

ડૉ. બાબાસાહેબ આંબેડકર ઓપન યુનિવર્સિટી

સત્રાંત પરીક્ષા જૂન/જુલાઈ : 2013

સૂચના
:

1. તમામ પ્રશ્નોના જવાબ ફરજિયાત છે.
2. જ્યાં 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 શક્યતા 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 એન્ડ ડેવલપમેન્ટ (CCCD)

નોંધણી નંબર: _____

પાઠ્યક્રમ : બાળસંભાળ સેવા આયોજન (CCCD-01)

તારીખ : 06/07/2013

સમય : 11.00 to 02.00

કુલ ગુણ : 100

1	બાલ્યાવસ્થા એક એવો પણ સમયગાળો છે. જેમાં બાળક કોની સાથે પ્રથમ સબંધો બાંધવાનું શીખવે છે. (A) માતા-પિતા (B) ભાઈ (C) બહેન (D) કાકા
2	બાળકો જેમ જેમ મોટાં થતાં જાય છે. તેમ તેમ શું બોલતા શીખે છે. (A) ભાષા (B) ગણિત (C) વ્યવહાર (D) ગીત
3	ગરીબ પરિવારોમાં કેટલાં વર્ષની ઉંમરથી જ બાળકો ઘરમાં મદદરૂપ બને છે. (A) ત્રણ (B) ચાર (C) પાંચ (D) છ
4	ઘણીવાર સ્કૂલમાં પ્રવેશ માટે કેટલાં વર્ષની કુમળી ઉંમરથી જ બાળકોને ભણાવવા માટે પુષ્કળ પરિશ્રમ કરવામાં આવે છે. (A) 2 (B) 3 (C) 4 (D) 5
5	'અન્નપાયન' બાળકને પહેલીવાર કેવું અન્ન ખવડાવવું? (A) કઠણ (B) અર્ધપ્રવાહી (C) નરમ (D) પોચું
6	માતા-પિતા બંને નોકરી કરતાં હોય છે ત્યાં બાળક ને કઈ જગ્યાએ મૂકવામાં આવે છે. (A) પારણાં (B) શાળા (C) ઘોડિયાઘર (D) બાજુમાં
7	માતા-પિતામાંથી એકની ગેરહાજરી બાળક પર કેવી અસર કરે છે. (A) હકારાત્મક (B) બૌદ્ધિકતા (C) સામાજિકતા (D) નકારાત્મક
8	શેના જોડાણથી ગામોમાં બાહ્ય દુનિયાનો બદલાવ લાવે છે. (A) આકાશવાણી (B) શિક્ષણ (C) ધર્મ (D) આકાશવાણી અને દૂરદર્શન
9	આદિવાસીઓ કોને સૌથી ઉત્તમ પ્રકારનું મહત્વ આપે છે. (A) ઐક્ય (B) જુદાપણું (C) એકલા (D) ત્રણેય
10	આદિવાસીઓમાં સાક્ષરતાનું પ્રમાણ કેવું છે. (A) વધારે છે (B) ઓછા છે (C) મધ્યમ (D) એકદમ વધારે
11	શહેરોમાં લોકો પોતાના કામઘંઘા માટે દોડતાં હોવાથી ત્યાંનું જીવન કેવું હોય છે. (A) સ્થિર (B) અસ્થિર (C) ગતિશીલ (D) ભાગદોડ
12	વ્યક્તિ વધુ સરળતા અને નિપૂણતાથી કાર્યો કરતાં શીખે છે. તેને કઈ પ્રક્રિયા કહે છે. (A) વિકાસ (B) વૃદ્ધિ (C) કાર્ય (D) ત્રણેય
13	શરીરના આંતરિક અવયવોના વજન, ઊંચાઈ અને કદમાં થતો વધારો એ _____ છે.

