

This Question Paper contains 4 printed pages.

Seat No. :

--	--	--	--	--	--	--	--

Sl.No. 0557

42(G)

(MARCH, 2019)

Time : 1 Hour]

[Maximum Marks : 30

સૂચના :-

- 1) બધા જ પ્રશ્નો ફરજિયાત છે. આંતરિક વિકલ્પો આપેલા છે.
- 2) તમામ પ્રશ્નોના ઉત્તરો તમોને આપેલ જવાબવહીમાં જ લખવાના છે.
- 3) જરૂરિયાત મુજબ આકૃતિ દોરવી.
- 4) સ્પષ્ટ વંચાય તેવું હસ્તલેખન જાળવવું.
- 5) આ પ્રશ્નપત્રમાં ચાર વિભાગ છે અને પ્રશ્નોના ક્રમ 1 થી 17 છે.
- 6) પ્રશ્નની જમણી બાજુના અંક તેના ગુણ દર્શાવે છે.
- 7) નવો વિભાગ નવા પાના પર લખવો.
- 8) પ્રશ્નોના જવાબ ક્રમમાં લખવા.

વિભાગ-A

- નીચે આપેલા બહુવિકલ્પીય પ્રશ્નો માટે યોગ્ય વિકલ્પ પસંદ કરી ઉત્તરવહીમાં સાચો જવાબ લખો. [7]

1) એક્ચુપ્રેશર એ કઈ તબીબી તકનીક છે ?

- (A) ચાઈનીઝ
- (B) જાપાનીઝ
- (C) ભારતીય
- (D) પાકિસ્તાની

2) કયા ઓઈલને અસ્થિર માનવામાં આવે છે ?

- (A) રસોઈનું તેલ
- (B) એસેન્સિયલ ઓઈલ
- (C) રાઈનું તેલ
- (D) કોકોનટ ઓઈલ

- 3) કયા પ્રકારનાં લોકોની પાચનશક્તિ ધીમી હોય છે ?
- (A) પિત્ત પ્રકારનાં
(B) વાત પ્રકારનાં
(C) કફ પ્રકારનાં
(D) પિત્ત અને કફ બન્ને પ્રકારનાં
- 4) ફળો અને શાકભાજી આપણા શરીરને શું પૂરું પાડે છે ?
- (A) સારી ઊંઘ
(B) પુષ્કળ પ્રમાણમાં વિટામિન્સ અને ખનીજ
(C) ભુખ સંતોષાય
(D) પાણી
- 5) કઈ પ્રવૃત્તિ આપણા શ્વાસોચ્છ્વાસ અને હૃદયનાં ધબકારા વધારે છે ?
- (A) યોગ
(B) ચાલવાથી
(C) એરોબિક્સ
(D) ડમ્બેલ્સ
- 6) રાત્રે એક કપ ગરમ દૂધ પીવાથી શું ફાયદો થાય છે ?
- (A) વહેલું ઊઠી જવાય.
(B) થાક ઉતરી જાય.
(C) ઊંઘ જલ્દી અને સારી આવે.
(D) ભૂખ ના લાગે.
- 7) કઈ કસરતોથી આપણું શરીર ચપળ અને લવચીક બની શકે છે ?
- (A) એરોબિક્સ
(B) યોગ દ્વારા
(C) ફ્લેક્સિબિલિટી
(D) સ્ટ્રેચિંગ વડે

વિભાગ-B

■ નીચે આપેલા પ્રશ્નોના માત્રા મુજબ જવાબ આપો. (દરેકના 2 ગુણ) [4]

8) ફેન્ય નેલ આર્ટ શું છે ?

9) એપીલેશનની વિવિધ પદ્ધતિઓ જણાવો.

વિભાગ-C

■ નીચે આપેલા પ્રશ્નોના ટૂંકમાં જવાબ આપો. (દરેકના 2 ગુણ) [10]

10) ફેશિયલના ફાયદા જણાવો.

11) તફાવત આપો.

થ્રેડિંગ અને વેક્સિંગ

12) મેક-અપનું મહત્ત્વ જણાવો.

અથવા

તંદુરસ્ત વાળની રૂપરેખા આપો.

13) હેર-સીરમનું કાર્ય જણાવો.

14) શેમ્પું સ્ટેશન અને હેડ સ્ટીમરનો ઉપયોગ જણાવો.

વિભાગ-D

■ નીચે આપેલા પ્રશ્નોના વિસ્તૃતમાં/સવિસ્તાર જવાબ આપો. (દરેકના 3 ગુણ) [9]

15) રોજંદા મેકઅપ લગાવવાનાં પગલાં જણાવો.

16) બ્યુટી થેરાપીસ્ટ કઈ રીતે કામ કરે છે ?

અથવા

ફેશિયલ મસાજ ટૂંકમાં વર્ણવો.

17) સ્ટરીલાઈઝેશન અને સેનિટાઈઝેશન પદ્ધતિ શું છે તે જણાવો.



