AGLASEM.COM

MID TERM

SAMPLE PAPER

Practice Question Paper | Model Paper | Sample Question Paper

2024-2025

aglasem.com

मध्याविध अभ्यास प्रश्न पत्र / **Mid-Term practice paper**

कक्षा /**CLASS : XII**

SUBJECT: HOME SCIENCE(064)

गृह विज्ञान **(**सैद्धांतिक**) (064)**

Time Allowed : 3hrs **M:M:**
70मय**: 3** घंमय**: 3** घंटे अधिकतम अंक**:70**

सामान्य निर्देश**:**

1. सभी प्रश्नअनिवार्य हैं।
2. इस प्रश्न पत्र मे कुल 36 प्रश्न हैं।
3. प्रश्न पत्र तीन खंडों में बांटा गया है: क,ख,ग।
4. खंड क- में प्रश्न संख्या है। 1 से 14 (वस्तुनिष्ठ प्रकार के प्रश्न 1 अंक के हैं)
5. खंड ख में प्रश्न संख्या 15 से 21 (केस स्टडी आधारित बहुविकल्पीय प्रश्न) हैं और प्रत्येक 1 अंक के हैं
6. खण्ड ग में प्रश्न क्रमांक 22 से 27 प्रत्येक के 2 अंक, प्रश्न संख्या 28 ओर 29 3 अंक के, प्रशनख्या 30से 33 प्रत्येक 4 अंक के ओर प्रश्न संख्या से 34 से 36 प्रत्येक 5 अंक के है।
7. कुछ प्रश्ननो मे आंतरिक विकल्प दिए गए हैं
8. जहां भी आवश्यक हो, उपयुक्त उदाहरणों के साथ अपने उत्तर का समर्थन कीजिए।

General Instructions

1. All questions are Compulsory
2. There are a total of 36 questions in this question paper.
3. The question Paper is divided into three sections A , B and C
4. Section A has questions no .1 to 14 (objectives type questions) and are of 1mark each
5. Sections B has 15 to 21 Cases Study Based multiple choice questions) and are of 1 mark each

docs.aglasem.com

aglasem.com

6. Section C has question no.22 to 27 of 2 marks each ,question no.28 and 29 of 3 marks each ,question no.30 to 33 of 4 marks each, and question no.34 to 36 of 5 marks each.
7. Internal choices are given in some questions.
8. Support your answers with suitable examples wherever required.

खंड- क (वस्तुनिष्ठ प्रकार के प्रश्न)
Section-A (Objective Type Questions)
बहुविकल्पीय प्रश्न Multiple Choice Questions)

1	इनमें से कौन भारत में पोषण संबंधी समस्या है। क. प्रोटीन ऊर्जा कुपोषण ख. मलेरिया ग.क्षय रोग घ.कैंसर Which one of these is a nutritional problem in India? a. Protein Energy Malnutrition b. Malaria c.Tuberculosis d.Cancer अथवा/Or उस स्थिति का नाम बताइए जो तब होती है जब रक्त में हीमोग्लोबिन का स्तर कम होता है। क. गोइटर ख. रक्ताल्पता ग. स्कर्वी घ. रतौंधी Name the condition that occurs when there is low level of haemoglobin in blood. a.Goitre b. Anemia c.scurvy d.Night Blindness	1
2	---------- मानवशास्त्रीय माप के अंतर्गत आते हैं। क. रक्त, मूत्र- मल, थूक ख.ऊंचाई, वजन	1

