

(i) Printed Pages : 4 Roll No.

(ii) Questions : 7 Sub. Code :

1	0	4	8	9
---	---	---	---	---

Exam. Code : ,

5	0	0	2
---	---	---	---

Bachelor of Arts (FYUP) 2nd Semester
(2055)

PHYSICAL EDUCATION (In all Mediums)

Paper : Health and Hygiene

Time Allowed : Three Hours] [Maximum Marks : 45

- Note :—** (1) There are four Units in all.
(2) Unit I is compulsory.
(3) Attempt any **three** questions from Units II, III and IV selecting not more than **one** question from each Unit.
(4) Unit I carries **15** marks while all other units carry equal marks i.e., **10** marks.

UNIT-I

1. Attempt any **five** questions from the following questions :
- (1) What do you understand by the term concept ?
 - (2) Write any two benefits of community hygiene.
 - (3) Explain the term strategy.
 - (4) Explain, why women health care is important.
 - (5) Which test is used to test AIDS ?
 - (6) Write any three schemes which are run by the government for hygiene in India.
 - (7) Do you think health and hygiene are identical to each other ? Explain.

UNIT-II

2. Write the meaning, concept and scope of health in detail.
3. Explain principles and strategies of public health in detail

UNIT-III

4. What do you mean by disease ? Explain any three non-communicable diseases in detail.
5. Explain soil, air and noise pollution in detail.

UNIT-IV

6. What is hygiene ? Explain practices of hygiene in detail.
7. Explain public awareness for health and hygiene through digital media.

(हिन्दी माध्यम)

- नोट :- (1) कुल चार यूनिटें हैं।
(2) यूनिट I अनिवार्य है।
(3) यूनिट II, III और IV में से किन्हीं तीन प्रश्नों का उत्तर दें, प्रत्येक यूनिट में से एक से अधिक प्रश्न न चुनें।
(4) यूनिट I के 15 अंक हैं जबकि अन्य सभी यूनिटों के समान 10 अंक हैं।

यूनिट-I

1. निम्नलिखित प्रश्नों में से कोई पाँच प्रश्न हल करें :
 - (1) अवधारणा शब्द से आप क्या समझते हैं ?
 - (2) सामुदायिक स्वच्छता के कोई दो लाभ लिखें।
 - (3) रणनीति शब्द की व्याख्या करें।
 - (4) समझाएँ कि महिला स्वास्थ्य देखभाल क्यों महत्वपूर्ण है।
 - (5) एड्स की जाँच के लिए किस टेस्ट का उपयोग किया जाता है ?
 - (6) भारत में स्वच्छता के लिए सरकार द्वारा चलाई जा रही कोई तीन योजनाएँ लिखें।
 - (7) क्या आपको लगता है कि स्वास्थ्य और स्वच्छता एक दूसरे के समान हैं ? समझाएँ।

ਯੂਨਿਟ-II

2. ਸ્ਵਾਸਥਯ ਕਾ ਅਰਥ, ਅਵਧਾਰਣਾ ਔਰ ਫਾਧਰਾ ਵਿਸ਼ਟਾਰ ਸੇ ਲਿਖੇਂ।
3. ਸਾਰਵਜਨਿਕ ਸ੍ਵਾਸਥਯ ਕੇ ਸਿਫ਼ਾਨ੍ਤੋਂ ਔਰ ਰਣਨੀਤਿਯੋਂ ਕੀ ਵਿਸ਼ਟਾਰ ਸੇ ਵਯਾਖਯਾ ਕਰੇਂ।

ਯੂਨਿਟ-III

4. ਬੀਮਾਰੀ ਸੇ ਆਪਕਾ ਕਯਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ? ਕਿਨ੍ਹੀਂ ਤੀਨ ਗੈਰ-ਸੰਚਾਰੀ ਰੋਗੋਂ ਕੀ ਵਿਸ਼ਟਾਰ ਸੇ ਵਯਾਖਯਾ ਕਰੇਂ।
5. ਸਿਟ੍ਟੀ, ਵਾਧੂ ਔਰ ਧ੍ਵਨਿ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ ਕੀ ਵਿਸ਼ਟਾਰ ਸੇ ਵਯਾਖਯਾ ਕਰੇਂ।

