

1902000104030006
EXAMINATION FEBRUARY-MARCH 2024
BACHELOR OF EDUCATION (FOURTH SEMESTER)
HEALTH & PHYSICAL EDUCATION – LEVEL 3

[Time: As Per Schedule]

[Max. Marks: 35]

Instructions:

1. Fill up strictly the following details on your answer book

a. Name of the Examination : **BACHELOR OF EDUCATION
(FOURTH SEMESTER)**

b. Name of the Subject : **HEALTH & PHYSICAL EDUCATION –
LEVEL 3**

c. Subject Code No : **1902000104030006**

2. Sketch neat and labelled diagram wherever necessary.

3. Figures to the right indicate full marks of the question.

4. All questions are compulsory.

Seat No:

--	--	--	--	--	--

Student's Signature

Q.1 (અ) નીચેના પ્રશ્નોના એક શબ્દ કે એક વાક્યમાં જવાબ આપો :

4

Answer the Following Questions in one Word or one Sentence:

1) ધ્યાન એટલે શું?

What is meditation?

2) યોગ શબ્દ કઈ ધાતુ પરથી બન્યો છે?

The word yoga is derived from which metal?

3) શારીરિક શિક્ષણની વ્યાખ્યા આપો.

Define physical education.

4) તમાકુ સેવન કરનારમાં કયા રોગનું પ્રમાણ ખૂબ વધારે હોય છે?

Which disease is more common in tobacco users?

(બ) નીચેના પ્રશ્નોના ૪૦ થી ૫૦ શબ્દોમાં જવાબ આપો : (કોઈપણ ત્રણ)
Answer the Following Questions in 40 to 50 Words :(Any three)

6

- 1) યોગના અભ્યાસથી કયા લાભો થાય છે?
What are the benefits of practicing yoga?
- 2) ધ્યાન કરવાથી શારીરિક સ્વાસ્થ્ય ઉપર કઈ કઈ અસરો થાય છે?
What are the effects of meditation on phisycal health?
- 3) પોષણની સંકલ્પના સ્પષ્ટ કરો.
Explain the concept of nutrition.
- 4) શાળા કક્ષાએ શારીરિક શિક્ષણ શા માટે અગત્યનું છે?
Why is physical education important at school level?

Q.2 નીચેના પ્રશ્નના ૩૦૦ થી ૪૦૦ શબ્દોમાં જવાબ આપો :
Answer the Following questions in 300 to 400 words. (any one)

10

સ્વાસ્થ્ય શિક્ષણનો અર્થ જણાવી, સ્વાસ્થ્યની જાળવણી માટે શાળાની ભૂમિકા જણાવો.

State the meaning of health education, state the role of school in maintaining health.

અથવા
OR

માનસિક સ્વાસ્થ્ય એટલે શું? માનસિક સ્વાસ્થ્યની જાળવણી માટે પ્રાર્થના અને ધ્યાનનું મહત્વ જણાવો.

What is mental health? State the importance of prayer and meditation in maintaining mental health

Q.3 નીચેના પ્રશ્નના ૩૦૦ થી ૪૦૦ શબ્દોમાં જવાબ આપો :
Answer the Following questions in 300 to 400 words. (any one)

10

શારીરિક શિક્ષણનો અર્થ જણાવી, શારીરિક સ્વાસ્થ્યના સંદર્ભમાં વૃદ્ધિની ચર્ચા કરો.

State the meaning of physical education, discuss growth in terms of physical health.

અથવા

OR

જાતીય શિક્ષણના સંદર્ભમાં નીચેના મુદ્દાઓની ચર્ચા કરો.

Discuss the following points with respect to sex education.

- અર્થ
- સંકલ્પના
- મહત્વ
- Meaning
- Concept
- Significance

Q.4 નીચેના પ્રશ્નોનો ૩૦૦ થી ૪૦૦ શબ્દોમાં જવાબ આપો :

5

Answer the Following questions in 150 to 200 words.

એક શિક્ષક તરીકે તમે વિદ્યાર્થીઓમાં યોગ, આસન અને ધ્યાનનું મહત્વ વધે તે માટે તમે શું કરશો?

As a teacher, what would you do to inculcate the importance of yoga, asana and meditation among students?