docs.aglasem.com
aglasem.com

	ग. सिर परिधि, बी एम.आई घ. ख और ग दोनों —---------- come under anthropometric measurements . a. Blood, urine- stool, sputum b. Height ,weight c. Head circumference, BMI d. Both b and c	
3	प्रौद्योगिकी की मांग के कारण? क. जीवन शैली में परिवर्तन ख. गतिशीलता को बढ़ाता है ग. खाद्य उत्पादन घ. क और ख दोनों Reasons for demand for technology ? a. Changes in Lifestyle b.Increases mobility b. Food production d.Both a and b	1
4	जो अनेक माध्यमों से समाज तक पहुँचने का कार्य करता है। क. लेखाकार ख. साहूकार ग. इतिहासकार घ. पत्रकार Who does the work of reaching out to the community through many means. a. Accountant b. Money lender c. Historian d.Journalist	1
5	———————- हैं जो लोगों को जीवन की चुनौतीपूर्ण परिस्थितियों में काम करने में सक्षम बनाते हैं। क. नैतिक मूल्य ख. रचनात्मक सोच ग.जीवन कौशल घ.नकारात्मक व्यवहार —----------are the behavioural abilities which enable people to work in the challenging situations of life. a. Values b. Creative thinking c. Life Skills d. Negative behaviour	1
6	निम्नलिखित को मिलाएं: क.। खराब होने वाले खाद्य पदार्थ (i)फल और सब्जियां ख.अर्ध-विकार्य खाद्य पदार्थ (ii) गेहूं, दालें ग.जड़ फसलें (iii) दूध	1

docs.aglasem.com

aglasem.com

	घ. अविकार्य खाद्य पदार्थ (iv) प्याज और आलू सही वैकल्पिक चुनें क. ए (iii), बी (ओई), सी (iv), डी (ii) ख. ए (i) बी (iii) सी (ii) डी (iv) ग.। ए (ii) बी (ii) सी (iv) डी (i) घ. ए (iv) बी (iii) सी (ii) डी (i) Match the following: A . Perishable foods (i)Fruit and vegetables B. Semi-Perishable foods (ii) Wheat , pulses C.Root crops (iii) Milk D.Non-perishable foods (iv) onions and potatoes Pick the correct optional a. A(iii), B(i),C(iv),D(ii) b. A (i) B (iii)C(ii)D(iv) c. A(ii)B(ii)C(iv)D(i) d. A(iv)B (iii) C(ii)D (i)	
7	राष्ट्रीय पाठ्यचर्या ढांचे ने ई.सी.सी.ई के उद्देश्य दिए किस वर्ष क. 2005 ख. 2006 ग. 2000 घ.2008 National curriculum framework gave objectives of E.C.C.E In which year a. 2005 b.2006 c. 2000 d.2008	1
8	इंदिरा गांधी राष्ट्रीय वृद्धावस्था पेंशन योजना (IGNOAPS) में लाभार्थियों की न्यूनतम आयु क्या होनी चाहिए क. 60 वर्ष या अधिक ख. 62 वर्ष या ग. 65 या अधिक घ. 68 वर्ष What should be the minimum age of the beneficiaries in Indira Gandhi National Old Age Pension Scheme (IGNOAPS)	1

docs.aglasem.com

aglasem.com

	a. 60 years or more b. 62 years or c. 65 or more d. 68 years	
9	रिक्त स्थान भरें Fill in the blanks पैसा कमाने के लिए किया गया कार्य सामान्यतः कहा जाता है—---------- Work done to earn money is generally called as—---------- अथवा/OR नारियल शिल्प ——————————————का पारंपरिक व्यवसाय है	1
10.	Coconut craft is a traditional occupation of —----------state ---------- सरकार द्वारा स्थापित किया गया है जहां कानून का उल्लंघन करने वाले किशोरों (18 वर्ष से कम आयु के बच्चों) को हिरासत में रखे जाते है। —----------have been established by the government where juveniles(children under the age of 18 years) who violate the law are kept under custodial care.	1
11	चित्र में रोग तथा तत्व की कमी को पहचानिए और उसका नाम लिखिए Identify the disease and nutrient deficiency in the picture and write its name	1

docs.aglasem.com

aglasem.com



Or

चित्र में उस पोषक तत्व को पहचानिए जिससे ये फल और सब्जियां संबंधित हैं और उसका नाम लिखिए

