



MADHYA PRADESH BHOJ (OPEN) UNIVERSITY, BHOPAL

मध्य प्रदेश भोज (मुक्त) विश्वविद्यालय, भोपाल

Accredited with "A" Grade by NAAC

CERTIFICATE IN AYURVEDIC DIETETICS (SESSION JAN-DEC, 2025)

SUBJECT: AYURVEDIC DIETETICS PAPER -I

ASSIGNMENT QUESTION PAPER- FIRST

MAXIMUM MARKS: 30

निर्देश:-

01. सभी प्रश्न स्वयं की हस्तलिपि में हल करना अनिवार्य है।
02. विश्वविद्यालय द्वारा प्रदाय सत्रीय उत्तरपुस्तिकाओं में ही सत्रीय प्रश्नपत्र हल करना अनिवार्य है।
03. सत्रीय कार्य उत्तरपुस्तिका के प्रथम पृष्ठ को सावधानीपूर्वक पूरा भरें और उसमें उसी विषय का प्रश्नपत्र हल करें जो उत्तरपुस्तिका के प्रथम पृष्ठ पर अंकित किया है।
04. सत्रीय कार्य उत्तरपुस्तिका अपने अध्ययन केन्द्र पर अंतिम तिथि तक जमा कर उसकी पावती अवश्य प्राप्त करें।

नोट: प्रश्न क्रमांक 01 से 05 तक के प्रश्न लघुउत्तरीय प्रश्न हैं। प्रत्येक प्रश्न 02 अंक का है।

- प्र.1 जल में घुलनशील विटामिनों का वर्णन कीजिए।
Explain the water soluble vitamins.
- प्र.2 आहार की परिभाषा लिखें।
Write the definition of Aahar.
- प्र.3 आयुर्वेद के मूलभूत सिद्धांत क्या है।
What is the basic principal of Ayurveda.
- प्र.4 ऋतुचर्या क्या है।
What is Ritucharya.
- प्र.5 अष्ट आहार विधि विशेषायतन क्या हैं?
What is Ashtha Aharvidhi Visheshayatana ?

नोट: प्रश्न क्रमांक 06 से 10 तक के प्रश्न दीर्घउत्तरीय प्रश्न हैं। प्रत्येक प्रश्न 04 अंक का है।

- प्र.6 दोष-धातु मल को विस्तार से समझाइए।
Explain in detail about Dosha-Dhatu and Mala?
- प्र.7 ऋतु के अनुसार आहार की विवेचना करें।
Define the Ritu ke Anusar Aahar.
- प्र.8 दोष, धातु, मूल यह क्या है व्याख्या करें।।
What is Dosha, Dhatu, Mal. Write explain it.
- प्र.9 आहार परिणामकर भाव की विवेचना करें।
Define the Aahar Parinamkar Bhav.
- प्र.10 आयुर्वेद मतानुसार आहार द्रव्य में कितने रस होते हैं व उनका वर्णन कीजिए।
Explain in detail, how many rasas are present in ahar dravya according to Ayurveda.



MADHYA PRADESH BHOJ (OPEN) UNIVERSITY, BHOPAL

मध्य प्रदेश भोज (मुक्त) विश्वविद्यालय, भोपाल

Accredited with "A" Grade by NAAC

CERTIFICATE IN AYURVEDIC DIETETICS (SESSION JAN-DEC, 2025)

SUBJECT: AYURVEDIC DIETETICS PAPER -I

ASSIGNMENT QUESTION PAPER- SECOND

MAXIMUM MARKS: 30

निर्देश:-

01. सभी प्रश्न स्वयं की हस्तलिपि में हल करना अनिवार्य है।
02. विश्वविद्यालय द्वारा प्रदाय सत्रीय उत्तरपुस्तिकाओं में ही सत्रीय प्रश्नपत्र हल करना अनिवार्य है।
03. सत्रीय कार्य उत्तरपुस्तिका के प्रथम पृष्ठ को सावधानीपूर्वक पूरा भरें और उसमें उसी विषय का प्रश्नपत्र हल करें जो उत्तरपुस्तिका के प्रथम पृष्ठ पर अंकित किया है।
04. सत्रीय कार्य उत्तरपुस्तिका अपने अध्ययन केन्द्र पर अंतिम तिथि तक जमा कर उसकी पावती अवश्य प्राप्त करें।

