ડૉ. બાબાસાહેબ આંબેડકર ઓપન યુનિવર્સિટી

સત્રાંત પરીક્ષા જુલાઈ : 2015

સૂચના :
1. તમામ પ્રશ્નોના જવાબ ફરજીયાત છે.
2. જયાં સુધી ખંડનિરીક્ષક ન જણાવે ત્યાં સુધી જવાબ લખવાનું શરૂ કરવું નહિ.
3. જવાબપત્રકની પાછળ આપેલ સૂચનાઓ કાળજીપૂર્વક વાંચ્યા બાદ જવાબ લખવાનું શરૂ કરવું
4. પરીક્ષાર્થીઓએ પ્રશ્નપત્ર અને જવાબપત્ર બંને ખંડ–નિરીક્ષકને એક સાથે પરત કરવાનું અનિવાર્ય છે. આથી કોઈપણ પરીક્ષાર્થીએ પ્રશ્નપત્ર પોતાની સાથે લઈ જવાનો આગ્રહ રાખવો નહિ. પ્રશ્નપત્ર સાથે લઈ જનાર વિદ્યાર્થી આ પરીક્ષા માટે ગેરલાયક ઠરશે.
5. વૈકલ્પિક પસંદગીના દરેક પ્રશ્નના ઉત્તર માટે ચાર વિકલ્પ જણાવ્યા છે. જેમાંથી એક સાચો હોવાની શકયતા છે. સાચો જવાબ પસંદ કરી જવાબપત્રકમાં યોગ્ય ખાનામાં (x) નિશાની કરો.
6. જે વિદ્યાર્થી પોતાનો સાચો નોંધણી નંબર નહીં દર્શાવે તેનું પરિણામ રદ થશે.

અભ્યાસક્રમ : સર્ટિફિકેટ ઈન ચાઈલ્ડકેર ઍન્ડ ડેવલપમેન્ટ (CCCD) નોંધણી નંબર:____________
પાઠયક્રમ : બાળસંભાળ સેવા આયોજન (CCCD-01)
તારીખ : 03/08/2015
સમય : 11.00 to 02.00 **કુલ ગુણ : 100**

1	બાળકોની ક્ષમતા અંગેના પ્રૌઢોનાં વિચારો દરેક વખતે _________ હોય તેવું નથી. (A) સાચા (B) ખોટા (C) અર્ધ સત્ય (D) ઉપરનું એકપણ નહિ
2	__________ મહિનાનાં બાળક સાથે અવાજનું પુનરાવર્તન કરી રમત રમવામાં આવે તો ભાગ લે છે. (A) ૩ થી ૪ (B) ૫ થી ૬ (C) ૭ થી ૮ (D) ૯ થી ૧૦
3	_________ શીખવા માટે મુલ્યવાન સમય છે. (A) પ્રૌઢાવસ્થા (B) મુગ્ધાવસ્થા (C) બાલ્યાવસ્થા (D) કોઈપણ અવસ્થા
4	બાળરમતો તેઓની __________ પ્રવુતિઓના અનુકરણને પ્રતિબિંબિંત કરે છે. (A) પોતાની (B) મિત્રની (C) વડીલની (D) ઉપરના બધાની
5	આપણા દેશમાં મોટાભાગે છોકરીઓને છોકરાઓ કરતાં __________ મહત્વ આપવામાં આવે છે. (A) ઓછુ (B) વધારે (C) સરખું (D) અન્ય
6	છોકરીઓને પરિવારમાં અને સામાજીકરણમાં __________ સભ્ય તરીકે ગણવામાં આવે છે. (A) હંગામી (B) કાયમી (C) અસ્થાયી (D) અન્ય
7	__________ પરિવારમાં નાની ઉમરમાં જ બાળકોના માથે જવાબદારી આવી પડે છે. (A) ઊચ્ચવર્ગ (B) મધ્યમવર્ગ (C) નિમ્ન વર્ગ (D) ઉપરના બધા જ
8	હાનિકારક રાસાયણિક દ્રાવણ સાથે કામ કરનાર બાળમજદૂરમાં ___________ રોગનું જોખમ વધુ રહે છે. (A) ચામડીના રોગો (B) ઈબોલા (C) એઈડસ (D) થેલેસેમિયા
9	અન્નપાચન એટલે બાળકને પેહલીવાર ___________ અન્ન ખવડાવું (A) પ્રવાહી (B) અર્ધપ્રવાહી (C) પારદર્શી પ્રવાહી (D) ઘનપદાર્થ
10	______ શબ્દ બાળકના શારિરીક ફેરફારો, વૈચારિક ક્ષમતા અને સામાજીક તેમજ ભાવાત્મક વર્તનને સૂચવે છે. (A) વારસો (B) વિકાસ (C) વૃધ્ધિ (D) વાતાવરણ
11	વૃધ્ધિ શરીરનાં કદમાં થતાં ___________ ને સૂચવે છે. (A) ઘટાડા (B) વધારા (C) સ્થિરતા (D) ઉપરના બધા જ
12	બે થી બાર વર્ષનો સમયગાળો __________નો હોય છે. (A) પ્રૌઢાવસ્થા (B) મુગ્ધાવસ્થા (C) બાલ્યાવસ્થા (D) શૈશવવસ્થા

