

Z-145

Total Pages : 4

Roll No.

S-2417

B.P.Ed. (IInd Semester) Examination, 2021-22

PHYSICAL EDUCATION

(Sports Nutrition and Weight Management)

Paper-BPED-201

Time : 2:30 Hours]

Max. Marks : 80

UNIT-I / (इकाई-I)

(Long Question)

1. Describe the meaning, need, importance and definition of Sports Nutrition.

खेल पोषण के अर्थ और परिभाषा का वर्णन करें।

OR / (अथवा)

Explain the basic Nutrition guidelines and the role of nutrition in sports and games. 15

बुनियादी पोषण संबंधी दिशा-निर्देशों और खेलों में पोषण की भूमिका की व्याख्या कीजिए।

Z-145/S-2417

[P.T.O.]

UNIT-II / (इकाई-II)

(Long Question)

2. Write down the role of carbohydrates and Fat with proper classification.

उचित वर्गीकरण के साथ कार्बोहाइड्रेट और वसा की भूमिका लिखिए।

OR / (अथवा)

Write down the meaning and importance of Protein with proper classification. 15

उचित वर्गीकरण के साथ प्रोटीन का अर्थ और महत्त्व लिखिए।

UNIT-III / (इकाई-III)

(Long Question)

3. Write down the meaning, and concept of weight management.

वजन प्रबंधन का अर्थ और अवधारणा लिखिए।

OR / (अथवा)

Describe the meaning, definition of Obesity and how to manage overcoming obesity ? 15

मोटापे के अर्थ और परिभाषा का वर्णन करें, और मोटापे को दूर करने के लिए प्रबंधन कैसे करें।

UNIT-IV / (इकाई-IV)

(Long Question)

4. Describe the daily calorie intake-expenditure of a normal person and determination of desired body weight.

एक सामान्कीय व्यक्ति की दैनिक कैलोरी सेवन-व्यय और शरीर के वांछित वजन के निर्धारण का वर्णन करें।

OR / (अथवा)

Describe the design diet plan and exercise schedule for weight gain and loss. 15

वजन बढ़ाने और घटाने के लिए डिजाइन आहार योजना और व्यायाम कार्यक्रम का वर्णन करें।

UNIT-V / (इकाई-V)

Note : Answer any *four* questions out of 8. (2½×4=10)

5. (a) Write down the meaning of basic Nutrition.
(b) What is the role of protein in the human body ?
(c) Write down the types of Carbohydrates.
(d) Write down the meaning of BMI.
(e) Write down the definition of Obesity.
(f) Write down the meaning of balanced diet.
(g) What is calories ?
(h) Write down the role of calcium in the human body.

- (क) मूल पोषण का अर्थ लिखिए।
- (ख) मानव शरीर में प्रोटीन की क्या भूमिका है?
- (ग) कार्बोहाइड्रेट के प्रकार लिखिए।
- (घ) बीएमआई का अर्थ लिखिए।
- (ङ) मोटापे की परिभाषा लिखिए।
- (च) संतुलित आहार का अर्थ लिखिए।
- (छ) कैलोरी क्या है?
- (ज) मानव शरीर में कैल्शियम की भूमिका लिखिए।
-

Z-146

Total Pages : 4

Roll No.

S-2418

B.P.Ed. (IInd Semester) Examination, 2021-22

**EDUCATIONAL TECHNOLOGY AND METHODS OF
TEACHING IN PHYSICAL EDUCATION**

Paper-BPED-202

Time : 2:30 Hours]

Max. Marks : 80

UNIT-I / (इकाई-I)

(Long Question)

1. How many types of education are there? Explain in detail.

शिक्षा कितने प्रकार की होती है? विस्तार से समझाइए।

OR / (अथवा)

What is the teaching technique? Explain any four techniques of teaching. 15

शिक्षण तकनीक क्या है? शिक्षण की किन्हीं चार तकनीकों की व्याख्या करें।

UNIT-II / (इकाई-II)

(Long Question)

2. What do you mean by presentation technique? Explain it in details.

प्रस्तुतीकरण तकनीक से आप क्या समझते हैं? इसे विस्तार से समझाइए।

OR / (अथवा)

What do you mean by command in physical education? Explain its types and used in different situations.

शारीरिक शिक्षा में कमांड से आप क्या समझते हैं? विभिन्न स्थितियों में इसके उपयोग और प्रकारों की व्याख्या करें।

UNIT-III / (इकाई-III)

(Long Question)

3. What is the importance of teaching aids? Explain the criteria of selecting teaching aids.

शिक्षण सहायक सामग्री का क्या महत्त्व है? शिक्षण सहायक सामग्री के चयन के मापदंडों की व्याख्या करें।

OR / (अथवा)

Write about any five audio and visual teaching aids. Explain in detail.

