



Paper Code

BPE0203

Roll No.

Signature of Invigilator

पतंजलि विश्वविद्यालय
University of Patanjali

Examination May – 2018

Bachelor of Physical Education & Sports, (Semester : Second)

Physical Education

Health Education and Nutrition

Time: 3 Hours

Max. Marks: 75

Note: This paper is of seventy five (75) marks divided into three (03) sections A, B, and C. Attempt the questions contained in these sections according to the detailed instructions given therein.

नोट : यह प्रश्नपत्र पचहत्तर (75) अंकों का है जो तीन (03) खंडों क, ख, तथा ग में विभाजित है। प्रत्येक खण्ड में दिए गए विस्तृत निर्देशों के अनुसार ही प्रश्नों को हल करना है।

Section - A / खण्ड-क

(Long Answer Type Questions) / (दीर्घ-उत्तरीय प्रश्न)

Note: Section 'A' contains five (05) long-answer-type questions of fifteen (15) marks each. Attempt any **three** questions. (3×15=45)

नोट : खण्ड 'क' में पांच (05) दीर्घ-उत्तरीय प्रश्न दिए हैं, प्रत्येक प्रश्न के लिए पंद्रह अंक निर्धारित हैं। किन्हीं **तीन** प्रश्नों के उत्तर दीजिए।

1. स्वास्थ्य क्या है? स्वास्थ्य शिक्षा के सिद्धान्तों का वर्णन करें।

What is health? Explain the principles of health education.

2. शराब व धूम्रपान का स्वास्थ्य के ऊपर पड़ने वाले प्रभाव को लिखें।

Write the effect of alcohol and Smoking on Health.

3. संक्रामक एवं असंक्रामक रोग को परिभाषित करें। स्कूल स्वास्थ्य सेवा का उद्देश्य क्या है?

Define Communicable and non-communicable diseases. What is the objective of school health services?

4. पोषण का अर्थ और परिभाषा क्या है? व्यायाम के दौरान कार्बोहाइड्रेट, वसा और प्रोटीन की भूमिका की व्याख्या करें।

What is the meaning and definition of nutrition? Explain the role of carbohydrates, fat and proteins during exercise?

5. निम्न पर संक्षिप्त नोट लिखे -

(अ) व्यक्तिगत देखभाल

(ब) स्वस्थ व्यक्ति की दैनिक ऊर्जा की आवश्यकताएं।

Write short note on the following -

(A) Personal care of healthy person

(B) Daily energy/caloric requirement for healthy person.

Section - B / खण्ड-ख

(Short Answer Type Questions) / (लघु-उत्तरीय प्रश्न)

Note: Section 'B' contains Six (06) short-answer-type questions of five (05) marks each. Attempt any **four** (04) questions. (4×5=20)

नोट : खण्ड 'ख' में छः (06) लघु-उत्तरीय प्रश्न दिए गये हैं, प्रत्येक प्रश्न के लिए पांच अंक निर्धारित हैं। किन्हीं **चार** प्रश्नों के उत्तर दीजिए।

1. स्वास्थ्य शिक्षा की क्या आवश्यकता है?

What is the need of health education?

2. स्वास्थ्य शिक्षा के उद्देश्य क्या है?

What is the objective of health education?

3. संक्रामक रोग का अर्थ व परिभाषा क्या है?

What is the meaning and definition of a Communicable disease.

4. स्वास्थ्य शिक्षा के क्षेत्र क्या हैं?

What are the scopes of health education?

5. निम्नलिखित में से किसी एक पर संक्षिप्त टिप्पणी लिखो - (अ) मलेरिया (ब) चेचक ।

Write the short note on any one of the following (any one) - (A) Malaria

(B) Small pox.

6. निम्न पर संक्षिप्त नोट लिखें -

(अ) आंत ज्वर

(ब) इन्फ्लूएंजा।

Write the short note on following

(A) Typhoid

(B) Influenza.