13	બાલ્યાવસ્થામાં બાળક વધારે __________ બને છે (A) પરાવલંબી (B) સ્વછંદી (C) સ્વતંત્ર (D) સ્વાવલંબી
14	___________ માં તેમને સતત વડીલોનું માર્ગદર્શન જરૂરી હોય છે. (A) પ્રૌઢાવસ્થા (B) મુગ્ધાવસ્થા (C) બાલ્યાવસ્થા (D) શૈશવવસ્થા
15	_________ વર્ષનો સમયગાળો યુવાવસ્થા નો હોય છે. (A) ૧૧ થી ૧૪ (B) ૧૨ થી ૧૭ (C) ૧૩ થી ૧૮ (D) ૧૪ થી ૧૯
16	યુવાવસ્થામાં _________ વૃધ્ધિ ખુબ તીવ્રતાથી થાય છે. (A) માનસિક (B) શારિરીક (C) માનસિક અને શારિરીક (D) એક પણ નહિ
17	___________ માં સમાન વયજૂથ વધારે મહત્વનું હોય છે. (A) પ્રૌઢાવસ્થા (B) કિશોરાવસ્થા (C) બાલ્યાવસ્થા (D) શૈશવવસ્થા
18	કિશોરાવસ્થા વયજૂથનાં મુલ્યો પરિવારનાં મુલ્યો કરતાં__________ કિંમતી હોયછે. (A) ઓછુ (B) વધારે (C) સરખું (D) અન્ય
19	કાયદાકીય દ્રષ્ટીએ __________ વર્ષની છોકરી લગ્ન કરી શકે છે. (A) ૧૬ (B) ૧૮ (C) ૧૭ (D) ૧૯
20	કાયદાકીય દ્રષ્ટીએ __________ વર્ષનો છોકરો લગ્ન કરી શકે છે. (A) ૨૦ (B) ૨૨ (C) ૨૪ (D) ૨૧
21	શિશુઅવસ્થામાં ફક્ત __________ સંદિશાવ્યવહાર કરે છે. (A) બોલીને (B) હાવભાવ કરીને (C) રડીને (D) ઉપરના બધા જ
22	બાળક ___________ મહિના પછી પણ ચાલવાનું શરૂ ન કરે તો માતા-પિતા એ ધ્યાન આપવું જોઈએ. (A) દશ (B) પંદર (C) વીસ (D) બાર
23	જયારે અંડ અને શુક્ર કોષ ભેગા થાય ત્યારેની અવસ્થાને _________ કહે છે. (A) ગર્ભિત અંડ (B) વિકસિત અંડ (C) ફલિત અંડ (D) અવિકસીત અંડ
24	વિકાસને મુખ્ય _________ પરિબળ પ્રભાવિત કરે છે. (A) ચાર (B) ત્રણ (C) બે (D) એક
25	ભ્રૂણમાં સૌપ્રથમ વિકાસ __________નો થાય છે. (A) હાથપગ (B) ધડ (C) માથા (D) ઉપરના બધા જ
26	માથાનો વિકાસ અન્ય વિભાગોની સરખામણીમાં __________ હોય છે. (A) વધુ ઝડપી (B) ઓછો ઝડપી (C) ક્રમશ: ઝડપી (D) એક સરખો ઝડપી
27	ગર્ભાવસ્થામાં છોકરા કરતા છોકરીના હાડકાનો વિકાસ દર __________ હોય છે. (A) વધુ (B) ઓછો (C) સ્થિર (D) અસ્થિર
28	પુખ્તાનાં વિકાસનાં દરમાં છોકરા કરતા છોકરી બે વર્ષ આગળ હોય છે (A) જાતીય (B) શારીરક (C) માનસિક (D) આવેગિક
29	સ્ત્રીનાં રજ અને પુરુષના વીર્યનાં સંયોજનથી ફલિત થતા એકમ ને __________ કહે છે. (A) રંગસૂત્ર B) જનીન (C) ઝાયગોટ (D) કોષ
30	જૈવિક સજ્જતા મોટાભાગે ___________ ઘટકો પર આધારિત છે. (A) વારસાગત (B) વાતાવરણ (C) વારસાગત અને વાતાવરણ બન્ને (D) એક પણ નહિ
31	___________ એટલે સરળથી જટિલ પ્રક્રિયાને આધારે થતો વિકાસ. (A) સંકલન (B) વિઘટન (C) વિકલન (D) અન્ય
32	__________ નાં અભાવે બાળકનાં સર્વાંગી વિકાસમાં ઓછી પ્રગતિ થાય તેવો સંભવ રહે છે. (A) ઈનામનાં (B) વાતાવરણનાં (C) પ્રોત્સાહનનાં (D) અન્ય

33	__________ માં યુનાઈટેડ નેસન્સ દ્વારા બાળકનું જાહેરનામું બહાર પડ્યું.							
	(A)	૧૯૫૯	(B)	૧૭૫૯	(C)	૧૮૫૯	(D)	૧૬૫૯
34	યુનાઈટેડ નેસન્સ દ્વારા બાળકનું જાહેરનામામાં જાહેર કરેલ હક્કોની સંખ્યા __________ છે.							
	(A)	બાર	(B)	અગિયાર	(C)	તેર	(D)	દશ
35	__________ વર્ષથી નીચેનાં કોઈપણ બાળકને કારખાનામાં, ખાણ કે જોખમકારક વ્યવસાયમાં જોડવામાં આવશે નહી.							
	(A	બાર	(B)	અગીયાર	(C)	તેર	(D)	ચૌદ
36	ભારત સરકારે __________ માં બાળકો માટેની ફરી એક રાષ્ટ્રીયનીતિની જાહેરાત કરી							
	(A)	૧૫૭૪	(B)	૧૭૭૪	(C)	૧૯૭૪	(D)	૧૪૭૪
37	__________ વર્ષની વય સુધીનાં બાળકોને ફરજીયાત છતાં મફત શિક્ષણ પુરૂ પાડવું.							
	(A)	બાર	(B)	અગિયાર	( )	આઠ	(D)	દશ
38	"ક્રેશ" અને દિવસીય સંભાળ કેન્દ્ર તરીકે દિવસનાં __________ કલાકની સેવા હોય શકે							
	(A)	બાર	(B)	અગિયાર	(C)	આઠ	(D)	દશ
39	શાળાપૂર્વેના બાળકોનાં કેન્દ્રોમાં __________ વર્ષનાં બાળકો લેવામાં આવે છે.							
	(A)	૩ થી ૫	(B)	૪ થી ૬	(C)	૧ થી ૨	(D	કોઈપણ
40	શાળાપૂર્વેનાં બાળકોનાં કેન્દ્રોમાં બાળકોને __________ શિક્ષણ માટે સજ્જ કરવામાં આવે છે.							
	(A)	અનૌપચારિક	(B)	ઔપચારિક	(C)	ટેક્નીકલ	(D)	અન્ય
41	કોઈપણ પ્રવુતિ જે બાળક માટે __________ છે તે રમત છે.							
	(A)	જોખમકારક	(B)	આવકારદાયક	(C)	આનંદદાયક	(D)	કષ્ટદાયક
42	બાળક જયારે તેની જાતે રમે છે ત્યારે તે રમત __________ કેહવાય							
	(A)	જૂથ રમત	(B)	વ્યક્તિગત રમત	(C)	કાલ્પનીક રમત	(D)	મુક્ત રમત
43	બે કે વધુ બાળકો સાથે રમે ત્યારે તે રમત __________ કેહવાય.							
	(A)	જૂથ રમત	(B)	વ્યક્તિગત રમત	(C)	કાલ્પનીક રમત	D)	મુક્ત રમત
44	__________ રમતમાં બાળકને નિયમોને અનુસરવા પડે.							
	(A)	જૂથ રમત	(B)	વ્યક્તિગત રમત	(C)	કાલ્પનીક રમત	(D)	મુક્ત રમત
45	__________ બાળકમાં જૂથ રમત દ્વારા વિકસે છે.							
	(A)	સામાજિક કૌશલ્ય	(B)	શૈક્ષણિક કૌશલ્ય	(C)	રાજકીય કૌશલ્ય	(D)	ધાર્મિક કૌશલ્ય
46	ખૂબ શારિરીક શક્તિ ખર્ચાય તેવી પ્રવુતિને __________ કહે છે.							
	(A)	જૂથ રમત	(B)	ચપળ રમત	(C)	શાંત રમત	(D)	કાલ્પનીક રમત
47	છોકરીઓ કરતા છોકરાઓ __________ સ્પર્ધાત્મક જુસ્સો દર્શાવે છે.							
	(A)	ઓછો	(B)	વધુ	(C)	પ્રમાણસર	(D)	અન્ય
48	ગર્ભાવસ્થાથી માંડીને જન્મ સુધીના જન્મપૂર્વેનો વિકાસ __________ દિવસ નો હોય છે.							
	(A)	૨૬૭	(B)	૨૬૮	(C)	૨૬૯	(D)	૨૬૬
49	માતા-પિતા માંથી બાળકમાં લાક્ષણીકતાઓ પ્રસરાવવા માટે __________ જવાબદાર છે.							
	(A)	રંગસૂત્ર	(B)	રકતકણ	(C)	ઝાયગોટ	(D)	કોષ
50	જન્મપૂર્વેનાં વિકાસનાં ગાળાને __________ તબક્કમાં વેહચાવામાં આવ્યા છે.							
	(A)	ચાર	(B)	ત્રણ	(C)	બે	(D)	એક
51	ગર્ભાવસ્થાથી બે અઠવાડિયા સુધીનો ગાળો __________ તબક્કો કેહવાય.							
	(A)	ભૂણાવસ્થાનો	(B)	ગર્ભાવસ્થાનો	(C)	જીવાંકુરનો	(D)	ઉપરના બધા જ
52	ત્રીજા અઠવાડિયાથી અને આઠમા અઠવાડિયે પૂરો થાય તે ગાળાને __________ કેહવાય.							
	(A)	ભૂણાવસ્થાનો	(B)	ગર્ભાવસ્થાનો	(C)	જીવાંકુરનો	(D)	ઉપરના બધા જ

