NotesCafe
TEACHING EXAMS

UP TGT सहायक अध्यापक (प्रशिक्षित स्नातक) · UPESSC

Previous Year Question Paper

विगत वर्ष का प्रश्न पत्र

2026

SUBJECT

Home Science

गृह विज्ञान

Question Paper Only | Hindi & English | 115 Questions

Home Science | गृह विज्ञान · 2026

115 Questions · प्रश्न

1. Which property makes polyester popular ?
   (a) Low strength (b) Heavy weight
   (c) Wrinkle resistance (d) High absorbency

2. What is the first step in the production cycle ?
   (a) Manpower (b) Proper infrastructure
   (c) Availability of resources (d) Delivery of raw materials

3. _____ is essential for sustaining individual growth and physical output.
   (a) Time (b) Energy
   (c) Skills (d) Money

4. Which of the following is an indirect effect of poor environmental conditions ?
   (a) Genetic mutation
   (b) Decreased immunity
   (c) Mental stress and reduced productivity
   (d) Breathing problems

5. The food guide pyramid is the graphic depiction of the
   (a) Classification of foods according to their biochemical composition
   (b) Proportional intake of different food groups for a balanced diet
   (c) Daily exercise routine and physical activities
   (d) Sequence of metabolic utilization of different nutrients in the body

6. A textile fibre is generally at least how many times longer than its thickness ?
   (a) 100 (b) 500
   (c) 50 (d) 10

7. Which function of media focuses on shaping attitudes and acceptance of ideas ?
   (a) Persuasion (b) Interpretation
   (c) Coordination (d) Information

1. कौन-सा गुण पॉलिएस्टर को लोकप्रिय बनाता है ?
   (a) कम मजबूती (b) अधिक वजन
   (c) झुर्रियों का प्रतिरोध (d) उच्च अवशोषण क्षमता

2. उत्पादन चक्र में पहला चरण क्या है ?
   (a) जनशक्ति (b) उचित अवसंरचना
   (c) संसाधनों की उपलब्धता (d) कच्चे माल की डिलीवरी

3. _____ व्यक्तिगत विकास और भौतिक उत्पादन को बनाए रखने के लिए आवश्यक है ।
   (a) समय (b) ऊर्जा
   (c) कौशल (d) पैसा

4. निम्न में से कौन-सा खराब पर्यावरणीय स्थितियों का अप्रत्यक्ष प्रभाव है ?
   (a) आनुवंशिक उत्परिवर्तन
   (b) रोग प्रतिरोधक क्षमता में कमी
   (c) मानसिक तनाव और उत्पादकता में कमी
   (d) सांस लेने में परेशानी

5. खाद्य मार्गदर्शक पिरामिड का ग्राफिक चित्रण है
   (a) खाद्य पदार्थों का उनकी जैव रासायनिक संरचना के अनुसार वर्गीकरण
   (b) संतुलित आहार के लिए विभिन्न खाद्य समूहों का आनुपातिक सेवन
   (c) दैनिक व्यायाम दिनचर्या और शारीरिक गतिविधियाँ
   (d) शरीर में विभिन्न पोषक तत्वों के चयापचय उपयोग का क्रम

6. कपड़े का रेशा आमतौर पर उसकी मोटाई से कम से कम कितना गुना लंबा होता है ?
   (a) 100 (b) 500
   (c) 50 (d) 10

7. मीडिया का कौन-सा कार्य दृष्टिकोण को आकार देने और विचारों की स्वीकृति पर केंद्रित है ?
   (a) अनुनय (b) व्याख्या
   (c) समन्वय (d) जानकारी

NotesCafe Teaching Exams

8. In liver cirrhosis, a patient is provided with a soft and low-fibre diet due to the development of
(a) Oesophageal varices (b) Hypertension
(c) Oedema in legs (d) Ascites

11. Time management means
(a) Ignoring rest
(b) Planning and organizing tasks efficiently
(c) Performing household tasks efficiently
(d) Continuous work

13. What is the role of UNICEF in field of health ?
(a) Sports injuries (b) Agriculture
(c) Malnutrition in children (d) Awareness of obesity

14. Which among the following is not a theory of Clothing ?
(a) Tattooing (b) Modesty
(c) Conformity (d) Individuality

15. Which bandage is best suited for joints like the elbow or knee ?
(a) Figure-of-eight bandage (b) Triangular bandage
(c) Spiral bandage (d) Circular bandage

16. Weaving involves which of the following processes ?
(a) Knotting (b) Twisting
(c) Interlacing at right angles (d) Interlooping

17. Who is the father of extension education ?
(a) J. P. Leagans (b) Kelsey and Hearne
(c) Mildred Horton (d) OP Dhama

8. यकृत सिरोसिस में, एक रोगी को निम्न के विकास के कारण एक नरम और कम रेशे वाला आहार प्रदान किया जाता है
(a) ग्रासनली की नसों का फूलना
(b) उच्च रक्तचाप
(c) पैरों में सूजन
(d) जलोदर

11. समय प्रबंधन का अर्थ है
(a) आराम को नजरअंदाज करना
(b) कार्यों की कुशलतापूर्वक योजना बनाना और उनका आयोजन करना
(c) घरेलू कार्यों को कुशलता से करना
(d) निरंतर कार्य

13. स्वास्थ्य के क्षेत्र में यूनिसेफ की क्या भूमिका है ?
(a) खेल की चोटें
(b) कृषि
(c) बच्चों में कुपोषण
(d) मोटापे के प्रति जागरूकता

14. निम्नलिखित में से कौन-सा कपड़ों का सिद्धांत नहीं है ?
(a) टैटू बनाना (b) सुशीलता
(c) अनुरूपता (d) वैयक्तिकता

15. कोहनी या घुटने जैसे जोड़ों के लिए कौन-सी पट्टी सबसे उपयुक्त है ?
(a) आठ के आकार की पट्टी (b) त्रिकोणीय पट्टी
(c) सर्पिल पट्टी (d) गोलाकार पट्टी

16. बुनाई में निम्नलिखित में से कौन-सी प्रक्रिया शामिल है ?
(a) गांठ बनाना (नॉटिंग) (b) मरोड़ना (ट्विस्टिंग)
(c) समकोण पर इंटरलेसिंग (d) इंटरलूपिंग

17. विस्तार शिक्षा के जनक कौन हैं ?
(a) जे. पी. लीगन्स (b) केल्सी और हर्न
(c) मिल्ड्रेड हॉर्टन (d) ओपी धामा

NotesCafe Teaching Exams

19. Which statement is correct for GAIN ?
(a) It is working on profit base
(b) It has only 50 employees
(c) It is an UN agency
(d) It is an independent non-profit nutrition Swiss organisation

20. Natural fibers are obtained from what sources ?
(a) Natural resources, such as plants and animals
(b) Petroleum Products
(c) Synthetic Materials
(d) Chemical Products

21. Which program focuses on maternal and child health in India ?
(a) Janani Suraksha Yojana (b) Swachh Bharat Mission
(c) Ayushman Bharat (d) Mid-Day Meal Scheme

22. The core objective of Project Village Chhattera was to
(a) Conduct experimental research
(b) Facilitate community participation in development
(c) Promote top-down development planning
(d) Introduce modern agricultural technology

23. A rural area lacks healthcare awareness and basic services. Which approach would be most effective ?
(a) Collaboration between the government and NGOs
(b) Ignoring the issue
(c) Only NGOs working independently
(d) Only government intervention

24. Balance in design refers to
(a) Fabric strength (b) Price
(c) Visual stability (d) Colour choice

25. For a pear-shaped figure, which clothing choice helps balance proportions ?
(a) Crop tops
(b) Skinny Jeans
(c) Tight pencil skirts
(d) A-line skirts and wide-leg pants

