

G

(20518)

Roll No. ....

B.Ed.(Two Year Course)-II Year

**5073**

**B. Ed. II Year (Annual) Examination, May 2018**

(Session 2016-18 Main)

&

(Session 2015-17 Ex. & Back)

**Life Style Management**

(E-506)

Time : Three Hours]

[Maximum Marks : 40

Note : Attempt questions from all Sections as per instructions.

सभी खण्डों से निर्देशानुसार प्रश्न हल कीजिए ।

**Section-A**

**खण्ड-अ**

**(Descriptive Answer Questions)**

**(विस्तृत उत्तरीय प्रश्न)**

This Section contains three questions. Each question has internal choice. Answer *all* questions. Each question carries 8 marks.  $8 \times 3 = 24$

इस खण्ड में तीन प्रश्न दिये गये हैं । प्रत्येक प्रश्न में आन्तरिक चयन का विकल्प है । सभी प्रश्नों के उत्तर दीजिए। प्रत्येक प्रश्न 8 अंकों का है ।

(2)

1. Explain the goals and ideals of human life  
मनुष्य जीवन के लक्ष्य और आदर्शों का वर्णन कीजिए ।

**Or/अथवा**

What is life of integrity and how to develop it?  
जीवन की समग्रता क्या है और इसे कैसे विकसित किया जा सकता है ?

2. Write the role of daily routine in development of human life.  
मनुष्य जीवन के विकास में दैनिक दिनचर्या की भूमिका लिखिए ।

**Or/अथवा**

What is the importance of Swadhyaya (Self-study) in self-evaluation?  
आत्म-मूल्यांकन में स्वाध्याय का क्या महत्त्व है ?

3. How does spiritual practices refine your personality?  
आध्यात्मिक क्रियाकलाप किस प्रकार आपके व्यक्तित्व को परिष्कृत करते हैं ?

**Or/अथवा**

What is self-confidence and how to develop it?  
आत्मविश्वास क्या है और इसे कैसे विकसित करेंगे ?

**Section-B**

**खण्ड-ब**

**(Short Answer Questions)**

**(संक्षु उत्तरीय प्रश्न)**

This Section contains eight questions. Answer any *four* questions. Each question carries 2 marks.  $2 \times 4 = 8$   
इस खण्ड में आठ प्रश्न दिये गये हैं । किन्हीं चार प्रश्नों के उत्तर दीजिए । प्रत्येक प्रश्न 2 अंकों का है ।

(3)

1. Importance of self-leadership.  
स्व-नेतृत्व का महत्त्व ।
2. How to develop ideal routine ?  
आदर्श दिनचर्या कैसे विकसित करेंगे ?
3. Explain in brief the dimensions of personality.  
व्यक्तित्व के आयामों को संक्षेप में बताइए ।
4. Creative and positive use of negativity.  
नकारात्मकता का रचनात्मक एवं विधेयात्मक उपयोग ।
5. The effects of stress.  
तनाव के प्रभाव ।
6. Importance of adjustment skills in life.  
समायोजन कौशल का जीवन में महत्त्व ।
7. The impact of behavioural skills on human relationship.  
मानवीय सम्बन्धों पर व्यवहार कुशलता का प्रभाव ।
8. How to develop creative potentials ?  
रचनात्मक क्षमता को कैसे विकसित किया जा सकता है ?

**Section-C**

**खण्ड-स**

**(Very Short Answer Questions)**

**(अति लघु उत्तरीय प्रश्न)**

This Section contains ten questions. Answer any eight questions. Each question carries 1 mark.  $1 \times 8 = 8$

(4)

इस खण्ड में दस प्रश्न दिये गये हैं । किन्हीं आठ प्रश्नों के उत्तर दीजिए । प्रत्येक प्रश्न 1 अंक का है ।

1. What is positive view of life ?  
जीवन का सकारात्मक दृष्टिकोण क्या है ?
2. Define commitment.  
प्रतिबद्धता को परिभाषित कीजिए ।
3. Benefits of diary writing.  
डायरी लेखन के लाभ ।
4. Write the names of four negative emotions .  
चार नकारात्मक संवेगों के नाम लिखिए ।
5. Three merits of self-study.  
स्वाध्याय के तीन लाभ ।
6. Define stress.  
तनाव की परिभाषा लिखिए ।
7. What is spirituality ?  
आध्यात्मिकता क्या है ?
8. What is creative excellence ?  
रचनात्मक उत्कृष्टता क्या है ?
9. What is duty ?  
कर्तव्य क्या है ?
10. Define inner health.  
आन्तरिक स्वास्थ्य को परिभाषित कीजिए ।