53	પાંચમાં અઠવાડિયા દરમ્યાન __________ નો વિકાસ શરૂ થઇ જાય છે. (A) શ્વસનતંત્ર (B) પ્રજાનનતંત્ર (C) રૂધીરાભીસરણતંત્ર (D) પાચનતંત્ર
54	__________ ગાળો નવમાં અઠવાડિયાથી શરૂ કરીને શિશુનાંજન્મ સુધીનો હોય છે. (A) ભૂણાવસ્થાનો (B) ગર્ભાવસ્થાનો (C) જીવાંકુરનો (D) ઉપરના બધા જ
55	__________ માસનાં અંત સુધી જો શિશુનો જન્મ થાય તો તે જીવિત રહી શકે છે. (A) પાંચ (B) છ (C) સાત (D) કોઈપણ
56	_________ અને _________ ની ક્ષમતા જન્મ પેહલા જ વિકસીત થઇ જાય છે. (A) સાંભળવાની અને જોવાની (B) લખવાની અને વાંચવાની (C) ગાવાની અને નાચવાની (D) ચૂસવાની અને રડવાની
57	નવજાત શિશુ શબ્દનો ઉપયોગ __________ માસની વયનાં શિશુ માટે કરવામાં આવે છે. (A) બે (B) ત્રણ C) એક (D) ચાર
58	પૂરા સમયે જન્મેલા શિશુનું વજન __________ હોય છે. (A) ૩.૮ કિ.ગ્રા (B) ૪.૮ કિ.ગ્રા (C) ૧.૮ કિ.ગ્રા (D) ૨.૮ કિ.ગ્રા
59	પીયજેનાં કેહવા મુજબ વિચાર શક્તિનો વિકાસ _________ અવસ્થામાંથી પસાર થાય છે. (A) બે (B) ત્રણ (C) એક (D) ચાર
60	શિશુનું શરુવાતમાં પ્રત્યાયનનું સ્વરૂપ __________ છે. (A) હસવું (B) રડવું (C) બોલવું (D) ગાવું
61	સર્વપ્રથમ તો શિશુ _________ ને બોલતા શીખે છે. (A) વ્યંજન (B) સ્વર (C) વ્યંજન અને સ્વર (D) અન્ય
62	રમવામાં સાધન કે રમકડા બાળકો માટે __________ હોવા જોઈએ. (A સુરક્ષિત (B) બિનઝેરી (C) ખૂણા ગોળાઈવાળા (D) ઉપરના બધા જ
63	__________ માસ દરમ્યાન બાળક ઊંધું પડતા શીખે છે. (A) બે થી ત્રણ (B) ત્રણ થી ચાર (C) ચાર થી પાંચ (D) પાંચ થી છ
64	બાળકની સંભાળ લેનારની પ્રવુતિ _________ હોવી જોઈએ. (A) સ્વકેન્દ્રી (B સર્વકેન્દ્રી ( ) બાળકેન્દ્રી (D) અન્ય
65	બાળક ત્રણ વર્ષનું થાય ત્યાં સુધીમાં __________ દાંત આવે છે. (A) ૩૨ (B) ૧૦ (C) ૨૦ (D) ૨૨
66	___________ વાળા ખોરાક શરીરમાં ગરમી પેદા કરે છે. (A) ચરબી અને કાર્બોદિત (B) પ્રોટીન (C) મિનરલ D) ઉપરના બધા જ
67	__________ શરીરનાં બંધારણમાં સહાય કરે છે. (A) ચરબી તથા કાર્બોદિત (B) પ્રોટીન (C) મિનરલ (D) ઉપરના બધા જ
68	__________ દ્વારા પ્રાથમિક સામાજિકરણ થાય છે. (A) શિક્ષણ (B) પડોશી (C) મિત્રો (D) માતા-પિતા
69	૬ વર્ષનાં બાળકોની સરેરાશ લંબાઈ __________ હોય છે. (A ૪૪ ઇંચ (B) ૩૪ ઇંચ (C) ૫૪ ઇંચ (D) ૨૪ ઇંચ
70	શાળા પેહલાનાં બાળકોની વાચન સામગ્રી _________ વાળી હોવી જોઈએ. (A) નાના અક્ષર (B) મોટા અક્ષર (C) વાકાચૂકા અક્ષર (D) કોઈપણ અક્ષર
71	ઓછુ પોષણ અથવા વધારે પોષણ એટલે __________ (A) કુપોષણ B) પોષણની ખામી (C) સારું પોષણ (D) અધુરૂ પોષણ
72	__________ થી વૃધ્ધિ દર અને ક્રિયાત્મક સમન્વય પણ પ્રભાવિત થાય છે. (A) કુપોષણ (B) પોષણની ખામી (C) સારું પોષણ (D) અધુરૂ પોષણ

