Marking Scheme
Strictly Confidential
(For Internal and Restricted use only)
Secondary School Examination, 2024
SUBJECT NAME -HOME SCIENCE (SUBJECT CODE -064) (PAPER CODE-37)

General Instructions: -

1.	You are aware that evaluation is the most important process in the actual and correct assessment of the candidates. A small mistake in evaluation may lead to serious problems which may affect the future of the candidates, education system and teaching profession. To avoid mistakes, it is requested that before starting evaluation, you must read and understand the spot evaluation guidelines carefully.
2.	**"Evaluation policy is a confidential policy as it is related to the confidentiality of the examinations conducted, evaluation done and several other aspects. Its' leakage to public in any manner could lead to derailment of the examination system and affect the life and future of millions of candidates. Sharing this policy/document to anyone, publishing in any magazine and printing in News Paper/Website, etc. may invite action under various rules of the Board and IPC."**
3.	Evaluation is to be done as per instructions provided in the Marking Scheme. It should not be done according to one's own interpretation or any other consideration. Marking Scheme should be strictly adhered to and religiously followed. **However, while evaluating, answers which are based on latest information or knowledge and/or are innovative, they may be assessedfor their correctness otherwise and due marks be awarded to them. In class-X, while evaluating two competency-based questions, please try to understand given answer and even if reply is not from marking scheme but correct competency is enumerated by the candidate, due marks should be awarded.**
4.	The Marking scheme carries only suggested value points for the answers These are in the nature of Guidelines only and do not constitute the complete answer. The students can have their own expression and if the expression is correct, the due marks should be awarded accordingly.
5.	The Head-Examiner must go through the first five answer books evaluated by each evaluator on the first day, to ensure that evaluation has been carried out as per the instructions given in the Marking Scheme. If there is any variation, the same should be zero after deliberation and discussion. The remaining answer books meant for evaluation shall be given only after ensuring that thereis no significant variation in the marking of individual evaluators.
6.	Evaluators will mark (√) wherever answer is correct. For wrong answer CROSS 'X" be marked. Evaluators will not put right (✓) while evaluating which gives an impression that answer is correct and no marks are awarded. **This is most common mistake which evaluators are committing.**
7.	If a question has parts, please award marks on the right-hand side for each part. Marks awarded for different parts of the question should then be totaled up and written in the left-hand margin and encircled. This may be followed strictly.
8.	If a question does not have any parts, marks must be awarded in the left-handmargin and encircled. This may also be followed strictly.
9.	If a student has attempted an extra question, answer of the question deserving more marks should be retained and the other answer scored out with a note **"Extra Question"**.
10.	No marks to be deducted for the cumulative effect of an error. It should be penalized only once.

11.	A full scale of marks **70**(example 0 to 80/70/60/50/40/30 marks as given in Question Paper) has to be used. Please do not hesitate to award full marks if the answer deserves it.
12.	Every examiner has to necessarily do evaluation work for full working hours i.e., 8 hours every day and evaluate 20 answer books per day in main subjects and 25 answer books per day in other subjects (Details are given in Spot Guidelines). This is in view of the reduced syllabus and number of questions in question paper.
13.	Ensure that you do not make the following common types of errors committed by the Examiner in the past: - ● Leaving answer or part there of unassessed in an answer book. ● Giving more marks for an answer than assigned to it. ● Wrong totaling of marks awarded on an answer. ● Wrong transfer of marks from the inside pages of the answer book to the title page. ● Wrong question wise totaling on the title page. ● Wrong totaling of marks of the two columns on the title page. ● Wrong grand total. ● Marks in words and figures not tallying/not same. ● Wrong transfer of marks from the answer book to online award list. ● Answers marked as correct, but marks not awarded. (Ensure that the right tick mark is correctly and clearly indicated. It should merely be a line.Same is with the X for incorrect answer.) ● Half or a part of answer marked correct and the rest as wrong, but no marks awarded.
14.	While evaluating the answer books if the answer is found to be totally incorrect, it should be marked as cross (X) and awarded zero (0) Marks.
15.	Any un assessed portion, non-carrying over of marks to the title page, or totaling error detected by the candidate shall damage the prestige of all the personnel engaged in the evaluation work as also of the Board. Hence, in orderto uphold the prestige of all concerned, it is again reiterated that the instructions be followed meticulously and judiciously.
16.	The Examiners should acquaint themselves with the guidelines given in the "**Guidelines for spot Evaluation**" before starting the actual evaluation.
17.	Every Examiner shall also ensure that all the answers are evaluated, marks carried over to the title page, correctly totaled and written in figures and words.
18.	The candidates are entitled to obtain photocopy of the Answer Book on requeston payment of the prescribed processing fee. All Examiners/Additional Head Examiners/Head Examiners are once again reminded that they must ensure that evaluation is carried out strictly as per value points for each answer as given in the Marking Scheme.

CLASS X HOME SCIENCE (2023-2024)

MARKING SCHEME

Q. No.	EXPECTED ANSWER/ VALUE POINTS	Marks
	SECTION A (OBJECTIVE TYPE QUESTIONS)	
1.	(B) Dovetailing	**1**
2.	(B)To keep the food germ free	**1**
3.	(C) By Colour and Smell	**1**
4.	(D) Light activities: Jogging, Sweeping	**1**
5.	(A) Chalk	**1**
6.	(a) (B) Cognitive development **OR** (b) (C) 5 to 6 years	**1** **OR** **1**
7.	(A) (iii),(i),(iv),(ii)	**1**
8.	(A) 1-(iv),2-(iii),3-(i),4-(ii)	**1**
9.	(D) 1-(iii),2-(i),3-(iv),4-(ii)	**1**
10.	(B) (i) and (iii)	**1**
11.	(C) (i) and (iv)	**1**
12.	(C) Assertion (A) is true, but Reason (R) is false.	**1**
13.	(B) Both Assertion (A) and Reason (R) are true, but Reason(R) is not the correct explanation of Assertion (A).	**1**
	Case study-based questions	
14.	(D) 2006	**1**
15.	(A) 1-(ii),2-(iv),3-(i),4-(iii)	**1**
16.	**Note- Only Food Safety Standards- FSSAI is included in the syllabus. One mark should be awarded for attempting the question.**	**1**
17.	(a) (B) Ensures quality and safety of products **OR** (b) (A) Offering discounts on low quality food products	**1** **OR** **1**
18.	(D) Mustard Oil	**1**
	SECTION B (SHORT ANSWER QUESTIONS)	
19.	**Which are the four areas in the kitchen that need to be cleaned on a weekly basis?** **Four areas in the kitchen that need to be cleaned on a weekly basis –** 1. Gas stove 2. Kitchen slab 3. Exhaust fan/ chimney 4. Kitchen sinks/ drains 5. Kitchen dustbin 6. Kitchen walls/ tiles 7. Kitchen electrical appliances such as mixer-grinder, microwave, oven, refrigerator, etc. 8. Kitchen windows/ doors 9. Kitchen storage spaces/ cupboards/ drawers/ shelves 10. Kitchen flooring **Any other, Any four**	**½X4=2**

