పోషకాలను సేకరించి.. శక్తిని సమకూర్చి

గ్రూప్-డీ, టెట్ ప్రత్యేకం

ఎన్విరాన్‌మెంటల్ స్టడీస్

మన ఆహారం

- దాదాపు 170 సంవత్సరాల కిందటి వరకు పోషణపై కొంతవరకు మాత్రమే వైజ్ఞానిక సమాచారం ఉండేది
- ఆధునిక పోషణ వైజ్ఞానిక శాస్త్రవేత్త, ఫ్రెంచ్ దేశస్థుడైన లెవోయిజర్ (1743–1793) చేసిన పరిశోధనలు పోషణలో ఆధునిక ఆలోచనలకు దారి తీశాయి
- 1752లో జేమ్స్ లిండ్స్ అనే శాస్త్రవేత్త స్కర్వీ అనే వ్యాధిని తాజా ఫలాలను, కూరగాయలను తినడం వల్ల నయం చేయవచ్చని కనుగొన్నాడు
- 1952లో కొన్ని రకాల వ్యాధులను కొన్ని రకాల ఆహార పదార్థాలు తినడం వల్ల నయం చేయవచ్చు అని తెలిసింది
- మన శరీరంలో ప్రొటీన్లు, కొవ్వులు, పిండి పదార్థాల రూపంలో ఉన్న ఆహారాన్ని స్వీకరిస్తుందని 19వ శతాబ్దపు పరిశీలనలో నిరూపించారు

ఆహారం–ఆవశ్యకత

- నడవడం, పరుగెత్తడం, ఆడుకోవడం వంటి వివిధ పనులు చేయడానికి శక్తి అవసరం
- మనకు కావాల్సిన శక్తి ఆహారం నుంచి లభిస్తుంది
- మనం తీసుకునే ఆహారంలో ముఖ్యంగా శక్తిని సమకూర్చే దాన్ని ప్రధాన ఆహారం అంటారు

ఉదా. వరి, చపాతి, రొట్టె

ఆహార వనరులు

- మనకు కావాల్సిన ఆహారం రెండు రకాలుగా లభిస్తుంది
  1. మొక్కలు – కూరగాయలు, ధాన్యాలు, పండ్లు, దుంపలు
  2. జంతువులు – పాలు, గుడ్లు, మాంసం మొదలైనవి

ఆహారం తయారు చేయడానికి కావాల్సిన దినుసులు

1. పాయసం – బియ్యం, బెల్లం, యాలకులు, జీడిపప్పు
2. కోడికూర – కోడిమాంసం, సుగంధ ద్రవ్యాలు, నూనె, ఉప్పు
3. పల్లీకారం అన్నం – అన్నం, పల్లీలు, కారం, ఉప్పు

మొక్కలు ఆహారంగా తీసుకునే మొక్కల భాగాలు

- మొక్కల వివిధ భాగాలను మనం ఆహారంగా తీసుకుంటాం
- మేకలు, గొర్రెల నుంచి మాంసం, పాలు రెండూ లభిస్తాయి
- కోళ్లు, బాతుల నుంచి మాంసంతో పాటు గుడ్లు కూడా లభిస్తాయి

మొక్కల నుంచి లభించే ఆహారం

- వరి, గోధుమ, జొన్న, రాగులు, కూరగాయలు, పండ్లు, పుష్పాలు మొదలైనవి

జంతువుల నుంచి లభించే ఆహారం

- మాంసం, పాలు, గుడ్లు, వెన్న, పెరుగు, నెయ్యి, తేనె, నూనె మొదలైనవి
- ఆహారం వండటానికి ఎన్నో రకాల వంట దినుసులు అవసరం అవుతాయి
- ఉదాహరణ : బిర్యానీ తయారీకి కావాల్సినవి : బియ్యం, ఉప్పు, జీలకర్ర, టమాట, ఆలుగడ్డ, ఉల్లిపాయ, చికెన్ లేదా మటన్ వంటివి అవసరమవుతాయి
- అన్నం వండటానికి కేవలం బియ్యం, నీరు అనే రెండు పదార్థాలు మాత్రమే సరిపోతాయి
- ఆహారపు రుచి వంట చేసే విధానం మీద, అందులో ఉపయోగించే వంట దినుసుల మీద, మన సంస్కృతికి సంబంధించి అలవాట్లమీద ఆధారపడి ఉంటుంది
- ఆహారాన్ని తయారుచేయడానికి ఉపయోగించే పదార్థాలను దినుసులు అంటారు. ఇవి మొక్కలు, ఖనిజాలు, జంతువుల నుంచి లభిస్తాయి

