2718

307

1167847

(81)

बिहार सरकार
शोध एवं प्रशिक्षण निदेशालय
(शिक्षा विभाग)
शुद्धि पत्र

461
18/8/22

23 AUG 2022

अ० पढ़ा (प्रशि०)

संचिका सं०–12/विविध–05–03/2022.....शोध एवं प्रशिक्षण निदेशालय पत्रांक–312 दिनांक–31.05.2022 के कंडिका (1) में अंकित राज्य शिक्षा शोध एवं प्रशिक्षण परिषद, बिहार, पटना के द्वारा तैयार D.P.Ed. के पाठ्यक्रम को अनुमोदित किया गया है। यह पाठ्यक्रम एवं शैक्षणिक कलैंडर सत्र 2020–24 से प्रभावी होगा के स्थान पर **"यह पाठ्यक्रम एवं शैक्षणिक कलैंडर सत्र 2022–24 से प्रभावी होगा–** पढ़ा जाय।"

शेष यथावत् रहेगा।

(सज्जन आर०)
निदेशक, शोध एवं प्रशिक्षण।

1127/ECV
25/8/22

306

प्रेषक,

पत्रांक–12 / विविध–05–03 / 2022 312

बिहार सरकार

शिक्षा विभाग

डॉ० विनोदानन्द झा
निदेशक, शोध एवं प्रशिक्षण।

सेवा में,

निदेशक (शैक्षणिक),
बिहार विद्यालय परीक्षा समिति,
अकादमिक भवन, बुद्ध मार्ग, बिहार,पटना–1

पटना, दिनांक 31/05/22

विषय – शारीरिक शिक्षक प्रशिक्षण संस्थानों में D.P.Ed नामांकित छात्र–छात्राओं के लिए तैयार किए गए पाठ्यक्रम एवं शैक्षणिक कलैंडर पर स्वीकृति के सम्बन्ध में।

प्रसंग– निदेशक (शैक्षणिक) का पत्रांक–179 दिनांक–05.04.2022, पत्रांक–270 दिनांक–01.11.2021 एवं पत्रांक–197 दिनांक–22.09.2021

महाशय,

उपर्युक्त विषय एवं प्रसंग में शिक्षा विभाग, बिहार सरकार के द्वारा लिए गये निर्णय को निम्नांकित रूप से संसूचित किया जाता है–

1. राज्य शिक्षा शोध एवं प्रशिक्षण परिषद्, बिहार, पटना के द्वारा तैयार D.P.Ed के पाठ्यक्रम को अनुमोदित किया गया है। यह पाठ्यक्रम एवं शैक्षणिक कलैंडर सत्र 2020–24 से प्रभावी होगा।
2. इससे पूर्व के सत्रों की परीक्षा, NCTE द्वारा निर्धारित D.P.Ed पाठ्यक्रम के आधार पर, बिहार विद्यालय परीक्षा समिति आयोजित कर सकती है।

अनुरोध है कि उपर्युक्त निर्णय के आलोक में यथाशीघ्र कार्रवाई की जाए।

विश्वासभाजन
30/5/22
(विनोदानन्द झा)
निदेशक, शोध एवं प्रशिक्षण।

305

दो वर्षीय

डिप्लोमा इन् फिजिकल एजुकेशन

(डी.पी.एड.)

हेतु

नवीन पाठ्यक्रम

राज्य शिक्षा शोध एवं प्रशिक्षण परिषद्, बिहार

महेन्द्रू ,पटना-800006

304

डी.पी.एड. (दो वर्षीय पाठयक्रम)

सैद्धांतिक एवं प्रायोगिक विषय सूची

प्रथम वर्ष		
विषय कोड	विषय	पृष्ठ संख्या
DPET-101	शारीरिक शिक्षा के इतिहास और सिद्धांत	19
DPET-102	शारीरिक शिक्षा के मूल आधार	20
DPET-103	मौलिक शरीर संरचना और शरीर क्रिया विज्ञान	21
DPET-104	मनोरंजन एवं मूल्यपरक शिक्षा	22
DPET-105	योग शिक्षा	23
DPET-106	स्वास्थ्य शिक्षा और पर्यावरण अध्ययन	24
DPET-107	शारीरिक शिक्षा की शिक्षण विधियाँ	25
DPET-108	अनुकूलित शारीरिक शिक्षा और सुधारात्मक अभ्यास	26
DPET-109	स्विमिंग / जिमनास्टिक / ट्रैक एंड फील्ड इवेंट्स	27
DPET-110	ध्वजारोहण / मार्च पास्ट / लेजियम / डम्बल/ अंब्रेल्ला / टिपरी / वैंड्स / हूप	27
DPET-111	बेसबॉल / बास्केटबॉल / क्रिकेट / फुटबॉल / हैंडबॉल	28
DPET-112	बैडमिंटन / टेनिस / टेबल-टेनिस / स्क्वैश / कबड्डी	28
DPET-113	शूटिंग / एरोबिक्स /कैलिस्थेनिक्स / योगा / खो-खो / मल्लखंभ	29
DPET-114	रिले गेम्स / ग्रुप गेम्स / माइनर गेम्स / लीड अप गेम्स	29
DPET-115	शैक्षणिक भ्रमण / नेतृत्व शिविर / एडवेंचर कैंप	30
DPET-116	कैलिस्थेनिक्स और मौलिक खेल कौशल के लिए शिक्षण अभ्यास, प्रत्येक पाठ 5 के लिए शिक्षण अभ्यास	30

303

डी.पी.एड. (दो वर्षीय पाठयक्रम)

सैद्धांतिक एवं प्रायोगिक विषय सूची

द्वितीय वर्ष		
विषय कोड	विषय	पृष्ठ संख्या
DPET-201	खेल प्रशिक्षण	31
DPET-202	बाल मनोविज्ञान और समाजशास्त्र	32
DPET-203	शारीरिक शिक्षा में सूचना प्रौद्योगिकी	33
DPET-204	युवा नेतृत्व और समाज कल्याण	34
DPET-205	खेल के दौरान लगने वाली चोटें और पुनर्वास	35
DPET-206	शारीरिक शिक्षा का संगठन और प्रशासन	36
DPET-207	शारीरिक शिक्षा में परीक्षण एवं मापन	37
DPET-208	पोषण और प्राकृतिक चिकित्सा	38
DPET-209	स्विमिंग / जिमनास्टिक / ट्रैक एंड फील्ड इवेंट्स	39
DPET-210	हॉकी / नेटबॉल / सॉफ्टबॉल / वॉलीबॉल	39
DPET-211	बॉक्सिंग / फेंसिंग / जूडो / कराटे / मार्शल आर्ट्स / ताइक्वांडो	39
DPET-212	तैराकी / जिमनास्टिक / ट्रैक और फील्ड (इनमें से किसी एक का कौशल परीक्षण)	40
DPET-213	हॉकी / नेटबॉल / सॉफ्टबॉल / वॉलीबॉल / बेस बॉल / बास्केट बॉल / क्रिकेट / फुटबॉल / हैंड बॉल / बॉक्सिंग / फेंसिंग / जूडो / कराटे / मार्शल आर्ट्स / ताइक्वांडो / बैडमिंटन / टेनिस / टेबल-टेनिस / स्क्वैश-(इनमें से किसी दो का कौशल परीक्षण)	40
DPET-214	शिक्षण-अभ्यास (खेल कौशल के लिए कोचिंग पाठ योजना) 40 मिनट की अवधि के 05 पाठ योजना (4 आंतरिक और 1 बाह्य)	41
DPET-215	शिक्षण-अभ्यास वर्ग-कक्ष शिक्षण योजना के लिए 40 मिनट की अवधि के 5 पाठ योजना (4 आंतरिक और 1 बाह्य)	41
DPET-216	20 कार्य दिवसों के लिए इंटर्नशिप (10 सैद्धांतिक पाठ योजना और 10 प्रैक्टिकल पाठ योजना)	41

302

शैक्षणिक कैलेंडर

(डी.पी.एड)

1. **कक्षाओं का प्रारंभ-** जुलाई का प्रथम सप्ताह
2. **इंट्राम्यूरल का उद्घाटन-** अगस्त का प्रथम सप्ताह
3. **सेशनल टेस्ट:-**
   - अगस्त का अंतिम सप्ताह
   - सितम्बर का अंतिम सप्ताह
   - नवंबर का अंतिम सप्ताह
   - फरवरी का अंतिम सप्ताह
4. **शैक्षणिक भ्रमण/नेतृत्व शिविर/साहसिक शिविर:-**
   - अक्टूबर के अंतिम सप्ताह से नवंबर के द्वितीय सप्ताह तक
5. **प्रैक्टिकल परीक्षा:-**
   - मार्च के प्रथम सप्ताह से द्वितीय सप्ताह तक
6. **वार्षिक सैद्धांतिक परीक्षा:-**
   - अप्रैल के प्रथम सप्ताह से मई के प्रथम सप्ताह तक
7. **टीचिंग इंटर्नशिप:-**
   - 05-25 जुलाई तक
8. **मूल्यांकन:-**
   - मई के द्वितीय सप्ताह से जून के प्रथम सप्ताह तक
9. **परिणाम की घोषणा:-**
   - जून के प्रथम सप्ताह से जून के द्वितीय सप्ताह तक

ग्रीष्मकालीन सत्र

प्रात: कालीन चेतना सत्र

प्रात: कालीन चेतना सत्र / प्रायोगिक कक्षा

1. प्रत्येक कार्य दिवस के समय सारणी में कुल 2 घंटों की अवधि होगी।
2. प्रायोगिक कक्षा के लिए 6:00 बजे से 8:00 बजे प्रात: काल समय निर्धारित किया गया है।
3. प्रत्येक कक्षा के लिए 45 मिनट का समय निर्धारित किया गया है।
4. प्रत्येक कार्य दिवस में कक्षाओं की संख्या 2 होगी।
5. प्रत्येक कार्य दिवस के चेतना सत्र के लिए 30 मिनट का समय निर्धारित किया गया है।

301

सैद्धांतिक (थ्योरी)

1. प्रत्येक कार्य दिवस के समय-सारणी में कुल 5 घंटों की अवधि निर्धारित की गई है।
2. सैद्धांतिक क्लास के लिए सुबह 10:30 से संध्या 3:30 बजे का समय निर्धारित किया गया है।
3. प्रत्येक कक्षा के लिए 60 मिनट का समय निर्धारित किया गया है।
4. प्रत्येक कार्य दिवस को कक्षाओं की संख्या 5 निर्धारित की गई है ।
5. प्रत्येक कार्य दिवस पर 3 कक्षा उपस्थिति के बीच 30 मिनट का अंतराल निर्धारित किया जाएगा।

शीतकालीन सत्र

1. दिसंबर के पहले सप्ताह से फरवरी के आखिरी सप्ताह तक निर्धारित किया गया है
2. प्रातः कालीन चेतना सत्र और प्रातः कालीन व्यावहारिक कक्षा का समय 7 से 9 बजे प्रातः और सैद्धांतिक कक्षा का समय 11 से 4 बजे संध्या तक निर्धारित किया जाता है। बाकी की सारी गतिविधियाँ ग्रीष्मकालीन सत्र की तरह ही संचालित की जाएगी।

डी.पी.एड. दो वर्षीय कार्यक्रम के लिए पाठयक्रम संरचना हेतु दिशा-निर्देश

प्रस्तावना:

शारीरिक शिक्षा में दो वर्षीय डिप्लोमा स्कूली शिक्षा प्रारम्भिक स्तर (कक्षा I से VIII) के लिए शारीरिक शिक्षा शिक्षकों को तैयार करने के लिए एक प्रोफ़ेशनल कार्यक्रम है।