20.	**(a) Enlist any two features of emotional development in early childhood.** **Two features of emotional development in early childhood –** 1. Have imaginary friends 2. Develop empathy/ Understand others' feelings 3. Can not control their impulses 4. Can not hide their emotions 5. May throw tantrums 6. Emotions are transitory (change rapidly) and unpredictable 7. Develop a sense of humour / Make others laugh 8. Use emotions as a form of communication **Any other, Any two** **OR** **(b) Enumerate any two activities of motor development seen in a 3 to 6-year-old child.** **Two activities of motor development seen in a 3 to 6-year-old child –** 1. Walks up and down the stairs like an adult 2. Rides tricycle/ bicycle 3. Balances on tip toe 4. Opens/ Fastens large buttons/ snap buttons 5. Folds/ Tears paper 6. Grasps small objects 7. Catches/ Throws ball 8. Use scissors for cutting 9. Draws tadpole pictures/ simple drawings-shape/ object 10. Pours liquid in containers 11. Runs with speed/ Skips/ Jumps 12. Ties laces 13. Strings beads/ Makes small shapes from clay or sand/ Builds objects with blocks 14. Dances/ Swims 15. Writes/ Colours/ Paints 16. Feeds him/herself **Any other, Any two**	**1X2=2** **OR** **1X2=2**
21.	**Your 70-year-old grandmother has come to stay with you for a few days. Which four points will you take care of while preparing meals for her?** **Four points to be considered while preparing meals for 70-year-old grandmother -** 1. Nutritious/ Balanced meals 2. Decrease the intake of calories 3. Increase the intake of micronutrients/ fibre 4. Light and digestible food 5. Soft and chewable food 6. Bland/ Lightly seasoned food 7. Avoid fried foods / processed foods 8. Reduce the intake of salt/ sugar 9. Reduce the intake of tea/ coffee 10. Prefer seasonal fruits and vegetables **Any other, Any four**	**½X4=2**

22.	**State any two advantages of having leisure time in the daily routine of an individual.** **Two advantages of having leisure time in the daily routine of an individual -** 1. Give rest to the body 2. Breaks the monotony/ boredom of the hectic routine 3. Refreshes the body physically/ mentally/ emotionally 4. Manages peak work load period 5. Reduces stress/ tension 6. Helps to engage in recreational activities/ hobbies **Any other, Any two**	**1X2=2**
23.	**Kesari dal is often used as a food adulterant.** **(i) Which two food stuffs are adulterated with this?** **Two food stuffs adulterated with Kesari dal –** 1. Channa dal 2. Arhar dal 3. Besan **Any other, Any two** **(ii) Mention any one ill effect on health after consuming it.** **One ill effect on health after consuming Kesari dal-** 1. Lathyrism 2. Paralysis 3. Crippling of lower limbs 4. Pain in lower limbs **Any other, Any one**	**½X2=1** **1**
24.	**Write any two reasons why prices of products vary in one shop as compared to another shop.** **Two reasons why prices of products vary in one shop as compared to another shop –** 1. High rent 2. Location of shop 3. Regional and seasonal availability of products 4. Variation in transportation cost 5. Extra overhead expenses/ Lights/ AC / Cost of decoration 6. Selling loose items/ Goods without labels 7. Prices of products are not fixed/ Shopkeepers charge more than MRP 8. Variation in quality of products 9. Type of shop (wholesale or retail) **Any other, Any two**	**1X2=2**

25.	**(a) Name two reagents you will use to remove tea stains on your white cotton table cloth.** **Two reagents used to remove tea stains from white cotton table cloth –** 1. Glycerine 2. Alkaline Reagent-Ammonia/ Borax/ Baking soda **Any other, Any two** **OR** **(b)Which two reagents can be used to remove a ball pen stain on a white cotton school uniform of a child?** **Two reagents used to remove a ball pen stain from white cotton school uniform –** 1. Methylated spirit 2. White petrol 3. Kerosene oil 4. Turpentine oil **Any other, Any two**	**1X2=2** **OR** **1X2=2**
26.	**Residents of a housing society experienced that a fruit and vegetable seller coming to their locality is deceiving them. Which six malpractices may he be using to cheat them?** **Six malpractices used by fruit and vegetable seller to cheat –** 1. Charges high price 2. Sells rotten/ stale fruits and vegetables 3. Sells fruits and vegetables coated with harmful dyes/ colours/ chemicals 4. Use of defective weights and measures/ faulty weights/ incorrect weights 5. Uses hollow bottom weights/ Weights and measures without standard mark 6. Places magnet under pan of weighing balance 7. Pointers of weighing scale are missing/ not set at zero 8. Using irregular weights/ bricks for weighing 9. Iron rings are hung on one side of weighing balance 10. Weighing balance doesn't remain horizontal/ kept on tilted surface **Any other, Any six**	**½X6=3**
27.	**(a) Zainab switched her job from night shift to morning shift. You have advised her to make a time plan for the new work timings. Explain to her the various steps of making a time plan.** **Various steps of making a time plan –** 1. Listing all the activities 2. Grouping flexible and inflexible(fixed)activities 3. Estimating/ Allotting the time required for performing each activity 4. Balance the time plan 5. Evaluate the time plan **Any other, Any three**	**1X3=3**

	OR **(b)Mrs. and Mr. Kumar have to prepare and serve food to guests coming for their daughter's birthday party. Suggest to them any three ways by which they can simplify their work.** **Three ways by which work can be simplified –** 1. Break the task into smaller activities 2. Improve the sequence of doing work/ Perform activities in a better order 3. Cut all extra/ unnecessary movements 4. Be more skilled at your work 5. Dovetailing 6. Work at proper height 7. Keep things near the place of use 8. Use the correct posture 9. Conducive workplace 10. Systematic storage 11. Use labour saving devices 12. Use readymade items/ products **Any other, Any three**	**OR** **1X3=3**
28.	**(a) What is meant by a stain? Name the five categories of stains.** Stain is unwanted mark of discolouration on a fabric/ Discolouration on fabric which may either be absorbed or held chemically between the fibres/ Discolouration on a fabric caused due to contact with another substance. **Any other, Any one definition** **Five categories of stains -** 1. Animal stains 2. Grease/Oil stains 3. Dye stains 4. Mineral stains 5. Vegetable stains 6. Miscellaneous stains **Any five**	**½** **½X5=2½**
	OR **(b)List any three precautions which should be taken while removing stains.** **Three precautions to be taken while removing stains-** 1. Remove the stain when it is fresh 2. Identify the stain by colour/ smell/ feel 3. Fabric should be examined and identified 4. Effects of chemical should be tested on a hidden corner of the fabric 5. Chemical should be applied from the back of the stained fabric 6. Stain removal should proceed from simple to complex process 7. Several mild applications of a reagent should be preferred over one strong application 8. Stain removal should be worked in a circular movement starting from outer edge to centre 9. All the reagents should be neutralized 10. Traces of chemicals from the fabric should be rinsed immediately **Any other, Any three**	**OR** **1X3=3**

29.	**Describe how play is important for child's growth and development, by giving three reasons.** **Three reasons how play is important for child's growth and development-** 1. Helps in physical development/ Increases height and weight 2. Improves blood circulation 3. Child becomes stronger/ fit 4. Helps to develop social skills 5. Improves motor development 6. Helps to develop eye-hand co-ordination 7. Stimulates cognitive development 8. Child learns about new objects/ explores environment 9. Child learns to share 10. Child learns to wait for his/ her turn 11. Child learns to control/ regulate emotions 12. Learns qualities like honesty/ sportsmanship/ leadership/ team spirit/ decision making/ problem solving 13. Follows rules and regulations 14. Helps to build imagination/ creativity/ innovation 15. Language development/ Increase in vocabulary 16. Encourages independence **Any other, Any three**	**1X3=3**
	SECTION C (Long Answer Questions)	
30.	**15- year- old Yashleen got very angry when her parents refused to give her permission for going to a party. What could be the four reasons for such behavior in adolescents?** **Four reasons for such behavior in adolescents-** 1. Difference in opinion/ Disagreement with parents 2. Hormonal changes/ Mood swings 3. Lack of maturity 4. Unable to cope with stress/ peer pressure/ academic pressure/ societal pressure/ media pressure 5. Need for independence/ privacy 6. Parents may be authoritative 7. Parents are concerned with safety and security of adolescents 8. Communication gap between parents and adolescents 9. Gender discrimination **Any other, Any four**	**1X4=4**
31.	**Sarthak has been working on a project for the past six months and is now losing interest and motivation to pursue it further.** **(i) Identify the type of fatigue he is experiencing.** **Type of fatigue-** Psychological/ Mental- Boredom/ Frustration **Any one**	**1**

