

1 of 12

CCE-III-RR(B)/222/9259 ಈ ಕೆಳಗಿನ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಅಥವಾ ಅಪೂರ್ಣ ಹೇಳಿಕೆಗಳಿಗೆ ನಾಲ್ಕು ಆಯ್ಕೆಗಳನ್ನು ನೀಡಲಾಗಿದೆ. I. ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಸೂಕ್ತವಾದ ಉತ್ತರವನ್ನು ಆರಿಸಿ, ಅದರ ಕ್ರಮಾಕ್ಷರದೊಂದಿಗೆ ಪೂರ್ಣ ಉತ್ತರವನ್ನು ಬರೆಯಿರಿ : $10 \times 1 = 10$

Four alternatives are given for each of the following questions / incomplete statements. Choose the correct alternative and write the complete answer along with its question number and alphabet :

- ಸಮತೋಲನ ಆಹಾರದಲ್ಲಿ ಪ್ರಮುಖವಾದ ಆಹಾರ 1.
 - (A) ರಸ್ತೆ ಬದಿಯ ಆಹಾರಗಳು (B) ಎಣ್ಣೆಯಲ್ಲಿ ಕರಿದ ಆಹಾರ
 - (C) ಸಂಪೂರ್ಣ ಧಾನ್ಯ ಗಳು (D) ತಂಪು ಪಾನೀಯಗಳು

The main food in a balanced diet is

- (A) Street food (B) Junk food
- (C) Whole grain (D) Soft drink
- ಪರ್ವತಭಂಗಿಯ ಪ್ರಯೋಜನ 2.
 - (A) ಕಿಬ್ಬೊಟ್ಟೆ ಮತ್ತು ಪೃಷ್ಠಗಳನ್ನು ಬಲಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ
 - (B) ಸಮತೋಲನವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತದೆ
 - (C) ಭುಜಗಳು ಮೀನಖಂಡದ ಮೇಲ್ಬಾಗ (ಹ್ಯಾಮ್ಸ್ಟ್ರಿಂಗ್) ಮೀನಖಂಡ, ಕೈಗಳನ್ನು ಚಾಚುತ್ತವೆ
 - (D) ದಣಿದ ಕಾಲುಗಳನ್ನು ಪುನರುಜ್ಜೀವನಗೊಳಿಸುವುದು







90-EK (Level-2)

90-EK (Level-2)

The benefit of mountain pose is that, it

- (A) Firms abdomen & buttocks
- (B) Improves sense of balance
- (C) Stretches the shoulders, hamstrings, calves, arches and hands
- (D) Rejuvenates tired legs
- 3. ಉಗುರು ಕ್ಲಿಪ್ಪರ್ ಅನ್ನು ಹೀಗೂ ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ
 - (A) ಉಗುರು ಅರ (B) ಉಗುರು ಬಫರ್
 - (C) ಉಗುರು ಕತ್ತರಿ (D) ಕ್ಯೂಟಿಕಲ್ ಕಟ್ಟರ್

A nail clipper is also called as

- (A) Nail filer (B) Nail buffer
- (C) Nail cutter (D) Cuticle cutter
- 4. ಪೆಡಿಕ್ಯೂ ರ್ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯು ಯಾವ ಸೌಂದರ್ಯವರ್ಧಕ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗೆ ಒಳಪಡುತ್ತದೆ ?
 - (A) ಪಾದ ಮತ್ತು ಹೆಬ್ಬೆರಳುಗಳಿಗೆ
 - (B) ಕೈ ಮತ್ತು ಬೆರಳುಗಳಿಗೆ
 - (C) ಬುರುಡೆ ಚರ್ಮ ಮತ್ತು ಕೂದಲುಗಳಿಗೆ
 - (D) ಮುಖ ಮತ್ತು ಕುತ್ತಿಗೆಗೆ

The process of pedicure belongs to which cosmetic treatment ?

