

20/05/25(E)

Exam. Code: 1103

Sub. Code: 45111

2055

B.Ed.-Fourth Semester

Paper-E 4.1/4.2 [Opt. (V)]: Life Skills Education

(Same for USOL candidates of 4th Semester)

(In all mediums)

Time allowed: 3 Hours

Max. Marks: 40

NOTE: Attempt five questions in all, including Question No. IX (Unit-V) which is compulsory and selecting one question each from Unit I -IV.

x-x-x

UNIT - I

- I. Explain the concept and importance of life skills. (8)
- II. Analyze the concept of life skill education and its need for teacher. (8)

UNIT - II

- III. Analyze the impact of communication skills on teacher effectiveness. (8)
- IV. Discuss the role of creative and critical thinking in personal and professional development. (8)

UNIT - III

- V. Discuss strategies for improving life skills among students. (8)
- VI. Describe the key challenges faced by Indian adolescents that can be addressed through life skill education. (8)

UNIT - IV

- VII. Explain why coping with stress and an emotion is an essential life skill. (8)
- VIII. Discuss the importance of incorporating interpersonal relationship skills into education. (8)

UNIT - V

- IX. Write in short on the following:
- a) Enlist core life skills prescribed by WHO.
- b) Skill of problem solving
- c) Importance of livelihood skills.
- d) Self-Awareness

(4×2)

x-x-x

(Hindi and Punjabi versions enclosed)

P.T.O.

(2)

ਨੋਟ: ਕਿਨ੍ਹੀ ਪਾਛ ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਂ ਦੇ ਉਤਰ ਦੇ। ਪ੍ਰਤ੍ਯੇਕ ਭਾਗ (1-4) ਦੇ ਏਕ-ਏਕ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਕਾ ਚਯਨ ਕਰੇ। ਪ੍ਰਸ਼ਨ-9 (ਭਾਗ-5) ਅਨਿਵਾਰ੍ਯ ਹੈ।

-*_*_*-

ਭਾਗ-1

1. ਜੀਵਨ ਕੌਸ਼ਲ ਅਵਧਾਰਣਾ ਔਰ ਮਹਤਵ ਕੀ ਵ੍ਯਾਖ੍ਯਾ ਕੀਜ਼ਿਏ।
2. ਜੀਵਨ ਕੌਸ਼ਲ ਸ਼ਿਕਸ਼ਾ ਕੀ ਅਵਧਾਰਣਾ ਔਰ ਸ਼ਿਕਸ਼ਕ ਕੇ ਲਿਏ ਇਸਕੀ ਆਵਸ਼ਯਕਤਾ ਕਾ ਵਿਸ਼ਲੇਸ਼ਣ ਕੀਜ਼ਿਏ।

ਭਾਗ-2

3. ਸ਼ਿਕਸ਼ਕ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ੀਲਤਾ ਪਰ ਸੰਚਾਰ ਕੌਸ਼ਲ ਕੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਕਾ ਵਰਣਨ ਕੀਜ਼ਿਏ।
4. ਵ੍ਯਕਤਿਗਤ ਔਰ ਵ੍ਯਾਵਸਾਯਿਕ ਵਿਕਾਸ ਮੇਂ ਰਚਨਾਤਮਕ ਔਰ ਆਲੋਚਨਾਤਮਕ ਸੋਚ ਕੀ ਭੂਮਿਕਾ ਕਾ ਵਿਸ਼ਲੇਸ਼ਣ ਕੀਜ਼ਿਏ।

ਭਾਗ-3

5. ਛਾਤ੍ਰੋਂ ਮੇਂ ਜੀਵਨ ਕੌਸ਼ਲ ਮੇਂ ਸੁਧਾਰ ਕੇ ਲਿਏ ਰਣਨੀਤਿਯੋਂ ਕੀ ਵ੍ਯਾਖ੍ਯਾ ਕੀਜ਼ਿਏ।
6. ਭਾਰਤੀਯ ਕਿਸ਼ੋਰੋਂ ਕੋ ਪੇਸ਼ ਆਨੇ ਵਾਲੀ ਪ੍ਰਮੁਖ ਚੁਨੌਤਿਯੋਂ ਕਾ ਵਰਣਨ ਕੀਜ਼ਿਏ ਜਿਨ੍ਹੇਂ ਜੀਵਨ ਕੌਸ਼ਲ ਸ਼ਿਕਸ਼ਾ ਕੇ ਸਾਧ੍ਯਮ ਸੇ ਸੰਬੋਧਿਤ ਕਿਯਾ ਜਾ ਸਕਤਾ ਹੈ।

ਭਾਗ-4

7. ਤਨਾਵ ਔਰ ਭਾਵਨਾਔਂ ਸੇ ਨਿਪਟਨਾ ਏਕ ਆਵਸ਼ਯਕ ਜੀਵਨ ਕੌਸ਼ਲ ਕ੍ਯੋਂ ਹੈ? ਵ੍ਯਾਖ੍ਯਾ ਕੀਜ਼ਿਏ।
8. ਸ਼ਿਕਸ਼ਾ ਮੇਂ ਪਾਰਸਪਰਿਕ ਸੰਬੰਧ ਕੌਸ਼ਲ ਕੋ ਸ਼ਾਮਿਲ ਕਰਨੇ ਕੇ ਮਹਤਵ ਕਾ ਵਰਣਨ ਕੀਜ਼ਿਏ।

