



Gautam Budh Teachers Training College

At- Suresh Nagar, Karai Parsurai, Nalanda, Bihar 801304

Recognised By NCTE Bhubaneswar

Affiliated To BSEB, Patna, Bihar

D.EL.ED (Session 2021-23) 2nd Year

Date- 12.03.2023

Assignment-01

Paper: S5 Health, Yoga and Physical Education in School
(विधालय में स्वास्थ्य, योग एवं शारीरिक शिक्षा)

Full Marks- 60

Section- A खंड- अ

छात्र यथासंभव अपने शब्दों में उत्तर दें। प्रश्न का उत्तर कम से कम **100** से **150** शब्दों में दें।

Write the answer in your own words. Questions should be answered in minimum **(100-150)** words.

3x5

Q1. शारीरिक शिक्षा के महत्व के बारे में वर्णन कीजिए।

Describe about the information of Physical Education.

Q2. विधालय का भौतिक मॉडल क्या हैं ?

What is Health Communication Model.

Q3. प्राणायाम क्या हैं ? प्राणायाम शरीर को क्या क्या मिलता हैं ?

What is Pranayama ? What are benefit of Pranayama for body ?

Section- B खंड- ब

छात्र यथासंभव अपने शब्दों में उत्तर दें। प्रश्न का उत्तर कम से कम **200** से **250** शब्दों में दें।

Write the answer in your own words. Questions should be answered in minimum (200-250) words.

3x15

Q4. शारीरिक, मानसिक एवं भावनात्मक स्वास्थ्य के लिए योग के महत्व के बारे में वर्णन कीजिए।

Describe about the importance of yoga for the physical mental and emotional health.

Q5. बच्चों के व्यक्तिगत स्वच्छता की आदतों का विकास आप कैसे करेंगे ?

How will you develop the habits of personal hygiene in children.

Q6. निम्न पर संक्षिप्त टिपण्णी लिखें -

Write short notes of following-

(क) शारीरिक शिक्षा की उपयोगिता

Utility of Physical Education

(ख) प्राणायाम और आसन में अंतर

Difference between Pranayam and Asana

(ग) योग का महत्व

Importance of Yoga