15

किन्हीं पांच श्रव्य एवं दृश्य शिक्षण संसाधनों के बारे में लिखिए। इसे विस्तार से समझाइए।

UNIT-IV / (इकाई-IV)

(Long Question)

4. What is the meaning of micro teaching? Write down the types & steps of micro teaching.

सूक्ष्म शिक्षण का क्या अर्थ है? इसके प्रकारों और चरणों की व्याख्या कीजिए।

OR / (अथवा)

What do you know about simulation teaching? Write down the steps of simulation teaching.

आप अनुकरण शिक्षण के बारे में क्या जानते हैं? अनुकरण शिक्षण के चरणों को लिखिए।

UNIT-V / (इकाई-V)

(Short Question)

Note : Answer any 4 questions out of 8. (2½×4=10)

5. (a) Write down the meaning of education technology.
(b) Write about the method of teaching procedure.
(c) What is the meaning and advantage of team teaching?
(d) What is the difference between teaching methods and teaching aids?

- (e) What do you mean by presentation technique?
 - (f) How many typed of lesson plan?
 - (g) Write about the importance of general lesson plan.
 - (h) Write about the importance of specific lesson plan.
 - (क) शिक्षण प्रौद्योगिकी का अर्थ लिखिए।
 - (ख) शिक्षण प्रक्रिया की विधि के बारे में लिखिए।
 - (ग) टीम शिक्षण का अर्थ और लाभ क्या है?
 - (घ) शिक्षण विधि और शिक्षण सहायक सामग्री में क्या अंतर है?
 - (ङ) प्रस्तुतीकरण तकनीक से आप क्या समझते हैं?
 - (च) पाठ योजना कितने प्रकार की होती है?
 - (छ) सामान्य पाठ योजना के महत्व के बारे में लिखिए।
 - (ज) विशिष्ट पाठ योजना के महत्व के बारे में लिखिए।
-

Z-147

Total Pages : 4

Roll No.

S-2419

BPED (IInd Semester) Examination, 2021-22

PHYSICAL EDUCATION

(Organization and Administration)

Paper-BPED-203

Time : 2:30 Hours]

Max. Marks : 80

UNIT-I / (इकाई-I)

(Long Question)

1. Describe the qualification and responsibilities of Physical education teachers and pupil leaders.

शारीरिक शिक्षा शिक्षकों और छात्र नेताओं की योग्यता और जिम्मेदारियों का वर्णन करें।

OR / (अथवा)

Describe the organizing, staffing and function of planning.

15

आयोजन, स्टाफिंग और नियोजन के कार्य का वर्णन करें।

Z-147/S-2419

[P.T.O.]

UNIT-II / (इकाई-II)
(Long Question)

2. Write down the meaning, definition, and importance of the Budget.

बजट का अर्थ, परिभाषा और महत्त्व लिखिए।

OR / (अथवा)

How to maintain records and explain with attendance register, stock register, cash register, physical efficiency record. 15

रिकॉर्ड कैसे बनाए रखें और उपस्थिति रजिस्टर, स्टॉक रजिस्टर, कैश रजिस्टर, शारीरिक दक्षता रिकॉर्ड के साथ समझाएं।

UNIT-III / (इकाई-III)
(Long Question)

3. How to care for Equipments, School building, Gymnasium, Swimming pool, Play fields and playground.

उपकरण, स्कूल की इमारत, व्यायामशाला, स्विमिंग पूल, खेल के मैदान और खेल के मैदान की देखभाल कैसे करें।

OR / (अथवा)

Write down the meaning, need and importance of time-table management. Which features affect them explain it. 15

समय-सारणी प्रबंधन का अर्थ, आवश्यकता और महत्त्व लिखिए। कौन-से कारक उन्हें प्रभावित करते हैं। इसकी व्याख्या करें।

UNIT-IV / (इकाई-IV)

(Long Question)

4. Write down the need and importance of Tournament with classification.

टूर्नामेंट की आवश्यकता और महत्त्व को वर्गीकरण सहित लिखिए।

OR / (अथवा)

What are Intramurals and Extramural Tournaments and explain their importance ? 15

इंट्राम्यूरल और एक्स्ट्राम्यूरल टूर्नामेंट क्या हैं और उनके महत्त्व की व्याख्या करें।

UNIT-V / (इकाई-V)

Note : Answer any *four* questions out of 8. (2½×4=10)

5. (a) Write down the meaning of Organization.
(b) What is staffing ?
(c) Write down the definition of Budget.
(d) Write down the definition of Office Management.
(e) Write down the meaning of Equipment.
(f) Write down the meaning of Time Table.
(g) Write down the Importance of Knock-out-Tournament.
(h) Write down the Importance of League Tournament.