19. GAIN के लिए कौन-सा कथन सही है ?
(a) यह लाभ के आधार पर काम कर रहा है
(b) इसमें केवल 50 कर्मचारी हैं
(c) यह संयुक्त राष्ट्र की एक एजेंसी है
(d) यह एक स्वतंत्र गैर-लाभकारी पोषण स्विस संगठन है

20. प्राकृतिक रेशे किन स्रोतों से प्राप्त होते हैं ?
(a) प्राकृतिक संसाधनों, जैसे कि पौधों और जीवों से
(b) पेट्रोलियम उत्पादों से
(c) सिंथेटिक सामग्री से
(d) रासायनिक उत्पादों से

21. भारत में मातृ और बाल स्वास्थ्य पर केंद्रित कौन-सा कार्यक्रम है ?
(a) जननी सुरक्षा योजना (b) स्वच्छ भारत मिशन
(c) आयुष्मान भारत (d) मध्याह्न भोजन योजना

22. ग्राम चटेरा परियोजना का मुख्य उद्देश्य था
(a) प्रयोगात्मक शोध करना
(b) विकास में सामुदायिक भागीदारी को सुगम बनाना
(c) ऊपर से नीचे की विकास योजना को बढ़ावा देना
(d) आधुनिक कृषि प्रौद्योगिकी का परिचय देना

23. ग्रामीण क्षेत्र में स्वास्थ्य जागरूकता और बुनियादी सेवाओं का अभाव है । कौन-सा तरीका सबसे अधिक प्रभावी होगा ?
(a) सरकार और गैर सरकारी संगठनों के बीच सहयोग
(b) मुद्दे को नजरअंदाज करना
(c) केवल स्वतंत्र रूप से काम कर रहे गैर सरकारी संगठन
(d) केवल सरकारी हस्तक्षेप

24. डिजाइन में संतुलन का अर्थ है
(a) कपड़े की मजबूती (b) कीमत
(c) दृश्य स्थिरता (d) रंग चयन

25. नाशपाती के आकार की आकृति के लिए, कौन-से कपड़ों का चयन अनुपातों को संतुलित करने में मदद करता है ?
(a) क्रॉप टॉप्स
(b) स्किनी जीन्स
(c) टाइट पेंसिल स्कर्ट
(d) ए-लाइन स्कर्ट और चौड़े पैर वाली पैंट

NotesCafe Teaching Exams

28. Which of the following is an example of external communication ?
(a) Press conference (b) Office notice
(c) Internal memo (d) Staff meeting

29. _____ resources are central to carrying out any activity; they can be developed through training and self-development.
(a) Time (b) Human
(c) Skill (d) Knowledge

30. Which washing mechanism ensures clothes move through water rather than water through clothes ?
(a) Tumbling (b) Spinning
(c) Pulsation (d) Agitation

31. Which of the following best represents ICT tools ?
(a) Newspapers
(b) Posters
(c) Mobile phones, internet, computers
(d) Radio only

32. NGOs play an important role in the health sector because they
(a) Take help from local helpers
(b) Focus only on villages
(c) Reach underserved populations
(d) Work only for no profit, no loss

33. Resource management primarily aims at
(a) Increasing income
(b) Sustainable utilization of resources
(c) Increasing human effort
(d) Maximizing consumption

34. Which skill helps fashion professionals predict upcoming trends ?
(a) Forecasting ability (b) Technical ability
(c) Analytical ability (d) Communication ability

28. निम्नलिखित में से कौन बाह्य संचार का एक उदाहरण है ?
(a) संवाददाता सम्मेलन (b) कार्यालय सूचना
(c) आंतरिक ज्ञापन (d) कर्मचारियों की बैठक

29. किसी भी गतिविधि को करने के लिए _____ संसाधन केंद्रीय हैं; उन्हें प्रशिक्षण और आत्म-विकास के माध्यम से विकसित किया जा सकता है ।
(a) समय (b) मानव
(c) कौशल (d) ज्ञान

30. कौन-सा धुलाई तंत्र यह सुनिश्चित करता है कि पानी कपड़ों में गुजरने के बजाय कपड़े पानी से होकर गुजरें ?
(a) टम्बलिंग (b) स्पिनिंग
(c) पल्सेशन (d) एजिटेशन

31. निम्नलिखित में से कौन सर्वश्रेष्ठ आई.सी.टी. उपकरण का प्रतिनिधित्व करता है ?
(a) समाचार पत्र
(b) पोस्टर
(c) मोबाइल फोन, इंटरनेट, कंप्यूटर
(d) केवल रेडियो

32. गैर सरकारी संगठन स्वास्थ्य क्षेत्र में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं क्योंकि वे
(a) स्थानीय सहायकों से मदद लेते हैं
(b) केवल गाँवों पर ध्यान देते हैं
(c) कम सेवा प्राप्त आबादी तक पहुँचते हैं
(d) केवल बिना लाभ, बिना हानि के काम करते हैं

33. संसाधन प्रबंधन का मुख्य उद्देश्य है
(a) आय में वृद्धि (b) संसाधनों का सतत उपयोग
(c) मानव प्रयास में वृद्धि (d) अधिकतम खपत

34. कौन-सा कौशल फैशन पेशेवरों को आगामी रुझानों की भविष्यवाणी करने में मदद करता है ?
(a) पूर्वानुमान लगाने की क्षमता
(b) तकनीकी योग्यता
(c) विश्लेषणात्मक क्षमता
(d) संप्रेषण क्षमता

NotesCafe Teaching Exams

35. _____ are materials or inputs that we use to perform an activity and achieve a goal.
(a) Decision-Making (b) Resources
(c) Time Management (d) Skills

36. The strongest part of fabric is
(a) Selvedge (b) Bias
(c) Centre (d) Weft

37. The branch of science that studies the composition of food, nutrients, and their effects on growth, metabolism, and overall health is called
(a) Nutrition (b) Home Science
(c) Health Science (d) Food Biochemistry

38. A family in which the control over the children is exercised by mother's uncle, aunt, or brother is called as
(a) Patriarchal family (b) Matriarchal family
(c) Single-parent family (d) Nuclear family

39. Family budget depends upon non human resource _____ which is not equally distributed among all.
(a) Equipment (b) Time
(c) Furniture (d) Money

40. Given below are two statements, one is labelled as Assertion (A) and other one labelled as Reason (R).
Assertion (A) : Government organisations make health policies.
Reason (R) : NGOs are responsible for policy-making.
In light of the above statements, choose the correct answer from the options given below.
(a) (A) is true, (R) is false (b) (A) is false, (R) is true
(c) Both (A) and (R) are false (d) Both (A) and (R) are true

35. _____ वे सामग्री या निवेश हैं जिनका उपयोग हम किसी गतिविधि को करने और लक्ष्य प्राप्त करने के लिए करते हैं ।
(a) निर्णय लेना (b) संसाधन
(c) समय प्रबंधन (d) कौशल

36. कपड़े का सबसे मजबूत हिस्सा है
(a) गोंटा (सेल्विज) (b) अभिनति (बायस)
(c) केन्द्र (सेंटर) (d) बाना (वेफ्ट)

37. विज्ञान की वह शाखा जो भोजन, पोषक तत्वों की संरचना और विकास, चयापचय और समग्र स्वास्थ्य पर उनके प्रभाव का अध्ययन करती है, उसे कहा जाता है
(a) पोषण (b) गृह विज्ञान
(c) स्वास्थ्य विज्ञान (d) खाद्य जैव रसायन

