

Roll No.

(05/16-I)

5570

B. A. (General) EXAMINATION

(Second Semester)

**PRINCIPLE AND PHYSICAL FOUNDATION
OF PHYSICAL EDUCATION**

Time : Three Hours

Maximum Marks : 40

Note : Attempt *Five* questions in all, selecting *one* question from each Unit. Q. No. 1 is compulsory. All questions carry equal marks.

Unit I

1. (a) Define Health Education. 1
- (b) Write the *two* types of Rhythmic Activities. 1
- (c) What do you mean by First Aid ? 1

(3-04) B-5570

P.T.O.

- (d) In which year the Ancient Olympic Games were started ? 1
- (e) Write down any *two* postural deformities. 1
- (f) Write down the sources of vegetable proteins. 1
- (g) Define Speed. 1
- (h) How many kidneys are there in human body ? 1

Unit II

2. Elaborate in detail the aims and objectives of Physical Education. 8
3. Explain, in detail, the scope of Physical Education. 8

Unit III

4. Explain, in detail, the history of Physical Education in Germany. 8

B-5570

2

5. What do you mean by Physical Fitness ? Explain the importance of physical fitness in the field of games and sports. 8

Unit IV

6. Explain the factors influencing Health in detail. 8
7. What do you mean by Balanced Diet ? Discuss the essential constituents of balanced diet in detail. 8

Unit V

8. What do you mean by respiratory system ? Explain the organs of respiratory system with their function. 8
9. Explain the organs of excretory system and discuss the effect of exercise on this system. 8

(3-04) B-5570

3

P.T.O.

(Hindi Version)

नोट : प्रत्येक इकाई में से एक प्रश्न चुनते हुए, कुल पाँच प्रश्नों के उत्तर दीजिए। प्रश्न क्र. 1 अनिवार्य है। सभी प्रश्नों के अंक समान हैं।

इकाई I

1. (अ) स्वास्थ्य शिक्षा को परिभाषित कीजिए। 1
- (ब) तालमय व्यायाम के दो प्रकार लिखिए। 1
- (स) प्राथमिक चिकित्सा से आप क्या समझते हैं? 1
- (द) पुरातन ओलम्पिक किस वर्ष में शुरू किए गए? 1
- (इ) किन्हीं दो प्रकार की शारीरिक विकृतियों के नाम लिखिए। 1
- (फ) वनस्पति प्रोटीन के स्रोत लिखिए। 1
- (ग) गति को परिभाषित कीजिए। 1
- (ह) मानव शरीर में गुदों की संख्या लिखिए। 1

इकाई II

2. शारीरिक शिक्षा में लक्ष्यों एवं उद्देश्यों का विस्तारपूर्वक उल्लेख कीजिए। 8

3. शारीरिक शिक्षा के क्षेत्र का विस्तृत वर्णन कीजिए। 8

इकाई III

4. जर्मनी में शारीरिक शिक्षा के इतिहास का विस्तारपूर्वक वर्णन कीजिए। 8
5. शारीरिक पुष्टि से आपका क्या अभिप्राय है? खेलों के क्षेत्र में शारीरिक पुष्टि के महत्त्व का विस्तृत वर्णन कीजिए। 8

इकाई IV

6. स्वास्थ्य को प्रभावित करने वाले कारकों का विस्तृत वर्णन कीजिए। 8
7. संतुलित आहार से आपका क्या अभिप्राय है? संतुलित आहार के आवश्यक तत्वों की विस्तारपूर्वक व्याख्या कीजिए। 8

इकाई V

8. श्वसन संस्थान से आपका क्या अभिप्राय है? श्वसन संस्थान के सभी अंगों का उनके कार्यों सहित वर्णन कीजिए। 8
9. उत्सर्जन संस्थान के सभी अंगों का वर्णन कीजिए तथा इस संस्थान पर व्यायाम के प्रभावों का वर्णन कीजिए। 8