Identify the nutrient to which these fruit and vegetables belong in the picture and write its name



केवल दृष्टिबाधित छात्रों के लिए-

Only for visually impaired students-

विटामिन सी की कमी से होने वाले रोग का नाम लिखिए
Name the disease caused due to the deficiency of Vitamin C

अथवा / Or

docs.aglasem.com

aglasem.com

	विटामिन सी के सबसे अच्छा स्रोत का नाम बताइए Name the richest source of vitamin C	
12	कृषि उत्पादों पर पाया जाने वाला एक मानक चिह्न बनाएं Draw a standard mark found on agricultural products	1
13	खाद्य रोगाणुओं से सुरक्षा सुनिश्चित करने के लिए वर्ष 1864 में पाश्चराइजेशन का कदम किसने उठाया था? Who took the step of Pasteurization in the year 1864 to ensure protection from food microbes ?	1
14	खाद्य जनित रोगों क्या कारण है ? या चाय की पत्तियों में सामान्य रूप से मिलावट के रूप में क्या मिलाया जाता है? The reason for food borne diseases is due to? Or What is added as adulteration in tea leaves normally?	1
	केस स्टडी आईडीडी एक पारिस्थितिक घटना है, जिसका मुख्य कारण मिट्टी में आयोडीन की कमी है। भारत के कुछ राज्य जहां आईडीडी आम है, वे हैं- जम्मू और कश्मीर से लेकर अरुणाचल प्रदेश तक हिमालय, आंध्र प्रदेश, कर्नाटक, केरल, महाराष्ट्र और मध्य प्रदेश। 'आयोडीन की कमी से होने वाले विकार' शब्द का अर्थ अक्षम करने वाली स्थितियों के एक स्पेक्ट्रम को संदर्भित करता है जो आयोडीन के अपर्याप्त आहार सेवन के कारण भ्रूण के जीवन से वयस्कता तक मनुष्यों के स्वास्थ्य को प्रभावित करता है। IDD is an ecological phenomenon, largely due to deficiency of Iodine in the soil. Some of the states in India where IDD is common are- Jammu and Kashmir to Arunachal pradesh in the Himalayan Andhra	

docs.aglasem.com

aglasem.com

	Pradesh,Karnataka, Kerala, Maharashtra and Madhya Pradesh. The term' Iodine Deficiency Disorders ' refers to a spectrum of disabling conditions that affect the health of humans from fetal life through adulthood due to inadequate dietary intake of Iodine.	1
15.	. आयोडीन की कमी से कौन सा हार्मोन अपर्याप्त मात्रा में बनता है क. थायरोक्सिन ख. मेलाटोनिन ग. डोपामाइन घ. प्रोलैक्टिन Which hormone is produced in insufficient quantities due to Iodine deficiency ? a Melatonin b.Thyroxine C. Dopamine d.prolactin	1
16.	आयोडीन की कमी के कारण ---------- क. एनीमिया ख. घेंघा ग. रतौंधी घ. अस्थिमृदुता Deficiency of Iodine causes—---------- disease a Anemia b.Goitre C.Night Blindness d.osteomalacia	1
17.	थायरोक्सिन का संश्लेषण _____ ग्रंथि द्वारा होता है 1 क.पिट्यूटरी ख. थाइरोइड ग.एंडोक्राइन घ.अधिवृक्क Thyroxine is synthesized by –-—---------- gland a. Pituitary b. Thyroid b. Endocrine d. Adrenal	1

