

Exam. Code : 103206

Subject Code : 1186

B.A./B.Sc. 6th Semester

HOME SCIENCE

(Food and Nutrition and Child Development—II)

Time Allowed—3 Hours] [Maximum Marks—60

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

SECTION—A

- I. What is a balanced diet ? Give its importance and examples. 12
- II. Describe meal planning principles, giving examples of a middle income group family. 12

SECTION—B

- III. What is a therapeutic diet ? Discuss its principles. Define soft diet. 12
- IV. Give the dietary management, causes and symptoms of Hypertension. 12

SECTION—C

- V. Discuss the role of family and school in a child's development. 12
- VI. Which are the common behaviour problems of Children ? Give remedies. 12

SECTION—D

- VII. What is pre natal development ? Give factors affecting it. 12
- VIII. Breast feeding is better than bottle feeding. Why ? Explain. 12

SECTION—E

- IX. Write short notes on :
- (a) Types of Food Adulteration
- (b) Diet during constipation
- (c) Pattern of social development
- (d) Complications of Pregnancy. 12

(Punjabi Version)

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

ਭਾਗ—ਓ

- I. ਸੰਤੁਲਿਤ ਆਹਾਰ ਕੀ ਹੈ ? ਇਸ ਦੀ ਮਹੱਤਤਾ ਅਤੇ ਉਦਾਹਰਣ ਦਿਉ। 12
- II. ਮੱਧ ਆਮਦਨ ਸਮੂਹ ਪਰਿਵਾਰ ਦਾ ਉਦਾਹਰਣ ਦੇਂਦੇ ਹੋਏ ਭੋਜਨ ਯੋਜਨਾ ਦੇ ਸਿਧਾਂਤਾਂ ਦਾ ਵਰਨਣ ਕਰੋ। 12

ਭਾਗ—ਅ

- III. ਉਪਚਾਰਕ ਆਹਾਰ ਕੀ ਹੈ ? ਇਸ ਦੇ ਸਿਧਾਂਤਾਂ ਦੀ ਚਰਚਾ ਕਰੋ। ਨਰਮ ਖੁਰਾਕ ਪਰਿਭਾਸ਼ਤ ਕਰੋ। 12
- IV. ਹਾਈਪਰਟੈਨਸ਼ਨ ਦਾ ਖੁਰਾਕ ਪ੍ਰਬੰਧਨ, ਕਾਰਣ ਅਤੇ ਲੱਛਣ ਲਿਖੋ। 12

ਭਾਗ—ੲ

- V. ਬੱਚੇ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਵਿੱਚ ਪਰਿਵਾਰ ਅਤੇ ਸਕੂਲ ਦੀ ਭੂਮਿਕਾ ਬਾਰੇ ਚਰਚਾ ਕਰੋ। 12
- VI. ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਆਮ ਵਿਹਾਰ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਕੀ ਹਨ ? ਉਪਚਾਰ ਦੱਸੋ। 12

ਭਾਗ—ਸ

- VII. ਜਨਮ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਵਿਕਾਸ ਕੀ ਹੈ ? ਇਸ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਕਾਰਕ ਦੱਸੋ। 12
- VIII. ਬਰੈਸਟ ਫੀਡਿੰਗ ਬੋਤਲ ਫੀਡਿੰਗ ਤੋਂ ਬਿਹਤਰ ਹੈ। ਕਿਉਂ ? ਵਿਆਖਿਆ ਕਰੋ। 12

ਭਾਗ—ਹ

- IX. ਸੰਖਿਪਤ ਨੋਟ ਲਿਖੋ :
- (ੳ) ਭੋਜਨ ਮਿਲਾਵਟ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ
- (ਅ) ਕਬਜ਼ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਖੁਰਾਕ
- (ੲ) ਸਮਾਜਿਕ ਵਿਕਾਸ ਦੇ ਪੈਟਰਨ
- (ਸ) ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਦੀਆਂ ਜਟਿਲਤਾਵਾਂ। 12

(Hindi Version)

ਨੋਟ :— ਕੁਲ ਪਾੰਚ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਕਰੋਂ। ਭਾਗ ਕ, ਖ, ਗ ਤਥਾ ਘ ਪ੍ਰਤਯੇਕ ਮੇਂ ਸੇ ਏਕ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਕਰੋਂ। ਭਾਗ ਙ ਅਨਿਵਾਰਯ ਹੈ। ਸਭੀ ਪ੍ਰਸ਼ਨੋਂ ਕੇ ਸਮਾਨ ਅੰਕ ਹੈਂ।

ਭਾਗ—ਕ

- I. ਸੰਤੁਲਿਤ ਆਹਾਰ ਕਯਾ ਹੈ ? ਇਸਕਾ ਸਹਤਵ ਔਰ ਉਦਾਹਰਣ ਦੀਯੋ। 12
- II. ਸਘ ਆਯ ਸਮੂਹ ਪਰਿਵਾਰ ਕੀ ਉਦਾਹਰਣ ਦੇਤੇ ਹੂਏ ਭੋਜਨ ਯੋਜਨਾ ਕੇ ਸਿਫ਼ਤਾਂ ਕਾ ਵਰਨਨ ਕਰੋਂ। 12

भाग—ख

- III. चिकित्सीय आहार क्या है ? इसके सिद्धांतों पर चर्चा करें। नरम आहार को परिभाषित करें। 12
- IV. उच्च रक्तचाप का आहार प्रबंधन, कारण और लक्षण लिखें। 12

भाग—ग

- V. एक बच्चे के विकास में परिवार और स्कूल की भूमिका पर चर्चा करें। 12
- VI. बच्चों में सामान्य व्यवहार समस्याएं क्या हैं ? उपचार बताइए। 12

भाग—घ

- VII. प्रसव पूर्व विकास क्या है ? इसे प्रभावित करने वाले कारक बताइए। 12
- VIII. ब्रेस्ट फीडिंग बॉटल फीडिंग से बेहतर है। क्यों ? व्याख्या करें। 12

भाग—ङ

- IX. संक्षिप्त नोट लिखें :
- (क) खाद्य अपमिश्रण के प्रकार
- (ख) कब्ज के दौरान आहार
- (ग) सामाजिक विकास का पैटर्न
- (घ) गर्भावस्था की जटिलताएं। 12