

HOME SCIENCE PRACTICE SET-3

1. विटामिन B12 (सायनोकोबालामिन) के अवशोषण के लिए आमाशय द्वारा स्रावित किस कारक की उपस्थिति अनिवार्य है ?

- (A) इंट्रिन्सिक फैक्टर (आंतरिक कारक)
- (B) रेनिन
- (C) पेप्सिन
- (D) गैस्ट्रिन

उत्तर : (A) इंट्रिन्सिक फैक्टर (आंतरिक कारक)

2. मांसपेशियों के समुचित संकुचन और तंत्रिका आवेगों के संचरण के लिए कौन-सा खनिज युगल मुख्य रूप से उत्तरदायी है ?

- (A) सोडियम और पोटैशियम
- (B) तांबा और जस्ता
- (C) गंधक और सिलिकॉन
- (D) फ्लोरीन और आयोडीन

उत्तर : (A) सोडियम और पोटैशियम

3. मरास्मस (Marasmus) रोग मुख्य रूप से किसकी गंभीर और दीर्घकालिक कमी का परिणाम है ?

- (A) केवल विटामिन A
- (B) प्रोटीन और कैलोरी (ऊर्जा) दोनों की कमी
- (C) केवल आयरन
- (D) केवल आयोडीन

उत्तर : (B) प्रोटीन और कैलोरी (ऊर्जा) दोनों की कमी

4. अनाज के दाने की सबसे बाहरी पोषक परत (Choker/Bran) में मुख्य रूप से कौन-सा विटामिन प्रचुर मात्रा में होता है ?

- (A) थायमिन (विटामिन B1)
- (B) विटामिन D
- (C) विटामिन C
- (D) विटामिन A

उत्तर : (A) थायमिन (विटामिन B1)

5. तेल या वसा को बार-बार अत्यधिक तापमान पर गर्म करने से उसमें किस विषैले यौगिक का निर्माण होता है ?

- (A) एक्रोलीन (Acrolein)
- (B) लेसिथिन
- (C) मायोसिन
- (D) पेक्टिन

उत्तर : (A) एक्रोलीन (Acrolein)

6. दूध में कौन-सा आवश्यक खनिज और विटामिन प्राकृतिक रूप से बहुत कम या नगण्य मात्रा में पाया जाता है ?

- (A) कैल्शियम और राइबोफ्लेविन
- (B) लौह (आयरन) और विटामिन C
- (C) फास्फोरस और प्रोटीन
- (D) वसा और लैक्टोज

उत्तर : (B) लौह (आयरन) और विटामिन C

7. आहार में ओमेगा-3 फैटी एसिड (जैसे EPA और DHA) का सबसे समृद्ध प्राकृतिक स्रोत कौन-सा है ?

- (A) समुद्री तैलीय मछली और अलसी (Flaxseed)
- (B) नारियल तेल
- (C) वनस्पति घी
- (D) चावल

उत्तर : (A) समुद्री तैलीय मछली और अलसी (Flaxseed)

8. नीचे दो कथन दिए गए हैं, एक को अभिकथन (A) और दूसरे को कारण (R) के रूप में चिन्हित किया गया है :

अभिकथन (A) : शाकाहारी भोजन में मौजूद गैर-हीम (Non-heme) आयरन के अवशोषण को बढ़ाने के लिए नींबू या आंवला का सेवन लाभकारी है।

कारण (R) : विटामिन C (एस्कॉर्बिक एसिड) फेरिक आयरन को फेरस आयरन में अपचयित कर उसके अवशोषण को सुगम बनाता है।

उपरोक्त कथनों के संदर्भ में सही उत्तर चुनें :

- (A) (A) और (R) दोनों सही हैं तथा (R), (A) की सही व्याख्या है
- (B) (A) और (R) दोनों सही हैं परन्तु (R), (A) की सही व्याख्या नहीं है
- (C) (A) सही है परन्तु (R) गलत है
- (D) (A) गलत है परन्तु (R) सही है

उत्तर : (A) (A) और (R) दोनों सही हैं तथा (R), (A) की सही व्याख्या है

9. मिल्क शुगर (Lactose) किन दो सरल मोनोसैकेराइड्स के मिलने से बनती है ?

- (A) ग्लूकोज + गैलेक्टोज
- (B) ग्लूकोज + फ्रुक्टोज

(C) ग्लूकोज + ग्लूकोज

(D) गैलेक्टोज + माल्टोज

उत्तर : (A) ग्लूकोज + गैलेक्टोज

10. किण्वन (Fermentation) की प्रक्रिया द्वारा इडली व डोसे के घोल में कौन-सा पोषक तत्व बढ़ जाता है ?

(A) विटामिन B-कॉम्प्लेक्स एवं विटामिन C

(B) संतृप्त वसा

(C) सुक्रोज

(D) कैरोटीनॉइड्स

उत्तर : (A) विटामिन B-कॉम्प्लेक्स एवं विटामिन C

11. सूची – I (पोषक तत्व / खाद्य घटक) को सूची – II (नैदानिक लक्षण / परीक्षण) के साथ सुमेलित कीजिए और दिए गए कूट से सही उत्तर चुनिए :

सूची – I (पोषक तत्व / घटक)	सूची – II (संबंधित लक्षण / प्रभाव)
a. राइबोफ्लेविन (विटामिन B2)	1. कीलोसिस (होठों के कोनों का फटना)
b. फ्लोरीन की अधिकता	2. दांतों में फ्लोरोसिस एवं चिन्तीदार इनेमल
c. आयोडीन की कमी	3. क्रेटिनिज्म (शिशु में मंदबुद्धि)
d. प्रोटीन की अत्यधिक कमी	4. ओडीमा (शरीर में सूजन)

कूट (Codes) :

(A) a-1, b-2, c-3, d-4

(B) a-2, b-1, c-4, d-3

(C) a-1, b-3, c-2, d-4

(D) a-4, b-2, c-3, d-1

उत्तर : (A) a-1, b-2, c-3, d-4

12. भोजन के पचने के बाद अवशोषित पोषक तत्वों की उपयोगिता बढ़ाने में 'विशिष्ट गतिक क्रिया' (SDA) सबसे अधिक किस पोषक तत्व की होती है ?

