

ഗൃഹശാസ്ത്രം
Home Science
(216)
Tutor Marked Assignment

പരമാവധി മാർക്ക്: 20
Max. Marks: 20

കുറിപ്പ്: (i) എല്ലാ ചോദ്യങ്ങൾക്കും ഉത്തരമെഴുതണം. ഓരോ ചോദ്യങ്ങൾക്കും നേരേ അതിന്റെ മാർക്കുകൾ നൽകിയിട്ടുണ്ട്

Note: (i) All questions are compulsory. The Marks allotted for each question are given beside the questions.

(ii) ഉത്തരക്കടലാസിന്റെ ആദ്യപേജിൽ തന്നെ നിങ്ങളുടെ പേര്, എൻറോൾമെന്റ് നമ്പർ, AI പേര്, വിഷയം എന്നിവ എഴുതുക

(ii) Write your name, enrollment numbers, AI name and subject on the first page of the answer sheet.

1. താഴെ കൊടുത്തിരിക്കുന്ന ഏതെങ്കിലും ഒന്നിനെക്കുറിച്ച് 40-60 വാക്കുകളിൽ ഉത്തരമെഴുതുക 2
Answer any one of the following questions in about 40-60 words.

(a) നിങ്ങളുടെ ചുറ്റുപാടിൽ നിന്ന് ഏതെങ്കിലും രണ്ട് പ്രകൃതിദത്ത നാരുകൾ തിരിച്ചറിയുക.
പ്രകൃതിദത്തനാരുകൾ കൊണ്ട് വസ്തുക്കൾ ഉണ്ടാക്കുന്നത് അഭികാമ്യമാകാൻ കാരണമെന്ത്?
(പാഠം 10)

Identify any two natural fibers from your surroundings. Why is it advisable to use garments made from natural fibers? (Lesson 10)

(b) പ്ലെയിൻ വീവ്, ട്വിൽ വീവ് എന്നിവയുടെ രണ്ട് വ്യത്യാസങ്ങൾ ടേബിൾ കോളത്തിൽ എഴുതുക
Mention any two differences between plain weave and twill weave in a tabular form. (Lesson 10)

2. താഴെ കൊടുത്തിരിക്കുന്ന ഏതെങ്കിലും ഒന്നിനെക്കുറിച്ച് 40-60 വാക്കുകളിൽ ഉത്തരമെഴുതുക 2
Answer any one of the following questions in about 40-60 words.

(a) ഷീനയുടെ കാൽ അബദ്ധത്തിൽ സോക്കറ്റിൽ നിന്ന് ഒരു വയറിൽ സ്പർശിച്ചു. അവൾക്ക് വൈദ്യുതഘാതമേറ്റു. വീട്ടിൽ വൈദ്യുതി സുരക്ഷിതമായി ഉപയോഗിക്കുന്നതിന് അനുയോജ്യമായ രണ്ട് വഴികൾ പ്രസ്താവിക്കുക. (പാഠം 18)

Sheena's foot accidentally touched a naked wire from the socket and she got an electric shock. State any two appropriate ways for the safe use of electricity at home. (Lesson 13)

(b) നിങ്ങളുടെ ചുറ്റുപാടുകൾ സൂക്ഷ്മമായി പരിശോധിക്കുകയും കുട്ടികൾക്കും മുതിർന്നവർക്കും ഇടയിൽ ശ്വാസം മുട്ടുന്നതിനും സംസാരം വിക്കുന്നതിനുമുള്ള ഏതെങ്കിലും നാല് കാരണങ്ങൾ തിരിച്ചറിയുക (പാഠം 13)

Critically examine your surroundings and identify any four reasons for suffocation and choking among children and adults. (Lesson 13)

3. താഴെ കൊടുത്തിരിക്കുന്ന ഏതെങ്കിലും ഒന്നിനെക്കുറിച്ച് 40-60 വാക്കുകളിൽ ഉത്തരമെഴുതുക 2

Answer any one of the following questions in about 40-60 words.