नोट: प्रश्न क्रमांक 01 से 05 तक के प्रश्न लघुउत्तरीय प्रश्न हैं। प्रत्येक प्रश्न 02 अंक का है।

- प्र.1 आयुर्वेद की परिभाषा लिखिए।
Write the definition of Ayurveda.
- प्र.2 त्रय उपस्तम्भ क्या हैं?
What are triya upastambha?
- प्र.3 विषम भोजन को समझाइये।
Explain the Visham Bhojan.
- प्र.4 उच्च रक्तचाप क्या है।
What is the Hypertension?
- प्र.5 आहार राशि के भेद बताइए।
Explain the types of Ahar Rashi ?

नोट: प्रश्न क्रमांक 06 से 10 तक के प्रश्न दीर्घउत्तरीय प्रश्न हैं। प्रत्येक प्रश्न 04 अंक का है।

- प्र.6 पित्त दोष का स्वरूप बताकर इसके प्रकार, स्थान एवं कर्म लिखिए।
Write about the form, its types, place and functions of Pitta dosha ?
- प्र.7 संतुलित भोजन को परिभाषित करते हुए गर्भवती तथा स्तनपान कराने वाली महिला के लिए भोजन सारिणी लिखें।
Define the balance diet, write the diet chart of Pregnant and Lactating woman.
- प्र.8 प्रकृति के अनुसार भोजन निर्माण बताते हुए प्रकृति के प्रकार तथा प्रत्येक पद्धति के गुणों की विवेचना लिखिये।
Write the Bhojan preparation and define the types and qualities of each prakriti.
- प्र.9 आम को परिभाषित करते हुए आम की उत्पत्ति, आम निराम के लक्षण तथा आम की रोगोत्पत्ति में भूमिका को समझाइयें।
Define the Aam and production of Aam, role in Vyadhi and symptoms of aam and niram.
- प्र.10 प्रोटीन का वर्णन करें उसके आहार स्रोतों के विषय में बताइए।
Explain about protein and their sources for food ?



MADHYA PRADESH BHOJ (OPEN) UNIVERSITY, BHOPAL

मध्य प्रदेश भोज (मुक्त) विश्वविद्यालय, भोपाल

Accredited with "A" Grade by NAAC

CERTIFICATE IN AYURVEDIC DIETETICS (SESSION JAN-DEC, 2025)

SUBJECT: AYURVEDIC DIETETICS PAPER -II

ASSIGNMENT QUESTION PAPER- FIRST

MAXIMUM MARKS: 30

निर्देश:-

01. सभी प्रश्न स्वयं की हस्तलिपि में हल करना अनिवार्य है।
02. विश्वविद्यालय द्वारा प्रदाय सत्रीय उत्तरपुस्तिकाओं में ही सत्रीय प्रश्नपत्र हल करना अनिवार्य है।
03. सत्रीय कार्य उत्तरपुस्तिका के प्रथम पृष्ठ को सावधानीपूर्वक पूरा भरें और उसमें उसी विषय का प्रश्नपत्र हल करें जो उत्तरपुस्तिका के प्रथम पृष्ठ पर अंकित किया है।
04. सत्रीय कार्य उत्तरपुस्तिका अपने अध्ययन केन्द्र पर अंतिम तिथि तक जमा कर उसकी पावती अवश्य प्राप्त करें।

नोट: प्रश्न क्रमांक 01 से 05 तक के प्रश्न लघुउत्तरीय प्रश्न हैं। प्रत्येक प्रश्न 02 अंक का है।

- प्र.1 रस कितने प्रकार के होते हैं?
Write the type of Rasa?
- प्र.2 धातु किसे कहा जाता है।
What is the concept of Dhatu.
- प्र.3 षडस आहार कल्पना को समझाइयें।
Define the Shadas Aahar kalpana.
- प्र.4 आहार विधि विशेषायतन क्या है।
What is the Aahar vidhi Visheshyatan.
- प्र.5 मन हो प्रभावित करने वाले 3 गुण के नाम लिखें?
Write the names of 3 guna affecting mana?

