

HOME SCIENCE PRACTICE SET-4

1. सूर्य के प्रकाश और त्वचा में उपस्थित 7-डीहाइड्रोकोलेस्ट्रॉल की परस्पर क्रिया से किस विटामिन का संश्लेषण होता है ?

- (A) विटामिन ए
- (B) विटामिन डी
- (C) विटामिन ई
- (D) विटामिन के

उत्तर : (B) विटामिन डी

2. शरीर में जल संतुलन और परासरण दाब को नियंत्रित करने वाला प्रमुख बाह्य-कोशिकीय धनायन कौन-सा है ?

- (A) सोडियम
- (B) पोटैशियम
- (C) मैग्नीशियम
- (D) लौह

उत्तर : (A) सोडियम

3. यकृत में अतिरिक्त ग्लूकोज का संचय किस रूप में होता है जिसे जंतु स्टार्च भी कहा जाता है ?

- (A) सुक्रोज
- (B) ग्लाइकोजन
- (C) सेलूलोज
- (D) माल्टोज

उत्तर : (B) ग्लाइकोजन

4. बच्चों में हड्डियों का मुड़ना और कबूतर जैसी छाती का लक्षण किस पोषक तत्व की कमी से होता है ?

- (A) रिकेट्स (विटामिन डी एवं कैल्शियम की कमी)
- (B) स्कर्वी
- (C) बेरीबेरी
- (D) पेलाग्रा

उत्तर : (A) रिकेट्स (विटामिन डी एवं कैल्शियम की कमी)

5. अंडे के पीले भाग में पाया जाने वाला प्रमुख लौह-युक्त फॉस्फोप्रोटीन कौन-सा है ?

- (A) विटेलिन
- (B) एल्ब्यूमिन
- (C) ग्लूटेन
- (D) मायोसिन

उत्तर : (A) विटेलिन

6. दूध को दही में परिवर्तित करने वाले किण्वन जीवाणु का नाम क्या है ?

- (A) लैक्टोबैसिलस
- (B) साल्मोनेला
- (C) क्लोस्ट्रीडियम
- (D) राइजोबियम

उत्तर : (A) लैक्टोबैसिलस

7. रक्त अल्पता की स्थिति में हीमोग्लोबिन स्तर बढ़ाने के लिए गुड़ के साथ किसका सेवन सर्वाधिक उपयोगी माना जाता है ?

- (A) भुना हुआ चना
- (B) मैदा
- (C) सफेद चावल
- (D) चीनी

उत्तर : (A) भुना हुआ चना

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) : हरी पत्तेदार सब्जियों को पकाने से पूर्व ही धो लेना चाहिए, काटने के उपरांत नहीं।
कारण (R) : काटने के बाद धोने से जल में घुलनशील विटामिन और खनिज लवण बहकर नष्ट हो जाते हैं।

उपरोक्त कथनों के संदर्भ में सही विकल्प 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. आहार नाल के किस भाग में पचे हुए पोषक तत्वों का सर्वाधिक अवशोषण दीर्घरोमों द्वारा होता है ?

- (A) क्षुद्रांत्र (छोटी आंत)
- (B) आमाशय
- (C) बृहदांत्र (बड़ी आंत)
- (D) ग्रसिका

उत्तर : (A) क्षुद्रांत्र (छोटी आंत)

10. दालों में किस आवश्यक अमीनो अम्ल की कमी पाई जाती है जिसकी पूर्ति अनाज के संयोग से होती है ?

- (A) मेथियोनीन
- (B) लाइसिन
- (C) ल्यूसीन
- (D) वेलीन

उत्तर : (A) मेथियोनीन

11. सूची – I को सूची – II के साथ सुमेलित कीजिए और नीचे दिए गए कूट से सही उत्तर चुनिए :

सूची – I (विटामिन)	सूची – II (रासायनिक नाम)
क. विटामिन बी1	1. राइबोफ्लेविन
ख. विटामिन बी2	2. थायमिन
ग. विटामिन बी6	3. साइनोकोबालामिन
घ. विटामिन बी12	4. पाइरिडोक्सिन

कूट :

- (A) क-2, ख-1, ग-4, घ-3
- (B) क-1, ख-2, ग-3, घ-4
- (C) क-2, ख-4, ग-1, घ-3
- (D) क-3, ख-1, ग-4, घ-2

उत्तर : (A) क-2, ख-1, ग-4, घ-3

12. शरीर के घावों को भरने और कोलेजन ऊतक के निर्माण में कौन-सा विटामिन सहायक होता है ?

