



HSC 201

B.A. IIIrd SEMESTER EXAMINATION, 2023-24

HOME SCIENCE

(Advance Nutrition and Human Development)

AFFIX PRESCRIBED
RUBBER STAMP

Paper ID

(To be filled in the
OMR Sheet)

Date (तिथि) : _____

1069

अनुक्रमांक (अंकों में) :

Roll No. (In Figures) :

अनुक्रमांक (शब्दों में) :

Roll No. (In Words) : _____

Time : 1:30 Hrs.

समय : 1:30 घण्टे

Max. Marks : 75

अधिकतम अंक : 75

नोट : पुस्तिका में 50 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 कक्षा परिप्रेक्षक को सूचित करना चाहिए और बिना त्रुटि की दूसरी प्रश्न पुस्तिका प्राप्त कर लेना चाहिए।



- | | |
|--|---|
| <p>1. The infant needs protein at the age of 0-6 month.</p> <p>(A) 1gm
(B) 1.5gm
(C) 2.05gm
(D) 2.01gm</p> | <p>1. 0-6 माह की अवस्था में शिशु को प्रोटीन की आवश्यकता होती है-</p> <p>(A) 1 ग्राम
(B) 1.5 ग्राम
(C) 2.05 ग्राम
(D) 2.01 ग्राम</p> |
| <p>2. The amount of food and nutrition in adulthood depends on the person's-</p> <p>(A) Activities
(B) Sex
(C) Climate
(D) All of the above</p> | <p>2. प्रौढ़ावस्था में आहार एवं पोषण की मात्रा निर्भर करती है व्यक्ति की-</p> <p>(A) क्रियाशीलता
(B) लिंग
(C) मौसम व जलवायु
(D) उपरोक्त सभी</p> |
| <p>3. In comparison of boys, girls-</p> <p>(A) Requires less energy
(B) Requires more energy
(C) Requires equal energy
(D) None of above</p> | <p>3. किशोरों की अपेक्षा किशोरियों को-</p> <p>(A) कम ऊर्जा की आवश्यकता होती है
(B) अधिक ऊर्जा की आवश्यकता होती है
(C) समान ऊर्जा की आवश्यकता होती है
(D) उपरोक्त में कोई नहीं</p> |
| <p>4. Men doing mental work require 2425 calories per day. People of this class are-</p> <p>(A) Doctor
(B) Teacher
(C) Advocate
(D) All of above</p> | <p>4. मानसिक कार्य करने वाले पुरुषों को 2425 कैलोरी की प्रतिदिन आवश्यकता होती है। इसके अन्तर्गत आते हैं-</p> <p>(A) चिकित्सक
(B) अध्यापक
(C) वकील
(D) उपरोक्त सभी</p> |

5. Requirement of protein in old age are-
- (A) 0.5 gm /kg body weight
 (B) 1.0 gm/kg body weight
 (C) 1.5 gm/kg body weight
 (D) None of the above
6. In Pregnancy requirement of additional calories per day is___
- (A) 1000
 (B) 700
 (C) 300
 (D) 100
7. In which trimester of pregnancy the requirement of nutrients increases more-
- (A) First
 (B) Second
 (C) Third
 (D) Initial
8. The requirements of following nutrients are increased during lactation.
- (A) Protein
 (B) Vitamin A
 (C) Iron & folic acid
 (D) All of the above
5. वृद्धावस्था में प्रोटीन की आवश्यकता होती है -
- (A) 0.5 ग्राम प्रति कि०ग्रा० शारीरिक भार
 (B) 1.0 ग्राम प्रति कि०ग्रा० शारीरिक भार
 (C) 1.5 ग्राम प्रति कि०ग्रा० शारीरिक भार
 (D) उपरोक्त में से कोई नहीं
6. गर्भावस्था में अतिरिक्त—कैलोरी प्रतिदिन की आवश्यकता होती है।
- (A) 1000
 (B) 700
 (C) 300
 (D) 100
7. गर्भावस्था की किस तिमाही में पोषक तत्वों की आवश्यकता अधिक बढ़ जाती है—
- (A) प्रथम
 (B) द्वितीय
 (C) तृतीय
 (D) प्रारंभिक
8. धात्री अवस्था के दौरान निम्न पोषक तत्वों की आवश्यकता बढ़ जाती है—
- (A) प्रोटीन
 (B) विटामिन A
 (C) आयरन व फोलिक अम्ल
 (D) उपरोक्त सभी