This Question Paper contains 4 printed pages.

Seat No. :

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Sl.No. 0558

42(G)

(MARCH, 2019)

Time : 1 Hour]

[Maximum Marks : 30

સૂચના :-

- 1) બધા જ પ્રશ્નો ફરજિયાત છે. આંતરિક વિકલ્પો આપેલા છે.
- 2) તમામ પ્રશ્નોના ઉત્તરો તમોને આપેલ જવાબવહીમાં જ લખવાના છે.
- 3) જરૂરિયાત મુજબ આકૃતિ દોરવી.
- 4) સ્પષ્ટ વંચાય તેવું હસ્તલેખન જાળવવું.
- 5) આ પ્રશ્નપત્રમાં ચાર વિભાગ છે અને પ્રશ્નોના ક્રમ 1 થી 17 છે.
- 6) પ્રશ્નની જમણી બાજુના અંક તેના ગુણ દર્શાવે છે.
- 7) નવો વિભાગ નવા પાના પર લખવો.
- 8) પ્રશ્નોના જવાબ ક્રમમાં લખવા.

વિભાગ-A

- નીચે આપેલા બહુવિકલ્પીય પ્રશ્નો માટે યોગ્ય વિકલ્પ પસંદ કરી ઉત્તરવહીમાં સાચો જવાબ લખો. [7]

- 1) એક્યુપ્રેશર એ કઈ તબીબી તકનીક છે ?
(A) ચાઈનીઝ
(B) જાપાનીઝ
(C) ભારતીય
(D) પાકિસ્તાની
- 2) કયા ઓઈલને અસ્થિર માનવામાં આવે છે ?
(A) રસોઈનું તેલ
(B) એસેન્સિયલ ઓઈલ
(C) રાઈનું તેલ
(D) કોકોનટ ઓઈલ

- 3) કયા પ્રકારનાં લોકોની પાચનશક્તિ ધીમી હોય છે ?
- (A) પિત્ત પ્રકારનાં
(B) વાત પ્રકારનાં
(C) કફ પ્રકારનાં
(D) પિત્ત અને કફ બન્ને પ્રકારનાં
- 4) ફળો અને શાકભાજી આપણા શરીરને શું પૂરું પાડે છે ?
- (A) સારી ઊંઘ
(B) પુષ્કળ પ્રમાણમાં વિટામિન્સ અને ખનીજ
(C) ભુખ સંતોષાય
(D) પાણી
- 5) કઈ પ્રવૃત્તિ આપણા શ્વાસોચ્છ્વાસ અને હૃદયનાં ધબકારા વધારે છે ?
- (A) યોગ
(B) ચાલવાથી
(C) એરોબિક્સ
(D) ડમ્બેલ્સ
- 6) રાત્રે એક કપ ગરમ દૂધ પીવાથી શું ફાયદો થાય છે ?
- (A) વહેલું ઊઠી જવાય.
(B) થાક ઉતરી જાય.
(C) ઊંઘ જલ્દી અને સારી આવે.
(D) ભૂખ ના લાગે.
- 7) કઈ કસરતોથી આપણું શરીર ચપળ અને લવચીક બની શકે છે ?
- (A) એરોબિક્સ
(B) યોગ દ્વારા
(C) ફ્લેક્સિબિલિટી
(D) સ્ટ્રેચિંગ વડે

વિભાગ-B

■ નીચે આપેલા પ્રશ્નોના માત્રા મુજબ જવાબ આપો. (દરેકના 2 ગુણ) [4]

8) ફેન્ય નેલ આર્ટ શું છે ?

9) એપીલેશનની વિવિધ પદ્ધતિઓ જણાવો.

વિભાગ-C

■ નીચે આપેલા પ્રશ્નોના ટૂંકમાં જવાબ આપો. (દરેકના 2 ગુણ) [10]

10) ફેશિયલનાં ફાયદા જણાવો.

11) તક્ષાવત આપો.

થ્રેડિંગ અને વેક્સિંગ

12) મેક-અપનું મહત્ત્વ જણાવો.

અથવા

તંદુરસ્ત વાળની રૂપરેખા આપો.

13) હેર-સીરમનું કાર્ય જણાવો.

14) શેમ્પું સ્ટેશન અને હેડ સ્ટીમરનો ઉપયોગ જણાવો.

વિભાગ-D

■ નીચે આપેલા પ્રશ્નોના વિસ્તૃતમાં/સવિસ્તાર જવાબ આપો. (દરેકના ૩ ગુણ) [9]

15) રોજંદા મેકઅપ લગાવવાનાં પગલાં જણાવો.

16) બ્યુટી થેરાપીસ્ટ કઈ રીતે કામ કરે છે ?

અથવા

ફેશિયલ મસાજ ટૂંકમાં વર્ણવો.

17) સ્ટરીલાઈઝેશન અને સેનિટાઈઝેશન પદ્ધતિ શું છે તે જણાવો.

