

Roll No.

Total Pages : 3

TEGB/M-20

18206

HEALTH, PHYSICAL AND YOGA EDUCATION

Paper–Course-II

Opt.–(iii)

Time Allowed : 1.30 Hours] [Maximum Marks : 40

Note : Attempt **three** questions in all, Question No. 1 is compulsory. All questions carry equal marks.
कुल तीन प्रश्नों के उत्तर दीजिए। प्रश्न संख्या 1 अनिवार्य है। सभी प्रश्नों के अंक समान हैं।

UNIT-I (इकाई-I)

1. Write answer of the following : 4+4=8

निम्नलिखित का उत्तर लिखिए :

(a) Describe the concept of health.

स्वास्थ्य की अवधारणा का वर्णन करें।

(b) Describe the components of balanced diet for 25 years male.

25 साल के पुरुष के लिए संतुलित आहार के घटकों का वर्णन करें।

2. Write answer of the following : 8+8=16

निम्नलिखित का उत्तर लिखिए :

18206/K/905

P. T. O.

(a) Describe the cause of global warming.

ग्लोबल वार्मिंग के कारण का वर्णन करें।

(b) How kyphosis can be managed through yoga?
Explain.

योग के माध्यम से कुब्जता को कैसे नियंत्रित किया जा सकता है? वर्णन कीजिए।

3. Write answer of the following : 8+8=16

निम्नलिखित का उत्तर लिखिए:

(a) Explain first aid for Fracture and Sprain?

फ्रैक्चर और मोच के लिए प्रथमिक चिकित्सा बताएं?

(b) How water is recycled? Describe.

पानी को कैसे रियाइकल किया जाता है? वर्णन कीजिए।

4. Write answer of the following : 8+8=16

निम्नलिखित का उत्तर लिखिए:

(a) Explain the role of school in developing healthy individual through physical education.

शारीरिक शिक्षा के माध्यम से स्वस्थ व्यक्ति के विकास में स्कूल की भूमिका को समझाइए।

(b) Describe the elements of physical fitness.

शारीरिक फिटनेस के तत्वों का वर्णन करें।

5. Write answer of the following : 8+8=16

निम्नलिखित का उत्तर लिखिए:

(a) Describe the concepts and types of yoga.

योग की अवधारणाओं और प्रकारों का वर्णन करें।

(b) Describe the yogic diet.

योगिक आहार का वर्णन करें।

ITP9212300062