

B 1010

UDEH

B.Ed. DEGREE EXAMINATION, MAY 2011

(For the candidates admitted from the
academic year 2009-2010)

Elective Course — PHYSICAL AND HEALTH EDUCATION

Time : 3 hours

Maximum marks : 80

PART A — (10 × 2 = 20 marks)

Answer any TEN questions.

Each answer should not exceed 50 words.

Each answer carries 2 marks.

1. Write a note on 'Modern Olympic Games'.

நவீன ஒலிம்பிக் போட்டிகள் - குறிப்பு வரைக.

2. How will you treat dislocation?

மூட்டு நழுவுதலுக்கு கொடுக்கப்படும் சிகிச்சை யாது?

3. Differentiate anaerobic exercises from aerobic exercises.

அனரோபிக் பயிற்சிகளை, ஏரோபிக் பயிற்சிகளிலிருந்து வேறுபடுத்து.

4. What are the aims of physical education?

உடற்கல்வியின் குறிக்கோள்கள் யாவை?

5. Write about 'Health Services' in schools.

பள்ளிகளில் 'உடல்நல சேவைகள்' பற்றி எழுதுக.

6. Write a note on 'Marathon Race'.

'மாரத்தான் போட்டி' - குறிப்பு வரைக.

7. Suggest a diet to reduce obesity.

அதிக எடையை குறைக்கும் உணவு முறைகளை கூறுக.

8. What are the symptoms of Malaria?

மலேரியா நோயின் அறிகுறிகள் யாவை?

9. List some of the postural deformities and their causes.

உடலமைப்பின் குறைகள் சிலவற்றை வரிசைப்படுத்தி, அவை ஏற்படும் காரணங்களை விவரி.

10. Mention any two basic skills of Volley ball.

கையுந்து பந்து விளையாட்டின் அடிப்படை திறன்கள் இரண்டினை குறிப்பிடுக.

11. Differentiate Yoga from Physical Exercise.

யோகா பயிற்சியை உடற்பயிற்சியிலிருந்து வேறுபடுத்தி காட்டுக.

12. Explain 'FITT'.

'FITT' - விளக்குக.

PART B — (6 × 5 = 30 marks)

Answer any SIX questions.

Each answer should not exceed 200 words.

Each answer carries 5 marks.

13. What are the ways to improve safety of school children?

பள்ளிக் குழந்தைகளின் பாதுகாப்பை எவ்வாறு மேம்படுத்தலாம்?

14. Illustrate a few physical exercises that would improve the various systems of the body.

உடலில் உள்ள வெவ்வேறு உறுப்புகளை மேம்படுத்தும் உடற்பயிற்சிகள் சிலவற்றை விவரி.

15. Explain the importance of physical education in schools.

பள்ளிகளில் உடற்கல்வியின் அவசியத்தை விளக்குக.

16. What are the causes of AIDS? How can it be prevented?

எய்ட்ஸ் நோய் ஏற்பட காரணங்கள் யாவை? அவை வராமல் எப்படி தடுக்கலாம்?

17. Explain the different methods of teaching physical education.

உடற்கல்வியை போதிக்க பயன்படுத்தப்படும் வெவ்வேறு முறைகளை விளக்குக.

18. Define yoga and explain the eight limits of it.

யோகா - வரையறு, அதன் எட்டு படிக்களை விவரி.

19. Discuss the various methods of importing health education in schools.

உடல்நலக்கல்வியை பள்ளிகளில் புகுத்தும் வெவ்வேறு முறைகளை விவரி.

20. What are performance related physical fitness components? How can they be improved?

விளையாடும் தன்மையை மேம்படுத்தும் உடல்திறன் தகுதிகளின் கூறுகள் யாவை? அக்கூறுகளை மேம்படுத்தும் வழிகள் யாவை?

PART C — (2 × 15 = 30 marks)

Answer BOTH the questions.

Each answer should not exceed 600 words.

Each answer carries 15 marks.

21. (a) What are the merits and demerits of knock-out and league tournament? Prepare a fixture for a league tournament with 9 teams taking part in it.

நீக்குமுறை, சுழற்சி முறை பந்தயத்தின் குறைகள், நிறைகள் யாவை? 9 அணிகள் பங்கேற்கும் ஒரு சுழற்சிமுறை பந்தயத்தின் அட்டவணை தயார் செய்க.

Or

- (b) Explain the basic skills and rules of Kho-Kho with court markings.

கோ-கோ விளையாட்டின் அடிப்படை திறன்கள் மற்றும் விதிகளை ஆடுகள வரைபடத்துடன் விளக்குக.

22. (a) Prepare a general lesson plan for Std IX.

IX ம் வகுப்பிற்கான பொதுவான பாடத்திட்டம் தயார் செய்க.

Or

- (b) List some of the diseases caused due to the deficiency of vitamins and explain the role of diet in eradicating them.

வைட்டமின் குறைபாட்டினால் ஏற்படும் நோய்களை வரிசைப்படுத்தி, அதை நிவர்த்தி செய்வதில் உணவின் பங்கினை விளக்குக.