ਭਾਗ-5

9. ਨਿਮਨਲਿਖਿਤ ਪ੍ਰਸ਼ਨੋਂ ਪਰ ਸੰਖਿਪਤ ਟਿਪਣੀ ਲਿਖਿਏ:-
(ਕ) ਡਬਲ੍ਯੂ.ਏਚ.ਔ. ਫ਼ਾਰਾ ਨਿਧਾਰਿਤ ਮੁਖ੍ਯ ਜੀਵਨ ਕੌਸ਼ਲ ਕੀ ਸੂਚੀ ਤੈਯਾਰ ਕੀਜ਼ਿਏ।
(ਖ) ਸਮਸ੍ਯਾ ਸਮਾਧਾਨ ਕਾ ਕੌਸ਼ਲ
(ਗ) ਆਜੀਵਿਕਾ ਕੌਸ਼ਲ ਕਾ ਮਹਤਵ।
(ਘ) ਆਤਮ-ਜਾਗਰੂਕਤਾ

-*_*_*-

(3)

ਨੋਟ: ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਨੰਬਰ 9 (ਭਾਗ-5) ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ ਅਤੇ ਭਾਗ (1-4) ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ-ਇੱਕ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰਦੇ ਹੋਏ, ਸਾਰਿਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੁੱਲ ਪੰਜ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਕਰੋ।

-*_*_*-

ਭਾਗ-1

1. ਜੀਵਨ ਹੁਨਰਾਂ ਦੀ ਧਾਰਨਾ ਅਤੇ ਮਹੱਤਤਾ ਦੀ ਵਿਆਖਿਆ ਕਰੋ।
2. ਜੀਵਨ ਹੁਨਰ ਸਿੱਖਿਆ ਦੀ ਧਾਰਨਾ ਅਤੇ ਅਧਿਆਪਕ ਲਈ ਇਸਦੀ ਲੋੜ ਦਾ ਵਿਸ਼ਲੇਸ਼ਣ ਕਰੋ।

ਭਾਗ-2

3. ਅਧਿਆਪਕ ਦੀ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ੀਲਤਾ 'ਤੇ ਸੰਚਾਰ ਹੁਨਰਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਦਾ ਵਰਣਨ ਕਰੋ।
4. ਨਿੱਜੀ ਅਤੇ ਪੇਸ਼ੇਵਰ ਵਿਕਾਸ ਵਿੱਚ ਰਚਨਾਤਮਕ ਅਤੇ ਆਲੋਚਨਾਤਮਕ ਸੋਚ ਦੀ ਭੂਮਿਕਾ ਦਾ ਵਿਸ਼ਲੇਸ਼ਣ ਕਰੋ।

ਭਾਗ-3

5. ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਵਿੱਚ ਜੀਵਨ ਹੁਨਰਾਂ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਰਣਨੀਤੀਆਂ ਦੀ ਵਿਆਖਿਆ ਕਰੋ।
6. ਭਾਰਤੀ ਕਿਸ਼ੋਰਾਂ ਵੱਲੋਂ ਦਰਪੇਸ਼ ਮੁੱਖ ਚੁਣੌਤੀਆਂ ਦਾ ਵਰਣਨ ਕਰੋ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਜੀਵਨ ਹੁਨਰ ਸਿੱਖਿਆ ਵੱਲੋਂ ਹੱਲ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਭਾਗ-4

7. ਤਣਾਅ ਅਤੇ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣਾ ਇੱਕ ਜ਼ਰੂਰੀ ਜੀਵਨ ਹੁਨਰ ਕਿਉਂ ਹੈ? ਵਿਆਖਿਆ ਕਰੋ।
8. ਸਿੱਖਿਆ ਵਿੱਚ ਅੰਤਰ-ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਸਬੰਧਾਂ ਦੇ ਹੁਨਰਾਂ ਨੂੰ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਨ ਦੀ ਮਹੱਤਤਾ ਦਾ ਵਰਣਨ ਕਰੋ।

ਭਾਗ-5

9. ਹੇਠਾਂ ਲਿਖਿਆ ਉੱਤੇ ਸੰਖੇਪ ਟਿੱਪਣੀ ਲਿਖੋ:-
(ੳ) ਵਿਸ਼ਵ ਸਿਹਤ ਸੰਸਥਾ ਵੱਲੋਂ ਨਿਰਧਾਰਤ ਮੁੱਖ ਜੀਵਨ ਹੁਨਰਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਤਿਆਰ ਕਰੋ।
(ਅ) ਸਮੱਸਿਆ ਹੱਲ ਕਰਨ ਦਾ ਹੁਨਰ
(ੲ) ਰੋਜ਼ੀ-ਰੋਟੀ ਦੇ ਹੁਨਰਾਂ ਦੀ ਮਹੱਤਤਾ।
(ਸ) ਸਵੈ-ਜਾਗਰੂਕਤਾ

-*_*_*-