ఉదా : పాలకూర, కొత్తిమీర మొక్కల్లో ఆకులు మొదలైనవి

డ్రై ఫ్రూట్స్

- బాదం, జీడిపప్పు, కిస్మిస్, ఎండు ఖర్జూరం, ఎండు కొబ్బరి, మేడిపండ్లు, పిస్తా మొదలైనవాటిని డ్రై ఫ్రూట్స్ అంటారు
- ఎండిన పండ్లు, గింజలు శరీరానికి ఆరోగ్యాన్ని, బలాన్ని ఇస్తాయి.
- అయితే వీటిని తక్కువ పరిమాణంలో తీసుకోవడం మంచిది
- ఎండబెట్టడం వల్ల ఇవి నీటిని కోల్పోయి ఎక్కువ కాలం నిల్వ ఉంటాయి

సలాడ్స్

- సలాడ్ అనే పదం సలాటా అనే లాటిన్ పదం నుంచి వచ్చింది
- సలాటా అంటే ఉప్పు అని అర్థం
- సలాడ్స్‌లో అన్ని పచ్చికూరగాయ ముక్కలు ఉంటాయి
- ఇవి ఉడికించరు కాబట్టి పోషక విలువలు ఉంటాయి
- ఈ కాయగూరల్లో నీరు అధికంగా ఉంటుంది
- ఇవి సులువుగా జీర్ణమవుతాయి కాబట్టి ఆరోగ్యానికి మంచిది

సుగంధ ద్రవ్యాలు

- ఆహార పదార్థాలకు మంచి సువాసనలు తీసుకువచ్చే పదార్థాలను సుగంధద్రవ్యాలు అంటారు

ఉదా : యాలకులు, లవంగాలు, దాల్చినచెక్క, బిర్యానీ ఆకు మొదలైనవి

మనుషుల్లో ఆహారపు అలవాట్లు

- ఒక ప్రాంతంలో నివసించే మనుషుల ఆహారపు అలవాట్లు దాదాపుగా ఒకే విధంగా ఉంటాయి
- మనరాష్ట్రం భౌగోళిక, శీతోష్ణ పరిస్థితులు వరి పండించడానికి ఎంతో అనుకూలంగా ఉండటం వల్ల వరిని ఎక్కువగా పండిస్తాం
- రైతులు వివిధ రకాల పంటలు పండించినప్పటికీ మనం సాధారణంగా బియ్యాన్ని ఆహారంగా ఉపయోగిస్తాం
- ఎన్నో రకాల ఆహార పదార్థాలు బియ్యంతో తయారవుతాయి
- బియ్యాన్ని రవ్వగా, పిండిగా, ఉపయోగించి రకరకాల ఆహార పదార్థాలను తయారు చేస్తారు
- గోధుమలతో, మొక్కజొన్నతో గానీ పోలిస్తే బియ్యం, బియ్యం ఉత్పత్తులను ఎక్కువగా తింటారు
- రాజస్థాన్‌లో ఎక్కువగా వరికంటే మొక్కజొన్నలు, సజ్జలు, గోధుమలు ఉత్పత్తి అవుతాయి. అందుకే రాజస్థాన్‌లో అన్నం బదులు చపాతీలు లేదా రొట్టెలను ప్రధానమైన ఆహారంగా ఉపయోగిస్తారు

ఆహారం తయారు చేసే పద్ధతులు

- ఆహారం తయారు చేయడం ముఖ్యమైన కళ. ఇవి జీవితానికి ఎంతో ముఖ్యమైనది
- ఆహారం తయారు చేయడానికి ఎన్నో పద్ధతులు ఉన్నాయి
- ఆలుగడ్డ, గుడ్లు, మొక్కజొన్న వంటివి ఉడికించి వండుతారు
- ఇడ్లీలను ఆవిరిలో ఉడికించి వండుతారు
- జిలేబీ, దోశపిండిని పులియబెట్టి వండుతారు
- కోడిమాంసం, కాకరకాయపై వేయించి వండుతారు
- చేప, అప్పడాలు, బజ్జీలు అధిక నూనెలో వేయించి వండుతారు