	(A) વિકાસ	(B) વૃદ્ધિ	(C) સમતોલપણું	(D) તટસ્થતા
14	ભૌતિક બાબતના વિચારોની ક્ષમતા બાળકોમાં કેટલાં વર્ષે ઉદ્ભવે છે.			
	(A) 10	(B) 12	(C) 14	(D) 16
15	હૂંફ, પ્રેમ, પોષણયુક્ત ખોરાકની જરૂરિયાત અને દેખરેખ બાળકના કયા વિકાસ માટે આવશ્યક છે.			
	(A) સર્વાંગી વિકાસ	(B) ભાષાવિકાસ	(C) સર્જનાત્મકવિકાસ	(D) શિક્ષણનો વિકાસ
16	શારીરિક અને ચેષ્ટા સ્નાયુઓનો વિકાસ કેટલી દિશામાં થાય છે.			
	(A) એક	(B) બે	(C) ત્રણ	(D) ચાર
17	જન્મ પછી પુખ્ત વય સુધીમાં ઘડ નું કદ કેટલાં ગણું વધે છે.			
	(A) ચાર	(B) ત્રણ	(C) બે	(D) એક
18	કયો વિકાસ પણ વિકલન અને સંકલનના સિદ્ધાંતોથી આગળ વધે છે.			
	(A) બોધાત્મક	(B) શારીરિક	(C) માનસિક	(D) ચેષ્ટ
19	સંભાળ લેનાર વ્યક્તિ બાળકની સાથે પ્રેમપૂર્વકનો વ્યવહાર કયા વિકાસને ઉત્તેજન આપે છે.			
	(A) ભાષાકીય	(B) માનસિક	(C) શારીરિક	(D) ત્રણેય વિકાસ
20	બાળકના વિકાસની ગતિ ની જરૂરિયાતો કોના દ્વારા સંતોષવામાં આવે છે.			
	(A) કુટુંબીજનો	(B) શાળા	(C) મિત્રો	(D) આજુબાજુનું વાતાવરણ
21	બે કે તેથી વધુ બાળકો સાથે રમે છે, ત્યારે તે કઈ રમત તરીકે ઓળખાય છે.			
	(A) વ્યક્તિગત	(B) જૂથ	(C) સામૂહિક	(D) ત્રણેય
22	ગર્ભના દીવાલ સાથે જોડવાની આ પ્રક્રિયાને શું કહેવાય છે.			
	(A) ગર્ભરોપણ	(B) ભ્રૂણાવસ્થા	(C) ગર્ભ વિચ્છેદન	(D) ગર્ભાવસ્થા
23	જ્ઞાનેન્દ્રિયો, વિવિધ અંગો, મૂત્રપિંડ, યકૃત અને પોષણનાળ કયા અઠવાડિયાના અંત સુધી વિકસિત થવા માંડે છે.			
	(A) પાંચમા	(B) ચોથા	(C) ત્રીજા	(D) બીજા
24	સગર્ભા માતાએ કઈ રસી ચોક્કસ મૂકાવવી જોઈએ.			
	(A) ઓરી	(B) અછબડા	(C) ડિપ્થેરીયા	(D) ધનુર
25	શિશુને ખોરક અને ઓકિસજન કેવી રીતે મળે છે.			
	(A) માતાના લોહીમાંથી	(B) અન્નનળીમાંથી	(C) પાંચનતંત્રમાંથી	(D) જઠરમાંથી
26	નવજાત શિશુની ત્વચા મોટાભાગે કેવા આવરણથી ઢંકાયેલી હોય છે.			
	(A) લાલ રંગ	(B) પીળા રંગની	(C) સફેદ	(D) કાળા
27	જન્મ થતાં જ શિશુ તરત જ કઈ પ્રક્રિયા કરે છે.			
	(A) હસવું	(B) બોલવું	(C) રડવું	(D) ચાલવું
28	જન્મ સમયે સૌથી વધુ વિકસિત ઈન્દ્રિય કઈ છે.			
	(A) હલન ચલન	(B) દૃષ્ટિ	(C) સાંભળવું	(D) સ્પર્શ
29	નવજાત શિશુ કેટલા પાયાના સ્વાદ પારખી શકે છે.			
	(A) એક	(B) બે	(C) ત્રણ	(D) ચાર
30	નવજાત શિશુ દિવસ દરમિયાન કેટલા કલાક ઊંઘે છે.			
	(A) 16-18	(B) 12-16	(C) 13-17	(D) 11-15
31	શિશુ અવસ્થા દરમિયાન નરમ અને સ્થિતિ સ્થાપક હાડકાં કેવાં બને છે.			
	(A) કઠણ	(B) મજબૂત	(C) ભારે	(D) નક્કર
32	નાના સ્નાયુઓની કુશળતાઓ કયા માસના ગાળામાં પણ વિકાસે છે.			
	(A) 5થી8	(B) 7થી12	(C) 8થી10	(D) 9થી11
33	વારસો અને વાતાવરણ કયા વિકાસને અસર કરે છે.			
	(A) બાહ્યક્રિયા	(B) આંતરક્રિયા	(C) સ્નાયવિકા	(D) સંવેદનાત્મક
34	રોગોથી બચાવવા માટે _____ અપાવવી જોઈએ.			
	(A) આહાર	(B) રસીઓ	(C) દવા	(D) વિટામીનો
35	8 થી 12 માસ દરમિયાન શિશુના કેટલા દાંત આવે છે.			
	(A) ચાર	(B) ત્રણ	(C) બે	(D) એક
36	છ થી આઠ માસની ઉંમર વચ્ચે શિશુને કેવો આહાર આપી શકાય.			
	(A) પ્રવાહી	(B) કઠણ	(C) અર્ધઘટ્ટ	(D) ઘટ્ટ

37	એક માસના અંતે શિશુને એક સમયે કેટલો ખોરાક આપી શકાય. (A) આખીવાડકી (B) અડધી વાટકી (C) પા વાટકી (D) પોણો વાટકી
38	જન્મ સમયે શિશુને કઈ રસી મૂકવામાં આવે છે. (A) ડી.પી.ટી. (B) પોલિયો (C) ઓરી (D) બીસીજી અને પોલિયો
39	આપણા દેશમાં મોટાભાગના બાળકોને પૂરતો ખોરાક મળતો નથી અને માંદા પડે છે. દર _____ બાળકે _____ બાળક ધીમી વૃદ્ધિથી પીડાય છે. (A) 3,1 (B) 2,2 (C) 3,2 (D) 2,1
40	બાળકનું વજન વધતું ન હોય તો તેને કેવો આહાર આપવો. (A) સાદો આહાર (B) પૌષ્ટિક આહાર (C) દૂધ (D) ફળ
41	એક વર્ષના અંતે શિશુનું વજન કેટલા કિગ્રા. થઈ જાય છે. (A) 6-8 (B) 6-7 (C) 8-9 (D) 9-10
42	વિકાસની 2 થી 6 વર્ષ સુધીની બીજી અવસ્થાને કઈ અવસ્થા કહેવાય છે. (A) સંવેદી ક્રિયાત્મક (B) મૂર્ત સક્રિયાત્મક (C) ઔપચારિક (D) પૂર્વ સક્રિયાત્મક
43	વારસો શું નક્કી કરે છે. (A) આવડત (B) કુશળતા (C) જ્ઞાન (D) કર્તવ્ય
44	બોલવાની ક્ષમતામાં મુખ્ય કેટલી પ્રક્રિયાઓનો સમાવેશ થાય છે. (A) 4 (B) 3 (C) 2 (D) 1
45	ભાષાનો ઉપયોગ આપણે શેના માટે કરીએ છીએ. (A) સંદેશા વ્યવહાર (B) તાર (C) ટપાલ (D) ટેલીફોન
46	શિશુનું શરૂઆતમાં પ્રત્યાયનનું સ્વરૂપ કયું છે. (A) હસવું (B) રડવું (C) બોલવું (D) વાતો કરવી
47	સંશોધનોથી જણાયું છે કે બાળકની બોલીને માટે કોણ ખૂબ સંવેદનશીલતા ધરાવે છે. (A) મિત્ર (B) શાળા (C) માતા-પિતા (D) ભાઈ-બહેન
48	ભાષાકીય વિકાસ પણ _____ વિકાસ સાથે ગાઢ રીતે સંકળાયેલો છે. (A) બોધાત્મક (B) સર્જનાત્મક (C) કલ્પના (D) માનસિક
49	નવજાત શિશુ તેના જીવનના કયા વર્ષમાં જ લોકો સાથે સંબંધો ઘડે છે. (A) પ્રથમ (B) બીજા (C) ત્રીજા (D) ચોથા
50	અજાણી વ્યક્તિ વિશે બાળક કઈ લાગણી અનુભવે છે. (A) હર્ષ (B) પ્રસન્નતા (C) ભય (D) ભય અને ચિંતાની
51	સંભાળ લેનારની પદ્ધતિ કેવી હોવી જોઈએ. (A) બાળકેન્દ્રિતતા પૂર્ણ (B) માતા-પિતાને ધ્યાનકેન્દ્રીન (C) કુટુંબને ધ્યાનકેન્દ્રીત (D) શાળાને ધ્યાનકેન્દ્રીત
52	બે વર્ષના બાળકોનું કદ તેના પુખ્તવય કદ જે હોય તેના કરતાં કેટલું થાય છે. (A) આખું (B) અડધું (C) તેટલું જ (D) થોડુંક વધારે
53	બે વર્ષના બાળકોની લંબાઈનો લગભગ કેટલો ભાગ થઈ જાય છે. (A) બીજો (B) પહેલો (C) ત્રીજો (D) ચોથો
54	ત્રણ વર્ષનું બાળક થાય ત્યાં સુધીમાં કેટલાં દાંત આવે છે. (A) દસ (B) વીસ (C) બાવીસ (D) ત્રેવીસ
55	15 માસનાં બાળકો મોટા માણસની જેમ કેવી રીતે ચીજ વસ્તુઓ પકડી શકે છે. (A) આંગળી (B) અંગૂઠો (C) અંગૂઠો અને પહેલી આંગળી (D) અંગૂઠો અને બીજી આંગળી
56	હાથમાં ચોક, પેન્સીલ, રંગ વગેરે વસ્તુઓ પકડવા માટે સમર્થ બને છે. તેને શું કહે છે. (A) સ્કિબલીંગ (B) સર્જનકરવું (C) જિજ્ઞાસાવૃત્તિ (D) ચિત્રકાર બનવું
57	જેમ જેમ બાળક શાળાએ જાય તે પહેલાં કયા સ્નાયુઓનો યોગ્ય વિકાસ થાય છે. (A) નાના (B) મોટા (C) મધ્યમ (D) નાના-મોટા
58	13 થી 36 માસ દરમિયાન ભોજન એ બાળકોને માટેની એક કઈ ક્રિયા થતી જાય છે.

