

Roll No. _____

S-1317

B.P.Ed II Semester Examination-2018

Paper – I

[Sports Nutrition and Weight Management]

Paper Code – PHED-601

Time : 03 Hours]

[Maximum Marks : 80

PART-A (भाग-अ)

Note : Attempt any four questions from this part by selecting one question from each unit. All question carries equal marks.
इस खण्ड से किन्हीं चार प्रश्नों के उत्तर, प्रत्येक इकाई से एक का चयन करते हुए दीजिए। सभी प्रश्नों के अंक समान हैं।

UNIT-I/इकाई-I

1. What do you mean by sports nutrition ? Explain the role of sports nutrition in games and sports.
खेल-पोषण से आप क्या समझते हैं ? खेलों में खेल-पोषण की भूमिका को विस्तार पूर्वक समझाइये।

OR/अथवा

What is nutrition guideline ? Explain the factors involve in good nutritional plan.

पोषक मार्गदर्शिका क्या है ? अच्छी पोषक कार्य योजना में सम्मिलित कारकों को विस्तार पूर्वक लिखिये।

UNIT-II/इकाई-II

2. What are protein ? Explain the classification and function of protein with suitable facts.

S-1317/PHED-601

1

P.T.O.

प्रोटीन क्या है ? प्रोटीन का वर्गीकरण एवं कार्यों को तथ्यों सहित विस्तार पूर्वक समझाईए।

OR/अथवा

How you can say that vitamins are the catalyst of our body ? describe it's function in detail.

आप किस प्रकार कह सकते हो कि विटामिंस हमारे शरीर में 'उत्प्रेरक' की भाँति हैं? विटामिंस के कार्यों को विस्तार पूर्वक लिखिये।

UNIT-III/इकाई-III

3. What do you mean by weight management ? Explain the modern concept of weight management.
भार प्रबंधन से आप क्या समझते हो ? भार प्रबंधन के आधुनिक सिद्धांतों को विस्तार पूर्वक लिखिये।

OR/अथवा

Write the following :-

निम्न को लिखिए :-

- (i) Obesity and types of obesity.
मोटापा तथा मोटापे के प्रकार।
- (ii) Concept of BMI.
बीएमआई के सिद्धांत

UNIT-IV/इकाई-IV

4. What is balanced diet ? Prepare a detail diet plan for school going children (under age 10-14 years).
संतुलित आहार क्या है ? एक स्कूल जाने वाले विद्यार्थी (आयु वर्ग 10-14 वर्ष) को ध्यान में रखते हुए एक विस्तृत आहार योजना तैयार कीजिए।

OR/अथवा

Write any two of the following :-

निम्न में से किन्हीं दो को लिखिये :-

- (i) Draw a routine chart of an athletics from morning to night.
एक एथलीट को ध्यान में रखते हुए उसकी प्रातः काल से रात्रि विश्राम तक की विस्तृत दिनचर्या क्रमबद्ध बनाइये।
- (ii) Make a detail weight management programme for a student.
एक विद्यार्थी के लिए भार प्रबंधन की दृष्टि से विस्तृत कार्य योजना तैयार कीजिए।
- (iii) Determinants of desirable body weight.
वांछनीय शरीर भार के निर्धारक।

PART-B (भाग-ब)

Note : Attempt any four question from all. Each question carries equal marks (2½).

किन्हीं चार प्रश्नों के उत्तर दीजिये। प्रत्येक प्रश्न के अंक (2½) समान हैं।

1. Carbohydrates and it's function.
कार्बोहाइड्रेट्स तथा इसके कार्य।
2. Relationship of sports and nutrition.
खेल तथा पोषण में सम्बंध।
3. Which type of fats are benefited for human health and why ?
किस प्रकार की वसा मनुष्य के स्वास्थ्य के लिये लाभकारी हैं और क्यों ?
4. Obesity – causes and solution.
मोटापा – कारण तथा सुझाव।
5. Role of hydration during exercise.
व्यायाम के दौरान हाईड्रेशन की भूमिका।

