

N.V.K.S.D. COLLEGE OF EDUCATION, ATTOOR
(AUTONOMOUS)

B. Ed. Degree Fourth Semester Examination, September 2020
(For the candidates admitted for the academic year 2018-2020)
Elective Course : HEALTH AND PHYSICAL EDUCATION
Course Code: B4EC1837

Time: 3 Hours

Maximum Marks:70

SECTION A (10 x 1 = 10 marks)

Answer ALL the questions by selecting the appropriate answers.

1. The one which is related to affective domain is
a) Attitude b) Knowledge c) Application d) Evaluation
பின்வருவனவற்றில் எழுச்சிசார் புலத்துடன் தொடர்புடையது
அ) அணுகுமுறை ஆ) அறிவு இ) பயன்படுத்தல் ஈ) மதிப்பீடு
2. One gram of carbohydrate produces
a) 9.3 calories b) 4.1calories c) 4.7 calories d) 9.5 calories
ஒரு கிராம் கார்போஹைட்ரேட் உற்பத்தி செய்யும் கலோரி
அ) 9.3 ஆ) 4.1 இ) 4.7 ஈ) 9.5
3. Typhoid is a
a) Viral infection b) Fungal infection
c) Bactrial infection d) Parasite infection
டைபாய்டு ஒரு
அ) வைரஸ் தொற்று ஆ) பூஞ்சை தொற்று
இ) பாக்டீரியா தொற்று ஈ) ஒட்டுண்ணி தொற்று
4. Total number of byes for 28 teams in a knockout tournament is
a) 4 b) 3 c) 5 d) 6
நாக்அவுட் போட்டியில் 28 அணிகளுக்கான மொத்த பெய்ஸ் எண்ணிக்கை.
அ) 4 ஆ) 3 இ) 5 ஈ) 6
5. Pancreas secretes
a) Saliva b) Hormones c) Adrenaline d) Insulin
கணையம் சுரப்பது
அ) உமிழ் நீர் ஆ) ஹார்மோன்கள்
இ) அட்ரினலின் ஈ) இன்சலின்
6. Excessive internal curvature of the spine is called
a) Kyphosis b) Lordosis c) Scoliosis d) Shoulder bend
முதுகெலும்பின் அதிகப்படியான வளைவு பின்வருமாறு அழைக்கப்படுகிறது
அ) கைபோசிஸ் ஆ) லார்டோசிஸ்
இ) ஸ்கோலியோசிஸ் ஈ) தோள்பட்டை வளைவு
7. Disease caused by the deficiency of vitamin 'C' is
a) Beriberi b) Scurvy c) Night blindness d) Rickets
வைட்டமின் C குறைபாட்டினால் ஏற்படும் நோய்
அ) பெறிபெறி ஆ) ஸ்கர்வி
இ) மாலை கண் ஈ) ரிகெட்ஸ்
8. A complete partial break in a bone is
a) Strain b) Sprain c) Dislocation d) Fracture
ஒரு முழுமையான அல்லது பகுதி உடைந்த எலும்பு என்பது
அ) தசைப்பிடிப்பு ஆ) சுளுக்கு இ) இடப்பெயர்வு ஈ) எலும்பு முறிவு
9. Infectious disease that usually affects lungs is
a) Malaria b) Cholera c) Typhoid d) Tuberculosis
பொதுவாக நுரையீரலை பாதிக்கும் ஒரு தொற்று நோய்
அ) மலேரியா ஆ) காலரா இ) டைபாய்டு ஈ) காசநோய்
10. Intramural competition is conducted
a) Within the institution b) Outside the institution
c) Between universities d) Between colleges
மதிலகப் போட்டிகள் நடத்தப்படுவது
அ) ஒரு நிறுவனத்திற்குள் ஆ) நிறுவனத்திற்கு வெளியே
இ) பல்கலைக்கழகங்களுக்கு இடையில் ஈ) கல்லூரிகளுக்கு இடையில்

SECTION - B (10 x 2 = 20 marks)
Answer any TEN questions in about 50 words each.

11. Define the term Physical education.
உடற்கல்வி என்ற சொல்லை வரையறு
12. What is personal hygiene?
தன் சுத்தம் என்றால் என்ன?
13. List out the sources of nutrition.
ஊட்டச்சத்து ஆதாரங்களை பட்டியலிடுக.
14. What is first aid?
முதலுதவி என்றால் என்ன?
15. Write a short note on the balanced diet.
சரிவிகித உணவு பற்றி சிறு குறிப்பு எழுதுக.
16. Give a short note on 'strain'.
தசைப் பிடிப்பு பற்றி சிறு குறிப்பு வரைக.
17. What is extramural competitions?
புறவெளிப் போட்டிகள் என்றால் என்ன?
18. Give a short note on malnutrition.
ஊட்டச் சத்து குறைபாடு குறித்து ஒரு சிறு குறிப்பு தருக.
19. What is meant by posture?
தோரணை என்றால் என்ன?
20. Define the term Health education.
ஊடல்நலக் கல்வி என்ற சொல்லை வரையறு.
21. List out the types of tournaments.
போட்டிகளின் வகைகளை பட்டியலிடுக.
22. Write a short note on vitamin 'A' deficiencies.
வைட்டமின் 'A' சத்து குறைவினால் ஏற்படும் குறைகளை எழுதுக.

SECTION C (4 X 5 = 20 marks)

Answer any FOUR questions in about 200 words each.

23. Write down the factors affecting health.
உடல்நலத்தை பாதிக்கும் காரணிகளை எழுதுக.
24. Explain the components of health related fitness.
உடல் நலம் சார்ந்த தகுதியின் அங்கங்களை விளக்குக.
25. Draw knockout fixtures for 26 teams with details.
26 அணிகளுக்கான நாக்அவுட் பொருத்தங்களை வரைக.
26. State the aims and objectives of Physical education.
உடற்கல்வியின் நோக்கங்கள் மற்றும் குறிக்கோள்களை குறிப்பிடுக.
27. Illustrate the types of posture.
தோரணைகளின் வகைகளை எடுத்துகாட்டுடன் விளக்குக.
28. Write down the methods of imparting health education in school.
பள்ளியில் உடல்நலக் கல்வியை வழங்கும் முறைகளை எழுதுக.

SECTION D (2 x 10 = 20 marks)

Answer BOTH the questions in about 500 words each.

29. a). Describe the methods of teaching physical activities.
ஊடற்ப்பயிற்சி கற்பிக்கும் செயல்முறைகளை விவரி.
Or
b). Elaborate the lifestyle diseases and their management.
வாழ்க்கை முறை நோய்கள் மற்றும் அவற்றின் மேலாண்மை பற்றி விவரி.
30. a). Explain the effects of exercises on muscular and circulatory systems.
தசை மற்றும் சுற்றோட்ட அமைப்புகளில் பயிற்சிகளின் விளைவுகளை விளக்குக.
Or
b). Illustrate the causes and symptoms of communicable diseases.
தொற்று நோய்களின் காரணங்கள் மற்றும் அறிகுறிகளை எடுத்துகாட்டுடன் விளக்குக.