	(A) ધાર્મિક	(B) સામાજિક	(C) આર્થિક	(D) પ્રસંગોચિત
59	વિટામિન તથા ખનિજક્ષાર મળે તેવા શાકભાજી અને ખોરાક. (A) દૂધ (B) અનાજ (C) કઠોળ (D) ફળો			
60	ઘઉં, ચોખા, રાગી, જુવાર, અનાજ ને ખાંડ આ પદાર્થો માંથી શું મળે છે. (A) કાર્બોદિત (B) પ્રોટીન (C) ચરબી (D) વિટામીન			
61	બાળકોના ખોરાકમાં ઘણી સાવધાની રાખવી પડે છે. તે માટે કેટલી વાર મુખ્ય આહાર આપવો જોઈએ. (A) એક (B) બે (C) ત્રણ (D) ચાર			
62	રસીકરણ કયા માસ દરમિયાન આપી શકાય. (A) 13 થી 30 (B) 13 થી 32 (C) 13 થી 34 (D) 13 થી 36			
63	18 માસથી બે વર્ષ સુધીની ઉંમર વચ્ચે બાળકોમાં કઈ રીતમાં મહત્વનો ફેરફાર આવે છે. (A) વિચારવાની (B) રમવાની (C) લખવાની (D) ફેંકવાની			
64	બાળકો પ્રતીકાત્મક રૂપથી વિચાર માટે યોગ્ય બને છે કલ્પના અને પ્રતીકાત્મક વિચાર શક્તિ બંનેનું _____ સંકલન હોય છે. (A) ધાર્મિક (B) રાજનૈતિક (C) માનસિક (D) શારીરિક			
65	કઈ અવસ્થામાં બાળકો પોતાના વ્યવહારમાં પરિવર્તન માટે તૈયાર થઈ જાય છે. (A) પહેલી અવસ્થા (B) ત્રીજી અવસ્થા (C) ચોથી અવસ્થા (D) પાંચમી ઉપ-અવસ્થા			
66	શૈશવાવસ્થા અને બાલ્યાવસ્થાની તુલનામાં શાળા પહેલાંના વર્ષોમાં વૃદ્ધિની ગતિ કેવી હોય છે. (A) ધીમી (B) ઝડપી (C) વધારે ઝડપી (D) મંદ			
67	સમતુલનમાં સુધારો થવાથી શાળા પહેલાંની બાળકીની ચાલ કેવી હોય છે. (A) ઝડપી (B) ધીમી (C) નિયમિત (D) અનિયમિત			
68	એક છ વર્ષના બાળકના માથાનું વજન એના મોટી વ્યક્તિના વજનના _____ ટકા હોય છે. (A) 60 (B) 70 (C) 80 (D) 90			
69	એક છ વર્ષની બાળકી જ્યારે પોતાની બહેનપણીઓને પૂછે છે. “જે બહાર રમવા ઈચ્છતા હોય તે ‘હા’ કહે અને જે બહાર રમવા ન ઈચ્છતા હોય તે “ના” કહે” તો તે _____ ની શક્તિ બતાવે છે. (A) ક્રમબદ્ધતા (B) વર્ગીકરણ (C) સરખામણી (D) કારણ પ્રભાવ			
70	આકારના ક્રમ અનુસાર વસ્તુઓને ક્રમમાં રાખવાની શક્તિ. (A) નિરીક્ષણ (B) ક્રમબદ્ધતા (C) સામાન્ય સંબંધ (D) જીવવાદ			
71	શાળાપૂર્વે વર્ષોમાં તેઓ ઈશારાની વાતચીતનો ઉપયોગ કેવો કરી દે છે. (A) વધારે (B) ધીમેથી (C) ઓછો (D) એકદમ ઓછો			
72	સ્વ-સંકલ્પના વિકાસમાં કેટલા મહિનાની બાળકી પોતાના શરીર તરફ વધારે જાગૃત થવા લાગે છે. (A) 13 થી 20 (B) 13 થી 25 (C) 13 થી 30 (D) 13 થી 36			
73	બાળકોને શિસ્ત-પાલન કરવા માટે પહેલી રીત એટલે કે સ્નેહ-કેન્દ્રિત રીતે વધારે પ્રભાવશાળી છે. તે બાળકોનાં _____ અને _____ પ્રતીતિને પ્રબળ બનાવે છે. (A) નૈતિક મૂલ્યો, વ્યવહારો (B) શિસ્ત, સલામતી (C) માર્ગદર્શન, અભ્યાસ (D) સામાજિક, ધાર્મિક			
74	માતા-પિતા મોટા ભાગના નિયમોના પાલનમાં યુસ્ત હોય છે. તેઓ પણ કેટલીક પરિસ્થિતિઓમાં બાળકો પ્રત્યે શું બતાવે છે. (A) નમ્રતા (B) બળજબરી (C) દાદાગીરી (D) ત્રણેય			
75	શાળાપૂર્વે બાળકો માટે કોણ બહુ જ મહત્વપૂર્ણ ભૂમિકા નિભાવે છે. (A) માતા (B) પિતા (C) શિક્ષક (D) મિત્ર			
76	બાળકોનું સામાજીકરણ કરવા માટે માતા-પિતા જે શિસ્તપાલનની રીતોનો પ્રયોગ કરે છે એનો બાળકો વ્યક્તિત્વ પર _____ પ્રભાવ પડે છે. (A) પ્રબળ (B) નરમ (C) દેહ (D) ગરમ			
77	જેમ-જેમ બાળકો મોટા થાય છે તેમ એમની રમતોમાં શું આવે છે. (A) તટસ્થતા (B) જુદાપણું (C) એક્ય જળવાય (D) પરિવર્તન			
78	ક્રિયાત્મક કૌશલ્યોને શીખવવામાં કઈ વૃદ્ધિનું ઘણું યોગદાન છે. (A) શારીરિક (B) માનસિક (C) ધાર્મિક (D) ત્રણેય			