	(ii) Predict any one reason of this type of fatigue. **Reason for this fatigue-** 1. Monotonous and boring work 2. Lack of motivation 3. Unclear goals 4. Uncomfortable work environment 5. Lack of appreciation/ recognition 6. Working without interest 7. Lack of experience 8. Continuous criticism 9. Too much interference/ Lack of freedom/ flexibility 10. Unclear instructions 11. Not getting desired results 12. Long working hours **Any other, Any one** **(iii) Advise him any two ways of reducing this fatigue.** **Two ways of reducing this fatigue-** 1. Set small goals 2. Take rest/ Proper sleep 3. Make work more interesting 4. Create conducive work environment 5. Use proper equipment/ devices 6. Develop skills at work 7. Maintain positive attitude 8. Use resources efficiently 9. Refresh/ Rejuvenate through activities of interest-Yoga, Meditation, etc. **Any other, Any two**	**1** **1X2=2**
32.	**(a) Food hygiene includes cleanliness in preparation, cooking and serving food.** **(i) In this regard, give two reasons why cleanliness of cooking utensils is essential.** **Two reasons why cleanliness of cooking utensils is essential-** 1. Reduces the chances of food contamination/ food spoilage/ food poisoning 2. Eliminates harmful germs/ pathogens 3. Minimizes the risk of food borne illnesses / cross-contamination 4. Burnt/ Dirty/ Rusted utensils can deteriorate the quality of food **Any other, Any two** **(ii) Which two points will you consider while selecting fresh and packaged food to maintain food hygiene?**	**1X2=2**

	Two points to be considered while selecting fresh and packaged food to maintain food hygiene- 1. Buy food from reliable and recognized shop 2. Select food that is not rotten/ blemished/ insect infected/ expired/ has foul odour 3. Don't buy defective packaged food 4. Read the label carefully/ Check the standardized mark 5. Prefer seasonal foods 6. Do not buy pre-cut fruits and vegetables **Any other, Any two**	**1X2=2**
	OR	**OR**
	(b) Maintaining kitchen hygiene is essential to protect ourselves from various diseases. In reference to this, suggest any two ways for each of the following: **(i) Personal hygiene of a chef** 1. Bathe daily 2. Wear clean washable and light coloured apron 3. Nails should be unpainted and trimmed 4. Wear covered shoes 5. Rings/ Jewellery/ Watches should not be worn 6. Hair should be free from dandruff/ lice and tied and covered 7. If suffering from any kind of diseases such as common cold, boils, skin diseases, etc. should not enter the kitchen 8. Wash hands before beginning the kitchen work and after using washroom, handling raw meat, vegetables, etc. 9. Do not scratch hair/ pick nose 10. Taste the food with spoon/ Do not lick fingers 11. Cuts/ wounds must be covered with water proof dressing **Any other, Any two**	**1X2=2**
	(ii) Hygiene during food storage in a fridge 1. Refrigerator should be set at right temperature (1°C to 4 °C) / its door should be closed 2. All foods should be covered with tight fitting lids to prevent cross contamination 3. Once a food can is opened, its contents should be transferred to a glass jar to prevent any reaction 4. Perishable foods should be refrigerated within 2 hours of purchase 5. Raw and cooked food should be stored separately 6. There should be no spills in refrigerator 7. First in first out (FIFO) should be followed 8. Foods which absorb flavours should be stored away from those that give strong off flavours 9. Do not overload refrigerator 10. Check and throw away stale/ expired food 11. Refrigerator should be cleaned regularly with clean/sanitized duster/avoid using harsh cleaners **Any other, Any two**	**1X2=2**

33.	**"Ability to creatively use leftover food items in the kitchen is important in the meal planning process."** **(i) In support of the above statement, explain any other three importance of meal planning.** **Three importance of meal planning-** It helps to- 1. plan nutritious meals 2. save nutrients 3. introduce flexibility 4. save time/ energy/ fuel 5. give a feeling of fullness and satisfaction/ satiety value 6. make food attractive and appealing 7. incorporate variety 8. plan meals within family budget 9. plan meals according to likes and dislikes of an individual **Any other, Any three** **(ii) Provide any two ways of utilising leftover rice the next day.** **Two ways of utilising leftover rice-** Can be used to prepare- Fried rice/ Biryani/ Pulao/ Lemon rice/ Curd rice/ Pudding/ Kheer/ Phirni / Khichdi/ Idli / Dosa/ Appe/ Paniyaram/ Stuffing for a parantha/ Cutlet **Any other, Any two**	**1X3=3** **½X2=1**
34.	**Your sister has purchased a silk scarf. Silk is a delicate natural fibre so it needs careful handling.** **(i) Recommend to her four tips for the proper storage of the silk scarf.** **Four tips for the proper storage of the silk scarf-** It should be- 1. checked for any possible stains 2. de-starched before storing 3. free from pins, buckles etc. before storing 4. properly aired 5. not folded immediately after being worn 6. dry cleaned before storing 7. protected from light 8. wrapped in clean muslin cloth/ newspaper 9. stored with naphthalene balls or flakes/ camphor/ dried neem leaves 10. stored in dry (moisture free) / airtight space **Any other, Any four** **(ii) Which finishing agent should she use to bring shine and a crisp look in the scarf?** 1. Gum/Gum Arabic 2. Vinegar **Any one**	**1X4=4** **1**

35.	**(a) Aftab is a fisherman residing in a coastal area with his wife and two school- going children. Based on this situation, answer the following questions:** **(i) What are the two factors that will affect his family's meal planning?** **Two factors that will affect his family's meal planning-** 1. Age 2. Sex/ Gender 3. Climate 4. Occupation/ Activity 5. Cost of food items 6. Number of family members 7. Occasion 8. Availability of food 9. Family traditions and culture 10. Likes and dislikes 11. Physiological conditions of family members 12. Family income/ budget **Any other, Any two** **(ii) Which two points should his family consider while selecting food for their children's tiffin?** **Points to be considered while selecting food for their children's tiffin-** 1. Balanced/ Nutritious food 2. Locally available seasonal food 3. Fresh food 4. Not messy/ Easy to eat 5. Non- greasy 6. Have satiety value 7. Have variety 8. Attractive 9. Avoid too much of spices/ sweets/ fried food/ processed food/ junk food **Any other, Any two** **(iii) Suggest a low-cost nutritious food that this family can include in their diet.** **A low-cost nutritious food that this family can include in their diet-** 1. Fish and other sea foods 2. Rice 3. Coconut 4. Seasonal and locally available food items **Any other, Any one** **OR**	**1X2=2** **1X2=2** **1** **OR**

(b) Your mother has cooked pumpkin halwa with lots of dry fruits added in it.