डी.पी.एड. कार्यक्रम का उद्देश्य बालपन के अध्ययन, शारीरिक शिक्षा के सामाजिक संदर्भ, विषय ज्ञान, शैक्षणिक ज्ञान, और सम्प्रेषण कौशल को एकीकृत करने के लिए डिजाइन किया गया है। इस कार्यक्रम में अनिवार्य सिद्धांत के साथ-साथ व्यावहारिक पाठ्यक्रम और अनिवार्य स्कूल इंटर्नशिप शामिल है।

डी.पी.एड. कार्यक्रम के सामान्य उद्देश्य:

1. व्यापक शैक्षिक परिप्रेक्ष्य के साथ शारीरिक शिक्षा के शिक्षकों को तैयार करना।
2. शिक्षण पेशे में आवश्यक व्यक्तिगत, व्यावसायिक और सामाजिक दक्षताओं का विकास करना।
3. शारीरिक शिक्षा कार्यक्रम एवं गतिविधियों की योजना बनाने और आयोजित करने की क्षमता विकसित करना।
4. छात्रों को शारीरिक और यौगिक व्यायाम एवं खेल-कूद में सक्रिय रूप से भाग लेने के लिए प्रेरित करने के लिए शिक्षकों को सशक्त बनाना।
5. शारीरिक शिक्षा के माध्यम से शिक्षकों को अपने छात्रों के बीच व्यक्तित्व, चरित्र, इच्छाशक्ति, लोकतांत्रिक मूल्यों और जीवन के प्रति सकारात्मक दृष्टिकोण विकसित करने में सक्षम बनाना।
6. शिक्षकों को स्वास्थ्य, स्वच्छता, पोषण और शारीरिक फिटनेस के बारे में बुनियादी ज्ञान प्रदान करने में सक्षम बनाना।
7. स्कूल और सामुदायिक खेलों एवं खेलों को आयोजित करने के लिए कौशल और दक्षता विकसित करना।
8. खेल भावना, मानसिक और शारीरिक सतर्कता, वैज्ञानिक स्वभाव और आशावाद की भावना का विकास करना।
9. मानसिक स्वास्थ्य, आत्म-निर्णय और आत्म-नियंत्रण की शक्ति, सही निर्णय लेना भावनात्मक स्थिरता, दूसरे के प्रति सम्मान एवं अधिकार और नियमों की स्वीकृति को बढ़ावा देना।
10. शिक्षार्थियों के बीच स्वदेशी खेलों, खेल और योग प्रथाओं के लिए प्रशंसा और रुचि को बढ़ावा देना।
11. समुदाय में स्वास्थ्य और स्वच्छता के बारे में जागरूकता पैदा करना।

1. **प्रवेश, पात्रता और प्रवेश प्रक्रिया:**

1.1 **प्रवेश:** प्रत्येक वर्ष के लिए 50 छात्रों की एक मूल इकाई होगी।

1.2 **पात्रता:**

1. उच्च माध्यमिक स्कूल (+2) या इसके समकक्ष परीक्षा में कम से कम 50% (पचास प्रतिशत) अंकों के साथ उत्तीर्ण होना चाहिए। हालांकि, उन लोगों को 5% (पांच प्रतिशत) की छूट दी जाएगी, जिन्होंने कम से कम अंतरराष्ट्रीय / राष्ट्रीय / एस0जी0एफ0आइ0 खेल प्रतियोगिता में भाग लिया हो या अंतर-क्षेत्रीय खेल प्रतियोगिताओं में कम से कम तृतीय स्थान प्राप्त किया हो।
2. लिखित परीक्षा / अर्हता परीक्षा में अंकों के प्रतिशत में छूट-अनुसूचित जाति / अनुसूचित जनजाति/अन्य पिछड़ा वर्ग एवं अन्य श्रेणियों के लिए सीटों का आरक्षण केंद्र सरकार और बिहार सरकार के नियमों के अनुसार देय होगा।
3. उम्र सीमा एवं योग्यता प्राप्त करने की सीमा: नामांकन हेतु नामांकन वर्ष के जनवरी माह की पहली तिथि को अभ्यर्थी का न्यूनतम उम्र 17 (सत्रह) वर्ष तथा न्यूनतम निर्धारित योग्यता भी उक्त तिथि को प्राप्त होनी चाहिए।

1.3 **प्रवेश प्रक्रिया:**

मेधा सूची तैयार करने के मापदंड

1. नामांकन हेतु चयन का आधार लिखित परीक्षा, शारीरिक दक्षता परीक्षा के प्राप्तांक और खेल उपलब्धि के अंकों के आधार पर कोटिवार मेघा सूची का निर्माण किया जाएगा। दो या दो से अधिक अभ्यार्थियों के कुल प्राप्तांक यदि समान हो, तो ऐसी स्थिति में जन्म तिथि को वरीयता का आधार मानकर अधिक उम्र वाले अभ्यर्थी को प्राथमिकता दी जाएगी।
2. लिखित परीक्षा (वस्तुनिष्ठ) अधिकतम 50 अंकों की होगी। जिसमें बौद्धिक क्षमता, खेलकूद से संबंधित सामान्य ज्ञान, बिहार राज्य से संबंधित सामान्य ज्ञान, स्वास्थ्य शिक्षा से संबंधित सामान्य ज्ञान तथा समसामयिक घटनाओं आदि से सम्बंधित प्रश्न पूछे जायेंगे।
3. शारीरिक दक्षता परीक्षा अधिकतम 50 अंकों का होगा जो AAHPERD (American Alliance for Health, Physical Education and Recreation and Dance) यूथ फिटनेस टेस्ट के माध्यम से आयोजित होगी।
4. खेल उपलब्धि के लिए अधिकतम 15 अंक होंगे।
5. नामांकन के लिए निर्धारित लिखित परीक्षा में न्यूनतम 35% तथा शारीरिक दक्षता परीक्षा में न्यूनतम 45% अंक प्राप्त करना आवश्यक होगा।
6. केंद्र सरकार / राज्य सरकार के नियमों के अनुसार अनुसूचित जाति / अनुसूचित जनजाति श्रेणी के अभ्यर्थियों के लिए 5 प्रतिशत अंकों की छूट देय होगा।
7. पिछड़ा वर्ग / अत्यन्त पिछड़ा वर्ग एवं अन्य श्रेणी के अभ्यर्थियों को केंद्र सरकार / राज्य सरकार के नियमों के अनुसार अंकों में छूट देय होगा।

1.4 **खेल उपलब्धि के अंक:**

क्र०सं०	खेल प्रतियोगिता का स्तर	उपलब्धि	अंक
1	अन्तर्राष्ट्रीय स्तर के खेल	प्रथम	15
		द्वितीय	14
		तृतीय	13
		प्रतिभागिता	12
2	राष्ट्रीय स्तर के खेल	प्रथम	12
		द्वितीय	11
		तृतीय	10
		प्रतिभागिता	9
3	जूनियर नेशनल चैम्पियनशिप / SGFI / अन्तर क्षेत्रीय खेल	प्रथम	8
		द्वितीय	7
		तृतीय	6
		प्रतिभागिता	5

1.5 **शारीरिक दक्षता परीक्षा के आयोजन से सम्बंधित निर्देश:**

1. शारीरिक दक्षता परीक्षा आयोजित करने के लिए बाह्य सदस्य और आंतरिक सदस्यों की एक समिति बनाई जाएगी।
2. शारीरिक दक्षता परीक्षा के समन्वयक के रूप में एक बाह्य सदस्य होगें जो किसी भी मान्यता प्राप्त विश्वविद्यालय / कॉलेज से हो सकते है, जहाँ पर शारीरिक शिक्षा कार्यक्रम चलाया जा रहा हो।
3. आंतरिक सदस्य (शारीरिक दक्षता परीक्षा के सुचारू संचालन के लिए कम से कम छह आंतरिक सदस्यों को नामित किया जाएगा) नामित सदस्य CTE/DIET से स्वास्थ्य एवं शारीरिक शिक्षा विषय के व्याख्याता होंगे।
4. आंतरिक सदस्यों की संख्या आवश्यकतानुसार बढ़ाई या घटाई जा सकती है।
5. शारीरिक दक्षता परीक्षा आयोजित करने के लिए एक संस्थान या संगठन को नोडल केंद्र के रूप में चुना जा सकता है। नोडल केंद्र में शारीरिक दक्षता परीक्षा के सुचारू संचालन के लिए सभी आवश्यक इंफ्रास्ट्रक्चर होनी चाहिए।

2. **अवधि:**

डी.पी.एड. कार्यक्रम की अवधि दो शैक्षणिक वर्षों की होगी। लेकिन, छात्रों को कार्यक्रम में प्रवेश की तिथि से अधिकतम तीन वर्षों के अंदर कार्यक्रम की आवश्यकताओं को पूरा करने की अनुमति होगी। प्रवेश की अवधि को छोड़कर कम से कम 200 कार्य दिवस होंगे, लेकिन इसमें (भारत के राजपत्र पृष्ठ संख्या 124 के अनुसार) परीक्षाएं शामिल हैं, जिसमें सप्ताह में कम से कम 36 कार्य घंटे (सप्ताह में पांच या छह दिन) शामिल हैं।

3. कोर्स:

आमतौर पर कोर्स को एक ऐसे पत्रक के रूप में जाना जाता है जिसमें किसी भी कार्यक्रम के घटक निहित होते है। सभी कोर्स को समान अधिभार की आवश्यकता नहीं होती है। कोर्स में अधिगम के उद्देश्यों और अधिगम के प्रतिफल को परिभाषित किया जाना चाहिए। कोर्स को व्याख्यान / ट्यूटोरियल / प्रयोगशाला कार्य / क्षेत्र कार्य / बाह्य गतिविधियों / परियोजना कार्य / व्यावसायिक प्रशिक्षण / मौखिक (Viva) / सेमिनार / टर्म पेपर / असाइनमेंट / प्रस्तुति / स्व-अध्ययन आदि अथवा इनमें से कुछ के संयोजन को शामिल कर डिजाइन किया जाता है।

4. कार्यक्रम के कोर्स

डी. पी. एड. कार्यक्रम में कई कोर्स होते हैं, शब्द 'कोर्स' कार्यक्रम के विषय वस्तु के तार्किक भाग को इंगित करने के लिए लागू होता है और पारंपरिक अर्थों में पत्रक के विषय वस्तु के समतुल्य होता है। डी0पी0एड0 कोर्स के लिए सुझाए गए विभिन्न श्रेणियां निम्नलिखित है।

- **सैद्धांतिक**
- मूल कोर्स
- **प्रायोगिक**
- अनिवार्य पाठ्यक्रम (ट्रैक और फील्ड)
- शिक्षण / प्रशिक्षण अभ्यास

5. सत्र:

यह कार्यक्रम बिहार राज्य की ढांचागत और प्रशासनिक व्यावहारिकता को ध्यान में रखते हुए वार्षिक प्रणाली के आधार पर चलाया जाएगा। प्रत्येक सत्र में 35-40 सप्ताह का शैक्षणिक कार्य शामिल होगा (200 वास्तविक शिक्षण दिनों के बराबर)।वार्षिक परीक्षाएं मई / जून के महीने में आयोजित की जाएंगी। संस्थान को सप्ताह में कम से कम 36 कार्य घंटे (सप्ताह में पांच या छह दिन) काम करना होगा।

6. कार्य दिवस:

