARYEDUCATION,MADHYAPRADESH,BHOPALBOARDOFSECONDARYEDUCATION,MADHYAPRADESH,BHOPALBOARDOFSECONDARYEDUCATION,MADHYAPRADESH,BHOPALBOARDOFSECONDARYEDUCATION,MADHYAPRADESH,BHOPALBOARDOFSECONDARYEDUCATION,MADHYAPR/

माध्यमिक शिक्षा मण्डल मध्यप्रदेश

प्रश्न क्र.

~~प्रयोग किया जाता है। लेकिन आजकल हर रंग के धागे से चिकनकारी की जाने लगी है। चिकनकारी कपडे पर उभरी डिजाइन होती है। जिससे कपडा आकर्षण युक्त लगता है चिकनकारी बहुत अधिक लोगो द्वारा पसन्द किया जाने वाला डिजाइन है। यह डिजाइन कुर्ती पर कुछ उभरा करके किया जाता है चिकनकारी वाली कुर्ती बहुत पसंद की जाती है चिकनकारी लखनऊ की प्रसिद्ध कढाई है यह कपडे का सौन्दर्य और अधिक बढा देती है। चिकनकारी कुर्ती के अलावा साडियो पर भी की जाने लगी है यह प्रसिद्ध कढाई है।~~

प्रश्न क्रमांक - २० (अथवा)

उत्तर — एकल परिवार के निम्नलिखित दोष है :-

(i) एकल परिवार में सभी आवश्यक वस्तुए अलग - अलग खरीदनी पढती है जिससे व्यय मे बढोत्तरी होती है।

B
S
E

योग अंक   कुल अंक

BOARDOFSECONDARYEDUCATION,MADHYAPRADESH,BHOPAL

प्रश्न क्र.

(ii) यदि घर पर कोई विशेष ~~अतिथी~~ अतिथि आ जाए और पत्ती पत्नि दोनो नौकरी पर जाते तो उन्हे छुट्टी लेनी पड़ती है अधिकतर यह छुट्टी पत्नि को ही लेनी पड़ती है जिससे उसके कार्य में रुकावट आती है।

(iii) एकल परिवार में सामाजिक सुरक्षा प्राप्त नही है।

(iv) एकल परिवार में सभी धार्मिक परम्पराएँ पूरी नही होती है तथा उनकी अवहेलना होती है।

B
S
E

प्रश्न क्रमांक - 19

उत्तर — नाइलॉन की चार भौतिक विशेषताएँ निम्नलिखित है —

(i) चमक — नाइलॉन के वस्त्रो मे चमक अधिक होती है।

EDUCATION,MADHYAPRADESH,BHOPALBOARDOFSECONDARYEDUCATION,MADHYAPRADESH,BHOPALBOARDOFSECONDARYEDUCATION,MADHYAPRADESH

प्रश्न क्र.

(ii) अवशोषक क्षमता – नाइलॉन के वस्त्रो में नमी सोख लेने की क्षमता कम होती है।

(iii) कीडे एव फँफदे – नाइलॉन के वस्त्रो मे फफूदी एव कीडे नही लगते है।

(iv) प्रत्यावस्था – नाइलॉन के वस्त्र खीचकर लम्बे कर लिए जाते है।

B
S
E

प्रश्न क्रमांक - 9

उत्तर – पोषण शिक्षा की दुरवर्ती विधियो के नाम कि निम्नलिखित है।

(i) मुद्रित माध्यम द्वारा
(ii) कुम्प्युटर द्वारा शिक्षा
(iii) सेटकाम प्रशिक्षण
(iv) मुद्रित माध्यम द्वारा आदि पोषण शिक्षा की दुरवर्ती विधियाँ है।