ఆహారం నిల్వ చేసే పద్ధతి

- కొన్ని రకాల పదార్థాలను ఉపయోగించి ఆహార పదార్థాలను కొంతకాలం పాటు నిల్వ చేయవచ్చు
- కొన్ని ఆహార పదార్థాలు ఉప్పు పూసి ఎండబెట్టడం వల్ల ఎక్కువ రోజులు నిల్వ ఉంటాయి
- పచ్చళ్లను నిల్వ ఉంచడానికి ఉప్పు, కారం, నూనె, పసుపుపొడి ఉపయోగిస్తారు
- ధాన్యాన్ని సంచుల్లో పోసిగానీ, గాదెల్లో పోసిగానీ ఎక్కువ కాలం నిల్వ చేయడానికి మాలథియాన్ అనే మందును పిచికారీ చేస్తారు
- ధాన్యాన్ని పాడు చేయకుండా ఎలుకలను నివారించడానికి జింక్ ఫాస్ఫైడ్, వార్ఫరిన్ అనే మందులను ఉపయోగిస్తారు
- ధాన్యాన్ని భారీ ఎత్తున నిల్వ చేయాలంటే గోదాముల్లో నిల్వ చేస్తారు
- ఉదాహరణకు – భారత ప్రభుత్వం ఆహార సంస్థ
- తేమ గల పంట ఉత్పత్తులను శీతల గిడ్డంగుల్లో నిల్వ చేస్తారు

ఉదాహరణ – పండ్లు, కూరగాయలు, చేపలు, రొయ్యలు మొదలైనవి

- బూజు మొక్కల నుంచి వెలువడే స్పోరులు ఆహార పదార్థాలను కుళ్లే విధంగా చేస్తాయి
- బ్యాక్టీరియా, బూజు 'అధిక ఉష్ణోగ్రత, అధిక శీతలాన్ని' భరించలేవు
- పండ్ల రసాలకు 'సిట్రిక్ ఆమ్లం, పొటాషియం మెటాబైసల్ఫేట్' కలపడం ద్వారా ఎక్కువ కాలం నిల్వ ఉంచవచ్చు.
- కూరగాయలను ముక్కలుగా కోసి ఎండబెట్టడాన్ని ఒరుగులు అంటారు
- పచ్చి బఠాణీలు, ఉల్లిపాయలు, సూప్‌లు నిల్వ చేయడానికి 'నిర్జలీకరణం' తోడ్పడుతుంది
- తక్కువ ఖర్చుతో జనతా ఫ్రిజ్‌ను తయారు చేసుకోవచ్చు
- జనతాఫ్రిడ్జ్‌ను మట్టి లేదా సిమెంట్ తొట్టెల రెండింటినీ ఒకదానిలో ఒకటి అమర్చి తయారు చేస్తారు. దీనిలో అతి తక్కువ ఖర్చుతో కూరగాయలను, పండ్లను కొన్ని రోజులపాటు తాజాగా ఉండేలా నిల్వ చేసుకోవచ్చు. దీన్నే పేదవారి ఫ్రిడ్జ్ అని కూడా అంటారు

చీడపురుగులు–కీటకాల నియంత్రణ

- చీడపురుగులు, కీటకాల నియంత్రణకు రెండు రకాల పద్ధతులను ఉపయోగిస్తారు
  1. మందులు చల్లడం
  2. పొగ పెట్టడం

1. మందులు చల్లడం

- ఈ పద్ధతిలో ధాన్యం నిల్వ ఉంచిన ప్రదేశంలో డీడీటీ మలాథియాన్ వంటి కీటక నాశనులను ఉపయోగించడం ద్వారా నిల్వ చేసిన స్థలాల్లో ఉండే చీడపురుగులు నాశనమవుతాయి

2. పొగ పెట్టడం

- పొగబారించే పద్ధతి వల్ల ధాన్యంలోని నిల్వ ఉంచిన స్థలంలో ఉండే చీడపురుగులు నాశనం అవుతాయి
- ఈ పద్ధతిలో ఇథిలీన్ డై బ్రోమైన్ గానీ, అల్యూమినియం ఫాస్ఫైడ్ గానీ ఉపయోగిస్తారు
- ఈ రసాయనాలను ధాన్యపు కొట్టులో ఉంచి కిటికీలు, తలుపులు మూసివేస్తారు
- ఒక వారం తరువాత ఆ కొట్టు తలుపులు తెరిచి చనిపోయిన కీటకాలను పురుగులను తీసివేస్తారు

వెజిటబుల్ కార్వింగ్

- పండ్లు, కూరగాయలను ఉపయోగించి ఆహారం తయారుచేయడం అనేది ఒక కళ. కొంతమంది కూరగాయలను ఉపయోగించి వివిధ రకాల ఆకారాలు, డిజైన్స్‌తో అలంకరిస్తారు. దీన్నే వెజిటబుల్ కార్వింగ్ అంటారు