- (A) Feet and toes (B) Hand and fingers
- (C) Scalp and hair (D) Face and neck



- ಮಚ್ಚೆ ಅಥವಾ ವರ್ಣಯುಕ್ತ ಚರ್ಮ ಮತ್ತು ಸುಲಭವಾಗಿ ಸುಕ್ಕು ಬೀಳುವ ಚರ್ಮದವರಿಗೆ ಸೂಕ್ತವಾದ ಫೇಷಿಯಲ್
 - (A) AHA ಫೇಷಿಯಲ್ (B) ಗ್ಯಾಲ್ವಾನಿಕ್ ಫೇಷಿಯಲ್
 - (C) ಕೊಲ್ಯಾಜಿನ್ ಫೇಷಿಯಲ್ (D) ಪ್ಯಾರಾಫಿನ್ ಫೇಷಿಯಲ್

The type of facial done for people with pigmented skin and prone to wrinkling easily is

- (A) AHA facial (B) Galvanic facial
- (C) Collagen facial (D) Paraffin facial
- 6. ಇವುಗಳಲ್ಲಿ ಕೂದಲನ್ನು ತೆಗೆಯುವ ಒಂದು ವಿಧಾನ
 - (A) ವ್ಯಾಕ್ಸಿಂಗ್ (B) ಬ್ಲೀಚಿಂಗ್
 - (C) ಪೆಡಿಕ್ಯೂರ್ (D) ಮ್ಯಾನಿಕ್ಯೂರ್

The method of hair removal among the following is

- (A) Waxing (B) Bleaching
- (C) Pedicure (D) Manicure
- ಕೂದಲಿಗೆ ಹೊಳಪನ್ನು ಕೊಡುವ ಮತ್ತು ಕೂದಲು ಸಿಕ್ಕಾಗುವುದನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟುವ ಕೂದಲು ಆರೈಕೆ ದ್ರಾವಣ
 - (A) ಶಾಂಪೂ
 (B) ಸೀರಂ
 (C) ಕಂಡೀಶನರ್
 (D) ಕೂದಲ ಬಣ್ಣ
- 4 of 12









90-EK (Level-2)

CCE-III-I	RR(B)	/222/9259		90-EK (Level-2)						
The hair care solution which makes the hair shiny and stops from										
	tangling is									
	(A)	Shampoo	(B)	Serum						
	(C)	Conditioner	(D)	Hair dye						
8.	ಟೈವ	ರ್ಡ್ಡ್ ಕಂಡೀಶನರ್ <i>ಗಳನ್ನು ಕೂದಲಿನ</i> ವ	ಬೀಲೆ ಪ	ುಷ್ಟು ಸಮಯದವರೆಗೆ ಉಳಿಸಬಹುದು ?						
	(A)	1 ರಿಂದ 15 ನಿಮಿಷಗಳು	(B)	1 ರಿಂದ 10 ನಿಮಿಷಗಳು						
	(C)	1 ರಿಂದ 20 ನಿಮಿಷಗಳು	(D)	1 ರಿಂದ 5 ನಿಮಿಷಗಳು						
	Timed conditioners are allowed to stay on the hair for									
	(A)	1-15 minutes	(B)	1-10 minutes						
	(C)	1-20 minutes	(D)	1-10 minutes 1-5 minutes						
9.	ಕೂರ	ರಲಿನ ಪ್ರಮುಖ ನಿರ್ಮಾಣ ಘಟಕ								
	(A)	ಗ್ಲೋಬ್ಯು ಲಿನ್	(B)	ಹಿಮೊಗ್ಲೋಬಿನ್						
	(C)	ಕೆರಾಟಿನ್	(D)	ಫೈಬ್ರಿನೋಜಿನ್						
	The main component that builds the hair is									
	(A)	Globulin	(B)	Haemoglobin						
	(C)	Keratin	(D)	Fibrinogen						

II.

90-EK (Level-2)



