

ਬੀ.ਐਸ.ਸੀ. ਹੋਮ ਸਾਇੰਸ ਭਾਗ-ਪਹਿਲਾ (ਸਮੈਸਟਰ)

(ਪੰਜਾਬੀ ਲਾਜ਼ਮੀ)

2020-21, 2021-22 ਅਤੇ 2022-23 ਸੈਸ਼ਨ ਲਈ

ਸਮੈਸਟਰ ਪਹਿਲਾ

ਕੁਲ ਅੰਕ : 100

ਵਿਸ਼ੇ ਵਿਚੋਂ ਪਾਸ ਹੋਣ ਲਈ ਅੰਕ : 35

ਅੰਦਰੂਨੀ ਮੁਲਾਂਕਣ : 25 ਅੰਕ

ਅੰਦਰੂਨੀ ਮੁਲਾਂਕਣ ਵਿਚੋਂ ਪਾਸ ਹੋਣ ਲਈ ਅੰਕ : 09

ਬਾਹਰੀ ਪਰੀਖਿਆ: 75 ਅੰਕ

ਬਾਹਰੀ ਪਰੀਖਿਆ ਵਿਚੋਂ ਪਾਸ ਹੋਣ ਲਈ ਅੰਕ : 26

ਸਮਾਂ : 3 ਘੰਟੇ

(ਅਧਿਆਪਨ: 50 ਪੀਰੀਅਡ, 6 ਪੀਰੀਅਡ ਪ੍ਰਤੀ ਹਫ਼ਤਾ)

ਪਾਠਕ੍ਰਮ ਤੇ ਪਾਠ ਪੁਸਤਕਾਂ

ਭਾਗ-ੳ ਖ਼ੁਸ਼ਬੂ ਤੇ ਮਾਰੀਆ (ਕਹਾਣੀ ਸੰਗ੍ਰਹਿ) ਕਾਨਾ ਸਿੰਘ, ਪੰਜਾਬੀ ਸਭਿਆਚਾਰ ਕੇਂਦਰ, ਦਿੱਲੀ ਤੇ ਚੇਤਨਾ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਨ, ਲੁਧਿਆਣਾ 10+10=20 ਅੰਕ

ਭਾਗ-ਅ : ਅ (1) ਨਿਬੰਧ-ਰਚਨਾ : ਪਰੰਪਰਕ ਭੋਜਨ ਦੇ ਸਰੂਪ ਤੇ ਮਹੱਤਵ, ਪੰਜਾਬੀ ਭੋਜਨ ਪ੍ਰਬੰਧ, ਸਰੀਰਕ ਤੇ ਮਾਨਸਿਕ ਵਿਕਾਸ ਤੇ ਭੋਜਨ, ਭੋਜਨ-ਸਭਿਆਚਾਰ, ਘਰੇਲੂ ਵਿੱਤ ਪ੍ਰਬੰਧ, ਘਰੇਲੂ ਉਤਪਾਦਨ, ਘਰੇਲੂ ਕੰਮ ਵੰਡ, ਘਰੇਲੂ ਸਾਜ-ਸੱਜਾ, ਘਰੇਲੂ ਬਗੀਚੀ, ਘਰ ਦੀ ਵਿਉਂਤਬੰਦੀ ਆਦਿ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਉੱਤੇ ਨਿਬੰਧ ਰਚਨਾ। 10 ਅੰਕ

ਅ (2) ਗ੍ਰਹਿ ਵਿਗਿਆਨ ਦੀ ਤਕਨੀਕੀ ਸ਼ਬਦਾਵਲੀ: (i) ਗ੍ਰਹਿ ਵਿਗਿਆਨ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਤਕਨੀਕੀ ਸ਼ਬਦਾਵਲੀ ਦਾ ਅਨੁਵਾਦ, ਵਿਆਖਿਆ ਅਤੇ ਵਾਕ-ਨਿਰਮਾਣ (100 ਸ਼ਬਦ) 10 ਅੰਕ

(ii) ਗ੍ਰਹਿ-ਵਿਗਿਆਨ ਦੇ ਅਧਿਐਨ ਵਿਚ ਮਾਤ ਭਾਸ਼ਾ ਦੇ ਮਹੱਤਵ, ਗ੍ਰਹਿ ਵਿਗਿਆਨ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਪਰੰਪਰਕ ਸ਼ਬਦਾਵਲੀ, ਨਵੇਂ ਭੋਜਨ ਪਦਾਰਥਾਂ ਤੇ ਸੰਦਾਂ ਦੇ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਸ਼ਬਦਾਂ ਲਈ ਨਵੇਂ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੀ ਘਾੜਤ, ਸ਼ਬਦ ਉਧਾਰ (ਤੱਤਸਮ ਤੇ ਤਦਭਵ) ਸ਼ਬਦਜੋੜਾਂ ਅਤੇ ਉਚਾਰਣਾਂ ਦਾ ਨਿਰਧਾਰਣ ਜਾਂ ਟਕਸਾਲੀਕਰਨ ਦੇ ਮਸਲੇ। 05 ਅੰਕ