73	કેલ્શિયમ માટે __________ પદાર્થ લેવા જોઈએ. (A) પીળા અને નારંગી રંગનાં શાકભાજી (B) માસ મચ્છી (C) દૂધ અને દુધની બનાવટ (D) આખા અનાજ અને કઠોળ
74	શાળા પેહલાનાં બાળકોની ઉંચાઈ પ્રત્યેક વર્ષે __________ સુધી વધે છે. (A) એક ઇંચ થી બે ઇંચ (B) બે ઇંચ થી ત્રણ ઇંચ (C) પાંચ ઇંચ થી આઠ ઇંચ (D) છ ઇંચ થી સાત ઇંચ
75	શાળા પેહલાનાં બાળકોનું વજન પ્રત્યેક વર્ષે _________ સુધી વધે છે. (A) ત્રણ થી સાડા ત્રણ કિ. (B) ચાર થી સાડા ચાર કિ. (C) પાંચ થી સાડા પાંચ કિ. (D) બે થી અઢી કિ.
76	રમતો તથા પ્રવુતિઓ ________ અને ________ હલનચલનનાં વિકાસને મદદરૂપ થાય છે. (A) ઝીણા અને જાડા (B) સીધા અને સરળ (C) સ્થૂળ અને સુક્ષ્મ (D) અન્ય
77	બાળકોની ક્ષમતાથી વધુ અનુભવ માટે બાળકોને ખેચવા તે _________ છે. (A) હાનીકારક (B) સુખકારક (C) ફાયદાકારક (D) નફાકારક
78	જો બાળકને વારંવાર ચૂપ કરી દેવામાં આવે તો બાળક _________ બની જાયછે. (A અંતર્મુખી (B) બહિર્મુખી (C) જિજ્ઞાસુ (D) અન્ય
79	ભાષાના મુખ્ય _________ પાસા છે. (A) એક (B) બે (C) ત્રણ (D) ચાર
80	શાળાપૂર્વેનાં વયમાં બાળકનું શબ્દભંડોળ ખુબ __________ થી વધે છે. (A) ધીમે (B) ઝડપ (C) ક્રમશ: (D) સ્થિરરીત
81	આપણા દેશમાં __________ નો અતિ સમૃધ્ધ વરસો છે. (A) પરીકથા (B) લોકવાર્તા (C) પૌરાણિક કથા (D) ઉપરના બધા જ
82	__________ સાંભળવી એ બાળપણનું અનિવાર્યં અંગ છે. (A) પરીકથા (B) લોકવાર્તા (C) પૌરાણિક કથા (D) ઉપરના બધા જ
83	___________ ને અંતે બાળકો વાસ્તવિક્તાને સારી રીતે સમજી શકે છે. (A) તરંગલીલા (B રાસલીલા (C) રામલીલા (D) અન્ય
84	__________ બાળકને તેનાં સઘર્ષોનું નિવારણ કરવામાં મદદરૂપ બને છે. (A) પરીકથા (B) લોકવાર્તા (C) પૌરાણિક કથા (D) ઉપરના બધા જ
85	પરિકથામાં __________નું પ્રમાણ વધુ જોય છે. (A) તરંગલીલા (B) રાસલીલા (C) રામલીલા (D) અન્ય
86	આધુનીક બાળસાહિત્યમાં ___________ નું પ્રમાણ વધુ જોવા મળે છે. (A) તથ્યો (B) તરંગલીલા (C) પ્રેમ (D) સાહસ
87	બાળકોની તરંગલીલા __________ માંથી આકાર લે છે. (A) અવાસ્તવિકતા (B) વાસ્તવિકતા (C) કલ્પના (D) નાટક
88	___________ જેવી સહાયક સામગ્રી વાર્તા ને વધુ રસપ્રદ બનાવે છે. (A) કઠપુતળી (B) ફ્લેશકાર્ડ (C) ચિત્રવાર્તા (D) ઉપરના બધા જ
89	__________ ક્રિયાઓ બાળકોનાં ગીતનું અભિન્ન અંગ છે. (A) સમાન (B) અસમાન (C) લ્યાત્મક (D) અન્ય
90	માતાનાં શરીરમાં ગર્ભ સ્વરૂપે રહેલું બાળક __________થી લયાત્મક ક્રિયાઓનો અનુભવ કરે છે. (A) જન્મ (B) વર્ષ (C) ગર્ભાધાન (D) ભ્રૂણઅવસ્થા
91	સારા ગીતની વિશેષતા __________ (A) અઘરી ભાષા (B) મિશ્ર ભાષા (C) અસ્પષ્ટ ભાષા (D) સરળ ભાષા

92	___________ માં ઇન્ડીયન કાઉન્સિલ ફોર ચાઇલ્ડ વેલ્ફેરની સ્થાપના થઇ. (A ૧૯૫૨ (B) ૧૮૫૨ (C) ૧૭૫૨ (D) ૧૬૫૨
93	૧૯૬૦ નાં ધી ચિલ્ડ્રન એક્ટ મુજબ કોને સજા થઇ શકે છે? (A) બાળકોને કેફી દ્રવ્ય આપનારને (B) બાળકોને સાચવનાર ને (C) અપંગ બાળકોને (D) અનાથ બાળકોને
94	હરતા ફરતા ઘોડિયાની શરૂવાત _________ એ કરી. (A) નીરા મહાદેવ (B) હીરા મહાદેવ (C) મીરા મહાદેવ (D) નીરા મહાદેવ
95	બાળ સંભાળ કેન્દ્રનાં કર્મચારીમાં કેવા ગુણ હોવા જરૂરી છે? (A) ઉષ્માભર્યા (B) ધૈર્યવાન (C) મૈત્રિપૂર્ણ (D) ઉપરના બધા જ
96	મૂલ્યાંકન કરવું એટલે ___________ (A) પ્રવુતિ કરવી (B) વજન અને ઉંચાઈ માપવી (C) રજીસ્ટર તૈયાર કરવા (D) ગુણ માપન કરવું
97	___________ કાર્યક્રમ ૧૯૭૦-૭૧ માં અમલમાં આવ્યો. (A) એ.એન.પી (B) એસ.એન.પી. (C) એસ.એન.પી. અને એ.એન.પી (D) અન્ય
98	કયા પોષકતત્વની ઉણપથી પાંડુરોગ થાય છે? (A) લોહતત્વ (B) કેલ્શ્યમ (C) આયોડીન (D) વિટામીન અને ક્ષાર
99	આઈ.સી.ડી.એસ કાર્યક્રમમાં સમાવિષ્ટ સેવાઓ કઈ છે? (A) શિષ્યવૃતિ (B) ભાષા શિક્ષણ (C) પૂરક પોષણ (D) અન્ય
100	બાળકનાં __________ નોધવાથી બાળકનાં શારિરીક વિકાસ અંગે જાણી શકાય. (A) ઉંચાઈ (B) વજન (C) બન્ને (D) ઉપરનું એક પણ નહિ

ડૉ. બાબાસાહેબ આંબેડકર ઓપન યુનિવર્સિટી

સત્રાંત પરીક્ષા ફેબ્રુઆરી : 2015

સૂચના :
1. તમામ પ્રશ્નોના જવાબ ફરજીયાત છે.
2. જયાં સુધી ખંડનિરીક્ષક ન જણાવે ત્યાં સુધી જવાબ લખવાનું શરૂ કરવું નહિ.
3. જવાબપત્રકની પાછળ આપેલ સૂચનાઓ કાળજીપૂર્વક વાંચ્યા બાદ જવાબ લખવાનું શરૂ કરવું
4. પરીક્ષાર્થીઓએ પ્રશ્નપત્ર અને જવાબપત્ર બંને ખંડ–નિરીક્ષકને એક સાથે પરત કરવાનું અનિવાર્ય છે. આથી કોઈપણ પરીક્ષાર્થીએ પ્રશ્નપત્ર પોતાની સાથે લઈ જવાનો આગ્રહ રાખવો નહિ. પ્રશ્નપત્ર સાથે લઈ જનાર વિદ્યાર્થી આ પરીક્ષા માટે ગેરલાયક ઠરશે.
5. વૈકલ્પિક પસંદગીના દરેક પ્રશ્નના ઉત્તર માટે ચાર વિકલ્પ જણાવ્યા છે. જેમાંથી એક સાચો હોવાની શકયતા છે. સાચો જવાબ પસંદ કરી જવાબપત્રકમાં યોગ્ય ખાનામાં (x) નિશાની કરો.
6. જે વિદ્યાર્થી પોતાનો સાચો નોંધણી નંબર નહીં દર્શાવે તેનું પરિણામ રદ થશે.