- (A) विटामिन सी
- (B) विटामिन डी
- (C) विटामिन के
- (D) विटामिन ए

उत्तर : (A) विटामिन सी

13. गर्भावस्था के दौरान महिला के शरीर में रक्त निर्माण हेतु किस तत्व की दैनिक मांग सर्वाधिक बढ़ जाती है ?

- (A) लौह तत्व
- (B) तांबा
- (C) आयोडीन
- (D) गंधक

उत्तर : (A) लौह तत्व

14. फल संरक्षण में जैम बनाने हेतु चीनी का अंतिम सांद्रण कितने प्रतिशत होना चाहिए ?

- (A) 65 से 68 प्रतिशत
- (B) 40 से 45 प्रतिशत
- (C) 20 से 25 प्रतिशत
- (D) 85 से 90 प्रतिशत

उत्तर : (A) 65 से 68 प्रतिशत

15. भोजन में उपस्थित वसा के पाचन हेतु यकृत से निकलने वाला कौन-सा पाचक रस आवश्यक है ?

- (A) पित्त रस
- (B) जठर रस
- (C) लार रस
- (D) आंत्र रस

उत्तर : (A) पित्त रस

16. गेहूं के आटे से चोकर को अलग कर देने पर किस पोषक घटक की भारी हानि होती है ?

- (A) आहारिय रेशा
- (B) केवल वसा
- (C) केवल चीनी
- (D) केवल स्टार्च

उत्तर : (A) आहारिय रेशा

17. नवजात शिशु के लिए जन्म के प्रारंभिक छह माह तक एकमात्र सर्वोत्तम आहार क्या है ?

- (A) केवल मां का दूध
- (B) गाय का दूध
- (C) दाल का पानी
- (D) शहद और घुट्टी

उत्तर : (A) केवल मां का दूध

18. खाद्य संरक्षण हेतु अचार में फफूंद की वृद्धि को रोकने के लिए किसका उपयोग किया जाता है ?

- (A) नमक और सरसों का तेल
- (B) केवल पानी
- (C) चूना
- (D) बेकिंग सोडा

उत्तर : (A) नमक और सरसों का तेल

19. शारीरिक वृद्धि और विकास की प्रक्रिया किस अवस्था से प्रारंभ होकर जीवनपर्यंत चलती है ?

- (A) गर्भाधान काल से
- (B) शैशवावस्था से
- (C) बाल्यावस्था से
- (D) किशोरावस्था से

उत्तर : (A) गर्भाधान काल से

20. नवजात शिशु में भय और असुरक्षा की भावना उत्पन्न होने पर कौन-सा सहज संवेग प्रकट होता है ?

- (A) रोना
- (B) हंसना
- (C) क्रोध
- (D) ईर्ष्या

उत्तर : (A) रोना

21. बालक के प्रथम सामाजिक शिक्षक और प्राथमिक समाजीकरण की इकाई कौन है ?

- (A) परिवार
- (B) विद्यालय
- (C) खेल का मैदान
- (D) सिनेमा

उत्तर : (A) परिवार

22. बाल्यावस्था में भाषा विकास के अंतर्गत वाक्य निर्माण की क्षमता किस आयु वर्ग में सुदृढ़ होती है ?

- (A) 3 से 5 वर्ष
- (B) 6 माह
- (C) 1 वर्ष
- (D) 12 वर्ष

उत्तर : (A) 3 से 5 वर्ष

23. किशोरावस्था में संवेगात्मक अस्थिरता का मुख्य जैविक कारण क्या है ?

- (A) तीव्र अंतःस्रावी ग्रंथियों का स्राव
- (B) आलस्य
- (C) कम भोजन
- (D) अधिक नींद

उत्तर : (A) तीव्र अंतःस्रावी ग्रंथियों का स्राव

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) : खेल बाल्यावस्था के शारीरिक, मानसिक और सामाजिक विकास का सर्वोत्तम साधन है।

कारण (R) : सामूहिक खेलों से बच्चों में सहयोग, नेतृत्व और नियमों के पालन की भावना विकसित 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

25. सूची - I को सूची - II के साथ सुमेलित कीजिए और नीचे दिए गए कूट से सही उत्तर चुनिए :

सूची - I (विकासात्मक अवस्था)

सूची - II (आयु सीमा)

क. शैशवावस्था	1. जन्म से 2 वर्ष
ख. पूर्व-बाल्यावस्था	2. 2 से 6 वर्ष
ग. उत्तर-बाल्यावस्था	3. 6 से 12 वर्ष
घ. किशोरावस्था	4. 12 से 18 वर्ष

कूट :

- (A) क-1, ख-2, ग-3, घ-4
- (B) क-2, ख-1, ग-4, घ-3
- (C) क-1, ख-3, ग-2, घ-4
- (D) क-4, ख-3, ग-2, घ-1

उत्तर : (A) क-1, ख-2, ग-3, घ-4

26. शिशु में वस्तुओं को पकड़ने के लिए संपूर्ण हथेली के प्रयोग के उपरांत उंगलियों का प्रयोग किस नियम को दर्शाता है ?

