

VDP-408

VDIB-2

**VOCATIONAL DIPLOMA EXAMINATION –
JUNE 2019.**

HAIR CARE AND BODY CARE

Time : 3 hours

Maximum marks : 75

SECTION A — (5 × 5 = 25 marks)

Answer any FIVE of the following.

1. Give the tips of beautiful hair.

அழகான முடிகளுக்கான உதவிக் குறிப்புகள் வரைக.

2. Explain Hennaing

ஹேனாங்கை விளக்குக.

3. Discuss scalp related problem and remedies.

தலையின் மேற்பகுதியில் ஏற்படும் பிரச்சனை மற்றும்
தீர்வுகளை பற்றி விளக்குக.

4. Write about any three types of hair styles.

ஏதேனும் மூன்று கூந்தல் ஒப்பணைகளை விளக்கு.

5. Write about any three types of exercises.
ஏதேனும் மூன்று வகையான உடற்பயிற்சியை விளக்குக.
6. Discuss about the maintenance of eyelashes.
கண் இமைகளை பராமரித்தல் எவ்வாறு?
7. What are tips for beautiful hands?
அழகான கை முனைகளுக்கான உதவிக்குறிப்புகள் வரைக.
8. Explain the types of pedicure.
பெடிக்கியூரின் வகைகளை விளக்குக.

SECTION B — (5 × 8 = 40 marks)

Answer any FIVE of the following.

9 and 10th questions are compulsory.

9. Choose the best answer:
- (a) A round face is _____
- (i) Short bobs
- (ii) Long hair
- (iii) Style that increase crown area
- (iv) Bang and Layers.

வட்ட முகத்திற்கு ஏற்றது

- (i) சோர்ட் பொபிஸ்
- (ii) நீளமான முடி
- (iii) கீரிடம் அணியும் பகுதியை அதிகாரிக்கும் முறை
- (iv) பங் மற்றும் லேயேர்ஸ்

(b) Hair style suitable for special Indian occasion

- (i) Plait with flowers
- (ii) Side braid
- (iii) Messy bun
- (iv) All the above

சிறந்த இந்திய விழாக்களுக்கு ஏற்ற கூந்தல் ஒப்பனை?

- (i) பின்னலுடன் பூக்கள்
- (ii) பக்க பின்னல்
- (iii) மெசி பண்
- (iv) இவை அனைத்தும்

(c) Psychological well being is _____
health

- (i) physical
- (ii) mental
- (iii) both (i) and (ii)
- (iv) none

பிஸிசொலொஜிக்கல் நலம் இருப்பது
_____ ஆரோக்கியம்

- (i) உடற்
- (ii) மன
- (iii) (i) மற்றும் (ii)
- (iv) எதுவும் இல்லை

(d) Ideal weight for a 5.5” women is

- (i) 113 – 138165
- (ii) 108 – 132
- (iii) 99 –121
- (iv) 104 – 127

ஒரு 5.5 அங்குல பெண்களின் சிறந்த எடை

- (i) 113 – 138165
- (ii) 108 – 132
- (iii) 99 –121
- (iv) 104 – 127

(e) _____ exercise speeds up heart rate and breathing

- (i) Balance
- (ii) Flexibility
- (iii) Aerobic
- (iv) Strength

_____ உடற்பயிற்சி இதய துடிப்பு மற்றும் சுவாச அளவை கூட்டுகிறது

- (i) இருப்பு
- (ii) நெகிழ்வு
- (iii) வளி
- (iv) வலிமை

(f) Healthy diet helps to

- (i) Promote health
- (ii) Protect against chronic disease
- (iii) Both (i) and (ii)
- (iv) None

ஆரோக்கியமான உணவு _____ உதவுகிறது

- (i) ஆரோக்கியத்தை மேம்படுத்தும்
- (ii) குரோனிக் நோய்க்கு எதிராக பாதுகாக்கவும்
- (iii) (i) மற்றும் (ii)
- (iv) எதுவுமில்லை