અભ્યાસક્રમ : સર્ટિફિકેટ ઈન ચાઈલ્ડકેર ઍન્ડ ડેવલપમેન્ટ (CCCD) નોંધણી નંબર:____________
પાઠયક્રમ : સમુદાય માટે પોષણ (CCCD-02)
તારીખ : 03/08/2015
સમય : 03.00 to 06.00 **કુલ ગુણ : 100**

1	આહાર આયોજનનું લક્ષ્ય શું છે? (A) સમય, શ્રમ તથા ઈંધણ ની બચત (B) સમય, શ્રમ તથા ઈંધણનો વ્યય (C) પરિવારના પસંદગીયુક્ત સભ્યોની જરૂરિયાત સંતોષવી (D) આ બધા જ
2	ઉર્જા પ્રદાન કરતા ખાદ્યપદાર્થ કયા છે? (A) ફળ (B) શાકભાજી (C) અનાજ (D) દૂધ
3	આહાર પધ્ધતિને ક્યા પરિબળ પ્રભાવિત કરે છે? (A) આવક (B) સક્રિયતા સ્તર (C) શારીરિક અવસ્થા (D) ઉપરના બધા જ
4	વૃધ્ધાવસ્થામાં જોવા મળતું એક શારીરિક પરિવર્તન (A) મુત્રપિંડ પર પ્રભાવ (B) પાચનતંત્ર પર પ્રભાવ (C) અસ્થિપીંજર પર અસર (D) આ બધા
5	અલ્પ અથવા હલકા શ્રમનું ઉદાહરણ કયું છે? (A) ખેતમજૂરી (B) ખાણમાં મજૂરી (C) માછીમારી (D) ટાઈપિસ્ટ
6	આહાર બરાબર પચાવી ન શકતી વૃધ્ધ વ્યક્તિને કેવા ખાદ્યો ન આપવા જોઈએ. (A) શાકભાજી (B) ફળ (C) ઘી-તેલ (D) આ બધા જ
7	ગર્ભાવસ્થા દરમ્યાન લોહીમાં હિમોગ્લોબીનનું પ્રમાણ (A) ૧૫ મિ.ગ્રા/૧૦૦ મિ.લી (B) ૨૦ મિ.ગ્રા/૧૦૦ મિ.લી (C) ૧૦ મિ.ગ્રા/૧૦૦ મિ.લી (D) આમાનું એક પણ નહિ
8	ગર્ભાવસ્થામાં સવારના સમયે થતી તકલીફો દૂર કરવા __________ યુકત ખાદ્યપદાર્થો આપવા જોઈએ. (A) પ્રવાહી (B) કાર્બોદિત (C) ચરબી (D) વિટામીન
9	સ્તનપાનના ગાળામાં સ્ત્રીના શરીરમાં દૂધનું ઉત્પાદન કેટલું રહે છે? (A) ૨ લીટર (B) ૫૦૦ મિ.લી ૧ લીટર (C) ૨૫૦ મિ.લી (D) અનિશ્ચિત પ્રમાણ
10	શિશુને પૂરક આહાર આપવાની શરૂવાત કયારથી કરવી જોઈએ? (A) ૧-૨ મહિના (B) ૨-૩ મહિના (C) ૪-૬ મહિના (D) ૧૦ મહિના
11	લાળમાં રહેલો કયો ઉત્સેચક રાંધેલા સ્ટાર્ચનું પાચન મુખમાં કરે છે? (A) પેપ્સીન (B) ટીપ્સીન (C) અમાઈલેઝ (D) ટાયલીન
12	અનાજનું સૌથી બહારનું પડ _________ છે.