प्रति वर्ष प्रवेश को छोड़कर परीक्षा आदि सहित कम से कम 200 कार्य दिवस होंगे।

296

7. **परीक्षाएं:**

1. परीक्षा प्रत्येक सत्र के अन्त में मई / जून माह में होगी। प्रशिक्षुओं को परीक्षा में सम्मिलित होने हेतु पंजीकरण/नामांकन होना अनिवार्य है।
2. ऐसे प्रशिक्षु जो तात्कालिक सत्र के निर्धारित विषयों में यदि उत्तीर्ण नहीं करते है तो उन्हें अनुवर्ती परीक्षाएँ (मई / जून) में सम्मिलित होने की अनुमति होगी। छूट/निर्धारित मापदंड से अधिक उपस्थिति की कमी या चिकित्सा के आधार पर उपस्थिति की कमी के कारण तत्कालीन सत्र में पंजीकरण नहीं होने की स्थिति में वैसे प्रशिक्षुओं को परीक्षा में बैठने की अनुमति नहीं दी जायेगी तथा उक्त प्रशिक्षु पुनः नियमित छात्र के रूप में प्रथम वर्ष के पाठ्यक्रम को पूरा करेंगे। लेकिन जिन प्रशिक्षुओं ने प्रथम वर्ष को सफलतापूर्ण उत्तीर्ण कर लिया है उन्हें द्वितीय वर्ष में प्रवेश दिया जायेगा।

8. **कान्डोनेशन (छूट):**

परीक्षा में बैठने के लिए छात्र की प्रत्येक सत्र में उपस्थिति का 85% होना आवश्यक है। 84% से 75% उपस्थिति वाले छात्र निर्धारित शुल्क के साथ निर्धारित प्रपत्र में छूट के लिए आवेदन करेंगे। जिन छात्रों की उपस्थिति 74% से 60% है, वे चिकित्सा प्रमाण पत्र के साथ निर्धारित शुल्क के साथ निर्धारित प्रपत्र में छूट के लिए आवेदन करेंगे। जिन प्रशिक्षुओं की उपस्थिति 60% से कम होगी, उन्हें परीक्षा में शामिल होने की अनुमति नहीं होगी।

9. **प्रश्न पत्रों का प्रारूप:**

प्रश्न पत्रों में प्रत्येक सिद्धांत की चार इकाईयों के अनुरूप पांच प्रश्न होंगे।

डी0पी0एड0 : चार इकाईयों का प्रश्न पत्र का प्रारूप

प्रत्येक प्रश्न पत्र में पांच प्रश्न होंगे जो निम्नवत् है:-

क्रमांक	विवरण	अंक
1	विस्तार से उत्तर दें (दीर्घ उत्तरीय) या विस्तार से उत्तर दें (दीर्घ उत्तरीय) (इकाई 1 से)	15
क्रमांक	विवरण	अंक

2	विस्तार से उत्तर दें (दीर्घ उत्तरीय) या विस्तार से उत्तर दें (दीर्घ उत्तरीय) (इकाई 2 से)	15
3*	विस्तार से उत्तर दें (दीर्घ उत्तरीय) या विस्तार से उत्तर दें (दीर्घ उत्तरीय)	15
4*	लघु उत्तरीय (पाँच में से कोई तीन)	15
5	बहुविकल्पीय प्रश्न (एम.सी.क्यू.) (12 में से 10 प्रश्न) (प्रत्येक इकाई से 3 प्रश्न)	10
	कुल Total	70

*दीर्घ उत्तरीय प्रश्न / लघु उत्तरीय प्रश्न (इकाई 3 से या इकाई 4 से चुने जा सकते हैं)

10. मूल्यांकन:

प्रत्येक कोर्स में एक प्रशिक्षु के प्रदर्शन का मूल्यांकन अंकों के प्रतिशत के रूप में किया जाएगा। प्रत्येक कोर्स के लिए मूल्यांकन, कोर्स / विषय से संबंधित शिक्षक के द्वारा सतत् आंतरिक मूल्यांकन (सीआईए) आयोजित कर इसे कोर्स के अंत में समेकित किया जाएगा। सतत् आंतरिक मूल्यांकन के घटक है:-

विवरण	टेक
लिखित परीक्षा (One Test)	15 अंक
संगोष्ठी/ प्रश्नोत्तरी (Seminar/Quiz)	5 अंक
कार्य (Assignment)	5 अंक
उपस्थिति (Attendance)	5 अंक
कुल Total	30 अंक

उपस्थिति को सतत् मूल्यांकन के एक घटक के रूप में लिया जाएगा, हालांकि छात्रों की प्रत्येक कोर्स में न्यूनतम 85% उपस्थिति होनी चाहिए। सतत् मूल्यांकन घटक के अलावा, अंतिम वार्षिक परीक्षा, जो कम से कम 3 घंटे की अवधि की लिखित परीक्षा होगी। सतत् आंतरिक मूल्यांकन और अंतिम वार्षिक परीक्षा के लिए आवंटित किए जानेवाले अंकों का अनुपात 30:70 होगा। व्यावहारिक कार्य का मूल्यांकन, जहां कही लागू हो, सतत् आंतरिक मूल्यांकन और अंतिम वर्ष की प्रायोगिक परीक्षा पर आधारित होगा।

294

11. **न्यूनतम उत्तीर्ण मानक:**

सी.आई.ए.(सतत् आंतरिक मूल्यांकन) और बाह्य परीक्षाओं के लिए न्यूनतम उत्तीर्ण मानक 40% होगा, अर्थात सैद्धान्तिक पेपर के लिए 30 अंकों में से 12 अंक और 70 अंकों में से 28 अंक क्रमशः होगा ।

सी.आई.ए और बाह्य परीक्षा दोनों के लिए न्यूनतम उत्तीर्ण मानक 50% होगा, अर्थात् 30 में से 15 अंक और व्यावहारिक कोर्स के लिए 70 अंकों में से 35 अंक।

12. **अंतिम परिणामों का वर्गीकरण:**

अभ्यर्थी को शारीरिक शिक्षा में डिप्लोमा के योग्य घोषित करने के लिए कोर पाठ्यक्रमों में प्रथम श्रेणी / द्वितीय श्रेणी / उत्तीर्ण श्रेणी अथवा प्रथम श्रेणी में विशिष्टता के मानक का अर्हता प्राप्त करने होंगे। यद्यपि अभ्यर्थी को दोनों सत्रों के कुल प्राप्तांक (Grand Total) के आधार पर प्रथम श्रेणी / द्वितीय श्रेणी में उत्तीर्ण होना अनिवार्य होगें।

13. **डिप्लोमा का उपाधि:**

एक अभ्यर्थी डिप्लोमा के उपाधि के लिए तभी पात्र होगा यदि उसने ऊपर निर्धारित कार्यक्रम के न्यूनतम आवश्यक अंक अर्जित किए है।

14. **शिकायत निवारण समिति:**

महाविद्यालय / विभाग में प्रत्येक कोर्स के लिए एक शिकायत निवारण समिति का गठन होगा, जिसमें निदेशक / प्राचार्य / संबंधित शिक्षक और विभाग के विभागाध्यक्ष सदस्य होंगे। यह कमेटी छात्रों की सभी शिकायतों का समाधान करेगी।

15. **पाठ्यक्रम का संशोधन:**

1. प्रत्येक पाठ्यक्रम के कोर्स को एन0सी0टी0ई0 के अनुशंसा के आधार पर संशोधित किया जा सकता है।
2. प्रत्येक सत्र के संशोधित पाठ्यक्रम को क्रमबद्ध तरीके से लागू किया जाना चाहिए।
3. पाठ्यक्रमों में, जहां सरकारी प्रावधानों, विनियमों या कानूनों से संबंधित इकाइयाँ, विषय, जो नवीनतम विकास, परिवर्तन या सुधार को समायोजित करने के लिए परिणामी रूप से अकादमिक परिषद / परीक्षा बोर्ड द्वारा अनुशंसित किए जायेंगे।
4. पाठ्यक्रम में संशोधन के लिए सभी औपचारिकताएं सत्र समाप्त होने से पहले पूरी कर ली जानी चाहिए ताकि अगले शैक्षणिक वर्ष में संशोधित पाठ्यक्रम को लागू किया जा सके।
5. पुनरीक्षण के दौरान, पाठ्यक्रम में 20% (बीस प्रतिशत) तक परिवर्तन किया जा सकता है, ताकि संशोधित पाठ्यक्रम की परीक्षाओं में पूर्व से नामांकित छात्रों को पाठ्यक्रम के अध्ययन में कठिनाईयाँ न हो।
6. यदि किसी पाठ्यक्रम को बिना किसी संशोधन के आगे बढ़ाया जाता है, तो उसे भी संशोधित माना जाएगा।

16. **शिक्षण का माध्यम**

1. शिक्षण का माध्यम हिंदी और अंग्रेजी दोनों में होंगे।

293

डिप्लोमा इन फिजिकल एजुकेशन (डी0पी0एड0)

पाठ्यक्रम की समीक्षा

- प्रोफेसर अभिमन्यु सिंह, शारीरिक शिक्षा विभाग, बनारस हिन्दू विश्वविद्यालय, वराणसी (उत्तर प्रदेश)
- डॉ० आशीष कुमार सिंह, विभागाध्यक्ष, शारीरिक शिक्षा विभाग, स्कूल ऑफ एजुकेशन, दक्षिण बिहार का केन्द्रीय विश्वविद्यालय, गया
- श्री सत्यजीत राय, व्याख्याता, डायट, किलाघाट, दरंभगा
- डॉ० भावेश सिंह, व्याख्याता, डायट, टिकापट्टी, कटिहार
- श्री मनीष कुमार, व्याख्याता, सी०टी०ई०, सहरसा
- श्री आशीष कुमार, व्याख्याता, डायट, रामबाग, मुजफ्फरपुर
- सैयद मोहम्मद अयूब, व्याख्याता, डायट, सिवान
- श्री अनिल कुमार, व्याख्याता, डायट, नूरसराय, नालंदा
- श्री शम्भू नाथ सिंह, व्याख्याता, डायट, तरार, दाउदनगर, औरंगाबाद

पाठ्यक्रम विकास समन्वयक

- डॉ0 राधे रमण प्रसाद, विभाग (प्रभारी), शारीरिक शिक्षा, आर्ट एवं क्राफ्ट विभाग, एस0सी0ई0आर0टी0, बिहार, पटना ।

292

डिप्लोमा इन फिजिकल एजुकेशन (डी0पी0एड0)

पाठ्यक्रम विषय विशेषज्ञ

- डॉ० आशीष कुमार सिंह, विभागाध्यक्ष, शारीरिक शिक्षा विभाग, स्कूल ऑफ एजुकेशन, दक्षिण बिहार का केन्द्रीय विश्वविद्यालय, गया
- डॉ० विवेक कुमार सिंह, सहायक प्रोफेसर, शारीरिक शिक्षा एवं खेल विज्ञान विभाग, राजीव गाँधी विश्वविद्यालय, अरूणाचल प्रदेश
- श्री सत्यजीत राय, व्याख्याता, डायट, किलाघाट, दरभंगा
- डॉ० भावेश सिंह, व्याख्याता, डायट, टिकापट्टी, कटिहार
- श्री मनीष कुमार, व्याख्याता, सी०टी०ई०, सहरसा
- श्री आशीष कुमार, व्याख्याता, डायट, रामबाग, मुजफ्फरपुर
- श्री विश्वजीत सिंह, व्याख्याता, डायट, लखीसराय
- सैयद मोहम्मद अयूब, व्याख्याता, डायट, सिवान
- श्री गिरधारी राम, व्याख्याता, डायट, नरार, मधुबनी
- श्री अनिल कुमार, व्याख्याता, डायट, नूरसराय, नालंदा
- मो० तनवीर खाँ, व्याख्याता, सी०टी०ई०, गया
- डॉ० अजय कुमार पाल, व्याख्याता, सी०टी०ई०, गया
- अंजना कुमारी, व्याख्याता, डायट, पूरबसराय, मुंगेर
- श्री शम्भू नाथ सिंह, व्याख्याता, डायट, तरार, दाउदनगर, औरंगाबाद

