

Exam. Code : 103206

Subject Code : 1227

B.A./B.Sc. 6th Semester**HOME SCIENCE****(Food and Nutrition and Child Development-II)**

Time Allowed—3 Hours] [Maximum Marks—60

Note :— Attempt a total of **five** questions. Section E is compulsory. Attempt **one** question each from Sections A, B, C and D. All questions carry equal marks.

SECTION—A

1. What is the importance of diet during pregnancy ? What points should be kept in mind while planning meal for a pregnant woman ? 12
2. What are the different food standards formulated by the government to check the adulteration ? 12

SECTION—B

3. Explain different types of Fevers with examples. Discuss the causes, symptoms and dietary management of Typhoid fever. 12
4. Define therapeutic diet. Discuss various ways of modifying normal diet to therapeutic diet. 12

SECTION—C

5. What do you mean by social development ? Explain the factors affecting social development of the child. 12
6. Define Play. Explain its importance in the child's development. 12

SECTION—D

7. What do you mean by weaning ? What are its advantages ? What points should be kept in mind while weaning the child ? 12

8. Discuss the common discomforts during pregnancy. How can these be relieved ? 12

SECTION—E

(Compulsory Question)

9. Write short notes :

- Define Food Adulteration.
- Advantages of Meal Planning.
- Bland diet.
- What is Diarrhoea ?
- Define Balanced Diet.
- Thumb Sucking.

2×6=12

(Punjabi Version)

ਨੋਟ :— ਕੁਲ ਪੰਜ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਕਰਨੇ ਹਨ। ਭਾਗ ਹ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ। ਭਾਗ ਓ, ਅ, ਏ ਅਤੇ ਸ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ-ਇੱਕ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਕਰੋ। ਹਰੇਕ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਦੇ ਅੰਕ ਬਰਾਬਰ ਹਨ।

ਭਾਗ-ਓ

- ਗਰਭ ਕਾਲ ਵਿੱਚ ਭੋਜਨ ਦਾ ਕੀ ਮਹੱਤਵ ਹੈ ? ਗਰਭਵਤੀ ਔਰਤ ਲਈ ਆਹਾਰ-ਨਿਯੋਜਨ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਕਿੰਨ੍ਹਾਂ ਗੱਲਾਂ ਦਾ ਧਿਆਨ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ? 12
- ਸਰਕਾਰ ਵਲੋਂ ਮਿਲਾਵਟ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਲਈ ਕਿਹੜੇ ਮਾਪਦੰਡ ਅਪਣਾਏ ਗਏ ਹਨ ? 12

ਭਾਗ-ਅ

- ਵੱਖ-ਵੱਖ ਕਿਸਮ ਦੇ ਬੁਖਾਰ ਉਦਾਹਰਣ ਸਹਿਤ ਵਰਣਨ ਕਰੋ। ਟਾਈਫਾਇਡ ਬੁਖਾਰ ਦੇ ਕਾਰਨ, ਲੱਛਣ ਅਤੇ ਆਹਾਰ ਪ੍ਰਬੰਧ ਵਰਣਨ ਕਰੋ। 12
- ਉਪਚਾਰਕ ਆਹਾਰ ਤੋਂ ਕੀ ਭਾਵ ਹੈ ? ਸਾਧਾਰਣ ਆਹਾਰ ਨੂੰ ਉਪਚਾਰਕ ਆਹਾਰ ਵਿੱਚ ਕਿਵੇਂ ਤਬਦੀਲ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ? 12

ਭਾਗ-ੳ

5. ਸਮਾਜਿਕ ਵਿਕਾਸ ਤੋਂ ਕੀ ਭਾਵ ਹੈ ? ਬੱਚੇ ਦੇ ਸਮਾਜਿਕ ਵਿਕਾਸ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਤੱਤ ਵਰਨਣ ਕਰੋ। 12
6. ਖੇਡ ਦੀ ਪਰਿਭਾਸ਼ਾ ਦਿਉ। ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਵਿੱਚ ਖੇਡਾਂ ਦਾ ਕੀ ਮਹੱਤਵ ਹੈ ? 12