38. एक परिवार जिसमें बच्चों पर नियंत्रण माँ के चाचा, चाची या भाई द्वारा किया जाता है, को कहा जाता है
(a) पितृसत्तात्मक परिवार
(b) मातृसत्तात्मक परिवार
(c) एकल माता-पिता वाला परिवार
(d) नाभिकीय परिवार

39. पारिवारिक बजट गैर-मानव संसाधन _____ पर निर्भर करता है जो कि सभी के बीच समान रूप से वितरित नहीं है ।
(a) उपकरण (b) समय
(c) फर्नीचर (d) पैसा

40. नीचे दो कथन दिए गए हैं, एक को अभिकथन (A) और दूसरे को कारण (R) के रूप में चिन्हित किया गया है ।
अभिकथन (A) : सरकारी संगठन स्वास्थ्य नीतियां बनाते हैं ।
कारण (R) : गैर सरकारी संगठन नीति-निर्माण के लिए जिम्मेदार हैं ।
उपरोक्त कथनों के आलोक में, नीचे दिए गए विकल्पों में से सही उत्तर चुनें ।
(a) (A) सही है, (R) गलत है
(b) (A) गलत है, (R) सही है
(c) (A) और (R) दोनों गलत हैं
(d) (A) और (R) दोनों सही हैं

NotesCafe Teaching Exams

41. Which of the following is a limitation of mass communication ?
(a) Lack of personal touch
(b) Cost effectiveness
(c) Quick dissemination
(d) Wide reach

42. Which retail has centralized management and standardized practices ?
(a) Chain store
(b) Local shop
(c) Department store
(d) Single-unit store

43. Which model is most associated with early development communication ?
(a) Behaviour change model
(b) Network model
(c) Diffusion of innovations model
(d) Participatory model

44. The family system is based on
(a) Competition within the family
(b) Financial transactions
(c) Individual living only
(d) Cooperation and interaction among members

45. Marriage within the same social group is called
(a) Monogamy
(b) Polygamy
(c) Endogamy
(d) Exogamy

46. Which barrier arises due to differences in language ?
(a) Semantic barrier
(b) Cultural barrier
(c) Physical barrier
(d) Psychological barrier

47. Which essential element of primary health care emphasizes the active involvement of individuals, families and communities in promoting their own health and well-being ?
(a) Community participation
(b) Appropriate technology
(c) Equitable distribution
(d) Intersectoral coordination

41. निम्नलिखित में से कौन जन संचार की सीमा है ?
(a) व्यक्तिगत जुड़ाव का अभाव
(b) लागत प्रभावशीलता
(c) तेजी से प्रसार
(d) व्यापक पहुँच

42. किस खुदरा (रिटेल) में केंद्रीकृत प्रबंधन और मानकीकृत प्रथाएं हैं ?
(a) चेन स्टोर
(b) स्थानीय दुकान
(c) डिपार्टमेंट स्टोर
(d) एकल-इकाई स्टोर

43. प्रारंभिक विकास संचार से कौन-सा मॉडल सबसे अधिक जुड़ा हुआ है ?
(a) व्यवहार का परिवर्तन मॉडल
(b) नेटवर्क मॉडल
(c) नवान्वेषण मॉडल का प्रसार
(d) प्रतिभागी मॉडल

44. परिवार व्यवस्था इस पर आधारित है
(a) परिवार में प्रतिस्पर्धा
(b) वित्तीय लेन-देन
(c) अकेले रहने वाले व्यक्ति
(d) सदस्यों के बीच सहयोग और बातचीत

45. एक ही सामाजिक समूह के भीतर विवाह को कहा जाता है
(a) एकविवाह
(b) बहुविवाह
(c) अंतर्विवाह
(d) बहिर्विवाह

46. भाषा में अंतर के कारण कौन-सी बाधा उत्पन्न होती है ?
(a) अर्थ-संबंधी बाधा
(b) सांस्कृतिक बाधा
(c) भौतिक बाधा
(d) मनोवैज्ञानिक बाधा

47. प्राथमिक स्वास्थ्य देखभाल का कौन-सा आवश्यक तत्व अपने स्वास्थ्य और कल्याण को बढ़ावा देने में व्यक्तियों, परिवारों और समुदायों की सक्रिय भागीदारी पर जोर देता है ?
(a) सामुदायिक भागीदारी
(b) उपयुक्त तकनीक
(c) समान वितरण
(d) अंतःक्षेत्रीय समन्वय

NotesCafe Teaching Exams

48. Which of the following is the correct definition of AATCC ?
(a) All Associations of Textiles, Chemists and Colourists
(b) Australian Association of Textiles, Chemists and Colourists
(c) American Association of Textile, Chemists and Colourists
(d) Association of American Textiles, Colours and Chemists

49. Which of the following best defines a balanced diet ?
(a) A diet with only proteins and fats
(b) A diet without fats
(c) A diet rich in carbohydrates only
(d) A diet containing all nutrients in balanced amounts

50. Name the most rapid rate of development that occurs in infancy, followed by adolescence.
(a) Physiological development
(b) Growth spurt
(c) Sudden growth
(d) Puberty

51. A clothing brand groups its customers based on their interests, lifestyle, and leisure activities. Which type of market segmentation is being used ?
(a) Psychographic segmentation
(b) Behavioural segmentation
(c) Geographic segmentation
(d) Demographic segmentation

52. Decision-making in home management refers to
(a) Spending money freely
(b) Choosing the best alternative from several options
(c) Avoiding responsibility
(d) Ignoring problems

53. In the communication process, 'encoding' refers to
(a) Interpreting the message
(b) Giving feedback
(c) Converting ideas into symbols or messages
(d) Receiving the message

48. निम्नलिखित में से कौन-सी एएटीसीसी (AATCC) की सही परिभाषा है ?
(a) ऑल एसोसिएशस ऑफ टेक्सटाइल्स, केमिस्ट्स एंड कलरिस्ट्स
(b) ऑस्ट्रेलियन एसोसिएशन ऑफ टेक्सटाइल्स, केमिस्ट्स एंड कलरिस्ट्स
(c) अमेरिकन एसोसिएशन ऑफ टेक्सटाइल्स, केमिस्ट्स एंड कलरिस्ट्स
(d) एसोसिएशन ऑफ अमेरिकन टेक्सटाइल्स, कलर्स एंड केमिस्ट्स

49. निम्नलिखित में से कौन-सा संतुलित आहार को सबसे अच्छी तरह से परिभाषित करता है ?
(a) केवल प्रोटीन और वसा वाला आहार
(b) बिना वसा वाला आहार
(c) केवल कार्बोहाइड्रेट से भरपूर आहार
(d) संतुलित मात्रा में सभी पोषक तत्वों से युक्त आहार

50. विकास की सबसे तेज दर का नाम बताइए जो शैशवावस्था में होती है, उसके बाद किशोरावस्था आती है ।
(a) शारीरिक विकास
(b) वृद्धि में तेजी
(c) अचानक वृद्धि
(d) वयःसंधि

51. कपड़ों का एक ब्रांड अपने ग्राहकों को उनकी रुचियों, जीवन शैली और अवकाश गतिविधियों के आधार पर समूहित करता है । तो इसमें किस प्रकार के बाजार खंडीकरण का उपयोग किया जा रहा है ?
(a) मनोवैज्ञानिक खंडीकरण
(b) व्यवहारिक खंडीकरण
(c) भौगोलिक खंडीकरण
(d) जनसांख्यिकीय खंडीकरण

