3 | + 6 = 6

योग पूर्व पृष्ठ | पृष्ठ 3 के अंक | कुल अंक

मध्यप्रदेश

प्रश्न क्रमांक – 1

भोज्य पदार्थों मे मिलावट के निम्न कारण हैं –
1. लाभ कमाना
2. उत्पादन की कमी को पूरा करना –
3. मिलावट करना
4. वस्तुओं को आकर्षण बनाना। आदि

प्रश्न क्रमांक – 5

रेशेदार पदार्थों को भोजन के रूप मे लेने पर ये पदार्थ पाचन तंत्र की मांस पेशियों को क्रियाशील बनाए रखकर कब्ज दूर करते हैं और पाचन क्रिया को ठीक करते हैं।

प्रश्न क्रमांक – 3

भोजन पकाने के निम्न लाभ हैं – 1. इसका स्वाद व गंध पर कोई असर नहीं पड़ता है।
2. भोजन सुपाच्य व शीघ्र पचने वाला होता है।
3. भोजन के रोगाणु नष्ट हो जाते हैं और भोजन जल्दी पच जाता है।

6

4

6	+	3	=	9
योग पूर्व पृष्ठ		पृष्ठ 4 के अंक		कुल अंक

प्रश्न क्रमांक – 12

उत्तर =>

फुलकारी का अर्थ है फूलों की कला। यह अधिकतर चादर और शाल पर बनाई जाती है। फूलकारी के कशीदे मे वस्त्र के उल्टी तरफ से डिजाइन बनाया जाता है इसमे रेशमी धागो का प्रयोग किया जाता है। जिससे यह चमकदार दिखायी देती है। इसमें डीनिंग टाँको का प्रयोग किया जाता है। इसमें मुख्यतः दिव्य पशु, घुर्धत बाग छावें, और महत्व पूर्ण नमूने प्रयोग किये जाते है। इसमे अधिकतर लाल नीले रंग की छता बिखेरी जाती है यह राजिस्थान हिमाचल मे प्रसिद्ध है।

यह फुलकारी की शैलि पंजाब में दुल्हन ~~महल के~~ विवाह के समय ओढती है। यह अधिक प्रसिद्ध आब इसकी बिस्तार कढाई की जाती है।

B S E M P

3

पृष्ठ के अंकों का योग

5 | 9 + 4 = 13

योग पूर्व पृष्ठ — पृष्ठ 5 के अंक — कुल अंक

मध्यप्रदेश

प्रश्न क्रमांक – 14

शरीर मे भोजन के प्रमुख कार्य हैं –

(1) शरीर को ऊर्जा प्रदान कराना ⇒

भोजन पाचन - पोषण तथा चयापचय के पश्चात भोजन रस निर्मित होता है वह भोजन - रस शरीर के प्रत्येक भाग मे रक्त द्वारा ऑक्सीजन युक्त वायु के साथ कोशिकाओं मे पहुँचाया जाता है। यह भोजन रस - ऑक्सीजन के साथ सम्पर्क करके दहन करता है। जिससे ऊष्मा उत्पन्न होती है। इससे मनुष्य को विभिन्न कार्य करने की शक्ति मिलती है।

(2) नवीन कोशिकाओं का निर्माण करना ⇒

मानव शरीर एक प्रौद्योगिकीय मशीन है जिसके लिए विभिन्न पोषक की आवश्यकता होती है। विभिन्न शारीरिक क्रिया कलापों के परिणामस्वरूप शरीर की कोशिकाओं की टूट - फूट की मरम्मत होती है। भोजन के विभिन्न पोषक तत्व द्वारा इन टूट फूट की मरम्मत होती है।

5

6 | 13 | + | 5 | = | 18

योग पूर्व पृष्ठ | पृष्ठ 6 के अंक | कुल अंक

(3) रोग-रोधन क्षमता उत्पन्न कराना =>

भोजन के शरीर मे रोग रोधन क्षमता का विकास होता है। जिससे रोगाणु शरीर को सरलता से प्रभावित करता है।

(4) क्रिया शील अंगो को कार्य करने की क्षमता उत्पन्न करना =>

भोजन शरीर के आन्तरिक अंगो पर नियन्त्रण बनाये रखता है जैसे - हृदय की धड़कन शरीर मे पानी की मात्रा, मांसपेशियो का संकुचन, शरीर का तापमान समान रखना।