(i) Identify any two food groups found in this dish.

Food groups found in pumpkin halwa- **1X2=2**

1. Milk, Egg and Meat products
2. Fruits and Vegetables
3. Fats and Sugars

Any two

(ii) Write any one nutrient provided by each of the above food groups.

Food Groups	Nutrients
Milk, Egg and Meat products	Proteins, Calcium, Vitamin A, Vitamin B12, Riboflavin, Fats
Fruits and Vegetables	Vitamins, Minerals, Fibre
Fats and Sugars	Carbohydrates, Fats, Essential fatty acids

1X2=2

Any one nutrient for each of the two food groups answered in above part of the question

(iii) Which food group is not present in this dish? **1**

1. Cereals, Grains and their products
2. Pulses and Legumes

Any one

Marking Scheme
Strictly Confidential
(For Internal and Restricted use only)
Secondary School Examination, 2024
SUBJECT NAME -HOME SCIENCE (SUBJECT CODE -064) (PAPER CODE-37)

General Instructions: -

1.	You are aware that evaluation is the most important process in the actual and correct assessment of the candidates. A small mistake in evaluation may lead to serious problems which may affect the future of the candidates, education system and teaching profession. To avoid mistakes, it is requested that before starting evaluation, you must read and understand the spot evaluation guidelines carefully.
2.	**"Evaluation policy is a confidential policy as it is related to the confidentiality of the examinations conducted, evaluation done and several other aspects. Its' leakage to public in any manner could lead to derailment of the examination system and affect the life and future of millions of candidates. Sharing this policy/document to anyone, publishing in any magazine and printing in News Paper/Website, etc. may invite action under various rules of the Board and IPC."**
3.	Evaluation is to be done as per instructions provided in the Marking Scheme. It should not be done according to one's own interpretation or any other consideration. Marking Scheme should be strictly adhered to and religiously followed. **However, while evaluating, answers which are based on latest information or knowledge and/or are innovative, they may be assessedfor their correctness otherwise and due marks be awarded to them. In class-X, while evaluating two competency-based questions, please try to understand given answer and even if reply is not from marking scheme but correct competency is enumerated by the candidate, due marks should be awarded.**
4.	The Marking scheme carries only suggested value points for the answers These are in the nature of Guidelines only and do not constitute the complete answer. The students can have their own expression and if the expression is correct, the due marks should be awarded accordingly.
5.	The Head-Examiner must go through the first five answer books evaluated by each evaluator on the first day, to ensure that evaluation has been carried out as per the instructions given in the Marking Scheme. If there is any variation, the same should be zero after deliberation and discussion. The remaining answer books meant for evaluation shall be given only after ensuring that thereis no significant variation in the marking of individual evaluators.
6.	Evaluators will mark (√) wherever answer is correct. For wrong answer CROSS 'X" be marked. Evaluators will not put right (✓) while evaluating which gives an impression that answer is correct and no marks are awarded. **This is most common mistake which evaluators are committing.**
7.	If a question has parts, please award marks on the right-hand side for each part. Marks awarded for different parts of the question should then be totaled up and written in the left-hand margin and encircled. This may be followed strictly.
8.	If a question does not have any parts, marks must be awarded in the left-handmargin and encircled. This may also be followed strictly.
9.	If a student has attempted an extra question, answer of the question deserving more marks should be retained and the other answer scored out with a note **"Extra Question"**.
10.	No marks to be deducted for the cumulative effect of an error. It should be penalized only once.

11.	A full scale of marks **70**(example 0 to 80/70/60/50/40/30 marks as given in Question Paper) has to be used. Please do not hesitate to award full marks if the answer deserves it.
12.	Every examiner has to necessarily do evaluation work for full working hours i.e., 8 hours every day and evaluate 20 answer books per day in main subjects and 25 answer books per day in other subjects (Details are given in Spot Guidelines). This is in view of the reduced syllabus and number of questions in question paper.
13.	Ensure that you do not make the following common types of errors committed by the Examiner in the past: - ● Leaving answer or part there of unassessed in an answer book. ● Giving more marks for an answer than assigned to it. ● Wrong totaling of marks awarded on an answer. ● Wrong transfer of marks from the inside pages of the answer book to the title page. ● Wrong question wise totaling on the title page. ● Wrong totaling of marks of the two columns on the title page. ● Wrong grand total. ● Marks in words and figures not tallying/not same. ● Wrong transfer of marks from the answer book to online award list. ● Answers marked as correct, but marks not awarded. (Ensure that the right tick mark is correctly and clearly indicated. It should merely be a line.Same is with the X for incorrect answer.) ● Half or a part of answer marked correct and the rest as wrong, but no marks awarded.
14.	While evaluating the answer books if the answer is found to be totally incorrect, it should be marked as cross (X) and awarded zero (0) Marks.
15.	Any un assessed portion, non-carrying over of marks to the title page, or totaling error detected by the candidate shall damage the prestige of all the personnel engaged in the evaluation work as also of the Board. Hence, in orderto uphold the prestige of all concerned, it is again reiterated that the instructions be followed meticulously and judiciously.
16.	The Examiners should acquaint themselves with the guidelines given in the "**Guidelines for spot Evaluation**" before starting the actual evaluation.
17.	Every Examiner shall also ensure that all the answers are evaluated, marks carried over to the title page, correctly totaled and written in figures and words.
18.	The candidates are entitled to obtain photocopy of the Answer Book on requeston payment of the prescribed processing fee. All Examiners/Additional Head Examiners/Head Examiners are once again reminded that they must ensure that evaluation is carried out strictly as per value points for each answer as given in the Marking Scheme.

दसवीं कक्षा गृह विज्ञान (2023-2024)

अंक योजना

क्र.सं	अपेक्षित उत्तर/ महत्वपूर्ण बिंदु	अंक
	खण्ड क (वस्तुनिष्ठ प्रकार के प्रश्न)	
1.	(B) सामंजस्य(डवटेलिंग)	**1**
2.	(B) भोजन को कीटाणुरहित रखने के लिए	**1**
3.	(C) रंग और गंध से	**1**
4.	(D) हल्की गतिविधियाँ: जॉगिंग, झाड़ू लगाना	**1**
5.	(A) चॉक	**1**
6.	(a)(B) ज्ञानात्मक विकास **अथवा** (b) (C) 5 से 6 वर्ष	**1** **अथवा** **1**
7.	(A) (iii),(i),(iv),(ii)	**1**
8.	(A) 1-(iv),2-(iii),3-(i),4-(ii)	**1**
9.	(D) 1-(iii),2-(i),3-(iv),4-(ii)	**1**
10.	(B) (i) और (iii)	**1**
11.	(C) (i) और (iv)	**1**
12.	(C) अभिकथन (A) सही है, लेकिन कारण (R) गलत है ।	**1**
13.	(B) अभिकथन (A) और कारण (R) दोनों सही हैं, लेकिन कारण (R), अभिकथन (A) की सही व्याख्या नहीं है।	**1**
	केस स्टडी -आधारित प्रश्न	
14.	(D) 2006	**1**
15.	(A) 1-(ii),2-(iv),3-(i),4-(iii)	**1**
16.	**नोट – केवल भारतीय खाद्य सुरक्षा और मानक प्राधिकरण (FSSAI) पाठ्यक्रम में है ,अतः प्रयास के लिए एक अंक दिया जाना चाहिए ।**	**1**
17.	(क) (B) वस्तुओं की गुणवत्ता और सुरक्षा सुनिश्चित करता है **अथवा** (ख) (A) निम्न गुणवत्ता के खाद्य पदार्थों पर छूट प्रदान करना	**1** **अथवा** **1**
18.	(D) सरसों का तेल	**1**
	खण्ड ख (लघु उत्तरीय प्रश्न)	
19.	**रसोईघर के वे कौन- से चार क्षेत्र हैं जिन्हें साप्ताहिक आधार पर साफ़ करना चाहिए?** **रसोईघर के चार क्षेत्र जिन्हें साप्ताहिक आधार पर साफ़ करना चाहिए-** 1. गैस चूल्हा 2. रसोईघर की स्लैब 3. निकासी पंखा/ चिमनी 4. रसोईघर का सिंक/ नालियाँ	**½X4=2**