(A) प्रोटीन (लगभग 30%)

(B) कार्बोहाइड्रेट (लगभग 5%)

(C) वसा (लगभग 13%)

(D) खनिज लवण

उत्तर : (A) प्रोटीन (लगभग 30%)

13. डिब्बाबंद खाद्य पदार्थों में होने वाले खतरनाक जीवाणुजनित विषाक्तता 'बोटुलिज़्म' (Botulism) का प्रेरक जीवाणु कौन-सा है ?

(A) क्लॉस्ट्रिडियम बोटुलिनम

(B) साल्मोनेला टाइफी

(C) स्टेफिलोकोकस ऑरियस

(D) एस्चेरिचिया कोलाई

उत्तर : (A) क्लॉस्ट्रिडियम बोटुलिनम

14. गेहूं के चोकर और अनाजों के बाहरी छिलके में पाया जाने वाला कौन-सा यौगिक कैल्शियम और जिंक के अवशोषण को बाधित करता है ?

(A) फाइटिक एसिड (फाइटेट)

(B) ऑक्सालिक एसिड

(C) सोलेनिन

(D) लैक्टिक एसिड

उत्तर : (A) फाइटिक एसिड (फाइटेट)

15. सब्जियों को सुखाने या फ्रीज करने से पहले उबलते पानी या भाप में कुछ मिनट रखकर तुरंत ठंडा करने की प्रक्रिया क्या कहलाती है ?

(A) ब्लांचिंग (Blanching)

(B) सिमरिंग

(C) पोचिंग

(D) ब्रोइलिंग

उत्तर : (A) ब्लांचिंग (Blanching)

16. पीलिया (Jaundice) या यकृत रोगों में रोगी के आहार में किस पोषक तत्व की मात्रा को अत्यधिक सीमित कर दिया जाता है ?

(A) वसा (Fats)

(B) कार्बोहाइड्रेट

(C) विटामिन

(D) जल

उत्तर : (A) वसा (Fats)

17. सोयाबीन में लगभग कितने प्रतिशत प्रोटीन पाया जाता है जिसके कारण इसे 'गरीबों का मांस' भी कहा जाता है ?

(A) 40% से 43%

(B) 10% से 12%

(C) 20% से 22%

(D) 60% से 70%

उत्तर : (A) 40% से 43%

18. मानव शरीर में जल संतुलन और अम्ल-क्षार संतुलन बनाए रखने में मुख्य भूमिका किस अंग की होती है ?

- (A) वृक्क (गुर्दे / Kidney)
- (B) आमाशय
- (C) प्लीहा
- (D) पित्ताशय

उत्तर : (A) वृक्क (गुर्दे / Kidney)

19. गर्भाधान के समय पुरुष के शुक्राणु और महिला के डिम्ब के निषेचन से बनने वाली एकल कोशिका को क्या कहते हैं ?

- (A) युग्मनज (Zygote)
- (B) भ्रूण (Embryo)
- (C) फीटस
- (D) ब्लास्टोसिस्ट

उत्तर : (A) युग्मनज (Zygote)

20. जीन पियाजे के अनुसार 'अहमकेंद्रित चिंतन' (Egocentric Thinking) किस विकासात्मक अवस्था की प्रमुख विशेषता है ?

- (A) पूर्व-संक्रियात्मक अवस्था (2-7 वर्ष)
- (B) संवेदी-पेशीय अवस्था
- (C) मूर्त-संक्रियात्मक अवस्था
- (D) औपचारिक-संक्रियात्मक अवस्था

उत्तर : (A) पूर्व-संक्रियात्मक अवस्था (2-7 वर्ष)

21. नवजात शिशु के अचानक तेज आवाज या गिरने के अहसास पर अपनी भुजाओं को बाहर फैलाकर फिर समेटने का प्रतिवर्त क्या कहलाता है ?

- (A) मोरो रिफ्लेक्स (Moro Reflex)
- (B) रूटिंग रिफ्लेक्स
- (C) बबिन्स्की रिफ्लेक्स
- (D) ग्रैस्प रिफ्लेक्स

उत्तर : (A) मोरो रिफ्लेक्स (Moro Reflex)

22. बाल विकास में 'स्कैफोल्डिंग' (Scaffolding / पाड़ या ढांचा निर्माण) की संकल्पना का क्या अर्थ है ?

- (A) वयस्क द्वारा बच्चे को सीखने में दिया जाने वाला अस्थायी सहयोग व मार्गदर्शन
- (B) बच्चे को दंड देना
- (C) केवल औपचारिक परीक्षा लेना
- (D) बच्चे को अकेला छोड़ देना

उत्तर : (A) वयस्क द्वारा बच्चे को सीखने में दिया जाने वाला अस्थायी सहयोग व मार्गदर्शन

23. एरिक एरिकसन के मनोसामाजिक सिद्धांत के अनुसार शैशवावस्था (0-1 वर्ष) का केंद्रीय संकट क्या है ?