79	બાળ મંદિરમાં બાળકો માટે શું ઉપલબ્ધ હોવું જોઈએ. (A) મેદાન (B) જગ્યા (C) સાધનો (D) ત્રણેયમાંથી એકપણ નહીં
80	કેટલાં વર્ષના બાળકો આકારો તેમની જગ્યાએ ભૂલ અને પ્રયત્નના મહાવરા દ્વારા ગોઠવવાનો પ્રયત્ન કરે છે. (A) 4-6 (B) 4-5 (C) 5-6 (D) 3-4
81	બાળકો કુદરતી રીતે જ પ્રશ્નોના સમાધાન કરવામાં કુશળ હોય છે. તેઓ ખૂબ _____ વૃત્તિ ધરાવે છે. (A) સર્જનાત્મક (B) જિજ્ઞાસાવૃત્તિ (C) કલ્પના શક્તિ (D) ત્રણેય
82	બાળકોને અમૂર્ત તથ્યો સમજવામાં અને આવેગોનો સામનો કરવામાં તેમજ તેનું નિરાકરણ કરવામાં કોણ સહાય કરે છે. (A) નાટક (B) વાર્તા (C) તરંગલીલા (D) બાળગીત
83	નાટકીય રમતો બાળકોના વિચારો અને શેની ઝાંખી કરાવે છે. (A) પ્રેમ (B) હૂંફ (C) લાગણી (D) દુશ્મનાવટ
84	વાર્તાકથન કે કાલ્પનિક રમતના તાણ રહિત વાતાવરણમાં શેનો વિકાસ થાય છે. (A) રમત (B) ભાષા સુવિકસિત (C) નાટક (D) ગણિતના દાખલાઓનો
85	વાર્તાઓ સાંભળવાથી અને નાટકીય રમતો રમવાથી કયાં વિકાસને વેગ મળે છે. (A) ધાર્મિક (B) સામાજિક (C) શૈક્ષણિક (D) નૈતિકતા
86	બાળવાર્તા બાળકોના _____ જગાવે તેવી હોવી જોઈએ. (A) કુતૂહલ (B) મનોરંજન (C) વિશ્વાસ (D) વિવેક
87	શેનાથી બાળકોને સંતોષ થાય છે. તેનું સૌથી મહત્વનું કારણ તેમાં બાળકોના આંતરિક સંઘર્ષોનું પ્રતિબિંબ પડતું હોય છે. (A) વાર્તા (B) નાટક (C) પરીકથા (D) સંગીત
88	ભારતમાં તો બાળગીતોનો કેવો ખજાનો છે. (A) ઓછો (B) મધ્યમ (C) વધારે (D) અતિસમૃદ્ધ
89	કયા ગીતો ગવાય એટલે રડતાં બાળકો શાંત થઈ જાય છે. (A) હાલરડાં (B) બાળગીતો (C) વર્ષાગીતો (D) જોડકણાં
90	નીચેના પૈકી અભ્યાસક્રમનું એક અભિન્ન અંગ છે. (A) ચિત્ર (B) સંગીત (C) નૃત્ય (D) આપેલ પૈકી એક પણ નહીં
91	‘બાલકનજી બારી’ ની સ્થાપના થઈ જેનું મુખ્ય મથક કયું છે. (A) જર્મન (B) જાનિવા (C) મુંબઈ (D) મદ્રાસ
92	1927માં મુંબઈમાં સ્થાપાયેલી ‘ચિલ્ડ્રન એઈડ સોસાયટી’ એ કયા બાળકો માટે ઘરની વ્યવસ્થા ઉભી કરી. (A) ભટકતાં (B) ગરીબ (C) મધ્યમવર્ગ (D) પૈસાદાર
93	કઈ પ્રવૃત્તિઓ દ્વારા બોધાત્મક સંકલ્પનાઓ શીખાય છે. (A) સંગીત (B) ભાષા (C) ગણિત (D) કલા
94	દરેક રાજ્યમાં કેટલાં વર્ષથી નીચેનાં બાળકોની સમગ્ર અને એકંદર જરૂરિયાતો પૂરી પાડવાનો સ્વાસ્થ્ય, પોષણ, કેળવણી અને કલ્યાણ અંગે સેવાઓ પૂરી પાડવાનો નિર્ધાર થયો. (A) 14 (B) 15 (C) 16 (D) 17
95	કોલાજ એ કેવા પ્રકારની ડિઝાઈન છે. (A) દ્વિપરિમાણી (B) ત્રિપરિમાણી (C) ચતુર્થ (D) ચતુષ્ક પરિમાણી
96	‘વિશિષ્ટ પોષણ કાર્યક્રમ’ કઈ સાલમાં અમલી બનાવાયો. (A) 1970-71 (B) 1971-72 (C) 1972-73 (D) 1973-74
97	ઈ.સી.સી.ઈ.નાં ઘટકો કયાં છે. (A) શારીરિક (B) માનસિક (C) સામાજિક (D) ત્રણેય
98	‘આંગણવાડી’ શબ્દનો અર્થ કઈ ભાષામાં ફળિયું અથવા ઘરના ચોકમાનું રમવાનું સ્થાન. (A) ગુજરાતી (B) હિન્દી (C) ફારસી (D) એકપણ નહિ
99	કયા નામે કેન્દ્ર ઊભું કરીને ICDSની સેવાઓ ઉપલબ્ધ કરવામાં આવે છે. (A) આંગણવાડી (B) C.S.W.B (C) I.C.C.W. (D) A.N.P
100	વર્ષના કેટલા દિવસ માટે આ પોષણયુક્ત ખોરાક આપવામાં આવે છે. (A) 189 (B) 288 (C) 300 (D) 365