(g) Slimming exercise is

- (i) Cycling
- (ii) Jogging
- (iii) Running
- (iv) All the above

ஒல்லியாக வேண்டிய உடற்பயிற்சிகள்

- (i) சைக்கிள் ஓட்டுதல்
- (ii) ஜாகிங்
- (iii) ஓடுதல்
- (iv) இவை அனைத்தும்

(h) Itchy, burning feet and toes are

- (i) Blisters
- (ii) Athlets foot
- (iii) Bunions
- (iv) Corns

இட்சி எரியும் பாதம் மற்றும் கால்விரல்கள்

- (i) கொப்புலங்கள்
- (ii) தடகள அடி
- (iii) புனின்ஸ்
- (iv) கோர்ன்ஸ்

(i) Raised pocket of fluid on feet is

- (i) Athlets foot
- (ii) Blisters
- (iii) Bunions
- (iv) Corns

காலில் திரவம் திரட்டப்பட்ட பகுதி

- (i) தடகள அடி
- (ii) கொப்புலங்கள்
- (iii) புனின்ஸ்
- (iv) கோர்ன்ஸ்

(j) Teeth care is

- (i) Brushing
- (ii) Flossing
- (iii) Cleaning
- (iv) All the above

பற்கள் கவனிப்பு

- (i) துலக்குதல்
- (ii) பிளாசிங்
- (iii) சுத்தம் செய்யுதல்
- (iv) இவை அனைத்தும்

10. True or False: (10 × 1 = 10)

(a) Flexibility exercise increase breathing

வளைந்து கொடுக்கும் உடற்பயிற்சி சுவாசத்தை அதிகரிக்கிறது

(b) Potato chips reduces stomach fat

உருளைக்கிழங்கு சில்லுகள் வயிற்று கொழுப்பை குறைக்கின்றது

(c) Crunches burns belly fat taster

கிரஞ்சஸ் வேகமாக வயிற்று கொழுப்பை எரிக்கிறது

(d) Black rings can be removed by applying Ice cubes

கருவளையங்கள் ஐஸ்கியிப் பயன்படுத்துவதன் மூலம் அகயற்றப்படலாம்

(e) Using moisturizer helps to clean hails.

மாய்ஸ்ரைசரை பயன்படுத்தி நகங்களை சுத்தம் செய்யலாம்

(f) Nail shaping works best for long fingers with a wide nail bed

நகம் வடிவமைப்பு நீள, அகலமான விரல்களுக்கு ஏற்றது

(g) Nail clipper is a manicure tool

நகவெட்டி ஒரு மெனிக்கியூர் கருவி

- (h) Blisters raised pocken of fluid on your feet
கொப்புளங்கள் உங்கள் காலடியில் திரவத்தை
எழுப்பும்
- (i) Round circles of thickeneal skin on toes is
Bunions
கால்விரல் தோலின் வட்ட வட்டங்கள் புனினன்ஸ்
ஆகும்
- (j) To clean in between the teeth is floss
பற்களுக்கு இடையே உள்ள அசுத்தத்தை சுத்தம்
செய்வது ஃப்ளாஸ்.

11. What are the treatment for different types of hair?
பல்வேறு வகை முடிகளுக்கு சிகிச்சை என்னென்ன?
12. Write about the dandruff causes, effects and
treatment.
தலை பொடுகு காரணங்கள், விளைவு மற்றும் சிகிச்சை
பற்றி எழுது.
13. Discuss about Herbal beauty receipes for hair
scalp.
முடி உச்சந்தலைக்கு ஏற்ற மூலிகை அழகு பற்றி
விவாதிக்கவும்.
14. What are the content of a diet food?
உணவு உணவிற்கான உள்ளடக்கம் என்ன?

15. Write about Mehandi cone preparation and application.

மெஹந்தி கோன் தயாரித்தல் மற்றும் பயன்பாடு பற்றி எழுதுக.

16. Discuss on herbal receipes for beautiful teeth care.

அழகான பற்கள் பராமரிப்புக்காக மூலிகை உணவைப் பற்றி விவாதிக்கவும்.