(क) संगठन का अर्थ लिखिए।

(ख) स्टाफिंग क्या है?

(ग) बजट की परिभाषा लिखिए।

(घ) कार्यालय प्रबंधन की परिभाषा लिखिए।

(ङ) उपकरण का अर्थ लिखिए।

(च) टाइम टेबल का अर्थ लिखिए।

(छ) नॉक-आउट टूर्नामेंट का महत्त्व लिखिए।

(ज) लीग टूर्नामेंट के महत्त्व को लिखिए।

Z-148

Total Pages : 4

Roll No.

S-2420

B.P.Ed. IInd Semester Examination, 2021-22

**CONTEMPORARY ISSUES IN PHYSICAL
EDUCATION FITNESS AND WELLNESS**

Paper-BPED-204

Time : 2:30 Hours]

Max. Marks : 80

UNIT-I / (इकाई-I)

(Long Question)

1. Write down the meaning, definition, aim and objective of Physical Education. 15

शारीरिक शिक्षा का अर्थ, परिभाषा, उद्देश्य और लक्ष्य लिखिए।

OR / (अथवा)

Describe the importance, scope and modern concept of Physical Fitness and Wellness.

शारीरिक स्वास्थ्य और स्वस्थता के महत्त्व, कार्यक्षेत्र और आधुनिक अवधारणा का वर्णन करें।

Z-148/S-2420

[P.T.O.]

UNIT-II / (इकाई-II)
(Long Question)

2. Describe the meaning, need, types of Fitness and components of Fitness. 15
फिटनेस के अर्थ, आवश्यकता, प्रकार और फिटनेस के घटकों का वर्णन करें।

OR / (अथवा)

Describe modern lifestyle and hypo kinetic disease. How to prevent and manage them ?

आधुनिक जीवन शैली और हाइपो काइनेटिक रोग का वर्णन करें।
इन्हें कैसे रोकें और प्रबंधित करें?

UNIT-III / (इकाई-III)
(Long Question)

3. Describe the principle of Fitness development program in Physical Education. 15
शारीरिक शिक्षा में फिटनेस विकास कार्यक्रम के सिद्धांत का वर्णन करें।

OR / (अथवा)

What is Aerobic and Anaerobic exercises and how to develop these abilities ?

एरोबिक और एनारोबिक व्यायाम क्या है और इन क्षमताओं को कैसे विकसित किया जाए?

UNIT-IV / (इकाई-IV)

(Long Question)

4. Describe the Safely education in daily life and explain First Aid and Emergency Care. 15

दैनिक जीवन में सुरक्षा शिक्षा का वर्णन करें और प्राथमिक चिकित्सा और आपातकालीन देखभाल की व्याख्या करें।

OR / (अथवा)

Write down the meaning of Injuries with classification and how to prevent common injuries ? Explain it.

चोटों के वर्गीकरण के साथ अर्थ लिखिए और सामान्य चोटों को कैसे रोका जा सकता है इसे समझाइए।

UNIT-V / (इकाई-V)

(Short Answer)

Note : Answer any *four* questions out of 8.

5. (a) Write down the definition of Fitness. (5×4=20)
(b) Write down the meaning of Wellness.
(c) Write down the type of Fitness.
(d) Write down the meaning of Weight training.
(e) Write down the meaning of Anaerobic exercise.

- (f) Write down the development methods of Flexibility.
- (g) Write down the meaning of First Aids.
- (h) Write down the meaning of Acute and Chronic Injuries.

आठ में से किन्हीं चार के उत्तर दीजिए :

- (क) फिटनेस की परिभाषा लिखिए।
 - (ख) स्वस्थता का अर्थ लिखिए।
 - (ग) फिटनेस के प्रकार लिखिए।
 - (घ) भार प्रशिक्षण का अर्थ लिखिए।
 - (ङ) अवायवीय व्यायाम का अर्थ लिखिए।
 - (च) लचीलेपन की विकास विधियों को लिखिए।
 - (छ) प्राथमिक उपचार का अर्थ लिखिए।
 - (ज) एक्यूट और क्रॉनिक इंजरी का अर्थ लिखिए।
-