

QP.No. : B 1644

SBOA

B.Ed. DEGREE (TWO YEAR) EXAMINATION, MAY 2019
(For the candidates admitted during the Academic Year 2016-2017 onwards)

II Year
YOGA, HEALTH AND PHYSICAL EDUCATION

Time: 1½ hours

Maximum Marks: 35

**Answer any FIVE questions.
Each answer should not exceed 300 words.
Each answer carries 7 marks.**

(5 x 7 = 35 Marks)

1. யோகாவினால் ஏற்படும் உடல் மற்றும் உள்ளம் சார்ந்த நன்மைகள் சிலவற்றினை எழுதுக.
Write some of the therapeutic and psychological uses of yoga.
2. உடற்கல்வியின் தேவை மற்றும் முக்கியத்துவங்களைப் பற்றி விவரி.
Describe the need and importance of physical education.
3. உடற்பயிற்சி மேற் கொள்வதால் இரத்த ஓட்டம் மற்றும் தசை அமைப்புகளில் உண்டாகும் விளைவுகளைப் பற்றி விரிவாக விளக்குக.
Explain in detail about effects of exercise on circulatory and muscular system.
4. அங்கஸ்திதி வரையறுக்க. அங்கஸ்திதி குறைபாடுகளை எழுதுக.
Define Posture. Write about the common postural defects.
5. உடல்நலக் கல்வி – வரையறுக்க. உடல் நலக் கல்வியை பள்ளியில் கற்பித்தலுக்கான வழிமுறைகள் யாவை?
Define health education. What are the methods of imparting health education in school?
6. தொற்று நோய்கள் என்பவை யாவை? அவைகளில் ஏதேனும் இரண்டினைப் பற்றி விரிவாக விளக்குக.
What are communicable diseases? Explain any two diseases in detail.
7. விளையாட்டு போட்டிகளை எவ்வாறு ஒருங்கிணைத்து நடத்துவாய்? அதன் வகைகளை எழுதுக.
How would you organise and conduct sports meet? Write its types.