- (A) विश्वास बनाम अविश्वास (Trust vs Mistrust)

- (B) स्वायत्तता बनाम लज्जा
- (C) पहल बनाम दोष
- (D) परिश्रम बनाम हीनता

उत्तर : (A) विश्वास बनाम अविश्वास (Trust vs Mistrust)

24. नीचे दो कथन दिए गए हैं, एक को अभिकथन (A) और दूसरे को कारण (R) के रूप में चिन्हित किया गया है :

अभिकथन (A) : व्यक्तिगत भिन्नता के कारण दो समयवयस्क बच्चों के विकास की दर में अंतर हो सकता है।

कारण (R) : प्रत्येक बालक की आनुवंशिक संरचना और वातावरणीय उद्दीपन भिन्न-भिन्न होते हैं।

उपरोक्त कथनों के संदर्भ में सही उत्तर चुनें :

- (A) (A) और (R) दोनों सही हैं तथा (R), (A) की सही व्याख्या है
- (B) (A) और (R) दोनों सही हैं परन्तु (R), (A) की सही व्याख्या नहीं है
- (C) (A) सही है परन्तु (R) गलत है
- (D) (A) गलत है परन्तु (R) सही है

उत्तर : (A) (A) और (R) दोनों सही हैं तथा (R), (A) की सही व्याख्या है

25. सूची - I (पालन-पोषण शैली) को सूची - II (माता-पिता के व्यवहार) के साथ सुमेलित कीजिए और दिए गए कूट से सही उत्तर चुनिए :

सूची - I (पालन-पोषण शैली)	सूची - II (माता-पिता का व्यवहार)
a. लोकतांत्रिक / आधिकारिक शैली	1. अत्यधिक मांग और कठोर नियंत्रण, स्नेह का अभाव
b. सत्तावादी शैली	2. उच्च स्नेह और स्पष्ट सीमाओं के साथ संवाद
c. अनुज्ञाकारी / अनुदार शैली	3. अत्यधिक लाड़-प्यार, कोई नियम या सीमाएं नहीं
d. उपेक्षापूर्ण शैली	4. भावनात्मक दूरी, बच्चों की आवश्यकताओं के प्रति बेपरवाह

कूट (Codes) :

(A) a-2, b-1, c-3, d-4

(B) a-1, b-2, c-4, d-3

(C) a-2, b-3, c-1, d-4

(D) a-4, b-1, c-3, d-2

उत्तर : (A) a-2, b-1, c-3, d-4

26. बाल्यावस्था में 'जीववाद' (Animism) का क्या तात्पर्य है ?

(A) निर्जीव वस्तुओं (जैसे गुड़िया, पत्थर) को सजीव समझना

(B) केवल जीवित प्राणियों से डरना

(C) जानवरों की नकल करना

(D) प्रकृति से दूर रहना

उत्तर : (A) निर्जीव वस्तुओं (जैसे गुड़िया, पत्थर) को सजीव समझना

27. किशोरावस्था में स्वयं को दूसरों के निरंतर आकर्षण व मूल्यांकन का केंद्र समझने की भावना को डेविड एल्काइंड ने क्या कहा है ?

(A) काल्पनिक दर्शक (Imaginary Audience)

(B) व्यक्तिगत दंतकथा (Personal Fable)

(C) हीनभावना

(D) स्वायत्तता

उत्तर : (A) काल्पनिक दर्शक (Imaginary Audience)

28. पॉक्सो अधिनियम (POCSO Act) किस वर्ष लागू किया गया था जिसका उद्देश्य बच्चों को यौन अपराधों से बचाना है ?

(A) 2012

(B) 2005

(C) 2016

(D) 2000

उत्तर : (A) 2012

29. वह ग्रंथि जो शरीर में वृद्धि हार्मोन (GH) का स्राव करती है और अन्य अंतःस्रावी ग्रंथियों की 'मास्टर ग्रंथि' कहलाती है :

(A) पीयूष ग्रंथि (Pituitary Gland)

(B) थायरॉयड ग्रंथि

(C) अधिवृक्क ग्रंथि

(D) थाइमस

उत्तर : (A) पीयूष ग्रंथि (Pituitary Gland)

30. कोहलबर्ग के नैतिक विकास के अनुसार 'दंड एवं आज्ञाकारिता अभिविन्यास' किस स्तर का भाग है ?

(A) पूर्व-पारंपरिक स्तर (Pre-conventional Level)

(B) पारंपरिक स्तर

(C) उत्तर-पारंपरिक स्तर

(D) सार्वभौमिक नैतिक स्तर

उत्तर : (A) पूर्व-पारंपरिक स्तर (Pre-conventional Level)

31. विशिष्ट बालकों में 'डिस्लेक्सिया' (Dyslexia) मुख्य रूप से किस विकार से संबंधित है ?

(A) पठन विकार (पढ़ने में कठिनाई)

(B) गणितीय गणना विकार

(C) लेखन विकार

(D) गत्यात्मक विकार

उत्तर : (A) पठन विकार (पढ़ने में कठिनाई)

32. मानव विकास के किस काल को 'विकास का संधिकाल' (Transitional Period) कहा जाता है ?

(A) किशोरावस्था

(B) शैशवावस्था

(C) उत्तर-बाल्यावस्था

(D) प्रौढ़ावस्था

उत्तर : (A) किशोरावस्था

33. संयुक्त परिवार (Joint Family) का सबसे प्रमुख सामाजिक-आर्थिक लाभ क्या है ?

(A) सदस्यों में सामाजिक सुरक्षा, श्रम विभाजन एवं सहयोग

(B) गोपनीयता में वृद्धि

(C) व्यक्तिगत स्वतंत्रता की अधिकता

(D) संपत्ति का त्वरित विभाजन

उत्तर : (A) सदस्यों में सामाजिक सुरक्षा, श्रम विभाजन एवं सहयोग

34. शिशु द्वारा लगभग 6 से 8 माह की उम्र में एक ही व्यंजन-स्वर ध्वनि को बार-बार दोहराना (जैसे बा-बा, दा-दा) क्या कहलाता है ?

(A) बैबलिंग या बड़बड़ाना (Babbling)

(B) कूकना (Cooing)

(C) टेलीग्राफिक स्पीच

(D) होलोफ्रेज

उत्तर : (A) बैबलिंग या बड़बड़ाना (Babbling)

35. भारत में बाल विवाह प्रतिषेध अधिनियम (Prohibition of Child Marriage Act) किस वर्ष पारित किया गया था ?