52. गृह प्रबंधन में निर्णय लेने का अर्थ है
(a) स्वतंत्र रूप से पैसा खर्च करना
(b) कई विकल्पों में से सबसे अच्छा विकल्प चुनना
(c) जिम्मेदारी से बचना
(d) समस्याओं को नजरअंदाज करना

53. संचार प्रक्रिया में, 'संकेतन' (एन्कोडिंग) का अर्थ है
(a) संदेश की व्याख्या करना
(b) फीडबैक देना
(c) विचारों को प्रतीकों या संदेशों में बदलना
(d) संदेश प्राप्त करना

NotesCafe Teaching Exams

54. Eutrophication in water bodies is caused due to
(a) Oil spills (b) Excess nutrients
(c) Thermal pollution (d) Heavy metals

55. Identify the set that represents fundamental personal and managerial resources.
(a) Automobiles, electricity and water
(b) Healthcare services, educational access, and housing facilities
(c) Cognitive ability, residential space, and kitchen appliances
(d) Time, money, energy

56. Which fibre wrinkles easily ?
(a) Silk (b) Cotton
(c) Wool (d) Nylon

57. Which of the following is a chemical method of food preservation ?
(a) Drying (b) Use of sodium benzoate
(c) Canning (d) Refrigeration

58. The twin problems of environmental sanitation are
(a) Lack of safe water and methods of excreta disposal
(b) Industrialisation and hazards to human health
(c) Population explosion and urbanisation
(d) Malaria and Dengue

59. _____ is an important principle of money management.
(a) Ignoring savings (b) Budgeting
(c) Borrowing unnecessarily (d) Impulsive spending

60. The process by which the body converts food into energy and other necessary substances is called
(a) Metabolism (b) Assimilation
(c) Absorption (d) Digestion

54. जल निकायों में सुपोषण निम्नलिखित कारणों से होता है
(a) तेल का रिसाव (b) अत्यधिक पोषक तत्व
(c) तापीय प्रदूषण (d) भारी धातुएँ

55. उस समूह की पहचान करें जो मौलिक व्यक्तिगत और प्रबंधकीय संसाधनों का प्रतिनिधित्व करता है ।
(a) ऑटोमोबाइल, बिजली और पानी
(b) स्वास्थ्य सेवाएँ, शैक्षिक पहुँच और आवास सुविधाएँ
(c) संज्ञानात्मक क्षमता, आवासीय स्थान और रसोई के उपकरण
(d) समय, धन, ऊर्जा

56. कौन-सा रेशा आसानी से झुर्रियाँ डाल देता है ?
(a) रेशम (b) कपास
(c) ऊन (d) नायलॉन

57. निम्नलिखित में से कौन-सी खाद्य संरक्षण की रासायनिक विधि है ?
(a) सुखाना
(b) सोडियम बेंजोएट का उपयोग
(c) कैन में संरक्षित करना
(d) प्रशीतन

58. पर्यावरणीय स्वच्छता की दोहरी समस्याएँ हैं
(a) सुरक्षित पानी और मलमूत्र निपटान के तरीकों की कमी
(b) औद्योगीकरण और मानव स्वास्थ्य के लिए खतरे
(c) जनसंख्या विस्फोट और शहरीकरण
(d) मलेरिया और डेंगू

59. _____ मुद्रा प्रबंधन का एक महत्वपूर्ण सिद्धांत है ।
(a) बचत को नजरअंदाज करना
(b) बजट बनाना
(c) अनावश्यक रूप से उधार लेना
(d) आवेगपूर्ण खर्च

60. जिस प्रक्रिया के द्वारा शरीर भोजन को ऊर्जा और अन्य आवश्यक पदार्थों में परिवर्तित करता है, उसे कहा जाता है
(a) चयापचय (b) स्वांगीकरण
(c) अवशोषण (d) पाचन

NotesCafe Teaching Exams

61. "Reversal of learning" in PRA signifies
(a) Reversing research methodology
(b) Ignoring traditional knowledge
(c) Outsiders learning from local people
(d) Teaching villagers modern techniques

62. Nutrigenomics primarily studies _____
(a) Role of microbes
(b) Chemical composition of food
(c) Effect of drugs on genes
(d) Interaction between nutrition and genes

63. SEWA stands for
(a) Social Employment Welfare Agency
(b) Society for Empowering Women's Association
(c) Self Employed Women's Association
(d) Self Employment Women Agency

64. Factors affecting marital adjustment
(a) Marriage and the rebound
(b) Personality and Cultural background
(c) Marital possessions and wealth
(d) Environmental, relational and personal factors

65. Which of the following is not a cutting tool used in garment making ?
(a) Rotary cutter (b) Fabric scissors
(c) Pinking shears (d) Thimble

66. The main objective of a family budget is to
(a) Reduce family members (b) Control and plan expenditure
(c) Avoid saving (d) Increase expenses

67. What are adulterants ?
(a) Addition of pesticides to protect food from pest infestation
(b) Refer to conditions which makes food unusable
(c) Addition of these make the food products unsafe for human consumption
(d) Increase value of food products

61. पी. आर. ए. में "अधिगम के उत्क्रम" का अर्थ है
(a) अनुसंधान पद्धति को उलटना
(b) पारंपरिक ज्ञान को नजरअंदाज करना
(c) बाहरी लोगों का स्थानीय लोगों से सीखना
(d) ग्रामीणों को आधुनिक तकनीक सिखाना

62. न्यूट्रिजेनोमिक्स मुख्य रूप से _____ का अध्ययन करता है ।
(a) सूक्ष्मजीवों की भूमिका
(b) भोजन की रासायनिक संरचना
(c) जीन पर दवाओं का प्रभाव
(d) पोषण और जीन के बीच अंतःक्रिया

63. सेवा (एसईडब्ल्यूए) का पूर्ण रूप है
(a) सोशल एम्प्लायमेंट वेल्फेयर एजेंसी
(b) सोसायटी फॉर एम्पावरिंग वीमेंस एसोसिएशन
(c) सेल्फ एम्प्लायड वीमेंस एसोसिएशन
(d) सेल्फ एम्प्लायमेंट वीमेन एजेंसी

64. वैवाहिक समायोजन को प्रभावित करने वाले कारक
(a) शादी और वापसी
(b) व्यक्तित्व और सांस्कृतिक पृष्ठभूमि
(c) वैवाहिक संपत्ति और धन
(d) पर्यावरणीय, संबंधपरक और व्यक्तिगत कारक

65. निम्नलिखित में से कौन-सा, परिधान बनाने में उपयोग किया जाने वाला एक काटने का उपकरण नहीं है ?
(a) रोटरी कटर (b) कपड़े वाली कैंची
(c) पिंकिंग शीयर्स (d) थिम्बल

66. पारिवारिक बजट का मुख्य उद्देश्य है
(a) परिवार के सदस्यों को कम करना
(b) खर्च पर नियंत्रण करना और योजना बनाना
(c) बचत करने से बचना
(d) खर्च बढ़ाना

67. अपमिश्रक (मिलावटी पदार्थ) क्या हैं ?
(a) खाद्य पदार्थों को कीटों के प्रकोप से बचाने के लिए कीटनाशकों को मिलाना
(b) उन स्थितियों को कहते हैं जो भोजन को अनुपयोगी बनाती हैं
(c) इनके मिलाने से खाद्य उत्पाद मानव उपभोग के लिए असुरक्षित हो जाते हैं
(d) खाद्य उत्पादों के मूल्य में वृद्धि