ਭਾਗ-ਸ

7. ਦੁੱਧ ਛੁਡਾਉਣ (weaning) ਦੀ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਤੋਂ ਕੀ ਭਾਵ ਹੈ ? ਇਸਦੇ ਕੀ ਲਾਭ ਹਨ ? ਦੁੱਧ ਛੁਡਾਉਂਦੇ ਸਮੇਂ ਕਿੰਨਾਂ ਗੱਲਾਂ ਦਾ ਧਿਆਨ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ? 12
8. ਗਰਭ ਕਾਲ ਦੀਆਂ ਕਠਿਨਾਈਆਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿਉ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਕਿਵੇਂ ਆਰਾਮ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ? 12

ਭਾਗ-ਹ**(ਲਾਜ਼ਮੀ ਪ੍ਰਸ਼ਨ)**

9. ਉੱਤਰ ਸੰਖੇਪ ਵਿੱਚ ਲਿਖੋ :
- (ੳ) ਭੋਜਨ ਵਿੱਚ ਮਿਲਾਵਟ ਦੀ ਪਰਿਭਾਸ਼ਾ ਦਿਉ।
- (ਅ) ਆਹਾਰ ਨਿਯੋਜਨ ਦੇ ਲਾਭ।
- (ੲ) Bland ਆਹਾਰ।
- (ਸ) ਦਸਤ (Diarrhoea) ਤੋਂ ਕੀ ਭਾਵ ਹੈ ?
- (ਹ) ਸੰਤੁਲਿਤ ਆਹਾਰ ਦੀ ਪਰਿਭਾਸ਼ਾ ਲਿਖੋ।
- (ਕ) ਅੰਗੂਠਾ ਚੂਸਣਾ। 2×6=12

(Hindi Version)

ਨੋਟ :- ਕੁਲ ਪਾੰਚ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਕਰੋ। ਭਾਗ ਙ ਅਨਿਵਾਰਯ ਹੈ। ਭਾਗ ਕ, ਖ, ਗ ਔਰ ਘ ਪ੍ਰਤਯੇਕ ਮੇਂ ਸੇ ਏਕ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਕਰੋ। ਸਮੀ ਪ੍ਰਸ਼ਨੋਂ ਕੇ ਅੰਕ ਸਮਾਨ ਹੈ।

ਭਾਗ-ਕ

1. ਗਭਾਵਿਸਥਾ ਕੇ ਦੌਰਾਨ ਭੋਜਨ ਕਾ ਕਯਾ ਮਹਤਵ ਹੈ ? ਗਭਾਵਿਸਥਾ ਮਹਿਲਾ ਕੇ ਲਿਏ ਆਹਾਰ ਨਿਯੋਜਨ ਕਰਤੇ ਸਮਯ ਕਿਨ ਬਾਤੋਂ ਕੋ ਧਯਾਨ ਮੇਂ ਰਖਨਾ ਚਾਹਿਏ ? 12

2. मिलावट की जांच करने के लिए सरकार द्वारा अपनाए गए विभिन्न खाद्य मापदंड क्या हैं ? 12

भाग-ख

3. विभिन्न प्रकार के बुखारों की व्याख्या करो। टायफाइड बुखार के कारणों, लक्षणों तथा आहार प्रबंधन पर चर्चा करो। 12
4. उपचारात्मक आहार को परिभाषित करो। साधारण आहार को उपचारात्मक आहार में परिवर्तित करने के विभिन्न तरीकों की चर्चा करो। 12

भाग-ग

5. सामाजिक विकास से आपका क्या अभिप्राय है ? बच्चे के सामाजिक विकास को प्रभावित करने वाले कारकों की व्याख्या करो। 12
6. खेल को परिभाषित करो। बच्चे के विकास में इसके महत्व की व्याख्या करो। 12

भाग-घ

7. दूध छुड़ाने की प्रक्रिया (weaning) से क्या अभिप्राय है ? इसके लाभ क्या हैं ? बच्चे को दूध छुड़ाते समय ध्यान में रखे जाने वाली बातें कौनसी हैं ? 12
8. गर्भावस्था के दौरान साधारण कठिनाइयों के बारे में चर्चा करो। इनसे कैसे मुक्ति पाई जा सकती है ? 12

भाग-ङ

9. संक्षिप्त नोट लिखे :
- (क) भोजन में मिलावट को परिभाषित करो।
- (ख) भोजन योजना के लाभ।
- (ग) ब्लैंड आहार (Bland Diet)।
- (घ) डायरिया क्या है ?
- (ङ) संतुलित आहार को परिभाषित करो।
- (च) अंगूठा चूसना।

2×6=12