docs.aglasem.com

aglasem.com

18.	. आयोडीन की कमी के कारण मानसिक मंदता और जन्मजात असामान्यताएं ---------- के दौरान होता है। क.गर्भावस्था ख.. बचपन ग.बचपन घ.किशोरावस्था Mental retardation and congenital abnormalities caused due to Iodine deficiency during—---—---------- a. Pregnancy b. Infancy C. Childhood d.Adolescence केस स्टडी सुकार्यिकी (Ergonomics)प्राथमिक लक्ष्य के साथ काम पर काम करने वाले मनुष्यों का अध्ययन है, जो काम के माहौल को कार्यकर्ता के अनुकूल बनाते हैं। इसका उद्देश्य काम करने की स्थिति उत्पन्न करना है जो मानव स्वास्थ्य के लिए खतरनाक नहीं हैं, जिससे नरम ऊतक चोटों और पैशी- कंकाली विकारों(मस्कुलोस्केलेटल विकारों) को रोका जा सके जेसे बल, कंपन, दोहराव गति और अजीब मुद्रा के अचानक या निरंतर संपर्क को ।एर्गोनॉमिक्स की आवश्यकता उत्पादकता में वृद्धि, त्रुटियों को कम करके, आरामदायक परिस्थितियों के माध्यम से नौकरी की संतुष्टि में वृद्धि करके नौकरी की प्रभावशीलता में सुधार करना है।सुकार्यिकी "मानव और मशीन " का समायोजन है। उपकरण, मशीन और कार्यक्षेत्र तनाव और स्वास्थ्य समस्याओं को कम करने के लिए काम में फिट करने के लिए डिज़ाइन किया गया है।है।सुकार्यिकी का विज्ञान चार स्तंभों पर आधारित है, अर्थात् एंथ्रोपोमेट्री (शरीर का आकार और माप), जैव-यांत्रिकी (मस्कुलोस्केलेटल गतिविधियाँ और बल लगाए गए), शरीर विज्ञान और औद्योगिक मनोविज्ञान।	

docs.aglasem.com

aglasem.com

19	Ergonomics is the study of humans of at work with the primary goal being adapt the work environment to the worker .The objective is to generate working conditions that are not hazardous to human health, to prevent soft tissue injuries and musculoskeletal disorders (MSD) caused by sudden or sustained exposure to force, vibration, repetitive motion and awkward posture. The need for ergonomics is to improve job effectiveness by increasing productivity, reducing errors, and increasing job satisfaction through comfortable conditions. Ergonomics is "Adjustment of human and machine ". Tools, machines and workstation are designed to fit the work to reduce the stress and health problems .The science of Ergonomics is set on the four pillars namely anthropometry(body size and measurements),biomechanics(musculoskeletal activities and forces exerted),physiology and industrial psychology.	1 1
20	एर्गोनॉमिक्स मानव से क्या संबंधित है क.आराम ख.सुरक्षा के रूप में ग.) दोनों 'क' और 'ख' घ.उपरोक्त में से कोई नहीं Ergonomics is related to human a) Comfort b) Safety C) Both ' a' and 'b' d)None of the above	1
21	निम्नलिखित विषय एर्गोनॉमिक्स से संबंधित हैं क मानवमिति(एंथ्रोपोमेट्री) ख. शरीर विज्ञान (फिजियोलॉजी) आकलन ग. मनोविज्ञान घ. उपरोक्त सभी The following subject (s) is related to Ergonomics a. Anthropometry b. Physiology Assessment	

docs.aglasem.com

aglasem.com

	c Psychology d .All of the above एर्गोनॉमिक्स की आवश्यकता नौकरी की प्रभावशीलता में सुधार करना है क. उत्पादकता में वृद्धि करके ख. उत्पादकता कम करके ग. त्रुटियों को बढ़ाकर घ.नौकरी से संतुष्टि कम करके Ergonomics is to improve job effectiveness by a. By increasing productivity b. By decreasing productivity c. By increasing errors d. By decreasing job satisfaction **Or** जैव- यांत्रिकी (बायोमैकेनिक्स) क्या है? क. पैशी-कंकाली (मस्कुलोस्केलेटल)गतिविधियाँ और बल लगाए गए ग.शरीर का आकार और माप ग. शरीर क्रिया विज्ञान घ. औद्योगिक मनोविज्ञान Biomechanics is a. Musculoskeletal activities and forces exerted b. Body size and measurements c. Physiology d. Industrial Psychology	
22	संशोधित आहारों के बारे में संक्षेप में लिखिए। . Write briefly about modified diets. OR संतुलित आहार के महत्व का उल्लेख कर Mention the importance of balanced diet	2
23		2