NotesCafe Teaching Exams

68. Sustainable Development Goals were set by world leaders in which year ?
(a) 2015 (b) 2018
(c) 2012 (d) 2010

69. Which disease spreads mainly through airborne droplets ?
(a) Hepatitis A (b) Tuberculosis
(c) Dysentery (d) Typhoid

70. Which organ is primarily responsible for both mechanical and chemical digestion of food ?
(a) Pancreas (b) Small intestine
(c) Stomach (d) Liver

71. Which factor has contributed most to changing roles within families ?
(a) Increase in technology
(b) Traditional values
(c) Women's education and employment
(d) Literacy rate

72. _____ is the process in which the quality of food is lowered either by the addition of inferior quality material or by the extraction of valuable ingredients.
(a) Food Processing (b) Food adulteration
(c) Food intoxication (d) Food contamination

73. Which dyeing stage is most suitable for intricate woven patterns ?
(a) Fabric (b) Garment
(c) Yarn (d) Fiber

74. Home management mainly focuses on
(a) Spending money freely
(b) Household decoration
(c) Increasing family income only
(d) Efficient utilization of resources

68. सतत विकास लक्ष्य विश्व नेताओं द्वारा किस वर्ष निर्धारित किए गए थे ?
(a) 2015 (b) 2018
(c) 2012 (d) 2010

69. कौन-सी बीमारी मुख्य रूप से वायुजनित बूंदों के माध्यम से फैलती है ?
(a) हेपेटाइटिस ए (b) तपेदिक
(c) दस्त (d) टाइफाइड

70. भोजन के यांत्रिक और रासायनिक पाचन दोनों के लिए मुख्य रूप से कौन-सा अंग जिम्मेदार है ?
(a) अग्न्याशय (b) छोटी आंत
(c) आमाशय (d) यकृत

71. किस कारक ने परिवारों के भीतर भूमिकाओं को बदलने में सबसे अधिक योगदान दिया है ?
(a) प्रौद्योगिकी में वृद्धि
(b) पारंपरिक मूल्य
(c) महिलाओं की शिक्षा और रोजगार
(d) साक्षरता दर

72. _____ वह प्रक्रिया है जिसके द्वारा भोजन की गुणवत्ता या तो निम्न गुणवत्ता वाले पदार्थ मिलाने से या मूल्यवान सामग्री के निकाल लिए जाने के कारण कम कर दी जाती है ।
(a) खाद्य प्रसंस्करण
(b) खाद्य पदार्थों में मिलावट
(c) भोजन को मादक बनाना
(d) खाद्य संदूषण

73. जटिल बुने हुए पैटर्न के लिए कौन-सा रंगाई चरण सबसे उपयुक्त है ?
(a) कपड़ा (b) परिधान
(c) सूत (d) रेशा (फाइबर)

74. गृह प्रबंधन मुख्य रूप से इन पर केंद्रित है
(a) स्वतंत्र रूप से पैसा खर्च करना
(b) घर की सजावट
(c) केवल परिवार की आय में वृद्धि
(d) संसाधनों का कुशल उपयोग

NotesCafe Teaching Exams

75. _____ is a type of foodborne illness caused by ingesting food containing pre-formed toxins produced by bacteria, rather than the bacteria themselves.
(a) Food intoxication (b) Food poisoning
(c) Food contamination (d) Food adulteration

76. Which of the following is the safest way to prevent burns in the kitchen ?
(a) Leaving gas unattended
(b) Turning pot handles inward
(c) Keeping cooking equipment near the stove
(d) Wearing loose clothes

77. The gender composition of the population is affected by the differentials in
(a) Easy availability of the gender determination test
(b) Literacy rate
(c) Family income
(d) Mortality conditions of male and female

79. Which of the following is the first step in the management process ?
(a) Controlling (b) Organizing
(c) Evaluation (d) Planning

80. Salting/ Pickling is an old method of _____
(a) Food spoilage (b) Food preservation
(c) Food preparation (d) Food processing

81. Community radio is run mainly by
(a) Foreign agencies (b) Private companies only
(c) Local people (d) National government only

75. _____ एक प्रकार की खाद्य जनित बीमारी है जो स्वयं जीवाणु के बजाय जीवाणु द्वारा उत्पादित पूर्व-निर्मित विषाक्त पदार्थों वाले भोजन को खाने से होती है ।
(a) भोजन को मादक बनाना
(b) खाद्य विषाक्तता
(c) खाद्य संदूषण
(d) खाद्य पदार्थों में मिलावट

76. रसोईघर में जलने से बचने का सबसे सुरक्षित तरीका निम्नलिखित में से कौन-सा है ?
(a) गैस को बिना देखे छोड़ देना
(b) बर्तन के हैंडल को अंदर की ओर घुमाना
(c) खाना पकाने के उपकरण को चूल्हे के पास रखें
(d) ढीले कपड़े पहनें

77. जनसंख्या की लिंग संरचना निम्नलिखित में अंतर से प्रभावित होती है
(a) लिंग निर्धारण परीक्षण की आसान उपलब्धता
(b) साक्षरता दर
(c) परिवार की आय
(d) पुरुष और महिला की मृत्यु दर की स्थिति

79. निम्नलिखित में से कौन-सा प्रबंधन प्रक्रिया का पहला कदम है ?
(a) नियंत्रण (b) आयोजन
(c) मूल्यांकन (d) योजना बनाना

80. नमक लगाना/अचार बनाना _____ की एक पुरानी विधि है ।
(a) भोजन खराब करने (b) खाद्य संरक्षण
(c) भोजन तैयार करने (d) खाद्य प्रसंस्करण

81. सामुदायिक रेडियो मुख्य रूप से किसके द्वारा चलाया जाता है ?
(a) विदेशी एजेंसियाँ (b) केवल निजी कंपनियाँ
(c) स्थानीय लोग (d) केवल राष्ट्रीय सरकार

NotesCafe Teaching Exams

82. Correct order of wool processing is
(a) Carbonisation → Shearing → Scouring
(b) Shearing → Carbonisation → Scouring
(c) Shearing → Scouring → Carbonisation
(d) Scouring → Shearing → Carbonisation

83. Identify the prime function of cooking food.
(a) Provide nutrients
(b) Combine food groups
(c) Increases taste
(d) Enhances digestibility

84. Campaigns combine different communication methods for
(a) Advertising only
(b) Political debates
(c) Awareness and action
(d) Entertainment

85. A family is unable to control rising expenses because they are confused about their priorities and standard of living. This situation indicates difficulty in
(a) Implementing the plan
(b) Clarifying values and goals
(c) Evaluating alternatives
(d) Identifying the problem

86. Which of the following is not used as a marking tool in garment making ?
(a) Measuring Tape
(b) Carbon Paper
(c) Tracing Wheel
(d) Tailor's Chalk

88. Foods are subject to physical, chemical and biological deterioration. Food deterioration is associated with
(a) Poor effect on the sale and purchase of food
(b) Discolouration of foods
(c) Reducing aesthetic appeal
(d) Spoilage, development of off-flavours, and loss of nutritional value

82. ऊन प्रसंस्करण का सही क्रम है
(a) कार्बनीकरण → कतरना (शियरिंग) → रगड़कर साफ करना (स्कोरिंग)
(b) कतरना (शियरिंग) → कार्बनीकरण → रगड़कर साफ करना (स्कोरिंग)
(c) कतरना (शियरिंग) → रगड़कर साफ करना (स्कोरिंग) → कार्बनीकरण
(d) रगड़कर साफ करना (स्कोरिंग) → कतरना (शियरिंग) → कार्बनीकरण

83. खाना पकाने के प्रमुख कार्य की पहचान कीजिए ।
(a) पोषक तत्व प्रदान करता है
(b) खाद्य समूहों को मिलाता है
(c) स्वाद बढ़ाता है
(d) पाचन शक्ति बढ़ाता है