- (A) सामान्य से विशिष्ट की ओर विकास
- (B) विशिष्ट से सामान्य की ओर
- (C) सिर से पैर की ओर
- (D) अनिश्चित विकास

उत्तर : (A) सामान्य से विशिष्ट की ओर विकास

27. बालक में नैतिक मूल्यों और सदाचार की नींव किस संस्था द्वारा सर्वप्रथम रखी जाती है ?

- (A) परिवार
- (B) न्यायालय
- (C) पुलिस
- (D) बाजार

उत्तर : (A) परिवार

28. शारीरिक संरचना के अनुसार अनुवांशिकता का संचरण किसके माध्यम से होता है ?

- (A) पितृक (जीन)
- (B) रुधिर कणिका
- (C) अस्थि मज्जा
- (D) त्वचा ऊतक

उत्तर : (A) पितृक (जीन)

29. बाल विकास के अध्ययन में अंतरावलोकन विधि की तुलना में किस विधि को अधिक वस्तुनिष्ठ माना जाता है ?

- (A) प्रयोगात्मक एवं अवलोकन विधि
- (B) केवल कल्पना
- (C) व्यक्तिगत कथा
- (D) स्वप्न विश्लेषण

उत्तर : (A) प्रयोगात्मक एवं अवलोकन विधि

30. एक ही माता-पिता की संतानों में रंग-रूप और स्वभाव में अंतर होना किस अनुवांशिक नियम का परिणाम है ?

- (A) विभिन्नता का नियम
- (B) समानता का नियम
- (C) प्रत्यागमन का नियम
- (D) अर्जित गुणों का नियम

उत्तर : (A) विभिन्नता का नियम

31. शैशवावस्था में दूध के दांतों की कुल संख्या कितनी होती है ?

- (A) 20
- (B) 32
- (C) 28
- (D) 16

उत्तर : (A) 20

32. किशोरावस्था को जीवन का सबसे कठिन काल किस मनोवैज्ञानिक ने कहा है ?

- (A) किलपैट्रिक
- (B) वाटसन
- (C) थार्नडाइक
- (D) स्किनर

उत्तर : (A) किलपैट्रिक

33. संयुक्त परिवार के विघटन का एक प्रमुख आधुनिक कारण क्या है ?

- (A) औद्योगीकरण एवं नगरीकरण
- (B) कृषि विस्तार
- (C) धार्मिक आस्था
- (D) ग्रामीण मेल-जोल

उत्तर : (A) औद्योगीकरण एवं नगरीकरण

34. बाल्यावस्था में समलिंगी समूहों के प्रति निष्ठा और मित्रता किस आयु में सर्वाधिक प्रबल होती है ?

- (A) 9 से 12 वर्ष
- (B) 1 से 2 वर्ष
- (C) 18 से 20 वर्ष
- (D) जन्म के तुरंत बाद

उत्तर : (A) 9 से 12 वर्ष

35. माता-पिता के रक्त समूह के आधार पर संतान के रक्त समूह का निर्धारण किस विज्ञान के अंतर्गत आता है ?

- (A) आनुवंशिकी
- (B) समाजशास्त्र
- (C) भौतिकी
- (D) भूगोल

उत्तर : (A) आनुवंशिकी

36. वृद्धावस्था में संवेगात्मक सुरक्षा के लिए सबसे आवश्यक कारक कौन-सा है ?

- (A) पारिवारिक सम्मान और अपनत्व
- (B) केवल एकांत
- (C) अत्यधिक यात्रा
- (D) भारी श्रम

उत्तर : (A) पारिवारिक सम्मान और अपनत्व

37. गृह प्रबंधन प्रक्रिया में पूर्व निर्धारित उद्देश्यों की प्राप्ति हेतु तैयार की गई रूपरेखा क्या कहलाती है ?