9. Breast milk has negligible amount of-
- (A) Potassium
(B) Iron
(C) Fluoride
(D) Magnesium
10. 1 mg niacin obtained from -
- (A) 50 mg tryptophan
(B) 60 mg tryptophan
(C) 70 mg tryptophan
(D) 80 mg tryptophan
11. A new born baby requires about -
- (A) 250 kcal/day
(B) 350 kcal/day
(C) 450 kcal/day
(D) 550 kcal/day
12. Following nutrients are required in old age -
- (A) More calorie than normal condition
(B) More carbohydrate than normal condition
(C) 1 gm protein/kg body weight
(D) All of above
13. According to ICMR, a pregnant woman requires on additional ___ gm of protein per day.
- (A) 10
(B) 15
(C) 20
(D) 25
9. माँ के दूध में नगण्य मात्रा में होता है—
- (A) पोटैशियम
(B) आयरन
(C) फ्लूरॉयड
(D) मैग्नीशियम
10. 1 मि.ग्रा. नियासिन की प्राप्ति होती है—द्वारा ।
- (A) 50 मि.ग्रा. ट्रिप्टोफेन
(B) 60 मि.ग्रा. ट्रिप्टोफेन
(C) 70 मि.ग्रा. ट्रिप्टोफेन
(D) 80 मि.ग्रा. ट्रिप्टोफेन
11. एक नवजात शिशु को आवश्यक होती है—
- (A) 250 kcal/प्रतिदिन
(B) 350 kcal/प्रतिदिन
(C) 450 kcal/प्रतिदिन
(D) 550 kcal/प्रतिदिन
12. वृद्धावस्था में निम्नलिखित पोषक तत्वों की आवश्यकता होती है—
- (A) सामान्य से अधिक ऊर्जा
(B) सामान्य से अधिक कार्बोज
(C) 1 ग्राम प्रोटीन प्रति कि०ग्रा० शरीर भार
(D) उपरोक्त सभी
13. ICMR के अनुसार गर्भवती महिला को प्रतिदिन—ग्राम प्रोटीन की अतिरिक्त आवश्यकता होती है।
- (A) 10
(B) 15
(C) 20
(D) 25

14. Malnutrition means -
- (A) A person is not eating properly
- (B) Under nutrition or over nutrition
- (C) Some-one is starved
- (D) Someone is eating too much
15. Which of the following is not a dairy product?
- (A) Milk
- (B) Yogurt
- (C) Fromage frais.
- (D) Veal
16. Fruit and vegetables are important because -
- (A) They give you energy
- (B) They provide you with a wide variety of vitamins, minerals and nutrients
- (C) They are colorful
- (D) They are easily available
17. Foods containing starch and carbohydrates are important because -
- (A) They help you grow
- (B) They stop you from getting over weight
- (C) They are easy to cook
- (D) They give you energy
14. कुपोषण का अर्थ है -
- (A) एक व्यक्ति भली प्रकार भोजन नहीं ले रहा है
- (B) अल्पपोषण व अतिपोषण
- (C) कोई व्यक्ति भूखा है
- (D) कोई बहुत ज्यादा खा रहा है
15. निम्न में से कौन दुग्ध उत्पाद नहीं है-
- (A) दूध
- (B) योगर्ट
- (C) फ्रोमेज फ्रेस
- (D) वील
16. फल और सब्जियाँ महत्वपूर्ण हैं क्योंकि -
- (A) वे ऊर्जा प्रदान करते हैं
- (B) ये विभिन्न प्रकार के विटामिन खनिज और पोषक तत्वों को प्रदान करते हैं
- (C) ये रंगीन होते हैं
- (D) ये आसानी से प्राप्त हो जाते हैं
17. स्टार्च और कार्बोहाइड्रेट युक्त खाद्य पदार्थ महत्वपूर्ण हैं क्योंकि -
- (A) ये वृद्धि में सहायक होते हैं
- (B) ये आपके अधिक वजन बढ़ने से रोकते हैं
- (C) इन्हें पकाना आसान है
- (D) ये ऊर्जा प्रदान करते हैं