84. अभियान विभिन्न संचार विधियों को किस लिए जोड़ते हैं ?
(a) केवल विज्ञापन
(b) राजनीतिक बहसें
(c) जागरूकता और कार्रवाई
(d) मनोरंजन

85. एक परिवार बढ़ते खर्चों को नियंत्रित करने में असमर्थ होता है क्योंकि वे अपनी प्राथमिकताओं और जीवन स्तर के बारे में भ्रमित होते हैं । यह स्थिति निम्नलिखित में कठिनाई का संकेत देती है
(a) योजना को लागू करना
(b) मूल्यों और लक्ष्यों को स्पष्ट करना
(c) विकल्पों का मूल्यांकन
(d) समस्या की पहचान करना

86. परिधान बनाने में निम्नलिखित में से किसका उपयोग मार्किंग उपकरण के रूप में नहीं किया जाता है ?
(a) मापन टेप
(b) कार्बन पेपर
(c) ट्रेसिंग व्हील
(d) दर्जी का चॉक

88. खाद्य पदार्थ भौतिक, रासायनिक और जैविक क्षरण के अधीन हैं । भोजन क्षरण निम्नलिखित से जुड़ा है
(a) खाद्य पदार्थों की बिक्री और खरीद पर बुरा प्रभाव
(b) खाद्य पदार्थों का रंग खराब होना
(c) सौंदर्य अपील को कम करना
(d) खराब होना, अरुचिकर स्वाद का विकास और पोषण मूल्य की हानि

NotesCafe Teaching Exams

89. The Mid-Day Meal Scheme primarily aims to
(a) Provide sports facilities
(b) Improve exam results only
(c) Increase school fees
(d) Improve attendance and nutritional status

90. Given below are two statements, one is labelled as Assertion (A) and other one labelled as Reason (R).
Assertion (A) : Development follows a predictable pattern.
Reason (R) : All children develop at the same speed.
In light of the above statements, choose the correct answer from the options given below :
(a) (A) is true, (R) is false
(b) (A) is false, (R) is true
(c) Both (A) and (R) are false
(d) Both (A) and (R) are true

91. It is caused by inadequate intake of the macronutrients
(a) Bacterial infection
(b) Protein energy malnutrition
(c) Pernicious anaemia
(d) Vitamin A deficiency

92. Linen fibre is obtained from which fibre ?
(a) Seed hair
(b) Animal secretion
(c) Stem of flax plant
(d) Leaves of plant

93. A rural community is facing frequent cases of diarrhoea and respiratory illness. As a health planner, which combination of actions would be most effective in addressing both problems simultaneously ?
(a) Mass medication
(b) Advanced diagnostic facilities
(c) Increasing hospital beds and advanced surgical facilities
(d) Improved sanitation and hygiene

94. Refrigeration preserves food by
(a) Increasing enzyme activity
(b) Slowing microbial growth
(c) Adding preservatives
(d) Killing microbes

89. मध्याह्न भोजन योजना का मुख्य उद्देश्य है
(a) खेल सुविधाएं उपलब्ध कराना
(b) केवल परीक्षा परिणामों में सुधार करना
(c) स्कूल का शुल्क बढ़ाना
(d) उपस्थिति और पोषण स्थिति में सुधार करना

90. नीचे दो कथन दिए गए हैं, एक को अभिकथन (A) और दूसरे को कारण (R) के रूप में चिन्हित किया गया है ।
अभिकथन (A) : विकास एक पूर्वानुमेय प्रतिरूप का अनुसरण करता है ।
कारण (R) : सभी बच्चे एक ही गति से विकसित होते हैं ।
उपरोक्त कथनों के आलोक में, नीचे दिए गए विकल्पों में से सही उत्तर चुनें :
(a) (A) सही है, (R) गलत है
(b) (A) गलत है, (R) सही है
(c) (A) और (R) दोनों गलत हैं
(d) (A) और (R) दोनों सही हैं

91. यह स्थूलपोषक तत्वों के अपर्याप्त सेवन के कारण होता है
(a) जीवाणु संक्रमण
(b) प्रोटीन ऊर्जा कुपोषण
(c) घातक एनीमिया
(d) विटामिन ए की कमी

92. लिनन फाइबर किस रेशा से प्राप्त होता है ?
(a) बीजों के बाल से
(b) पशुओं के स्राव से
(c) सन के पौधे के तने से
(d) पौधे की पत्तियों से

93. एक ग्रामीण समुदाय को अक्सर दस्त और श्वसन संबंधी बीमारी के मामलों का सामना करना पड़ रहा है । एक स्वास्थ्य योजनाकार के रूप में, दोनों समस्याओं को एक साथ हल करने में कार्यों का कौन-सा संयोजन सबसे प्रभावी होगा ?
(a) सामूहिक औषधिकरण
(b) उन्नत नैदानिक सुविधाएँ
(c) अस्पताल के बिस्तरों और उन्नत शल्य चिकित्सा सुविधाओं में वृद्धि
(d) साफ-सफाई और स्वच्छता में सुधार

94. प्रशीतन भोजन को निम्न द्वारा संरक्षित करता है
(a) एंजाइम की गतिविधि बढ़ाकर
(b) सूक्ष्मजीवों की वृद्धि को धीमा करके
(c) संरक्षकों को मिलाकर
(d) रोगाणुओं को मारकर

NotesCafe Teaching Exams

95. Which step in garment construction involves arranging pattern pieces on fabric before cutting ?
(a) Layout (b) Finishing
(c) Pattern Drafting (d) Marking

96. Given below are two statements, one is labelled as Assertion (A) and other one labelled as Reason (R).
Assertion (A) : Air pollution affects only the lungs.
Reason (R) : Pollutants can enter the bloodstream and affect other organs.
In light of the above statements, choose the correct answer from the options given below :
(a) (A) is true, (R) is false (b) (A) is false, (R) is true
(c) Both (A) and (R) are false (d) Both (A) and (R) are true

97. Marriage can be defined as
(a) A creative undertaking
(b) A friendship relationship
(c) A sacred contract in most religions
(d) A legal and social union between individuals

98. Extension philosophy emphasizes
(a) Exams (b) Punishment
(c) Learning by force (d) Learning by doing

99. Which statement best explains the combined role of Vitamin D and PTH ?
(a) Vitamin D inhibits hormonal regulation of calcium balance
(b) Vitamin D enhances calcium absorption, while PTH mobilizes calcium from body stores
(c) Both promote the loss of calcium through excretion
(d) Both act to reduce calcium levels in the blood

95. परिधान निर्माण के किस चरण में कपड़ा काटने से पहले उस पर पैटर्न के टुकड़ों को व्यवस्थित किया जाता है ?
(a) लेआउट (b) फिनिशिंग
(c) पैटर्न ड्राफ्टिंग (d) मार्किंग

96. नीचे दो कथन दिए गए हैं, एक को कथन (A) और दूसरे को कारण (R) के रूप में चिन्हित किया गया है ।
कथन (A) : वायु प्रदूषण केवल फेफड़ों को प्रभावित करता है ।
कारण (R) : प्रदूषक रक्तप्रवाह में प्रवेश कर सकते हैं और अन्य अंगों को प्रभावित कर सकते हैं ।
उपरोक्त कथनों के आलोक में, नीचे दिए गए विकल्पों में से सही उत्तर चुनें :
(a) (A) सही है, (R) गलत है
(b) (A) गलत है, (R) सही है
(c) (A) और (R) दोनों गलत हैं
(d) (A) और (R) दोनों सही हैं