- (A) नियोजन (योजना)
- (B) मूल्यांकन
- (C) नियंत्रण
- (D) विश्राम

उत्तर : (A) नियोजन (योजना)

38. मानवीय संसाधनों की श्रेणी में निम्नलिखित में से किसे सम्मिलित किया जाता है ?

- (A) ज्ञान, कौशल और ऊर्जा
- (B) धन और संपत्ति
- (C) मकान और भूमि
- (D) फर्नीचर और वस्त्र

उत्तर : (A) ज्ञान, कौशल और ऊर्जा

39. पारिवारिक बजट तैयार करते समय सर्वप्रथम किस मद का स्पष्ट आकलन आवश्यक है ?

- (A) कुल अनुमानित आय
- (B) विलासिता व्यय
- (C) मनोरंजन व्यय
- (D) केवल ऋण भुगतान

उत्तर : (A) कुल अनुमानित आय

40. रसोईघर में सिंक के नीचे का स्थान मुख्य रूप से किस कार्य हेतु उपयुक्त माना जाता है ?

- (A) कचरा पात्र और सफाई सामग्री का भंडारण
- (B) अनाज का भंडारण
- (C) पके भोजन का भंडारण
- (D) सजावट के फूल

उत्तर : (A) कचरा पात्र और सफाई सामग्री का भंडारण

41. समय और शक्ति के संरक्षण हेतु रसोईघर में बर्तनों और मसालों को कैसे रखा जाना चाहिए ?

- (A) उपयोग के स्थान के निकट और पहुंच के भीतर
- (B) बहुत ऊंचे तराई पर
- (C) दूसरे कमरे में

(D) फर्श पर बिखराकर

उत्तर : (A) उपयोग के स्थान के निकट और पहुंच के भीतर

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) : गृह सज्जा में प्राकृतिक प्रकाश और शुद्ध वायु का समुचित आवागमन अनिवार्य है।

कारण (R) : उचित संवातन से कमरे की नमी, दुर्गंध और रोगाणुओं का शमन होता है तथा स्वास्थ्य उत्तम रहता है।

उपरोक्त कथनों के संदर्भ में सही विकल्प 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 को सूची - II के साथ सुमेलित कीजिए और नीचे दिए गए कूट से सही उत्तर चुनिए :

सूची - I (प्रबंधन चरण)	सूची - II (मुख्य क्रियाकलाप)
क. नियोजन	1. भविष्य के कार्यों का निर्धारण
ख. संगठन	2. साधनों और उत्तरदायित्वों का संयोजन
ग. नियंत्रण	3. योजना के क्रियान्वयन पर निगरानी
घ. मूल्यांकन	4. परिणाम की सफलता का परीक्षण

कूट :

(A) क-1, ख-2, ग-3, घ-4

(B) क-2, ख-1, ग-4, घ-3

(C) क-4, ख-3, ग-2, घ-1

(D) क-1, ख-3, ग-2, घ-4

उत्तर : (A) क-1, ख-2, ग-3, घ-4

44. रंग के हल्केपन या गहरेपन की मात्रा को रंग का कौन-सा गुण कहा जाता है ?

(A) मान (मूल्य)

(B) वर्ण (ह्यू)

(C) तीव्रता (चमक)

(D) तटस्थता

उत्तर : (A) मान (मूल्य)

45. गृह सज्जा में दृष्टि को सुखद लगने वाले रंगों में नीले और हरे रंग को क्या माना जाता है ?

(A) शीतल (ठंडे) रंग

(B) उष्ण (गर्म) रंग

(C) उग्र रंग

(D) भारी रंग

उत्तर : (A) शीतल (ठंडे) रंग

46. पारिवारिक आय में वृद्धि करने का एक गैर-मौद्रिक गृह साधन कौन-सा है ?

(A) गृह वाटिका (किचन गार्डन) में सब्जियां उगाना

(B) बैंक से कर्ज लेना

(C) गहने बेचना

(D) फिजूलखर्ची

उत्तर : (A) गृह वाटिका (किचन गार्डन) में सब्जियां उगाना

47. कमरे के फर्श पर कालीन बिछाने का मुख्य लाभ क्या होता है ?

(A) ध्वनि अवशोषण, गर्माहट और सौंदर्य

(B) केवल धूल जमाना

(C) चलने में बाधा

(D) प्रकाश रोकना

उत्तर : (A) ध्वनि अवशोषण, गर्माहट और सौंदर्य

48. कार्य करते समय शरीर की सही शारीरिक मुद्रा का क्या महत्त्व है ?