ਭਾਗ-ੲ: ਭਾਗ-ੳ ਅਤੇ ਭਾਗ-ਅ ਦੇ ਤਕਨੀਕੀ ਸ਼ਬਦਾਵਲੀ ਵਾਲੇ ਭਾਗ ਵਿਚੋਂ ਸੰਖੇਪ ਉਤਰਾਂ ਵਾਲੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨ। 30 ਅੰਕ

ਅੰਕ-ਵੰਡ ਅਤੇ ਪੇਪਰ ਸੈਂਟਰ ਲਈ ਹਦਾਇਤਾਂ:

1. ਪਾਠਕ੍ਰਮ ਦੇ ਦੋ ਭਾਗ ਲ਼ ਤੇ ਅ ਹਨ ਪਰ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਪੱਤਰ ਨੂੰ ਤਿੰਨ ਭਾਗਾਂ ਲ਼, ਅ ਤੇ ਲ ਵਿਚ ਵੰਡਿਆ ਜਾਵੇਗਾ।
2. ਭਾਗ ਲ਼ ਵਿੱਚੋਂ: (i) ਕਿਸੇ ਕਹਾਣੀ ਦਾ ਵਿਸ਼ਾ/ਸਾਰ/ਕਥਾਨਕ/ ਪਾਠਕ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵ (ਤਿੰਨ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ) 10 ਅੰਕ  
(ii) ਪਾਤਰ ਚਿਤਰਨ (ਚਾਰ ਵਿੱਚੋਂ ਦੋ) 2X5=10 ਅੰਕ
4. ਭਾਗ ਅ-1 ਕਿਸੇ ਵਿਸ਼ੇ ਤੇ ਨਿਬੰਧ ਲਿਖਣ ਲਈ ਕਿਹਾ ਜਾਵੇਗਾ। (ਤਿੰਨ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ) 10 ਅੰਕ
- ਅ-2 ਦੇ ਉਪਭਾਗ (i) ਵਿਚ 10 ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਿਚੋਂ 5 ਸ਼ਬਦਾਂ ਦਾ ਅਨੁਵਾਦ, ਵਿਆਖਿਆ ਤੇ ਵਾਕਾਂ ਵਿਚ ਵਰਤੋਂ। 10 ਅੰਕ  
ਅ-2 ਦੇ ਉਪਭਾਗ (ii) ਵਿਚੋਂ ਦੋ ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਂ ਵਿਚੋਂ ਇੱਕ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਦਾ ਉੱਤਰ ਲਿਖਣ ਲਈ ਕਿਹਾ ਜਾਵੇਗਾ। 05 ਅੰਕ
5. ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਪੱਤਰ ਦੇ ਭਾਗ-ੲ ਵਿਚ ਪਾਠਕ੍ਰਮ ਦੇ ਭਾਗ ਲ਼ (ਕਹਾਣੀ-ਸੰਗ੍ਰਹਿ) ਅਤੇ ਭਾਗ ਅ-2 ਵਿੱਚੋਂ ਸੰਖੇਪ ਉੱਤਰਾਂ ਵਾਲੇ 15 (ਪਾਠ ਪੁਸਤਕ ਖ਼ੁਸ਼ਬੂ ਤੇ ਮਾਰੀਆ ਵਿੱਚੋਂ 10 ਅਤੇ ਭਾਗ ਅ-2 ਵਿੱਚੋਂ 5) ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਪੁੱਛੇ ਜਾਣਗੇ। ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨੇ ਸਾਰੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਂ ਦੇ ਸੰਖੇਪ ਉੱਤਰ ਦੇਣੇ ਹੋਣਗੇ। ਹਰੇਕ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਦੇ 2 ਅੰਕ ਹੋਣਗੇ। 15x2=30 ਅੰਕ

*(Handwritten signature)*

ਗ੍ਰਹਿ ਵਿਗਿਆਨ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਸੰਕਲਪੀ/ਤਕਨੀਕੀ ਸ਼ਬਦਾਵਲੀ

