

30/8/15

(i) Printed Pages : 4

Roll No.

(ii) Questions : 8

Sub. Code :

8	2	3	5
---	---	---	---

Exam. Code :

1	1	0	2
---	---	---	---

B.Ed 2nd Semester
1045

HEALTH AND PHYSICAL EDUCATION (In all Mediums)

(Same for USOL Candidates of 4th Semester)

Paper-V Part-B Opt. (iv)

Time Allowed : Two Hours]

[Maximum Marks : 32

Note :- (1) Attempt any one question each from Unit I and II, each question carries 8 marks.

(2) Unit III is compulsory each question carries 4 marks.

UNIT-I

1. What is Importance of aims of Physical Education ? Examine critically.
2. What is Balance Diet ? Discuss the constituents of Balance Diet.

UNIT-II

3. What is Recreation ? Mention different types of Recreational programmes in our school.
4. Discuss the causes and preventive measures of communicable diseases.

UNIT-III

5. Write a short note on overpopulation
6. Importance of Physical Education Programmes in schools.
7. Layout of Badminton Ground.
8. Write a short note on Importance of Yoga.

(हिन्दी माध्यम)

- Note :-** (1) Attempt any **one** question each from Unit I and II, each question carries 8 marks.
- (2) Unit III is compulsory each question carries 4 marks.

यूनिट-1

1. शारीरिक शिक्षा के उद्देश्यों का क्या महत्त्व है ? आलोचनात्मक समीक्षा करो।
2. संतुलित आहार क्या है ? संतुलित आहार के तत्वों पर चर्चा करें।

यूनिट-11

3. मनोरंजन क्या है ? हमारे स्कूलों में मनोरंजन कार्यक्रम के विभिन्न प्रकारों का वर्णन करो।
4. संचारी रोगों के कारणों और रोकथाम के उपायों पर चर्चा करो।

यूनिट-III

5. अति-जनसंख्या पर संक्षिप्त नोट लिखो।
6. स्कूलों में शारीरिक शिक्षा के कार्यक्रमों का महत्त्व।
7. बैडमिंटन ग्राउंड की रूपरेखा।
8. योग के महत्त्व पर संक्षिप्त नोट लिखो।

(ਪੰਜਾਬੀ ਅਨੁਵਾਦ)

- Note :-** (1) Attempt any **one** question each from Unit I and II, each question carries 8 marks.
- (2) Unit III is compulsory each question carries 4 marks.

ਯੂਨਿਟ-1

1. ਸਰੀਰਕ ਸਿੱਖਿਆ ਦੇ ਉਦੇਸ਼ਾਂ ਦਾ ਕੀ ਮਹੱਤਵ ਹੈ ? ਆਲੋਚਨਾਤਮਕ ਸਮੀਖਿਆ ਕਰੋ।
2. ਸੰਤੁਲਿਤ ਆਹਾਰ ਕੀ ਹੈ ? ਸੰਤੁਲਿਤ ਆਹਾਰ ਦੇ ਤੱਤਾਂ ਉੱਪਰ ਚਰਚਾ ਕਰੋ।

ਯੂਨਿਟ-11

3. ਮਨੋਰੰਜਨ ਕੀ ਹੈ ? ਸਾਡੇ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਮਨੋਰੰਜਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਦੀਆਂ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਕਿਸਮਾਂ ਦਾ ਵਰਣਨ ਕਰੋ।
4. ਸੰਚਾਰੀ ਰੋਗਾਂ ਦੇ ਕਾਰਨਾਂ ਅਤੇ ਰੋਕਥਾਮ ਦੇ ਉਪਾਵਾਂ ਉੱਪਰ ਚਰਚਾ ਕਰੋ।

ਯੂਨਿਟ-III

5. ਅਤਿ-ਜਨਸੰਖਿਆ ਉਪਰ ਸੰਖਿਪਤ ਨੋਟ ਲਿਖੋ।
6. ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਸਰੀਰਕ ਸਿਖਿਆ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਦਾ ਮਹੱਤਵ।
7. ਬੈਡਸਿੰਟਨ ਗ੍ਰਾਊਂਡ ਦੀ ਰੂਪ-ਰੇਖਾ।
8. ਯੋਗ ਦੇ ਮਹੱਤਵ ਉਪਰ ਸੰਖਿਪਤ ਨੋਟ ਲਿਖੋ।