(A) 2006

(B) 1978

(C) 2011

(D) 1986

उत्तर : (A) 2006

36. बालक में सामाजिक चेतना का प्रथम औपचारिक अभिकरण (Secondary Agent of Socialization) कौन-सा होता है ?

(A) विद्यालय

(B) परिवार

(C) दूरदर्शन

(D) पड़ोस

उत्तर : (A) विद्यालय

37. गृह प्रबंधन के अंतर्गत 'मूल्यांकन' (Evaluation) चरण का मुख्य उद्देश्य क्या होता है ?

(A) योजना की सफलता-विफलता का विश्लेषण कर भविष्य के लिए सीखना

(B) कार्यों का प्रारंभिक विभाजन करना

(C) केवल बजट बनाना

(D) कार्य का निरीक्षण न करना

उत्तर : (A) योजना की सफलता-विफलता का विश्लेषण कर भविष्य के लिए सीखना

38. संसाधनों की प्रमुख विशेषता निम्नलिखित में से कौन-सी नहीं है ?

(A) सभी संसाधन असीमित होते हैं

(B) संसाधनों के वैकल्पिक उपयोग संभव हैं

(C) संसाधन सीमित होते हैं

(D) संसाधन परस्पर संबंधित होते हैं

उत्तर : (A) सभी संसाधन असीमित होते हैं

39. कार्य सरलीकरण की औपचारिक प्रयोगशाला तकनीक 'क्रोनोसाइकलोग्राफ' (Chronocyclegraph) में हाथ की गति का अध्ययन कैसे किया जाता है ?

(A) उंगलियों पर छोटे प्रकाश बल्ब बांधकर उनकी गति का फोटोग्राफ लेकर

(B) स्टॉपवॉच से समय नापकर

(C) हाथ पर धागा लपेटकर

(D) केवल कागज पर रेखाएं खींचकर

उत्तर : (A) उंगलियों पर छोटे प्रकाश बल्ब बांधकर उनकी गति का फोटोग्राफ लेकर

40. मंडेल के परिवर्तन के 5 वर्गों में प्रथम वर्ग (Class I Change) कौन-सा है ?

(A) हाथ और शरीर की गतियों में परिवर्तन

(B) कार्य के क्रम और उपकरणों में परिवर्तन

(C) उत्पादन सामग्री में परिवर्तन

(D) तैयार उत्पाद में परिवर्तन

उत्तर : (A) हाथ और शरीर की गतियों में परिवर्तन

41. आंतरिक सज्जा में 'लय' (Rhythm) उत्पन्न करने की विधियों में कौन-सी विधि शामिल नहीं है ?

(A) रेखाओं या आकारों की पुनरावृत्ति

(Repetition)

(B) आकार में क्रमिक वृद्धि (Gradation)

(C) विकिरण (Radiation)

(D) असंगत अव्यवस्था

उत्तर : (D) असंगत अव्यवस्था

42. नीचे दो कथन दिए गए हैं, एक को अभिकथन (A) और दूसरे को कारण (R) के रूप में चिन्हित किया गया है :

अभिकथन (A) : एक आदर्श पारिवारिक बजट सदैव 'बचत का बजट' (Surplus Budget) होना चाहिए।

कारण (R) : बचत का बजट भविष्य की अनिश्चितताओं से सुरक्षा प्रदान करता है और पूंजी निर्माण को बढ़ावा देता है।

उपरोक्त कथनों के संदर्भ में सही उत्तर चुनें :

(A) (A) और (R) दोनों सही हैं तथा (R), (A) की सही व्याख्या है

(B) (A) और (R) दोनों सही हैं परन्तु (R), (A) की सही व्याख्या नहीं है

(C) (A) सही है परन्तु (R) गलत है

(D) (A) गलत है परन्तु (R) सही है

उत्तर : (A) (A) और (R) दोनों सही हैं तथा (R), (A) की सही व्याख्या है

43. सूची - I (डिजाइन के तत्त्व / सिद्धांत) को सूची - II (दृश्य प्रभाव / परिभाषा) के साथ सुमेलित कीजिए और कूट से सही उत्तर चुनिए :

सूची - I (तत्त्व / सिद्धांत)	सूची - II (दृश्य प्रभाव / परिभाषा)
a. ऊर्ध्वाधर रेखाएँ (Vertical lines)	1. शांति, स्थिरता और चौड़ाई का आभास
b. क्षैतिज रेखाएँ (Horizontal lines)	2. ऊंचाई, गरिमा और भव्यता का आभास
c. अनौपचारिक संतुलन (Asymmetrical)	3. केंद्र के चारों ओर वस्तुओं की व्यवस्था

d. रेडियल संतुलन (Radial Balance)	4. विभिन्न भार वाली वस्तुओं का दृष्टिगत संतुलन
--------------------------------------	--

कूट (Codes) :

- (A) a-2, b-1, c-4, d-3
- (B) a-1, b-2, c-3, d-4
- (C) a-2, b-4, c-1, d-3
- (D) a-3, b-1, c-4, d-2

उत्तर : (A) a-2, b-1, c-4, d-3

44. पारिवारिक जीवन चक्र की तृतीय अवस्था 'संकुचित अवस्था' (Contracting Stage) की अंतिम उप-अवस्था कौन-सी होती है ?

- (A) खाली घोंसला या सेवानिवृत्ति अवस्था (Empty Nest / Retirement)
- (B) प्रारंभिक अवस्था
- (C) बच्चों के विवाह की अवस्था
- (D) महाविद्यालय अवस्था

उत्तर : (A) खाली घोंसला या सेवानिवृत्ति अवस्था (Empty Nest / Retirement)

45. प्रैंग रंग प्रणाली के अनुसार दो प्राथमिक रंगों को समान अनुपात में मिलाने से बनने वाला रंग क्या कहलाता है ?