डिप्लोमा इन फिजिकल एजुकेशन (डी0पी0एड0)

पाठ्यक्रम विकास समिति

291

दिशाबोध

- श्री विजय कुमार हिमांशु, निदेशक, राज्य शिक्षा शोध एवं प्रशिक्षण परिषद्, बिहार, पटना।
- डॉ0 विवेक कुमार सिंह, सहायक प्रोफेसर, राजीव गाँधी विश्वविद्यालय, अरूणाचल प्रदेश।

पाठ्यक्रम विकास समिति

- डॉ0 किरण शरण, संयुक्त निदेशक (डायट), एस0सी0ई0आर0टी0, बिहार, पटना।
- डॉ0 राधे रमण प्रसाद, विभाग प्रभारी, शारीरिक शिक्षा, आर्ट एवं क्रॉफ्ट विभाग, एस0सी0ई0आर0टी0, बिहार, पटना।
- डॉ0 रश्मि प्रभा, विभाग प्रभारी, विज्ञान एवं गणित शिक्षा विभाग, एस0सी0ई0आर0टी0, बिहार, पटना।
- डॉ0 सुरेन्द्र कुमार, विभाग प्रभारी, दूरस्थ शिक्षा विभाग, एस0सी0ई0आर0टी0, बिहार, पटना।
- डॉ0 रीता राय, विभाग प्रभारी, अध्यापक शिक्षा विभाग, एस0सी0ई0आर0टी0, बिहार, पटना।
- श्री राम विनय पासवान, प्राचार्य, अध्यापक शिक्षा महाविद्यालय, सारण (छपरा)।
- डॉ0 वीर कुमारी कुजूर, विभाग प्रभारी, शिक्षणशास्त्र, पाठ्यचर्या, पाठ्यक्रम एवं मूल्यांकन विभाग, एस0सी0ई0आर0टी0, बिहार, पटना।
- डॉ0 स्नेहाशीष दास, विभाग प्रभारी, विद्यालयी शिक्षा विभाग, एस0सी0ई0आर0टी0, बिहार, पटना।
- डॉ0 अर्चना, विभाग प्रभारी, शिक्षा मनोविज्ञान विभाग, एस0सी0ई0आर0टी0, बिहार, पटना।
- श्री तेज नारायण प्रसाद, प्राचार्य, अध्यापक शिक्षा महाविद्यालय, समस्तीपुर।
- श्रीमती विभा रानी, प्रभारी समायोजक, जनसंख्या शिक्षा कोषांग, एस0सी0ई0आर0टी0, बिहार, पटना।
- श्री गोपीकान्त चौधरी, विभाग प्रभारी, शैक्षिक प्रोद्यौगिकी एवं श्रव्य-दृश्य विभाग, एस0सी0ई0आर0टी0, बिहार, पटना ।
- श्रीमती आभा रानी, व्याख्याता, सम्प्रति प्रतिनियुक्त, एस0सी0ई0आर0टी0, बिहार, पटना ।
- श्री सत्यजीत राय, व्याख्याता, डायट, किलाघाट, दरभंगा
- श्री आशीष कुमार, व्याख्याता, डायट, रामबाग, मुजफ्फरपुर

290

खण्ड ग : शैक्षिक और शिक्षण अभ्यास

DPETP-214

उद्देश्य:

- विभिन्न तरीकों से शिक्षण और सीखने की गुणवत्ता विकसित करना।
- शिक्षण परिणाम को प्रभावी बनाना।
- शिक्षण प्रक्रिया में विभिन्न टी.एल.एम. का उपयोग करना।

शिक्षण अभ्यास (खेल अनुशासन के लिए कोचिंग पाठ योजना) प्रत्येक 40 मिनट की अवधि के लिए 05 पाठ योजना (4 आंतरिक और 1 बाह्य)

DPETP-215

उद्देश्य:

- विभिन्न तरीकों से शिक्षण और सीखने की गुणवत्ता विकसित करना।
- शिक्षण परिणाम को प्रभावी बनाना।
- शिक्षण प्रक्रिया में विभिन्न टी.एल.एम. का उपयोग करना।

शिक्षण-अभ्यास (वर्ग-कक्ष शिक्षण अभ्यास योजना के लिए) 40 मिनट की अवधि के लिए 5 पाठ योजना (4 आंतरिक और 1 बाह्य)

DPETP- 216

उद्देश्य:

- स्कूल के बाहर शिक्षण अनुभव को उजागर करना।
- नए सीखने के अनुभवों को विकसित करने के अवसर पैदा करना।

20 कार्य दिवसों के लिए इंटर्नशिप (10 सैद्धांतिक पाठ योजना और 10 प्रायोगिक पाठ योजना)

मूल्यांकन के मापदंड:

- 10 सैद्धांतिक और 10 प्रायोगिक पाठ
- प्रशिक्षु छात्रों द्वारा तैयार किया गया अवलोकन पत्र
- प्रशिक्षु छात्रों द्वारा तैयार की गई संस्थागत अवलोकन रिपोर्ट
- छात्रों की उपस्थिति

अंक वितरण:

- उपरोक्त मानदंडों के आधार पर मूल संस्थान द्वारा 30 अंक आवंटित किए जाएंगे।
- वाइवा-वॉयस के आधार पर बाह्य विशेषज्ञ द्वारा 70 अंक निर्धारित किए जाएंगे।

289

DPEPC-212

उद्देश्य:

- खेल के मौलिक कौशल का विकास करना।
- विभिन्न आयोजनों / खेलों के नियमों के बारे में जानना।
- खेल क्षेत्र के आयाम को समझना।

तैराकी / जिमनास्टिक / ट्रैक और फील्ड

- कौशल दक्षता और प्रदर्शन परीक्षण (इनमें से किसी एक का कौशल परीक्षण)

DPEPC-213

उद्देश्य:

- खेल के मौलिक कौशल का विकास करना।
- विभिन्न आयोजनों / खेलों के नियमों के बारे में जानना।
- खेल क्षेत्र के आयाम को समझना।

हॉकी / नेटबॉल / सॉफ्टबॉल / वॉलीबॉल / बेस बॉल / बास्टकेट बॉल / क्रिकेट / फुट बॉल / हैंड बॉल / बॉक्सिंग / फेंसिंग / जूडो / कराटे / मार्शल आर्ट्स / ताइक्वांडो / बैडमिंटन / टेनिस / टेबल-टेनिस / स्क्वैश

- कौशल परीक्षण (उपरोक्त खेलों में से कोई दो)

288

खण्ड 'ख' प्रायोगिक

DPEPC-209

उद्देश्य:

- खेल के मौलिक कौशल का विकास करना।
- विभिन्न आयोजनों / खेलों के नियमों के बारे में जानना।
- खेल क्षेत्र के आयाम को समझना।

स्विमिंग / जिमनास्टिक / ट्रैक एंड फील्ड इवेंट्स

- बुनियादी कौशल
- विभिन्न इवेंट के नियम और विनियम
- प्रतिस्पर्धा संरचना

DPEPC-210

उद्देश्य:

- खेल के मौलिक कौशल का विकास करना।
- विभिन्न आयोजनों / खेलों के नियमों के बारे में जानना।
- खेल क्षेत्र के आयाम को समझना।

हॉकी / नेटबॉल / सॉफ्टबॉल / वॉलीबॉल

- बुनियादी कौशल
- खेल के नियम
- प्रतिस्पर्धा संरचना

DPEPC-211

उद्देश्य:

- खेल के मौलिक कौशल का विकास करना।
- विभिन्न आयोजनों / खेलों के नियमों के बारे में जानना।
- खेल क्षेत्र के आयाम को समझना।

बॉक्सिंग / फेंसिंग / जूडो / कराटे / मार्शल आर्ट्स / तायक्वोंडो

- बुनियादी कौशल
- खेल के नियम
- प्रतिस्पर्धा संरचना और विनियम

287

DPET-208 पोषण और प्राकृतिक चिकित्सा

उद्देश्य:

- छात्रों में पोषण और स्वास्थ की उचित समझ विकसित करना।
- कुपोषण और संतुलित आहार के बारे में शिक्षार्थियों में समझ विकसित करना।
- मोटापे और इससे संबंधित समस्या के बारे में समझ विकसित करना।

208.1 पोषण की अवधारणा, पोषक तत्वों के प्रकार, संतुलित आहार एवं उसके सहायक तत्व, सूक्ष्म और मैक्रो पोषक तत्वों की भूमिका।

208.2 कुपोषण और मोटापा-कारण और रोकथाम, जीवन शैली में बदलाव के माध्यम से वजन प्रबंधन, मोटापा का दुष्प्रभाव।

208.3 प्राकृतिक चिकित्सा-प्राकृतिक चिकित्सा का अर्थ, परिभाषा और सिद्धांत, प्राकृतिक उपचार के तरीके- Fasting, Mud Therapy and Hydrotherapy.

208.4 सर्दी, खांसी, बुखार, दमा, कब्ज, दस्त जैसे विभिन्न रोगों के लिए प्राकृतिक चिकित्सा तकनीक का प्रयोग।

References:

1. Brown, J.E. (2005) Nutrition NowThomson-Wadsworth.
2. Corbin, C. B., G. J. Welk, W. R Corbin, K. A. Welk (2006) Concepts of Physical Fitness: Active Lifestyle for Wellness. McGraw Hill, New York,USA.
3. Graham, G. (2001) Teaching Children Physical Education : Becoming a MasterTeacher. Human Kinetics, Champaign, Illinois, USA. Hoeger, W.W. & S.
4. Hoeger (2007) Fitnessand Wellness. 7thEd.Thomson Wadsworth, Boston, USA.
5. Kamlesh, M. L. & Singh, M. K. (2006) Physical Education (NaveenPublications).
6. Kansal, D.K. (2008) Text book of Applied Measurement, Evaluation & Sports Selection. Sports & Spiritual Science Publications, NewDelhi.

286

DPET-207. शारीरिक शिक्षा में परीक्षण एवं मापन

उद्देश्य:

- शारीरिक शिक्षा में परीक्षण एवं मापन के विषय में समझ विकसित करना।
- शारीरिक फिटनेस के घटकों के परीक्षण के बारे में समझ विकसित करना।
- एंथ्रोपोमेट्री, शरीर संरचना और शरीर के प्रकारों की वर्गीकरण के बारे में ज्ञान का बढ़ाना।

207.1 परीक्षण, मापन का अर्थ, शारीरिक शिक्षा और खेल में परीक्षण, मापन और मूल्यांकन का महत्व।

207.2 परीक्षण का वर्गीकरण और परीक्षण प्रशासन, AAPHER परीक्षण, कूपर परीक्षण (12 मिनट का रन वाक परीक्षण), क्रॉस-वेबर परीक्षण।

207.3 फिटनेस परीक्षण-विभिन्न फिटनेस घटकों का मापन, ऊंचाई और वजन, बॉडी मास इंडेक्स (BMI) की गणना, स्कूली बच्चों के फिटनेस टेस्ट के घटक आदि।

207.4 स्कूली बच्चों की एंथ्रोपोमेट्री और शारीरिक संरचना का मापन, शरीर के प्रकारों का वर्गीकरण।

References:

1. ACSM's Health / Fitness Facility Standards and Guidelines, New York: Human Kinetics, 1992.
2. Barrow, Harold M. and McGhee, Rosemary, A Practical Approach to Management in Physical Education" Philadelphia: Lea and Fibiger1979.
3. Clarke, H. Harrison.: Application of Measurement to Health and Physical Education, New Jersey: Prentice Hall Inc.1976.
4. Safrit, Margaret J.: Introduction to Measurement in Physical Education and ExerciseScience. St. Louis: Mosby.1995.