1. Acetic acid: ਸਿਰਕਾ
2. Adoption: ਗੋਦ ਲੈਣਾ
3. Adulterant: ਮਿਲਾਵਟੀ ਪਦਾਰਥ
4. Alternative reproductive methods: ਗਰਭ ਧਾਰਨ ਦੇ ਬਦਲਵੇਂ ਢੰਗ
5. Aluminium foil: ਐਲੂਮੀਨੀਅਮ ਫੋਇਲ
6. Anemia: ਖੂਨ ਦੀ ਕਮੀ
7. Antioxidants: ਅੰਕਸੀਕਰਨ ਵਿਰੋਧੀ ਕਾਰਕ
8. Anti-rachitic: ਸੋਕਾ ਵਿਰੋਧੀ
9. Appropriate pH: ਖਾਰ ਜਾਂ ਤੇਜਾਬ ਦਾ ਸੰਤੁਲਨ
10. Artificial insemination: ਸੁੱਕਰਾਣੂ ਦਾਨ
11. Asepsis: ਜੀਵਾਣੂ ਰਹਿਤ ਸਥਿਤੀ
12. Auto fermentation: ਸਵੈ-ਖਮੀਰੀਕਰਨ
13. Bacteria: ਕੀਟਾਣੂ
14. Baking: ਭੱਠੀ ਵਿਚ ਪਕਾਉਣਾ
15. Balanced diet: ਸੰਤੁਲਿਤ ਭੋਜਨ
16. Birth process: ਜਨਮ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ
17. Blanching: ਬਲਾਂਚ ਕਰਨਾ
18. Bland diet: ਰੋਸ਼ੇ ਤੇ ਮਸਾਲੇ ਰਹਿਤ ਖੁਰਾਕ
19. Boiling: ਉਬਾਲਣਾ
20. Brine: ਨਮਕ ਦਾ ਘੋਲ
21. Calcium: ਕੈਲਸ਼ੀਅਮ
22. Carbohydrates: ਕਾਰਬੋਹਾਈਡ੍ਰੇਟ
23. Cardiovascular disease: ਦਿਲ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ
24. Carotene: ਕੈਰੋਟੀਨ
25. Catalyst: ਉੱਤਪ੍ਰੇਰਕ
26. Chicken pox: ਛੋਟੀ ਮਾਤਾ
27. Child birth: ਜਣੇਪਾ
28. Chilling: ਠੰਡਾ ਕਰਨਾ
29. Chlorophyll: ਕਲੋਰੋਫਿੱਲ
30. Chromosome: ਗੁਣਸੂਤਰ
31. Citric acid: ਨਿੰਬੂ ਦਾ ਸਤ
32. Cognitive milestones: ਬੌਧਿਕ ਵਿਕਾਸ ਪੜਾਅ
33. Communication milestones: ਸੰਚਾਰ ਨਿਪੁੰਨਤਾ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਪੜਾਅ
34. Conception: ਗਰਭ-ਧਾਰਨ
35. Conjunctivitis: ਅੱਖਾਂ ਦਾ ਸੰਕ੍ਰਮਣ
36. Constipation: ਕਬਜ਼
37. Cooking: ਪਕਾਉਣਾ
38. Deficiency of fat: ਚਿਕਨਾਈ ਦੀ ਘਾਟ
39. Dehydration: ਪਾਣੀ ਦੀ ਕਮੀ
40. Dementia: ਮਾਨਸਿਕ ਪਰੇਸ਼ਾਨੀ ਜਾਂ ਡਿਮੈਂਸ਼ੀਆ
41. Detoxification: ਜ਼ਹਿਰੀਲੇ ਤੱਤਾਂ ਦਾ ਨਾਸ
42. Diabetes mellitus: ਸੱਕਰ ਰੋਗ
43. Diarrhoea: ਦਸਤ
44. Diet therapy: ਖੁਰਾਕੀ ਉਪਚਾਰ
45. Dietary allowance: ਭੋਜਨ-ਮਾਤਰਾ
46. Dietary fibre: ਖੁਰਾਕੀ ਰੋਸ਼ਾ ਜਾਂ ਫੇਕ
47. Dietary modifications: ਖੁਰਾਕੀ ਤਬਦੀਲੀਆਂ
48. Diphtheria: ਡਿਫਥੀਰੀਆ
49. Drying/ dehydration: ਸੁਕਾਉਣਾ/ ਨਿਜਲੀਕਰਨ
50. Embryo: ਭਰੂਣ
51. Essential body compounds: ਲਾਜ਼ਮੀ ਸਰੀਰਕ ਯੋਗਿਕ
52. Fallopian tubes: ਡਿੰਬਵਾਹੀ ਨਲੀ
53. Fat soluble Vitamins: ਚਿਕਨਾਈ ਵਿਚ ਘੁਲਣਸ਼ੀਲ ਵਿਟਾਮਿਨ