- (A) द्वितीयक रंग (Secondary Color)
- (B) तृतीयक रंग
- (C) तटस्थ रंग
- (D) मध्यवर्ती रंग

उत्तर : (A) द्वितीयक रंग (Secondary Color)

46. उपभोक्ता अधिकारों में 15 मार्च 1962 को अमेरिकी राष्ट्रपति जॉन एफ. कैनेडी द्वारा घोषित चार मौलिक अधिकारों में कौन-सा शामिल नहीं था ?

- (A) सुरक्षा का अधिकार
- (B) सूचना पाने का अधिकार
- (C) चुनने का अधिकार
- (D) मुफ्त उपहार पाने का अधिकार

उत्तर : (D) मुफ्त उपहार पाने का अधिकार

47. आंतरिक सज्जा में कमरे की छत नीची होने पर उसे ऊंचा दिखाने के लिए किस प्रकार के पर्दों का प्रयोग किया जाना चाहिए ?

- (A) लंबवत (खड़ी) धारियों वाले पर्दे
- (B) आड़ी (क्षैतिज) धारियों वाले पर्दे
- (C) बड़े-बड़े गोल फूलों वाले पर्दे
- (D) छोटे चौकोर पर्दे

उत्तर : (A) लंबवत (खड़ी) धारियों वाले पर्दे

48. समय प्रबंधन में 'कार्य वक्र' (Work Curve) में कार्य प्रारंभ के तुरंत बाद उत्पादन में होने वाली स्वाभाविक वृद्धि को क्या कहते हैं ?

- (A) वॉर्म-अप अवधि (Warm-up period)
- (B) थकान पठार
- (C) विश्राम काल
- (D) पीक लोड

उत्तर : (A) वॉर्म-अप अवधि (Warm-up period)

49. रसोईघर में 'एल-आकार' (L-Shaped Kitchen) लेआउट का प्रमुख लाभ क्या होता है ?

- (A) दो आसन्न दीवारों का उपयोग और डाइनिंग के लिए पर्याप्त स्थान
- (B) केवल एक दीवार पर सीमित होना
- (C) अत्यधिक संकीर्ण होना
- (D) कोई कार्य त्रिकोण न होना

उत्तर : (A) दो आसन्न दीवारों का उपयोग और डाइनिंग के लिए पर्याप्त स्थान

50. प्रैंग रंग प्रणाली में 'लाल, पीला और नारंगी' किस रंग समूह का प्रतिनिधित्व करते हैं ?

- (A) गर्म रंग (Warm Colors)
- (B) ठंडे रंग (Cool Colors)
- (C) तटस्थ रंग
- (D) मूक रंग

उत्तर : (A) गर्म रंग (Warm Colors)

51. शारीरिक श्रम करते समय मांसपेशियों में किस अम्ल के जमाव के कारण शारीरिक थकान (Physical Fatigue) महसूस होती है ?

- (A) लैक्टिक एसिड (Lactic Acid)
- (B) हाइड्रोक्लोरिक एसिड
- (C) एसिटिक एसिड
- (D) साइट्रिक एसिड

उत्तर : (A) लैक्टिक एसिड (Lactic Acid)

52. उपभोक्ता मामलों के समाधान हेतु 'राष्ट्रीय उपभोक्ता विवाद निवारण आयोग' (NCDRC) का मुख्यालय कहाँ स्थित है ?

- (A) नई दिल्ली
- (B) मुंबई
- (C) कोलकाता
- (D) चेन्नई

उत्तर : (A) नई दिल्ली

53. पारिवारिक आय में 'मानसिक आय' (Psychic Income) का क्या अर्थ है ?

- (A) धन और भौतिक वस्तुओं के उपभोग से प्राप्त होने वाला आंतरिक संतोष
- (B) बैंक ब्याज से मिली आय
- (C) वेतन पर्ची पर लिखी राशि
- (D) नकद लॉटरी जीतना

उत्तर : (A) धन और भौतिक वस्तुओं के उपभोग से प्राप्त होने वाला आंतरिक संतोष

54. घर के फर्श की सजावट में उपयोग की जाने वाली प्राकृतिक सामग्री कौन-सी है ?

- (A) संगमरमर और ग्रेनाइट
- (B) विनाइल टाइल्स
- (C) प्लास्टिक शीट
- (D) एस्बेस्टस

उत्तर : (A) संगमरमर और ग्रेनाइट

55. फ्लेक्स (Flax) के पौधे से प्राप्त होने वाले प्राकृतिक बास्ट रेशे को क्या कहा जाता है ?

- (A) लिनन (Linen)
- (B) जूट
- (C) रेमी
- (D) हेंप

उत्तर : (A) लिनन (Linen)

56. रेशम के कीड़े द्वारा कटाई के दौरान स्रावित प्रोटीन 'फाइब्रॉइन' को आपस में चिपकाने वाला प्राकृतिक गोंद कौन-सा है ?

- (A) सेरिसिन (Sericin)
- (B) केराटिन
- (C) पेक्टिन
- (D) एल्ब्यूमिन

उत्तर : (A) सेरिसिन (Sericin)

57. जींस या डेनिम (Denim) कपड़े के निर्माण में मुख्य रूप से किस बुनाई का प्रयोग किया जाता है ?

- (A) ट्विल बुनाई (Twill Weave)
- (B) सादी बुनाई
- (C) साटन बुनाई
- (D) डॉबी बुनाई

उत्तर : (A) ट्विल बुनाई (Twill Weave)

58. वस्त्रों में सूत की कटाई (Spinning) के दौरान रेशों को समानांतर करने और छोटी अशुद्धियों को निकालने की बारीक प्रक्रिया क्या है ?