285

DPET-206 - शारीरिक शिक्षा का संगठन और प्रशासन

उद्देश्य:

- शारीरिक शिक्षा और खेलों से संबंधित संगठन एवं प्रशासन की समझ विकसित करना।
- शारीरिक शिक्षा के विभिन्न सुविधाओं की समझ विकसित करना।
- प्रशिक्षुओं में विभिन्न प्रतियोगिता आयोजित करने की समझ विकसित करना।
- प्रशिक्षण दर्शन और अच्छे अधिकारियों की योग्यता एवं जिम्मेदारियों के बारे में समझ विकसित करना।

206.1 प्रशासन और संगठन का अर्थ, महत्व और सिद्धांत, अच्छे प्रशासन को प्रभावित करने वाले कारक, प्रशासन के प्रकार और प्रक्रिया, शारीरिक शिक्षा शिक्षकों की योग्यता व विशेषता।

206.2 आदर्श विद्यालय में शारीरिक शिक्षा की सुविधाएं खेल का मैदान, व्यायामशाला, स्विमिंग पूल, खेल उपकरणों की खरीद और देखभाल, स्टॉक और स्टॉक रजिस्टरों का रखरखाव, सत्यापन की प्रक्रिया, स्टॉक की राइट-ऑफ तथा अनुपयोगी घोषित स्टॉक।

206.3 टूर्नामेंट:टूर्नामेंट का अर्थ और प्रकार, फिक्स्चर बनाने की विधि, इंट्राम्यूरल और एक्स्ट्राम्यूरल, खेल दिवस, समितियों का गठन और उनके कर्तव्य।

206.4 कोचिंग-शिक्षण प्रशिक्षण और कोचिंग का बुनियादी दर्शन, कोच की योग्यताएं और जिम्मेदारियाँ-ऑफिसिएटिंग का अर्थ, महत्व और सिद्धांत, खेल अधिकारियों की जिम्मेदारियाँ।

References:

1. Broyles, Frank J. &Rober. Hay D. Administration of sports, Athletic Programme: AManagerial Approach New York Prentice hall Inc.1979.
2. Bucher. Charles A. Administration of Physical Education and Athletic ProgrammeSt. Loulis. The C.V. Mosby Co.1983.
3. Singh,Sujan, Organization of Physical Education Ropar Jeet Publication,1973.
4. Thomas J.P. Organization & Administration of Physical Education Madras, Gyanodayal Press,1967.
5. Voltmer, Edward F. and Esslinger, ArthorA. The organization and Administration of Physical Education: New York: Prentice Hall Inc. 1979.

284

DPET-205 . खेल के दौरान लगने वाली चोटें और पुनर्वास

उद्देश्य:

- खेल में लगने वाले चोटों के विषय में जानकारी प्राप्त करना।
- खेल में प्राथमिक उपचार एवं पुनर्वास के विषय में जानना।
- जीवन रक्षक कौशल एवं उनके उपयोग की समझ विकसित करना।

205.1 खेल में चोट लगने का अर्थ और कारण, चोटों की रोकथाम के सामान्य सिद्धांत।

205.2 सामान्य खेल चोटें और उनका प्रबंधन (Strain, Sprain, Lower back Strain, TennisElbow, Golfer's Elbow, Runner's Knee, Shin Pain, Blister, Concussion, Abrasion, Laceration, Haematoma, Fracture, Dislocation).

205.3 प्राथमिक चिकित्सा की परिभाषा, प्राथमिक चिकित्सा- DRABC of Aid, CPR, First Aid for Hemorrhage,Fracture, Sprain and Strain, Drowning, Heat Stroke and Heat Exhaustion, PRICE की अवधारणा।

205.4 पुनर्वास-अर्थ, उद्देश्य और पुनर्वास के प्रकार, पुनर्वास के तौर-तरीकों का परिचय और उसका महत्व–Cold, Heat, Water, Radiation, Hydrotherapy, Cryotherapy, Wax Bath, Diathermy, Ultrasound Therapy.

References:

1. Ann. Lowlin. Women's Fitness Program Development Human, Kinetics.2002.
2. Bengt O. Eriksson et al, Sports Medicine, Guinnes Publication,1990.
3. Christine M.Drews,Physiology of Sportsand Exercise,Human Kinetics, USA, 1999.
4. David R.Mottram, Drugsin Sports (4thEd) Routledge Taylorand Francis Group,2005.
5. Erikson, B.O. et al, Sports Medicine, Guiness Pub. Great Britain,1990.
6. Jain, Rachna, Sports Medicine, KSK, New Delhi,2002.
7. Jeyaprakash, C. S., Sports Medicine, J.P. Brothers Pub., New Delhi,2003.
8. Khanna,G.L., Exercise Physiology & Sports Medicine, Lucky Enterprises, Delhi,1990.
9. Mathew D.K. & Fox E.L, Physiological Basis of Physical Education and Athletics, W.B. Saunders Co: Philadelphia,1971.
10. Pandey, P.K., Outline of Sports Medicine, J.P. Brothers Pub., New Delhi,1987.
11. 11 Pandey, P.K.,Sports Medicine, Khel Sahitya Kendra, NewDelhi,1998.

DPET-204 .युवा नेतृत्व और समाज कल्याण

उद्देश्य:

- छात्रों में नेतृत्व क्षमता विकसित करना ।
- नेतृत्व के उचित उपयोग की समझ विकसित करना ।
- नेतृत्व क्षमता को निर्धारित करने वाले कारकों के बारे में जानकारी देना ।
- समाज कल्याण के सन्दर्भ में छात्रों में समझ विकसित करना ।

204.1 नेतृत्व व इसके प्रकार, नेतृत्व के गुण, खेल माध्यम से युवा नेतृत्व का विकास, NYK, NGO, NSO, NCC, NSS.

204.2 कैम्पिंग का अर्थ, परिभाषा, महत्व, शिविरों के प्रकार-शिविर स्थलों का चयन और प्रारूप, नेतृत्व शिविर के प्रशासनिक मुद्दे।

204.3 शिविर कार्यक्रम और शिविर गतिविधियों की योजना, निष्पादन और प्रशासन, कैंप फायर, स्टंट और प्रतियोगिता, कुक आउट, ट्रेकिंग, लंबी पैदल यात्रा, खजाने की खोज, नागरिकता प्रशिक्षण, शिविर खेल, मॉक गेम, शिविर कार्य का मूल्यांकन।

204.4 व्यक्तित्व विकास और समाज कल्याण में नेतृत्व गतिविधियों का योगदान।

References:

1. Cratty, B. J., Psychology and Physical activity. Eaglewood Cliffs. Prentice Hall,1968.
2. Crow and Crow, Educational Psychology. Eurasia Publishing House,N. Delhi, 1979.
3. Kamlesh, M.L. Psychology in Physical Education and Sport. Metropolitan Book Co., N. Delhi.1998.
4. Skinnner, Charles. E.,Education Psychology. Prentice Hall of India, N.Delhi,1984.
5. Loy, John W., Kenyon, gerald S. & McPherson, Barry D. Sports Culture and Society (Philadelphia: Lea & Febiger, 1981)
6. Ball, Donald W. and Loy John W. Sport and Social Order; Contribution to thesociology of sport, (London: Addison Wesley Publishing Co., Inc., 1975).
7. Loy John. W. McPherson, Barry D., and Kenyon Gerald, Sport and Social System (London: Addison Wesley Publishing Company Inc.,1978).
8. Edward Larry. Sociology of Sport (Illinois: The DorseyPress, 1973).
9. Cratty, Brayant J. Social Dimensions of Physical Activity New Jersey: Englewood Cliffs, Prentice Hall Inc.,1967.

282

DPET-203 शारीरिक शिक्षा में सूचना प्रौद्योगिकी

उद्देश्य:

- कंप्यूटर प्रणाली की विभिन्न आयामों की समझ विकसित करना।
- शारीरिक शिक्षा में कंप्यूटर की उपयोगिता की समझ विकसित करना।
- सॉफ्टवेयर एवं उनके उपयोग के विषय में समझ विकसित करना।

203.1 कंप्यूटर सिस्टम का परिचय- परिभाषा, विशेषता, सिद्धांत, कंप्यूटर के हिस्से और उनके कार्य, कम्प्यूटर जेनरेशन, इनपुट और आउटपुट डिवाइस, कंप्यूटर के सॉफ्टवेयर और भाषा, ऑपरेटिंग सिस्टम, मेमोरी, कंप्यूटर वायरस इसके संकेत तथा रोकथाम।

203.2 सूचना और संचार तकनीक के अन्तर्गत ऑफिस ऑटोमेशन का प्रयोग-विंडोज का अर्थ और उसकी विशेषताएं, ग्राफिक यूजर इंटरफेस, स्क्रीन टू स्टार्ट और शटडाउन कंप्यूटर, फोल्डर बनाना और शॉर्ट कट आइकन बनाना। फाइलें सहेजना, कॉपी करना और हटाना, सॉफ्टवेयर लोड करना, नोट पैड और पेंट ब्रश का उपयोग, एमएस ऑफिस: एमएस वर्ड, एमएस एक्सेल और एमएस पावर प्वाइंट।

203.3 शारीरिक शिक्षा में कंप्यूटर अनुप्रयोग-स्कूली बच्चों के लिए स्व-शिक्षा सामग्री के विकास के सिद्धांत, ई-लर्निंग मॉडयूल डिजाइन करने के सिद्धांत।

203.4 कंप्यूटर सहायता प्राप्त करने के निर्देश और वेब आधारित निर्देशन, शैक्षणिक सॉफ्टवेयर और सीडी का उपयोग, पुस्तकालय, प्रशासन, मार्गदर्शन और परीक्षा में कंप्यूटर का उपयोग।

References:

1. Chauhan Sunil, SaxenaAkash, Gupta Kartika, Foundation of Computer, (Firewall Media, 2006).
2. Computer Fundamentals. Pradeep K. Sinha & Priti Sinha, 4th edition, BP BPublication.
3. Computers in Your Future, Marilyn Meyer & Roberta Baber, 2nd edition, Prentice Hall India.
4. Computers Today. Suresh K. Basandra, Galgotia publication, upgradededition-2008.
5. Irtegov, D. Operating System Fundamentals. Firewall Media.2004.
6. Milke, MA bsolute Beginner's Guide to Computer Basics, Pearson Education Asia2007.
7. NIIT Basics of Networking Prentice–Hall of India Pvt.Ltd, 2004.