(A) कम ऊर्जा व्यय और थकान में कमी

(B) केवल दिखावा

(C) शरीर में दर्द बढ़ना

(D) कार्य धीमा होना

उत्तर : (A) कम ऊर्जा व्यय और थकान में कमी

49. दीवार पर चित्रों को टांगते समय उन्हें किस स्तर पर लगाना चाहिए ?

(A) आंखों के स्वाभाविक दृष्टि स्तर पर

(B) छत के बिल्कुल पास

(C) फर्श के बिल्कुल निकट

(D) दरवाजे के पीछे छिपाकर

उत्तर : (A) आंखों के स्वाभाविक दृष्टि स्तर पर
50. उपभोक्ता को सामान खरीदते समय वस्तु की गुणवत्ता और तौल सुनिश्चित करने हेतु क्या मांगना चाहिए ?

- (A) पक्का बिल और गारंटी पत्र
- (B) केवल मौखिक आश्वासन
- (C) कच्ची पर्ची
- (D) उपहार

उत्तर : (A) पक्का बिल और गारंटी पत्र

51. रसोईघर में प्राकृतिक धुआं और गर्म हवा बाहर निकालने के लिए खिड़की के अतिरिक्त क्या आवश्यक है ?

- (A) रोशनदान या निकास पंखा
- (B) पर्दा
- (C) अलमारी
- (D) शीशा

उत्तर : (A) रोशनदान या निकास पंखा

52. एक ही कमरे को बहुउद्देशीय बनाने के लिए किसका प्रयोग किया जाता है ?

- (A) विभाजक पर्दे या स्क्रीन
- (B) पक्की ईंट की दीवार
- (C) भारी पत्थर
- (D) कोई साधन नहीं

उत्तर : (A) विभाजक पर्दे या स्क्रीन

53. समय योजना में घरेलू कार्यों को दैनिक, साप्ताहिक और मौसमी कार्यों में विभाजित करने से क्या लाभ होता है ?

- (A) कार्य का समुचित संतुलन और कार्यभार में कमी
- (B) कार्यों का भूल जाना
- (C) समय की बर्बादी
- (D) पारिवारिक कलह

उत्तर : (A) कार्य का समुचित संतुलन और कार्यभार में कमी

54. घरेलू कचरे के समुचित निस्तारण हेतु गीले और सूखे कचरे को अलग-अलग किस रंग के पात्रों में रखना चाहिए ?

- (A) हरा (गीला) और नीला (सूखा)
- (B) लाल और काला
- (C) पीला और भूरा
- (D) सफेद और गुलाबी

उत्तर : (A) हरा (गीला) और नीला (सूखा)

55. कपास के पौधे के किस भाग से रुई के रेशे प्राप्त किए जाते हैं ?

- (A) बीज के रोएं (कपास फल/डोडो)
- (B) तने की छाल
- (C) जड़
- (D) पत्तियां

उत्तर : (A) बीज के रोएं (कपास फल/डोडो)

56. रेशम के रेशे को जलाने पर किस प्रकार की गंध आती है जो उसकी प्रोटीन संरचना को दर्शाती है ?

- (A) जलते हुए बाल या पंख जैसी गंध
- (B) जलते हुए कागज जैसी गंध
- (C) प्लास्टिक जैसी गंध
- (D) गंधहीन

उत्तर : (A) जलते हुए बाल या पंख जैसी गंध

57. सूती कपड़े को जलाने पर निकलने वाली राख का स्वरूप कैसा होता है ?

- (A) हल्की, भूरी और भुरभुरी राख
- (B) कठोर काली गोली
- (C) पिघला हुआ प्लास्टिक
- (D) चिपचिपा तरल

उत्तर : (A) हल्की, भूरी और भुरभुरी राख

58. कपड़ों की कटाई में तकली और चरखा किस प्रकार के उपकरण हैं ?

