महाराणा प्रताप महाविद्यालय
5-1-23
ग्रन्थालय
जंगल धूसड़, गोरखपुर

HSC 201

B.A. IIIrd SEMESTER EXAMINATION, 2022-23

HOME SCIENCE

(Advance Nutrition and Human Development)

(4+0)

(CBCS MODE)

AFFIX PRESCRIBED RUBBER STAMP

Date (तिथि) : ____________________

Paper ID
(To be filled in the OMR Sheet)

8041

अनुक्रमांक (अंकों में) :
Roll No. (In Figures)

अनुक्रमांक (शब्दों में) : ______________________________

Roll No. (In Words) : ______________________________

Time : 1 Hour
समय : 1 घण्टा

Max. Marks : 60
अधिकतम अंक : 60

नोट : पुस्तिका में 40 प्रश्न दिये गये हैं, सभी प्रश्न करने होंगे। प्रत्येक प्रश्न 1.5 अंक का होगा।

Important Instructions :

1. The candidate will write his/her Roll Number only at the places provided for, i.e. on the cover page and on the OMR answer sheet at the end and nowhere else.

2. Immediately on receipt of the question booklet, the candidate should check up the booklet and ensure that it contains all the pages and that no question is missing. If the candidate finds any discrepancy in the question booklet, he/she should report the invigilator within 10 minutes of the issue of this booklet and a fresh question booklet without any discrepancy be obtained.

महत्वपूर्ण निर्देश :

1. अभ्यर्थी अपने अनुक्रमांक केवल उन्हीं स्थानों पर लिखेंगे जो इसके लिए दिये गये हैं, अर्थात् प्रश्न पुस्तिका के मुख्य पृष्ठ तथा साथ दिये गये ओ०एम०आर० उत्तर पत्र पर, तथा अन्यत्र कहीं नहीं लिखेंगे।

2. प्रश्न पुस्तिका मिलते ही अभ्यर्थी को जाँच करके सुनिश्चित कर लेना चाहिए कि इस पुस्तिका में पूरे पृष्ठ हैं और कोई प्रश्न छूटा तो नहीं है। यदि कोई विसंगति है तो प्रश्न पुस्तिका मिलने के 10 मिनट के भीतर ही कक्ष परिप्रेक्षक को सूचित करना चाहिए और बिना त्रुटि की दूसरी प्रश्न पुस्तिका प्राप्त कर लेना चाहिए।

1. Adolescence stage is :

(A) 13-18 year

(B) 18-21 year

(C) 21-26 year

(D) None of these

2. Changes in the Adolescence :

(A) In the field of physical development

(B) In the area of self-reliance

(C) Both of the above

(D) None of these

3. Factors affecting nutrient requirement are :

(A) Age

(B) Sex

(C) Physical Activity

(D) All of the above

4. Calorie requirement in adolescence stage is :

(A) 2450 K.cal

(B) 2660 K.cal

(C) 2230 K.cal

(D) None of these

1. किशोरावस्था अवस्था है :

(A) 13–18 वर्ष

(B) 18–21 वर्ष

(C) 21–26 वर्ष

(D) इनमें से कोई नहीं

2. किशोरावस्था में परिवर्तन होते हैं :

(A) शारीरिक विकास क्षेत्र में

(B) आत्म–निर्भरता की अवस्था के क्षेत्र में

(C) उपर्युक्त दोनों

(D) इनमें से कोई नहीं

3. पोषक तत्वों की आवश्यकता को प्रभावित करने वाले तत्व हैं :

(A) उम्र

(B) लिंग

(C) शारीरिक कार्य

(D) उपरोक्त सभी

4. किशोरावस्था में कैलोरी की माँग होती है :

(A) 2450 K.cal

(B) 2660 K.cal

(C) 2230 K.cal

(D) इनमें से कोई नहीं

5. Protein Requirement in adolescence stage :

(A) 65 gm.

(B) 50 gm.

(C) 60 gm.