B S E M P

(5) शरीर की मरम्मत करना =>

भोजन शरीर की टूटी फूटी कोशिकाओ की मरम्मत करता है शरीर की हड्डियाँ किसी कारण वश टूट फूट जाती है भोजन उन्हें जोड़ने का कार्य करता है।

पृष्ठ के अंकों का योग: 5

प्रश्न क्रमांक - 17

उत्तर- हैजा रोग बहुत तेजी से फैलता है इसको फैलने वाला एक जीवाणु होता जिसका नाम विब्रियो कोलरा कहते है। यह जीवाणु रोगी से दस्त वमन के द्वारा भोजन द्वारा स्वस्थ शरीर मे पहुंच जाता है। यह रोग के वाहक का कार्य करता है। इस रोग से ग्रस्त व्यक्ति का तुरन्त उपचार न किया जाये तो उसके जीवन का अन्त भी हो सकता है। सन् 1949 मे इस भंयकर रोग से पीडित व्यक्ति 1,4600 मृत्यु को प्राप्त हुये।

(1) हैजा रोग के कारण → हैजा रोग बहुत तेजी दस्त वमन जल तथा भोज्य पदार्थो के द्वारा फैलता है। इस और यह स्वस्थ शरीर मे पहुंच कर मक्खियां भोजन के द्वारा स्वस्थ तथा वमन पर बैठ कर रोगाणु को ग्रहण कर लेती है। और फिर खाद्य पदार्थो पर बैठकर उन्हे रोगग्रस्त बना लेती है।

हैजा रोग के लक्षण → निम्न लक्षण है।

के अंको का योग

(8) 17 + 5 = 22

योग पूर्व पृष्ठ — पृष्ठ 8 के अंक — कुल अंक

(1) रोग के आरम्भ मे चावल की गाडी जैसी श्वेत और पतले दस्त होते है
(2) दस्तो के कारण रोगी दुर्बल हो जाता है। तथा उसे ज्वर हो जाता है।
(3) प्यास लगती है और पेशाब आना बन्द हो जाती है।
(4) शरीर ठण्डा पड जाता है।
(5) आखे पीली पड जाती है। उपचार न होने पर व्यक्ति की मृत्यु हो जाती है।

हैजा रोग से वचने के उपाये — हैजा रोग से वचने के निम्न उपाये है।

(1) हैजा का प्रकोप आरम्भ होने पर हैजा का टीका लगवाना चाहिए।
(2) घर के शौचगृह और नालियाँ प्रतिदिन फिनायल छिडकर साफ करना चाहिए
(3) कच्चे सडे गले पदार्थ प्रयोग नही करना चाहिए
(4) पानी उबालकर पीना चाहिए पानी ढककर रखना चाहिए।
(5)

BSEMP

5

पृष्ठ के अंकों का योग

22	+	—	=	22
योग पूर्व पृष्ठ		पृष्ठ 9 के अंक		कुल अंक

मध्यप्रदेश

प्रश्न क्रमांक - 18

वह भोजन जो मनुष्य की पोषण सम्बन्धी आवश्यकताओं को पूर्ति करता है। सन्तुलित भोजन कहलाता है। सन्तुलित आहार को प्रभावित करने वाले कारक ——

1. आयु ⇒
आयु के अनुसार व्यक्ति के भोजनमे भिन्नता आना स्वाभाविक है। एक बच्चे का भोजन एक वयस्क की अपेक्षा अधिक होता है। क्योंकि होता है इस अवस्था मे बच्चे का शारीरिक विकास शीघ्रता से होता है। अतः एक बच्चे को अधिक पोषक तत्वों की आवश्यकता होती है इसी प्रकार वृद्धावस्था मे भोजन की मात्रा कम होने का कारण उनकी शक्ति का कमजोर होना होता है। जिससे उन्हे कम ऊर्जा की आवश्यकता होती है।

2. लिंग ⇒
यह देखा जाता है। कि स्त्रियो की अपेक्षा पुरुषो को अधिक भोजन की आवश्यकता होती है क्योंकि स्त्रियों का भार कम होता इसलिए उन्हे कम कैलोरी की आवश्यकता होती है इसलिये उसे अधिक कैलोरी की आवश्यकता होता है।