- (A) हस्तचालित पारंपरिक उपकरण
- (B) स्वचालित भारी मशीन
- (C) रासायनिक भट्टी
- (D) बुनाई करघा

उत्तर : (A) हस्तचालित पारंपरिक उपकरण

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

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

अभिकथन (A) : रेशमी वस्त्रों को धोते समय कभी भी गर्म पानी और कठोर क्षार वाले साबुन का प्रयोग नहीं करना चाहिए ।

कारण (R) : रेशम एक संवेदनशील प्राणिज प्रोटीन रेशा है जो क्षार और अत्यधिक ताप से निर्बल होकर नष्ट हो जाता है ।

उपरोक्त कथनों के संदर्भ में सही विकल्प 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 को सूची – II के साथ सुमेलित कीजिए और नीचे दिए गए कूट से सही उत्तर चुनिए :

सूची – I (रेशा)	सूची – II (वर्गीकरण / स्रोत)
क. कपास	1. प्राकृतिक बीज रेशा
ख. लिनन	2. प्राकृतिक तना (बास्ट) रेशा
ग. ऊन	3. प्राकृतिक प्राणिज रेशा
घ. नायलॉन	4. मानव निर्मित रासायनिक रेशा

कूट :

(A) क-1, ख-2, ग-3, घ-4

(B) क-2, ख-1, ग-4, घ-3

(C) क-1, ख-3, ग-2, घ-4

(D) क-3, ख-2, ग-1, घ-4

उत्तर : (A) क-1, ख-2, ग-3, घ-4

61. कपड़े की बुनाई में बाना धागा डालने के लिए प्रयुक्त होने वाले नौकाकार साधन को क्या कहते हैं ?

(A) ढरकी (शटल)

(B) कंघी (रीड)

(C) वार्प बीम

(D) बॉबिन

उत्तर : (A) ढरकी (शटल)

62. सूती वस्त्रों में कड़ापन और चमक लाने के लिए किस पदार्थ का कलफ लगाया जाता है ?

(A) अरारोट या चावल का मांड

(B) नमक

(C) सिरका

(D) चूना

उत्तर : (A) अरारोट या चावल का मांड

63. वस्त्रों की सिलाई में कपड़े के किनारों को मुड़ने और उधड़ने से रोकने के लिए कौन-सी सिलाई की जाती है ?

(A) तुरपन

(B) कच्ची सिलाई

(C) फंदी

(D) काज टांका

उत्तर : (A) तुरपन

64. सिलाई मशीन में सुई के छेद में धागा पिरोने से पूर्व सुई का चपटा भाग किस दिशा में होना चाहिए ?

(A) मशीन के नियम और सुई दंड की बनावट के अनुसार

(B) किसी भी दिशा में

(C) हमेशा बाहर की ओर

(D) नीचे की ओर

उत्तर : (A) मशीन के नियम और सुई दंड की बनावट के अनुसार

65. ऊनी वस्त्रों को कीड़ों से सुरक्षित रखने के लिए संदूक में क्या रखा जाता है ?

(A) नीम की सूखी पत्तियां या कपूर की गोलियां

(B) नमक की थैली

(C) पानी की कटोरी

(D) चीनी

उत्तर : (A) नीम की सूखी पत्तियां या कपूर की गोलियां

66. कपड़े पर लगे हल्दी के ताजे पीले दाग को धोने पर साबुन लगते ही वह लाल क्यों हो जाता है ?

(A) साबुन की क्षारीय प्रकृति के कारण

(B) साबुन के अम्लीय होने से

(C) पानी के ठंडा होने से

(D) धूप के अभाव से

उत्तर : (A) साबुन की क्षारीय प्रकृति के कारण

67. परिधान निर्माण में शरीर के नाप के अनुसार परिधान को ढीलापन देने के लिए अतिरिक्त छोड़ा गया स्थान क्या कहलाता है ?

(A) सहजता भत्ता (इज अलाउंस)

(B) सीवन भत्ता

(C) हेम

(D) डार्ट

उत्तर : (A) सहजता भत्ता (इज अलाउंस)

68. रंगाई की बंधेज विधि में पैटर्न बनाने के लिए कपड़े को रंगने से पूर्व क्या किया जाता है ?

(A) धागे से कसकर बांधा जाता है

(B) कैची से काटा जाता है

(C) इस्त्री की जाती है

(D) उबाला जाता है

उत्तर : (A) धागे से कसकर बांधा जाता है

69. वस्त्रों पर ब्लॉक छपाई (ठप्पा छपाई) करने के लिए ठप्पे सामान्यतः किस सामग्री से बने होते हैं ?

- (A) नक्काशीदार लकड़ी या धातु
- (B) कागज
- (C) कपड़ा
- (D) मोम

उत्तर : (A) नक्काशीदार लकड़ी या धातु

70. कपड़ों को धूप में सुखाते समय रंग उड़ने से बचाने के लिए क्या सावधानी बरतनी चाहिए ?

