



PAT-16081202020401 Seat No. _____

M. Sc. (Home Science) (Sem. II) Examination

August / September - 2020

Nutrition for Health and Fitness

(Foods & Nutrition, General Home Science)

(New Course)

Time : $1\frac{1}{2}$ Hours]

[Total Marks : 35

- સૂચના : (૧) પહેલો પ્રશ્ન ફરજિયાત છે.
(૨) બાકીનામાંથી કોઈ પણ બે લખો.
(૩) પ્રશ્ન-૨ થી પના માર્ક્સ સરખા છે.

- ૧ નીચેનાના જવાબ આપો : ૧૧
(અ) ફોસ્ફોજન શક્તિ પ્રણાલી વિષે લખો. ૪
(બ) સ્પોર્ટ્સ માટે જરૂરી વિશિષ્ટ પોષકતત્ત્વો વિશે ચર્ચા કરો. ૪
(ક) મેદમયતા અને તેના પ્રકાર વિશે ચર્ચા કરો. ૩
- ૨ મેદમયતાનાં એસેસમેન્ટ વિશે વિગતવાર ચર્ચા કરો. ૧૨
- ૩ શક્તિના ઉત્પાદન માટે શરીર દ્વારા ઉપયોગમાં લેવાતાં બળતણોની યાદી બનાવી શરીરમાં થતા ચરબીના સ્થાનાંતર વિશે ચર્ચા કરો. ૧૨
- ૪ વિગતવાર ચર્ચા કરો : ૧૨
(અ) રમતવીર માટે પ્રવાહીનું નિયમન
(બ) બેરિયાત્રિક સર્જરી
- ૫ ટૂંકનોંધ લખો : ૧૨
(અ) રમત પહેલાં અને દરમ્યાનનું પોષણ આયોજન
(બ) ફીટનેશનાં ઘટકો.

ENGLISH VERSION

- Instructions :** (1) Question No. 1 is compulsory.
(2) Attempt any two from the rest.
(3) Question No. 2-5 carry equal marks.

- | | | |
|----------|--|-----------|
| 1 | Answer the following : | 11 |
| | (a) Write about phosphagen energy system. | 4 |
| | (b) Discuss specific nutritional requirements in sports. | 4 |
| | (c) Discuss about obesity and its types. | 3 |
| 2 | Discuss in detail about assessment of obesity. | 12 |
| 3 | List various fuels used by the human body for the production of energy and discuss movement of the fats in the body. | 12 |
| 4 | Discuss in detail. | 12 |
| | (a) Fluid management for athlete | |
| | (b) Bariatric surgery. | |
| 5 | Write short note on : | 12 |
| | (a) Nutritional management pre and during game. | |
| | (b) Component of fitness. | |