(10) [ ] + [ ] = [ ]
योग पूर्व पृष्ठ — पृष्ठ 10 के अंक — कुल अंक

B S E M P

(3) शारीरिक श्रम ⇒

जो व्यक्ति जितना अधिक परिश्रम करता है उन्हे इतनी ही अधिक भोजन की आवश्यकता होती है। श्रम करने मे अधिक ऊर्जा की आवश्यकता होती है। जिसको पूरा करने के लिये भोजन मे प्रोटीन, कार्बोज जैसे अधिक निर्माण तत्वो की आवश्यकता होती है।

(4) आर्थिक दशा ⇒

परिवार की आर्थिक स्थिति का आयोजन से अत्याधिक घनिष्ठ संबंध है। यदि परिवार की आय कम हो तो सस्ते मूल्य पोषण युक्त पदार्थो का आहार मे समायोजन करना चाहिए जैसे - मेवे के स्थान पर मूंगफली महंगे विटामिन के स्थान पर मूली, गाजर, ककडी, पालक आदि।

(5) सामाजिक कारण ⇒

कुछ सामाजिक कारण ऐसे होते है। जो व्यक्ति के अनुकूल भोजन को प्रभावित करते है।

पृष्ठ के अंकों का योग

22	+	5	=	27
योग पूर्व पृष्ठ		पृष्ठ 11 के अंक		कुल अंक

मध्यप्रदेश

(6) धर्म व संस्कृति ⇒

भारत विभिन्न जातियो, धर्मो एवं संस्कृतियो का देश है। यहाँ हर प्रदेश के निवासीयो की संस्कृति परम्पराओ मे भिन्नता होने के कारण बंगालियों, पंजाबियो पहाड़ियो, दक्षिण भारतीय व मध्य भारतीय भोजन संबंधी भिन्नता मौजूद है।

(7) अन्ध विश्वास ⇒

किसी देश एवं संस्कृति विशेष मे प्रचलित मान्यताएँ व परम्पराएँ भी भोजन की आदतो पर प्रभाव डालती है। उनमे कुछ विश्वास एवं परम्पराएँ वैज्ञानिक आधार पर आधारित ही नही है।

(8) प्रर्याप्त भोजन ⇒

जिस भोजन से भूख शान्त हो जाती है और व्यक्ति के शरीर पर निम्न प्रभाव पड़ता है। इससे हमारे शरीर पर पीला पन, त्वचा झुर्री होजाती है।

अंकों का योग

(12) 27 + 3 = 30

योग पूर्व पृष्ठ | पृष्ठ 12 के अंक | कुल अंक

प्रश्न क्रमांक – 11

पेपर पैर्टन तैयार करते समय निम्न बातो के ध्यान मे रखना चाहिए।

(1) पेपर पैर्टन व्यक्ति के पूरे सहायज का होना चाहिए।

(2) सिलाई करने से पूर्व व्यक्ति का सही नाप लेकर पेपर पैर्टन बनाना चाहिए।

(3) पेपर पैर्टन से वस्त्र काटने मे गलती नही होती है।

(4) पेपर पैर्टन व्यक्ति की सही नाप का और उसहानुसार बनाना चाहिए। जिसले वस्त्र सही व फैशन का बन सके।

(5) पेपर पैर्टन से वस्त्र काटने पर वह देखने मे आकर्षक लगता है।

(6) पेपर पैर्टन से वस्त्र मे गलती हो जाने से सही की जा सकती है।

3

BSEMP

पृष्ठ के अंकों का योग

(13) 30 + – = 30

योग पूर्व पृष्ठ | पृष्ठ 13 के अंक | कुल अंक

मध्यप्रदेश

B
S
E
M
P

पृष्ठ के अंकों का योग

प्रश्न क्रमांक – 19

किशोरावस्था मे बालक की वृद्धि की अवस्था होती है। जिससे उसे अधिक कैलोरी की आवश्यकता होती है। उनके माता पिता को चाहिये की वो अपने बच्चों के प्रति रुचि पैदा करे इस उम्र मे उन्हे सभी प्रकार के पोषक तत्व भोजन द्वारा दिये जाने चाहिए इस उम्र मे लड़को को 13 से 16 वर्ष तक वृद्धि की अवस्था होती है और लड़कियों की 12 से 15 वर्ष तक लड़कों की अपेक्षा लड़कियों को अधिक आयरन की आवश्यकता होती है।

इस उम्र मे लड़के लड़कियाँ परीक्षा के कारण देर से सोते है और जल्दी जाग जाते है। जिससे उनके भोजन लेने का समय निश्चित नही होता है। और उन्हे अनेक रोगो का शिकार होना पड़ती है।