	(A)	થુલું	(B)	અંકુર	(C)	ભ્રૂણપોષણ	(D)	ભ્રૂણ
13	કયું એમિનો એસીડ ફક્ત બાળકો માટે આવશ્યક છે?							
	(A)	આયસોલ્યુસીન	(B)	લ્યુસીન	(C)	હિસ્ટીડીન	(D)	વેલિન
14	દ્રષ્ટિપટલમાં રહેલા બે પ્રકારના કોષ _________ અને __________ છે.							
	(A)	છડ તથા શંકુ	(B)	છડ તથા રકતકણ	(C)	શંકુ તથા શ્વેતકણ	(D)	આમાનું એક પણ નહિ
15	કયું વિટામીન અસંતૃપ્ત વસા અમ્લો, વિટામીન એ તથા વિટામીન સી ને શરીરમાં સુરક્ષાપ્રદાન કરે છે.							
	(A)	વિટામીન-બી	(B)	વિટામીન-ડી	(C)	વિટામીન ઈ	(D)	વિટામીન-કે
16	___________ નામક એમિનો એસિડ દ્વારા શરીરમાં નિયાસીન બને છે.							
	(A)	લાયસીન	(B)	ટ્રીપ્ટોફેન	(C)	થ્રીઓનીન	(D)	વેલિન
17	વિટામીન ___________ અસ્થિમજ્જામાં લાલ રક્તકણોના નિર્માણમાં ઉપયોગમાં લેવામાં આવે છે.							
	(A)	એ	(B)	બી-૧૨	(C)	સી	(D)	ડી
18	૫ ગ્રામ જેટલા મીઠામાં લગભગ _________ મિ.ગ્રા સોડીયમ હોય છે?							
	(A)	૫૦૦	(B)	૧૦૦૦	(C)	૧૫૦૦	(D)	૨૦૦૦
19	માંસપેશીમાં લોહતત્વ _________ રૂપમાં હોયછે.							
	(A)	હિમોગ્લોબીન	(B)	માયાગ્લોબીન	(C)	ફેરીટીન	(D)	હિમોસીડીરીન
20	અનાજમાં ફક્ત __________ માં જ કેરોટીન હોય છે .							
	(A)	બાજરો	(B)	જવ	(C)	મકાઈ	(D)	ઘઉં
21	પુખ્ત વ્યક્તિની થાયામિનની દૈનિક જરુરિયાત __________ મિ.ગ્રા પ્રતિ ૧૦૦૦ કિ કેલરી છે.							
	(A)	0.3	(B)	0.૪	(C)	0.૫	(D)	0.૬
22	કિશોરાવસ્થા એટલે ____________ વર્ષની ઉંમરનો ગાળો							
	(A)	૧૩ થી ૧૮	(B)	૧૦ થી ૧૨	(C)	૧ થી ૩	(D)	૧૮ થી વધુ
23	____________ ને લિંગ હોર્મોન પણ કહે છે.							
	(A)	ઇન્સ્યુલિન	(B)	ઈસ્ટ્રોજન	(C)	થાઈસોકિસન	(D)	પિટ્યુટરી
24	કેવળ ઉર્જા પ્રદાન કરતા વ્યંજનોને શું કેહવાય છે?							
	(A)	જંક ફૂડ	(B)	પૂરક ખાદ્યો	(C)	હેલ્થ ફૂડ	(D)	આ બધા જ
25	ક્યા કાર્યક્રમ અંતર્ગત બાળકોને સ્કૂલમાં ભોજન અને હળવો નાસ્તો મળે છે?							
	(A)	અલ્પાહાર કાર્યક્રમ	(B)	મધ્યાહ્ન પોષણ કાર્યક્રમ				
	(C)	પેક્ડ લંચ કાર્યક્રમ	(D)	આમાનું એક પણ નહિ				
26	શરીરમાંથી લોહતત્વનું નીષ્કાસન __________ દ્વારા થાય છે.							
	(A)	મળ	(B)	પરસેવો	(C)	મૂત્ર	(D)	મળ, પરસેવો, મૂત્ર
27	એ.આર.એફ પાવડર શેમાંથી બનાવાય છે?							
	(A)	ચોખા	(B)	ઘઉં	(C)	મગ	(D)	ચણા
28	શરીરના દેહધાર્મિક કાર્યનું ઉદાહરણ __________							
	(A)	હૃદયનું ધબકવું	(B)	બેસવું	(C)	ચાલવું	(D)	આ બધા જ
29	___________ ક્રિયા દ્વારા આહારનું નાના અને સરળ તત્વોમાં રૂપાંતર થાય છે.							
	(A)	શ્વસન	(B)	અવશોષણ	(C)	પાચન	(D)	ઉત્સર્જન
30	સ્વસ્થ વ્યક્તિની જીભ __________ હોવી જોઈએ.							
	(A)	ગુલાબી, ચીરા વગરની	(B)	ગુલાબી, ચીરા વાળી	(C)	લીસ્સી	(D)	ચમકદાર
31	__________ એટલે વ્યક્તિના સ્વાસ્થની સ્થિતિ જે શરીરમાં પોષકતત્વોના ઉપયોગથી પ્રભાવિત થઇ હોય.							
	(A)	પોષણમુલ્ય	(B)	પોષણસ્તર	(C)	સ્વાસ્થ ચિકિસ્તા	(D)	આમાંનું એક પણ નહિ
32	પોષકતત્વોના અસંતુલનને કારણે ઉદ્દભવતી સ્થિતિને શું કહે છે?							
	(A)	અલ્પ પોષણ	(B)	અતિપોષણ	(C)	કુપોષણ	(D)	આમાનું એક પણ નહિ

33	ચરબીના પાચન અને અવશોષણ માટે __________ જરૂરી છે? (A) જઠર રસ (B) પેપ્સીન (C) લાળરસ (D) પિત્તરસ
34	ઉત્સેચકો ____________ ના બનેલા હોય છે. (A) ચરબી (B) વિટામીન (C) પ્રોટીન (D) કાર્બોદિત
35	નાના આંતરડાની અંદરની દિવાલ પર નાની આંગળીઓ જેવી રચનાને શું કહે છે? (A) અંકુર (B) રસંકુર (C) બીજાંકુર (D) આ બધા જ
36	ઘરમાં વપરાતી ખાંડના ઘટક એકમો કયા છે? (A) ગ્લુકોઝ (B) ગ્લુકોઝ. માલ્ટોઝ (C) ગ્લુકોઝ, ફ્રુકટોઝ (D) ગ્લુકોઝ, લેક્ટોઝ
37	એક ગ્રામ કાર્બોદિત પદાર્થ લગભગ __________ કિ.કેલરી આપે છે. (A) ૪ (B) ૯ (C) ૫ (D) ૭
38	પુખ્ત વ્યક્તિના શરીરના કુલ વજનના લગભગ ____________ ટકા ભાગ પાણીનો બનેલો હોય છે. (A) ૪૫ (B) ૫૦ (C) ૫૫ (D) ૬૦
39	__________ જીવિત કોષોમાં રહેલા પ્રોટીન પદાર્થ છે જે રાસાયાણિક ક્રિયાઓને ઝડપી બનાવે છે. (A) જઠરરસ (B) ઉત્સેચક (C) પાચકરસ (D) આમાનું એક પણ નહિ
40	એમિનો એસિડ એક બીજા સાથે ___________ બંધ દ્વારા જોડાયેલા છે. (A) પેપ્ટાઈડ (B) કીટોન (C) એક (D) દ્વિ
41	પરિવારની આવશ્યકતાઓની પૂર્તિ માટે ઉપલબ્ધ ધનનો ખર્ચ કરવાની લેખિત યોજનાને __________ કહે છે. (A) હિસાબ (B) આવક પત્ર (C) અંદાજ પત્ર (D) આમનું એક પણ નહી
42	ઘઉંમાં લગભગ __________ ટકા પ્રોટીન હોય છે. (A) ૫ થી ૧૦ (B) ૮ થી ૧૦ (C) ૧૦ થી ૧૩ (D) ૧૫ થી ૨૦
43	મેંદો બનાવવા માટે મુલાયમ સફેદ, _____________ ઘઉં વપરાય છે. (A) દારા (B) પીસ્સી (C) ફરસ (D) આ બધા જ
44	____________ ચોખા એક પ્રકારના ઉકડા ચોખા છે. (A) બાસમતી (B) તિલક (C) ચંદન (D) સેલા
45	___________ એક જાડુ ધાન્ય છે. (A) રાગી (B) ચોખા (C) ઘઉં (D) આ બધા જ
46	સુવરના માંસમાંથી __________ નામની ચરબી મળે છે. (A) ટેલો (B) લાર્ડ (C) ઘી (D) આ બધા જ
47	__________ પ્રક્રિયા દ્વારા તેલને સામાન્ય તાપમાન પર ઘન સ્વરૂપમાં રૂપાંતરિત કરાય છે. (A) પાશ્ચયુરીકરણ (B) માનકીકરણ (C) હાઈડ્રોનીકરણ (D) આમાનું એક પણ નહિ
48	ગોળ ____________ માંથી બનાવવામાં આવે છે. (A) શેરડીના રસ (B) નારિયેળના ગર (C) ખજૂરના ગર (D) આ બધા જ
49	ખાંડની અવેજીમાં ગળપણ માટે વપરાતો પદાર્થ __________ (A) સેકરીન (B) સોડીયમ (C) સાઈકલેમેટ (D) એસ્પાર્ટેમ
50	દૂધના પાશ્ચયુરીકરણમાં ૬૩° સે. તાપમાને દુધને _________ મિનિટ માટે ગરમ કરવામાં આવે છે. (A) ૧૫ (B) ૩૦` (C) ૪૫ (D) ૬૦
51	ભેંસના દૂધમાં _________ ટકા વસા હોયછે. (A) ૫ થી ૭ (B) ૬ થી ૮ (C) ૭ થી ૯ (D) ૮ થી ૧૦
52	___________ ની દાળ દ્વારા પેટમાં સૌથી વધુ ગેસ બને છે. (A) મગ (B) તુવેર (C) અડદ (D) ચણા
53	__________ વર્ગની માછલીનું શરીર અંદરથી ખુબ નરમ અને બહારથી કઠણ અને અખંડિત હોય છે.