*ਸੁਕ*

54. Fats: ਚਿਕਨਾਈ
55. Feeding:
56. Fermentation: ਖਮੀਰੀਕਰਨ
57. Fever: ਬੁਖਾਰ
58. Filtration: ਪੁਣਨਾ
59. Florien: ਫਲੋਰੀਨ
60. Fluids: ਤਰਲ ਪਦਾਰਥ
61. Foetus: ਫੀਟਸ, ਉੱਤਰ-ਭਰੂਣ (ਚਾਰ ਮਹੀਨੇ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦੀ ਗਰਭ-ਅਵਸਥਾ)
62. Folic acid: ਫੋਲਿਕ ਐਸਿਡ
63. Food adulteration: ਭੋਜਨ ਵਿਚ ਮਿਲਾਵਟ
64. Food hygiene and sanitation: ਭੋਜਨ ਸਾਫ਼ ਸਫ਼ਾਈ
65. Food poisoning: ਭੋਜਨ ਜ਼ਹਿਰਵਾ
66. Food preparation: ਭੋਜਨ ਪਕਾਉਣਾ
67. Food preservation: ਭੋਜਨ ਸੰਭਾਲ
68. Food safety: ਭੋਜਨ ਸੁਰੱਖਿਆ
69. Food selection: ਭੋਜਨ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਚੋਣ
70. Food storage: ਭੋਜਨ ਭੰਡਾਰਨ
71. Fortification: ਪੋਸਟਿਕਤਾ ਵਧਾਉਣਾ
72. Freezing: ਜਮਾਉਣਾ
73. Full fluid diet: ਅਣਨਿੱਤਰੀ ਤਰਲ ਖੁਰਾਕ
74. Full term babies: ਪਰਪੱਕ ਬੱਚੇ
75. Functional foods: ਪ੍ਰਕਾਰਜੀ ਭੋਜਨ
76. Gamete intra-fallopian transfer (GIFT): ਗੇਮੀਟ ਇੰਟਰਾ ਫੈਲੋਪੀਅਨ ਤਬਾਦਲਾ
77. Gametes: ਵੀਰਜ-ਅਣੂ
78. Gastroenteritis: ਪੇਟ ਵਿਚ ਸੰਕ੍ਰਮਣ
79. Genes: ਵੰਸ਼ਾਣੂ
80. Geriatrics: ਬਜ਼ੁਰਗਵਾਰ ਇਨਸਾਨ
81. Germination: ਪੁੰਗਰਾਉਣਾ
82. Goitre: ਗਿੱਲ੍ਹੜ
83. Grilling/ Broiling/ Braising: ਸੈਕਣਾ
84. Haemoglobin: ਹੀਮੋਗਲੋਬਿਨ ਜਾਂ ਲਾਲਰਕਤਬੀਜ
85. Heartbeat: ਦਿਲ ਦੀ ਧੜਕਨ
86. Hepatitis A: ਹੈਪੇਟਾਈਟਸ ਏ
87. Hepatitis B: ਹੈਪੇਟਾਈਟਸ ਬੀ
88. High calcium diet: ਵੱਧ ਕੈਲਸ਼ੀਅਮ ਵਾਲੀ ਖੁਰਾਕ
89. High calories or low calories diet: ਵੱਧ ਜਾਂ ਘੱਟ ਖੱਟ ਉਰਜਾ ਵਾਲੀ ਖੁਰਾਕ
90. High carbohydrate or low carbohydrate diet: ਵੱਧ ਜਾਂ ਘੱਟ ਕਾਰਬੋਜ਼ ਵਾਲੀ ਖੁਰਾਕ
91. High fat and low fat diets: ਵੱਧ ਜਾਂ ਘੱਟ ਚਿਕਨਾਈ ਵਾਲੀ ਖੁਰਾਕ
92. High fiber and low fiber diets: ਵੱਧ ਜਾਂ ਘੱਟ ਰੇਸ਼ੇ ਵਾਲੀ ਖੁਰਾਕ
93. Hypertension: ਉੱਚ ਰਕਤ ਦਬਾਅ
94. Immunity: ਰੋਗ ਪ੍ਰਤਿਰੋਧਨ ਸ਼ਕਤੀ
95. In vitro fertilization: ਇਨਵਿਟਰੋ ਨਿਸ਼ੇਚਨ
96. Incidental adulterants: ਇਤਫ਼ਾਕੀਆ ਮਿਲਾਵਟੀ ਪਦਾਰਥ
97. Infant stimulation: ਬਾਲ ਪ੍ਰੇਰਣਾ
98. Infection: ਸੰਕ੍ਰਮਣ
99. Iodine: ਆਇਉਡੀਨ
100. Kwashiorkor: ਕਵਾਸ਼ੀਓਰਕੋਰ