6. Myth of sport education.
खेल शिक्षा की कल्पित धारणा।
7. Classification and function of minerals.
खनिज पदार्थों का वर्गीकरण एवं कार्य।
8. Suggestion to maintain healthy life style.
स्वस्थ जीवन शैली को व्यवस्थित रखने हेतु सुझाव।

•••••

Roll No. _____

S-1318

B.P.Ed II Semester Examination-2018

Paper – II

**[Education Technology & Methods
of Teaching in Physical Education]**

Paper Code – PHED-602

Time : 03 Hours]

[Maximum Marks : 70

PART-A (भाग-अ)

Note : Attempt any four questions by selecting one question from each unit. Each question carries 15 marks.
प्रत्येक खण्ड से एक प्रश्न करते हुए किन्हीं चार प्रश्नों के उत्तर दीजिये। प्रत्येक प्रश्न 15 अंक का है।

UNIT-I/इकाई-I

1. What do you mean by education ? Explain the importance of teaching methods in physical education ?
शिक्षा से आपका क्या अभिप्राय है ? शारीरिक शिक्षा में शिक्षण पद्धतियों की महत्ता को सविस्तार समझाइये।

OR/अथवा

Write detail note on 'educative process' with suitable facts.
'शिक्षण प्रक्रिया' पर विस्तार पूर्वक एक लेख प्रमाणिक तथ्यों के आधार पर लिखिये।

UNIT-II/इकाई-II

2. What do you think about presentation technique ? Explain any one technique of presentation which you like most with suitable facts.

S-1318/PHED-602

1

P.T.O.

प्रस्तुतिकरण तकनीक से आप क्या समझते हो ? प्रस्तुतिकरण की किसी एक तकनीक जिसे आप सर्वाधिक पसंद करते हो? उचित प्रमाण सहित समझाइये।

OR/अथवा

Write a detail note on 'whole-part-whole method and it's importance in physical education.

होल-पार्ट-होल विधि तथा शारीरिक शिक्षा में इसकी उपयोगिता पर विस्तृत लेख लिखिये।

UNIT-III/इकाई-III

3. What is teaching Aid ? Explain the importance and criteria to select the teaching Aid in physical education.

शिक्षण सामाग्री क्या है ? शारीरिक शिक्षा में शिक्षण सामाग्री के चयन की प्रक्रिया तथा महत्ता को विस्तार पूर्वक समझाइये।

OR/अथवा

Explain team teaching and it's principles used in physical education promotion.

शारीरिक शिक्षा के बढ़ावे में प्रयुक्त टीम शिक्षण तथा इसके सिद्धांतों को समझाइये।

UNIT-IV/इकाई-IV

4. What do you mean by lesson plan ? Explain the contents of specific lesson plan with suitable facts.

पाठ योजना से आप क्या समझते हो ? विशिष्ट पाठ योजना के घटकों को प्रमाणिक तथ्यों के आधार पर समझाइये।

OR/अथवा

Explain the mean and types of micro teaching with all suitable steps.

सूक्ष्म शिक्षण का अर्थ एवं प्रकार बताते हुए इसके सभी सम्बन्धित चरणों को सविस्तार समझाइये।

PART-B (भाग-ब)

Note : Attempt any four question from all. Each question carries 2½ marks.

सभी प्रश्नों में से किन्हीं चार प्रश्नों के उत्तर दीजिये। प्रत्येक प्रश्न 2½ अंक का है।

1. Write any two definition of education technology.
शिक्षा तकनीक की कोई दो परिभाषायें लिखिये।
2. Write the name of two methods of teaching.
शिक्षण की किन्हीं दो विधियों के नाम लिखिये।
3. Describe the importance of demonstration method.
प्रदर्शन विधि की महत्ता समझाइये।
4. Define the benefits of motion picture.
चलचित्र के लाभ को परिभाषित कीजिये।
5. Describe the types of simulation teaching.
शिक्षण के प्रकारों को समझाइये।
6. Write any one principle of lesson planning with suitable example.
पाठ योजना के किसी एक सिद्धांत को उचित उदाहरण सहित लिखिये।
7. Describe the advantage of team teaching.
टीम शिक्षण के गुणों (लाभों) को समझाइये।
8. How you operate the slide projector ? Write its five basic points.
आप किस प्रकार स्लाइड प्रोजेक्टर को प्रयुक्त कर सकते हैं ? प्रयोग करने के किन्हीं पाँच सामान्य बिन्दुओं को लिखिये।