18. Meat, fish and egg provide the following important nutrient.
- (A) Carbohydrate
(B) Protein
(C) Sugar
(D) Fiber
19. Breast feeding and bottle feeding have the following important difference -
- (A) Breast feeding is easy
(B) Bottle feeding is easy
(C) Breast milk contains antibodies that protect the baby from infection
(D) Formula milk contains antibodies that protect the baby from infection
20. It is recommended that babies are weaned at-
- (A) 6 months
(B) 3 months
(C) 4 months
(D) When the baby is ready
21. Adolescents need extra energy and protein in their diet due to rapid growth and bodily changes. Which of the following would you recommend to provide this.
- (A) Extra snacks between two meal
(B) Extra chips
(C) A heavy meal after school
(D) More chocolate
18. मीट, मछली व अण्डा निम्नलिखित महत्वपूर्ण पोषक तत्व प्रदान करते हैं-
- (A) कार्बोहाइड्रेट
(B) प्रोटीन
(C) शर्करा
(D) रेशा
19. स्तनपान व बोतल से दूध पिलाने में महत्वपूर्ण अंतर निम्न है-
- (A) स्तनपान आसान है
(B) बोतल से दूध पिलाना आसान है
(C) माँ के दूध में एंटीबॉडीज होते हैं जो बच्चे को संक्रमण से बचाते हैं
(D) फॉर्मूला दूध में एंटीबॉडीज होते हैं जो बच्चे को संक्रमण से बचाते हैं
20. यह अनुशंसा की जाती है कि शिशुओं का स्तनत्याजन किया जाय-
- (A) 6 माह
(B) 3 माह
(C) 4 माह
(D) जब शिशु तैयार हो
21. शारीरिक परिवर्तनों व वृद्धि के कारण किशोरों को उनके आहार में अधिक ऊर्जा व प्रोटीन की आवश्यकता होती है। आप इसे प्रदान करने के लिए निम्न में से किसकी अनुशंसा करेंगे -
- (A) दो आहार के बीच में अतिरिक्त नाश्ता
(B) अतिरिक्त चिप्स
(C) स्कूल के बाद भारी नाश्ता
(D) अधिक चॉकलेट

22. Which of the following foods should be avoided in pregnancy?
- (A) Meat
(B) Fish
(C) Egg
(D) Unpasteurized cheeses
23. In adulthood, energy needs should balance with diet to prevent weight gain. Why is this?
- (A) Because they have stopped growing
(B) Because they may not need as much food
(C) Because they may not be as active
(D) (A) and (C) both
24. The most important factors that affect our nutritional requirement are-
- (A) Weight and appetite
(B) Growth and activity
(C) Weight and activity
(D) Appetite and growth
25. A balance diet will help prevent -
- (A) Illness
(B) Appetite
(C) Growth
(D) Malnutrition
22. गर्भावस्था में निम्नलिखित में कौन सा भोज्य पदार्थ नहीं दिया जाना चाहिए—
- (A) मांस
(B) मछली
(C) अंडा
(D) बिना पाश्चुरीकरण वाली चीज़
23. प्रौढ़ावस्था में अतिभार से बचाव के लिए आहार द्वारा ऊर्जा को संतुलित करने की आवश्यकता होती है। ऐसा क्यों है ?
- (A) क्योंकि उनकी वृद्धि रुक जाती है
(B) क्योंकि उन्हें अधिक भोजन की आवश्यकता नहीं है
(C) क्योंकि वे उतने सक्रिय नहीं हो सकते
(D) (A) तथा (C) दोनों
24. हमारी पोषण आवश्यकता को प्रभावित करने वाला सबसे महत्वपूर्ण कारक है—
- (A) वजन और भूख
(B) वृद्धि और क्रियाशीलता
(C) वजन और क्रियाशीलता
(D) भूख और वृद्धि
25. संतुलित आहार—रोकने में मदद करेगा।
- (A) बीमारी
(B) भूख
(C) वृद्धि
(D) कुपोषण

26. Which of the following is the first course of the meal?
- (A) Breakfast
(B) Lunch
(C) Snacks
(D) Dinner
27. The amount of food consumed by a person at one time when he is hungry is called-
- (A) Food
(B) Diet
(C) Nutrition
(D) Balance diet
28. Following the principles of nutrition and imagining the food as per the family's need, money and time is called-
- (A) Balance diet
(B) Meal Planning
(C) Nutrition
(D) Diet
29. Objectives of Meal Planning are-
- (A) Providing balance diet to the family
(B) Creating variety in food
(C) Providing mental satisfaction
(D) All of above
26. निम्न में से भोजन का पहला कोर्स कौन सा है ?
- (A) नाश्ता
(B) लंच
(C) स्नैक्स
(D) डिनर
27. भूख लगने पर एक बार में व्यक्ति द्वारा ग्रहण की जाने वाली भोजन की मात्रा कहलाती है-
- (A) भोजन
(B) आहार
(C) पोषण
(D) संतुलित आहार
28. पोषण के सिद्धांतों को मानते हुए परिवार की आवश्यकता, समय व धन के अनुसार कल्पना करके भोजन प्रस्तुत करना कहलाता है -
- (A) संतुलित आहार
(B) आहार आयोजन
(C) पोषण
(D) आहार
29. आहार आयोजन का उद्देश्य है-
- (A) परिवार को संतुलित आहार प्रदान करना
(B) भोजन में विविधता उत्पन्न करना
(C) मानसिक संतुष्टि प्रदान करना
(D) उपरोक्त सभी