DPET-202 - बाल मनोविज्ञान और समाजशास्त्र

उद्देश्य:

- मनोविज्ञान तथा समाजशास्त्र के विषय में समझ विकसित करना।
- प्रशिक्षुओं में अभिप्रेरणा की समझ विकसित करना।
- वृद्धि एवं विकास के विभिन्न स्तरों की समझ विकसित करना।
- संप्रेषण दक्षताओं के उपयोग की समझ विकसित करना।
- शारीरिक शिक्षा के संदर्भ में समाजशास्त्र के महत्व की समझ विकसित करना।

202.1 मनोविज्ञान- अर्थ, परिभाषा और प्रकृति, खेल मनोविज्ञान व शैक्षणिक मनोविज्ञान और शारीरिक शिक्षा के साथ उपरोक्त विज्ञानों का सह-संबंध।

202.2 वृद्धि तथा विकास: अर्थ परिभाषा, बच्चों के वृद्धि और विकास के चरण, शारीरिक, मानसिक, सामाजिक एवं सम्प्रेषण कौशल विकास तथा साइकोमोटर सीखने के विभिन्न चरण।

202.3 अभिप्रेरणा-अर्थ, प्रकार और शारीरिक गतिविधियों का शिक्षण में अभिप्रेरणा की भूमिका, सामाजिक स्वीकृति और शारीरिक गतिविधियों की संज्ञानात्मक प्रक्रिया, प्रेरणा, प्रोत्साहन और उपलब्धि।

202.4 समाजशास्त्र और खेल समाजशास्त्र के अर्थ, परिभाषा और महत्व, संस्कृति और खेल, समाजीकरण और खेल और खेल में महिलाएं।

References:

1. Blair, Jones and Simpson, Educational Psychology, McMillanCo., New York, 1962.
2. Cratty, B. J., Psychology and Physical activity. Eaglcwood Cliffs. Prentice Hall, 1968.
3. Crow and Crow, Educational Psychology. Eurasia Publishing House, N.Delhi, 1979.
4. Kamlesh, M.L. Psychology in Physical Education and Sport. Metropolitan Book Co., N. Delhi.1998.
5. Mathur, S.S., Educational Psychology. Vinod PustakMandir, Agra,1962.
6. Skinner, Charles. E., Education Psychology. Prentice Hall of India, N. Delhi, 1984.
7. Loy, John W., Kenyon, gerald S. & McPherson, Barry D. Sports Culture and Society (Philadelphia: Lea &Febiger, 1981).
8. Ball, Donald W. and Loy John W. Sport and Social Order; Contribution to the sociology of sport, (London: Addison Wesley Publishing Co., Inc. 1975).
9. Loy John. W. McPherson, Barry D., and Kenyon Gerald, Sport and Social System (London: Addison Wesley Publishing Company Inc.,1978).
10. Edward Larry. Sociology of Sport (Illinois: The DorseyPress, 1973).
11. Cratty, Brayant J. Social Dimensions of Physical Activity New Jersey: Englewood Cliffs, Prentice Hall Inc. 1967.

280

डी.पी.एड.- पाठ्यक्रम की रूपरेखा

द्वितीय वर्ष

सैद्धांतिक पाठ्यक्रम

DPET-201 . खेल प्रशिक्षण

उद्देश्य:

- खेल प्रशिक्षण के समझ को विकसित करना।
- शारीरिक शिक्षा और खेल का उपयोग करके प्रशिक्षण भार को अनुकूलित करने की समझ विकसित करना।
- विभिन्न प्रशिक्षणों के माध्यम से खेल प्रदर्शन को बढ़ाने के बारे में समझ विकसित करना।
- फिजिकल फिटनेस कंपोनेंट को विकसित करने के तरीकों के समझ को विकसित करना।

201.1 खेल प्रशिक्षण के अर्थ, परिभाषा, महत्व, विशेषता और सिद्धांत

201.2 प्रशिक्षण भार (Load) और अनुकूलन प्रक्रिया (Adaptation Process) अधिभार (Over load) कारण, लक्षण और निवारक उपाय।

201.3 फिटनेस घटक (Fitness Components) परिभाषा, प्रकार और कारक जो लचीलेपन, शक्ति, सहनशक्ति, गति और समन्वय क्षमताओं (Coordinative abilities) को प्रभावित करते है।

201.4 विभिन्न फिटनेस घटकों (Fitness Compenents) को विकसित करने के तरीके-लचीलापन, ताकत, सहनशक्ति, गति और समन्वय क्षमताएं, प्रतिभा की पहचान की विधि और प्रतिभा का पोषण करने के तरीके।

References:

1. Harre, Dietrich, Principles of Sports Training (Berlin: Speculated,1982).
2. Dick W. Frank. Sports Training Principles (London: Lepus Books,1980).
3. Jensen, R. Clayne, and Fisher A.G. Scientific Basis of Athletic Conditioning (Philadelphia:1979).
4. Matvyow,L.P.Fundamental of Sports Training (Moscow: Progress Publishers,1981).
5. Cratty, J. Brayant Perceptual and Motor Development in Infants and Children (N.J.: Englewood Cliffs, Prentice Hall, Inc. 1979).
6. Singh, H. Sports Training, General Theory and Methods (Patiala: NSNIS, 1984).
7. Uppal, A.K., Sports Training (New Delhi: Friends Publication, 1999).

279

DPEPC-115

उद्देश्य:

- पेशेवर सुविधाओं और इसके विकास के बारे में एक शैक्षिक दृष्टिकोण विकसित करना।
- नेतृत्व गुणों का विकास करना।
- विभिन्न साहसिक गतिविधियों के माध्यम से आत्मविश्वास बढ़ाना।

शैक्षणिक भ्रमण / नेतृत्व शिविर / एडवेंचर कैंप

- मूल्यांकन मानदंड- शिविर के दौरान छात्रों द्वारा प्रदर्शित नेतृत्व कौशल।
- शिविर के दौरान छात्रों द्वारा प्रदर्शित ईमानदारी और सहभागिता।
- छात्रों द्वारा प्रस्तुत रिपोर्ट।

भाग ग: शैक्षिक / नेतृत्व शिविर और शिक्षण अभ्यास

DPETP-116

उद्देश्य:

- विभिन्न तरीकों से शिक्षण और सीखने की गुणवत्ता विकसित करना।
- शिक्षण परिणाम को प्रभावी बनाना।
- शिक्षण प्रक्रिया में विभिन्न टीएलएम का उपयोग करना।
- कैलिस्थेनिक और मौलिक खेल कौशल के लिए शिक्षण अभ्यास (प्रत्येक पाठ के लिए 05)

278

DPEPC-113

उद्देश्य:

- योग और विभिन्न खेलों की व्यावहारिक अवधारणा विकसित करना।
- खेल के मौलिक कौशल को जानना।
- खेलों के नियमों और विनियमों के बारे में जानना।

शूटिंग / एरोबिक्स / कैलिस्थेनिक्स / योगा / स्वदेशी खेल-खो-खो / मल्लखंभ

- परिचय और इतिहास
- खेल क्षेत्र का अंकन और आयाम
- क्षेत्र में शामिल कार्यक्रम
- बुनियादी कौशल
- विभिन्न इवेंट के नियम और विनियम
- प्रतियोगिता संरचना और प्रक्रिया
- योग-बुनियादी आसन (कोई भी दस), प्रणायाम और शुद्धि क्रिया (जलनिति, सुत्रनिति, कुंजल) त्राटक

DPEPC-114

उद्देश्य:

- माइनर खेलों की अवधारणा को विकसित करना।
- बाह्य गतिविधियों के प्रति शिक्षार्थियों की रुचि बढ़ाना।
- मनोरंजक गतिविधियों के निर्माण के लिए उपलब्ध संसाधनों का उपयोग करना।

रिले गेम्स / ग्रुप गेम्स / माइनर गेम्स / लीड-अप गेम्स

- परिचय और इतिहास
- खेल क्षेत्र का अंकन और आयाम
- बुनियादी कौशल
- खेल के नियम
- प्रतियोगिता नियम और प्रक्रिया

277

DPEPC-111

उद्देश्य:

- खेल के बुनियादी कौशल को समझना।
- खेल के नियमों और विनियमों के बारे में जानना।
- विभिन्न खेलों के अंकन / आयाम जानना।

बेसबॉल / बास्केटबॉल / क्रिकेट / फुटबॉल / हैंडबॉल

- बुनियादी कौशल
- नियमों और विनियमों
- प्रतिस्पर्धा संरचना

DPEPC-112

उद्देश्य:

- खेल के बुनियादी कौशल को समझना।
- खेल के नियमों और विनियमों के बारे में जानना।
- विभिन्न खेलों के अंकन / आयाम को जानना।

बैडमिंटन / टेनिस / टेबल-टेनिस / स्क्वैश / कबड्डी

- परिचय और इतिहास
- खेल क्षेत्र का आंकलन और आयाम
- बुनियादी कौशल
- प्रतियोगिता नियम और प्रक्रिया और प्रतिस्पर्धा संरचना

276

खण्ड 'ख' प्रायोगिक

DPEPC-109

उद्देश्य:

- खेल के मौलिक कौशल का विकास करना।
- विभिन्न आयोजनों / खेलों के नियमों के बारे में जानना।
- खेल क्षेत्र के आयाम को समझना।

स्विमिंग / जिमनास्टिक / ट्रैक एंड फील्ड इवेंट्स

- परिचय और इतिहास
- खेल क्षेत्र का अंकन (Marking) और आयाम (Dimension)
- ट्रैक / तैराकी में शामिल कार्यक्रम
- बुनियादी कौशल
- विभिन्न इवेंट के नियम और विनियम
- प्रतिस्पर्धा संरचना

DPEPC-110

उद्देश्य:

- झंडा फहराने के कोड को समझना।
- शरीर के अंगों के बीच बेहतर समन्वय विकसित करना।
- शिक्षार्थियों के बीच स्वदेशी गतिविधियों को बढ़ावा देना।

ध्वजारोहण / मार्च पास्ट / लेजियम / अम्ब्रेल्ला / डम्बल / टिपरी / वैंड्स / हूप

- बुनियादी कौशल
- नियम और प्रक्रिया
- प्रतियोगिता संरचना
- मार्च पास्ट का फार्मेशन
- ध्वजारोहण का प्रोटोकॉल और संवैधानिक प्रावधान

DPET-108– अनुकूलित (अडॉप्टेड) शारीरिक शिक्षा और सुधारात्मक (करेक्टिव) अभ्यास

उद्देश्य:

- अनुकूलित शारीरिक शिक्षा एवं सुधारात्मक व्यायाम की मूल अवधारणा एवं उद्देश्यों की समझ विकसित करना।
- आसनीय विकृतियों एवं उसके उपचारों की समझ विकसित करना।
- विभिन्न अपंगताओं के बारे में समझ विकसित करना एवं दिव्यांगों से संबंधित विभिन्न आउटडोर एवं इंनडोर गतिविधियों के बारे में जानकारी देना।

108.1 अनुकूलित (अडॉप्टेड) शारीरिक शिक्षा–अर्थ, परिभाषा, उद्देश्य और महत्व ।

108.2 अंग-विन्यास- अर्थ, परिभाषा, सही अंग-विन्यास की अवधारणा और महत्व; गलत अंग-विन्यास का हमारे शरीर पर प्रभाव; शारीरिक विकृतियों के लिए सुधारात्मक व्यायाम एवं उनके रोकथाम ।

108.3 विकलांगता के प्रकार-शारीरिक, मानसिक, दृष्टि, श्रवण और व्यवहारिक अनुकूलित शारीरिक शिक्षा कार्यक्रम के सिद्धांत ।

108.4 दिव्यांगो के लिए सह-पाठ्यचर्या गतिविधियाँ- इनडोर/ आउटडोर कार्यक्रम, ताल नृत्य गतिविधियाँ, जलीय गतिविधियाँ, दिव्यांग बच्चों का फिटनेस परीक्षण ।

References:

1. Author David Jean Pyfer, Adapted Physical Education and Recreation V. 5th ed.S.T Louis Mostly College pub.1985.
2. Pomerocy Janet, Recreation for the Physically Handicapped N. York The Macmillan Comfogy1964.
3. Gandhi P.K. & S.R. Mohisini, The Physically handicapped and the Government Delhi Seema pub.1982.
4. Graham Uplon, Physical and creative activities for the mentally Handicapped NewYork. Cambridge University Press.
5. Bryant J. craatty, Adapted Physical Education for Handicapped Children and Youth, London Lever Pub. Comfort1980.