docs.aglasem.com

aglasem.com

	भोजन को खराब करने वाले दो जीवों के नाम लिखिए। सूक्ष्मजीवी वृद्धि को प्रभावित करने वाले दो कारक लिखिए Name two organisms that cause food spoilage. Write two factors influencing microbial growth	
24	मोहन के पिता जिनका पाचन तंत्र पोषक तत्वों को पर्याप्त रूप से अवशोषित नहीं कर पाते है। डॉक्टर द्वारा सुझाए गए आहार मार्ग और उसकी विशेषताओं का उल्लेख करें। .Mohan's father whose digestive tract cannot absorb nutrients adequately. Mention the feeding route suggested by the doctor and its characteristics. 0r रितु बारहवीं के बाद चिकित्सा पोषण विशेषज्ञ और प्रत्येक आहार विशेषज्ञ मे करियर अपनाना चाहती हैं। इस संदर्भ में आपको उसका मार्गदर्शन करना चाहिए कि वह खुद को कैसे तैयार कर सकती है? Ritu wants to adopt the career of a medical nutritionist and dietitian after class twelve. In this context, you should guide her how can she prepare herself	2
25	सी.ए.आर.ए. क्या है? इसके कार्य लिखिए। What is C.A.R.A ? Write its function.	2
26	संस्थागत कार्यक्रम के तहत दो बाल गृहों का उल्लेख करें और प्रत्येक की विशेषताओं का उल्लेख करें। Mention two children's homes under the institutional programme and mention characteristics each.	2

27	FSSAI के दो उद्देश्य लिखिए Write two objectives of FSSAI	2

docs.aglasem.com

aglasem.com

28	सोहन के पिता जो बीमार हैं, लेकिन भोजन को चबानेओर निगलने में कोई मुश्किल नही है और पोषक तत्वों को पर्याप्त रूप से पचाते और अवशोषित कर सकते हैं। डॉक्टर द्वारा सुझाए गए सर्वोत्तम आहार मार्ग का नाम और उसकी विशेषताओं का उल्लेख करें। Sohan's father who is sick but can chew, swallow the food ,digests and absorbs the nutrients adequately as well. Mention the name of the best feeding route suggested by the doctor and its characteristics.	3
29	हमारे देश में संचालित प्रत्येक तीन युवा तथा वृद्ध कार्यक्रमों की सूची बनाइए। Enlist each any three youth and elderly programs operating in our country.	3
30	आपके मित्र ने बाजार से घर के लिए खाद्य पदार्थ खरीदे और कुछ खाद्य में संकट पाए। दो उदाहरणों के साथ भोजन में दो प्रकार के खतरों का उल्लेख करें और उन्हें सलाह दें कि विभिन्न प्रथाओं/उपायों के माध्यम से सुरक्षा और गुणवत्ता कैसे सुनिश्चित की जा सकती है। किन्हीं दो पर संक्षेप में चर्चा कीजिए। Your friend bought the food items from the market to home and found some food hazards .Mention the two types of hazards in food with two examples and advise him how Safety and Quality can be ensured through various practices/measures. Discuss briefly any two.	4
31	आपकी बहन कल सड़क किनारे एक विक्रेता से कडी चावल खाने बाजार गई थी। अगले ही दिन वह बीमार थी, पेट में गंभीर समस्या थी, उल्टी हो रही थी और बुखार। लक्षणों के दो कारणों का उल्लेख करें और उन्हें समझाएं कि खाद्य सुरक्षा और गुणवत्ता वैश्विक चिंता का विषय क्यों हैं? . Your sister went to market yesterday to eat kadi chawal from a roadside vendor. She was sick on the very next day and had severe stomach problems , vomiting and fever.	4