(D) 40 gm.

5. किशोरावस्था में प्रोटीन की आवश्यकता होती है :

(A) 65 ग्राम

(B) 50 ग्राम

(C) 60 ग्राम

(D) 40 ग्राम

6. 1 gm. protein provides________.

(A) 6 Kcal

(B) 4 Kcal

(C) 5 Kcal

(D) 9 Kcal

6. 1 ग्राम प्रोटीन प्रदान करता है________।

(A) 6 किलो कैलोरी

(B) 4 किलो कैलोरी

(C) 5 किलो कैलोरी

(D) 9 किलो कैलोरी

7. What are the major factors affecting balance diet ?

(A) Age

(B) Physical activity

(C) Availability of food

(D) All of the above

7. संतुलित आहार को प्रभावित करने वाले मुख्य कारक हैं :

(A) आयु

(B) शारीरिक क्रियाशीलता

(C) भोज्य पदार्थ की उपलब्धता

(D) उपरोक्त सभी

8. Stage of 'Storm and Stress" is :

(A) Childhood

(B) Puberty

(C) Adolescence

(D) Adulthood

8. 'तूफान और तनाव' की अवस्था है :

(A) बाल्यावस्था

(B) यौवनारंभ

(C) किशोरावस्था

(D) प्रौढ़ावस्था

9. Full form of RDA is :

(A) Recommended Dietary Allowance

(B) Recommended Dairy Allowance

(C) Required Dietary Allowance

(D) Required Dairy Allowance

10. Why fruits and vegetables are important ?

(A) They give your energy

(B) They give you a variety of vitamins, minerals and nutrient

(C) They are colourful

(D) They are readily available

11. Development proceeds in the direction of the longitudinal axis. This principle of development is called principle of________.

(A) Proximodistal

(B) Interrelation

(C) Cephalocaudal

(D) Continuity

9. RDA का पूर्ण रूप है :

(A) Recommended Dietary Allowance

(B) Recommended Dairy Allowance

(C) Required Dietary Allowance

(D) Required Dairy Allowance

10. फल एवं सब्जियाँ महत्वपूर्ण क्यों हैं ?

(A) वे आपको ऊर्जा देती हैं

(B) वे आपको विभिन्न प्रकार के विटामिन, खनिज और पोषक तत्व देती हैं

(C) वे रंगीन हैं

(D) वे आसानी से उपलब्ध हैं

11. विकास अनुदैर्घ्य अक्ष की दिशा में आगे बढ़ता है। विकास के इस सिद्धांत को ________ का सिद्धान्त कहा जाता है।

(A) प्रोक्सीमोडिस्टल

(B) आपसी संबंध

(C) सिफलोकॉडल

(D) निरंतरता

12. Grooming and cleaning comes under which aspect of health ?

(A) Mental health

(B) Physical health

(C) Social health

(D) Emotional health

13. Which among of the following doesn't fall under the classification of mental retardation ?

(A) Mild retardation

(B) Moderate retardation

(C) Severe retardation

(D) Acute retardation

14. 'Ossification' means :

(A) Redness of skin

(B) Hardening of bones

(C) Smoothness of lair

(D) All of the above

15. Social behavior pattern of early childhood is :

(A) Cooperation

(B) Rivalry

(C) Desire for social approval

(D) All above

12. संवारना और सफाई करना स्वस्थ्य के किस पहलू के अंतर्गत आता है ?

(A) मानसिक स्वास्थ्य

(B) शारीरिक स्वास्थ्य

(C) सामाजिक स्वास्थ्य

(D) भावनात्मक स्वास्थ्य

13. निम्नलिखित में से कौन मानसिक मंदता के वर्गीकरण के अन्तगत नहीं आता है ?