- (a) എട്ടുമാസം പ്രായമുള്ള കുട്ടിയാണ് മൃദുല. ഈ പ്രായത്തിലെ വളർച്ചയുടെയും വികാസത്തിന്റെയും രണ്ടു സ്വഭാവ സവിശേഷത ഉദാഹരണസഹിതം വ്യക്തമാക്കുക (പാഠം 18)

Baby Mridula is 8 months old. Mention any two characteristic features each of growth and development of children of her age. (Lesson 18)

- (b) 'വികാസം പരസ്പരം ബന്ധിതമാണ്'. ഉചിതമായ രണ്ട് ഉദാഹരണങ്ങളിലൂടെ വ്യക്തമാക്കുക (പാഠം 18)

"Development is correlated". Justify the statement by giving any two suitable examples.

(Lesson 18)

4. താഴെ കൊടുത്തിരിക്കുന്ന ഏതെങ്കിലും ഒന്നിനെക്കുറിച്ച് 100-150 വാക്കുകളിൽ ഉത്തരമെഴുതുക 4

Answer any one of the following questions in about 100-150 words.

- (a) 'ശരീരത്തിനും മനസ്സിനും ശരിയായ ആരോഗ്യം ആവശ്യമാണ്' ലോകാരോഗ്യ സംഘടന

(WHO) 'ആരോഗ്യ'ത്തെ എങ്ങനെ നിർവ്വചിക്കുന്നു നല്ല ശാരീരികവും മാനസികവും

സാമൂഹികവുമായ ആരോഗ്യത്തിന്റെ രണ്ട് സ്വഭാവ സവിശേഷതകൾ വിവരിക്കുക (പാഠം 7)

Health is the proper functioning of both body and mind. Define "Health" According to World Health Organisation (WHO). Enlist two characteristic features each of good physical health, good mental health and good social health. (Lesson 7)

- (b) പ്രതിരോധശേഷി നിർവ്വചിക്കുക. സ്വാഭാവികപ്രതിരോധശേഷി (natural immunity), നേടിയ പ്രതിരോധശേഷി (acquired immunity) യിൽ നിന്ന് എങ്ങനെ വ്യത്യാസപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു ?

നമുക്ക് പ്രതിരോധശേഷി നേടാനുള്ള രണ്ട് വഴികൾ സൂചിപ്പിക്കുക (പാഠം 7)

Define Immunity. How is natural immunity different from acquired immunity? Mention two ways by which we can acquire immunity. (Lesson 7)

5. താഴെ കൊടുത്തിരിക്കുന്ന ഏതെങ്കിലും ഒന്നിനെക്കുറിച്ച് 100-150 വാക്കുകളിൽ ഉത്തരമെഴുതുക 4

Answer any one of the following questions in about 100-150 words.

- (a) 12-ആം ക്ലാസിൽ പഠിക്കുന്ന കുട്ടിയാണ് തരുൺ. അവൻ ഒരു എഞ്ചിനീയറായി തന്റെ കരിയർ തുടങ്ങാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്നു. മാനേജ് മെന്റിന്റെ നാല് ഘട്ടങ്ങൾ തിരിച്ചറിഞ്ഞ് തന്റെ വിഭവങ്ങൾ ഫലപ്രദമായി ഉപയോഗിച്ച് അവന്റെ ലക്ഷ്യം നേടുന്നതിന് അവനെ സഹായിക്കുക (പാഠം 14)

Tarun is a student of class 12th. He wants to pursue his career as a Engineer. Help him to identify the four steps of management to use his resources effectively to achieve his goal

(Lesson 14)

- (b) (i) വിഭവങ്ങൾ പരിമിതമാണ് വിഭവങ്ങൾ കാര്യക്ഷമമായി ഉപയോഗിക്കുന്നതിന് എന്ത് നാല് മാർഗ്ഗനിർദ്ദേശങ്ങളാണ് കമ്മ്യൂണിറ്റിക്കുവേണ്ടി നിങ്ങൾക്ക് നിർദ്ദേശിക്കുവാനുള്ളത് ?