ડૉ. બાબાસાહેબ આંબેડકર ઓપન યુનિવર્સિટી

સત્રાંત પરીક્ષા જૂન/જુલાઈ : 2013

- સૂચના : 1. તમામ પ્રશ્નોના જવાબ ફરજિયાત છે.
2. જ્યાં 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 શક્યતા 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 એન્ડ ડેવલપમેન્ટ (CCCD) નોંધણી નંબર: _____

પાઠ્યક્રમ : સમુદાય માટે પોષણ (CCCD-02)

તારીખ : 06 /07 /2013

સમય : 03.00 to 06.00 કુલ ગુણ : 100

1	ભારતમાં આયોડિનની ઊણપના નિયંત્રણની સૌથી સગવડભરી પદ્ધતિ _____ ના ઉપયોગની પદ્ધતિ છે. (A) ટાટામીઠું (B) આયોડિનયુક્ત મીઠું (C) એવરેસ્ટ મીઠું (D) આર્યનયુક્ત
2	ઓરી એ શેનાથી થતો રોગ છે. (A) વાયરસ (B) હવા (C) પાણી (D) ખોરાક
3	ઓરી કેટલા વર્ષની આસપાસની ઉંમરના બાળકોમાં જોવા મળે છે. (A) એક (B) બે (C) ત્રણ (D) દોઢ વર્ષ
4	સારું પોષણ મેળવેલ સ્ત્રીનું વજન કેટલા કિલોગ્રામ હોય છે. (A) 30 થી 40 (B) 56 થી 60 (C) 60 થી 70 (D) 55 થી 60
5	શરીરની શક્તિનું અસમતોલનનું પરિણામ છે. (A) જાડા (B) પાતળા (C) અસ્થૂળતા (D) સ્થૂળતા
6	મંદ પ્રકારના લોહીના દબાણમાં શેનો વપરાશ ઓછો કરવાથી ફાયદો થાય છે. (A) તેલ (B) ઘી (C) મીઠાનો (D) મસાલાનો
7	પ્રજીવક 'સી'ને અપૂરતા પ્રમાણમાં લેવાથી થતી પોષણજન્ય બિમારી કયા નામે ઓળખાય છે. (A) સૂકતાન (B) સ્કર્વી (C) ઓસ્ટીઓ મેલેશિયા (D) પેલાગ્રા
8	જે દેશોમાં કયો ખોરાક મુખ્ય છે. ત્યાં પેલાગ્રા વ્યાપક હોવાનું જણાય છે. (A) જુવાર (B) બાજરી (C) ચોખા (D) મકાઈ
9	કયુ રિબોફલેવિનનું સારું પ્રાપ્તિસ્થાન છે. (A) દૂધ (B) છાસ (C) ઘી (D) તેલ
10	કંઠ ગ્રંથિ નામની અંતઃ સ્ત્રાવી ગ્રંથિના સમઘારણ કાર્ય માટે શું આવશ્યક છે. (A) વિટામીન (B) આયોડિન (C) ચરબી (D) પ્રોટીન
11	પાંડુરોગની સારવાર માટે _____ સૌથી પસંદ કરવા જેવી દવા છે. (A) ફેરસ (B) ફેરસ સલ્ફેટ (C) સલ્ફેટ (D) ફેલિક એસિડ
12	પાંડુરોગ એવી સ્થિતિ છે જેનાં લોહીમાં રહેલા હિમોગ્લોબિનની માત્રા સામાન્ય પ્રમાણ કરતાં કેટલી હોય છે. (A) વધારે (B) ઓછી (C) મધ્યમ (D) અતિશય
13	શિશુ માટે કયો આહાર શ્રેષ્ઠ છે. (A) માતાનું દૂધ (B) વિ. A વાળો આહાર (C) વિ. C વાળો આહાર (D) વિટામીન D વાળો આહાર
14	દેશ સામેની એક મોટી સમસ્યા કઈ છે.

