

Roll No. \_\_\_\_\_

S-3210

**B.PEd. II<sup>nd</sup> Semester  
Examination-2019  
Paper – I<sup>st</sup>**

**[Sports Nutrition and Weight management]**

**Paper Code-(PE - 201)**

**Time : 03 Hours]**

**[Maximum Marks : 70**

**Note:** Attempt any four questions one question from Each unit compulsory. Each question 15 mark

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

**Section-A  
Unit I (इकाई-1)**

- 1 Write the meaning and definition of sports Nutrition? 15  
खेल पोषण का अर्थ एवं परिभाषा लिखिये?
2. What are basic Nutrition Guideline? What is Role of Nutrition in sports? 15  
खेल पोषण के मूलभूत निर्देश क्या है खेलों में पोषण की क्या भूमिका है ?

**Unit II (इकाई 2)**

3. What is meaning of carbohydrates. Classification of carbohydrates and its Function ? 15  
कार्बोहाइड्रेट का अर्थ क्या है कार्बोहाइड्रेट्स का वर्गीकरण कीजिये तथा इसमें कार्य है।
4. What is role of hydration during exercise? Water balance and daily calories expenditure Explain? 15  
व्यायाम के समय जल योजन की क्या भूमिका है। जल संतुलन तथा प्रतिदिन पोषण कैलोरी को समझाईये।

S-3210/PE-201

1

P.T.O.

### Unit III (इकाई 3)

5. Discuss concept of weight management in modern Era? Which the factor Affecting weight management? 15  
आधुनिक युग में भार प्रबन्धन की अवधारणाओं पर चर्चा कीजिये? भार प्रबन्धन को प्रभावित करने वाले कौन से कारक हैं।
6. Describe meaning and definition of obesity. How many type of obesity. What are the health Risk of obesity? 15  
मोटापा का अर्थ एवं परिभाषा का वर्णन कीजिए? मोटापा कितने प्रकार का होता है मोटापा के कारण होने वाली स्वास्थ्य हानियां क्या हैं?

### Unit IV (इकाई 4)

7. Explain daily calories intake and expenditure Determination of Desirable body weight for a sports man? 15  
एक खिलाड़ी के लिए दैनिक कैलोरी मात्रा तथा खर्च वांछनीय भार प्रबन्धन निर्धारण का वर्णन कीजिये।
8. Describe detail Diet Plan and Exercise Schedule for weight gain and looss. 15  
वनज घटाने तथा बढ़ाने के लिए व्यायाम कार्यक्रम तथा भोजन योजना की क्या भूमिका है विस्तार पूर्वक वर्णन कीजिए।

### Section-B

Attempt 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. Write function of Protein ? 2  $\frac{1}{2}$   
प्रोटीन के कार्य लिखिए।
2. What are main sources of Energy? 2  $\frac{1}{2}$   
ऊर्जा के मुख्य स्रोत क्या हैं।

S-3210/PE-201

2

3. How many type of vitamins. 2  $\frac{1}{2}$   
विटामिन कितने प्रकार के होते हैं?
4. What is Body mass index concept. Write the BMI Formula. 2  $\frac{1}{2}$   
बाडी मांस (BMI) व्यायाम क्या है BMI का सूत्र लिखिये।
5. What do you know balance diet? 2  $\frac{1}{2}$   
सन्तुलित आहार से आप क्या समझते हैं।
6. Classification of Fat 2  $\frac{1}{2}$   
वसा का वर्गीकरण कीजिये?
7. Write the meaning definition of weight management 2  $\frac{1}{2}$   
भार प्रबन्धन अर्थ एवं परिभाषा लिखिये।
8. Write the name of water soluble vitamins and fat soluble vitamins 2  $\frac{1}{2}$   
वसा तथा पानी में घुलनशील विटामिन के नाम लिखिये।

.....