(ii) നിങ്ങളുടെ സ്വന്തം കമ്മ്യൂണിറ്റിയിലെ ഏതെങ്കിലും രണ്ട് വിഭവങ്ങളുടെ ദുരുപയോഗം ചർച്ചചെയ്യുകയും അത് തടയാനുള്ള വഴികൾ നിർദ്ദേശിക്കുകയും ചെയ്യുക (പാഠം 14)

- (i) Resources are limited. What four guidelines will you suggest to your community to use resources efficiently ?

- (ii) Discuss the misuse of any two resources in your own community and suggest ways to prevent it. (Lesson 14)

6. ഏതെങ്കിലും ഒരു ചോദ്യത്തിന് വിശദമായി ഉത്തരം എഴുതുക 6
Answer any one of the following questions in detail.

- (a) (i) കരുണയും തരുണയും ഒരേ പോലുള്ള ഇരട്ടകളാണ്. കരുണ അവളുടെ അമ്മയുടെ ഗ്രാമത്തിലും, തരുണ അവളുടെ അച്ഛന്റെ കൂടെ പട്ടണത്തിലുമാണ് വളരുന്നത്. രണ്ടു സഹോദരങ്ങളുടെയും വികാസത്തിന്റെ ഏതെങ്കിലും മൂന്ന് പ്രധാന വശങ്ങൾ ഒരു പട്ടിക രൂപത്തിൽ വിശകലനം ചെയ്യുക

(i) നിങ്ങളുടെ അഭിപ്രായത്തിൽ കുട്ടികളുടെ വ്യക്തിത്വവും വ്യക്തിഗത വ്യത്യാസങ്ങളും നിർണ്ണയിക്കാൻ എന്താണ് കൂടുതൽ പ്രാധാന്യം? എന്തുകൊണ്ട്?

- (i) Karuna and Taruna are identical twins. Karuna is brought up in a village by her mother and Taruna is brought up in a urban setting by her father. Analyse any three important aspects of development of both siblings in a tabular form.
(ii) In your opinion what is more important to determine the children's personality and individual differences and Why?

- (b) നമ്മുടെ ആരോഗ്യം നിലനിർത്തുന്നതിൽ ഓരോ പോഷകങ്ങൾക്കും പ്രത്യേക പങ്കുണ്ട്. പോഷകങ്ങൾ ഇല്ലാത്ത ഭക്ഷണം കഴിക്കാൻ തുടങ്ങിയാൽ രോഗ ലക്ഷണങ്ങൾ കണ്ടു തുടങ്ങും

(i) ഇനി പറയുന്ന പോഷകങ്ങളും അവയുടെ രണ്ടു ധർമ്മങ്ങളും വീതം എഴുതുക. ഡയറ്ററി ഫൈബർ, വെള്ളം, വിറ്റാമിൻ -എ

(ii) ഫുഡ് ഗ്രൂപ്പുകളും സമീകൃത ആഹാരവും ഒരു പട്ടിക രൂപത്തിൽ ഉൾപ്പെടുത്തുന്നത് സംബന്ധിച്ച് നിങ്ങൾക്കായി ഒരു ഡയറ്റ് പ്ലാൻ ഉണ്ടാക്കുക (പാഠം 3)

- (b) Each nutrient has a specific role in keeping us healthy. If we start eating the food with missing nutrients, symptoms of the disease will start appearing.

(i) Write any two functions of the following nutrients that are important to sustain life.
Dietary fiber, water, vitamin A

- (ii) Make a diet plan for yourself in terms of inclusion of food groups and balanced diet in a tabular form. (Lesson 3)