नोट: प्रश्न क्रमांक 06 से 10 तक के प्रश्न दीर्घउत्तरीय प्रश्न हैं। प्रत्येक प्रश्न 04 अंक का है।

- प्र.6 विपरीत गुण वाले द्रव्यों के संवन के उदाहरण दीजिये।
Give example of Viprit Guna Aahar.
- प्र.7 आहार की परिभाषा लिखते हुए आहार परिणाम कर भाव को स्पष्ट करें।
Write definition of Aahar and define the Aahar Parinamkar Bahv,
- प्र.8 आहार एवं जल के संबंध को बताते हुए आहार विधि विशेषायतन की विवेचना करें।
Explain the Aahar, Jal relation and define the Aahar vidhi Visheshyatan.
- प्र.9 त्रयउपस्तंभ की व्याख्या करते हुए ऋतुचर्या की विवेचना करें।
Explain the Trayupstambh and define the Ritucharya.
- प्र.10 अग्नि के 13 प्रकारों का विस्तार से वर्णन कीजिए।
Explain in detail about 13 types of Agni.



MADHYA PRADESH BHOJ (OPEN) UNIVERSITY, BHOPAL

मध्य प्रदेश भोज (मुक्त) विश्वविद्यालय, भोपाल

Accredited with "A" Grade by NAAC

CERTIFICATE IN AYURVEDIC DIETETICS (SESSION JAN-DEC, 2025)

SUBJECT: AYURVEDIC DIETETICS PAPER -II

ASSIGNMENT QUESTION PAPER- SECOND

MAXIMUM MARKS: 30

निर्देश:-

01. सभी प्रश्न स्वयं की हस्तलिपि में हल करना अनिवार्य है।
02. विश्वविद्यालय द्वारा प्रदाय सत्रीय उत्तरपुस्तिकाओं में ही सत्रीय प्रश्नपत्र हल करना अनिवार्य है।
03. सत्रीय कार्य उत्तरपुस्तिका के प्रथम पृष्ठ को सावधानीपूर्वक पूरा भरें और उसमें उसी विषय का प्रश्नपत्र हल करें जो उत्तरपुस्तिका के प्रथम पृष्ठ पर अंकित किया है।
04. सत्रीय कार्य उत्तरपुस्तिका अपने अध्ययन केन्द्र पर अंतिम तिथि तक जमा कर उसकी पावती अवश्य प्राप्त करें।

नोट: प्रश्न क्रमांक 01 से 05 तक के प्रश्न लघुउत्तरीय प्रश्न हैं। प्रत्येक प्रश्न 02 अंक का है।

- प्र.1 कफ के गुण बताइये।
Write about the qualities (Guna) of Kapha?
- प्र.2 वातप्रकृति के अनुसार भोजन की व्याख्या करें।
Explain the diet according vataprakrati.
- प्र.3 अग्निदुष्टि के प्रकार लिखें।
Write the types of Agnidursti.
- प्र.4 आम की परिभाषा लिखें।
Write the definition of Aam.
- प्र.5 प्रकृति के प्रकार लिखिये।
Write the types of Prakriti.

नोट: प्रश्न क्रमांक 06 से 10 तक के प्रश्न दीर्घउत्तरीय प्रश्न हैं। प्रत्येक प्रश्न 04 अंक का है।

- प्र.6 अष्ट आहार विधि विशेषायतन का वर्णन कर उसके अष्ट आयतनों का महत्व बताइये।
Explain Asta Aahar Vidhi Visheshayatana and the importance of each aayatana?
- प्र.7 आहार का महत्व परिभाषित करते हुए श्रमिकों तथा बालकों की भोजन सारिणी प्रगट करें।
Define the importance of Aahar and Write the diet chart of Workers & Childrens.
- प्र.8 कार्बोहाइड्रेट, वसा, प्रोटीन, विटामिन, खनिज लवण के बारे में जानकारी देवे।
Description of Carbohydrate, Fats, Protein, Vitamin and Minerals.
- प्र.9 विरुद्ध आहार के प्रकारों की व्याख्या करें।
Explain the type of Vifudh Aahar.
- प्र.10 किन्हीं 5 व्याधियों का वर्णन कीजिये जो विरुद्ध भोजन से जन्म लेती हैं।
Explain in brief about 5 diseases due to intake of Virudhaahar?