

IGNOU RC MADURAI

Programme Code: CFN

Course code : CFN – 2

Assignment code : CFN-2/AST-2/TMA-2/18

Last date for Assignment Submission: 10.11.2018 at Study Centre only

Assignment for Term End Exam – December 2018

பகுதி அ

விரிவான விடையளி (60 marks)

1. இளம் வயதில் ஏற்படும் திடீர் வளர்ச்சிக்கும் ஊட்டச்சத்து தேவைக்கும் உள்ள தொடர்பினை விளக்குக. (5)
 2. வயது மற்றும் உடல் உழைப்பிற்கும் தேவைப்படும் சத்துக்கள் எவ்வாறு மாறுபடுகின்றன. (5)
 3. உடலில் சத்துக்களின் செரிமானம் உறிஞ்சுதல் மற்றும் பயன்பாடு பற்றி படத்துடன் விளக்குக. (10)
 4. PEM என்றால் என்ன? பல்வேறு PEM ன் தன்மைகள் மற்றும் விளைவுகள் பற்றி விளக்குக. (8)
 5. உடல்பருமனுக்கும் மற்றும் அதிக உடல் எடைக்கும் உள்ள வித்தியாசம் பற்றி எழுதுக. (2)
 6. பின்வரும் நபர்களுக்கு உணவு தயாரித்தலின் போது மனதில் கொள்ள வேண்டியவையாவை? (15)
 - (i) கர்ப்பிணி பெண்
 - (ii) 5 வயது குழந்தை
 - (iii) வளரினப் பருவத்தினர்
- குறிப்பு: அவர்களுக்கான சத்துக்கள் உடல்ரீதியான மாற்றங்கள் சிறப்பு தேவைகள் உணவு தயாரிக்கும் முறை உணவு இடைவெளி பற்றியும் விடையளி.
7. குழந்தையின் வளர்ச்சியை கண்காணிப்பதன் முக்கியத்துவம் என்ன? எப்படி வளர்ச்சியினை கண்காணிப்பீர்கள். (5)
 8. வளர்ச்சியின் முக்கியமான காலம் பற்றி விளக்குக. (5)
 9. உணவு தயாரித்தலின் போது ஏற்படும் சத்துக்கள் இழப்பினை எவ்வாறு குறைப்பாய்?(5)

பகுதி – ஆ

செய்முறை விளக்கம்

அனைத்திற்கும் விடையளி (40 marks)

1. பின்வரும் மனிதர்கள் எந்த செயல்பாட்டுக் குழுவினை சார்ந்தவர் என்பதை எழுதுக. (5)
 - (i) பள்ளி ஆசிரியர்
 - (ii) தட்டச்சு செய்பவர்
 - (iii) இல்லத்தரசி
 - (iv) கூலி வேலை செய்பவர்
 - (v) விவசாயி
2. உன் வீட்டருகே உள்ள பத்து 4 வயது குழந்தைளின் எடையினை செய். அவர்களின் வளர்ச்சி தரத்தினை weight chart மூலமாக நிர்ணயி. உன் பதிவினை அட்டவணைப்படுத்துக. (10)

3. (அ) இரண்டாம் கால கர்ப்பிணி பெண்ணிற்கான ஒரு உணவினை பரிந்துரை செய். அவருக்கு உணவு தயாரிக்கும்போது மனதில் கொள்ள வேண்டியவை யாவை? (10)

(ஆ) பள்ளி செல்லும் குழந்தைக்கான மதிய உணவு ஏதேனும் 2ம் தென் உள்ளடகங்களும் மற்றும் செயல்முறை விளக்கத்துடன் எழுதுக. (10)

(இ) சிறு குழந்தைக்கு திட உணவு ஊட்ட சரியான வயது எது. ஆதற்கான காரணங்களையும் எழுதுக. 6 மாத பெண் குழந்தைக்கு திட உணவு கொடுக்க முற்படும் தாய்க்கு உன் அறிவுரை என்ன? (5)