

BED-120

June - Examination 2019

B.Ed. Examination**Health and Physical Education**

स्वास्थ्य एवं शारीरिक शिक्षा

Paper - BED-120**Time : 3 Hours]****[Max. Marks :- 35**

Note: The question paper is divided into three sections A, B and C. Write answers as per the given instructions.

निर्देश : यह प्रश्न पत्र 'अ', 'ब' और 'स' तीन खण्डों में विभाजित है। प्रत्येक खण्ड के निर्देशानुसार प्रश्नों के उत्तर दीजिए।

Section - A**7 × 1 = 7**

(Very Short Answer Questions)

Note: Answer **all** questions. As per the nature of the question delimit your answer in one word, one sentence or maximum up to 30 words. Each question carries 1 marks.

खण्ड - 'अ'

(अति लघु उत्तरीय प्रश्न)

निर्देश : सभी प्रश्नों के उत्तर दीजिए। आप अपने उत्तर को प्रश्नानुसार एक शब्द, एक वाक्य या अधिकतम 30 शब्दों में परिसीमित कीजिए। प्रत्येक प्रश्न 1 अंक का है।

- 1) (i) Write definition and meaning of health education according to J.F. William.
जे. एफ. विलियम के अनुसार स्वास्थ्य शिक्षा का अर्थ लिखिये।
- (ii) Write the Types of Warm-up
वार्म-अप के प्रकार लिखिये।
- (iii) When World Nutrition Week is celebrated?
विश्व पोषण सप्ताह कब मनाया जाता है ?
- (iv) What are the factors required for motivating players for physical education?
खिलाड़ियों को शारीरिक शिक्षा के लिए अभिप्रेरित करने वाले कारक कौन से हैं ?
- (v) Write name of any two principles of physical fitness?
शारीरिक तंदुरुस्ती के कोई दो सिद्धांतों के नाम लिखिये।
- (vi) What is the Importance of lumbering down?
स्थिर होने का क्या महत्व है ?
- (vii) Define the Principle of overload.
अतिरिक्त भार के सिद्धांत को परिभाषित कीजिये।

Section - B**4 × 4 = 16**

(Short Answer Questions)

Note: Answer **any four** questions. Each answer should not exceed 200 words. Each question carries 4 marks.

खण्ड - ब

(लघु उत्तरीय प्रश्न)

निर्देश : किन्हीं **चार** प्रश्नों के उत्तर दीजिए। आप अपने उत्तर को अधिकतम 200 शब्दों में परिसीमित कीजिए। प्रत्येक प्रश्न 4 अंकों का है।

- 2) Write in brief the objectives of Health Education.
स्वास्थ्य शिक्षा के उद्देश्य संक्षेप में लिखिए।
- 3) What is the effect of Physical Education in the process of Socializations?
शारीरिक शिक्षा का समाजीकरण की प्रक्रिया पर क्या प्रभाव पड़ता है?
- 4) Write a short note on Physical fitness.
शारीरिक तंदुरुस्ती पर संक्षिप्त टिप्पणी लिखिए।
- 5) What do you understand by Pranayama and what should be its objectives?
प्राणायाम से आप क्या समझते हैं और इसके क्या उद्देश्य होने चाहिए?
- 6) Write in detail about the coaching career in Physical Education.
शारीरिक शिक्षा में प्रशिक्षण कैरियर के बारे में विस्तार से लिखिये।
- 7) Write brief introduction of Physical Wellness.
शारीरिक स्वस्थता का परिचय दीजिये।
- 8) What are the types of Samadhi? Write in brief.
समाधि के कितने भेद हैं? संक्षेप में बताएं।
- 9) What Health Programme is necessary in School?
स्कूल में स्वास्थ्य कार्यक्रम क्यों आवश्यक है?

Section - C**2 × 6 = 12**

(Long Answer Questions)

Note: Answer **any two** questions. You have to delimit your each answer maximum up to 500 words. Each question carries 6 marks.

खण्ड - स

(दीर्घ उत्तरीय प्रश्न)

निर्देश : किन्हीं दो प्रश्नों के उत्तर दीजिए। आप अपने उत्तर को अधिकतम 500 शब्दों में परिसीमित कीजिए। प्रत्येक प्रश्न 6 अंकों का है।

- 10) What are the responsibilities of various committees in organizing a Tournament? Explain
खेल प्रतियोगिताओं के आयोजन के लिए विभिन्न समितियों की क्या जिम्मेदारियाँ होती हैं? व्याख्या कीजिये।
- 11) What is the importance of Play ground in school? What are the characteristics of Play Ground facilities?
स्कूल में खेल मैदानों की क्या आवश्यकता है? खेल मैदानों में उपलब्ध सुविधाओं की विशेषताएँ लिखिये।
- 12) What do you understand by Yog Darshan? What is the importance of Yoga in various body systems?
योगदर्शन से क्या अभिप्राय है? शरीर की विभिन्न प्रणालियों के लिये योग का क्या महत्त्व है?
- 13) What is the importance of health & physical education for decreasing the mental pressure?
मानसिक दबावों को कम करने में शारीरिक व स्वास्थ्य शिक्षा का क्या महत्त्व है?