

Sr. No. 5586**Exam. Code: 111402****Subject Code : 4406****B. Voc. Nutrition, Exercise & Health - 2nd Sem.****(2517)****Paper - I: Diabetes Education-I****Time allowed: 3 hrs.****Max. Marks: 75**

Attempt five questions in all, Question no 1 is compulsory.

Q I Write a notes on

i digestion of carbohydrates.

ii Hypoglycaemia

iii Role of Pancreas as Exocrine gland

iv Structure of Pancreas

3x 5

v Digestion and absorption of fats

Q.II Discuss in detail structure and functioning of Digestive system 15

QIII i Describe in detail the symptoms of Diabetes

ii Complications of Diabetes

7,8.

Q IV What is the role of Diabetic Educator in today's scenario in India?

Describe educator's important responsibilities.

15

QV i What is the importance of First Aid?

ii How will you manage following emergencies?

a) Hypoglycaemia

b) Patient losing consciousness

5,5,5

QVI iWhat are the different categories of Biomedical waste?

PTO

(2)

Sr. No. 5586

li Give the importance of color coding

lii Why is segregation of waste required? 5, 5, 5

QVII iFunction of Insulin in Human body

li Compare the functioning of Pancreas in normal condition with the functioning in Diabetic condition

lii Note on standards for Biomedical waste 5, 5, 5

QVIII iDiscuss the government regulations governing the Biomedical waste

li What are the various means of Biomedical waste treatment? 7, 8

5586(2517)100

Sr. No. 5587

Exam. Code: 111402

Subject Code : 4407

B. Voc. Nutrition, Exercise & Health - 2nd Sem.

(2517)

Paper - II: Role of Diet Assistant-I

Time allowed: 3 hrs.

Max. Marks: 75

Note: Attempt FIVE questions in all. Q.No.1 is Compulsory. All questions carry EQUAL (15) marks. (5x15=75)

1. **Compulsory Objective Type questions:-**
 - i) **Health Care System** (2)
 - ii) **Food hygiene** (2)
 - iii) **Diet-Assistant** (2)
 - iv) **Food Groups** (2)
 - v) **Vaccination** (2)
 - vi) **Food Pyramid** (2)
 - vii) **First Aid** (2)
 - viii) **Hospital** (1)
2. **What do you understand by "Health-care Services"? Explain the role of Food and Dietetics Department towards these services.** (15)
3. **Write functions of "Diet-Assistant" and list down his administrative role.** (15)
4. **Write notes on the following:-**
 - i) **Care of Kitchen Equipment** (8)
 - ii) **Use of Dietetics related medical terminology with patient.**(7)

PTO

Sr. No. 5587

(2)

5. Do you think "Balanced Diet" means expensive diet? Justify the statement with suitable examples. (15)
6. Discuss the following:-
- i) Sanitation of Diet-Assistant (8)
 - ii) Techniques of Grooming (7)
7. What are common emergency conditions? Which first aid is recommended for these emergency conditions?
8. What do you mean by "Communication"? Explain the skills required for effective communication. (15)

5587(2517)100

Sr. No. 5588

Exam. Code: 111402

Subject Code : 4408

B. Voc. Nutrition, Exercise & Health - 2nd Sem.

(2517)

Paper-III: Advanced Nutrition

Time Allowed: 3 hrs.

Max. Marks: 50

Note: Attempt FIVE questions in all. Q.No.1 is Compulsory. Each question carries 10 marks. (5x10=50)

1. Write in Short (5x2=10)
 - a) What is Pellegra?
 - b) Food Sources of Calcium.
 - c) Name some common food adulterants.
 - d) Define Food Spoilage.
 - e) What is Food Standards?
2. Write down functions and diseases caused by deficiency of Iron.
3. Write down functions and diseases caused by deficiency of Vitamin C.
4. Define Food Preservation and its importance. What are some common household methods of food preservation?
5. How will you maintain food hygiene while preparing cooking and serving food?
6. Define Food Adulteration and its toxic effects on body. How will you protect it?
7. What are different causes of Food Spoilage? How will you avoid them?
8. What is the function of Vit D in our body? Write down sources of Vit D. Name the mineral associated with Vit D.

