डी.एन.एच.ई.

पोषण और स्वास्थ्य शिक्षा में डिप्लोमा

डी.एन.एच.ई. **-2**

सत्रीय कार्य **-2**

जनवरी 2025 /जुलाई 2025

सतत् शिक्षा विद्यापीठ
इंदिरा गांधी राष्ट्रीय मुक्त विश्वविद्यालय

सत्रीय कार्य -2
जनवरी 2025 / जुलाई 2025

प्रिय छात्र/छात्राओ

आपको कुल तीन सत्रीय कार्य करने होगें। प्रत्येक अध्यापक जाँच सत्रीय कार्य 100 अंकों का है। प्रत्येक सत्रीय कार्य का खंडवार विभाजन निम्नलिखित है :

सत्रीय कार्य	1	(टी.एम.ए)	–	डी.एन.एच.ई.–1 पर आधारित है।
सत्रीय कार्य	2	(टी.एम.ए)	–	डी.एन.एच.ई.–2 पर आधारित है।
सत्रीय कार्य	3	(टी.एम.ए)	–	डी.एन.एच.ई.–3 पर आधारित है।

निर्देश

सत्रीय कार्यो को करने से पहले कृप्या निम्नलिखित निर्देशों को ध्यानपूर्वक पढ़िए :

1. कार्यक्रम दर्शिका में सत्रीय कार्यो के बारे में दिए गए, विस्तृत निर्देशों को पढ़िए।
2. अपनी उत्तर शीट (शीटों) के पहले पृष्ठ पर सबसे ऊपर दाहिने कोने पर अपनी नामांकन संख्या, नाम पूरा पता और तारीख लिखें।
3. अपनी उत्तर शीट (शीटों) के पहले पृष्ठ के मध्य में पाठयक्रम शीर्षक, सत्रीय कार्य संख्या और उस अध्ययन केंद्र का नाम लिखें जिससे आप संबद्ध हैं।

आपकी उत्तर शीट के पहले पृष्ठ का सबसे ऊपरी भाग ऐसा होना चाहिए :

नामांकन संख्या.. नाम ....

पाठयक्रम शीर्षक.. पता ....

सत्रीय कार्य संख्या ....

अध्ययन केंद्र .... तारीख ....

4. अपना उत्तर लिखने के लिए केवल फुलस्केप कागज़ का प्रयोग करें और सभी पृष्ठों को सावधनीपूर्वक बाँध दें।
5. प्रत्येक उत्तर के साथ उसकी प्रश्न संख्या लिखें।
6. अपनी लिखावट में ही लिखें।
7. प्रस्तुति : सत्रीय कार्य को पूरा करके उस अध्ययन केंद्र के संचालक को भेजें, जो आपको आवंटित किया गया है।

विशेष ध्यान देने योग्य बात

यह बात सामने आई है कि कुछ छात्र बोध प्रश्नों के अभ्यास उत्तर, विश्वविद्यालय को मूल्यांकन के लिए भेज रहें हैं। कृप्या इन्हें हमारे पास मत भेजिए। ये अभ्यास आपको स्वयं अपनी उन्नति का निर्णय करने में सहायता करने के लिए दिए गए हैं। इस उद्देश्य हेतु, हमने प्रत्येक इकाई के अंत में इन अभ्यासों के उत्तर दिए है। कार्यक्रम दर्शिका में हम यह बात पहले ही बता चुके हैं।

अपनी उत्तर पत्रिका भेजने से पहले कृप्या यह सुनिश्चित कर लें कि आपने निम्नलिखित बातों का ध्यान रखा है :

- अपने अपनी नामांकन संख्या, नाम और पता सही–सही लिखा हैं।
- पाठयक्रम का शीर्षक और सत्रीय कार्य की संख्या स्पष्ट रूप से लिखी हैं।
- प्रत्येक सत्रीय कार्य अलग–अलग शीटों पर लिखा है और सही ढंग से बाँध दिया है।
- सत्रीय कार्यो के सभी प्रश्नों के उत्तर दिए है।

