

This question paper contains 3 printed pages]

JB—205—2023

FACULTY OF INTERDISCIPLINARY

B.A. (Second Year) (Fourth Semester) EXAMINATION

NOVEMBER/DECEMBER, 2023

PHYSICAL EDUCATION

Paper VII

(Health, Fitness, Nutrition)

(Thursday, 14-12-2023)

Time : 2.00 p.m. to 4.00 p.m.

Time—Two Hours

Maximum Marks—50

N.B. :— (i) Attempt All questions.

(ii) All questions carry equal marks.

(i) सर्व प्रश्न सोडवा.

(ii) सर्व प्रश्नांना समान गुण आहेत.

1. Explain the fitness and describe its need.

10

योग्यता/पात्रताची व्याख्या सांगून त्याची गरज स्पष्ट करा.

Or

(किंवा)

Define body posture and benefits of good body posture.

शरीर धारणेची व्याख्या सांगून शरीराच्या चांगल्या स्थितीचे फायदे वर्णन करा.

P.T.O.

WT

(2)

JB—205—2023

2. Explain social fitness and how to take care of social fitness. 10

सामाजिक योग्यतेचा अर्थ सांगून सामाजिक योग्यतेची काळजी कशी घ्याल ते सविस्तर लिहा.

Or

(किंवा)

Define fitness with its importance.

योग्यतेचा अर्थ सांगून महत्त्व स्पष्ट करा.

3. Explain diet and importance of balanced diet. 10

आहाराची व्याख्या सांगून समतोल आहाराचे महत्त्व विशद करा.

Or

(किंवा)

Describe the balanced diet and its factors.

समतोल आहार आणि त्याचे घटक विशद करा.

4. Explain the role of nutrition for healthy lifestyle. 10

पोषणाची सुदृढ जीवनशैलीत भूमिका स्पष्ट करा.

Or

(किंवा)

Explain body posture remedies and defeat.

शरीर धारणेतील दोष सविस्तर लिहा.

WT

(3)

JB—205—2023

5. Write short notes on (any *two*) :

10

- (i) Importance of fitness
- (ii) Deformities of kyphosis
- (iii) Importance of protein
- (iv) Balanced diet.

शुडक्यात टिपा लिहा (कोणत्याही दोन) :

- (i) योग्यतेचे महत्त्व
- (ii) किफोसिसची विकृती/कुबड
- (iii) प्रथिनांचे महत्त्व
- (iv) समतोल आहार.

JB—205—2023

3