ਬੀ.ਐਸ.ਸੀ. ਹੋਮ ਸਾਇੰਸ ਭਾਗ-ਪਹਿਲਾ (ਸਮੈਸਟਰ)

(ਪੰਜਾਬੀ ਲਾਜ਼ਮੀ)

2020-21, 2021-22 ਅਤੇ 2022-23 ਸੈਸ਼ਨ ਲਈ

ਸਮੈਸਟਰ ਦੂਜਾ

ਕੁਲ ਅੰਕ : 100

ਵਿਸ਼ੇ ਵਿੱਚੋਂ ਪਾਸ ਹੋਣ ਲਈ ਅੰਕ : 35

ਅੰਦਰੂਨੀ ਮੁਲਾਂਕਣ : 25 ਅੰਕ

ਅੰਦਰੂਨੀ ਮੁਲਾਂਕਣ ਵਿੱਚੋਂ ਪਾਸ ਹੋਣ ਲਈ ਅੰਕ : 09

ਬਾਹਰੀ ਪਰੀਖਿਆ: 75 ਅੰਕ

ਬਾਹਰੀ ਪਰੀਖਿਆ ਵਿੱਚੋਂ ਪਾਸ ਹੋਣ ਲਈ ਅੰਕ : 26

ਸਮਾਂ : 3 ਘੰਟੇ

(ਅਧਿਆਪਨ: 50 ਪੀਰੀਅਡ, 6 ਪੀਰੀਅਡ ਪ੍ਰਤੀ ਹਫ਼ਤਾ)

**ਸਿਲੇਬਸ ਤੇ ਪਾਠ ਪੁਸਤਕਾਂ**

ਭਾਗ-ੳ: ਇੰਡ ਨਾ ਮਿਲੀਂ (ਕਾਵਿ-ਸੰਗ੍ਰਹਿ) ਪਾਲ ਕੋਰ, ਆਰਸੀ ਪਬਲਿਸ਼ਰਜ਼, ਦਿੱਲੀ, 1999 (ਇਹ ਕਿਤਾਬ ਪਾਲ ਕੋਰ ਦੀ ਕਿਤਾਬ 'ਹੁਣ ਤਕ' (ਸੰਪਾ. ਦੇਸ ਰਾਜ ਕਾਲੀ), ਦੀਪਕ ਪਬਲਿਸ਼ਰਜ਼, ਜਲੰਧਰ 2019 ਵਿਚ ਪੰਨਾ 217-261 ਤਕ ਸੰਕਲਿਤ ਹੈ) 10+10= 20 ਅੰਕ

ਭਾਗ-ਅ-1 ਗ੍ਰਹਿ ਵਿਗਿਆਨ ਬਾਰੇ ਪੈਰਾ ਰਚਨਾ/ਬਲੋਗ ਲੇਖਣ/ ਵਿਸ਼ਵਕੋਸ਼ੀ ਇੰਦਰਾਜ ਲਿਖਣ ਦੀ ਸਿਖਲਾਈ 10 ਅੰਕ

ਅ-2 (i) ਗ੍ਰਹਿ-ਵਿਗਿਆਨ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਤਕਨੀਕੀ ਸ਼ਬਦਾਵਲੀ (100 ਸ਼ਬਦ) ਅਨੁਵਾਦ ਤੇ ਵਾਕਾਂ ਵਿਚ ਵਰਤੋਂ। 10 ਅੰਕ

(ii) ਗ੍ਰਹਿ ਵਿਗਿਆਨ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਇੱਕ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਪੈਰੇ ਦਾ ਪੰਜਾਬੀ ਅਨੁਵਾਦ 05 ਅੰਕ

ਭਾਗ-ੲ: ਉਪਰੋਕਤ ਪਾਠਕ੍ਰਮ ਦੇ ਭਾਗ ੳ ਅਤੇ ਭਾਗ ਅ-2 (i) ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਸੰਖੇਪ ਉੱਤਰਾਂ ਵਾਲੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨ। 30 ਅੰਕ