इस उम्र मे लड़कियाँ चाट समोसे जैसे गरिष्ठ भोजन करती है इससे न लेकर कोई अधिक होती है। उनके माता पिता को लड़कों और लड़कियों की ओर अधिक ध्यान देना चाहिए।

लडकियों पर उनके परिवार व मित्र मंडु का अधिक प्रभाव पडता है। जिससे वे अधिक क्रिया शीघ्र होती है।

वे अपने सुन्दरता की ओर अधिक ध्यान देती है न कि शरीर की ओर उन्हें चाहिये कि वे सभी प्रकार के पोषक संबंधी भोजन ग्रहण करना चाहिए।

प्रश्न क्रमांक — 15

कुपोषण के कारण निम्न है।

① अपर्याप्त भोजन ⇒

कुपोषण का एक प्रमुख कारण शरीर की आवश्यकतानुसार उपयुक्त एवं पौष्टिक भोजन का अभाव हो सकता है भोजन या तो मात्रा में कम हो जाता है या अधिक इससे उनके भोजन करने का समय निश्चित नही रहता है।

BSEMP

4

② पर्याप्त भोजन ⇒

इस भोजन से भूख शांत हो जाती है लेकिन शरीर पर इसका कोई प्रभाव नही पडता है। इससे शरीर की वृद्धि व विकास नही होता है।

(15) 34 + 4 = 38

योग पूर्व पृष्ठ | पृष्ठ 15 के अंक | कुल अंक

(3) अनुचित भोजन ⇒ यदि ऐसा भोजन हमेशा ग्रहण किया गया तो उसमे विकार उत्पन्न हो जाता है। और अनेक रोग उत्पन्न हो जाते हैं। और इन तत्वो की शरीर मे अधिकता हो जाती है। जो उत्तम पोषण के लिये कदापी अनुचित नही होता है।

(4) भोजन संबंधी आदते ⇒ कुपोषण का कारण मनुष्य की आदते भी हो सकती है। क्योंकि ऐसा भोजन स्वास्थ्य की दृष्टि से अनुचित होता है। क्योंकि मनुष्य अपनी आदत के अनुसार भोजन ग्रहण करता है— जैसे- चावल खाने वाले गेहूँ बाजरा जैसे अनाज पसन्द नही करते है।

(5) अनुचित भोजन ⇒ कुछ भोजन अपेक्षाकृत अपचनशील होता है यदि ऐसा भोजन निरंतर ग्रहण किया जाता है तो शरीर मे पोषण तत्वो की अधिकता हो जाती है।

BSEMP

पृष्ठ के अंको का योग

योग पूर्व पृष्ठ		पृष्ठ 16 के अंक		कुल अंक
38	+	3	=	41

प्रश्न क्रमांक - 9

फॉस्फोरस के कार्य निम्न है। —

(1) दाँतो के एनिमिल मे सहायक होता है।

(2) फॉस्फोरस कैलारियम के साथ मिलकर शरीर की वृद्धि मे सहायक होता है।

(3) फॉस्फोरस और कैल्शियम $\frac{1:1}{2}$ के अनुपात मे रहता है।

(4) फॉस्फोरस शरीर की अस्थियों को मजबूत बनाते है।

(5) फॉस्फोरस कैल्शियम आपस मे मिलकर हड्डियो को मजबूत बनाता है।

(6) फॉस्फोरस शरीर के अन्दर अनेक जैविक तथा रासायनिक क्रियाओ को पूर्ण करता है।

E
M
P

क्र अंकों का योग

41	+		=	41
योग पूर्व पृष्ठ		पृष्ठ 17 के अंक		कुल अंक

BSEMP

प्रश्न क्रमांक – 22

सिलाई के निम्न सिद्धान्त हैं–

(1) सिलाई करते समय यदि मशीन हाथ वाली हो तो उसे थोड़ा ऊँचाई पर रखना चाहिए

(2) सिलाई करने से पहले अलग कपड़े पर अभ्यास करना चाहिये जिससे सिलाई के करने से संतोषजनक फल प्राप्त हो सके।

(3) सिलाई करते समय कपड़े को मशीन के बाहर वाई ओर रखना चाहिए।

(4) सिलाई के टाँके कपड़े के अनुरूप होने चाहिए मोटे कपड़े पर मोटे व पतले कपड़े पर पतले टाँको का प्रयोग करना चाहिए।

