

B.P.E. 1st year
PEI-05 - Paper-V : Health, Hygiene and Sanitation

P. Pages : 3

Time : Three Hours



GUG/S/23/2553

Max. Marks : 80

Notes : 1. Solve **any five** questions.

- | | | |
|-----|--|------------|
| 1. | What do you understand by Balanced diet? Write the importance of balanced diet For an individual. | 16 |
| 2. | What is the meaning of first aid? What is the need of first aid in physical education? Discuss. | 16 |
| 3. | What exactly is the role of physical education teacher in promoting health in school? Explain. | 16 |
| 4. | What is protein? What is its need in human body? What are the different sources of protein? Explain. | 16 |
| 5. | What are vitamins? What deficiency diseases are caused by their absence in the diet? Explain. | 16 |
| 6. | What are common athletic injuries? Explain. | 16 |
| 7. | a) Explain the cause of insufficient sleep. | 8 |
| | b) Discuss the ill effects of alcohol on human body. | 8 |
| 8. | What do you mean by fracture? Discuss the types and general treatments of fracture. | 16 |
| 9. | Write notes on following: a) Personal health care of eyes. b) personal health care of skin. | 2x8 |
| 10. | What are the cause of malaria? Explain its preventive measures. | 16 |

B.P.E. 1st year
PEI-05 - Paper-V : Health, Hygiene and Sanitation

Time : Three Hours

Max. Marks : 80

सुचना :- 1. कोणतेही पाच प्रश्न सोडवा.

1. संतुलित आहार म्हणजे काय? एका व्यक्तीसाठी संतुलित आहाराचे महत्व लिहा. 16
2. प्रथमोपचाराचा काय अर्थ आहे? शारीरिक शिक्षणामध्ये प्रथमोपचाराची काय आवश्यकता आहे, चर्चा करा. 16
3. विद्यालयामध्ये स्वास्थ्य-वृद्धी करण्यासाठी शिक्षकांची खरी भूमिका काय आहे? स्पष्ट करा. 16
4. प्रथिने म्हणजे काय? मानवी शरीरात यांची काय गरज आहे? प्रथिनांचे वेगवेगळे स्रोत कोणते? स्पष्ट करा. 16
5. विटामिन म्हणजे काय? विटामिनच्या कमतरते-मुळे कोणकोणते रोग उत्पन्न होतात? स्पष्ट करा. 16
6. खेळाच्या दरम्यान होणारे सामान्य इजा (Injuries) कोणते आहे. स्पष्ट करा. 16
7. अ) झोप कमी येण्याची कारणे स्पष्ट करा. 8
ब) मद्यपानाचा मानव शरीरावर होणाऱ्या कुप्रभावांचे विवेचन करा. 8
8. अस्थिभंग म्हणजे काय? अस्थिभंगाचे प्रकार सांगून त्यांच्या सामान्य उपचारासंबंधीत चर्चा करा. 16
9. खालीलवर टिपा लिहा. 2x8
अ) डोळ्यांची वैयक्तिक निगा
ब) कातड्यांची वैयक्तिक निगा
10. मलेरिया होण्याची कारणे कोणती आहे? त्यांच्या प्रतिबंधात्मक उपायांचे वर्णन करा. 16

B.P.E. 1st year
PEI-05 - Paper-V : Health, Hygiene and Sanitation

Time : Three Hours

Max. Marks : 80

सुचनाएँ :- 1. कोई भी पाँच प्रश्न हल किजिए।

- | | | |
|-----|--|-----|
| 1. | संतुलित आहार से आप क्या समझते हैं? एक व्यक्ति के लिये संतुलित आहार का महत्व लिखिये। | 16 |
| 2. | प्रथमोपचार का क्या अर्थ है? शारीरिक शिक्षा में प्रथमोपचार की क्या आवश्यकता है? चर्चा किजिए। | 16 |
| 3. | विद्यालय में स्वास्थ्य को बढ़ावा देने में शिक्षक की वास्तविक भूमिका क्या है? स्पष्ट किजिए। | 16 |
| 4. | प्रथिन क्या है? मानव शरीर में इसकी क्या आवश्यकता है? प्रथिन के विभिन्न स्रोत कौन-कौन से हैं? स्पष्ट किजिये। | 16 |
| 5. | विटामिन क्या है? इनकी कमी से कौन-कौन से रोग उत्पन्न होते हैं? स्पष्ट किजिये। | 16 |
| 6. | खेल के दौरान लगने वाली सामान्य चोटें कौन-कौन सी हैं? स्पष्ट किजिए। | 16 |
| 7. | अ) निद्रा कम आने के कारण समझाइये। | 8 |
| | ब) मानव शरीर पर मद्यपान के प्रभावों का विवेचन कीजिए। | 8 |
| 8. | अस्थिभंग से आप क्या समझते हैं? अस्थिभंग के प्रकार एवं उसके सामान्य उपचारों के विषय में चर्चा किजिए। | 16 |
| 9. | निम्नलिखित पर टिप्पणियाँ लिखिए अ) नेत्रों की व्यक्तिगत स्वास्थ्य सुरक्षा ब) त्वचा की व्यक्तिगत स्वास्थ्य सुरक्षा | 2x8 |
| 10. | मलेरिया के कौन-कौन से कारण हैं? इसके बचाव के उपाय स्पष्ट किजिए। | 16 |