**ਅੰਕ-ਵੰਡ ਅਤੇ ਪੇਪਰ ਸੈੱਟਰ ਲਈ ਹਦਾਇਤਾਂ**

1. ਪਾਠਕ੍ਰਮ ਦੇ ਦੋ ਭਾਗ ੳ ਤੇ ਅ ਹਨ ਪਰ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਪੱਤਰ ਨੂੰ ਤਿੰਨ ਭਾਗਾਂ ੳ, ਅ ਤੇ ਏ ਵਿਚ ਵੰਡਿਆ ਜਾਵੇਗਾ।

2. ਭਾਗ ੳ ਵਿੱਚੋਂ: (i) ਪ੍ਰਸੰਗ ਸਹਿਤ ਵਿਆਖਿਆ ਅਤੇ ਕੇਂਦਰੀ ਭਾਵ (ਤਿੰਨ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ) 10 ਅੰਕ

(ii) ਕਿਸੇ ਇੱਕ ਕਵਿਤਾ ਦਾ ਵਿਸ਼ਾ/ਕਵਿਤਾ ਵਿਚਲਾ ਨਾਰੀ-ਅਨੁਭਵ ਜਾਂ ਨਾਰੀ-ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ (ਤਿੰਨ ਵਿੱਚੋਂ ਦੋ) 10 ਅੰਕ

4. ਭਾਗ ਅ-1 ਵਿਚੋਂ ਤਿੰਨ ਵਿਸ਼ੇ ਦੇ ਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚੋਂ ਇੱਕ ਉੱਤੇ ਪੈਰਾ ਰਚਨਾ/ ਬਲੋਗ ਜਾਂ ਵਿਸ਼ਵਕੋਸ਼ੀ ਇੰਦਰਾਜ ਲਿਖਣ ਲਈ ਕਿਹਾ ਜਾਵੇਗਾ। (ਤਿੰਨ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ) 10 ਅੰਕ

ਅ-2 ਦੇ ਉਪਭਾਗ (i) ਵਿਚ 10 ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਿਚੋਂ 5 ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੇ ਅਨੁਵਾਦ, ਵਿਆਖਿਆ ਤੇ ਵਾਕਾਂ ਵਿਚ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨੀ।

10 ਅੰਕ

ਅ-2 ਦੇ ਉਪਭਾਗ (ii) ਵਿਚੋਂ ਦੋ ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਂ ਵਿਚੋਂ ਇੱਕ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਦਾ ਉੱਤਰ ਲਿਖਣ ਲਈ ਕਿਹਾ ਜਾਵੇਗਾ।

05 ਅੰਕ

5. ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਪੱਤਰ ਦੇ ਭਾਗ-ੲ ਵਿਚ ਪਾਠਕ੍ਰਮ ਦੇ ਭਾਗ ੳ (ਇੰਜ ਨਾ ਮਿਲੀਂ) ਅਤੇ ਭਾਗ ਅ-2 (i) ਵਿੱਚੋਂ ਸੰਖੇਪ ਉੱਤਰਾਂ ਵਾਲੇ 15 (ਪਾਠ ਪੁਸਤਕ ਇੰਜ ਨਾ ਮਿਲੀਂ ਵਿੱਚੋਂ 10 ਅਤੇ ਅ-2 (i) 5) ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਪੁੱਛੇ ਜਾਣਗੇ। ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨੇ ਸਾਰੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਂ ਦੇ ਸੰਖੇਪ ਉੱਤਰ ਦੇਣੇ ਹੋਣਗੇ। ਹਰੇਕ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਦੇ 2 ਅੰਕ ਹੋਣਗੇ। 15x2=30 ਅੰਕ



ਗ੍ਰਹਿ-ਵਿਗਿਆਨ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਤਕਨੀਕੀ/ਸੰਕਲਪੀ ਸ਼ਬਦਾਵਲੀ