Sr. No. 5589**Exam. Code: 111402****Subject Code : 4409****B. Voc. Nutrition, Exercise & Health - 2nd Sem.****(2517)****Paper-IV: Nutrition & Exercise****Time allowed: 3 hrs.****Max. Marks: 50**

Note: Attempt **FIVE** questions in all. **Question No. 1** is compulsory. Each question carries equal marks.

- Q1. i. Name important elements of Nutrition.
 ii. What are positive Health Behaviors?
 iii. What is the importance of weight control?
 iv. Recommend diet schedule during post competition phase of sport.
 v. What are important Short Term Health Risks? (5x2=10)
- Q2. What is Nutrition? What are its important elements? (3,7=10)
- Q3. Write a note on concept and importance of Health Behaviors. (10)
- Q4. Discuss various types of Physical Activity. Explain their effect on health. (5,5=10)
- Q5. Write a note on Life time weight control. (10)
- Q6. What are important Life Style Factors which help in controlling Long Term Health Risk? Discuss. (10)
- Q7. Write down Dietary recommendations for Pre Competition and during active Competition phase in sports. (5,5=10)
- Q8. Explain the concept and importance of Carbohydrate Loading on sports persons. (10)

5589(2517)100

Sr. No. 5590

Exam. Code: 111402
Subject Code : 4410**B. Voc. Nutrition, Exercise & Health - 2nd Sem.**

(2517)

Paper-V(i): Punjabi Compulsory**Time allowed: 3 hrs.****Max. Marks: 50**

1. ਸਾਹਿਤ ਅਤੇ ਲੋਕ-ਸਾਹਿਤ ਲੇਖ ਦਾ ਸਾਰ ਲਿਖੋ।
ਜਾਂ
'ਮਨੁੱਖੀ ਅਧਿਕਾਰ' ਲੇਖ ਦਾ ਵਿਸ਼ਾ-ਵਸਤੂ ਲਿਖੋ। (10)
2. 'ਦਲਦਲ' ਕਹਾਣੀ ਦਾ ਵਿਸ਼ਾ-ਵਸਤੂ ਲਿਖੋ।
ਜਾਂ
ਸੰਤੋਖ ਸਿੰਘ ਧੀਰ ਦੀ ਕਹਾਣੀ ਕਲਾ ਸੰਬੰਧੀ ਆਪਣੇ ਵਿਚਾਰ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰੋ। (10)
3. ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਣ ਨੂੰ ਪਰਿਭਾਸ਼ਿਤ ਕਰਦੇ ਹੋਇਆਂ ਇਸਦਾ ਵਰਗੀਕਰਣ ਕਰੋ।
ਜਾਂ
ਸ਼ਬਦ ਬਣਤਰ ਦੀ ਪਰਿਭਾਸ਼ਾ ਦਿੰਦੇ ਹੋਏ ਇਸਦੇ ਸੰਕਲਪਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿਉ। (10)
4. ਹੇਠ-ਲਿਖੇ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਇਕ 'ਤੇ ਪੈਰਾ ਰਚਨਾ ਲਿਖੋ:-
ੳ) ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ
ਅ) ਪੁਸਤਕਾਂ ਦੀ ਮਹੱਤਤਾ
ੲ) ਵਾਤਾਵਰਣ ਦੀ ਸੰਭਾਲ (5)
5. ਹੇਠ-ਲਿਖਿਆ ਪੈਰਾ ਪੜ੍ਹ ਕੇ ਪੁੱਛੇ ਗਏ ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਂ ਦੇ ਉੱਤਰ ਦਿਉ:-