(5) सिलाई करने से पहले सभी भागो को कच्चा कर लेना चाहिए।

(6) मोटे कपड़े पर जहाँ जोड़ हेतु सिलाई उभरती हो वहाँ मोम या अखुन घिस देना चाहिए।

पृष्ठ के अंकों का योग

(18) 51 + 5 = 56

योग पूर्व पृष्ठ | पृष्ठ 18 के अंक | कुल अंक

(7) सिलवट वाले कपड़ो पर सिलाई से पूर्व प्रेस कर लेनी चाहिए।

(8) सीम सिलाई करते समय कपड़े को बाहिं बायी ओर रखकर दाहीं ओर मोड़ना चाहिये।

(9) सिलाई करते समय कपड़े को खींचना नहीं चाहिये क्योंकि प्रेसर फुट स्वतः है कपड़े को आगे बढ़ाता है।

(10) महीन कपड़े के पर सिलाई से पहले कागज लगा लेना चाहिये।

(11) धागा पिरोये हुये बिना मे मशीन को खाली नहीं चलाना चाहिये।

(12) बच्चो के कपड़ो पर सिलाई करते समय उनकी शारीरिक वृद्धि देख लेनी चाहिए।

(13) सिलाई समाप्त होने पर दोनो धागो को काट देना चाहिये दो इंच पर।

BSEMP

पृष्ठ के अंकों का योग

प्रश्न क्रमांक — 16

भोज्य पदार्थो को क्रय करते समय निम्न बातो को ध्यान मे रखना चाहिए।

(1) भोज्य पदार्थ खरीदते समय ध्यान रखना चाहिये की भोजन परिवार के सदस्यों की आयु, रूचि का ध्यान रहे।

(2) भोज्य पदार्थ खरीदते समय उसमे सभी पोषक तत्वो का समावेश होना चाहिए।

(3) भोज्य पदार्थ अधिक पोष्टिक व पचनशील होना चाहिए।

(4) भोजन कम ~~रूपया~~ खर्च मे अधिक खरीदना चाहिये।

(5) भोजन मे सभी प्रकार की विटामिन होनी चाहिये।

(6) भोजन ~~का~~ क पूरे वर्ष के लिये खरीदे तो विश्वसनीय दुकान से ही खरीदना चाहिये

(7) भोजन ~~सड़ा~~ गला नही होना चाहिये।

BSEMP

पृष्ठ के अंको का योग

प्रश्न क्रमांक -10

कुपोषण का शरीर पर निम्न प्रभाव पड़ता है।—

(1) त्वचा खुरदुरी हो जाती है और चमकहीन हो जाती है।

(2) शरीर की शीघ्रता से रोग ग्रस्त हो जाते हैं।

(3) नेत्र चमक हीन अंदर की ओर धसे रहते हैं।

(4) शरीर मे अनेक रोग हो जाते हैं जैसे— सिर दर्द, पागलपन आदि।

(5) ~~क्रोध~~ स्वभाव चिड़चिड़ा और शीघ्र घबराने वाला हो जाता है।

(6) कुपोषण से अनेक रोग हो जाते जैसे— ~~कब~~ कैंसर आदि। मोटापा मधुमेह

(7) त्वचा ताम्र हो जाती है। सिर के बाल चमक रहीत हो जाते हैं।

B S E M P

पृष्ठ के अंकों का योग

(21) 53 + - = 53

योग पूर्व पृष्ठ | पृष्ठ 21 के अंक | कुल अंक

प्रश्न क्रमांक — 13

विटामिन 'सी' का रसायनिक नाम — कैलशियम होता है।

विटामिन सी के कार्य निम्न है—

(1) विटामिन 'सी' अन्य विटामिनो की रक्षा करती है।

(2) विटामिन सी अस्थियो के विकाश मे सहायक होती है।

(3) विटामिन शरीर की वृद्धि मे सहायक है।

(4) विटामिन C से स्कर्वी रोग दूर करती है।

(5) विटामिन से धूप मे खड़े होने या फलो को अधिक पकाने पर नष्ट होजाती है।

(6) विटामिन 'सी' लोह लवण का शोषण करता है।

(7) रक्त वाहिनियो को फटने से रोकता है।

कमी ⇒ (1) विटामिन 'सी' की कमी से स्कर्वी रोग होजाता है।

~~प्राप्ती के सधान साधन~~ ⇒ उसके प्राप्ती के साधन निम्न है विटामिन 'सी' रक्ते पदार्थो मे अधिक पाया जाता है।

