

## B.Ed II<sup>nd</sup> year

### Health, Physical and Yoga Education

#### Short Notes

Question 1 a) Importance of Health?

b) General Principles of First Aid

अ) स्वास्थ्य का महत्व

ब) प्राथमिक चिकित्सा के सामान्य सिद्धांत

#### Unit I<sup>st</sup>

Question 2 What do you mean by Physical Education? Throw light on its importance?

शारीरिक शिक्षा से आपका क्या तात्पर्य है? इसके महत्व पर प्रकाश डालिए।

Question 3 What do you mean by Balanced diet? Discuss the functions and sources of constituents of Balanced diet?

संतुलित आहार से आप क्या समझते हैं? संतुलित आहार के घटकों के स्रोतों एवं स्त्रोतों का वर्णन कीजिए?

#### Unit - II<sup>nd</sup>

Question 4 Discuss the various postural defects, usually found in school students. What measures will you take to correct them?

विद्यालयी बच्चों में प्रायः पाए जाने वाले आसन संबंधी विभिन्न दोषों का वर्णन कीजिए? उन्हें ठीक करने के लिए आप क्या उपाय उठाएंगे?

Question: 5 Enlist some communicable diseases which are prevalent among school students? How do these diseases spread? Give your suggestions for their prevention?

विद्यार्थी बच्चों में पाए जाने वाले कुछ संचारमय रोगों को सूचीबद्ध कीजिए। इनका प्रसार किस प्रकार से होता है। इनसे बचने के लिए कुछ सुझाव दीजिए।