- (A) कपड़ों को उल्टा करके छायादार स्थान पर सुखाना
- (B) सीधे तेज धूप में छोड़ना
- (C) निचोड़े बिना रखना
- (D) कभी न सुखाना

उत्तर : (A) कपड़ों को उल्टा करके छायादार स्थान पर सुखाना

71. वस्त्र निर्माण में 'ताना' धागा करघे पर किस दिशा में तना रहता है ?

- (A) लंबाई की दिशा में
- (B) चौड़ाई की दिशा में
- (C) तिरछी दिशा में
- (D) गोल दिशा में

उत्तर : (A) लंबाई की दिशा में

72. कपड़े की सतह से रोएं और अवांछित धागों को जलाकर हटाने की परिसज्जा क्या कहलाती है ?

- (A) सिंजिंग (झूलसाना)
- (B) मर्सराइजिंग
- (C) ब्लीचिंग
- (D) डाइंग

उत्तर : (A) सिंजिंग (झूलसाना)

73. विस्तार शिक्षा का कार्यक्षेत्र मुख्य रूप से किन शिक्षार्थियों के उत्थान पर केंद्रित है ?

- (A) ग्रामीण परिवार, कृषक और महिलाएं
- (B) केवल विश्वविद्यालय के प्रोफेसर
- (C) केवल विदेशी छात्र
- (D) केवल उद्योगपति

उत्तर : (A) ग्रामीण परिवार, कृषक और महिलाएं

74. विस्तार शिक्षा किस प्रकार की शिक्षण प्रणाली है जो कक्षा की चारदीवारी से मुक्त होती है ?

- (A) अनौपचारिक और व्यावहारिक शिक्षा
- (B) कठोर औपचारिक शिक्षा
- (C) केवल सैद्धांतिक शिक्षा
- (D) दंड आधारित शिक्षा

उत्तर : (A) अनौपचारिक और व्यावहारिक शिक्षा

75. महात्मा गांधी द्वारा ग्रामीण स्वावलंबन और कुटीर उद्योगों के विकास हेतु 1935 में कौन-सा आश्रम केंद्र स्थापित किया गया था ?

- (A) सेवाग्राम आश्रम (वर्धा)
- (B) साबरमती आश्रम
- (C) शांतिनिकेतन
- (D) फीनिक्स फार्म

उत्तर : (A) सेवाग्राम आश्रम (वर्धा)

76. ग्रामीण महिलाओं को पोषण, टीकाकरण और स्वच्छता की जानकारी देने हेतु सबसे प्रभावी दृश्य साधन कौन-सा है ?

- (A) रंगीन पोस्टर और चार्ट
- (B) केवल अंग्रेजी पुस्तक
- (C) लंबा व्याख्यान
- (D) रेडियो के बिना बोलना

उत्तर : (A) रंगीन पोस्टर और चार्ट

77. विस्तार कार्यकर्ता का ग्रामीणों के साथ संबंध किस भावना पर आधारित होना चाहिए ?

- (A) मित्र, दार्शनिक और मार्गदर्शक की भावना
- (B) शासक और अधिकारी की भावना
- (C) उदासीनता की भावना
- (D) कठोरता की भावना

उत्तर : (A) मित्र, दार्शनिक और मार्गदर्शक की भावना

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

अभिकथन (A) : विस्तार कार्यक्रम ग्रामीणों की वास्तविक आवश्यकताओं और समस्याओं पर आधारित होने चाहिए ।

कारण (R) : जब तक कार्यक्रम में स्थानीय लोगों की रुचि और सहभागिता नहीं होगी, तब तक वह स्थायी नहीं हो सकता ।

उपरोक्त कथनों के संदर्भ में सही विकल्प 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 को सूची - II के साथ सुमेलित कीजिए और नीचे दिए गए कूट से सही उत्तर चुनिए :

सूची - I (विस्तार शिक्षण साधन)	सूची - II (साधन का प्रकार)
क. रेडियो	1. केवल श्रव्य साधन
ख. पोस्टर एवं चार्ट	2. केवल दृश्य साधन
ग. टेलीविजन एवं वीडियो	3. श्रव्य-दृश्य साधन
घ. कठपुतली नाटक	4. पारंपरिक लोक माध्यम

कूट :

- (A) क-1, ख-2, ग-3, घ-4
 (B) क-2, ख-1, ग-4, घ-3
 (C) क-1, ख-3, ग-2, घ-4
 (D) क-3, ख-2, ग-1, घ-4

उत्तर : (A) क-1, ख-2, ग-3, घ-4

80. संचार प्रक्रिया में संदेश को ग्रहण करने के उपरांत श्रोता द्वारा दी जाने वाली प्रतिक्रिया क्या कहलाती है ?

