

(83)

SEAT No. _____

No. of Printed/Pages : 1

SARDAR PATEL UNIVERSITY

B.Ed.(IVth Semester) EXAMINATION

Wednesday, 4th April, 2018

CPS -7 D : Health, Physical Education and Yoga

CODE: UE04EBD204

સમય: 2:00 p.m. થી 3:30 p.m.

કુલ ગુણ: 35

સૂચના: - પ્રશ્નપત્રમાં કુલ ચાર પ્રશ્નો છે. બધા પ્રશ્નો ફરજિયાત છે.
- જમણી બાજુના અંક પ્રશ્નના કુલ ગુણ દર્શાવે છે.

પ્રશ્ન : ૧ નીચેના પૈકી કોઈપણ ચાર પ્રશ્નોના ટૂંકમાં ઉત્તર આપો. (08)

૧. સ્વાસ્થ્ય શિક્ષણનું મહત્વ ટૂંકમાં જણાવો.
૨. યોગમુદ્રા એટલે શું?
૩. સમૂહ કવાયતના ફાયદા જણાવો.
૪. યોગ કરતી વખતે ધ્યાનમાં રાખવાની બાબતો જણાવો.
૫. શારીરિક શિક્ષણ કાર્યક્રમના આયોજનના ચાર અવરોધો જણાવો.

પ્રશ્ન : ૨ નીચે પૈકી કોઈપણ એક પ્રશ્નનો સવિસ્તાર ઉત્તર આપો. (10)

૧. ચેપી રોગો એટલે શું? તે કઈ કઈ રીતે ફેલાય છે? કોઈપણ બે ચેપી રોગોના નામ જણાવી તેના લક્ષણો અને ફેલાવો અટકાવવાના ઉપાયો જણાવો.
૨. અષ્ટાંગ યોગના કોઈપણ બે અંગો વિશે સવિસ્તૃત માહિતી આપો.

પ્રશ્ન : ૩ નીચેના પૈકી કોઈપણ ત્રણ પ્રશ્નોના ઉત્તર લખો. (09)

૧. શાળામાં સ્વાસ્થ્ય શિક્ષણની સુવિધાઓ કઈ કઈ હોય છે?
૨. સૂર્યનમસ્કારના સોપાનો કયા છે?
૩. સર્વાંગાસનની પદ્ધતિ જણાવી તેનાથી થતા ફાયદાઓ જણાવો.
૪. શારીરિક શિક્ષણ કાર્યક્રમને સફળ બનાવવાના સૂચનો જણાવો.

પ્રશ્ન : ૪ નીચે પૈકી કોઈપણ બે ટૂંકનોંધ લખો. (08)

૧. પાચનતંત્ર (સમાવિષ્ટ અંગો અને કાર્યરીતિ)
૨. ભૂજંગાસન
૩. વ્યક્તિ અને રાષ્ટ્રના નિર્માણમાં શારીરિક શિક્ષણની ભૂમિકા