	5. रसोईघर का कूड़ेदान 6. रसोईघर की दीवारें/ टाइलें 7. रसोईघर में प्रयोग होने वाले बिजली के उपकरण जैसे मिक्सी, माइक्रोवेव, ओवन, फ़्रिज आदि 8. रसोईघर की खिड़कियाँ/ दरवाज़े 9. रसोई घर के संग्रह स्थान/ अलमारियाँ / दराज़ /शेल्फ 10. रसोईघर का फ़र्श **कोई अन्य, कोई चार**	
20.	**(क) आरंभिक बाल्यावस्था में भावात्मक विकास की किन्ही दो विशेषताओं की सूची बनाइए।** **आरंभिक बाल्यावस्था में भावात्मक विकास की दो विशेषताएं-** 1. काल्पनिक मित्रों का होना 2. परानुभूति विकसित होना / दूसरों की भावनाओं को समझना 3. अपने आवेगों को नियंत्रित न कर पाना 4. अपने भावों को न छुपा पाना 5. नखरे दिखाना 6. भावों का तेजी से बदलना/ मनमौजी होना 7. हास्य वृति का विकसित होना/ दूसरों को हंसाना 8. भाव, संप्रेषण का एक रूप होते हैं **कोई अन्य, कोई दो** **अथवा** **(ख) 3 से 6 वर्ष के बच्चे में दिखाई देने वाली गत्यात्मक विकास की कोई दो गतिविधियाँ बताइए।** **3 से 6 वर्ष के बच्चों में दिखाई देने वाली गत्यात्मक विकास की कोई दो गतिविधियाँ** - 1. व्यस्क की तरह सीढ़ी चढ़ना और उतरना 2. दो पहिए /तीन पहिए की साइकिल चलाना 3. पंजों पर चलना 4. बड़े बटन खोलना और बंद करना 5. कागज़ मोड़ना/ फ़ाड़ना 6. छोटी वस्तुओं को पकड़ पाना 7. गेंद पकड़ना/ फ़ेंकना 8. काटने के लिए कैंची का प्रयोग करना 9. टैडपोल चित्र बनाना/ सरल चित्र बनाना -आकृति/ वस्तु	**1X2=2** **अथवा** **1X2=2**

	10. तरल पदार्थ को बर्तन में पलटना 11. तेज़ी से दौड़ना/ कूदना 12. फ़ीते बांधना 13. मोती पिरोना/ मिट्टी अथवा रेत से छोटी- छोटी आकृतियाँ बनाना / ब्लॉक से वस्तुएं बनाना 14. नाचना/ तैरना 15. लिखना/ रंग भरना 16. स्वयं भोजन करना **कोई अन्य, कोई दो**	
21.	**आपकी 70 वर्षीय नानी आपके साथ कुछ दिनों के लिए रहने आई हैं। उनके लिए आहार बनाते समय आप किन चार बातों को ध्यान में रखेंगे?** **70 वर्षीय नानी के लिए आहार बनाते समय ध्यान देने योग्य चार बातें-** 1. पौष्टिक/ संतुलित आहार 2. कैलोरी की मात्रा को कम करना 3. सूक्ष्म पोषक तत्वों/ फाइबर(रेशा) की मात्रा को बढ़ाना 4. हल्का एवं सुपाच्य भोजन 5. नरम एवं चबाने योग्य भोजन 6. हल्के मसाले वाला भोजन 7. तले हुए/ संसाधित भोजन से बचना 8. नमक /शर्करा का सेवन कम करना 9. चाय/ कॉफी का सेवन कम करना 10. मौसम के अनुसार फल और सब्ज़ियों को प्राथमिकता देना **कोई अन्य ,कोई चार**	**½X4=2**
22.	**एक व्यक्ति की दैनिक दिनचर्या में फ़ुरसत का समय होने के कोई दो लाभ बताइए।** **एक व्यक्ति की दैनिक दिनचर्या में फ़ुरसत का समय होने के दो लाभ-** 1. शारीरिक आराम 2. व्यस्त दिनचर्या की बोरियत/ एकरसता को दूर करना 3. शारीरिक/ मानसिक/ भावनात्मक रूप से तरोताज़ा होना 4. चरम भार अवधि का प्रबंधन 5. चिंता/ तनाव को कम करना 6. मनोरंजक गतिविधियों / रुचियों में संलग्न होना **कोई अन्य, कोई दो**	**1X2=2**

23.	**केसरी दाल को अधिकतर खाद्य मिलावटी पदार्थ के रूप मे प्रयोग किया जाता है।** **(i) इसकी मिलावट किन दो खाद्य पदार्थों में की जाती है?** **दो खाद्य पदार्थ जिनमें केसरी दाल की मिलावट की जाती है-** 1. चना दाल 2. अरहर दाल 3. बेसन **कोई अन्य , कोई दो** **(ii) इसको खाने से स्वास्थ्य पर पड़ने वाला कोई एक कुप्रभाव बताइए।** **इसको खाने से स्वास्थ्य पर पड़ने वाला एक कुप्रभाव-** 1. लैथिरिज़्म 2. पक्षाघात 3. टाँगों की अपंगता 4. टाँगों में दर्द **कोई अन्य, कोई एक**	**½X2=1** **1**
24.	**एक दुकान से दूसरी दुकान की तुलना में वस्तुओं के मूल्यों में भिन्नता होने के कोई दो कारण लिखिए।** **एक दुकान से दूसरी दुकान की तुलना में वस्तुओं के मूल्यों में भिन्नता होने के दो कारण-** 1. अधिक किराया 2. दुकान की जगह 3. वस्तुओं की क्षेत्रीय और मौसमी उपलब्धता 4. परिवहन की लागत में अंतर 5. अन्य अतिरिक्त खर्चे/ बिजली/ AC /सजावट के खर्चे 6. खुली वस्तुओं का विक्रय /बिना लेबल की वस्तुएं 7. अस्थिर कीमतें / अधिकतम खुदरा मूल्य (MRP) से अधिक वसूलना 8. वस्तुओं की गुणवत्ता में विविधता 9. दुकान का प्रकार (खुदरा या थोक) **कोई अन्य, कोई दो**	**1X2=2**

