(ਓਪਨ ਸਕੂਲ)

ਸ਼੍ਰੇਣੀ-ਦਸਵੀਂ

ਵਿਸ਼ਾ:- ਸਿਹਤ ਵਿਗਿਆਨ (ਕੇਵਲ ਓਪਨ ਸਕੂਲ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਲਈ)

ਸਮੈਸਟਰ-II

ਸਮਾਂ - 3 ਘੰਟੇ **ਥਿਊਰੀ ਭਾਗ ਕੁਲ ਅੰਕ**

75

ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਪੱਤਰ ਦੀ ਰੂਪ ਰੇਖਾ (ਲਿਖਤੀ)

(1) ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਪੱਤਰ ਵਿੱਚ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਅਨੁਸਾਰ 33 ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਹੋਣਗੇ।

(ੳ) ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਨੰਬਰ 1 ਤੋਂ 1● ਤੱਕ 1-1 ਅੰਕਾਂ ਵਾਲੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਹੋਣਗੇ। ਇਹਨਾਂ ਦਾ ਉੱਤਰ ਲਗਭਗ 1● ਸ਼ਬਦਾਂ ਦਾ ਹੋਵੇਗਾ ਅਤੇ ਇਹ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਦੋਨੋ ਸਮੈਸਟਰਾਂ ਦੇ ਪਾਠਕ੍ਰਮਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਹੋਣਗੇ।

(ਅ) ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਨੰਬਰ 11 ਤੋਂ 2● ਤੱਕ 2-2 ਅੰਕਾਂ ਵਾਲੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਹੋਣਗੇ। ਇਹਨਾਂ ਦਾ ਉੱਤਰ ਲਗਭਗ 3● ਸ਼ਬਦਾਂ ਦਾ ਹੋਵੇਗਾ।

(ੲ) ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਨੰਬਰ 21 ਤੋਂ 3● ਤੱਕ 3-3 ਅੰਕਾਂ ਵਾਲੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਹੋਣਗੇ। ਇਹਨਾਂ ਦਾ ਉੱਤਰ ਲਗਭਗ 5● ਸ਼ਬਦਾਂ ਦਾ ਹੋਵੇਗਾ।

(ਸ) ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਨੰਬਰ 31 ਤੋਂ 33 ਤੱਕ 5-5 ਅੰਕਾਂ ਵਾਲੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਹੋਣਗੇ। ਇਹਨਾਂ ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਂ ਵਿੱਚ 1●●% ਅੰਦਰੂਨੀ ਚੋਣ ਹੋਵੇਗੀ।