(A) हल्की मंदता

(B) मध्यम मंदता

(C) गंभीर मंदता

(D) तीव्र मंदता

14. 'ऑसीफिकेशन' से तात्पर्य है :

(A) त्वचा का लाल होना

(B) हड्डियों का कड़ा होना

(C) बालों का चिकनापन

(D) उपरोक्त सभी

15. पूर्व बाल्यावस्था में सामाजिक व्यवहार के मानक हैं :

(A) सहयोग

(B) विरोधी

(C) सामाजिक अनुमोदन की इच्छा

(D) उपरोक्त सभी

16. 'Day dream' stage is :

(A) Childhood

(B) Puberty

(C) Adolescence

(D) Adulthood

17. Emotional Adjustment of students is effective in :

(A) Personality formation

(B) Behaviour in class

(C) Discipline

(D) All of these

18. Which of the following does not affect language development ?

(A) Maturation

(B) Motivation

(C) Health

(D) Height & weight

19. According to Jean Piaget, How many stages of cognitive development are ?

(A) 4

(B) 3

(C) 2

(D) 5

16. 'दिवास्वप्न' अवस्था है :

(A) बाल्यावस्था

(B) वयः सन्धि अवस्था

(C) किशोरावस्था

(D) प्रौढ़ावस्था

17. विद्यार्थियों का भावनात्मक समायोजन प्रभावी होता है :

(A) व्यक्तित्व निर्माण

(B) कक्षा में व्यवहार

(C) अनुशासन

(D) उपरोक्त सभी

18. निम्नलिखित में से कौन भाषा के विकास को प्रभावित नहीं करता है ?

(A) परिपक्वता

(B) प्रेरणा

(C) स्वास्थ्य

(D) ऊँचाई और वजन

19. जीन पियाजे के अनुसार संज्ञानात्मक विकास की कितनी अवस्थाएँ हैं ?

(A) 4

(B) 3

(C) 2

(D) 5

20. Formal operational period is :

(A) Birth to 24 months

(B) 2 to 7 years

(C) 7 to 11 years

(D) 11 years

21. Jean Piaget's theory of child development is based on :

(A) Psycho analytical development

(B) Moral development

(C) Psycho social development

(D) Cognitive development

22. According to Piaget, the second stage of cognitive development is:

(A) Sensorimotor stage

(B) Formal operational stage

(C) Pre-operational stage

(D) Concrete operational stage

23. The basic foundations of physical, mental and personality development are laid in the period of :

(A) Adulthood

(B) Adolescence

(C) Childhood

(D) Infancy

20. औपचारिक परिचालन अवधि है :

(A) जन्म से 24 महीने

(B) 2 से 7 साल

(C) 7 से 11 वर्ष

(D) 11 वर्ष

21. जीन पियाजे का बाल विकास का सिद्धांत आधारित है :

(A) मनोविश्लेषणात्मक विकास

(B) नैतिक विकास

(C) मनोवैज्ञानिक सामाजिक विकास

(D) संज्ञानात्मक विकास

22. पियाजे के अनुसार संज्ञानात्मक विकास की दूसरी अवस्था है :

(A) संसरिमोटर चरण

(B) औपचारिक परिचालन चरण

(C) पूर्व–संचालन चरण

(D) ठोस परिचालय चरण

23. शारीरिक, मानसिक और व्यक्तित्व विकास की मूल नींव किसके काल में रखी गई है :

(A) वयस्कता

(B) किशोरावस्था

(C) बचपन

(D) शैशवस्था

24. There is abundant scope for promoting concept learning under which stage of development of learner :

(A) During infancy

(B) During childhood

(C) During Adolescence

(D) During Pre-adolescence

25. Which of the following factors is necessary for a healthy person ?

(A) Vaccination

(B) Balanced diet

(C) Personal hygiene

(D) All of the above

26. As per the RDA table ICMR-NIN 2020, the daily requirement of dietary fiber per 2000 kcal is considered :

(A) 30 gms.

(B) 25 gms.

(C) 35 gms.

(D) 40 gms.