- (A) कोम्बिंग या कंघी करना (Combing)
- (B) गिनिंग

(C) रोविंग

(D) कैलेंडरिंग

उत्तर : (A) कोम्बिंग या कंघी करना (Combing)

59. नीचे दो कथन दिए गए हैं, एक को अभिकथन (A) और दूसरे को कारण (R) के रूप में चिन्हित किया गया है :

अभिकथन (A) : गर्मियों के मौसम में सूती एवं लिनन के वस्त्र पहनना सर्वाधिक आरामदायक होता है।

कारण (R) : सेल्यूलोसिक रेशों में उच्च आर्द्रता अवशोषण क्षमता (Absorbency) और उत्कृष्ट ऊष्मा चालकता होती है।

उपरोक्त कथनों के संदर्भ में सही उत्तर चुनें :

(A) (A) और (R) दोनों सही हैं तथा (R), (A) की सही व्याख्या है

(B) (A) और (R) दोनों सही हैं परन्तु (R), (A) की सही व्याख्या नहीं है

(C) (A) सही है परन्तु (R) गलत है

(D) (A) गलत है परन्तु (R) सही है

उत्तर : (A) (A) और (R) दोनों सही हैं तथा (R), (A) की सही व्याख्या है

60. सूची - I (पारंपरिक भारतीय कढ़ाई) को सूची - II (संबंधित राज्य / मुख्य विशेषता) के साथ सुमेलित कीजिए और कूट से सही उत्तर चुनिए :

सूची - I (पारंपरिक कढ़ाई)	सूची - II (राज्य / विशेषता)
a. फुलकारी	1. पश्चिम बंगाल - पुरानी साड़ियों पर रनिंग स्टिच
b. कांथा	2. पंजाब - खट्टर पर रेशमी पट धागे से ज्यामितीय कढ़ाई
c. कसूती	3. बिहार (मिथिलांचल) - सुजनी रजाई
d. सुजनी	4. कर्नाटक - इलकल साड़ी पर मंदिर और रथ मोटिफ

कूट (Codes) :

(A) a-2, b-1, c-4, d-3

(B) a-1, b-2, c-3, d-4

(C) a-2, b-4, c-1, d-3

(D) a-4, b-1, c-2, d-3

उत्तर : (A) a-2, b-1, c-4, d-3

61. कपड़ों की सतह पर रोलर्स की सहायता से अत्यधिक दबाव और ताप देकर चिकनाई व चमक लाने की यांत्रिक परिसज्जा क्या कहलाती है ?

- (A) कैलेंडरिंग (Calendering)
- (B) टेंटरिंग
- (C) ब्लीचिंग
- (D) कार्बोनाइजिंग

उत्तर : (A) कैलेंडरिंग (Calendering)

62. कपड़े की चौड़ाई को एक समान सीधा करने और बाना धागों को समकोण पर स्थिर करने के लिए कौन-सी परिसज्जा की जाती है ?

- (A) टेंटरिंग (Tentering)
- (B) मोइरिंग
- (C) ग्लेजिंग
- (D) साइजिंग

उत्तर : (A) टेंटरिंग (Tentering)

63. सफेद सूती कपड़ों पर लगे चाय या कॉफी के वानस्पतिक दाग को हटाने के लिए सबसे सुरक्षित घरेलू ब्लीच कौन-सा है ?

- (A) हाइड्रोजन पेरोक्साइड या नींबू का रस और धूप
- (B) सल्फ्यूरिक एसिड
- (C) कास्टिक सोडा
- (D) केरोसिन

उत्तर : (A) हाइड्रोजन पेरोक्साइड या नींबू का रस और धूप

64. प्राकृतिक रेशों में एकमात्र खनिज रेशा (Mineral Fiber) कौन-सा है जो अग्नि-प्रतिरोधी होता है ?

- (A) एस्बेस्टस (Asbestos)
- (B) ग्लास फाइबर
- (C) कार्बन फाइबर
- (D) नायलॉन

उत्तर : (A) एस्बेस्टस (Asbestos)

65. हाथ की सिलाई में दो कपड़ों को स्थायी रूप से जोड़ने से पहले अस्थायी रूप से रोकने के लिए कौन-सा टांका लगाया जाता है ?

- (A) कच्चा टांका या बास्टिंग (Basting Stitch)
- (B) बखिया (Back stitch)
- (C) तुरपन (Hemming)
- (D) बटनहोल स्टिच

उत्तर : (A) कच्चा टांका या बास्टिंग (Basting Stitch)

66. कपड़ों में 'मोइरिंग' (Moireing) परिसज्जा से कपड़े की सतह पर कैसा दृश्य प्रभाव उत्पन्न होता है ?

- (A) बहते हुए पानी की लहरों जैसा प्रभाव (Watermarked effect)
- (B) रोएंदार प्रभाव
- (C) खुरदुरापन
- (D) छिद्रयुक्त जाल

उत्तर : (A) बहते हुए पानी की लहरों जैसा प्रभाव (Watermarked effect)

67. ऊनी धागे के निर्माण में 'वर्स्टेड धागा' (Worsted Yarn) किस प्रक्रिया द्वारा बनाया जाता है ?

- (A) लंबे रेशों की कंघी (Combing) करके अत्यधिक मजबूत व चिकना धागा
- (B) छोटे रेशों को बिना कंघी किए ढीला बटकर
- (C) रासायनिक घोल से घोलकर
- (D) प्लास्टिक मिलाकर

उत्तर : (A) लंबे रेशों की कंघी (Combing) करके अत्यधिक मजबूत व चिकना धागा

68. कपड़े की बुनाई में करघे (Loom) पर धागों को ऊपर-नीचे करके बाना धागा डालने के लिए रास्ता बनाने की क्रिया को क्या कहते हैं ?

- (A) शेडिंग (Shedding)
- (B) पिकिंग (Picking)
- (C) बीटिंग (Beating)
- (D) लेटिंग-ऑफ

उत्तर : (A) शेडिंग (Shedding)

69. नायलॉन रेशे का रासायनिक नाम क्या है जिसे पॉलीमाइड वर्ग में रखा जाता है ?