Section - C / खण्ड-ग

(Objective Type Questions) / (वस्तुनिष्ठ प्रश्न)

Note: Section 'C' contains ten (10) objective-type questions of one (01) mark each. All the questions of this section are compulsory. (10×01=10)

नोट : खण्ड 'ग' में दस (10) वस्तुनिष्ठ प्रश्न दिए गये हैं, प्रत्येक प्रश्न के लिए एक (01) अंक निर्धारित है। इस खण्ड के सभी प्रश्न अनिवार्य हैं।

1. एक कार्य करने की एकीकृत विधि जो कि व्यक्ति की क्षमता को अधिकतम करने की दिशा में उन्मुख है, की परिभाषा का हिस्सा है।

(अ) स्वास्थ्य संवर्धन

(ब) स्वास्थ्य

(स) कल्याण

(द) स्वास्थ्य शिक्षा

An integrated method of functioning which is oriented toward maximizing the potential of which the individual is capable, is part of the definition of

(A) Health promotion

(B) Health

(C) Wellness

(D) Health education

2. कल्याण के घटकों में निम्नलिखित सभी शामिल हैं को छोड़कर।

(अ) शारीरिक

(ब) मनोवैज्ञानिक

(स) आध्यात्मिक

(द) बौद्धिक

The components of wellness include all the following except

(A) Physical

(B) Psychological

(C) Spiritual

(D) Intellectual

3. स्कूल में स्वास्थ्य को पढ़ाया जाना चाहिए

(अ) प्रत्येक ग्रेड स्तर पर प्रत्येक सेमेस्टर

(ब) K-12 में कम से कम हर दूसरे वर्ष

(स) प्रत्येक ग्रेड स्तर पर वैकल्पिक सेमेस्टर

(द) प्रत्येक स्तर के स्तर पर हर वर्ष

In School health Should be thought in

(A) Every Semester at every grade level

(B) At least every second year in K-12

(C) Alternative semester at every grade level

(D) Every year at every grade level

4. विटामिन बी-1 की कमी से व्यक्ति में उत्पन्न होने वाली बीमारी का नाम क्या है ?

(अ) स्कर्वी

(ब) बेरी-बेरी

(स) पेलाग्रा

(द) जिन्डिाविटिस

What is the name of the disease in man arising out of Vitamin B-1 deficiency?

(A) Scurvy

(B) Beriberi

(C) Pellagra

(D) Gingivitis

5. नियासिन की कमी के कारण क्या होता है?

(अ) मुँहासे

(ब) स्कर्वी

(स) बोईल्स

(द) पेलाग्रा

What does niacin deficiency cause?

(A) Acne

(B) Scurvy

(C) Boils

(D) Pellagra

6. विटामिन बी-6 की कमी के प्रभाव क्या है?

(अ) बेरी-बेरी

(ब) स्कर्वी

(स) त्वचा रोग

(द) एक्जिमा के प्रकार

What are the effects of vitamin B-6 deficiency?

- (A) Beriberi (B) Scurvy
(C) Dermatomes (D) Certain types of eczema

7. विटामिन सी की कमी के साथ निम्नलिखित रोगों में से कौन-सा संबन्धित है?

- (अ) सोराइसिस (ब) स्कर्वी
(स) पेलाग्रा (द) विटिलिगो

Which of the following disease is associated with the deficiency of vitamin C?

- (A) Psoriasis (B) Scurvy
(C) Pellagra (D) Vitiligo

8. विटामिन के की कमी से क्या होता है?

- (अ) पाचन में समस्या (ब) रक्त के जमाव में समस्या
(स) कैल्शियम चयापचय की समस्या (द) उपर्युक्त सभी

What does vitamin K deficiency lead to?

- (A) Problem in digestion (B) Problem in blood coagulation
(C) Problem in calcium metabolism (D) All of the above

9. विटामिन डी की कमी से सम्बन्धित बिमारी है

- (अ) सूखा रोग (ब) बेरी बेरी
(स) पेलाग्रा (द) इनमें से कोई नहीं

The disease related to vitamin D deficiency, is called

- (A) Rickets (B) Beriberi
(C) Pellagra (D) None of these

10. विश्व स्वास्थ्य संगठन कहलाता है

- (अ) UNESCO (ब) UNO
(स) WHO (द) इनमें से कोई नहीं

World Health organization is called

- (A) UNESCO (B) UNO
(C) WHO (D) None of these

-----X-----