•••••

Roll No. _____

S-3212

**B.PEd. IInd Semester
Examination-2019
Paper – IIIrd**

[Organization & Administration]

Paper Code-(PE - 203)

Time : 03 Hours]

[Maximum Marks : 70

**Part-A
(Long Answer type Questions)
(विस्तृत उत्तरीय प्रश्न)**

Note: Attempt any four questions one question from Each unit compulsory. Each question 15 mark (15×4=60)

नोट : चार प्रश्नों के उत्तर दीजिये। प्रत्येक ईकाई में एक प्रश्न करना है प्रत्येक प्रश्न 15 अंक का है।

Unit-I (इकाई -1)

- 1 Explain Clearly the meaning of the term organization. Explain the importance of organization in physical education.
संगठन के अर्थ की स्पष्ट रूप से व्याख्या कीजिए। शारीरिक शिक्षा में संगठन के महत्व को समझाइये।

OR / अथवा

2. Explain the qualification and responsibilities of a good physical education teacher.
एक अच्छे शारीरिक शिक्षक की विशेषताओं व योग्यताओं को विस्तार पूर्वक समझाइये।

Unit II (इकाई 2)

3. What do you understand by the office management? Explain its function and types.
कार्यालय प्रबन्ध से आप क्या समझते हैं? इसके कार्य और प्रकारों को समझाइये।

OR / अथवा

4. Clarify the meaning and definitions of budget. Also explain the importance of budget making.
बजट के अर्थ एवं परिभाषाओं को स्पष्ट कीजिये। बजट बनाने के महत्व को भी समझाइये।

Unit III (इकाई 3)

5. Describe the location, construction and facilities of Swimming pool. Explain the importance of swimming pool and describe the rules for the care of swimming pool.
तरण-ताल की स्थिति तथा सुविधाओं का वर्णन कीजिये। तरण-ताल के महत्व को समझाइये तथा इसकी देखभाल के नियमों का वर्णन कीजिये।

OR / अथवा

6. What do you mean by equipment of physical education? Describe its different types, need and importance.
शारीरिक शिक्षा के उपकरणों से आपका क्या अभिप्राय है? इनके विभिन्न प्रकार, आवश्यकता तथा महत्व की विवेचना कीजिए।

Unit IV (इकाई 4)

7. What is single knock-out tournament? Prepare the fixture of 21 teams in single knock-out tournament.
सिंगल नॉक-आउट प्रतियोगिता क्या है। सिंगल नॉक-आउट प्रतियोगिता में 21 टीमों के लिए फिक्सचर तैयार कीजिए।

OR / अथवा

8. What do you mean by intramural of Extramural? And describe the importance of Intramural tournament.
इन्ट्राम्यूरल व एक्स्ट्राम्यूरल से क्या आशय है? तथा इन्ट्राम्यूरल प्रतियोगिता के महत्व का वर्णन कीजिए।

Part-B (भाग-ब)
(Short Answer type Questions)
(लघुउत्तरीय प्रश्न)

Attempt any four question. Each question is $2\frac{1}{2}$ marks.

किन्हीं चार प्रश्नों के उत्तर दीजिये। प्रत्येक प्रश्न $2\frac{1}{2}$ अंक का है।

1. Define the administration
प्रशासन के अर्थ को समझाइये।
2. What do you mean by Progame planning.
कार्यक्रम नियोजन से आप क्या समझते हो।
3. What should be the record area of teacher of physical education
एक शारीरिक शिक्षा के शिक्षक के रेकार्ड के कौन-2 से क्षेत्र होने चाहिये।
4. How will we maintain the attendance register of Physical education.
हम शारीरिक शिक्षा की उपस्थिति रजिस्टर को कैसे बनाए रखेंगे।
5. What are the things to be kept in mind before buying the sports equipments.
खेल उपकरणों को खरीदते समय किन-किन बातों को ध्यान में रखना चाहिए।
6. What is the importance of time-table in physical education?
शारीरिक शिक्षा में समय-सारणी के महत्व को समझाइये।
7. What are the advantages of league or round Robien tournament?
लीग अथवा राउन्ड रॉबिन प्रतियोगिता के लाभ के बारे में बताइये।
8. What is byes? Explain the method of finding the byes.
बाई क्या है? बाई निकालने के तरीके को समझाइये।