- (A) प्रतिपुष्टि (फीडबैक)
 (B) माध्यम
 (C) कोडिंग
 (D) शोर

उत्तर : (A) प्रतिपुष्टि (फीडबैक)

81. ग्रामीण क्षेत्रों में स्वच्छता और शौचालय निर्माण को बढ़ावा देने हेतु भारत सरकार का प्रमुख अभियान कौन-सा है ?

- (A) स्वच्छ भारत मिशन
 (B) डिजिटल इंडिया
 (C) मेक इन इंडिया
 (D) सागरमाला

उत्तर : (A) स्वच्छ भारत मिशन

82. ग्राम स्तर पर स्वास्थ्य एवं पोषण सेवाओं को सुलभ कराने वाली 'आंगनवाड़ी' किस राष्ट्रीय योजना का केंद्र है ?

- (A) समन्वित बाल विकास सेवा योजना
 (B) प्रधानमंत्री ग्राम सड़क योजना
 (C) सर्व शिक्षा अभियान
 (D) मिड डे मील

उत्तर : (A) समन्वित बाल विकास सेवा योजना

83. विस्तार शिक्षा में किसी नई कृषि तकनीक या बीज के सफल परिणाम को दिखाने के लिए क्या आयोजित किया जाता है ?

- (A) परिणाम प्रदर्शन
 (B) केवल लिखित परीक्षा
 (C) मेला
 (D) जुलूस

उत्तर : (A) परिणाम प्रदर्शन

84. ग्रामीण नेतृत्व के विकास हेतु गांव के किन व्यक्तियों का सहयोग विस्तार कार्यकर्ता के लिए सर्वाधिक उपयोगी होता है ?

- (A) स्थानीय प्रतिष्ठित एवं प्रगतिशील व्यक्ति
 (B) बाहरी ठेकेदार
 (C) अनजान व्यक्ति
 (D) केवल सरकारी बाबू

उत्तर : (A) स्थानीय प्रतिष्ठित एवं प्रगतिशील व्यक्ति

85. गांव में महिलाओं के आर्थिक स्वावलंबन हेतु 10-20 महिलाओं का संगठित बचत समूह क्या कहलाता है ?

- (A) स्वयं सहायता समूह
 (B) राजनीतिक दल
 (C) व्यापार संघ
 (D) उपभोक्ता क्लब

उत्तर : (A) स्वयं सहायता समूह

86. विस्तार शिक्षण की समूह संपर्क विधि में निम्नलिखित में से कौन-सा शामिल है ?

- (A) समूह चर्चा एवं कार्यशाला
 (B) व्यक्तिगत पत्र
 (C) रेडियो प्रसारण
 (D) समाचार पत्र

उत्तर : (A) समूह चर्चा एवं कार्यशाला

87. प्रसार कार्यकर्ता द्वारा ग्रामीणों के घर-घर जाकर व्यक्तिगत संपर्क स्थापित करने का मुख्य लाभ क्या है ?

- (A) गहरा विश्वास और पारिवारिक समस्याओं का सीधा समाधान
 (B) पूरे गांव को एक साथ संबोधित करना
 (C) कम समय में अधिक लोग
 (D) बहुत कम श्रम

उत्तर : (A) गहरा विश्वास और पारिवारिक समस्याओं का सीधा समाधान

88. संचार प्रक्रिया में संदेश भेजने वाले व्यक्ति को क्या कहा जाता है ?

- (A) प्रेषक
 (B) प्राप्तकर्ता
 (C) माध्यम

(D) दर्शक

उत्तर : (A) प्रेषक

89. ग्रामीण विकास कार्यक्रमों के मूल्यांकन का मुख्य प्रयोजन क्या होता है ?

- (A) कार्यक्रम की प्रगति, कमियों और उपलब्धियों का निष्पक्ष आकलन
- (B) केवल कर्मचारियों को दंडित करना
- (C) बजट को बंद करना
- (D) कार्य को अधूरा छोड़ना

उत्तर : (A) कार्यक्रम की प्रगति, कमियों और उपलब्धियों का निष्पक्ष आकलन

90. विस्तार शिक्षा का मूल मंत्र 'करके सीखना' और किस सिद्धांत पर आधारित है ?

- (A) देखकर विश्वास करना
- (B) बिना सोचे मान लेना
- (C) केवल रटना
- (D) परीक्षा उत्तीर्ण करना

उत्तर : (A) देखकर विश्वास करना

EXAM PATRA