अब, प्रश्नों के उत्तर देने से पहले यह निर्देश पढ़ लें।

टी.एम.ए. के सत्रीय कार्य के लिए निर्देश

शिक्षक जाँच सत्रीय कार्य के दो भाग हैं।

भाग क : वर्णनात्मक प्रश्न (60 अंक)

इस भाग में, आपको वर्णनात्मक प्रश्नों के उत्तर देने हैं।

भाग ख : प्रयोगात्मक अभ्यास (40 अंक)

यह भाग प्रयोगात्मक कार्यो की नियमावली पर आधारित है।

ध्यान रखने योग्य बातें

निम्नलिखित बातों को ध्यान रखना आपके लिए उपयोगी सिद्ध होगा :

1. **योजना बनाना** : सत्रीय कार्यो को ध्यानपूर्वक पढ़ें। वे जिन इकाइयों पर आधरित हैं उनका अध्ययन ध्यानपूर्वक करें। प्रत्येक प्रश्न से संबंधित कुछ बातें नोट करें और तत्पश्चात उन्हें तर्कसंगत क्रम में व्यवस्थित करें।
2. **संगठन** : अपने उत्तर की कच्ची रूपरेखा बनाने से पहले उसके चयन और विश्लेषण पर थोड़ा अधिक ध्यान दें। किसी प्रश्न का उत्तर देते समय प्रस्तावना और निष्कर्ष पर पर्याप्त ध्यान दें। प्रस्तावना में संक्षेप में प्रश्न की व्याख्या करें और बताएँ कि आप विस्तार से इसको कैसे स्पष्ट करेंगे। निष्कर्ष में आपको प्रश्न के उत्तर का सारांश प्रस्तुत करना चाहिए।

   यह निश्चित कर लें कि :

   क) आपका उत्तर तर्कसंगत और सुसंगत हैं।

   ख) उत्तर के वाक्यों और अनुच्छेदों/पैराग्राफों के बीच स्पष्ट संबंध है।

   ग) आपने अपनी अभिव्यक्ति, शैली और प्रस्तुति को उपयुक्त महत्व देते हुए उत्तर सही–सही लिखा हुआ है।

   घ) आपके उत्तर प्रश्न में निर्दिष्ट शब्दों की संख्या से ज्यादा नहीं है।
3. **प्रस्तुतीकरण** : जब आपको अपने उत्तर संतोषजनक लगें तो आप उन्हें भेजने के लिए अंतिम रूप देकर लिख लें। प्रत्येक उत्तर स्पष्ट रूप से लिखें और जिन बातों पर आप विशेष बल देना चाहते हैं उन्हें रेखांकित कर दें।

सत्रीय कार्य 2

टी एम ए 2

पाठयक्रम कोड : डी.एन.एच.ई–2

सत्रीय कार्य कोड : डी.एन.एच.ई–2/एएसटी–2/टीएमए–2/2025

जनवरी 2025 सत्र के लिए जमा कराने की अंतिम तिथि : 30 जुलाई, 2025

जुलाई 2025 सत्र के लिए जमा कराने की अंतिम तिथि : 30 जनवरी, 2026

अधिकतम अंक 100

सत्रीय कार्य–2 के दो भाग है और यह 100 अंकों का है। प्रत्येक भाग के अंक उसके सामने दिये गये है।

भाग क: वर्णनात्मक प्रश्न (60 अंक)

भाग खः प्रयोगात्मक अभ्यास (40 अंक)

भाग क वर्णनात्मक प्रश्न (60 अंक)

सभी प्रश्न अनिवार्य है

1. a. जन्म–मृत्यु आंकडो को परिभाषित करें। जन्म–मृत्यु आंकडों संबंधी डाटा के स्रोत क्या हैं? विस्तार से लिखें। (1+3)

   b. सी.डी.आर और आई.एम.आर. को परिभाषित करें (2)

