

B.Ed
Health & Physical Education and Yoga

Time : 3:00 hour

[Max. marks : 80

खण्ड—अ
लघु उत्तरीय प्रश्न

नोट : सभी प्रश्न करना अनिवार्य है।

प्रत्येक : 4

1. शारीरिक शिक्षा की परीभाषाएँ लिखिए ?
2. शारीरिक शिक्षा के बारे में भ्रान्तिया क्या हैं ?
3. आधुनिक समाज में शारीरिक शिक्षा का महत्व लिखिए।
4. वृद्धि एवं विकास में अन्तर बताइए।
5. वृद्धि एवं विकास को परिभाषित कीजिए।
6. "स्वास्थ्य" और स्वास्थ्य शिक्षा की दो परीभाषाएँ लिखिए।
7. शारीरिक शिक्षा के उद्देश्य क्या हैं ?

खण्ड—ब
दीर्घ उत्तरीय प्रश्न

नोट : किन्ही दो प्रश्नों के उत्तर दीजिए।

प्रत्येक : 12

1. शारीरिक क्रियाएँ एवं खेल सांस्कृतिक विरासत के रूप में लिखिए।
2. शारीरिक गतिविधियों एवं खेल के सम्बन्ध में आयु एवं मौन भेद के बारे में लिखिए।
3. निम्न पदों पर टिप्पणी करें।
(1) वृद्धि (2) विकास (3) अधिगम (4) परिपक्वता (5) कम विकास

खण्ड—स
दीर्घ उत्तरीय प्रश्न

नोट : किन्ही दो प्रश्नों के उत्तर दीजिए।

प्रत्येक : 12

1. स्वास्थ्य के अर्थ पर टिप्पणी लिखिए।
2. शारीरिक शिक्षा का सामान्य शिक्षा से सम्बन्ध।
3. योगा की चार परीभाषा एवं उद्देश्य बताइए।
4. योगा से आपको शारीरिक एवं मानसिक लाभ क्या प्राप्त हुए।