97. विवाह को इस प्रकार परिभाषित किया जा सकता है
(a) एक रचनात्मक उपक्रम
(b) एक दोस्ती का रिश्ता
(c) अधिकांश धर्मों में एक पवित्र अनुबंध
(d) व्यक्तियों के बीच एक कानूनी और सामाजिक मिलन

98. विस्तार सिद्धांत किस पर जोर देता है ?
(a) परीक्षाओं पर (b) दंड पर
(c) बलपूर्वक सीखने पर (d) करके सीखने पर

99. कौन-सा कथन विटामिन डी और पीटीएच की संयुक्त भूमिका की सबसे अच्छी व्याख्या करता है ?
(a) विटामिन डी कैल्शियम संतुलन के हार्मोनल विनियमन को रोकता है
(b) विटामिन डी कैल्शियम के अवशोषण को बढ़ाता है, जबकि पीटीएच शरीर के भंडार से कैल्शियम जुटाता है
(c) दोनों उत्सर्जन के माध्यम से कैल्शियम की हानि को बढ़ावा देते हैं
(d) दोनों रक्त में कैल्शियम के स्तर को कम करने का कार्य करते हैं

NotesCafe Teaching Exams

100. The term "hidden hunger" is used to refer
(a) Deficiency of food and energy
(b) Iron deficiency anaemia
(c) Growth retardation
(d) Micronutrient deficiency

102. Warp yarns run in which direction ?
(a) Lengthwise
(b) Circular
(c) Diagonal
(d) Widthwise

103. A growing child requires
(a) Sugary foods
(b) Body-building foods
(c) Protective foods only
(d) Energy foods only

104. Which is a group method of extension ?
(a) Letter
(b) Poster
(c) Meeting
(d) Radio

105. A village using untreated surface water for drinking is most likely to experience which combination of diseases ?
(a) Asthma and Allergy
(b) Cancer and Obesity
(c) Typhoid and Cholera
(d) Diabetes and Hypertension

106. The main aim of the school health programme is
(a) Provides academic education
(b) Promote physical, mental and social well-being of students
(c) Provide sports training only
(d) Treat diseases only

107. Which property of the wool contributes most significantly to its thermal insulation capacity ?
(a) High tensile strength
(b) Hydrophobic nature of fibres
(c) Presence of air trapped between fibres
(d) Smooth surface of fibres

100. 'छिपी हुई भूख' शब्द का उपयोग निम्नलिखित के लिए किया जाता है
(a) भोजन और ऊर्जा की कमी
(b) लौह की कमी से एनीमिया
(c) विकास की मंदता
(d) सूक्ष्म पोषक तत्वों की कमी

102. ताने धागे किस दिशा में चलते हैं ?
(a) लंबाई की दिशा में
(b) वृत्ताकार दिशा में
(c) तिरछी दिशा में
(d) चौड़ाई की दिशा में

103. एक बढ़ते हुए बच्चे को चाहिए
(a) शक्कर युक्त खाद्य पदार्थ
(b) शरीर बनाने वाले खाद्य पदार्थ
(c) केवल सुरक्षात्मक खाद्य पदार्थ
(d) केवल ऊर्जा वाले खाद्य पदार्थ

104. विस्तार की समूह विधि कौन-सी है ?
(a) पत्र
(b) पोस्टर
(c) बैठक
(d) रेडियो

105. पीने के लिए अनुपचारित पृष्ठीय जल का उपयोग करने वाले गाँव में बीमारियों के किस संयोजन का अनुभव होने की सबसे अधिक संभावना है ?
(a) अस्थमा और एलर्जी
(b) कैंसर और मोटापा
(c) टाइफाइड और हैजा
(d) मधुमेह और उच्च रक्तचाप

106. विद्यालय स्वास्थ्य कार्यक्रम का मुख्य उद्देश्य है
(a) शैक्षणिक शिक्षा प्रदान करना
(b) छात्रों की शारीरिक, मानसिक और सामाजिक कुशलता को बढ़ावा देना
(c) केवल खेल प्रशिक्षण प्रदान करना
(d) केवल रोगों का इलाज करना

107. ऊन का कौन-सा गुण इसकी तापीय इन्सुलेशन क्षमता में सबसे अधिक योगदान देता है ?
(a) उच्च तन्यता शक्ति
(b) रेशों की हाइड्रोफोबिक प्रकृति
(c) रेशों के बीच फंसी वायु की उपस्थिति
(d) रेशों की चिकनी सतह

NotesCafe Teaching Exams

108. Vitamin A is necessary for the maintenance of _____
(a) Cognitive development, intra-uterine growth
(b) Normal growth and brain development
(c) Work potential, normal Haemoglobin levels
(d) Healthy epithelium, normal vision, growth and immunity

109. An example of elastomeric fibre is
(a) Spandex (b) Linen
(c) Nylon (d) Cotton

110. _____ is required for normal mental and physical growth.
(a) Vitamin A (b) Iodine
(c) Energy (d) Iron

111. The ability of child to sit, crawl and walk is related to
(a) Motor development (b) Emotional development
(c) Social development (d) Language development

112. Community development refers to
(a) Industrial growth (b) Political growth
(c) Rural upliftment (d) Individual growth

113. What do you mean by "applique" ?
(a) Thread that connects parts of the pattern in lace
(b) A loose stitch made by hand on machine
(c) Dress that belong to particular time and country
(d) Decorative piece of fabric applied by hand or machine

114. Food contamination occurs due to
(a) Proper storage and hygienic handling of food
(b) Excessive use of spices in cooking
(c) Adequate cooking at safe temperatures
(d) Presence of harmful microorganisms and improper handling

108. विटामिन ए _____ के अनुरक्षण के लिए आवश्यक है ।
(a) संज्ञानात्मक विकास, अंतर-गर्भाशय विकास
(b) सामान्य वृद्धि और मस्तिष्क विकास
(c) कार्य क्षमता, सामान्य हीमोग्लोबिन स्तर
(d) स्वस्थ उपकला, सामान्य दृष्टि, वृद्धि और प्रतिरक्षा

109. इलास्टोमेरिक फाइबर का एक उदाहरण है
(a) स्पैन्डेक्स (b) लिनन
(c) नायलॉन (d) कपास

110. सामान्य मानसिक और शारीरिक विकास के लिए _____ की आवश्यकता होती है ।
(a) विटामिन ए (b) आयोडीन
(c) ऊर्जा (d) लौह

111. बच्चे की बैठने, रेंगने और चलने की क्षमता _____ से संबंधित है ।
(a) क्रियात्मक विकास (b) भावनात्मक विकास
(c) सामाजिक विकास (d) भाषा का विकास

112. सामुदायिक विकास का अर्थ है
(a) औद्योगिक विकास (b) राजनीतिक विकास
(c) ग्रामीण उत्थान (d) व्यक्तिगत विकास

113. "एप्लीकी" से आपका क्या तात्पर्य है ?
(a) धागा जो गोटा (लेस) में पैटर्न के कुछ हिस्सों को जोड़ता है
(b) मशीन पर हाथ से बनाई गई एक ढीली सिलाई
(c) विशेष समय और देश से संबंधित पोशाक
(d) हाथ या मशीन द्वारा लगाया गया कपड़े का सजावटी टुकड़ा

114. खाद्य संदूषण निम्नलिखित कारणों से होता है
(a) भोजन का उचित भंडारण और स्वच्छ संचालन
(b) खाना पकाने में मसालों का अत्यधिक उपयोग
(c) सुरक्षित तापमान पर पर्याप्त पकाना
(d) हानिकारक सूक्ष्मजीवों की उपस्थिति और अनुचित संचालन