ఆహారంలోని అంశాలు

- మన శరీరంలో నిరంతరం అనేక క్రియలు జరుగుతూ ఉంటాయి. వీటికి కావాల్సిన శక్తి మనకు ఆహారం నుంచి లభిస్తుంది
- వ్యక్తి వయసును బట్టి, పనిని బట్టి వివిధ పరిమాణాల్లో ఆహార పదార్థాలు అవసరమవుతాయి
- నిద్రిస్తున్నప్పుడు కూడా శ్వాసక్రియ, రక్త ప్రసరణ మన శరీరంలో జరుగుతూనే ఉంటాయి. అందుకే నిద్రించే సమయంలో కూడా శక్తి అవసరం.
- మనం తీసుకొనే ఆహారంలో ప్రధానంగా కార్బోహైడ్రేట్లు, ప్రొటీన్లు, కొవ్వులు, నీరు, విటమిన్లు, పీచు పదార్థాలు ఉంటాయి

పిండి పదార్థాలు

- ఇవి శరీరానికి శక్తినిచ్చే పోషకాలు
- మనం తీసుకొనే ఆహారంలో అధికశాతం కార్బోహైడ్రేట్స్ ఉంటాయి
- ఆహారంలోని పిండిపదార్థాన్ని నిర్ధారించడానికి అయోడిన్ పరీక్షను నిర్వహిస్తారు
- అయోడిన్ పరీక్షలో పిండిపదార్థం నీలిరంగులోకి మారుతుంది
- వీటిలో C, H, O మూలకాలు ఉంటాయి
- ఒక గ్రాము పిండి పదార్థంలో 4 కిలోల శక్తి ఉంటుంది

ప్రొటీన్

- ఇవి శరీర నిర్మాణానికి తోడ్పడే పోషకాలు
- వీటినే మాంసకృత్తులు అని కూడా అంటారు
- మన శరీరంలో ఎప్పటికప్పుడు పాతకణాలు నశించి కొత్త కణాలు పుడుతూ ఉంటాయి
- గాయాలు, పుండ్లు మానడానికి కొత్త కణాలు పుట్టడం చాలా అవసరం. దీనికి ప్రొటీన్లు అనే మాంసకృత్తులు సహకరిస్తాయి
- ప్రొటీన్స్ పప్పు ధాన్యాల్లో అధికంగా ఉంటాయి. వీటితో పాటు చేపలు, గుడ్లు, పాలలో కూడా ఉంటాయి
- ప్రొటీన్ పరీక్ష – ప్రొటీన్లు ఉన్న ఆహార పదార్థానికి 2 శాతం కాపర్ సల్ఫేట్, 10 శాతం సోడియం హైడ్రాక్సైడ్ ద్రావణం కలపడం వల్ల పదార్థం నీటి రంగు నుంచి ముదురు నీలంలోకి మారుతుంది.
- పాలల్లో ఉండే కాల్షియం ఎముకల పెరుగుదలకు, పటిష్ఠంగా ఉండటానికి సహాయపడుతుంది

ఎస్ అండ్ ఎస్ పబ్లికేషన్స్ సౌజన్యంతో..

విద్య, ఉద్యోగ సమాచారం

డీఆర్‌డీవోలో సైంటిస్టులు..

డీఆర్‌డీవో పరిధిలోని వివిధ విభాగాల్లో కింది పోస్టుల భర్తీకి నోటిఫికేషన్ విడుదలైంది.

- **మొత్తం ఖాళీలు:** 148
- **పోస్టులు:** సైంటిస్ట్ బీ, సైంటిస్ట్/ఇంజినీర్ బీ
- **విభాగాలు:** ఈసీఈ, మెకానికల్, సీఎస్ఈ, ఈఈ, కెమికల్, కెమిస్ట్రీ, సైకాలజీ
- **దరఖాస్తు:** ఆన్‌లైన్‌లో
- **చివరితేదీ:** జూన్ 18
- **వెబ్‌సైట్:** https://rac.gov.in

ఇండియన్ ఆర్మీలో...

ఇండియన్ ఆర్మీ.. 142వ టీజీసీ నోటిఫికేషన్‌ను విడుదల చేసింది.