	(A) ગરીબાઈ	(B) બેકારી	(C) કુપોષણ	(D) પોષણ
15	ભારતીય પૂર્વશાલેય બાળક રોજ તેને કેટલી કેલરી મળે એવો ખોરાક ખાય છે. (A) 500 થી 600 (B) 700 થી 800 (C) 900-100 (D) 800 થી 900			
16	કુપોષિત બાળકોને કેટલા ગણો પૂરક આહાર અપાય છે. (A) ચાર (B) ત્રણ (C) બે (D) અઢી ગણો			
17	આઈસીડીએસ મૂળભૂત રીતે બાલકલ્યાણ કાર્યક્રમ છે. ભારત સરકારે કઈ સાલમાં શરૂ કર્યો. (A) 1970-71 (B) 1972-73 (C) 1975-76 (D) 1977-78			
18	વ્યક્તિ કે જે પોતાનો ધંધો કે સાહસ ઊભું – શરૂ કરે છે, તેને શું કહેવાય. (A) સાહસિક (B) મહેનત-મજૂર (C) ધંધાદારી (D) ઉદ્યોગ સાહસિક			
19	વાનગીઓ ગરમ રહે તે માટે શેનું પેકિંગ કરવામાં આવે છે. (A) બટર પેપર (B) બ્રાઉન પેપર (C) એલ્યુમિનિયમ ફોઈલ (D) સાદું પેપર			
20	સંસ્થાની મોટામાં મોટી મિલકત કઈ છે. (A) મૂડી (B) આયોજન (C) માનવ (D) માનવબળ			
21	કામદાર કેવા હોવા જોઈએ. (A) કુશળ (B) અર્ધકુશળ (C) હોશિયાર (D) બેદરકાર			
22	ખાદ્ય અંદાજપત્ર કેટલા પ્રકારના હોય છે. (A) પાંચ (B) ચાર (C) ત્રણ (D) બે			
23	ઘઉંમાં લગભગ કેટલા ટકા પ્રોટીન છે. (A) 10 થી 13 (B) 11 થી 14 (C) 12 થી 13 (D) 10 થી 14			
24	ઘઉંમાં કયા વિશેષ પ્રકારના પ્રોટીનને લીધે લોટને ચીકણાપણા અને લચીલાપણાનો ગુણ પ્રદાન કરે છે. (A) ગ્લૂટીન (B) ગ્લુકોઝ (C) ગ્લૂરીન (D) અઘૂલન શીલ			
25	ગ્લોએડિન કણકને કયો ગુણ પ્રદાન કરે છે. (A) ફૂલવાનો (B) ખેંચવાનો (C) ચીકણો (D) એક પણ નહિ			
26	બજારમાં જૂના ચોખા નવા ચોખા કરતાં કેવા હોય છે. (A) સોધા (B) સસ્તા (C) મોંઘા (D) ઓછા			
27	માત્ર પોલિશ કરેલા ચોખા જ મુખ્ય ભોજન હોય છે. ત્યાં કયો રોગ થવાની સંભાવના ઘણી વધારે છે. (A) સુકતાન (B) પેલોગ્રા (C) રંતાઘળાપણું (D) બેરી-બેરી			
28	રાગી મુખ્ય રૂપે કઈ જગ્યાએ ઉગાડવામાં આવે છે. (A) પૂર્વ (B) પશ્ચિમ (C) ઉત્તર (D) દક્ષિણ			
29	કેલ્શિયમનો સર્વોત્તમ સ્ત્રોત કયો છે. (A) રાગી (B) ઘઉં (C) મકાઈ (D) બાજરી			
30	બટાકામાં કયા વિટામીન ઘણી માત્રામાં હોય છે. (A) વિટામીન-A (B) વિટામીન-C (C) વિ.કે. (D) વિ-B ₁			
31	આપણા દેશમાં વસા મુખ્ય રૂપે શેમાંથી પ્રાપ્ત થાય છે. (A) તેલીબિયા (B) ફળો (C) શાકભાજી (D) એક પણ નહિ			
32	મગફળીને ભારતમાં સોળામી શતાબ્દીમાં કયા વ્યાપારીઓ લાવ્યા. (A) પોર્ટુગીઝ (B) ફિરંગીઓ (C) અંગ્રેજો (D) ડચ લોકો			
33	ખાંડની કેટલી શ્રેણીઓ છે. (A) બે (B) ત્રણ (C) ચાર (D) પાંચ			
34	પ્રવાહી ગ્લુકોઝમાં કેટલા પ્રતિશત પાણી છે. (A) 10 (B) 12 (C) 15 (D) 20			
35	ગ્લુકોઝ અને ખાંડ શરીરમાં કેવું કાર્ય કરે છે. (A) એક સરખું (B) સરખું (C) જુદું જુદું (D) એક પણ નહિ			
36	_____ નું મુખ્ય યોગદાન ઉર્જા પ્રદાન કરવાનું છે. (A) ખાંડ (B) ગોળ (C) તેલ (D) દૂધ			
37	ભારતમાં મોટાભાગે ગોળ શેના રસમાંથી બનાવવામાં આવે છે. (A) નારિયેળનાંગર (B) ખજૂર (C) શેરડી (D) સાબુદાણા			

38	ભારતમાં બનાવવામાં આવતું મધ તેમાં કેટલા ટકા પાણી અને કાર્બોહિદ્રેટ પદાર્થો હોય છે. (A) 20-80 (B) 30-70 (C) 40-80 (D) 25-60
39	મીઠા સ્વાદ ઉત્પન્ન કરનારામાં સૌથી જૂનો સૌથી વધુ વપરાતો પદાર્થ કયો છે. (A) ગ્લુકોઝ (B) સેકેરીન (C) સુક્રોઝ (D) ફ્રુક્ટોઝ
40	ઉત્તરમાં કઈ અધિક દાળનો ઉપયોગ થાય છે. (A) અડદ તથા મસૂર (B) તુવેરની દાળ (C) મગની દાળ-મસૂરની દાળ (D) વાલની દાળ
41	દક્ષિણમાં સંભાર તથા રસમ બનાવવા માટે કઈ દાળ વધુ પ્રચલિત છે. (A) મગની (B) તુવેર (C) વાલની (D) અડદ
42	આણંદમાં કઈ ડેરી આવેલી છે. (A) સૂમુલ (B) દૂધ ધારા (C) અમૂલ (D) મધર ડેરી
43	ભારતમાં ઉપયોગમાં આવતું દૂધ લગભગ કેટલા ટકા ગાય તથા ભેંસનું હોય છે. (A) 60 (B) 70 (C) 80 (D) 90
44	ગાયના દૂધમાં લગભગ કેટલા ટકા વસા હોય છે. (A) 4.5 (B) 5 (C) 6 (D) 7.5
45	દૂધમાંથી બનતો કયો ખાદ્ય પદાર્થ આપણા દેશમાં વધુ પ્રચલિત છે. (A) પનીર (B) ચીઝ (C) માખણ (D) દહીં
46	ભેંસના દૂધમાંથી બનેલો માવો કેવો હોય છે. (A) સુંવાળો અને નરમ (B) કઠણ (C) ઘટ્ટ (D) ઢીલો
47	દૂધમાંથી પાણી કાઢી તેનું વજન ઓછું કરવા માટે શું બનાવવામાં આવે છે. (A) પનીર (B) દૂધનો પાવડર (C) ચીઝ (D) બટર
48	શેમાંથી મળતા માંસને પોર્ક કહેવામાં આવે છે. (A) ગાય (B) ભેંસ (C) સુવર (D) બકરી
49	માછલી _____ નો એક અતિ ઉત્તમ સ્ત્રોત છે. (A) પ્રોટીન (B) વિ. A (C) વિ. D (D) કેલ્શિયમ
50	મોટા ભાગે સૂકામેવામાં અધિક માત્રામાં શું હોય છે, જેનાથી આપણને સારા પ્રમાણમાં શક્તિ મળે છે. (A) પ્રોટીન (B) કાર્બોહિદ્રેટ (C) આર્ચન (D) આયોડિન
51	આપણા દેશમાં શાકભાજી લગભગ કેટલા લાખ હેક્ટરમાં ઉગાડવામાં આવે છે. (A) 3 લાખ (B) 4 લાખ (C) 5 લાખ (D) 7 લાખ
52	ભારતમાં શાકભાજી સારા પ્રમાણમાં કેવા હોય છે. (A) ભારે (B) મધ્યમ (C) સસ્તા (D) મોંઘા
53	ભારતમાં મોટા ભાગના સંતરાં કઈ જગ્યાએ મોકલવામાં આવે છે. (A) મધ્યપ્રદેશમાં નાગપુર (B) તામિલનાડું (C) કર્ણાટક (D) કેરલ
54	કચ્છના રણ વિસ્તારમાંથી ભૂમિગત ઝરણાઓમાંથી મળતું મીઠું. (A) ક્યાર મીઠું (B) રેશ્ટા મીઠું (C) પેન મીઠું (D) બારાગારા મીઠું
55	અંગ્રેજ લોકો કઈ સાલમાં ચાને ભારતમાં લાવ્યા (A) ઈ.સ. 1830 (B) ઈ.સ. 1831 (C) ઈ.સ. 1834 (D) ઈ.સ. 1835
56	ચા કઈ જગ્યાએ ઉગાડવામાં આવતી. (A) આસામની ખાડી (B) દાર્જિલિંગ અને નીલગિરીના પર્વતો (C) સાપુતારાના પર્વતો (D) આસામના પર્વતો
57	કઈ સદીમાં કોફી યુરોપ થઈ ઇંગ્લેન્ડ પહોંચી. (A) 16 (B) 17 (C) 18 (D) 19
58	ભારતીય માનક પ્રમાણ સંસ્થાનું પ્રમાણપત્ર કોટિ માર્કાના વિકલ્પ તરીકે ગણાય છે. (A) આઈ.એસ.આઈ. (B) બી.એસ.આઈ. (C) સી.એમ.એફ (D) આઈ.એસ.સી.
59	_____ ખોરાકને ખમીરીકૃત કરે છે. (A) બેક્ટેરિયા (B) યિસ્ટ (C) ફુગ (D) લીલ
60	નાના સૂક્ષ્મજીવો વિભિન્ન આકારના હોય છે. (A) બેક્ટેરિયા (B) ફુગ (C) યિસ્ટ (D) સૂક્ષ્મજીવો