25.	**(क) दो अभिकर्मकों के नाम बताइए जिनका प्रयोग आप अपने सफ़ेद सूती मेज़पोश पर लगे चाय के धब्बे को छुड़ाने के लिए करेंगे।** **सफेद सूती मेज़पोश पर लगे चाय के धब्बे को छुड़ाने के लिए दो अभिकर्मक-** 1. ग्लिसरीन 2. क्षारीय अभिकर्मक - अमोनिया/ बोरेक्स /बेकिंग सोडा **कोई अन्य,कोई दो** **अथवा** **(ख) एक बच्चे की सफ़ेद सूती स्कूल यूनिफॉर्म पर लगे बॉल पेन के धब्बे को छुड़ाने के लिए किन दो अभिकर्मकों का प्रयोग किया जा सकता है?** **सफ़ेद सूती स्कूल यूनिफॉर्म पर लगे बॉल पेन के धब्बे को छुड़ाने के लिए दो अभिकर्मक-** 1. मिथायलेटिड स्पिरिट 2. सफ़ेद पेट्रोल 3. मिट्टी (केरोसिन) का तेल 4. तारपीन का तेल **कोई अन्य,कोई दो**	**1X2=2** **अथवा** **1X2=2**
26.	**एक आवासीय समिति में रहने वाले लोगों ने अनुभव किया कि उनके इलाक़े में आने वाला एक फल और सब्ज़ी विक्रेता उन्हें धोखा दे रहा है। वह कौन-से छह ग़लत तरीकों को अपनाकर उन्हें ठग रहा होगा?** **फल और सब्ज़ी विक्रेता द्वारा अपनाए जाने वाले छह गलत तरीके -** 1. अधिक कीमत वसूलना 2. गले- सड़े फल सब्ज़ियाँ बेचना 3. फल व सब्जियों को नुकसान पहुँचाने वाले रंग/ रसायन लगाकर बेचना 4. दोषपूर्ण माप व तोल 5. खोखले बाटों का प्रयोग करना/ प्रमाणित बाटों का प्रयोग न करना 6. तराज़ू के पल्ले के नीचे चुंबक लगा देना 7. तराज़ू की सुई न होना/ ज़ीरो पर न होना 8. बाट के स्थान पर पत्थर से तोलना 9. तराज़ू के एक पल्ले पर लोहे के छल्ले टाँगना 10. तराज़ू को समतल जगह पर न रखना/ टेढ़ा रखना **कोई अन्य ,कोई छह**	**½X6=3**

27.	**(क) ज़ैनब ने अपनी नौकरी को रात्रि की पाली से सुबह की पाली में बदल लिया है। इस नयी कार्य अवधि में आपने उसे समय योजना बनाने का सुझाव दिया है। उसे समय योजना बनाने के विभिन्न चरण समझाइए।** **समय योजना बनाने के विभिन्न चरण-** 1. सभी गतिविधियों की सूची तैयार करना 2. लचीले व ग़ैर लचीले कार्यों को विभाजित करना 3. प्रत्येक कार्य को करने के लिए अपेक्षित समय का अनुमान लगाना 4. समय योजना का संतुलन बनाना 5. समय योजना का मूल्यांकन करना **कोई अन्य ,कोई तीन** **अथवा** **(ख) श्रीमती और श्री कुमार को अपनी बेटी की जन्मदिन पार्टी में आए मेहमानों के लिए भोजन तैयार करना और परोसना है। उन्हें कोई तीन तरीके सुझाइए जिससे वे अपने कार्य को सरल कर सकें।** **कार्य को सरल करने के तरीके -** 1. कार्य को छोटी- छोटी गतिविधियों में विखण्डित करें/ बांटें 2. कार्य को बेहतर क्रम से करें 3. सभी अतिरिक्त संचलनों को हटा दें और गतिविधियों का संयोजन कर लें 4. अपने कार्य में अधिक कुशल बनें 5. कार्यों में सामंजस्य बनाएँ (डवटेलिंग) 6. सही ऊँचाई पर कार्य करें 7. वस्तुओं को प्रयोग के स्थान के समीप रखें 8. सही शारीरिक मुद्रा का प्रयोग करें 9. अनुकूल कार्यस्थल 10. व्यवस्थित भंडारण करें 11. श्रम बचाने वाले उपकरणों का प्रयोग करें 12. बने बनाए सामान का प्रयोग करें **कोई अन्य ,कोई तीन**	**1X3=3** **अथवा** **1X3=3**
28.	**(क) दाग-धब्बे से क्या अभिप्राय है? दागों की पांच श्रेणियों के नाम लिखिए।** धब्बा कपड़े पर लगने वाला अवांछित निशान है/ कपड़े द्वारा तंतुओं में रासायनिक रूप से अवशोषित अवांछनीय निशान / अन्य तत्वों के संपर्क में आने के कारण कपड़े पर लगने वाला अवांछित निशान । **कोई अन्य ,कोई एक परिभाषा**	**½**

	दागों की पांच श्रेणियां- 1. पशुजन्य दाग 2. चिकनाई युक्त दाग 3. रंगों के दाग 4. खनिज दाग 5. वानस्पतिक दाग 6. अन्य दाग **कोई पांच** **अथवा** **(ख) दाग -धब्बों को साफ़ करते समय रखी जाने वाली किन्हीं तीन सावधानियों को सूचीबद्ध कीजिए।** **दाग -धब्बों को साफ करते समय रखी जाने वाली तीन सावधानियाँ-** 1. दाग को ताज़ा ही साफ करें 2. दाग को रंग / गंध/ स्पर्श से पहचानें 3. कपड़े की पहचान करें 4. कपड़े के कोने पर रसायन लगाकर देखें 5. रसायन को कपड़े की पिछली तरफ लगाएं 6. धब्बा उतारने के लिए सरल से जटिल प्रक्रिया अपनाएं 7. कठोर अभिकर्मक एक ही बार प्रयोग करने की अपेक्षा मृदु अभिकर्मक के प्रयोग को बार-बार दोहराएं 8. धब्बे को उतारने के लिए हाथ बाहर से अंदर की ओर गोलाई में घुमाएं 9. सभी रसायनों को उदासीन/ बेअसर कर लें 10. कपड़ों में बचे हुए रसायनों के अंश को तुरंत धो लें **कोई अन्य ,कोई तीन**	**½X5=2½** **अथवा** **1X3=3**
29.	**एक बच्चे की वृद्धि एवं विकास में खेल कैसे महत्वपूर्ण है ,इसके तीन कारण देकर वर्णन कीजिए।** **बच्चों की वृद्धि एवं विकास में खेल के महत्व के तीन कारण-** 1. शारीरिक विकास में सहायता/ कद व भार बढ़ाता है 2. बेहतर रक्त संचार 3. बच्चों को मजबूत/ स्वस्थ बनाता है 4. सामाजिक कौशल का विकास 5. गत्यात्मक विकास में सुधार 6. आँख- हाथ में समन्वय का विकास	**1X3=3**

	7. ज्ञानात्मक विकास 8. बच्चा नई वस्तुओं और वातावरण को जानता है 9. बच्चा वस्तुओं को साझा करना सीखता है 10. बच्चा अपनी बारी की प्रतीक्षा करना सीखता है 11. संवेगों पर नियंत्रण सीखता है 12. बच्चा ईमानदारी /खेल भाव/ नेतृत्व/ टीम भावना/ निर्णय लेना/ समस्या का समाधान करना सीखता है 13. नियमों का पालन करना सीखता है 14. कल्पना शक्ति/ सृजनात्मक विकास/ नए विचारों में बढ़ोतरी 15. भाषा का विकास /शब्दावली में वृद्धि 16. आत्मनिर्भरता को प्रोत्साहित करता है **कोई अन्य ,कोई तीन**	
	खण्ड ग (दीर्घ उत्तरीय प्रश्न)	
30.	**15- वर्षीय यशलीन आग- बबूला हो गई जब उसके माता- पिता ने पार्टी में जाने की अनुमति नहीं दी। किशोरों में इस प्रकार के व्यवहार के कौन से चार कारण हो सकते हैं?** **किशोरों में इस प्रकार के व्यवहार होने के चार कारण -** 1. माता-पिता के साथ विचारों में मतभेद/ असहमति 2. हॉर्मोन्स में बदलाव / मूड स्विंग्स 3. परिपक्वता की कमी 4. तनाव से जूझने में असमर्थता/ मित्रों /पढ़ाई/ समाज/ मीडिया का दबाव 5. स्वतंत्रता /एकांतता की आवश्यकता 6. माता-पिता का सख़्त रवैया 7. सुरक्षा के प्रति अधिक चिंतित होना 8. अभिभावक और किशोरों में संप्रेषण का अभाव 9. लिंग भेद **कोई अन्य ,कोई चार**	**1X4=4**
31.	**सार्थक एक परियोजना पर पिछले छह महीने से कार्य कर रहा है तथा अब उसे आगे बढ़ाने में उसकी दिलचस्पी और उत्साह कम हो रहा है।** **(i) पहचानिए कि वह किस प्रकार की थकान का अनुभव कर रहा है।**	