- **ఎంట్రీ:** టెక్నికల్ గ్రాడ్యుయేట్ కోర్సు (టీజీసీ–142) (జనవరి 2026)
- **అర్హతలు:** సంబంధిత విభాగంలో బీటెక్
- **దరఖాస్తు:** ఆన్‌లైన్‌లో
- **చివరితేదీ:** మే 29
- **వెబ్‌సైట్:** www.joinindianarmy.nic.in

ఏడీఏలో...

బెంగళూరులోని ఏరోనాటికల్ డెవలప్‌మెంట్ ఏజెన్సీ (ఏడీఏ)లో కాంట్రాక్ట్ ప్రాతిపదికన కింది పోస్టుల భర్తీకి ప్రకటన విడుదలైంది.

- **మొత్తం ఖాళీలు:** 23
- **పోస్టులు:** ప్రాజెక్ట్ అడ్మిన్ అసిస్టెంట్, ప్రాజెక్ట్ టెక్నికల్ అసిస్టెంట్
- **దరఖాస్తు:** వెబ్‌సైట్‌లో
- **చివరితేదీ:** జూన్ 13
- **వెబ్‌సైట్:** https://www.ada.gov.in

ఆన్‌లైన్‌లో స్టడీ మెటీరియల్

- గ్రూప్–డి, టెట్: సోషల్ కంటెంట్, సైన్స్ అండ్ టెక్నాలజీ కోసం పై క్యూఆర్ కోడ్‌ను స్కాన్ చేయండి.

ఐఎస్‌సీఏ సమావేశాలకు అధ్యక్షత వహించిన మొదటి మహిళ ?