ਨਵੇਂ ਸਤਗੁਰੂ ਧਰਮ ਦੀ ਮੂਰਤਿ ਸਨ। ਉਸਰ ਰਹੇ ਨਵੇਂ ਸਮਾਜ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਆਤਮ ਤਿਆਗ ਅਤੇ ਪਰਉਪਕਾਰ ਦਾ ਸਬਕ ਚਾਂਦਨੀ ਚੌਂਕ, ਦਿੱਲੀ ਵਿੱਚ ਸੀਸ ਭੇਟ ਕਰਕੇ ਦਿੱਤਾ। ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਜੀ ਇਸ ਮਹਾਨ ਵਿਰਸੇ ਦੇ ਉੱਤਰਧਿਕਾਰੀ ਸਨ। ਸੰਗਤ, ਪੰਗਤ, ਸੰਗਠਨ ਕੇਂਦਰੀ ਸਥਾਨ, ਸ਼ਬਦ ਬੋਹਿਥ, ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ, ਸੰਜਮ, ਬਿਬੇਕ ਤੇ ਪਰਉਪਕਾਰ ਨੇ ਨਿਧਾਂ ਦਾ ਭੰਡਾਰ ਇਹਨਾਂ ਦਾ ਅਮੁੱਲ ਵਿਰਸਾ ਸੀ। ਇਸ ਅਮੁੱਲ ਵਿਰਸੇ ਅਤੇ ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਇਕੋ ਇਕ ਓਟ ਉਤੇ ਅਟਲ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਰੱਖਦਿਆਂ ਹੋਇਆਂ ਆਪ ਨੇ ਖਾਲਸਾ ਪੰਥ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਕੀਤੀ।

ਪਰਤੋ ਜੀ/-

(2)

- ਪ੍ਰਸ਼ਨ: 1. ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਜੀ ਨੇ ਕਿਸ ਪੰਥ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਕਿਵੇਂ ਕੀਤੀ?
 2. ਇਹਨਾਂ ਦਾ ਅਮੁੱਲ ਵਿਰਸਾ ਕੀ ਸੀ?
 3. ਗੁਰੂ ਤੇਗ ਬਹਾਦਰ ਜੀ ਨੇ ਮਨੁੱਖਤਾ ਨੂੰ ਕੀ ਸਿੱਖਿਆ ਦਿੱਤੀ?
 4. ਲਕੀਰੀ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੇ ਅਰਥ ਲਿਖੋ।
 5. ਪੈਰੋ ਦਾ ਢੁੱਕਵਾਂ ਸਿਰਲੇਖ ਲਿਖੋ।

(5)

6. ਓ) ਹੇਠ-ਲਿਖੇ ਅਖਾਣਾਂ ਵਿਚੋਂ ਪੰਜਾਂ ਨੂੰ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਵਾਕਾਂ ਵਿਚ ਵਰਤੋ ਕਿ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਅਰਥ ਸਪੱਸ਼ਟ ਹੋ ਜਾਣ:-

ਇਕ ਅਨਾਰ ਸੋ ਬੀਮਾਰ, ਛੱਜ ਤਾਂ ਬੋਲੇ ਛਾਣਨੀ ਕਿਉਂ ਬੋਲੇ, ਝੂਠ ਦੇ ਪੈਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ, ਜਾ ਵਾਹ ਪਿਆ ਜਾਣੇ ਜਾਂ ਰਾਹ ਪਿਆ ਜਾਣੀਏ, ਜਾਂਦੇ ਚੋਰ ਦੀ ਲੰਗੋਟੀ ਹੀ ਸਹੀ, ਲਿਖੇ ਮੂਸਾ ਪੜ੍ਹੇ ਖੁਦਾ, ਕੰਧ ਓਹਲੇ ਪਰਦੇਸ, ਹੰਕਾਰਿਆ ਸੋ ਮਾਰਿਆ।

- ਅ) ਹੇਠ-ਲਿਖੇ ਮੁਹਾਵਰਿਆਂ ਵਿਚੋਂ ਪੰਜਾਂ ਨੂੰ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਵਾਕਾਂ ਵਿਚ ਵਰਤੋ ਕਿ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਅਰਥ ਸਪੱਸ਼ਟ ਹੋ ਜਾਣ:

ਮਾਤ ਪਾ ਦੇਣਾ, ਖੁੱਕ ਕੇ ਚੱਟਣਾ, ਹੱਥ ਪੀਲੇ ਕਰਨਾ, ਅੱਗ ਵਰ੍ਹਨੀ, ਲੱਕ ਟੁੱਟ ਜਾਣਾ, ਦੰਦ ਖੱਟੇ ਕਰਨਾ, ਪੱਟੀ ਪੜ੍ਹਾਉਣੀ, ਲਹੂ ਪਸੀਨਾ ਇਕ ਕਰਨਾ।

(5+5=10)