30. Minor motor skills are-
- (A) Writing
(B) Drawing
(C) Hand works
(D) All of above
31. Motor skills of childhood stage are-
- (A) Swimming
(B) Bicycling
(C) Jumping and skipping
(D) All of above
32. Major emotions of childhood are -
- (A) Fear
(B) Anger
(C) Jealousy/Curiosity
(D) All of above
33. 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
34. Grooming and cleaning comes under which aspect of Health ?
- (A) Mental Health
(B) Physical Health
(C) Social Health
(D) Emotional Health
30. सूक्ष्म क्रियात्मक कौशल है-
- (A) लिखना
(B) चित्रकारी
(C) दस्तकारी
(D) उपरोक्त सभी
31. बाल्यावस्था के क्रियात्मक कौशल है-
- (A) तैरना
(B) साइकिल चलाना
(C) कूदना व उछलना
(D) उपरोक्त सभी
32. बाल्यावस्था के प्रमुख संवेग है-
- (A) भय
(B) क्रोध
(C) ईर्ष्या/जिज्ञासा
(D) उपरोक्त सभी
33. विकास अनुदैर्घ्य अक्ष की दिशा में होता है। विकास का यह नियम कहलाता है-
- (A) प्रॉक्सिमॉडिस्टल
(B) अंतर्सम्बंध
(C) सिफैलोकॉडल
(D) निरंतरता
34. संवारना व सफाई करना स्वास्थ्य के किस पहलू के अंतर्गत आता है ?
- (A) मानसिक स्वास्थ्य
(B) शारीरिक स्वास्थ्य
(C) सामाजिक स्वास्थ्य
(D) संवेगात्मक स्वास्थ्य

35. In the context of social development which of the following stage is characterized by 'Intense self-Awareness' ?

- (A) Childhood
- (B) Infancy
- (C) Adolescence
- (D) None of these

36. Which of the following mental processes are included under mental development ?

1. Memory
2. Thinking
3. Motivation

- (A) 1,2
- (B) 1,2,3
- (C) 1,3
- (D) Only 2

37. What is babbling?

- (A) An early stage of speech development.
- (B) Ability to produce recognizable speech.
- (C) Language development.
- (D) All of above

35. सामाजिक विकास के संदर्भ में निम्न में से किस अवस्था की विशेषता गहन आत्म जागरूकता है ?

- (A) बाल्यावस्था
- (B) शैशवावस्था
- (C) किशोरावस्था
- (D) इनमें से कोई नहीं

36. मानसिक विकास के अंतर्गत निम्न में से कौन सी मानसिक प्रक्रियाएं शामिल हैं ?

1. स्मृति
2. सोच
3. प्रेरणा

- (A) 1,2
- (B) 1,2,3
- (C) 1,3
- (D) Only 2

37. बबलाना क्या है?

- (A) भाषा विकास की प्रारम्भिक अवस्था
- (B) पहचानने योग्य भाषा उत्पन्न करने की क्षमता
- (C) भाषा विकास
- (D) उपरोक्त सभी