గ్రూప్-డీ, టెట్ ప్రత్యేకం

సైన్స్ అండ్ టెక్నాలజీ

డిజిటల్ ఇండియా

1. గ్రామీణ ప్రాంతాలను అధిక వేగవంతమైన అంతర్జాలం ఆధారంగా అనుసంధానించేందుకు ఉద్దేశించిన డిజిటల్ ఇండియా కార్యక్రమాన్ని ఎప్పుడు ప్రారంభించారు?
   ఎ) 2015, జూలై 5 బి) 2015, జూలై 4
   సి) 2015, జూలై 2 డి) 2015, జూలై 1
2. కింది వాటిలో దేని ద్వారా సార్వత్రికంగా వినియోగించుకొనేలా డిజిటల్ వనరులు అభివృద్ధి చేస్తున్నారు?
   ఎ) డిజిటల్ మౌలిక వసతులను కల్పించడం
   బి) ప్రభుత్వ సేవలను డిజిటల్ మాధ్యమంగా అందించడం
   సి) ఎ, బి
   డి) డిజిటల్ అక్షరాస్యతను కల్పించడం
3. డిజిటల్ ఇండియాలో భాగంగా గుర్తించిన మూలస్తంభాల సంఖ్య?
   ఎ) 3 బి) 5
   సి) 9 డి) 11
4. 'అన్ని గ్రామీణ ప్రాంతాలకు బ్రాడ్‌బ్యాండ్ సౌకర్యం' కింద అనుసంధానించే గ్రామ పంచాయతీలు?
   ఎ) 1,25,000 బి) 2,50,000
   సి) 2,00,000 డి) 1,00,000
5. అన్ని గ్రామ పంచాయతీలకు బ్రాడ్‌బ్యాండ్ సౌకర్యం కల్పనలో భాగంగా నోడల్ ఏజెన్సీగా పనిచేస్తున్నది?
   ఎ) Department of Technology
   బి) Department of Science
   సి) Department of Telecommunications
   డి) National Optic Fibre Network
6. ప్రభుత్వ, వ్యాపార సేవలు అందించడానికి ప్రతి గ్రామ పంచాయతీలో ఏర్పాటు చేసిన బహుళ ప్రయోజనాలు కలిగిన కేంద్రాలు?
   ఎ) National Knowledge Network
   బి) Common Service Centres
   సి) Government User Network
   డి) Digital Locker
7. గ్రామ పంచాయతీల్లోని ఉమ్మడి సేవా కేంద్రాల ఏర్పాటుకు నోడల్ ఏజెన్సీగా పని చేసింది?
   ఎ) Department of Posts
   బి) Department of Panchayath Raj
   సి) Diety
   డి) Department of Telecommunications
8. డిజిటల్ ఇండియా వారోత్సవాలు ఎప్పుడు ప్రారంభమయ్యాయి?
   ఎ) 2015, జూలై 1 బి) 2015, జూలై 7
   సి) 2015, జూలై 4 డి) 2015, జూలై 2
9. ఎలక్ట్రానిక్ మాధ్యమంగా సేవలను అందించడంలో అతిముఖ్యమైన మూలస్తంభంగా భావించేది?
   ఎ) e-Governance
   బి) e-Kranti
   సి) Broadband Highway
   డి) ఉమ్మడి సేవా కేంద్రాలు
10. డిజిటల్ ఇండియాకు మద్దతుగా గూగుల్ సంస్థ దేశవ్యాప్తంగా ఎన్ని రైల్వేస్టేషన్‌లకు బ్రాడ్‌బ్యాండ్ కనెక్టివిటీని అందిస్తుంది?
    ఎ) 200 బి) 300
    సి) 400 డి) 500
11. కింది వాటిలో డిజిటల్ ఇండియాలో ప్రధాన భాగాలుగా ఉన్న వాటిని గుర్తించండి.
    1– డిజిటల్ మౌలిక వసతుల కల్పన
    2– గ్రామీణ ప్రాంతాల్లో అందరికీ బ్రాడ్‌బ్యాండ్
    3. డిజిటల్ మాధ్యమంగా సేవల బట్వాడా
    4. డిజిటల్ అక్షరాస్యత
    ఎ) 1, 2, 3 బి) 1, 3, 4
    సి) 2, 3, 4 డి) 1, 2, 4
12. e-Kranti మూల సూత్రాలను గుర్తించండి.
    1. పరివర్తన కాని, తర్జుమా కాని కాదు
    2. వ్యక్తిగత సేవలకు బదులుగా ఉమ్మడి సమీకృత సేవలు
    3. భద్రత, ఎలక్ట్రానిక్ సమాచార పరిరక్షణ
    4. భాషల స్థానికీకరణ
    ఎ) 1, 2, 3 బి) 1, 3, 4
    సి) 2, 3, 4 డి) 1, 2, 3, 4
13. e-Krantiకి సంబంధించి సరైన వాటిని గుర్తించండి.
    1. దీన్ని 2015, మార్చి 25న ఆమోదించారు
    2. దీనిలో భాగంగా 44 మిషన్ మోడ్ ప్రాజెక్టులను ప్రారంభించారు
    3. 13 కేంద్రస్థాయి, 17 రాష్ట్రస్థాయి, 14 సమీకృత మిషన్ మోడ్ ప్రాజెక్టులను గుర్తించడం జరిగింది
    ఎ) 1, 2 బి) 1, 3
    సి) 2, 3 డి) 1, 2, 3
14. కింది వాటిలో డిజిటల్ ఇండియాలో భాగంగా చేపట్టిన కార్యక్రమాలు?
    1. డిజీ లాకర్
    2– attendance.gov.in
    3. సామాజిక మాధ్యమాలు, ఆన్‌లైన్ మెసేజింగ్ సర్వీస్‌లు
    4. స్వచ్ఛ భారత్ మిషన్ మొబైల్ యాప్
    ఎ) 1, 2, 4 బి) 2, 3, 4
    సి) 1, 2, 3 డి) 1, 3, 4
15. డిజీ లాకర్ దృష్ట్యా కింది వాటిలో సరైన వాటిని గుర్తించండి.
    1. దీని ద్వారా వ్యక్తిగత డాక్యుమెంట్‌లను డిజిటల్ రూపంలో భద్రపరుచుకోవచ్చు
    2. దీని ద్వారా ఆధార్ ద్వారా ప్రామాణీకరించిన సేవలను ఇది ఉపయోగించుకుంటుంది
    3. వీటిలో భద్రపరుచుకోవాల్సిన సర్టిఫికేట్లు గరిష్ఠ పరిమాణం 50 MB
    ఎ) 1, 3 బి) 2, 3
    సి) 1, 2 డి) 1, 2, 3
16. ప్రభుత్వపాలనలో చర్చల వంటి వాటి ద్వారా దేశ ప్రజల అభిప్రాయాలు, సూచనలు, సలహాలు అందుకొనే వేదిక?
    ఎ) డిజీ లాకర్
    బి) mygov.in
    సి) స్వచ్ఛ భారత్ మిషన్ మొబైల్ యాప్
    డి) attendance.gov.in

జవాబులు

1.డి	2.డి	3.సి	4.బి
5.సి	6.బి	7.సి	8.ఎ
9.బి	10.డి	11.బి	12.డి
13.డి	14.ఎ	15.సి	16.బి