5590(2517)100

Sr. No. 5591

Exam. Code: 111402

Subject Code : 4411

B. Voc. Nutrition, Exercise & Health - 2nd Sem.

(2517)

(ii):

Paper-V, Mudhli Punjabi**Time allowed: 3 hrs.****Max. Marks: 50**

- ਪ੍ਰਸ਼ਨ 1. (ੳ) ਸਮਾਸੀ ਸ਼ਬਦ ਕਿਹੜੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ? ਕੋਈ ਚਾਰ ਸਮਾਸੀ ਸ਼ਬਦ ਲਿਖੋ। (1+4=5)
 (ਅ) ਅਗੇਤਰ ਕਿਸਨੂੰ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ? ਕੋਈ ਚਾਰ ਉਦਾਹਰਨਾਂ ਦਿਉ। (1+4=5)
 (ੲ) ਸਕਰਮਕ ਕਿਰਿਆ ਕਿਸਨੂੰ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ? ਕੋਈ ਤਿੰਨ ਉਦਾਹਰਨਾਂ ਦੇ ਕੇ ਸਮਝਾਉ। (2+3=5)
 (ਸ) ਨਿੱਤ ਵਰਤੋਂ ਦੀ ਸ਼ਬਦਾਵਲੀ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਂ ਦੇ ਉੱਤਰ ਦਿਉ:
 (1) 'ਪਤੀ ਦੀ ਭੈਣ' ਨੂੰ ਕੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ?
 (2) October ਮਹੀਨੇ ਨੂੰ ਪੰਜਾਬੀ ਸ਼ਬਦਾਵਲੀ ਵਿਚ ਲਿਖੋ।
 (3) Spring ਕਿਹੜੀ ਰੁੱਤ ਹੈ ?
 (4) ਅੰਕ 39 ਨੂੰ ਪੰਜਾਬੀ ਵਿਚ ਲਿਖੋ।
 (5) Oat meal ਦਾ ਪੰਜਾਬੀ ਰੂਪ ਲਿਖੋ। (1×5=5)
- ਪ੍ਰਸ਼ਨ 2. (ੳ) ਪੰਜਾਬੀ ਭਾਸ਼ਾ ਨਾਲ ਜਾਣ-ਪਛਾਣ ਕਰਾਉ। (5)
 (ਅ) ਗੁਰਮੁਖੀ ਵੰਚਣਮਾਲਾ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿਉ। (5)
 (ੲ) ਗੁਰਮੁਖੀ ਲਿਪੀ ਦੇ ਨਾਮਕਰਨ ਬਾਰੇ ਦੱਸੋ। (5)
- ਪ੍ਰਸ਼ਨ 3. (ੳ) ਕਾਰਜ ਦੇ ਆਧਾਰ ਉੱਤੇ ਵਾਕਾਂ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ ਬਾਰੇ ਲਿਖੋ। (5)
 (ਅ) ਸੰਯੁਕਤ ਵਾਕ ਅਤੇ ਮਿਸ਼ਰਤ ਵਾਕ ਬਾਰੇ ਚਰਚਾ ਕਰੋ। (5)
 (ੲ) ਘਰ ਵਿਚ ਵਰਤੇ ਜਾਂਦੇ ਪੰਜ ਵਾਕ ਲਿਖੋ। (1×5=5)

5591(2517)100

Sr. No. 5592

Exam. Code: 111402

Subject Code : 4412

B. Voc. Nutrition, Exercise & Health - 2nd Sem.

(2517)

Paper-VI: Communication Skills in English

Time allowed: 3 hrs.

Max. Marks: 35

Note:- Attempt all questions. Each question carries 5marks.

1. Write a note on barriers to Effective Listening.
2. What are the components of a meaningful and easy conversation?
3. Suppose you are Amit. Your friend Ravi invites you to the inauguration of a public health centre in his village. Accept the invitation. (Write a dialogue.)
4. Write a dialogue between two friends Rita and Mansi who meet at the supermarket.
5. Science: Man's best friend. Give your views on this statement.
6. Mark the stress on any five of the following words:
verify, facial, aloud, necessity, temper, denote, machine.
7. Transcribe the following words in IPA symbols. (Do any five).
special, ticket, blessing, told, about, express, onion.

5592(2517)100