

This question paper contains 3 printed pages.

B.A./B.Sc. -B.Ed. (Part - IV)

Roll No.

441/471

Phy. Edu. & Yog.

B.A./B.Sc. - B.Ed. (Four Year) (Part - IV) EXAMINATION - 2024

PHYSICAL EDUCATION AND YOGA

Paper : B.A./B.Sc.-B.Ed. 04 (G-A)

Time Allowed: Three Hours

Maximum Marks: 80

No supplementary answer-book will be given to any candidate. Hence the candidates should write the answer precisely in the main answer book only.

किसी भी परीक्षार्थी को पूरक उत्तर-पुस्तिका नहीं दी जाएगी। अतः परीक्षार्थियों को चाहिए कि वे मुख्य उत्तर पुस्तिका में ही समस्त प्रश्नों के उत्तर लिखें।

All the parts of one question should be answered at one place in the answer-book. One complete question should not be answered at different places in the answer-book.

किसी भी एक प्रश्न के अन्तर्गत पूछे गये विभिन्न प्रश्नों के उत्तर, उत्तर-पुस्तिका में अलग अलग स्थानों पर हल करने के बजाय एक ही स्थान पर हल कीजिए।

Attempt any Seven questions from Section A carrying 5 marks each and three questions from Section -B, carrying 15 Marks each. In all 10 questions are to be attempted in this way.

खण्ड 'अ' में से किन्हीं सात प्रश्नों (प्रत्येक के 5 अंक) तथा खण्ड 'ब' में से किन्हीं तीन प्रश्नों, (प्रत्येक के 15 अंक) के उत्तर दीजिए। इस प्रकार कुल 10 प्रश्नों के उत्तर देने हैं।

Write your roll number on question paper before start writing the answer of questions.

प्रश्नों के उत्तर लिखने से पूर्व प्रश्न-पत्र पर रोल नम्बर अवश्य लिखें।

SECTION - A / खण्ड - अ

1. Write in short about aims of Physical Education.

शारीरिक शिक्षा के उद्देश्य संक्षेप में लिखिए।

2. What is popular misconceptions about Physical Education?
शारीरिक शिक्षा के विषय में आम भ्रान्तियां क्या हैं?
3. Write about importance of teaching methods in Physical Education.
शारीरिक शिक्षा में शिक्षण विधियों का महत्व बताइये।
4. Write about the meaning of Sports and explain its main features.
क्रीड़ा का अर्थ बताते हुये इसकी प्रमुख विशेषतायें स्पष्ट कीजिए।
5. Mention the factors affecting the physical fitness.
शारीरिक पुष्टि को प्रभावित करने वाले कारकों का उल्लेख कीजिए।
6. Explain the benefits of Physical Education.
शारीरिक पुष्टि के लाभ बताइये।
7. Write the types of Yoga in short.
योग के प्रकार संक्षेप में लिखिए।
8. Explain the need for physical activities at school level.
विद्यालयी स्तर पर शारीरिक गतिविधियों की आवश्यकता बताइये।
9. Define Yoga.
योग को परिभाषित कीजिए।
10. Write the types of Pranayam in short.
प्राणायाम के प्रकार संक्षेप में लिखिए।

SECTION - B / खण्ड - ब

11. Write in detail the objectives of Physical Education in school level.
विद्यालयी स्तर के शारीरिक शिक्षा के उद्देश्यों को विस्तार से लिखिए।

OR / अथवा

Discuss about the objectives of physical education in teachers training colleges.

शिक्षक प्रशिक्षण संस्थानों में शारीरिक शिक्षा के उद्देश्यों पर चर्चा कीजिए।

12. What is Physical Fitness? Mention in detail the importance of Physical Fitness.
शारीरिक पुष्टि से क्या तात्पर्य है? इसके महत्व का विस्तार से उल्लेख कीजिए।

OR / अथवा

Write in detail about the different parts of Physical Fitness.

शारीरिक पुष्टि के विभिन्न अंगों की विस्तार से विवेचना कीजिए।

13. Write in detail eight (8) stages of Ashtanga Yoga.

अष्टांग योग के आठ अंगों को विस्तार से लिखिए।

OR / अथवा

How can increase the creativity, concentration and intelligence of students by Yoga?

विद्यार्थियों में योग द्वारा सृजनात्मकता, एकाग्रता व बुद्धिमत्ता को कैसे बढ़ाया जा सकता है?