



Roll No.
Signature of Invigilator

Paper Code
MS-CT-203

पतंजलि विश्वविद्यालय
University of Patanjali
Reappear Examination May-June-2023

M.Sc. Yoga Science, Semester-II
Yoga Science; Paper : Third
Yoga, Dietetics & Nutrition

Time: 3 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.

नोट : यह प्रश्नपत्र सत्तर (70) अंकों का है जो दो (02) खंडों क, तथा ख में विभाजित है। प्रत्येक खण्ड में दिए गए विस्तृत निर्देशों के अनुसार ही प्रश्नों को हल करना है।

Section - A / खण्ड-क

(Long Answer Type Questions) / (दीर्घ-उत्तरीय प्रश्न)

Note: Section 'A' contains five (05) long-answer-type questions of fifteen (15) marks each. Attempt any **three** questions. **(3×15=45)**

नोट : खण्ड 'क' में पांच (05) दीर्घ उत्तरीय प्रश्न दिए हैं, प्रत्येक प्रश्न के लिए पंद्रह अंक निर्धारित हैं। किन्हीं **तीन** प्रश्नों के उत्तर दीजिए।

1. आहार क्या है? इसके मुख्य घटक कौन-कौन से हैं?

What is Food? What are its main components?

2. जल एवं वसा में घुलने वाले पोषक तत्वों के स्रोत एवं शरीर पर उसके प्रभाव बताएं।

Explain the sources of Fat soluble and Water soluble nutrients and their effects on human body.

3. सब्जी एवं फल का चयन तथा उसके पोषक गुणों की व्याख्या करें।

Describe the selection method and nutritive values of vegetables and fruits.

4. कार्बोहाइड्रेट एवं प्रोटीन के चयापचय की प्रक्रिया पर प्रकाश डालें।

Focus on the metabolism of Carbohydrate and Protein.

5. घेरण्ड संहिता के अनुसार आहार के क्या सिद्धांत हैं?

What are the principles of Ahara according to Gherand Samhita?

Section - B / खण्ड-ख

(Short Answer Type Questions) / (लघु-उत्तरीय प्रश्न)

Note: Section 'B' contains Seven (07) short-answer-type questions of five (05) marks each. Attempt any five (05) questions. (5×5=25)

नोट : खण्ड 'ख' में सात (07) लघु उत्तरीय प्रश्न दिए गये हैं, प्रत्येक प्रश्न के लिए पांच अंक निर्धारित हैं। किन्हीं पांच प्रश्नों के उत्तर दीजिए।

6. पोषण से आप क्या समझते हैं?

What do you mean by Nutrition?

7. दाल का हमारे पोषण में क्या महत्व है?

What is the importance of Pulses in our nutrition?

8. दूध एवं दूध से बने पदार्थों का पोषक गुण क्या है?

What are the nutritive value of milk and milk products?

9. ऊर्जा का आंकलन किस प्रकार करते हैं?

What are the methods of Estimation of Energy?

10. बी.एम.आर. को प्रभावित करने वाले कारक क्या हैं?

What are the factors affecting B.M.R.?

11. यौगिक आहार का वर्गीकरण किस प्रकार किया गया है?

How yogic diet has been classified?

12. गुण आधारित भोजन क्या है? यौगिक ग्रंथ के आधार पर बताइए।

What is food based on Gunas? Brief as per Yogic Texts.

-----X-----