1.	ਗਿਲੜ ਰੋਗ ਕੀ ਹੈ?	1
2.	ਭੋਜਨ ਦੇ ਕੰਮ ਦੱਸੋ।	1
3.	ਪੋਸ਼ਣ ਤੋਂ ਕੀ ਭਾਵ ਹੈ?	1
4.	ਕੁਦਰਤ ਦੀ ਕਿਸ ਚੀਜ ਤੋਂ ਵਿਟਾਮਿਨ ਡੀ ਮਿਲਦਾ ਹੈ?	1
5.	ਨਿਜੀ ਸਿਹਤ ਤੋਂ ਕੀ ਭਾਵ ਹੈ?	1
6.	ਮੱਛਰ ਕਿੰਨੇ ਕਿਸਮ ਦੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ?	1
7.	ਘਰ ਦਾ ਕੂੜਾ ਕਿੱਥੇ ਸੁੱਟਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?	1
8.	ਸਮੁਦਾਇਕ ਸਿਹਤ ਤੋਂ ਕੀ ਭਾਵ ਹੈ?	1
9.	ਮੈਰਾਸਮਸ ਰੋਗ ਕਿਹੜੇ ਤੱਤ ਦੀ ਘਾਟ ਕਰਕੇ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?	1
1●.	ਮੱਖੀਆਂ ਹੈਜਾ ਕਿਵੇਂ ਫੈਲਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ?	1
11.	ਜੀਵ ਮੰਡਲ ਦੀ ਪ੍ਰੀਭਾਸ਼ਾ ਲਿਖੋ।	2
12.	ਪਰਿਸਥਿਤਕ ਪਿਰਾਮਿਡ ਤੋਂ ਕੀ ਭਾਵ ਹੈ?	2
13.	ਭੋਜਨ ਲੜੀ ਲਘੂ ਕਿਵੇਂ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ?	2
14.	ਤੇਜਾਬੀ ਵਰਖਾ ਕੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ?	2
15.	ਹਵਾ ਨੂੰ ਦੂਸ਼ਿਤ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਦੋ ਗੈਸਾਂ ਦੇ ਨਾਮ ਲਿਖੋ।	2
16.	ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਟੀਕੇ ਲਗਾਉਣਾ ਜਰੂਰੀ ਕਿਉਂ ਹੈ?	2
17.	ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਮਾਂ ਦੇ ਦੁੱਧ ਦੇ ਕੋਈ ਦੋ ਲਾਭ ਦੱਸੋ।	2
18.	ਅਲਾਜ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ ਕਿਉਂ ਜਰੂਰੀ ਹੈ?	2
19.	ਹਵਾ ਦੁਆਰਾ ਫੈਲਣ ਵਾਲੇ ਦੋ ਛੂਤ ਦੇ ਰੋਗਾਂ ਦੇ ਨਾਮ ਲਿਖੋ।	2
2●.	ਟੁੱਟ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ ਦੱਸੋ।	2
21.	ਕੁਪੋਸ਼ਣ ਦੇ ਕੀ ਕਾਰਣ ਹਨ?	3
22.	ਪ੍ਰੋਟੀਨ ਦੇ ਮੁੱਖ ਸੋਮੇ ਕਿਹੜੇ-ਕਿਹੜੇ ਹਨ?	3
23.	ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੇ ਚੱਕਰ ਤੋਂ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਸਮਝਦੇ ਹੋ?	3
24.	ਸੂਰਜ ਦੀ ਜੀਵ ਮੰਡਲ ਨੂੰ ਕਾਇਮ ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ ਕੀ ਭੂਮਿਕਾ ਹੈ?	3
25.	ਪਾਣੀ ਦਾ ਪਰਦੂਸ਼ਣ ਕਿਵੇਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?	3
26.	ਧਵਨੀ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ ਤੋਂ ਕੀ ਭਾਵ ਹੈ?	3
27.	ਛੂਤ ਦੇ ਰੋਗੀ ਦਾ ਇਲਾਜ ਵਿਚ ਸਹਾਈ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਕਿਹੜੀਆਂ ਸਾਵਧਾਨੀਆਂ ਵਰਤਣੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ?	3
28.	ਮੁੱਢਲੀ ਸਹਾਇਤਾ ਦੀ ਮਹੱਤਤਾ ਦੱਸੋ।	3

29. ਸੱਪ ਦੇ ਡੰਗਣ ਦਾ ਇਲਾਜ ਲਿਖੋ। 3

30. ਤਾੜ ਆਸਣ ਦੇ ਲਾਭ ਲਿਖੋ। 3

31. ਪ੍ਰੋਟੀਨਾਂ ਅਤੇ ਖਣਿਜ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਮਨੁੱਖੀ ਸ਼ਰੀਰ ਲਈ ਕੀ ਮਹੱਤਤਾ ਹੈ? 5

ਜਾਂ

ਭੋਜਨ ਵਿੱਚ ਮਿਲਾਵਟ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਮਿਲਾਵਟ ਦੀ ਪਰਖ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ? 5

32. ਯੋਗ ਕਸਰਤਾਂ ਦੇ ਸਿਧਾਂਤ ਲਿਖੋ। 5

ਜਾਂ

ਬੇਹੋਸ਼ੀ ਦੇ ਕਾਰਣ ਅਤੇ ਇਲਾਜ ਦੱਸੋ। 5

33. ਮੁੱਢਲੀ ਸਹਾਇਤਾ ਤੋਂ ਕੀ ਭਾਵ ਹੈ? ਇਸ ਦੇ ਜਰੂਰੀ ਨਿਯਮ ਦੱਸੋ। 5

ਜਾਂ

ਸਿਹਤ ਸਿੱਖਿਆ ਕਿਉਂ ਜਰੂਰੀ ਹੈ? ਇਸ ਅੰਦਰ ਕਿਹੜੀ-ਕਿਹੜੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਦਾ ਧਿਆਨ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ? 5