•••••

Roll No. _____

S-3213

B.PEd. IInd Semester

Examination-2019

Paper – ~~III~~rd

IV (EC)

[Contemporary Issues in Physical Education Fitness and Wellness]

Paper Code-(PE - 203)

Time : 03 Hours]

[Maximum Marks : 70

Part-A

(Long Answer type Questions)

Note: Attempt any four question one question from Each unit is compulsory. Each question carries 15 mark (15×4=60)

नोट : चार प्रश्नों के उत्तर दीजिये। प्रत्येक ईकाई में एक प्रश्न करना है प्रत्येक प्रश्न 15 अंक का है।

Unit-I (इकाई -1)

- 1 Explain aims and objectives of fitness and wellness in detail.
फिटनेस के लक्ष्य और उद्देश्यों के बारे में विस्तार से बताएं।

OR / अथवा

2. Explain the importance and scope of fitness and wellness in detail
फिटनेस के महत्व और क्षेत्र के बारे में विस्तार से बताएं।

Unit II (इकाई 2)

3. Explain fitness in detail. Also explain the types and components of Fitness.
फिटनेस के बारे में विस्तार से बताएं। फिटनेस के प्रकार और घटकों के बारे में भी बताएं।

OR / अथवा

4. Give a detailed note on physical activities. Also explain their effects on health benefits.
शारीरिक गतिविधियों पर एक विस्तृत नोट दें। साथ ही स्वास्थ्य लाभ पर उनके प्रभावों की व्याख्या करें।

Unit III (इकाई 3)

5. Explain the role of aerobic and anaerobic exercises for the development physical fitness.
शारीरिक फिटनेस विकास के लिए एरोबिक और एनारोबिक व्यायाम की भूमिका को स्पष्ट करें।

OR / अथवा

6. What do you understand of exercises and heart rate zones? Explain about the intensities of various aerobic exercise.
आप व्यायाम और हृदय गति क्षेत्र के बारे में क्या समझते हैं? विभिन्न एरोबिक व्यायाम की तीव्रता के बारे में बताएं।

Unit IV (इकाई 4)

7. What do you know about first aid and emergency care? Explain in detail.
प्राथमिक चिकित्सा और आपातकालीन देखभाल के बारे में आप क्या जानते हैं? विस्तार से व्याख्या करें।

OR / अथवा

8. Explain common injuries and their management in detail.
सामान्य चोटों और उनके प्रबंधन के बारे में विस्तार से बताएं।

Part-B (भाग- B)

(Short Answer type Questions)

Attempt any four question. Each question is $2\frac{1}{2}$ marks.

किन्हीं चार प्रश्नों के उत्तर दीजिये। प्रत्येक प्रश्न $2\frac{1}{2}$ अंक का है।

1. Define physical education in brief.
संक्षिप्त में शारीरिक शिक्षा को परिभाषित करें।
2. Briefly explain the modern concept of wellness.
वैलनेस की आधुनिक अवधारणा को संक्षेप में समझाएं।
3. What do you understand by the hypo kinetic diseases?
हाइपो काइनेटिक रोगों से आप क्या समझते हैं?

4. Give your views on modern lifestyle.
आधुनिक जीवनशैली पर अपने विचार दें।
5. Explain the concept free weight in training.
प्रशिक्षण में फ्री वनज की अवधारणा को समझाइए।
6. What do you understand by sets and repetition?
आप सेट और पुनरावृत्ति से क्या समझते हैं?
7. Write down a short note on-Safety in daily life.
दैनिक जीवन में सुरक्षा पर एक संक्षिप्त नोट लिखें।
8. Explain any one Hypo-kinetic diseases.
किसी भी एक हाइपो काइनेटिक बीमारी के बारे में बताएं।

•••••