

Exam. Code : 103206

Subject Code : 1187

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

HOME SCIENCE

(Foods and Nutrition and Child Development—II)

Time Allowed—2 Hours]

[Maximum Marks—60

Note :— Attempt any FOUR questions. All questions carry equal marks.

- I. Discuss Food Standards used in India
- II. Describe the principles of Meal Planning, giving examples.
- III. Plan a balanced diet for a pregnant woman from the middle income group, keeping in mind the principles.
- IV. Which principles are kept in mind while planning a diet for a hypertension patient ?
- V. Explain the stages of Social Development.
- VI. What is the significance of play ? Give examples.
- VII. Describe the factors affecting Pre-natal development.
- VIII. Write short notes on any two :
 - (a) Food Adulteration
 - (b) Principles of Therapeutic Diets
 - (c) Diet for a Diabetes Mellitus patient
 - (d) Role of school in the development of a child
 - (e) Complications during pregnancy
 - (f) Importance of Breast Feeding.

(Punjabi Version)

ਨੋਟ :— ਕੋਈ ਚਾਰ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਕਰੋ। ਸਾਰੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਂ ਦੇ ਬਰਾਬਰ ਅੰਕ ਹਨ।

- I. ਭਾਰਤ ਵਿੱਚ ਵਰਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਭੋਜਨ ਦੇ ਮਿਆਰਾਂ ਬਾਰੇ ਚਰਚਾ ਕਰੋ।
- II. ਉਦਾਹਰਣ ਦਿੰਦੇ ਹੋਏ ਭੋਜਨ ਯੋਜਨਾਬੰਦੀ ਦੇ ਸਿਧਾਂਤਾਂ ਦਾ ਵਰਨਣ ਕਰੋ।
- III. ਸਿਧਾਂਤਾਂ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਵਿੱਚ ਰੱਖਦਿਆਂ, ਮੱਧ ਆਮਦਨੀ ਸਮੂਹ ਤੋਂ ਗਰਭਵਤੀ ਔਰਤ ਲਈ ਸੰਤੁਲਿਤ ਆਹਾਰ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉ।
- IV. ਹਾਈਪਰਟੈਨਸ਼ਨ ਮਰੀਜ਼ ਲਈ ਖੁਰਾਕ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣ ਵੇਲੇ ਕਿਹੜੇ ਸਿਧਾਂਤਾਂ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਵਿੱਚ ਰੱਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ?
- V. ਸਮਾਜਿਕ ਵਿਕਾਸ ਦੇ ਪੜਾਵਾਂ ਦੀ ਵਿਆਖਿਆ ਕਰੋ।
- VI. ਖੇਡ ਦੀ ਮਹੱਤਤਾ ਕੀ ਹੈ ? ਉਦਾਹਰਣਾਂ ਦਿਉ।
- VII. ਜਨਮ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਤ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਕਾਰਕਾਂ ਬਾਰੇ ਦੱਸੋ।
- VIII. ਕੋਈ ਦੋ ਉੱਤੇ ਲਘੁ ਨੋਟ ਲਿਖੋ :
 - (ੳ) ਭੋਜਨ ਮਿਲਾਵਟ
 - (ਅ) ਇਲਾਜ ਸੰਬੰਧੀ ਖੁਰਾਕਾਂ ਦੇ ਸਿਧਾਂਤ
 - (ੲ) ਡਾਇਬਟੀਜ਼ ਮੇਲਿਟਸ ਮਰੀਜ਼ ਲਈ ਖੁਰਾਕ
 - (ਸ) ਬੱਚੇ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਵਿੱਚ ਸਕੂਲ ਦੀ ਭੂਮਿਕਾ
 - (ਹ) ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਦੌਰਾਨ ਜਟਿਲਤਾਵਾਂ
 - (ਕ) ਛਾਤੀ ਦਾ ਦੁੱਧ ਚੁੰਘਾਉਣ ਦੀ ਮਹੱਤਤਾ।

(Hindi Version)

नोट :- कोई चार प्रश्न करें। सभी प्रश्नों के समान अंक हैं।

- I. भारत में उपयोग किए जाने वाले खाद्य मानकों पर चर्चा करें।
- II. उदाहरण देते हुए भोजन योजना के सिद्धांतों का वर्णन करें।
- III. सिद्धांतों को ध्यान में रखते हुए मध्यम आय वर्ग की गर्भवती महिला के लिए संतुलित आहार की योजना बनाएं।
- IV. उच्च रक्तचाप के रोगी के लिए आहार की योजना बनाने समय किन-किन सिद्धांतों को ध्यान में रखा जाता है ?
- V. सामाजिक विकास के चरणों की व्याख्या कीजिए।
- VI. खेल का महत्व क्या है ? उदाहरण दीजिए।
- VII. प्रसव पूर्व विकास को प्रभावित करने वाले कारकों का वर्णन करें।

VIII. किन्हीं दो पर लघु नोट लिखें :

- (क) खाद्य अपमिश्रण
- (ख) चिकित्सीय आहार के सिद्धांत
- (ग) मधुमेह के रोगी के लिए आहार
- (घ) बच्चे के विकास में स्कूल की भूमिका
- (ङ) गर्भावस्था के दौरान जटिलताएँ
- (च) स्तनपान का महत्व।