DPET-107– शारीरिक शिक्षा की शिक्षण विधियाँ

उद्देश्य:

- शारीरिक शिक्षा की शिक्षण विधियों की मूलभूत समझ विकसित करना।
- क्लास प्रबंधन और गठन के विधियों के बारे में उचित समझ विकसित करना।
- शारीरिक शिक्षा और संबंधित गतिविधियों में विभिन्न विधियों के बारे में समझ विकसित करना।
- शारीरिक शिक्षा के प्रभावी पाठ योजना बनाने की समझ विकसित करना।

107.1 शिक्षण विधि की परिभाषा, अर्थ और महत्व, शिक्षण विधि को प्रभावित करने वाले कारक।

107.2 शारीरिक शिक्षा में प्रस्तुति तकनीक एव कक्षा-प्रबंधन के सिद्धांत, कमांड और क्लास फॉर्मेशन।

107.3 विभिन्न प्रकार की शारीरिक गतिविधियों के लिए शिक्षण पद्धति (कैलिस्थनिक्स, जिम्नास्टिक, लघु खेल, प्रमुख खेल, लयबद्ध गतिविधियाँ); शिक्षण के सिद्धांत (सरल और जटिल, भाग और संपूर्ण, करके सीखना)

107.4 पाठ योजना की अवधारणा, उद्देश्य, पाठ योजना के प्रकार, शारीरिक शिक्षा में पाठ योजना की तैयारी, सहायक शिक्षण सामग्री।

References:

1. Bossing, N.L., Progressive, Methods & Teaching SecondarySchools.
2. Knap, C. &Hagma. E.P. Teaching Methods for Physical Education, New York: McGraw Hill Book Co. Inc1958.
3. Kozman H.C. Cassidy R. & Jackson C. Methods in Physical Education London: W.B. Saunders Co.1960.
4. Pandey, L.K. Methods in Physical Education (Hindi) Delhi, Metropolitan Book Depot, 1977.
5. Sharma, V.M. & Tiwari, R.H.: Safal Path Niyojan, (Hindi) Amaravati, Shakti Publication.1979.
6. Tirunarayanan, C. &Hariharan, S. Methods in Physical Education Karaikudi: South India Press,1969.

273

DPET-106–स्वास्थ्य शिक्षा और पर्यावरण अध्ययन

उद्देश्य:

- विद्यार्थियों में स्वास्थ्य सम्बन्धित सामाजिक दायित्वों का विकास करना।
- छात्रों के अन्दर भारत में होने वाले सामान्य स्वास्थ्य समस्याओं की समझ विकसित करना साथ ही साथ संक्रामक एवं असंक्रामक बीमारियों के बारे में समझ विकसित करना।
- छात्रों में वैयक्तिगत स्वच्छता और मानसिक स्वास्थ्य के बारे में शैक्षणिक क्रियाओं का उपयोग करते हुए समझ विकसित करना।
- विभिन्न संगठनों के कार्यों एवं उनके योगदान के बारे में अवगत कराना है साथ ही प्राकृतिक आपदाओं से बचाव एवं सुरक्षा की समझ विकसित करना।

106.1 स्वास्थ्य का अर्थ, परिभाषा, महत्व और आयाम, स्वास्थ्य शिक्षा के सिद्धांत ।

106.2 भारत में सामान्य स्वास्थ्य समस्याएँ, संक्रामक और असंक्रामक रोग। शैक्षिक गतिविधियों के माध्यम से व्यक्तिगत स्वच्छता, मानसिक स्वास्थ्य, नींद, भोजन और व्यावसायिक स्वास्थ्य के बारे में जागरूकता विकसित करना (एस0एस0ए0)।

106.3 पर्यावरण अध्ययन-अर्थ, प्राकृतिक आपदा और मानव निर्मित आपदा और शिक्षा ।

106.4 प्राकृतिक आपदाएँ- प्राकृतिक आपदाओं के दौरान रोकथाम और सुरक्षा उपाय, WHO, UNICEF, UNIESCO, NDRF अन्य एजेंसियां

References:

1. Moss and et.Al. "Health Education" (National Education Association of U.T.A.).
2. Nemir A. "The School Health Education" (Harber and Brothers, NewYork).
3. Frank H. Walter H., Turners School Health Education, the C.V. Mosby Company, Saint Louis-1976.
4. Agrawal, K.C. Environmental Biology (Bikaner: Nidhi publishers Ltd.)2001.
5. Miller T.G.Jr., Environmental science (Words worth publishing Co.)
6. Odum, E.P.Fundamental of Ecology (U.S.A.:W.B. Saunders Co.)1971.
7. Townsend C. Essentials of Ecology (Black wellscience).

172

DPET-105–योग शिक्षा

उद्देश्य:

- योग की सामान्य अवधारणा और समझ विकसित करना ।
- प्राथमिक विद्यालय स्तर के शिक्षार्थियों और शिक्षकों में बुनियादी आसनों और प्राणायाम की समझ विकसित करना।
- विद्यालय में विभिन्न स्तर पर योग के उपयोग की अवधारणा को विकसित करना।
- स्वस्थ्य जीवन के लिए योग के लाभों का उपयोग के बारे में बताना।

105.1 योग का अर्थ, परिभाषा, महत्व और प्रकार तथा भारत में योग का विकास ।

105.2 शरीर की विभिन्न प्रणालियों पर योगासन का प्रभाव, शारीरिक शिक्षा और खेल के संदर्भ में आसनों का प्रकार एवं महत्त्व ।

105.3 अष्टांग योग–यम, नियम, आसन, प्राणायाम, प्रत्याहार, धारणा, ध्यान, समाधि ।

105.4 षट्कर्म, बंध और मुद्रा। योग के माध्यम से तनाव प्रबंधन।

References:

1. Duggal, Satyapad: Teaching Yoga (the Yoga Institute, Santacruz, Bombay,1985).
2. Swami Satyananda: Yoga Education for Children Saraswati (Bihar School of Yoga, Munger,1990)
3. Gawande, E.N.: Value oriented Education (Sarup&sons, New Delhi – 110002).
4. Nagendra, H.K. and Nagarathna R: New Perspectiovesin Stress Management (V. K. Yogas, Bangalore,1988).
5. Udupa, K.N.: Stress and its Management by Yoga (MotilalBanarsidass,Delhi).

DPET-104-मनोरंजन एवं मूल्यपरक शिक्षा

उद्देश्य

- प्रशिक्षुओं में मनोरंजन की मूलभूत अवधारणा विकसित करना एवं विभिन्न मनोरंजन गतिविधियों के आयोजन एवं प्रशासन के बारे में समझ विकसित करना।
- भारत में विभिन्न गैर मनोरंजक एजेन्सी के बारे में जानकारी प्राप्त करना एवं अच्छे मनोरंजन नेतृत्वकर्त्ता की विशेषताएँ की जानकारी प्रदान करना।
- खेल और मनोरंजन गतिविधियों के द्वारा मानवीय मूल्यों, नैतिक मूल्यों और आध्यात्मिक मूल्यों का विकास करना।
- प्रशिक्षुओं के अन्दर खेल भावना एवं निर्णायकों के प्रति सम्मान की भावना विकसित करना।

104.1 मनोरंजन का अर्थ और महत्व, मनोरंजन के प्रकार, अवकाश के समय की खेल गतिविधियाँ-इनडोर, आउटडोर, सक्रिय, निष्क्रिय, वाणिज्यिक, स्वदेशी गतिविधियाँ, शौक, खाली समय की गतिविधि के रूप में और उनके शैक्षिक मूल्य।

104.2 भारत में मनोरंजन प्रदान करने वाली विभिन्न एजेंसियां। एक अच्छे मनोरंजन के गुण और मनोरंजन नेता की योग्यता।

104.3 खेल के माध्यम से मानवीय मूल्यों, नैतिक मूल्यों, आध्यात्मिक मूल्यों का समावेश। खेल एवं खेल के सिद्धांत ।

104.4 अधिकारियों और कोच- सामाजिक मूल्य, नैतिक मूल्य, खेल और खिलाड़ी की भावना, नैतिक निर्णय और नैतिक व्यवहार।

References:

1. Johnson, R.C. Measurements in Physical Education & Athletic, New York, Mac. Milan & Co. 1980.
2. Mohan V.M. Principles of Physical Education (P.E., Series No., 1) (Hindi) Delhi, Metropolitan Book Dep.)1969.
3. Nixon, E.E. & Cozen, F.W. An Introduction to Physical Education, Philadelphia. W.B. Saunders Co.1969.
4. Obertuffer; Delbert Physical Education. New York, Harper & Brothers Publisher, 1970.
5. Sharma, V.M. & Tiwari, R.H.: Teaching Methods in Physical Education (Hindi) Amaravati, Shakti Publication.1979.
6. Sharman, J.R. Introduction to Physical Education, New York ,A.S. Barnes & Co.1964.
7. William J.F. The Principles of Physical Education, Philadelphia, W.B. Saunders Co. 1964.
8. Jackson Roger, Sports Administration Manual, Canada, Roger Jackson & associate Ltd., 2005.

DPET-103- मौलिक शरीर संरचना और शरीर क्रिया विज्ञान

उद्देश्य

- शरीर संरचना व शरीर क्रिया विज्ञान के सन्दर्भ में समझ विकसित करना।
- कंकाल तंत्र और उनके वर्गीकरण के बारे में समझ विकसित करना।
- विभिन्न शारीरिक तंत्रों के कार्य पद्धति की समझ विकसित करना।
- व्यायाम के उपयोग एवं इसके लाभ के बारे में समझ विकसित करना।

103.1. एनाटॉमी और फिजियोलॉजी का अर्थ, परिभाषा, आवश्यकता और महत्व।

103.2 कोशिका, ऊतक, अंग, तंत्र की परिभाषा और व्याख्या। अस्थि और संधि की संरचना और वर्गीकरण।

103.3 कंकाल तंत्र, पेशी तंत्र, श्वसन तंत्र, परिसंचरणतंत्र, तंत्रिका तंत्र, पाचन तंत्र, उत्सर्जी तंत्र, अंत:स्रावी तंत्र का संक्षिप्त विवरण।

103.4 परिसंचरणतंत्र और पेशी तंत्र पर व्यायाम का प्रभाव ।

References:

1. Gupta Manju and Gupta M.C. Body and Anatomical Science [Hindi] Delhi. Swaran Printing Press,1980.
2. Gupta A. P. Anatomy and Physiology (Hindi), SumitPrakashan, Agra2010.
3. Sharma, R.D. Health and Physical Education[Hindi] Gupta Prakashan, 1979.
4. Singh, Sujan. Anatomy of Physiology and Health Education. Ropar. JeetPublications, 1979[Hindi].
5. Pearce Evelyn, C.A natomyand Physiology for Nurses [Hindi] London, Faber & Faber Ltd. 1962.
6. Morehouse, L.E. & Miller, J. Physiology of Exercise St. Louis The C.V. MosbyCo.1967.
7. Lamb, G.S. Essentials of Exercise Physiology. Delhi, Surjeet Publication, 1982.