ਯੂਨਿਟ-IV

6. ਸ੍ਵਚ੍ਛਤਾ ਕਯਾ ਹੈ ? ਸ੍ਵਚ੍ਛਤਾ ਕੇ ਤਰੀਕੋਂ ਕੋ ਵਿਸ਼ਟਾਰ ਸੇ ਸਮਝਾਓ।
7. ਡਿਜਿਟਲ ਮੀਡਿਯਾ ਕੇ ਮਾਧਯਮ ਸੇ ਸ੍ਵਾਸਥਯ ਔਰ ਸ੍ਵਚ੍ਛਤਾ ਕੇ ਲਿਏ ਜਨ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਕੇ ਬਾਰੇ ਮੇਂ ਬਤਾਓ।

(ਪੰਜਾਬੀ ਅਨੁਵਾਦ)

- ਨੋਟ :—
- (1) ਕੁੱਲ ਚਾਰ ਯੂਨਿਟਾਂ ਹਨ।
 - (2) ਯੂਨਿਟ I ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ।
 - (3) ਯੂਨਿਟ II, III ਅਤੇ IV ਹਰੇਕ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਵੀ ਤਿੰਨ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਕਰੋ, ਹਰੇਕ ਯੂਨਿਟ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਤੋਂ ਵੱਧ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਨਾ ਚੁਣੋ।
 - (4) ਯੂਨਿਟ I ਦੇ 15 ਅੰਕ ਹਨ ਜਦੋਂ ਕਿ ਬਾਕੀ ਸਾਰੀਆਂ ਯੂਨਿਟਾਂ ਦੇ ਬਰਾਬਰ (10) ਅੰਕ ਹਨ।

ਯੂਨਿਟ-I

1. ਹੇਠ ਦਿੱਤੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਵੀ ਪੰਜ ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਂ ਨੂੰ ਹੱਲ ਕਰੋ :
 - (1) ਧਾਰਨਾ ਸ਼ਬਦ ਤੋਂ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਸਮਝਦੇ ਹੋ ?
 - (2) ਸਮੁਦਾਇਕ ਸਫਾਈ ਦੇ ਕੋਈ ਦੋ ਲਾਭ ਲਿਖੋ।
 - (3) “ਰਣਨੀਤੀ” ਸ਼ਬਦ ਦੀ ਵਿਆਖਿਆ ਕਰੋ।
 - (4) ਸਮਝਾਓ ਕਿ ਔਰਤਾਂ ਦੀ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਕਿਉਂ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ।
 - (5) ਏਡਜ਼ ਦੀ ਜਾਂਚ ਲਈ ਕਿਹੜਾ ਟੈਸਟ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ?

- (6) ਭਾਰਤ ਵਿੱਚ ਸਫਾਈ ਲਈ ਸਰਕਾਰ ਦੁਆਰਾ ਚਲਾਈਆਂ ਗਈਆਂ ਕੋਈ ਵੀ ਤਿੰਨ ਯੋਜਨਾਵਾਂ ਲਿਖੋ।
- (7) ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਸਫਾਈ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਦੇ ਸਮਾਨ ਹਨ ? ਸਮਝਾਓ।

ਯੂਨਿਟ-II

2. ਸਿਹਤ ਦੇ ਅਰਥ, ਸੰਕਲਪ ਅਤੇ ਦਾਇਰੇ ਨੂੰ ਵਿਸਥਾਰ ਵਿੱਚ ਲਿਖੋ।
3. ਲੋਕ ਸਿਹਤ ਦੇ ਸਿਧਾਂਤਾਂ ਅਤੇ ਰਣਨੀਤੀਆਂ ਨੂੰ ਵਿਸਥਾਰ ਵਿੱਚ ਦੱਸੋ।

ਯੂਨਿਟ-III

4. ਬਿਮਾਰੀ ਤੋਂ ਤੁਹਾਡਾ ਕੀ ਭਾਵ ਹੈ ? ਕਿਸੇ ਵੀ ਤਿੰਨ ਗੈਰ-ਸੰਚਾਰੀ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਵਿਸਥਾਰ ਵਿੱਚ ਦੱਸੋ।
5. ਮਿੱਟੀ, ਹਵਾ ਅਤੇ ਸ਼ੋਰ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ ਨੂੰ ਵਿਸਥਾਰ ਵਿੱਚ ਦੱਸੋ।

ਯੂਨਿਟ-IV

6. ਸਫਾਈ ਕੀ ਹੈ ? ਸਫਾਈ ਦੇ ਤਰੀਕਿਆਂ ਨੂੰ ਵਿਸਥਾਰ ਵਿੱਚ ਦੱਸੋ।
7. ਡਿਜੀਟਲ ਮੀਡੀਆ ਰਾਹੀਂ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਸਫਾਈ ਲਈ ਲੋਕ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਨੂੰ ਸਪਸ਼ਟ ਕਰੋ।