S-3210/PE-201

3

Roll No. \_\_\_\_\_

S-3211

**B.PEd. II<sup>nd</sup> Semester  
Examination-2019  
Paper – II<sup>nd</sup>**

**[Educational Technology and methods of Phy. Edu]**

**Paper Code-(PE - 202)**

**Time : 03 Hours]**

**[Maximum Marks : 70**

**Part-B**

**(भाग-ब)**

**(विस्तृत उत्तरीय प्रश्न)**

**(Long Answer type Question)**

**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 Define the Educational Technology of Highlight the importance of Educational technology.  
शैक्षिक प्रौद्योगिकी को परिभाषित कीजिए तथा इसके महत्व पर प्रकाश डालिये।

**OR / अथवा**

Write an essay on educative process.  
शिक्षाप्रद प्रक्रिया पर एक निबन्ध लिखिये।

**Unit II (इकाई 2)**

2. Explain detail what you mean by the whole part whole method.  
होल पार्ट-होल विधि से आपका क्या अभिप्राय है? विस्तृत रूप से समझाइए।

**OR / अथवा**

S-3211/PE-202

1

P.T.O.



What is command? Describe the use of command in different situation.

कमांड क्या है? अलग-2 स्थिति में कमांड के उपयोग का वर्णन करें।

### Unit III (इकाई 3)

3. What is team teaching? Also explain its principles.  
टीम टीचिंग क्या है? इसके सिद्धान्तों को भी समझाइए।

OR / अथवा

Explain the difference between teaching methods and teaching aid  
शिक्षण पद्धति एवं शिक्षण सहायता के बीच अन्तर स्पष्ट कीजिए।

### Unit IV (इकाई 4)

4. What are the lesson plans, what are some things to keep in mind when formulating a specific lesson plan?  
पाठ योजना क्या है? एक विशिष्ट पाठ योजना को तैयार करते समय किन-किन बातों का ध्यान रखना चाहिए।

OR / अथवा

What is micro Teaching? Explain the type of micro Teaching in detail.  
माइक्रो टीचिंग क्या है? माइक्रो टीचिंग के प्रकार के बारे में विस्तार से बताएं।

### Part-B (भाग-ब)

Attempt four question. Each question is  $2\frac{1}{2}$  marks. ( $2\frac{1}{2} \times 4 = 10$ )  
किन्हीं चार प्रश्नों के उत्तर दीजिये। प्रत्येक प्रश्न  $2\frac{1}{2}$  अंक का है।

1. What is formal Education?  $2\frac{1}{2}$   
औपचारिक शिक्षा क्या है?
2. Write the name of Devices in Teaching methods  $2\frac{1}{2}$   
शिक्षण पद्धति में प्रयुक्त उपकरणों का नाम लिखिये।
3. What is Imitation method.  $2\frac{1}{2}$   
नकल विधि क्या है?

S-3211/PE-202

2

4. Explain the Presentation technique.  
प्रस्तुति तकनीक की व्याख्या करें  $2\frac{1}{2}$

5. What do you think of audio visual aids.  
ऑडियो विजुअल शिक्षण सहायक उपकरणों से आप क्या समझते हैं?  $2\frac{1}{2}$

6. What is slide projector ?  
स्लाइड प्रोजेक्टर क्या है ?  $2\frac{1}{2}$

7. Explain the general Lesson Plan.  
सामान्य पाठ योजना को समझाइए।

8. What is simulation teaching..  
सिमुलेशन शिक्षण क्या है?

.....

S-3211/PE-202

3

Roll No. \_\_\_\_\_

S-3213

**B.PEd. II<sup>nd</sup> Semester  
Examination-2019  
Paper – III<sup>rd</sup>**

**[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 वजन की अवधारणा को समझाएं।
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।

.....

Roll No. \_\_\_\_\_

S-3212

**B.PEd. II<sup>nd</sup> Semester  
Examination-2019  
Paper – III<sup>rd</sup>**

**[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

S-3212/PE-203

2

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 Programme planning.  
कार्यक्रम नियोजन से आप क्या समझते हैं।
3. What should be the record area of teacher of physical education.  
एक शारीरिक शिक्षा के शिक्षक के रिकार्ड 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 Robin 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।

.....

S-3212/PE-203

3