docs.aglasem.com

aglasem.com

	Mention the two causes of symptoms and explain to her why food Safety and Quality are of global concern?	
32	.बच्चों और युवाओं के लिए संस्थानों और कार्यक्रमों के प्रबंधन में करियर बनाने के लिए चार ज्ञान और कौशल की सूची बनाएं। List two knowledge and skills in order to pursue a career in management of institutions and programmes each for children and youth.	4
33	खाद्य सुरक्षा, गुणवत्ता और सुरक्षा को बढ़ाने में किस संगठन ने महत्वपूर्ण भूमिका निभाई है। संक्षेप में वर्णन करें Which organizations have played a key role in enhancing food safety quality and security. Describe briefly	4
34	सार्वजनिक पोषण कार्यक्रम का मुकाबला करने के लिए अपनाई जा सकने वाली विभिन्न रणनीतियों की चर्चा करें। .Discuss the various strategies that can be adopted to combat the public nutrition Programme.	5
35	आपकी माँ मांस/मछली को सुखाकर ठीक करती है और घर में जैम और अचार बनाकर सब्जियों और फलों को परिरक्षित करती है। परिरक्षण की तीन विधियों के नाम लिखिए और शेल्फ लाइफ बढ़ाने के लिए खाद्य प्रसंस्करण में बुनियादी अवधारणाओं और आवश्यकता की व्याख्या कीजिए। .Your mother cures the meat/fish by drying and preserves the vegetables and fruits by making jams and Pickles at home. Name the three methods of preservation and explain the basic concepts and need in food processing to extend shelf life या नीचे उन खाद्य पदार्थों की सूची दी गई है जिन्हें आपने बाजार से खरीदा है।	5

docs.aglasem.com

aglasem.com

	तिलहन और चावल, फल, सब्जियां, और आलू, दालें और जैम और स्क्वैश, दूध, दही और मछली/मांस । खाद्य पदार्थों को उनके शेल्फ जीवन/खराब होने के आधार पर चार समूहों में वर्गीकृत करें और उनकी जीवन प्रत्याशा का भी उल्लेख करें Below is a list of foods you have bought from the market. Oil seeds and rice ,fruits , vegetables ,and potatoes, pulses and jam and squashes ,milk ,curd and fish/meat. Classify the foods on the basis of their shelf life/perishability into four groups and also mention their life expectancy	
36	"आई.सी.टी विकास, संचार और लोगों को सूचित करने के भविष्य के वाहन हैं" इस कथन का पांच कारणों से उल्लेख करें। . "ICTs are the future vehicles of development, communication and informing people " Mention this statement with five reasons .	5

docs.aglasem.com

aglasem.com

Sample Papers

- CBSE Sample Papers
- ICSE / ISC Board Sample Papers
- AP Board Sample Papers
- Assam Board Sample Papers
- Bihar Board Sample Papers
- Chhattisgarh Board Sample Papers
- Goa Board Sample Papers
- Gujarat Board Sample Papers
- Haryana Board Sample Papers
- HP Board Sample Papers
- J&K State Board Sample Papers
- Jharkhand Board Sample Papers
- Karnataka Board Sample Papers
- Kerala Board Sample Papers

Sample Papers

- MP Board Sample Papers
- Maharashtra Board Sample Papers
- Manipur Board Sample Papers
- Mizoram Board Sample Papers
- Orissa Board Sample Papers
- Punjab Board Sample Papers
- Rajasthan Board Sample Papers
- Tamil Nadu Board Sample Papers
- Telangana State Board Sample Papers
- Tripura Board Sample Papers
- UP Board Sample Papers
- Uttarakhand Board Sample Papers
- West Bengal Board Sample Papers