NotesCafe Teaching Exams

115. An outbreak of Cholera occurs after flooding. The most immediate cause is
(a) Genetic mutation (b) Food shortage
(c) Contaminated drinking water (d) Air pollution

116. Yellow, green and orange fruit and vegetables are a good source of
(a) Iron (b) Vitamin A
(c) Fiber (d) Calcium

117. Which of the following does not help in reducing child morbidity ?
(a) Open defecation (b) Adequate maternal nutrition
(c) Balanced diet (d) Immunisation

118. NGOs working at the village level with community participation are best described as
(a) Donor Agencies (b) Charity NGOs
(c) Village-based Organisations (d) International NGOs

119. Which factor would most increase the energy requirement of an individual ?
(a) Young age (b) Climate
(c) Sedentary lifestyle (d) Heavy physical work

115. हैजा का प्रकोप बाढ़ के बाद होता है । इसका सबसे तात्कालिक कारण है
(a) आनुवंशिक उत्परिवर्तन (b) भोजन की कमी
(c) दूषित पेयजल (d) वायु प्रदूषण

116. पीले, हरे और नारंगी फल और सब्जियाँ _____ का एक अच्छा स्रोत हैं ।
(a) लौह (b) विटामिन ए
(c) रेशा (d) कैल्शियम

117. निम्नलिखित में से कौन-सा बच्चे की रुग्णता को कम करने में मदद नहीं करता है ?
(a) खुले में शौच (b) पर्याप्त मातृ पोषण
(c) संतुलित आहार (d) टीकाकरण

118. सामुदायिक भागीदारी के साथ ग्राम स्तर पर काम करने वाले गैर सरकारी संगठनों (एनजीओ) का सबसे अच्छा वर्णन इस प्रकार किया गया है
(a) दाता एजेंसियाँ
(b) चैरिटी एनजीओ
(c) गाँव आधारित संगठन
(d) अंतरराष्ट्रीय गैर सरकारी संगठन

119. कौन-सा कारक किसी व्यक्ति की ऊर्जा की आवश्यकता को सबसे अधिक बढ़ाएगा ?
(a) कम उम्र (b) जलवायु
(c) गतिहीन जीवन शैली (d) भारी शारीरिक परिश्रम

NotesCafe Teaching Exams

120. Match List - I with List - II.

List-I (Organisation)

a. Indian Red Cross Society

b. Ministry of Health and Family Welfare

c. CARE India

d. UNICEF

List-II (Type)

1. International Organisation
2. Non-Governmental Organisation (NGO)
3. National NGO
4. Government Organisation

Choose the most appropriate answer from the options given below :

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

121. Extension education mainly deals with

(a) Formal Examinations (b) Research
(c) Informal Education (d) Classroom Teaching

122. Which pollutant combination is most associated with smog formation ?

(a) Carbon dioxide + Water vapour
(b) Hydrogen + Oxygen
(c) Sulphur Dioxide + Particulate matter
(d) Oxygen + Nitrogen

123. Climate affects diet mainly by influencing

(a) Vitamin intake (b) Taste
(c) Protein needs (d) Energy requirements

124. Acrylic fibre is mainly used as

(a) Substitute for wool (b) Substitute for linen
(c) Substitute for silk (d) Substitute for cotton

120. सूची - I को सूची - II के साथ सुमेलित करें ।

सूची-I (संगठन)

a. भारतीय रेड क्रॉस सोसायटी

b. स्वास्थ्य और परिवार कल्याण मंत्रालय

c. केयर इंडिया

d. यूनिसेफ

सूची-II (प्रकार)

1. अंतर्राष्ट्रीय संगठन
2. गैर-सरकारी संगठन (एन. जी. ओ.)
3. राष्ट्रीय एन. जी. ओ.
4. सरकारी संगठन

नीचे दिए गए विकल्पों में से सबसे उपयुक्त उत्तर चुनें :

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

121. विस्तार शिक्षा मुख्य रूप से निम्नलिखित से संबंधित है

(a) औपचारिक परीक्षाएँ (b) अनुसंधान
(c) अनौपचारिक शिक्षा (d) कक्षा शिक्षण

122. कौन-सा प्रदूषक संयोजन धुंध बनने से सबसे अधिक जुड़ा हुआ है ?

(a) कार्बन डाइऑक्साइड + जल वाष्प
(b) हाइड्रोजन + ऑक्सीजन
(c) सल्फर डाइऑक्साइड + कण पदार्थ
(d) ऑक्सीजन + नाइट्रोजन

123. जलवायु _____ के द्वारा मुख्य रूप से आहार को प्रभावित करती है ।

(a) विटामिन का सेवन (b) स्वाद
(c) प्रोटीन की आवश्यकता (d) ऊर्जा की आवश्यकता

124. एक्रेलिक फाइबर का उपयोग मुख्य रूप से इस प्रकार किया जाता है

(a) ऊन का विकल्प (b) लिनन का विकल्प
(c) रेशम का विकल्प (d) कपास का विकल्प

NotesCafe Teaching Exams

About This Paper | इस प्रश्न पत्र के बारे में

What is this PDF? The UP TGT Home Science 2026 previous year question paper of the Uttar Pradesh Secondary Education Service Selection Board (UPSESSB, now UPESSC) for Assistant Teacher (Trained Graduate Teacher, TGT), without answers or explanations.

What does it cover? 115 questions in English and Hindi. Not included: Q9–10, Q12, Q18, Q26–27, Q78, Q87, Q101 (not readable in the source copy, or left out after review).

यह PDF क्या है? उत्तर प्रदेश माध्यमिक शिक्षा सेवा चयन बोर्ड (UPSESSB, अब UPESSC) की यूपी टीजीटी (सहायक अध्यापक, प्रशिक्षित स्नातक) गृह विज्ञान 2026 परीक्षा का विगत वर्ष का प्रश्न पत्र, बिना उत्तर और व्याख्या के।

इसमें क्या है? 115 प्रश्न (अंग्रेज़ी और हिन्दी)। शामिल नहीं: प्र.9–10, प्र.12, प्र.18, प्र.26–27, प्र.78, प्र.87, प्र.101 (स्रोत प्रति में अपठनीय, या समीक्षा के बाद हटाए गए)।

Disclaimer · अस्वीकरण

This question paper has been compiled, typeset and translated by NotesCafe for self-study. The compilation, layout and translation are protected by copyright and are the property of NotesCafe Teaching Exams; they may not be copied, sold, shared or redistributed without written permission. The original questions belong to the examining body. NotesCafe is not affiliated with UPESSC or UPSESSB, and the official question paper prevails. Every effort has been made to reproduce the questions accurately, but some errors may remain; please verify against the official paper and report mistakes at support@notes-cafe.com.

यह प्रश्न पत्र NotesCafe द्वारा स्व-अध्ययन हेतु संकलित, टंकित एवं अनूदित है। संकलन, प्रारूप एवं अनुवाद कॉपीराइट से सुरक्षित हैं और NotesCafe Teaching Exams की सम्पत्ति हैं; लिखित अनुमति के बिना इनकी प्रतिलिपि, विक्रय, साझाकरण या पुनर्वितरण वर्जित है। मूल प्रश्न परीक्षा संस्था के हैं। NotesCafe का UPESSC या UPSESSB से कोई संबंध नहीं है, और आधिकारिक प्रश्न पत्र ही मान्य होगा। प्रश्नों को सही रूप में देने का पूरा प्रयास किया गया है, फिर भी त्रुटियाँ संभव हैं; कृपया आधिकारिक प्रश्न पत्र से मिलान करें और त्रुटि की सूचना support@notes-cafe.com पर दें।