

AU-1087

M.P.Ed. Semester—III (New Programme) Examination

HEALTH EDUCATION AND SPORTS NUTRITION

Paper : MPCC—303

Time : Three Hours]

[Maximum Marks : 70

N.B. :— (1) Solve **ALL** questions.

(2) All questions carry equal marks.

1. Define health education and write about the aims and objectives of health education. 14

OR

Write in detail about the Health Services and guidance instruction in Personal Hygiene. 14

2. Discuss on :

- (a) Adulteration in food. 7
(b) Environmental Sanitation. 7

OR

Write down the role of Health Education in Schools. 14

3. Write notes on :

- (a) Dental Hygiene. 7
(b) Effect of Tobacco on Health. 7

OR

Explain in detail about the Lifestyle and Hypertension Management. 14

4. Define the term sports nutrition and write its role in sports. 14

OR

Explain in detail :

- (a) Role of Carbohydrate during exercise. 7
(b) Role of Fat during exercise. 7

5. What do you mean by obesity ? And list down its hazards. 14

OR

Design a diet plan and exercise schedule for weight gain and loss. 14

AU-1087

M.P.Ed. Semester—III (New Programme) Examination
HEALTH EDUCATION AND SPORTS NUTRITION

Paper : MPCC—303

Time : Three Hours]

[Maximum Marks : 70

(मराठी माध्यम)

नोट :- (1) सर्व प्रश्न सोडवा

(2) सर्व प्रश्नांना समान गुण आहेत.

1. स्वास्थ्य शिक्षाची व्याख्या लिहून स्वास्थ्य शिक्षणाची ध्येय व उद्देश लिहा. 14
किंवा
स्वास्थ्य सेवा बदल सविस्तर लिहून व्यक्तीगत आरोग्या बदल मार्गदर्शक सूचना सविस्तर लिहा. 14
2. चर्चा करा :
(अ) अन्नातील भेसळ. 7
(ब) वातावरणातील आरोग्य. 7
किंवा
शाळेतील स्वास्थ्य शिक्षणाच्या भुमीका बाबत लिहा. 14
3. टिपणे लिहा :
(अ) दाताचे आरोग्य. 7
(ब) आरोग्यावर तंबाखुचा परिणाम 7
किंवा
जिवन पद्धती आणि वाढणाऱ्या मानसीक ताणाचे व्यवस्थापना बाबत सविस्तर स्पष्ट करा 14
4. खेळ पौष्टीकताची व्याख्या लिहा आणि त्याचे खेळातील भुमीका लिहा. 14
किंवा
सविस्तर लिहा :
(अ) व्यायाम करतांना कार्बोहायड्रेट ची भुमीका. 7
(ब) व्यायाम करणांना वसा (Fat) ची भुमीका. 7
5. स्थूलता बाबत आपले मत काय ? आणि स्थूलता बाबत चे दुष्टाचारीणामची सुची लिहा. 14
किंवा
वजन वाढविने आणि कमी करव्या करिता आहार आणि व्यायाम चे नियोजन करा. 14

AU-1087

M.P.Ed. Semester—III (New Programme) Examination

HEALTH EDUCATION AND SPORTS NUTRITION

Paper : MPCC—303

Time : Three Hours]

[Maximum Marks : 70

(हिन्दी माध्यम)

नोट :- (1) सभी प्रश्न हल कीजिए।

(2) सभी प्रश्नों को समान अंक हैं।

1. स्वास्थ्य शिक्षा की व्याख्या लिखकर स्वास्थ्य शिक्षा की ध्येय और उद्देश्य लिखिए। 14

अथवा

स्वास्थ्य सेवा के बारे में सविस्तार लिखकर व्यक्तिगत आरोग्य के बारे में सूचना सविस्तार लिखिए। 14

2. चर्चा कीजिए :

(अ) अन्न में मिलावट। 7

(ब) वातावरण में आरोग्यकरण। 7

अथवा

स्कूल में स्वास्थ्य की भूमिका के बारे में लिखिए। 14

3. टिप्पणियाँ लिखिए :

(अ) दांत के आरोग्य। 7

(ब) स्वास्थ्य पर तंबाखु का परिणाम। 7

अथवा

जीवन पद्धति और बढ़ने वाला मानसिक तनाव के व्यवस्थापन के बारे में सविस्तार स्पष्ट कीजिए। 14

4. खेल पौष्टिकता की परिभाषा लिखिए और उसकी खेल में भूमिका लिखिए। 14

अथवा

सविस्तार लिखिए :

(अ) व्यायाम करते समय कार्बोहाइड्रेट की भूमिका। 7

(ब) व्यायाम करते समय चर्बी की भूमिका। 7

5. मोटापे के बारे में आपका क्या मत है ? मोटापे के दुष्परिणामों की सूची लिखिए। 14

अथवा

वजन बढ़ाना और कम करने के लिये आहार और व्यायाम का नियोजन कीजिए। 14