- (A) पॉलीहेक्सामेथिलीन एडिपेमाइड (नायलॉन 6,6)
- (B) पॉलीएथिलीन टेरेफ्थेलेट
- (C) सेलूलोज़ एसीटेट
- (D) पॉलीविनाइल क्लोराइड

उत्तर : (A) पॉलीहेक्सामेथिलीन एडिपेमाइड (नायलॉन 6,6)

70. सिलाई मशीन में सिलाई करते समय यदि नीचे का धागा गुच्छेदार (Looping) हो रहा हो, तो इसका क्या कारण है ?

- (A) ऊपरी धागे का तनाव (Upper tension) बहुत ढीला होना
- (B) सुई का बहुत नुकीला होना

(C) बॉबिन केस का साफ होना

(D) कपड़ा बहुत पतला होना

उत्तर : (A) ऊपरी धागे का तनाव (Upper tension) बहुत ढीला होना

71. कपड़ों पर स्याही (Ink) के ताजे दाग को सोखने और हटाने के लिए किसका प्रयोग किया जा सकता है ?

(A) खट्टा दही या कच्चा दूध और नमक

(B) गर्म मोम

(C) ग्रीस

(D) टार

उत्तर : (A) खट्टा दही या कच्चा दूध और नमक

72. शरीर के नाप के आधार पर भूरे कागज (Brown paper) पर परिधान के हिस्सों का सटीक खाका तैयार करना क्या कहलाता है ?

(A) पैटर्न ड्राफ्टिंग (Pattern Drafting)

(B) ड्रेपिंग

(C) लेआउट

(D) ग्रेडिंग

उत्तर : (A) पैटर्न ड्राफ्टिंग (Pattern Drafting)

73. भारत में 'गुडगांव परियोजना' (Gurgaon Experiment) 1920 में किसके नेतृत्व में प्रारंभ की गई थी ?

(A) एफ. एल. ब्रायने (F. L. Brayne)

(B) स्पेंसर हैच

(C) रवींद्रनाथ टैगोर

(D) अल्बर्ट मेयर

उत्तर : (A) एफ. एल. ब्रायने (F. L. Brayne)

74. मार्थाण्डम परियोजना (Marthandam Project) 1921 में किसके द्वारा शुरू की गई थी जिसमें 'त्रिकोणीय विकास' (आध्यात्मिक, मानसिक, शारीरिक) पर बल था ?

(A) डॉ. स्पेंसर हैच (Dr. Spencer Hatch)

(B) महात्मा गांधी

(C) विनोबा भावे

(D) जे. सी. कुमारप्पा

उत्तर : (A) डॉ. स्पेंसर हैच (Dr. Spencer Hatch)

75. उत्तर प्रदेश के इटावा जिले में 1948 में प्रारंभ की गई 'इटावा पायलट प्रोजेक्ट' के सूत्रधार कौन थे ?

(A) अल्बर्ट मेयर (Albert Mayer)

(B) एस. के. डे

(C) सी. सुब्रमण्यम

(D) जयप्रकाश नारायण

उत्तर : (A) अल्बर्ट मेयर (Albert Mayer)

76. शांतिनिकेतन में 'श्री निकेतन प्रयोग' (Sriniketan Experiment) 1921 में किसके द्वारा शुरू किया गया था ?

(A) रवींद्रनाथ टैगोर और एल. एम. एल्महर्स्ट

(B) स्वामी विवेकानंद

(C) राजा राममोहन राय

(D) ईश्वरचंद्र विद्यासागर

उत्तर : (A) रवींद्रनाथ टैगोर और एल. एम. एल्महर्स्ट

77. विस्तार शिक्षा में 'विधि प्रदर्शन' (Method Demonstration) के ऐतिहासिक प्रवर्तक कौन थे ?

(A) डॉ. सीमन ए. नैप (1903, टेक्सास)

(B) पॉल लीगन्स

(C) डगलस एस्मिंगर

(D) कर्ट लेविन

उत्तर : (A) डॉ. सीमन ए. नैप (1903, टेक्सास)

78. नीचे दो कथन दिए गए हैं, एक को अभिकथन

(A) और दूसरे को कारण (R) के रूप में चिह्नित किया गया है :

अभिकथन (A) : विस्तार शिक्षा में स्थानीय नेतृत्व (Local Leadership) की पहचान और प्रशिक्षण कार्यक्रम की सफलता की कुंजी है।

कारण (R) : ग्रामीण समुदाय बाहरी विस्तार कार्यकर्ता की तुलना में अपने ही स्थानीय नेताओं पर अधिक विश्वास करता है।

उपरोक्त कथनों के संदर्भ में सही उत्तर चुनें :

(A) (A) और (R) दोनों सही हैं तथा (R), (A)

की सही व्याख्या है

(B) (A) और (R) दोनों सही हैं परन्तु (R), (A)

की सही व्याख्या नहीं है

(C) (A) सही है परन्तु (R) गलत है

(D) (A) गलत है परन्तु (R) सही है

उत्तर : (A) (A) और (R) दोनों सही हैं तथा (R), (A) की सही व्याख्या है

79. सूची - I (संचार मॉडल / प्रतिपादक) को सूची - II (मॉडल के घटक) के साथ सुमेलित कीजिए और कूट से सही उत्तर चुनिए :

सूची - I (प्रतिपादक / मॉडल)

सूची - II (मॉडल के घटक / संरचना)

a. अरस्तू मॉडल	1. प्रेषक → एनकोडर → सिग्नल → डिकोडर → प्राप्तकर्ता
b. लासवेल मॉडल	2. वक्ता → भाषण → श्रोता (Speaker - Speech - Audience)
c. शैनन एवं वीवर	3. कौन → क्या कहता है → किस माध्यम से → किसे → किस प्रभाव से
d. डेविड बर्लो (SMCR)	4. स्रोत → संदेश → चैनल → प्राप्तकर्ता (Source-Message- Channel-Receiver)

कूट (Codes) :

- (A) a-2, b-3, c-1, d-4
(B) a-1, b-2, c-4, d-3
(C) a-2, b-4, c-1, d-3
(D) a-3, b-1, c-2, d-4

उत्तर : (A) a-2, b-3, c-1, d-4

80. भारत में त्रिस्तरीय पंचायती राज व्यवस्था को संवैधानिक दर्जा किस संविधान संशोधन अधिनियम द्वारा प्रदान किया गया ?