	थकान का प्रकार- मनोवैज्ञानिक/ मानसिक- उदासी/ निराशा **कोई एक** **(ii) इस प्रकार की थकान का कोई एक कारण दीजिए।** **इस थकान का कारण -** 1. नीरस और उबाऊ काम 2. प्रेरणा की कमी 3. अस्पष्ट लक्ष्य 4. असुविधाजनक पर्यावरण 5. सराहना /पहचान का अभाव 6. बिना रुचि के काम करना 7. अनुभव की कमी 8. निरंतर आलोचना 9. अत्यधिक हस्तक्षेप/ स्वतंत्रता /लचीलेपन की कमी 10. अस्पष्ट निर्देश 11. इच्छानुसार परिणाम न मिलना 12. लंबी कार्य अवधि **कोई अन्य, कोई एक** **(iii) इस थकान को कम करने के उसे कोई दो सुझाव दीजिए।** **थकान को कम करने के दो सुझाव-** 1. छोटे-छोटे लक्ष्य निर्धारित करना 2. विश्राम करना / पर्याप्त नींद लेना 3. कार्य को अधिक रुचिपूर्ण बनाना 4. अनुकूल वातावरण 5. उपयुक्त उपकरणों का इस्तेमाल 6. कार्य कुशलता विकसित करना 7. सकारात्मक दृष्टिकोण होना 8. संसाधनों का उचित उपयोग 9. रुचिकर गतिविधियों- योग,ध्यान आदि से अपने आप को पुनः तरोताज़ा करना **कोई अन्य,कोई दो**	**1** **1** **1X2=2**

32.	**(क) खाद्य स्वच्छता में भोजन की तैयारी, पकाने व परोसने की सफ़ाई सम्मिलित है।** **(i) इस संबंध में, दो कारण दीजिए कि भोजन पकाने के बर्तनों की सफ़ाई क्यों महत्वपूर्ण है।** **भोजन पकाने के बर्तनों की सफ़ाई महत्त्वपूर्ण है क्योंकि-** 1. भोजन के दूषित होने/ खाद्य के खराब होने/ खाद्य विषाक्तता की संभावना कम हो जाती है 2. हानिकारक कीटाणुओं/ रोगाणुओं को समाप्त करता है 3. खाद्य जनित बीमारियों/ पार संदूषण के जोखिम को कम करता है 4. जले/ गंदे/ ज़ंग लगे बर्तन भोजन की गुणवत्ता कम कर सकते हैं **कोई अन्य,कोई दो** **(ii) ताज़े और पैकेज्ड भोज्य पदार्थ को खरीदते समय खाद्य स्वच्छता बनाए रखने के लिए आप कौन- सी दो बातों का ध्यान रखेंगे?** **ताज़े और पेकेज्ड भोज्य पदार्थ को खरीदते समय खाद्य स्वच्छता बनाए रखने के लिए हम निम्नलिखित दो बातों का ध्यान रखेंगे-** 1. विश्वसनीय और मान्यता प्राप्त दुकान से ही भोज्य पदार्थ खरीदेंगे 2. सड़े-गले ,दागयुक्त, कीड़ों से संक्रमित, ख़राब हो चुके या दुर्गंधयुक्त भोजन का चयन नहीं करेंगे 3. दोषपूर्ण अथवा कटे-फटे पैकेज नहीं खरीदेंगे 4. लेबल को ध्यान से पढ़ेंगे / मानकीकृत चिह्न की जाँच करेंगे 5. मौसम के अनुरूप भोजन के चयन को प्राथमिकता देंगे 6. पहले से कटे हुए फल- सब्ज़ियाँ नहीं खरीदेंगे **कोई अन्य,कोई दो** **अथवा** **(ख) रसोईघर की स्वच्छता बनाए रखना हमें विभिन्न रोगों से बचाने के लिए आवश्यक है।** **इस संदर्भ में ,निम्नलिखित में से प्रत्येक के लिए कोई दो सुझाव दीजिए:** **(i) शेफ़ की व्यक्तिगत स्वच्छता** 1. प्रतिदिन स्नान करे 2. साफ़ धोने योग्य और हल्के रंग का एप्रन पहने 3. नाखून साफ़, कटे हुए और बिना रंगे हुए हों 4. पैर जूतों से ढके हों 5. अँगूठी/ आभूषण / घड़ी न पहने	**1X2=2** **1X2=2** **अथवा** **1X2=2**

	6. बाल रूसी/जुओं से मुक्त हों तथा बंधे और ढके हों 7. यदि शेफ़ सर्दी-ज़ुकाम, फ़ोड़े , त्वचा रोग आदि किसी भी प्रकार के रोग से पीड़ित हो तो वह रसोईघर में प्रवेश ना करे 8. रसोईघर में कार्य आरम्भ करने से पूर्व,कच्चे मांस तथा सब्ज़ियों को छूने के बाद , शौचालय आदि जाने के बाद हाथ अवश्य धोये 9. नाक और बाल ना खुरचे 10. भोजन को चम्मच की सहायता से चखे / उँगलियाँ ना चाटे 11. चोट / कटे घावों इत्यादि को जल-रोधक पट्टी के द्वारा ढक कर रखे **कोई अन्य,कोई दो** **(ii)फ्रिज में भोजन भंडारण के दौरान स्वच्छता** 1. रेफ्रिजरेटर को सही तापमान (1°C से 4°C) पर सेट करना चाहिए/ उसका दरवाजा बंद रखना चाहिए 2. पार-संदूषण को रोकने के लिए सभी खाद्य पदार्थों को टाइट फिटिंग वाले ढक्कन से ढका जाना चाहिए 3. एक बार डिब्बाबंद भोजन को खोलने के बाद, किसी भी प्रतिक्रिया को रोकने के लिए इसकी सामग्री को कांच के जार में स्थानांतरित किया जाना चाहिए 4. विकार्य खाद्य पदार्थों को खरीद के 2 घंटे के भीतर फ्रिज में रख देना चाहिए 5. कच्चे तथा पके हुए खाद्य पदार्थों का भंडारण अलग-अलग किया जाना चाहिये 6. फ्रिज में यदि कोई खाद्य पदार्थ गिर जाए, उसे तुरंत ही साफ करना चाहिये 7. जो सामान पहले रखा जाये उसे पहले ही उपयोग किया जाना चाहिये (FIFO-First in First Out) 8. जो खाद्य पदार्थ गंध सोख लेते हैं,उन्हें उन खाद्य पदार्थों से दूर रखा जाना चाहिए जो तेज़ गंध देते हैं 9. फ्रिज में आवश्यकता से अधिक सामान न भरें 10. पुराने तथा खराब भोजन को फेंक दें 11. फ्रिज की सफ़ाई के लिए साफ़, विसंक्रमित कपड़े का प्रयोग करें/ फ्रिज की सफ़ाई के लिए कठोर रसायनों का प्रयोग न करें **कोई अन्य,कोई दो**	**1X2=2**
33.	**"भोजन नियोजन प्रक्रिया में रसोईघर में बचे हुए भोज्य पदार्थों का सृजनात्मक रूप से प्रयोग करने की कुशलता होना आवश्यक है।** **(i) उपर्युक्त कथन के समर्थन में, भोजन नियोजन के कोई अन्य तीन महत्व स्पष्ट कीजिए।**	