27. A substance needed by the body for growth, energy, repair and maintenance is called a_______.

(A) Nutrient

(B) Carbohydrate

(C) Calorie

(D) Fatty acid

24. शिक्षार्थी के विकास के किस चरण में अवधारणा अधिगम को बढ़ावा देने की प्रचुर गुंजाइश है ?

(A) शैशवस्था के दौरान

(B) बचपन में

(C) किशोरावस्था के दौरान

(D) पूर्व किशोरावस्था के दौरान

25. निम्नलिखित में से कौन सा कारक एक स्वस्थ व्यक्ति के लिए आवश्यक है ?

(A) टीकाकरण

(B) संतुलित आहार

(C) व्यक्तिगत स्वच्छता

(D) उपर्युक्त सभी

26. RDA तालिका ICMR-NIN 2020 के अनुसार, प्रति 2000 किलो कैलोरी फाइबर की दैनिक आवश्यकता मानी जाती है :

(A) 30 ग्राम

(B) 25 ग्राम

(C) 35 ग्राम

(D) 40 ग्राम

27. शरीर की वृद्धि, ऊर्जा, मरम्मत और रखरखाव के लिए आवश्यक पदार्थ को _________ कहा जाता है।

(A) पोषक तत्व

(B) कार्बोहाइड्रेट

(C) कैलोरी

(D) फैटी एसिड

28. For children in the age group of 2-8 years, the pattern of development include motor, social, emotional, cognitive and________.

(A) Adaptability skills

(B) Communication skills

(C) Language skills

(D) Writing skills

29. Which of the following principle of development is incorrect one ?

(A) There are individual difference in development

(B) Development is the result of coincidences

(C) It is a continuous process

(D) It is predictable

30. Out of the following which is not the other name of Adolescence ?

(A) Transitional period of childhood and adulthood

(B) Problem age

(C) Stage of stress, strain and storm

(D) Smart age

28. 2–8 वर्ष की आयु के बच्चों के लिए, विकास के पैटर्न में मोटर, सामाजिक, भावनात्मक, संज्ञानात्मक और शामिल है________।

(A) अनुकूलता कौशल

(B) संचार कौशल

(C) भाषा कौशल

(D) लेखन कौशल

29. निम्नलिखित में से विकास का कौन सा सिद्धांत गलत है ?

(A) विकास में व्यक्तिगत अंतर है

(B) विकास संयोगों का परिणाम है

(C) यह एक सतत प्रक्रिया है

(D) यह पूर्वानुमेय है

30. निम्नलिखित में से कौन किशोरावस्था का दूसरा नाम नहीं है ?

(A) बचपन आर वयस्कता की संक्रमणकालीन अवधि

(B) समस्या उम्र

(C) तनाव, तनाव और तूफान का चरण

(D) स्मार्ट उम्र

31. What does development imply ?

(A) Unfolding of individual's inherent traits

(B) Qualitative changes

(C) Quantitative changes

(D) Increases in height, weight and length

31. विकास का क्या अर्थ है ?

(A) व्यक्ति के अंतर्निहित लक्षणों का खुलासा

(B) गुणात्मक परिवर्तन

(C) मात्रात्मक परिवर्तन

(D) ऊँचाई, वजन और लंबाई में वृद्धि

32. Number of temporary teeth in early childhood are :

(A) 18

(B) 20

(C) 22

(D) 24

32. पूर्व बाल्यावस्था में अस्थाई दांतों की संख्या होती है :

(A) 18

(B) 20

(C) 22

(D) 24

33. What is the full form of WHO ?

(A) World Health Orientation

(B) World Hygiene office

(C) World Health Organization

(D) World Health Office

33. WHO का पूर्ण रूप है :

(A) World Health Orientation

(B) World Hygiene office

(C) World Health Organization

(D) World Health Office

34. Which of the following are called macronutrients ?

(A) Carbohydrates, protein and vitamins

(B) Minerals, Proteins and Vitamins

(C) Carbohydrates, proteins and fats

(D) Protein, fats and minerals

34. निम्नलिखित में से किसे स्थूल पोषक तत्व कहा जाता है ?