	(A) મોલસ્ક (B) ક્સ્ટેશિયન (C) ફેટ ફીશ (D) લીન ફીશ
54	કાચા પપૈયામાં રહેલ __________ ઉત્સેચક પ્રોટીન પચાવવામાં ઉપયોગી છે. (A) ટ્રીપ્સીન (B) પેપ્સીન (C) પેપેન (D) ઈરીપ્સીન
55	સરકો બનાવામાં માટે __________ નો ઉપયોગ કરાય છે. (A) સફરજનનો રસ (B) સંતરા (C) દ્રાક્ષ (D) આ બધા જ
56	ચા માં રહેલા __________ ના કારણો ચા પીવાથી તિવ્રતાનો અનુભવ થાય છે. (A) ટેનિન (B) સુગંધીત સંઘટક (C) કહવા (D) આમાનું એક પણ નહિ
57	જે તાપમાને સુક્ષ્મજીવાણુંની અધિક્તમ વૃધ્ધિ થાય તેને __________ તાપમાન કહે છે. (A) ન્યુનતમ (B) મહત્તમ (C) ઈષ્ટતમ (D) અનુકૂળ
58	રસાકર્ષણના સિધ્ધાંત અનુસાર પાણી હંમેશા __________ પ્રવાહી ભણી જતું હોય છે. (A) અધિક થી ઓછા સાંદ્ર (B) ઓછાથી અધિક સાંદ્ર (C) ઉપર થી નીચે (D) નીચે થી ઉપર
59	__________ વિકિરણોનો પ્રયોગ ખોરાકને પરિરક્ષિત કરવામાં થઇ રહ્યો છે. (A) એક્સ-રે (B) માઈક્રોવેવ (C) અલ્ટ્રાવાયોલેટ લાઈટ (D) આ બધા જ
60	હળદરમાં __________ દ્વારા ભેળસેળ કરાય છે. (A) લાકડાનો વેર (B) મેટાનિલ યેલો (C) લેડ ક્રોમેટ (D) અ અને ક
61	ખોરાકમાં થતી ભેળસેળ અટકાવવા માટેનો પી.એફ.એ. અધિનિયમ ________ માં લાગુ કરવામાં આવ્યો છે. (A) ૧૮૫૫ (B) ૧૮૬૦ (C) ૧૯૫૫ (D) ૧૯૬૦
62	ભારતીય સંગઠન જે ખાદ્યપદાર્થની કોટીના નિર્ધારિત તથા પ્રમાણિત કરે છે. (A) બી.આઈ.એસ (B) એગ્માંર્ક (C) આઈ.એસ.આઈ (D) કોટિ નિયંત્રણ પ્રયોગશાળા
63	વિચારવાની એવી પ્રક્રિયા જેનાં દ્વારા નિશ્ચિત ધ્યેય કે હેતુઓને સિધ્ધ કરવા વ્યક્તિએ શું કરવું જોઈએ તે નિશ્ચિત કરવામાં આવે છે તેને __________ કેહવાય છે. (A) આયોજન (B) સંભાવના (C) પરામર્શ (D) આ બધા જ
64	જે વાગનીની રીત દરેક ઉપયોગ વખતે એકધારું પરિણામ આપે તેને _________ વાનગીની રીત કહે છે. (A) આયોજિત (B) પ્રમાણિત (C) માનકીકરણ (D) સંભવિત
65	ચીવટપૂર્વક આયોજન કરેલું નિર્ધારિત મેનુ કે જે નિશ્ચિત સમયે બદલાયા કરે છે તેને __________ કહે છે. (A) પરાવર્તિત મેનુ (B) નિર્ધારણ મેનુ (C) પુનરાવર્તિત મેનુ (D) આમાંનું એક પણ નહિ
66	પોતાનું કરજ ભરપાઈ ન કરી શકે તો વસ્તુઓ અથવા મિલકતની માલિકી છોડી દેશે એવા વચનો દર્શાવતું કાયદેસરનું સંમત્તિ પત્રક એટલે _________ (A) સાટાખત (B) ગીરોખત (C) શાખાપત્ર (D) ધિરાણ પત્ર
67	આહારસેવા કેન્દ્રની બધી જ પ્રવુતિઓનું કેન્દ્રબિંદુ _________ છે. (A) કાર્યંપત્રક (B) મેનુ (C) ઉપકરણો (D) કામદારો
68	સગર્ભાવસ્થાના ત્રણ મહિના પછી સ્ત્રીને લોહ અને ફોલિક એસિડની ગોળી____ દિવસ સુધી આપવાની હોય છે. (A) ૧૦ (B) 30 (C) ૫૦ (D) ૧૦૦
69	આઈસીડીએસ કાર્યકર્મનું એક ઘટક છે __________ (A) પૂરક પોષણ (B) વસ્તી નિયંત્રણ (C) ઔપચારિક શિક્ષણ (D) આ બધા જ
70	આંગણવાડીનું એકકેન્દ્ર શેહરી વિસ્તારોમાં _________ ની વસતિને આવરી લે છે. (A) ૫૦૦ (B) ૬૦૦ (C) ૭૦૦ (D) ૧૦૦૦
71	__________ આંગણવાડીની દૈનિક પ્રવુતિઓની દેખરેખ રાખે છે અને કાર્યકરોને માર્ગદર્શન આપે છે. (A) સીડીપીઓ (B) મુખ્ય સેવિકા (C) આંગણવાડી-કાર્યક્રમ (D) આમાનું એક પણ નહિ
72	છ માસની ઉમરે માથાનો ઘેરાવો અને છાતીનો ઘેરાવો __________હોયછે. (A) વધારે (B) ઓછો (C) સમાન (D) અનિશ્ચિત