భారత సైన్స్ కాంగ్రెస్ అసోసియేషన్

1. దేశ ప్రధాన శాస్త్రీయ సంస్థ 'ఇండియన్ సైన్స్ కాంగ్రెస్ అసోసియేషన్'(ISCA)ను ఏ సంవత్సరంలో ప్రారంభించారు?
   ఎ) 1900 బి) 1910
   సి) 1914 డి) 1904
2. కలకత్తా ప్రధాన కేంద్రంగా ISCAను ప్రారంభించింది?
   ఎ) ప్రొ. జేఎల్ సైమన్ సన్
   బి) ప్రొ. పీఎస్ మెక్ మోహన్
   సి) ఎ, బి
   డి) జవహర్ లాల్ నెహ్రూ
3. 2018, జనవరి 3 నుంచి 7 వరకు జరిగిన ISCA 105వ సమావేశాలు తొలుత ఎక్కడ ప్రారంభించాలనుకొన్నారు?
   ఎ) తిరుపతి బి) హైదరాబాద్
   సి) విశాఖపట్నం డి) వరంగల్
4. 104వ ISCA సమావేశాలకు అధ్యక్షత వహించింది?
   ఎ) అశోక్ కుమార్ సక్సేనా
   బి) డీ నారాయణ రావు
   సి) సర్జేరావు బి నిమ్సే
   డి) మన్మోహన్ సింగ్
5. 104వ ఐఎస్‌సీఏ సమావేశాల ఇతివృత్తం?
   ఎ) మానవాభివృద్ధికి శాస్త్ర సాంకేతికత
   బి) స్వదేశీ పరిజ్ఞానాభివృద్ధికి శాస్త్ర సాంకేతికత
   సి) దేశాభివృద్ధికి శాస్త్ర సాంకేతికత
   డి) సమగ్ర అభివృద్ధికి శాస్త్ర సాంకేతికత పరికల్పనలు
6. ఐఎస్‌సీఏ సమావేశాలకు అధ్యక్షత వహించిన మొదటి మహిళ?
   ఎ) అసిమా ఛటర్జీ బి) అర్చనా శర్మ
   సి) గీతాబాలి డి) అంజనా శర్మ
7. డా. మన్మోహన్ సింగ్ అధ్యక్షత వహించిన ఐఎస్‌సీఏ శతాబ్ది సమావేశాల ఇతివృత్తం?
   ఎ) మానవాభివృద్ధికి శాస్త్ర సాంకేతికత
   బి) దేశ భవిష్యత్‌ను తీర్చిదిద్దడంలో శాస్త్రీయ విజ్ఞానం
   సి) సమగ్ర నవకల్పనలకు శాస్త్ర సాంకేతికత – మహిళల పాత్ర
   డి) జాతీయాభివృద్ధికి శాస్త్ర సాంకేతికత
8. హైదరాబాద్‌లో నిర్వహించిన మొదటి ఐఎస్‌సీఏ సమావేశాలకు అధ్యక్షత వహించింది?
   ఎ) టీఎస్ వెంకట రమణ
   బి) బీర్బల్ సాహ్నీ
   సి) ఎస్ఎన్ బోస్
   డి) జేసీ ఘోష్
9. ఐఎస్‌సీఏ ప్లాటినం జూబ్లీ సమావేశాలకు అధ్యక్షత వహించింది?
   ఎ) డా. ఎస్ బగవతం
   బి) ప్రొ. సీఎన్ ఆర్ రావు
   సి) ప్రొ. డీఎస్ కొఠారి
   డి) ఏపీ మిత్ర
10. ఏ సమావేశాల నుంచి ఐఎస్‌సీఏలో విదేశీ శాస్త్రవేత్తలకూ భాగస్వామ్యం కల్పిస్తున్నారు?
    ఎ) గోల్డెన్ జూబ్లీ సమావేశాలు
    బి) ప్లాటినం జూబ్లీ సమావేశాలు
    సి) సిల్వర్ జూబ్లీ సమావేశాలు
    డి) డైమండ్ జూబ్లీ సమావేశాలు
11. జతపరచండి.
    ఎ. సిల్వర్ జూబ్లీ 1. 1938
    బి. గోల్డెన్ జూబ్లీ 2. 1988
    సి. డైమండ్ జూబ్లీ 3. 1973
    డి. ప్లాటినం జూబ్లీ 4. 1963
    ఎ) ఎ–1, బి–4, సి–3, డి–2
    బి) ఎ–1, బి–3, సి–4, డి–2
    సి) ఎ–1, బి–4, సి–2, డి–3
    డి) ఎ–1, బి–3, సి–2, డి–4
12. ISCA సమావేశాలను అవి నిర్వహించిన నగరాలతో జతపరచండి.
    ఎ. 105వ సమావేశం 1. తిరుపతి
    బి. 104వ సమావేశం 2. హైదరాబాద్
    సి. 103వ సమావేశం 3. ముంబై
    డి. 102వ సమావేశం 4. మైసూర్
    ఎ) ఎ–2, బి–1, సి–3, డి–4
    బి) ఎ–2, బి–1, సి–4, డి–3
    సి) ఎ–2, బి–3, సి–1, డి–4
    డి) ఎ–2, బి–4, సి–3, డి–1
13. ISCA శతాబ్ది ఉత్సవాలకు సంబంధించి సరైన వాటిని గుర్తించండి?
    1. వీటిని 2013లో జనవరి 3 నుంచి 7 వరకు నిర్వహించారు
    2? ఈ సమావేశాల ఇతివృత్తం 'దేశ భవిష్యత్తును తీర్చిదిద్దడంలో శాస్త్రీయ విజ్ఞానం'
    3. వీటిని యూనివర్సిటీ ఆఫ్ కోల్‌కతాలో నిర్వహించారు
    ఎ) 1, 2 బి) 1, 3
    సి) 2, 3 డి) 1, 2, 3
14. ISCA స్వర్ణోత్సవాల సందర్భంగా వెలువరించిన ప్రచురణలను గుర్తించండి.
    1. దశాబ్దపు ఇండియన్ సైన్స్ కాంగ్రెస్ అసోసియేషన్
    2. భారత్‌లో 50 సంవత్సరాల శాస్త్రీయ విజ్ఞానం
    3. ఇండియన్ సైన్స్ కాంగ్రెస్ అసోసియేషన్ సంక్షిప్త చరిత్ర
    ఎ) 1, 2, 3 బి) 1, 3
    సి) 2, 3 డి) 1, 2
15. కింది వాటిలో సరైన వాటిని గుర్తించండి.
    1. 1914లో Asiatic Society (కలకత్తా) ఇండియన్ సైన్స్ కాంగ్రెస్ అసోసియేషన్ మొదటి సమావేశం నిర్వహించింది
    2. జస్టిస్ ఆశుతోష్ ముఖర్జీ దీనికి అధ్యక్షత వహించారు
    3. ఈ సమావేశాల సందర్భంగా మొత్తం 35 శాస్త్రీయ పత్రాలు సమర్పించారు
    ఎ) 1, 2, 3 బి) 1, 2
    సి) 2, 3 డి) 1, 3

