

Roll No. ....

Total Pages : 2

**18257**

**TEGB/M-25**

**HEALTH, PHYSICAL AND YOGA EDUCATION**

**Course-11**

**Opt. (iii)**

**Time : 1:30 Hours]**

**[Maximum Marks : 40**

**Note :** Attempt *three* questions in all selecting at least *one* from each unit. Question 1 is compulsory.

**नोट :** प्रत्येक इकाई से कम-से-कम एक प्रश्न चुनकर, कुल तीन प्रश्नों हल करें। प्रश्न संख्या 1 अनिवार्य है।

**Compulsory Question**

**( अनिवार्य प्रश्न )**

1. Write short notes on the following :

(a) Explain the factors affecting health.

(b) Global warming.

(4+4=8)

निम्नलिखित पर संक्षिप्त टिप्पणियाँ लिखें:

(क) स्वास्थ्य को प्रभावित करने वाले कारकों की व्याख्या करें।

(ख) ग्लोबल वार्मिंग।

**UNIT-I (इकाई-I)**

2. Explain the role of School in developing a healthy individual through yoga and physical education programme.

16

18257/9900/KD/115

[P.T.O.  
12/5



योग और शारीरिक शिक्षा कार्यक्रम के माध्यम से एक स्वस्थ व्यक्ति के विकास में स्कूल की भूमिका की व्याख्या करें।

OR (अथवा)

3. Discuss the importance of balanced diet and its components in detail. 16

संतुलित आहार और उसके घटकों के महत्व पर विस्तार से चर्चा करें।

## UNIT-II (इकाई-II)

4. Write note on the following :

- (a) Discuss the types of pollution.  
(b) What is the first aid for a fracture and dislocation?  
(8+8=16)

निम्नलिखित पर टिप्पणी लिखें :

(क) प्रदूषण के प्रकारों पर चर्चा करें।

(ख) फ्रैक्चर और डिस्लोकेशन के लिए प्राथमिक उपचार क्या है?

OR (अथवा)

5. What is physical fitness? Explain the elements of physical fitness in detail. 16

शारीरिक फिटनेस क्या है? शारीरिक फिटनेस के तत्वों की विस्तार से व्याख्या करें।