73	આહાર સર્વેક્ષણની એક પધ્ધતિ છે ________ (A) આહારનો ઇતિહાસ (B) ૪ કલાકમાં લીધેલા આહારની માહિતી (C) ૧૦ કલાકમાં લીધેલા આહારની માહિતી (D) ૧૬ કલાકમાં લીધેલા આહારની માહિતી
74	ઉપર ચડતો વૃધ્ધિવક્ર બાળકની ________ વૃધ્ધિ સૂચવે છે. (A) અવરોધાયેલા (B) સમધારણ/સાધરણ (C) અ અને બ (D) આમાંનું એક પણ નહી
75	શિક્ષણ સહાયક સાધનો રૂપે તૈયાર કરેલા ચિત્રોવાળા કાર્ડને ________ કહે છે. (A) ફ્લેશન ગ્રાફ (B) ફલેનલ બોર્ડ (C) ફ્લેશ કાર્ડ (D) ફ્લિપ ચાર્ટ
76	પીઈએમ થવાનું કારણ ________ (A) ગરીબાઈ (B) માતાનું કુપોષણ (C) ચેપ (D) આ બધા જ
77	હૈદરાબાદ મિશ્રણના ઘટકો ________ (A) ઘઉં, ચણાની દાળ, સીંગદાણા, ગોળ (B) ચોખા, ચણાની દાળ, સીંગદાણા, ગોળ (C) ઘઉં, મગ, સીંગદાણા, ગોળ (D) ઘઉં, મગ, સીંગદાણા, ખાંડ
78	વિટામીન એ ની ઉણપમાં આંખની સંયોજક પેશી ઉપર ફીણ જેવા ત્રોકોણાકાર ટપકાંને ________ કહે છે (A) ડાર્ક સ્પોટ (B) બાઈટોટ ડાઘા (C) અ અને બ (D) આમાનું એક પણ નહિ
79	સ્વસ્થ વ્યક્તિના રકતમાં હિમોગ્લોબીનનું સામાન્ય પ્રમાણ દર ડેસિલિટરે ________ ગ્રામ હોય છે. (A) ૧૦ (B) ૧૨ (C) ૧૪ (D) ૧૫
80	પાંડુરોગનું લક્ષણ ________ (A) નબળી દ્રષ્ટિ (B) પેઢામાં સોજા (C) ચમચા આકારના નખ (D) વાંકા પગ
81	રિબોફલેવિનની ઉણપનું લક્ષણ ________ (A) વાળ ખરે (B) ગ્લોસાઈટીસ (C) નબળા હાડકા (D) આ બધા જ
82	બેરીબેરીના નિવારણનો એક ઉપાય (A) પોલિશ કરેલા ચોખાનો આહારમાં ઉપયોગ (B) હાથ છડ ના ચોખાનો આહારમાં ઉપયોગ (C) શારિરીક આરામ (D) આમાનું એક પણ નહિ
83	સુકતાનના પુખ્ત વયના સ્વરૂપને ________ કહે છે. (A) ઓસ્ટીઓપોરોસિસ (B) રીકટ્સ (C) ઓસ્ટીઓમેલેશિયા (D) ઓસ્ટીઓડીસ્ટ્રોફી
84	લાંબા સમય સુધી કેસરી દાળનો ઉપભોગ કરવાથી ________ નામનો ચેતાતંત્રનો રોગ થાય છે. (A) લેથીરીઝમ (B) ડીમેન્શીયા (C) પાર્કીન્સન્સ રોગ (D) ક્રેટીનીઝમ
85	શરીરમાં પાણી ઓછુ થઇ જાય ત્યારે પ્રવાહી ઉપરાંત ________ નું પ્રમાણ પણ ઘટે છે. (A) ઇલેક્ટ્રોલાઈટ્સ (B) પ્રોટીન (C) કાર્બોદિત (D) વસા
86	ભૂખ્યા પેટે રકતમાં ગ્લુકોઝનું સામાન્ય પ્રમાણ ________ મિ.ગ્રા પ્રતિ ૧૦૦ મિ.લિ હોય છે. (A) ૫૦-૬૦ (B) ૮૦-૧૦૦ (C) ૮૦-૧૨૦ (D) ૧૦૦-૧૪૦
87	હૃદયની ધમનીમાં ચરબી જમા થવાથી તે જાડી થાય છે જે સ્થિતિ ને ________ કહે છે. (A) હાઈપરટેન્શન (B) એન્જાઈના પેકટોરીસ (C) માયાકાર્ડીયલ ઇનફ્રાકઁશન (D) એથેરોસ્કલેરોસિસ
88	સગર્ભાવસ્થાનું જોખમી પરિબળ ________ (A) સ્ત્રીની ઉંમર ૧૮ વર્ષ થી નીચે કે ૩૫ વર્ષથી ઉપર (B) બે પ્રસુતિ વચ્ચે ૨-૩ વર્ષનો ગાળો (C) સામાન્ય રક્તચાપ (D) સામાન્ય વજન
89	પીઈએમના બે સ્વરૂપો કયા છે? (A) ઝેરોસિસ કોર્નિયા, ઝેરોસિસ કંજંકટીવા (B) મેરેસમસ, કવાશિઓરકોર (C) વેટ બેરીબેરી, ડ્રાય બેરીબેરી (D) આ બધા જ
90	આઈડીડી કયા વિસ્તારોમાં વ્યાપક છે? (A) ગુજરાત (B) જમ્મુ-કાશ્મીર (C) કેરાલા (D) બંગાળ

91	પેલાગ્રા મટાડવા __________ આપવું જોઈએ?							
	(A)	નિકોટીનેમાઈડ	(B)	થિયામીન	(C)	રિબોફ્લેવીન	(D)	વિટામીન-સી
92	ફ્લુઓરોસિસમાં કયા ભાગમાં અસર દેખાય છે?							
	(A)	ચામડી	(B)	દાંત	(C)	ચેતાતંત્ર	(D)	આ બધા જ
93	ઓરી રોગ __________ થી થાય છે?							
	(A)	બેકટેરીયા	(B)	વાયરસ	(C)	ફૂગ	(D)	ખામીયુકત પોષણ
94	મેદસ્વી વ્યક્તિઓમાં કેવા રોગ થવાનું જોખમ વધે છે?							
	(A)	હૃદય રોગ	(B)	ડાયાબીટીસ	(C)	કેન્સર	(D)	આ બધા જ
95	ડાયાબીટીસ (મધુપ્રમેહ) થવાનું મુખ્ય કારણ છે__________							
	(A)	ઈન્સ્યુલીન ની ખામી	(B)	વધુ વજન	(C)	હૃદય રોગ	(D)	ઈન્સ્યુલિનનો અતિરેક
96	કોલેસ્ટેરોલના સ્ત્રોત __________							
	(A)	શાકભાજી	(B)	ફળ	(C)	અવયવનું માંસ	(D)	સોયાતેલ
97	હૃદયરોગના સ્થૂળકાય દર્દીના આહારમાં શક્તિ __________ આપવી જોઈએ							
	(A)	સામાન્ય	(B)	વધુ	(C)	ઓછી	(D)	અનિશ્ચિત
98	લોહીનું દબાણ માપવા માટે ____________ સાધન વપરાય છે.							
	(A)	ગ્લુકોમીટર	(B)	સ્ફીગમોમેનોમીટર	(C)	હીમોમીટર	(D)	માઈક્રોમીટર
99	સારી જાતની માછલીઓની લાક્ષણિકતા _________							
	(A)	ચમકદાર ત્વચા	(B)	સ્વચ્છ આંખ	(C)	લાલ, તાજા ગીલ્સ	(D)	આ બધા
100	સુકામેવાનો સંગ્રહ _________ માં કરવો જોઈએ.							
	(A)	સીલબંધ પેકેટ	(B)	ફ્રીજ	(C)	અ અને બ	(D)	આમાનું એક પણ નહિ