1. Labour stage: ਪ੍ਰਸੂਤੀ ਅਵਸਥਾ
2. Lactating women: ਦੁੱਧ ਚੁੰਘਾਉਣ ਵਾਲੀ ਔਰਤ
3. Lactic acid: ਲੈਕਟਿਕ ਅਮਲ
4. Liquid diets: ਤਰਲ ਖੁਰਾਕ
5. Liver: ਜਿਗਰ
6. Low sodium diet: ਘੱਟ ਸੋਡੀਅਮ ਵਾਲੀ ਖੁਰਾਕ
7. Lubricant: ਚਿਕਨਾਹਟ ਦੇਣ ਵਾਲਾ
8. Macronutrients: ਦੀਰਘ ਪੋਸ਼ਕ ਤੱਤ ਜਾਂ ਮੈਕਰੋਨਿਊਟ੍ਰੀਐਂਟ
9. Malnutrition: ਕੁਪੋਸ਼ਣ
10. Marasmus: ਮਰਾਸਮਸ (ਕਰੰਗ ਹੋ ਜਾਣਾ)
11. Massaging: ਮਾਲਿਸ਼
12. Meal planning: ਭੋਜਨ ਵਿਉਂਤਬੰਦੀ
13. Measles: ਖਸਰਾ
14. Mechanical soft diet: ਚਬਾਉਣ ਲਈ ਨਰਮ ਖੁਰਾਕ
15. Menstruation: ਮਾਸਿਕ ਧਰਮ
16. Menu: ਮੀਨੂ ਜਾਂ ਭੋਜਨ-ਸੂਚੀ
17. Micronutrients: ਸੂਖਮ ਪੋਸ਼ਕ ਤੱਤ
18. Minerals: ਖਣਿਜ ਤੱਤ
19. Motherhood: ਮਾਤ੍ਰਿਤਵ
20. Mumps: ਕੰਨਪੇੜੇ
21. Mutual supplementation: ਆਪਸੀ ਪੂਰਕਤਾ
22. Night blindness: ਅੰਧਰਾਤਾ
23. Non-perishable food: ਖਰਾਬ ਨਾ ਹੋਣ ਵਾਲਾ ਭੋਜਨ
24. Nourishment: ਪੋਸ਼ਕ ਤੱਤ
25. Nutraceuticals: ਦਵਾ-ਭੋਜਨ (ਦਵਾਈ ਵਜੋਂ ਵਰਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਭੋਜਨ)
26. Nutrient density: ਪੋਸ਼ਕ ਘਣਤਾ
27. Nutrients: ਪੋਸ਼ਿਕ ਤੱਤ
28. Nutrition level: ਪੋਸ਼ਣ ਸਤਰ
29. Obesity: ਮੋਟਾਪਾ
30. Oral feeding: ਮੂੰਹ ਰਾਹੀਂ ਭੋਜਨ ਖਵਾਉਣਾ
31. Osmosis: ਪ੍ਰਾਸਰਨੀ ਕਿਰਿਆ
32. Osteomalacia: ਔਸਟੀਉਮਲੇਸ਼ੀਆ
33. Osteoporosis: ਔਸਟੀਉਪੋਰੋਸਿਸ
34. Ovaries: ਅੰਡਕੋਸ਼
35. Over nutrition: ਲੋੜੇਂ ਵੱਧ ਭੋਜਨ
36. Ovum: ਅੰਡਾਣੂ ਡਿੰਬ
37. Parenteral feeding: ਪੈਰੈਂਟਲ ਫੀਡਿੰਗ
38. Pasteurization: ਪਾਸਚੁਰੀਕਰਨ
39. Peeling: ਛਿੱਲਣਾ
40. Perishable food: ਜਲਦੀ ਖਰਾਬ ਹੋਣ ਵਾਲਾ ਭੋਜਨ
41. Peristalsis action: ਪਾਚਨ ਤੰਤਰ ਸੁੰਗੜੇਵਾਂ
42. Personal hygiene: ਨਿੱਜੀ ਸਾਫ਼ ਸਫ਼ਾਈ
43. Pertussis/Whooping cough: ਕਾਲੀ ਖੰਗ
44. Pesticides residues: ਕੀਟਨਾਸ਼ਕ ਰਹਿੰਦ-ਖੂਹੰਦ
45. Phosphorus: ਫਾਸਫੋਰਸ
46. Physical milestones: ਸਰੀਰਕ ਵਿਕਾਸ-ਪੜਾਅ
47. Phytochemicals: ਪੌਦਿਆਂ ਤੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਰਸਾਇਣ
48. Placenta: ਔਲ
49. Plantation: ਆਰੋਪਣ
50. Poaching: ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਤਰਲ ਵਿਚ ਪਕਾਉਣਾ
51. Polio: ਪੋਲੀਓ
52. Poly unsaturated fatty acids: ਬਹੁ-ਅਸੰਤ੍ਰਿਪਤ ਚਿਕਨਾਈ ਅਮਲ
53. Portion size: ਪਰੋਸਾ ਜਾਂ ਭੋਜਨ ਮਾਤਰਾ
54. Postnatal care: ਪ੍ਰਸੂਤਕਾਲੀਨ ਦੇਖਭਾਲ
55. Post-term babies: ਪਰਪੱਕਤਾ ਉਪਰੰਤ ਜਨਮੇ ਬੱਚੇ