6 of 12

CCE-III	[-RR(B)	/222/9259		90-EK (Level-2)					
I. 15	. A -ಪ	<u>A</u> -ಪಟ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ಆಹಾರದ ಪ್ರಧಾನ ಪೋಷಕಾಂಶಗಳನ್ನು ಮತ್ತು B-ಪಟ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ಅವುಗಳ							
	ಪ್ರದ	ೋಜನಗಳನ್ನು ನೀಡಲಾಗಿದೆ. ಅವುಗಳ	'ನ್ನು	ಹೊಂದಿಸಿ ಉತ್ತರಗಳನ್ನು					
	ಕ್ರಮ	ಕ್ರಮಾಕ್ಷರದೊಡನೆ ಬರೆಯಿರಿ: 4 × 1 = 4							
	<u>Maj</u>	Major nutrients of food are given in Column "A" and their uses							
		are given in Column "B". Match them and write the answer							
	<u>w1t</u> .	h the alphabet :							
		A-ಪಟ್ಟಿ Column-A		B-ಪಟ್ಟಿ ఉప్ప Column-B					
	i)	ಕಾರ್ಬೋಹೈಡ್ರೇಟ್ಸ್	a)	ನಮ್ಮ ಅಂಗಗಳಿಗೆ ಸ್ಪಂಜಿನಂತೆ					
	-)	Carbohydrates	ω,	ರಕ್ಷಣೆ ಒದಗಿಸುತ್ತದೆ					
				Protect the organ by cushioning					
	ii)	ಡೈರಿ ಉತ್ಪನ್ನಗಳು	b)	ರೋಗ ನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು					
		Dairy products		ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ					
				Decreases immune system					
	iii)	ಪ್ರೋಟೀನ್ಸ್	c)	ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಬಿಡುಗಡೆಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ					
		Proteins		Release energy					
	iv)	ಕೊಬ್ಬು ಮತ್ತು ಶರ್ಕರಯುಕ್ತ ಆಹಾರಗಳು	d)	ಮೂಳೆ ಮತ್ತು ಹಲ್ಲುಗಳಿಗೆ					
		Fatty and sugary food		ದೃಢತೆಯನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ					
				Strengthen bones and teeth					
			e)	ಬೆಳವಣಿಗೆ ಮತ್ತು ದುರಸ್ತಿ					
				Growth and repairs					
	同分和		f)	ತೂಕವನ್ನು ಇಳಿಸುತ್ತದೆ					
				Decrease weight					
		現課時	g)	ಮುಖದ ಕಾಂತಿಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತದೆ					
				Increase skin glow					
				7 of 12					

- IV. ಈ ಕೆಳಗಿನ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಉತ್ತರಿಸಿ : Answer the following questions :
 - 16. ಹಣ್ಣು ಮತ್ತು ತರಕಾರಿಗಳ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯ ತೆಯನ್ನು ತಿಳಿಸಿ.

Write the importance of fruits and vegetables.

17. ಪೆಡಿಕ್ಯೂರ್ ಉತ್ಪನ್ನಗಳನ್ನು ತಯಾರಿಸುವ ಯಾವುದಾದರೂ ನಾಲ್ಕು ಭಾರತೀಯ ಕಂಪನಿಗಳನ್ನು ಹೆಸರಿಸಿ.

Write any four Indian brands which manufacture pedicure products.

18. ಲ್ಯಾ ಟೆಕ್ಸ್ ಸ್ಪಾಂಜ್ ನ ಉಪಯೋಗವೇನು ?

What are the uses of latex sponge ?

19. ಹೇರ್-ಸ್ಪಾ ಎಂದರೇನು ?

What is meant by hair spa?

20. ಸ್ವಾಗತಕಾರರ ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ಬರೆಯಿರಿ.

Write the job role of receptionist.

21. ಸುಗಂಧ ಚಿಕಿತ್ಸಕರು ಗ್ರಾಹಕರಿಗೆ ಹೇಗೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ನೀಡುತ್ತಾರೆ ?

How does an aroma therapist treat the client?

- ಈ ಕೆಳಗಿನ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಉತ್ತರಿಸಿ : v.
 - Answer the following questions :
 - 22. ಯೋಗ ಎಂದರೇನು ? ಯಾವುದಾದರೂ ಎರಡು ಯೋಗ ಭಂಗಿಗಳನ್ನು ಹೆಸರಿಸಿ.

What is Yoga ? Write any two poses of Yoga.

8 of 12

 $6 \times 2 = 12$





90-EK (Level-2)

 $\mathbf{6}\times\mathbf{1}=\mathbf{6}$

90-EK (Level-2)

23. ಆಯುರ್ವೇದ ಎಂದರೇನು ? ಆಯುರ್ವೇದ ಗುರಿಗಳನ್ನು ಬರೆಯಿರಿ.

What is Ayurveda ? Write the aims of Ayurveda.

24. ಸ್ಕಬ್ಬರನ್ನು ಹಸ್ತಾಲಂಕಾರದಲ್ಲಿ ಏಕೆ ಬಳಸುತ್ತಾರೆ ?

Why do we use scrubber in manicure ?

25. ಕೂದಲು ತೆಗೆಯುವ ಯಾವುದಾದರೂ ನಾಲ್ಕು ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ತಿಳಿಸಿ.

Mention any four methods of removing hair.