61	ઉકાળેલા દૂધને સામાન્ય તાપમાન પર કેટલા કલાક સુધી રાખી શકાય છે. (A) 8 થી 10 (B) 6 થી 12 (C) 7 થી 11 (D) 9 થી 12
62	પી.એફ.એ. અધિનિયમ કાયદો કઈ સાલમાં લાગુ કરવામાં આવેલો છે. (A) જૂન 1955 (B) જુલાઈ 1959 (C) જૂન 1960 (D) જુલાઈ 1957
63	કયા વર્ષ સુધીના કાળને શાળાપૂર્વ વર્ષ કહેવાય છે. (A) 1 થી 2 (B) 1 થી 4 (C) 1 થી 5 (D) 1 થી 6
64	જન્મ પછીના અમુક મહિનાઓ સુધી માનું દૂધ જ શિશુને આવશ્યક લગભગ બધા જ _____ પ્રદાન કરે છે. (A) પોષક ઘટકો (B) વિટામીન (C) ચરબી (D) પ્રોટીન
65	માનું દૂધ શિશુઓ માટે કયો આહાર છે. (A) સર્વોત્તમ (B) મહત્તમ (C) ઉત્તમ (D) એક પણ નહિ
66	કયો સમય પૂરક આહારની શરૂઆત કરણ માટે ઉચિત સમય ગણાય છે. (A) 2 થી 3 (B) 4 થી 6 (C) 5 થી 6 (D) 3 થી 5
67	એ.આર.એફ. અંકુરિત દાણાઓમાંથી બનેલો પાવડર છે. આ પાવડરમાં બહુ સારા પ્રમાણમાં અમાઈલેઝ નામનું શું હોય છે. (A) વિ. C (B) થાયમિન (C) એનઝાઈમ (D) વિટામીન ડી
68	કેટલા મહિનાની આસપાસ શિશુના દાંત ફૂટવાના શરૂ થઈ જાય છે. (A) 6 (B) 7 (C) 8 (D) 5
69	ઉત્તર ભારતમાં અધિક પ્રયોગમાં શું લેવાતું એક બહુ મિશ્રણ છે. (A) દાળ (B) થેપલા (C) પૂરી (D) ખીચડી
70	એક સમયે શિશુને કેટલો આહાર આપવો જોઈએ. (A) વધારે (B) ઓછો (C) ખાઈ શકે તેટલો (D) મધ્યમ
71	દૂધ સ્ત્રાવી અસમર્થતાની સ્થિતિમાં બાળકને કોનું દૂધ આપવું સૌથી સારુ હોય છે. (A) બકરી (B) ઊંટ (C) ભેંસ (D) ગાય
72	6 મહિના પછી કેટલા મિલી-ગ્રામ દૂધ લગભગ આપવું જોઈએ. (A) 175-200 (B) 160-200 (C) 170-300 (D) 180-200
73	જો આર્થિક સામર્થ્ય હોય તો રોજનું લગભગ કેટલા ગ્લાસ સ્કૂલે જતાં બાળકને આપી શકાય. (A) ½ ગ્લાસ (B) 1 ગ્લાસ (C) 2 ગ્લાસ (D) ત્રણ ગ્લાસ
74	10 વર્ષ થી 18 વર્ષના ગાળામાં શરીરનું વજન લગભગ કેટલું થઈ જાય છે. (A) બમણું (B) અડધું (C) તેટલુંજ (D) એક પણ નહિ
75	બાળક તથા કિશોરોને _____ વ્યંજનોનું સેવન ન કરવું જોઈએ. (A) ઉર્જા પ્રદાન કરતાં (B) ગરમ (C) ઠંડા (D) વધારે તીવ્ર ઉર્જા વાળા
76	વિટામિન એ.ડી.ઈ. અને કે કયા દ્રાવ્ય વિટામીન છે. (A) પાણી દ્રાવ્ય (B) ચરબી દ્રાવ્ય (C) જલ દ્રાવ્ય (D) એક પણ નહિ
77	વિટામીન એ અથવા રેટિનોલ કયા ખાદ્યપદાર્થોમાંથી જ પ્રાપ્ત થાય છે. (A) પ્રાણીજન્ય (B) વનસ્પતિજન્ય (C) ચરબી જન્ય (D) એક પણ નહિ
78	પીળા અને કેસરી રંગના શાકભાજી જેવા કે ગાજર, કોળું વગેરેમાં અધિક માત્રામાં શું હોય છે. (A) કેરોટિનાઈડ (B) કેરોટીનોઈડ (C) બીટા કેરોટીન (D) કેરોટીન
79	સામાન્ય દૈનિક માટે કયું વિટામીન અતિ આવશ્યક છે. (A) વિટામીન K (B) વિટામીન B (C) વિટામીન D (D) વિટામીન A
80	કયાં વિટામીનોની ઉણપના લીધે હાડકાંઓનો સંપૂર્ણ વિકાસ થઈ શકતો નથી. (A) વિટામીન A (B) કેલ્શિયમ (C) ફોસ્ફરસ (D) વિટામીન D
81	આહારમાં રહેલું વિટામીન ડી ચરબીની સાથે કઈ જગ્યામાં અવશોષિત થઈ જાય છે. (A) મોટા આંતરડામાં (B) નાના આંતરડામાં (C) હાડકા (D) બરોળ
82	આખું અનાજ તથા કઠોળ કોના સારા સ્ત્રોત ગણાય છે. (A) ફોસ્ફરસ (B) આયોડીન (C) થાયમીન (D) કેલ્શિયમ
83	કયું વિટામીન વનસ્પતિજન્ય તેમજ પશુજન્ય ખાદ્ય પદાર્થમાં વ્યાપક રૂપમાં જોવા મળે છે.