- (A) 73वां संविधान संशोधन अधिनियम (1992)
(B) 74वां संविधान संशोधन
(C) 42वां संविधान संशोधन
(D) 86वां संविधान संशोधन

उत्तर : (A) 73वां संविधान संशोधन अधिनियम (1992)

81. विस्तार शिक्षण में 'फ्लिप चार्ट' (Flip Chart) का उपयोग मुख्य रूप से किस उद्देश्य के लिए किया जाता है ?

- (A) किसी कहानी या प्रक्रिया को चरणबद्ध अनुक्रम में प्रस्तुत करने के लिए
(B) बड़े जनसमूह को दूर से फिल्म दिखाने के लिए
(C) केवल रेडियो ध्वनि सुनाने के लिए
(D) पुस्तक मुद्रण के लिए

उत्तर : (A) किसी कहानी या प्रक्रिया को चरणबद्ध अनुक्रम में प्रस्तुत करने के लिए

82. सामुदायिक विकास में 'जन सहभागिता' (People's Participation) सुनिश्चित करने का सर्वोत्तम साधन क्या है ?

- (A) ग्राम सभा की खुली बैठकें एवं सहभागी योजना निर्माण
(B) सरकारी अधिकारियों द्वारा अकेले निर्णय लेना
(C) केवल समाचार पत्र में विज्ञापन देना
(D) पुलिस द्वारा आदेश जारी करना

उत्तर : (A) ग्राम सभा की खुली बैठकें एवं सहभागी योजना निर्माण

83. विस्तार शिक्षा में 'प्रक्षेत्र दिवस' (Field Day) आयोजित करने का मुख्य प्रयोजन क्या होता है ?

- (A) किसानों और ग्रामीणों को प्रक्षेत्र पर नई तकनीक के प्रत्यक्ष परिणाम दिखाना
(B) केवल खेलकूद प्रतियोगिता कराना
(C) राजनीतिक सभा आयोजित करना
(D) केवल फसल बेचना

उत्तर : (A) किसानों और ग्रामीणों को प्रक्षेत्र पर नई तकनीक के प्रत्यक्ष परिणाम दिखाना

84. प्रसार कार्यकर्ता और ग्रामीण शिक्षार्थियों के बीच संचार में भाषा या शब्दों के गलत अर्थ निकलने की बाधा को क्या कहते हैं ?

- (A) शब्दार्थ संबंधी बाधा (Semantic Barrier)
(B) भौतिक बाधा
(C) शारीरिक बाधा
(D) पर्यावरणीय बाधा

उत्तर : (A) शब्दार्थ संबंधी बाधा (Semantic Barrier)

85. राष्ट्रीय महिला कोष (RMK) की स्थापना किस वर्ष निर्धन महिलाओं को सूक्ष्म-वित्त (Micro-credit) सहायता देने के लिए की गई थी ?

- (A) 1993
(B) 2001
(C) 1985
(D) 2010

उत्तर : (A) 1993

86. विस्तार शिक्षा में 'कार्यशाला' (Workshop) का प्राथमिक उद्देश्य क्या होता है ?

- (A) व्यावहारिक कार्य करके नया कौशल (Hands-on Skill) सीखना
(B) केवल सैद्धांतिक भाषण सुनना
(C) परीक्षा पास करना
(D) फिल्में देखना

उत्तर : (A) व्यावहारिक कार्य करके नया कौशल (Hands-on Skill) सीखना

87. विकास संचार में 'सामुदायिक रेडियो' (Community Radio) की प्रसारण सीमा (दायरा) सामान्यतः कितनी होती है ?

- (A) 10 से 15 किमी का स्थानीय क्षेत्र
- (B) पूरे देश भर में
- (C) 500 किमी
- (D) पूरे राज्य भर में

उत्तर : (A) 10 से 15 किमी का स्थानीय क्षेत्र

88. प्रसार कार्यकर्ता के अनुसार 'अभियान' (Campaign) का मुख्य लाभ क्या है ?

- (A) सीमित समय में किसी विशिष्ट समस्या पर जनसमुदाय का ध्यान केंद्रित कर तीव्र चेतना पैदा करना
- (B) पूरे वर्ष बिना लक्ष्य के काम करना
- (C) केवल कागजी रिपोर्ट बनाना
- (D) व्यक्तिगत गोपनीय चर्चा

उत्तर : (A) सीमित समय में किसी विशिष्ट समस्या पर जनसमुदाय का ध्यान केंद्रित कर तीव्र चेतना पैदा करना

89. सहभागी ग्रामीण मूल्यांकन (PRA) में 'चैपटी आरेख' या 'वेन आरेख' (Venn Diagram / Chapati Diagram) का प्रयोग किसलिए किया जाता है ?

- (A) गांव की विभिन्न संस्थाओं के आपसी संबंधों और उनके महत्त्व को दर्शाने के लिए
- (B) केवल रोटी पकाने की विधि सिखाने के लिए
- (C) गांव का नक्शा छापने के लिए
- (D) जनसंख्या गिनने के लिए

उत्तर : (A) गांव की विभिन्न संस्थाओं के आपसी संबंधों और उनके महत्त्व को दर्शाने के लिए

90. विस्तार शिक्षा का अंतिम एवं सर्वोच्च लक्ष्य क्या है ?

- (A) ग्रामीण परिवारों के जीवन स्तर और कल्याण का समग्र उत्थान
- (B) केवल साक्षरता प्रतिशत बढ़ाना
- (C) शहर की ओर पलायन कराना
- (D) केवल रासायनिक उर्वरक बेचना

उत्तर : (A) ग्रामीण परिवारों के जीवन स्तर और कल्याण का समग्र उत्थान