2. a. परिवार नियोजन के अंतराल के तरीकों से आप क्या समझते हैं? परिवार नियोजन की किन्हीं दो अंतराल विधियों को स्पष्ट कीजिए। (1+2+2)

   b. मानव संचिति शब्द की व्याख्या कीजिए। (1)

3. a. उदाहरण देते हुए निष्क्रिय कृत्रिम प्रतिरक्षा को परिभाषित करें। (2)

   b. संक्रमण के संचरण की प्रत्यक्ष एवं अप्रत्यक्ष विधियों में अंतर बताइये। (4)

4. a. वर्षा जल संचयन से आप क्या समझते हैं? वर्षा जल संचयन की विभिन्न तकनीकों को स्पष्ट कीजिए। (1+3)

   b. उथले कुओं और गहरे कुओं में अंतर स्पष्ट कीजिए । (2)

5. a. भारत की मल व्यवस्था तंत्र को बताइये । (3)

   b. अच्छे स्वास्थ्य के लिए उपयुक्त जूते क्यों महत्वपूर्ण हैं? खराब फिटिंग वाले फुटवियर के इस्तेमाल से होने वाली पैरों की कुछ समस्याएं बताएं। (3)

6. a. चिकित्सीय आहार को परिभाषित करें। आहार संशोधनों के प्रकार क्या हैं? (4)

   b. टाइफाइड और यकृत रोगों के लिए आहार की प्रमुख विशेषताओं की गणना करें। (2)

7. a. दस्त क्या है? इसके लक्षण और प्रबंधन लिखें। (1+2)

   b. मनुष्यों में फीता कृमि रोग, इसके लक्षण, कहाँ और कैसे होता है तथा रोकथाम की व्याख्या करें। (3)

8. a. तपेदिक और टिटनेस के कारण, लक्षण और रोकथाम का वर्णन करें। (3)

b. भारत में स्वास्थ्य देखभाल के विभिन्न स्तरों का अवलोकन प्रस्तुत करें? (3)

9. a. मनुष्यों में त्वचा संक्रमण के कारणों और लक्षणों की गणना करें। (4)

b. प्रशिक्षित दाइयों के कार्य क्या हैं? (2)

10. a. प्राथमिक स्वास्थ्य देखभाल के आवश्यक घटक क्या है? (3)

b. किसी एक स्वास्थ्य कार्यक्रम के बारे में विस्तार से बताइए। (3)

खंड ख– प्रयोगात्मक अभ्यास (एक्यू) **(40 अंक)**

1. अपने आस–पास के समुदाय से किन्हीं पाँच लोगों का चयन करें। उन्हें पैम्फलेट/ पोस्टर द्वारा घरेलू वर्षा जल संचयन तकनीकों के बारे में शिक्षित करें। उनकी प्रतिक्रिया रिकॉर्ड करें और इसे असाइनमेंट के साथ जमा करें। (डीएनएचई–2. भाग–1. इकाई 5 देखें) (10)

2. सड़क सुरक्षा को बढ़ावा देने के लिए पांच संदेश लिखें। साथ ही उन कारकों को विस्तार से बताइए जो यातायात दुर्घटनाओं का कारण बनते हैं। (डीएनएचई–2. भाग -।. इकाई 7 देखें) (10)

3. अपने आस–पास के समुदाय का दौरा करें और उच्च रक्तचाप से पीड़ित 5 लोगों का चयन करें। उनका नाम, आयु, लिंग, लक्षण और आहार रिकॉर्ड करें। सोडियम युक्त खाद्य पदार्थों का खाने की आवृत्ति भी रिकॉर्ड करें। (डीएनएचई 2, भाग 1, इकाई 9 देखें) (10)

4. पास के सरकारी प्राथमिक विद्यालय का दौरा करें और मिड डे मील कार्यक्रम के किन्हीं 10 लाभार्थियों का चयन करें। प्रत्येक लाभार्थी को एक सप्ताह के लिए दिया गया पूरक भोजन रिकॉर्ड करें। इसके लिए उनके विचार और पसंद नापसंद को भी रिकॉर्ड करें। (10)