ಅಥವಾ / OR

ಬ್ಲೀಚಿಂಗ್ ಎಂದರೇನು ? ಬ್ಲೀಚಿಂಗ್ ಮಾಡಲು ಅಗತ್ಯವಾದ ಸಾಮಾಗ್ರಿಗಳನ್ನು ಹೆಸರಿಸಿ.

What is bleaching ? Name the materials required for bleaching.

26. ಟೈಮ್ಡ್ ಕಂಡೀಷನರ್ಗಳ ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ತಿಳಿಸಿ.

Write the functions of timed conditioners.

ಅಥವಾ / OR

ಹೇರ್-ಸ್ಪಾದ ಯಾವುದಾದರೂ ಎರಡು ಪ್ರಯೋಜನಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಿ.

Explain any two benefits of hair spa.

27. ಸಲೂನ್ ವ್ಯವಸ್ಥಾಪಕರ ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ತಿಳಿಸಿ.



Mention the functions of a saloon manager.

VI. ಈ ಕೆಳಗಿನ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಉತ್ತರಿಸಿ :

90-EK (Level-2) 4 × 3 = 12

Answer the following questions :

28. ಮೆಟ್ಟಿಲು ಹತ್ತುವ ವ್ಯಾಯಾಮದ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯ ತೆಯನ್ನು ತಿಳಿಸಿ.

Mention the importance of stair climbing exercise.

29. ಮೆಹೆಂದಿ ಕೋನ್ ತಯಾರಿಸುವ ವಿಧಾನವನ್ನು ವಿವರಿಸಿ.

Explain the procedure of cone making.

 ಪಾದಾಲಂಕಾರ ಎಂದರೇನು ? ಇದಕ್ಕೆ ಬೇಕಾಗುವ ಸಲಕರಣೆಗಳು ಮತ್ತು ಉಪಕರಣಗಳನ್ನು ಬರೆಯಿರಿ.

What is pedicure ? Write the tools and equipment required for pedicure.





ನೈಲ್ ಕಟ್ಟರ್, ನೈಲ್ ಫೈಲರ್ ಮತ್ತು ನೈಲ್ ಬಫರ್ನ ಪ್ರಯೋಜನಗಳನ್ನು ತಿಳಿಸಿ.

Mention the uses of nail cutter, nail filer and nail buffer.

31. ಸಾಮಾನ್ಯ ಕೂದಲಿಗೆ ಮಾಡುವ ಹೇರ್-ಸ್ಪಾವಿಧಾನವನ್ನು ವಿವರಿಸಿ.

Explain the method of hair spa for normal hair.

VII. ಈ ಕೆಳಗಿನ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಉತ್ತರಿಸಿ :

 $3 \times 4 = 12$

Answer the following questions :

32. ಹಸ್ತಾಲಂಕಾರ ಎಂದರೇನು ? ಹಸ್ತಾಲಂಕಾರದಲ್ಲಿ ಬೇಕಾಗಿರುವ ಉಪಕರಣ ಮತ್ತು ಸಲಕರಣೆಗಳನ್ನು ಬರೆಯಿರಿ.

manicure.

90-EK (Level-2)

ಹಸ್ತಾಲಂಕಾರದಲ್ಲಿ ಹೊರಪೊರೆಯನ್ನು ತೆಗೆಯುವ ವಿಧಾನವನ್ನು ಕ್ರಮವಾಗಿ ಬರೆಯಿರಿ. Explain the steps of cuticle removing while doing manicure.

33. ಪೆಡಿಕ್ಯೂರ್ ಉತ್ಪನ್ನಗಳನ್ನು ತಯಾರಿಸುವ ಲ್ಯಾಕ್ಮಿ ಕಂಪನಿಯ ಬಗ್ಗೆ ಬರೆಯಿರಿ.

Write a short note on Lakmé brand of pedicure.

34. ಐಲೈನರ್ ಮತ್ತು ಐಬ್ರೋ-ಪೆನ್ಸಿಲ್ ಹಚ್ಚುವ ವಿಧಾನವನ್ನು ಹಂತ-ಹಂತವಾಗಿ ಬರೆಯಿರಿ.

Explain the application of eye liner and eyebrow pencil stepwise.

What is manicure ? Mention the tools and equipment used in

ಅಥವಾ / OR

ಅಥವಾ / OR

ಮಸ್ಕರಾ ಹಚ್ಚುವ ವಿಧಾನದ ಹಂತಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಿ.

Explain the method of applying Mascara stepwise.

Contraction of the second seco

12 of 12