*Handwritten signature*

56. Pregnancy: ਗਰਭ ਕਾਲ
57. Prenatal development: ਜਨਮ-ਪੂਰਬ ਵਿਕਾਸ
58. Pressure cooking: ਭਾਫ਼ ਦੇ ਦਬਾਅ ਨਾਲ ਪਕਾਉਣਾ
59. Preterm babies: ਅਪਰਪੱਕ ਬੱਚੇ
60. Probiotics: ਸਿਹਤਵਰਧਕ ਜੀਵਾਣੂ
61. Protein energy malnutrition: ਪ੍ਰੋਟੀਨ ਊਰਜਾ ਕੁਪੋਸ਼ਣ
62. Protein: ਪ੍ਰੋਟੀਨ
63. Puree: ਸਬਜ਼ੀ ਜਾਂ ਫਲ ਨੂੰ ਫੇਰ ਕੇ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਪਦਾਰਥ ਜਾਂ ਸ਼ੇਰਬਾ
64. Resistance: ਪ੍ਰਤੀਰੋਧ
65. Respiration: ਸਾਹ ਕਿਰਿਆ
66. Rickets: ਰਿੱਕਟਸ
67. Roasting: ਅੱਗ ਉੱਪਰ ਭੁੰਨਣਾ
68. Rotavirus: ਰੋਟਾਵਾਇਰਸ
69. Rubella/German Measles: ਰੁਬੈਲਾ
70. Sautéing: frying: ਤਲਣਾ
71. Semi-perishable food: ਥੋੜ੍ਹੇ ਸਮੇਂ ਬਾਅਦ ਖਰਾਬ ਹੋਣ ਵਾਲਾ ਭੋਜਨ
72. Sex determination: ਲਿੰਗ ਨਿਰਧਾਰਨ
73. Simmering: ਮੱਠੇ ਤਾਪ 'ਤੇ ਉਬਾਲਣਾ
74. Social and emotional milestones: ਸਮਾਜਿਕ ਤੇ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਵਿਕਾਸ ਪੜਾਅ
75. Soft diet: ਨਰਮ ਖੁਰਾਕ
76. Solvent: ਘੋਲਕ
77. Sperms: ਸੁਕਰਾਣੂ
78. Spices: ਮਸਾਲੇ
79. Spleen: ਤਿੱਲੀ
80. Spores: ਬੀਜਾਣੂ
81. Starch: ਨਿਸ਼ਾਸਤ
82. Steaming: ਭਾਫ਼ ਨਾਲ ਪਕਾਉਣਾ
83. Sterilization: ਜੀਵਾਣੂ ਰਹਿਤ ਕਰਨਾ
84. Stranger anxiety: ਅਜਨਬੀਆਂ ਤੋਂ ਬੇਚੈਨੀ
85. Supplementary foods: ਅਨੂਪੂਰਕ ਭੋਜਨ ਪਦਾਰਥ
86. Surrogate motherhood: ਸੇਰੋਗੇਸੀ ਜਾਂ ਕਿਰਾਏ 'ਤੇ ਕੁੱਖ
87. Tetanus: ਟੈਟਨਸ
88. Therapeutic diet: ਉਪਚਾਰਕ ਖੁਰਾਕ
89. Tube feeding: ਟਿਊਬ ਰਾਹੀਂ ਭੋਜਨ ਖਵਾਉਣਾ
90. Tuberculosis/TB: ਤਪਦਿਕ
91. Umbilical cord: ਨਾੜੂਆ
92. Under Nutrition: ਲੋੜ ਤੋਂ ਘੱਟ ਪੋਸ਼ਣ
93. Uterus: ਬੱਚੇਦਾਨੀ
94. Water balance: ਪਾਣੀ ਦੇ ਪੱਧਰ ਦਾ ਸੰਤੁਲਨ
95. Water soluble Vitamins: ਪਾਣੀ ਵਿਚ ਘੁਲਣਸ਼ੀਲ ਵਿਟਾਮਿਨ
96. Wheat allergy: ਕਣਕ ਤੋਂ ਐਲਰਜੀ
97. World Health Organization: ਵਿਸ਼ਵ ਸਿਹਤ ਸੰਸਥਾ
98. Zinc: ਜਿਸਤਾਂ
99. Zygote intra-fallopian transfer (ZIFT): ਜਾਈਗੋਟ ਇੰਟਰਾ ਫੈਲੋਪੀਅਨ ਤਬਾਦਲਾ
100. Zygote: ਜਾਈਗੋਟ

*Handwritten signature*