B S E M P

पृष्ठ के अंकों का योग

(22) 53 + 4 = 57

योग पूर्व पृष्ठ | पृष्ठ 22 के अंक | कुल अंक

जैसे = संतरा, नीबू, मुनक्की, कैल्शियम फास्फोरस, नाश्पाती आदि से यह बहुत प्राप्त होती है काटने उसकी अधि मात्रा सामाप्त हो जाती है।

प्रश्न क्रमांक - 2।

भोजन पकाने की प्रमुख विधियाँ निम्न है।

जल द्वारा पकाना =>

जल द्वारा भोजन पकाने के निम्न विधियाँ है।

उबालना =>

इस विधि मे भोजन सरलता से पक जाता है और आधीक पौष्टिक रहता और जल्दी पक जाता है।

सेकना => इस विधि मे भोजन भाप पर पकाया जाता है जिससे जल्दी पक जाता है यह क्रिया 250° से 500° F तक होता है। और आधीक स्वास्थ वर्धक होता है।

BSEMP

पृष्ठ के अंकों का योग

(23) 57 + — = 57

योग पूर्व पृष्ठ | पृष्ठ 23 के अंक | कुल अंक

भाप द्वारा पकाना → भोजन पकाने की सबसे उत्तम विधि है। इससे जल्दी भोजन पक जाता है। और इसके पोषक तत्व नष्ट नहीं होते है। स्वास्थ्य वर्धक होता है। और शरीर की वृद्धि में भी सहायक होते है।

भाप के दबाव मे → इस विधि से भोजन पकाने के निम्न चरण है। इससे भोजन को प्रेशरकुकर मे रखकर पकाया जाता है। इसमे कुकर भाप दाब के सिध्दान्त पर कार्य करता है और भोजन भाप के दबाव से पकाया जाता है। इससे भोजन सुपाच्य होता है।

भाव के मध्यम में → इस विधि में भोजन को भाव के माध्यम से रखकर पकाया जाता है। और इस विधि मे भोजन जल्दी पक जाता है और अधिक स्वाद वाली होता है और शरीर की वृद्धि मे सहायक होता है।
जैसे — इडली डोसा आदि को पकाना

B S E M P

पृष्ठ के अंको का योग

(24) 57 + 8 = 65

योग पूर्व पृष्ठ | पृष्ठ 24 के अंक | कुल अंक

भाप से पकाना :-

इस विधि मे भोजन को भाप के माध्यम मे पकाते है। इसमे भगौने के ऊपर थाली रखकर। उसे ऊपर जो पानी आता है इससे भोजन पक जाता है।

प्रश्न क्रमांक - 8

मानव शरीर में जल का महत्व निम्न प्रकार है। :-

(1) शरीर के तंतुओं को मुलायम तथा लचीला बनाए रखने का कार्य जल ही करता है।

(2) जल के कारण भोजन में पाचक रस सरलता से मिल जाता है।

(3) जल भोजन को घोलता है। अवशोषित भोजन के परिवहन एवं वितरण मे सहायक होता है।

(4) शरीर में कोशिकाओं के टूटने फूटने तथा अपच आदि के कारण कई पदार्थ त्याज्य होते है। इसको जल मूत्र द्वारा शरीर से बाहर निकालता है। और शरीर स्वस्थ रहता है।

BSEMP

पृष्ठ के अंकों का योग

पूरक उ.पु. 4 पृष्ठ

माध्यमिक शिक्षा मण्डल, मध्यप्रदेश, भोपाल

परीक्षक के लिये

1 केन्द्र की सील

2 पर्यवेक्षक के हस्ताक्षर व दिनांक

3 केन्द्राध्यक्ष के हस्ताक्षर की सील

4 केन्द्र क्रमांक केन्द्र क्रमांक 13008

6 परीक्षा का नाम

7 विषय गृह प्रबंध 8 माध्यम हिन्दी

8 दिनांक

पृष्ठ

माध्यमिक शिक्षा मण्डल मध्यप्रदेश

BOARDOFSECONDARYEDUCATIONMADHYAPRADESHBHOPAL

6574-67

BSEMP

प्रश्न क्रमांक - 2

डिब्बाबन्दी — इसमे भोज्य पदार्थों को रखकर शील बन्द कर देते है। जिससे उसके रोगाणु नष्ट हो जाते है। और भोज्य पदार्थ सुरक्षित रहता है।