	भोजन नियोजन के तीन महत्व- 1. पौष्टिक आहार आयोजन में सहायता करता है 2. पौष्टिक तत्वों को बचाता है 3. आहार में लचीलापन लाता है 4. ऊर्जा/ समय/ ईंधन की बचत होती है 5. क्षुधातृप्ति तथा संतुष्टि प्रदान करता है 6. भोजन को आकर्षित बनाता है 7. विविधता लाता है 8. पारिवारिक बजट के अनुसार आहार नियोजन करता है 9. व्यक्तिगत पसंद-नापसंद के अनुसार आहार नियोजन करता है **कोई अन्य ,कोई तीन** **(ii) रात के बचे हुए चावल को अगले दिन प्रयोग करने के दो तरीक़े बताइए।** रात के बचे हुए चावल का उपयोग फ्राइड राइस / बिरयानी /पुलाव/ लेमन राइस/ दही वाले चावल / पुडिंग / खीर / फिरनी / खिचड़ी/ इडली / डोसा/ अप्पे/ पनियारम / भरवा परांठा/ कटलेट बनाने में प्रयोग किया जा सकता है **कोई अन्य , कोई दो**	**1X3=3** **½X2=1**
34.	**आपकी बहन ने एक रेशमी स्कार्फ खरीदा है। रेशम एक कोमल प्राकृतिक तंतु है इसलिए इसका सावधानीपूर्वक रखरखाव आवश्यक है।** **(i) रेशमी स्कार्फ का उचित भंडारण करने के लिए उसे चार सुझाव दीजिए।** **रेशमी स्कार्फ के उचित भंडारण के लिए चार सुझाव-** 1. किसी भी संभावित धब्बे के लिए स्कार्फ की जांच की जानी चाहिए 2. भंडारण से पूर्व मांड निकाल दें 3. भंडारण से पहले पिन, बकल आदि हटा देने चाहिए 4. स्कार्फ को ठीक से हवा लगवाकर रखना चाहिये 5. कभी भी पहनने के तुरंत बाद तह लगाकर नहीं रखना चाहिए 6. भंडारण से पहले स्कार्फ को ड्राई क्लीन किया जाना चाहिए 7. प्रकाश के संपर्क से बचाना चाहिए 8. साफ़ मलमल के कपड़े/ अखबार में लपेटकर रखना चाहिए 9. नेप्थलीन बॉल्स/ फ्लेक्स / कपूर / सूखी नीम की पत्तियों को स्कार्फ की परतों में रखना चाहिए 10. भंडारण स्थान सूखा (नमी रहित)/ वायुरोधी होना चाहिए **कोई अन्य ,कोई चार**	**1X4=4**

	(ii) स्कार्फ में चमक व कड़ापन लाने के लिए उसे कौन-से परिसज्जा एजेंट का प्रयोग करना चाहिए? 1. गोंद/ गोंद अरैबिक 2. सिरका **कोई एक**	**1**
35.	**(क) आफ़ताब एक मछुआरा है जो अपनी पत्नी और दो स्कूल जाने वाले बच्चों के साथ तटीय क्षेत्र में रहता है। इस स्थिति के आधार पर, निम्नलिखित प्रश्नों के उत्तर दीजिए:** **(i) वे कौन-से दो कारक हैं जो उसके परिवार की भोजन योजना को प्रभावित करेंगे?** **दो कारक जो उसके परिवार की भोजन योजना को प्रभावित करेंगे-** 1. आयु 2. लिंग 3. जलवायु 4. व्यवसाय 5. खाद्य पदार्थों की लागत 6. परिवार के सदस्यों की संख्या 7. अवसर 8. भोजन की उपलब्धता 9. पारिवारिक परंपराएँ और संस्कृति 10. पसंद और नापसंद 11. परिवार के सदस्यों की शारीरिक स्थिति 12. पारिवारिक आय/ बजट **कोई अन्य, कोई दो** **(ii) उसके परिवार को अपने बच्चों के टिफिन के लिए भोजन चुनते समय किन दो बिंदुओं पर विचार करना चाहिए?** **अपने बच्चों के टिफ़िन के लिए भोजन का चयन करते समय ध्यान देने योग्य बातें-** 1. संतुलित / पौष्टिक भोजन 2. स्थानीय स्तर पर उपलब्ध मौसमी खाद्य पदार्थ 3. ताज़ा भोजन 4. खाने में आसान और सुविधाजनक 5. चिकनाईरहित भोजन 6. तृप्ति मूल्य हो 7. विविधता हो 8. आकर्षक 9. बहुत अधिक मसाले/ तले हुए भोजन/ मिठाई / संसाधित खाद्य पदार्थ/ जंक फ़ूड से बचें **कोई अन्य ,कोई दो**	**1X2=2** **1X2=2**

(iii) एक कम लागत वाला पौष्टिक आहार सुझाइए जिसे यह परिवार अपने आहार में शामिल कर सकता है।

कम लागत वाला एक पौष्टिक भोजन इस **परिवार के लिए-** **1**

1. मछली और अन्य समुद्री भोजन
2. चावल
3. नारियल
4. मौसमी और स्थानीय रूप से उपलब्ध खाद्य पदार्थ

कोई अन्य,कोई एक

अथवा **अथवा**

(ख) आपकी माँ ने ढेर सारे सूखे मेवे डालकर कद्दू का हलवा बनाया है।

(i) इस व्यंजन में पाए जाने वाले किन्हीं दो खाद्य समूहों की पहचान कीजिए ।

कद्दू के हलवे में पाए जाने वाले खाद्य समूह- **1X2=2**

1. दूध, अंडा और मांस के उत्पाद
2. फल और सब्जियाँ
3. वसा और शर्करा

कोई दो

(ii) उपर्युक्त खाद्य समूहों में से प्रत्येक द्वारा प्रदान किए गए किसी एक पोषक- तत्त्व को लिखिए।

खाद्य समूह	**पोषक तत्त्व**
दूध ,अंडा और मांस के उत्पाद	प्रोटीन, कैल्शियम, विटामिन ए, विटामिन बी 12, राइबोफ्लेविन, वसा
फल और सब्जियाँ	विटामिन,खनिज, फाइबर(रेशा)
वसा और शर्करा	कार्बोज, वसा, आवश्यक वसा अम्ल

1X2=2

प्रश्न के उपरोक्त भाग में दिए गए उत्तर के लिए,दोनों खाद्य वर्गों से प्राप्त एक-एक पोषक तत्व

(iii) इस व्यंजन में कौन-सा खाद्य समूह उपस्थित नहीं है? **1**

1. अनाज और उनके उत्पाद
2. दालें और फ़लियाँ

कोई एक