

P-654

Total Pages : 4

Roll No.

BY-204

स्वस्थवृत्त, आहार एवं पोषण

BA Yoga (BAY)

2nd Year Examination, 2023 (June)

Time : 2 Hours]

Max. Marks : 70

Note : This paper is of Seventy (70) marks divided into two (02) Sections A and B. Attempt the questions contained in these sections according to the detailed instructions given therein. Candidates should limit their answer to the questions on the given answer sheet. No additional (B) answer sheet will be issued.

नोट : यह प्रश्नपत्र सत्तर (70) अंकों का है जो दो (02) खण्डों क तथा ख में विभाजित है। प्रत्येक खण्ड में दिए गए विस्तृत निर्देशों के अनुसार ही प्रश्नों को हल करना है। परीक्षार्थी अपने प्रश्नों के उत्तर दी गई उत्तर-पुस्तिका तक ही सीमित रखें। कोई अतिरिक्त (बी) उत्तर पुस्तिका जारी नहीं की जायेगी।

SECTION-A/(खण्ड-क)

(Long Answer Type Questions)/(दीर्घ उत्तरों वाले प्रश्न)

Note : Section 'A' contains Five (05) long answer type questions of Nineteen (19) marks each. Learners are required to answer any Two (02) questions only.

(2×19=38)

नोट : खण्ड 'क' में पाँच (05) दीर्घ उत्तरों वाले प्रश्न दिये गये हैं, प्रत्येक प्रश्न के लिए उन्नीस (19) अंक निर्धारित हैं। शिक्षार्थियों को इनमें से केवल दो (02) प्रश्नों के उत्तर देने हैं।

1. Explain Ritucharya and its importance in detail.

ऋतु चर्या और उसकी उपयोगिता को समझाइए।

2. Explain Saddvritta and its importance.

सद्वृत्त और उसकी उपयोगिता को समझाइए।

3. Explain the concept of Achar Rasayan, its importance and health benefits.

आचार रसायन की अवधारणा, उसकी उपयोगिता एवं उसके स्वास्थ्य लाभों को समझाइए।

4. Describe the components of Diet and their importance.

आहार के घटकों और उनकी उपयोगिता का वर्णन कीजिए।

5. Write short notes on :

- (a) Importance of Nutrition.
- (b) Adaan evam Visarga kaal.

संक्षिप्त टिप्पणयाँ लिखिए :

- (क) पोषण की उपयोगिता।
- (ख) आदान एवं विसर्ग काल।

SECTION-B/(खण्ड-ख)

(Short Answer Type Questions)/(लघु उत्तरों वाले प्रश्न)

Note : Section 'B' contains Eight (08) short answer type questions of Eight (08) marks each. Learners are required to answer any Four (04) questions only. (4×8=32)

नोट : खण्ड 'ख' में आठ (08) लघु उत्तरों वाले प्रश्न दिये गये हैं, प्रत्येक प्रश्न के लिए आठ (08) अंक निर्धारित हैं। शिक्षार्थियों को इनमें से केवल चार (04) प्रश्नों के उत्तर देने हैं।

1. Throw light on Balanced Diet.

संतुलित आहार पर प्रकाश डालिए।

2. Explain the scientific base of Dincharya.

दिनचर्या के वैज्ञानिक आधार को समझाइए।

3. Throw light on Ratricharya.

रात्रिचर्या पर प्रकाश डालिए।

4. Explain the concept of season division and their regime.
ऋतु विभाजन और उनकी चर्या की अवधारणा को समझाइए।

5. Write short notes on :

(a) Symptoms of Health.

(b) Function of Diet.

संक्षिप्त टिप्पणियाँ लिखिए :

(क) स्वास्थ्य के लक्षण।

(ख) आहार के कार्य।

6. Explain the digestion of food.

आहार के पाचन को समझाइए।

7. Write short notes on :

(a) Aim of Swasthavritta.

(b) Ritu Vibhajan.

संक्षिप्त टिप्पणियाँ लिखिए :

(क) स्वस्थवृत्त का प्रयोजन।

(ख) ऋतु विभाजन।

8. Explain the concept of Ratricharya.

रात्रिचर्या की अवधारणा को समझाइए।