प्रश्न क्रमांक - 6

सिलाई मशीन पर कपड़ा इक्ट्ठा होने निम्न कारण है।

① यदि धागे मे तनाव अधिक हो

② सिलाई कपड़े के अनुरूप न होकर अत्यधिक मोटी हो।

③ नीचे तथा ऊपर के धागे ठीक से न पिरोये गये हो।

योग पूर्व पृष्ठ		पृष्ठ 2 के अंक		कुल अंक
69	+		=	69

(4)
प्रेशर कुकर जो कि कपड़े को दबाकर का कार्य करता है। उसका दबाव अधिक होने पर कपड़ा इकट्ठा होने लगता है।

प्रश्न क्रमांक - 4

हिसाब रखने पर निम्न लाभ होते है।- (1) हिसाब रखने से ~~कपड़~~ ~~से~~ कोई भी गलती नही होती है। ~~(2) हिसाब से कपड़ा काटने से वह सही व फिटिंग का बनता है।~~ (2) हिसाब के किए बिल्कुल ठीक तरह से होता है। (3) हिसाब रखने से खरीददारी मे कोई भी भूल चूक नही होती है।

प्रश्न क्रमांक - 20

खाद्य पदार्थों के निम्न उद्देश्य निम्न लिखित है।
(1) मौसम के अनुसार आने वाले भोज्य पदार्थों की अतिरिक्त मात्रा को लम्बे समय तक सुरक्षित रखा जा सकता है।

योग पूर्व पृष्ठ	पृष्ठ 3 के अंक	कुल अंक

(2) भोज्य पदार्थों का उपयोग सभी वस्तुओं मे अपनी आवश्यकता से बचाया जासकता है।

(3) भोज्य पदार्थों को सड़ने गलने व नष्ट होने से बचाया जा सके। सुरक्षित रखा जा सके।

(4) भोज्य पदार्थों का उपयोग सभी वस्तुओं मे अपनी आवश्यकतानुसार किया जा सके।

(5) जिन स्थानों में विशेष खाद्य पदार्थ प्राप्त नहीं होते हैं, वहाँ सुरक्षित एवं परिरक्षित खाद्य पदार्थ आसानी से पहुँचाये जा सकते हैं।

(6) भोज्य पदार्थ संग्रहित कर ऊँची कीमत के समय बेचकर अधिक आय प्राप्त की जा सकती है।

(7) राष्ट्र की सम्पूर्ण उपज का सदुपयोग संरक्षण द्वारा किया जाता है।

(8) संरक्षण से भोज्य पदार्थ का रंग, रूप, आकार स्वाद, व पौष्टिकता नष्ट नहीं होते हैं। तथा समय व ईंधन की बचत होती है।

के अंकों का योग

पृष्ठ

योग पूर्व पृष्ठ		पृष्ठ 4 के अंक		कुल अंक
67	+	—	=	67

(9) प्राकृतिक विपदाओ जैसे अकाल, बाढ़ आदि के समय व संरक्षित खाद्य पदार्थो का उपयोग करना चाहिए।

(10) इससे हमे विपत्तियो के समय सबसे अधिक लाभ प्राप्त हुआ या और विदेश मे भी भोज्य पदार्थों को भेजा जा सकता है।

प्रश्न क्रमांक — 7

पोषक तत्वो के संरक्षण हेतु निम्न बातो को ध्यान रखना चाहिए —

(1) पोषक तत्वो को अधिक तेज धूप मे कि नही सुखाना चाहिए नही तो उसके पोषक तत्व नष्ट हो जाते है।

(2) उन्हे बार-बार गर्म नही करना चाहिए।

(3) पोषक तत्वो को निश्चित PH मान पर ही संरक्षित करना चाहिए

(4) पोषक तत्वो को संरक्षित करते समय उन्हे डिब्बो मे शील बन्द कर अधिक ताप पर गर्म करके उनके जीवाणु नष्ट हो जाते है।

(5) पोषक तत्वो जैसे - विटामिन 'C' को धूप मे रखने पर यह जल्दी नष्ट हो जाती है।

(6) पोषक तत्वो को जैसे प्रोटीन, वसा, कार्बोज आदि को अधिक समय तक सुरक्षित रखा जाता है।

BSEMP

67

75

अंकों का योग