	(A) વિટામીન B ₁ (B) વિટામીન B ₂ (C) વિટામીન B ₁₂ (D) એક પણ નહિ
84	ફોલિક એસિડ નું મહત્વપૂર્ણ કાર્ય કયું છે. (A) શ્વેતકણો બનાવવાનું (B) માંસપેશી (C) રક્ત નિર્માણ (D) ત્રણેય
85	વિટામીન સી એક કયા વિશેષ પ્રકારના પ્રોટીન નિર્માણ માટે આવશ્યક છે. (A) કોલેજન (B) ફર્સ્ટ ક્લાસ (C) સેકન્ડ ક્લાસ (D) ઉત્તમ પ્રકારના પ્રોટીન
86	મનુષ્ય શરીરમાં લગભગ કેટલા ખનિજક્ષારો ભિન્ન ભિન્ન માત્રામાં જોવા મળે છે. (A) 15 (B) 16 (C) 18 (D) 19
87	ખનિજ લવણોની માત્રા આપણા શરીરમાં ખૂબ ઓછી હોય છે, તથા એ શરીરના કુલ વજનના કેટલા ટકા જેટલું જ હોય છે. (A) 1-2 ટકા (B) 3-4 ટકા (C) 4-5 ટકા (D) 4-6 ટકા
88	તે એવા પદાર્થના નિર્માણમાં સહાયક બને છે. જે લોહીમાં ચરબીના સંવહન માટે મદદ કરે છે. (A) ફોસ્ફરસ (B) કલોરાઈડ (C) મેગ્નેશિયમ (D) પોટેશિયમ
89	કયા ખનિજક્ષારો છે જે આપણા શરીરમાં સૌથી અધિક માત્રામાં આવેલા હોય છે. (A) કેલ્શિયમ અને ફોસ્ફરસ (B) આયોડીન અને ઝીંક (C) લોહતત્વ તાબું (D) સોડિયમ અને કલોરાઈડ
90	શરીરમાં લગભગ કેટલા ગ્રામ કલોરાઈડ હોય છે. (A) 80 (B) 100 (C) 90 (D) 70
91	આપણા શરીરમાં કેલ્શિયમની માત્રા લગભગ કેટલા ગ્રામ હોય છે. (A) 800 (B) 900 (C) 1000 (D) 1200
92	___ રક્તમાં ઉપસ્થિત એક લાખ રંગના યૌગિક હિમોગ્લોબિન નું મુખ્ય અંગ છે. (A) લોહતત્વ (B) આર્ચન (C) પ્રોટીન (D) મેગ્નેશિયમ
93	ઓક્સિજનને શરીરમાં વિભિન્ન અંગોમાં લઈ જવા માટે અતિ આવશ્યક છે. (A) હિમોગ્લોબિન (B) લોહતત્વ (C) વિ.ડી. (D) વિ.કે.
94	જેટલો વધારે શ્રમ કરવામાં આવે તેટલી ઉર્જાની દૈનિક આવશ્યકતા કેટલી રહે છે. (A) ઓછી (B) વધારે (C) જેટલી હોય તેટલી જ (D) એક પણ નહિ
95	વિટામીન એનું પૂરોગામીરૂપ કયું છે. (A) થાયામીન (B) વિ. B (C) કેરોટીન (D) એકપણ નહિ
96	આહારમાં કોનું મિશ્રણ કરવાથી પ્રોટીનની ગુણતામાં સુધારો લાવી શકાય છે. (A) ફળ-શાકભાજી (B) શાકભાજી-કઠોળ (C) શાકભાજી-અનાજ (D) અનાજ તથા કઠોળ
97	કઠોળમાં ખાસ કરીને કયા ખાદ્યપદાર્થમાં પ્રોટીન અધિક માત્રામાં મળે છે. (A) સોયાબીન (B) ચણા (C) મસૂર (D) મગ
98	બધા પ્રકારનાં પ્રોટીન કેટલા એમિનો એસિડથી બનેલન હોય છે. (A) 11 (B) 22 (C) 33 (D) 44
99	પ્રોટીનમાં એમિનો એસિડ કયા બંધથી જોડાયેલા હોય છે. (A) હાઈડ્રોજન (B) નાઈટ્રોજન (C) પેપ્ટાઈડ (D) એક પણ નહિ
100	વસા અમ્લ તથા ગ્લિસરોલ નાના આંતરડાના કોષોમાંથી શેમાં ભળે છે. (A) પિત્તરસ (B) માંસપેશી (C) પાણી (D) લોહી