(A) कार्बोहाइड्रेट, प्रोटीन और विटामिन

(B) खनिज लवण, प्रोटीन और विटामिन

(C) कार्बोहाइड्रेट, प्रोटीन और वसा

(D) प्रोटीन, वसा और खनिज लवण

35. Provides the greatest energy value per gram of nutrient :

(A) Protein

(B) Fat

(C) Carbohydrates

(D) Water

35. पोषक तत्व के प्रति ग्राम सबसे बड़ा ऊर्जा मूल्य प्रदान करता है :

(A) प्रोटीन

(B) वसा

(C) कार्बोहाइड्रेट

(D) पानी

36. The every dietary requirement of an moderately active adult is approximately :

(A) 1000 kcal

(B) 2500 kcal

(C) 4000 kcal

(D) 8000 kcal

36. मध्यम रूप से सक्रिय और औसत वयस्क की दैनिक आहार आवश्यकता लगभग है :

(A) 1000 किलो कैलोरी

(B) 2500 किलो कैलोरी

(C) 4000 किलो कैलोरी

(D) 8000 किलो कैलोरी

37. The cost of the food items and how much we can afford to spend depends on__________.

(A) Expenses

(B) Savings

(C) Net value

(D) Budget

37. खाद्य पदार्थों की लागत और हम कितना खर्च कर सकते हैं __________ पर निर्भर करता है।

(A) खर्च

(B) बचत

(C) कुल कीमत

(D) बजट

35. Provides the greatest energy value per gram of nutrient :

(A) Protein

(B) Fat

(C) Carbohydrates

(D) Water

36. The every dietary requirement of an moderately active adult is approximately :

(A) 1000 kcal

(B) 2500 kcal

(C) 4000 kcal

(D) 8000 kcal

37. The cost of the food items and how much we can afford to spend depends on__________.

(A) Expenses

(B) Savings

(C) Net value

(D) Budget

35. पोषक तत्व के प्रति ग्राम सबसे बड़ा ऊर्जा मूल्य प्रदान करता है :

(A) प्रोटीन

(B) वसा

(C) कार्बोहाइड्रेट

(D) पानी

36. मध्यम रूप से सक्रिय और औसत वयस्क की दैनिक आहार आवश्यकता लगभग है :

(A) 1000 किलो कैलोरी

(B) 2500 किलो कैलोरी

(C) 4000 किलो कैलोरी

(D) 8000 किलो कैलोरी

37. खाद्य पदार्थों की लागत और हम कितना खर्च कर सकते हैं __________ पर निर्भर करता है।

(A) खर्च

(B) बचत

(C) कुल कीमत

(D) बजट

38. ________needs depends on gender, age, body size, level of activity and health condition.

(A) Personal

(B) Emotional

(C) Nutritional

(D) Social

38. लिंग, आयु, शरीर आकार गतिविधि का स्तर और स्वास्थ्य की स्थिति पर निर्भर करता है________।

(A) वैयक्तिक

(B) संवेगात्मक

(C) पोषण

(D) समाज

39. At which stage a child answer is by his name :

(A) 7 month

(B) 9 month

(C) 6 month

(D) 12 month

39. किस अवस्था में बालक नाम पुकारने पर उत्तर देता है :

(A) 7 माह

(B) 9 माह

(C) 6 माह

(D) 12 माह

40. requirement of protein in Infant is :

(A) 2.0-2.5 mg/g/day

(B) 2.0-2.5 g/kg/day

(C) 2.0-2.5 g/day

(D) 2.0-2.5 kg/day

40. नवजात शिशुओं में प्रोटीन की आवश्यकता होती है :

(A) 2.0-2.5 mg/g/प्रतिदिन

(B) 2.0-2.5 g/kg/प्रतिदिन

(C) 2.0-2.5 g/प्रतिदिन

(D) 2.0-2.5 kg/प्रतिदिन

*****