జవాబులు

1.సి	2.సి	3.బి	4.బి
5.సి	6.ఎ	7.బి	8.ఎ
9.బి	10.సి	11.ఎ	12.బి
13.డి	14.సి	15.ఎ	

తెలుగు అకాడమీ సౌజన్యంతో

మీకు తెలుసా?

దర్పణాలు

- ప్రతిబింబాన్ని ఏర్పరిచేవి–దర్పణాలు
- ప్రతిబింబం వస్తువు రూపాన్ని తెలియజేస్తుంది
- వస్తువు ఉన్న రంగులోనే కనుబడుతుంది
- ఇవి రెండు రకాలు అవి :
  1. నిజ ప్రతిబింబం
  2. మిథ్యా ప్రతిబింబం

1. నిజ ప్రతిబింబం

- ఇది తలకిందులుగా ఏర్పడుతుంది/ తలకిందుల ప్రతిబింబం
- దీన్ని తెరమీద చూడవచ్చు
- కంటితో నేరుగా చూడలేం

మిథ్యా ప్రతిబింబం

- ఇది నిటారుగా ఉన్న ప్రతిబింబం– నిటారుగా ఏర్పడుతుంది
- దీన్ని తెర మీద పట్టలేం
- కంటితో నేరుగా చూడవచ్చు

ఉదా. కుంభాకార దర్పణం, పుటాకార కటకం, సమతల దర్పణం

సమతల దర్పణం : సమతల గాజు పలకకు ఒకవైపున సిల్వర్ బ్రోమైడ్‌తో గానీ, పాదరసంతో గానీ పూత పూసి దర్పణాలు తయారు చేసేవారు కానీ, ప్రస్తుతం వాటి స్థానంలో ఏఐను ఉపయోగిస్తున్నారు

ధర్మాలు : వస్తు పరిమాణం, ప్రతిబింబ పరిమాణాలు సమానం. వస్తు దూరం, ప్రతిబింబ దూరాలు సమానం. నిటారుగా ఉండే మిథ్యా ప్రతిబింబం ఏర్పడుతుంది