38. Sematic development means-
- (A) Rules within a given language
 (B) Speech development
 (C) Understanding of the meaning of spoken and written language
 (D) All of above
39. The two word utterances often used by young children between ____ year of age.
- (A) 1.0-1.5
 (B) 1.5-2.5
 (C) 2.5-3.5
 (D) None of these
40. The child begins to form concepts of physical and social reality; this is one of the characteristics of-
- (A) Physical development
 (B) Intellectual development
 (C) Emotional development
 (D) Social development
41. A child interacts with people around him is a representation of his development.
- (A) Emotional
 (B) Moral
 (C) Social
 (D) Cognitive
38. शब्दार्थ विकास का अर्थ है-
- (A) किसी दो भाषा अंतर्निहित नियम
 (B) भाषा विकास
 (C) बोली जाने वाली और लिखित भाषा के अर्थ को समझना
 (D) उपरोक्त सभी
39. दो शब्दों का उच्चारण अक्सर—वर्ष की आयु के छोटे बच्चों द्वारा किया जाता है।
- (A) 1.0-1.5
 (B) 1.5-2.5
 (C) 2.5-3.5
 (D) इनमें से कोई नहीं
40. बच्चा भौतिक और सामाजिक वास्तविकता की अवधारणाएँ बनाना शुरू कर देता है, यह विशेषता है-
- (A) शारीरिक विकास
 (B) बौद्धिक विकास
 (C) संवेगात्मक विकास
 (D) सामाजिक विकास
41. एक बच्चा अपने आस पास के लोगों के साथ बात चीत करता है जो उसके—विकास का प्रतिनिधित्व करता है।
- (A) सांवेगिक
 (B) नैतिक
 (C) सामाजिक
 (D) संज्ञानात्मक

42. The ability to distinguish between right and wrong is refers to-
- (A) Mental development
(B) Social development
(C) Emotional development
(D) Moral development
43. The post puberal period in which individual self-responsibility is established is called-
- (A) Late childhood
(B) Adolescence
(C) Adulthood
(D) Old age
44. Physical changes in late adulthood are-
- (A) Changes in skin, Hair.
(B) Hearing loss.
(C) Bone formation
(D) (A) and (B) both
45. Havighurst is related with -
- (A) Human development
(B) Developmental task
(C) Collaboration
(D) (A) and (B) both
42. सही और गलत के बीच अंतर करने की योग्यता, इंगित करती है-
- (A) मानसिक विकास
(B) सामाजिक विकास
(C) संवेगात्मक विकास
(D) नैतिक विकास
43. वयः संधि के बाद की वह अवस्था जिसमें व्यक्ति में आत्म उत्तरदायित्व का स्थापन होता है, कहलाती है-
- (A) उत्तर बाल्यावस्था
(B) किशोरावस्था
(C) प्रौढ़ावस्था
(D) वृद्धावस्था
44. उत्तर प्रौढ़ावस्था में होने वाले शारीरिक परिवर्तन है-
- (A) त्वचा व बाल में परिवर्तन
(B) बहरापन
(C) अस्थि निर्माण
(D) (A) तथा (B) दोनों
45. हैविंगहर्स्ट संबंधित है -
- (A) मानव विकास
(B) विकासात्मक कार्य
(C) सहयोग
(D) (A) तथा (B) दोनों

46. Founder of cognitive development theory is-
- (A) Henry
(B) Ross
(C) Jean Piaget
(D) Hurlock
47. Motor and cognitive development Happens-
- (A) Till the period of childhood
(B) Till the period of adolescence
(C) Till the period of adulthood
(D) Throughout the lifespan
48. Which of the following is the first step of growth and development ?
- (A) Physical development
(B) Social development
(C) Mental development
(D) Moral development
49. _____ is a 'sensitive period' pertaining to language development:
- (A) Pre-natal period
(B) Early childhood period
(C) Middle childhood
(D) Adolescence
50. What are the major factor influencing social development?
- (A) Health
(B) Family environment
(C) School environment
(D) All of above
46. संज्ञानात्मक विकास सिद्धांत के जनक है-
- (A) हेनरी
(B) रॉस
(C) जीन पियाजे
(D) हरलॉक
47. क्रियात्मक व संज्ञानात्मक विकास होता है-
- (A) बाल्यावस्था की अवधि तक
(B) किशोरावस्था की अवधि तक
(C) प्रौढ़ावस्था की अवधि तक
(D) संपूर्ण जीवन काल तक
48. निम्न में से वृद्धि व विकास का प्रथम चरण कौन -सा है?
- (A) शारीरिक विकास
(B) सामाजिक विकास
(C) मानसिक विकास
(D) नैतिक विकास
49. _____ भाषा के विकास से संबंधित एक 'संवेदनशील अवधि' है।
- (A) पूर्व प्रसव काल
(B) पूर्व बाल्यावस्था
(C) मध्य बाल्यावस्था
(D) किशोरावस्था
50. सामाजिक विकास को प्रभावित करने वाले मुख्य कारक है-
- (A) स्वास्थ्य
(B) पारिवारिक वातावरण
(C) विद्यालय का वातावरण
(D) उपरोक्त सभी