DPET-102-शारीरिक शिक्षा के मुल आधार

उद्देश्य:

- शारीरिक शिक्षा के मनोवैज्ञानिक, सामाजिक, दार्शनिक आधार की समझ विकसित करना ।
- विकास की विभिन्न अवस्थाओं की समझ विकसित करना ।
- सीखने को प्रभावित करने वाले कारकों के बारे में समझ विकसित करना ।

102.1. शारीरिक शिक्षा के साथ मानविकी (शिक्षाशास्त्र, मनोविज्ञान, समाजशास्त्र) शिक्षा का दार्शनिक आधार।

102.2 विज्ञान विषयों के सन्दर्भ में शारीरिक शिक्षा (एनाटॉमी, फिजियोलॉजी, Kinesiology, पोषण)।

102.3 आनुवंशिक लक्षण, मसल्स टोन, एथलेटिक हार्ट , असंतुलित विकास, पारस्परिक अन्तर्निहित (RECIPROCAL INNERVATION), प्रतिवर्त चाप (REFLEX ARC), वाइटल कैपेसिटी, वृद्धि और विकास की विभिन्न अवस्थाएं-पूर्व-किशोरावस्था, किशोरावस्था, वयस्कता. लड़कों और लड़कियों में अंतर।

102.4 सीखना- अर्थ और परिभाषा, सीखने के सिद्धांत-परीक्षण और त्रुटि सिद्धांत, कंडिशन्ड रिस्पांस सिद्धांत और सूझ का सिद्धांत, सीखने के नियम, सीखने के प्रकार-प्राथमिक, सहयोगी, सहवर्ती, सीखने का स्थानांतरण, सीखने की वक्र (LEARNING CURVE).

References:

1. R H Tiwari, Prachin Krishna Sahityama Shariric Shikshan Darshan, (Hindi) Delhi, Bharatiya Book Corporation 2005.
2. Harold M. Barrow, Man and Movement: Principles of Physical Education.2nd edition, London Kempton pub.
3. Ramesh Chandra Pradhan, Foundation of Physical Education New Delhis ports pub. 2011.
4. Retune B. Frost, Physical Education Foundation Practices Principles, London, Addison- Worley. Pub. Cont.1975.
5. SharmaS.N.,Philosophical and Sociological Foundation of Education New Delhi. Kanishka pub. Distributors1995.
6. D.G.Wakharkar,Physical Educationl and Sports In India, Amravati Shree H.V.P.M. Pub., 1988.
7. Bucher Charles A, Foundation of Physical Education St. Louis: The C.V. Mosby Co., 1972.

डी.पी.एड.-पाठ्यक्रम की रूपरेखा

प्रथम वर्ष

सैद्धांतिक पाठ्यक्रम

DPET-101– शारीरिक शिक्षा का इतिहास और सिद्धांत

उद्देश्य:

- प्रशिक्षुओं को शारीरिक शिक्षा की उत्पत्ति और विकास के बारे में समझ विकसित करना।
- सामान्य शिक्षा के संदर्भ में शारीरिक शिक्षा के योगदान को बताना ।
- विभिन्न संस्थानों के द्वारा खेलों में दिए जाने वाले पुरस्कार के संदर्भ में समझ विकसित करना।
- प्रशिक्षुओं को शारीरिक शिक्षा के महत्वपूर्ण शैक्षणिक संस्थानों के उत्पति और उनके योगदान के बारे में जानकारी उपलब्ध कराना ।

101.1 शारीरिक शिक्षा और शिक्षा का अर्थ एवं परिभाषा, शारीरिक शिक्षा का लक्ष्य एवं उद्देश्य, सामान्य शिक्षा में शारीरिक शिक्षा की भूमिका।

101.2 भारत और विश्व-(रोम, ग्रीस, जर्मनी, स्वीडन) में शारीरिक शिक्षा का एतिहासिक विकास।

101.3 खेल योजनाएं- खेलो-इंडिया, फिट-इंडिया, एकलव्य, आदर्श विद्यालय योजना, खेल सम्मान एवं विभिन्न सम्मानित खिलाड़ी, राज्य/राष्ट्रीय स्तर पर ट्राफियां।

101.4 भारत में शारीरिक शिक्षा और खेल संस्थान (वाई0एम0सी0ए0, एल0एन0यू0पी0ई0, साई (SAI), एन0एस0एन0आई0एस0, आई0ओ0ए0, एस0जी0एफ0आई0 आदि) ओलंपिक आंदोलन (प्राचीन ओलंपिक - विकास के चरण, आधुनिक ओलंपिक -आदर्श वाक्य, विकास के चरण), पैरालंपिक और शीतकालीन ओलंपिक खेल का संक्षिप्त परिचय।

References:

1. Mohan V.M. Principles of Physical Education (P.E., Series No.,1) (Hindi) Delhi, Metropolitan Book Dep.)1969.
2. Nixon, E.E. & Cozen, F.W. An Introductionto Physical Education, Philadelphia. W.B. Saunders Co.1969.
3. Obertuffer; Delbert Physical Education. New York, Harper & Brothers Publisher, 1970.
4. Sharman,J.R. Introduction to Physical Education, New York, A.S. Barnes & Co.1964.
5. William J.F. The Principles of Physical Education, Philadelphia, W.B Saunders Co 1964.
6. Deshpande, S.H. Physical Educationin Ancient India. Amravati, Degree College of Physical Education 2014.

267

परीक्षा की योजना

द्वितीय वर्ष

विषय कोड	विषय	आंतरिक अंक	बाह्य अंक	कुल योग
	सैद्धांतिक पाठ्यक्रम (800)			
DPET-201	खेल प्रशिक्षण	30	70	100
DPET-202	बाल मनोविज्ञान और समाजशास्त्र	30	70	100
DPET-203	शारीरिक शिक्षा में सूचना प्रौद्योगिकी	30	70	100
DPET-204	युवा नेतृत्व और समाज कल्याण	30	70	100
DPET-205	खेल के दौरान लगने वाली चोटें और पुनर्वास	30	70	100
DPET-206	शारीरिक शिक्षा का संगठन और प्रशासन	30	70	100
DPET-207	शारीरिक शिक्षा में परीक्षण एवं मापन	30	70	100
DPET-208	पोषण और प्राकृतिक चिकित्सा	30	70	100
	प्रायोगिक पाठ्यक्रम (500)			
DPET-209	स्विमिंग / जिमनास्टिक / ट्रैक एंड फील्ड इवेंट्स	30	70	100
DPET-210	हॉकी / नेटबॉल / सॉफ्टबॉल / वॉलीबॉल	30	70	100
DPET-211	बॉक्सिंग / फेंसिंग / जूडो / कराटे / मार्शल आर्ट्स / ताइक्वांडो	30	70	100
DPET-212	तैराकी / जिमनास्टिक / ट्रैक और फील्ड (इनमें से किसी एक का कौशल परीक्षण)	30	70	100
DPET-213	हॉकी / नेटबॉल / सॉफ्टबॉल / वॉलीबॉल / बेस बॉल / बास्केट बॉल / क्रिकेट / फुटबॉल / हैंड बॉल / बॉक्सिंग / फेंसिंग / जूडो / कराटे / मार्शल आर्ट्स / ताइक्वांडो / बैडमिंटन / टेनिस / टेबल-टेनिस / स्क्वैश-(कौशल परीक्षण कोई भी इनमें से दो।)	30	70	100
	अभ्यास (300)			
DPET-214	खेल अनुशासन सिखना एवं खेल एवं खेल अनुशासन के लिए 5 शिक्षण अभ्यास पाठ योजना (4 आंतरिक और 1 बाह्य पाठ योजना) प्रत्येक पाठ की अवधि 40 मिनट।	30	70	100
DPET-215	शिक्षण-अभ्यास (वर्ग-कक्ष शिक्षण योजना के लिए) 5 पाठ योजना। प्रत्येक पाठ की अवधि 40 मिनट (4 आंतरिक और 1 बाह्य)	30	70	100
DPET-216	20 कार्य दिवसों के लिए इंटर्नशिप (10 सैद्धांतिक और 10 प्रैक्टिकल)	30	70	100
	कुल (Total)	480	1120	1600

266

परीक्षा की योजना

प्रथम वर्ष

विषय कोड	विषय	आंतरिक अंक	बाह्य अंक	कुल योग
	सैद्धांतिक पाठ्यक्रम (800)			
DPET-101	शारीरिक शिक्षा का इतिहास और सिद्धांत	30	70	100
DPET-102	शारीरिक शिक्षा के मूल आधार	30	70	100
DPET-103	मौलिक शरीर संरचना और शरीर क्रिया विज्ञान	30	70	100
DPET-104	मनोरंजन एवं मूल्यपरक शिक्षा	30	70	100
DPET-105	योग शिक्षा	30	70	100
DPET-106	स्वास्थ्य शिक्षा और पर्यावरण अध्ययन	30	70	100
DPET-107	शारीरिक शिक्षा की शिक्षण विधियाँ	30	70	100
DPET-108	अनुकूलित शारीरिक शिक्षा और सुधारात्मक अभ्यास	30	70	100
	प्रायोगिक (700)			
DPET-109	स्विमिंग / जिमनास्टिक / ट्रैक एंड फील्ड इवेंट्स	30	70	100
DPET-110	ध्वजारोहण / मार्च पास्ट / लेजिमम / डम्बल / अंब्रेला / टिपरी / वैड्स / हूप	30	70	100
DPET-111	बेसबॉल / बास्केटबॉल / क्रिकेट / फुटबॉल / हैंडबॉल	30	70	100
DPET-112	बैडमिंटन / टेनिस / टेबल-टेनिस / स्क्वैश / कबड्डी	30	70	100
DPET-113	शूटिंग / एरोबिक्स /कैलिस्थेनिक्स / योगा / खो-खो / मल्लखंभ	30	70	100
DPET-114	रिले गेम्स / ग्रुप गेम्स / माइनर गेम्स / लीड-अप गेम्स	30	70	100
DPET-115	शैक्षणिक भ्रमण / नेतृत्व शिविर / एडवेंचर कैंप	30	70	100
	अभ्यास (100)			
DPET-116	कैलिस्थेनिक्स और मौलिक खेल कौशल के लिए शिक्षण अभ्यास, प्रत्येक पाठ के लिए 5 शिक्षण अभ्यास	30	70	100
	कुल (Total)	480	1120	1600

द्वितीय वर्ष

विषय कोड	विषय	कुल व्याख्यान प्रति सप्ताह	आंतरिक अंक	बाह्य अंक	कुल योग
खण्ड क : सैद्धांतिक पाठ्यक्रम (800)					
DPET-201	खेल प्रशिक्षण	2	30	70	100
DPET-202	बाल मनोविज्ञान और समाजशास्त्र	2	30	70	100
DPET-203	शारीरिक शिक्षा में सूचना प्रौद्योगिकी	2	30	70	100
DPET-204	युवा नेतृत्व और समाज कल्याण	2	30	70	100
DPET-205	खेल के दौरान लगने वाली चोटें और पुनर्वास	2	30	70	100
DPET-206	शारीरिक शिक्षा का संगठन और प्रशासन	2	30	70	100
DPET-207	शारीरिक शिक्षा में परीक्षण एवं मापन	2	30	70	100
DPET-208	पोषण और प्राकृतिक चिकित्सा	2	30	70	100
खण्ड ख : प्रायोगिक पाठ्यक्रम (500)					
DPET-209	स्विमिंग / जिमनास्टिक / ट्रैक एंड फील्ड इवेंट्स	3	30	70	100
DPET-210	हॉकी / नेटबॉल / सॉफ्टबॉल / वॉलीबॉल	3	30	70	100
DPET-211	बॉक्सिंग / फेंसिंग / जूडो / कराटे / मार्शल आर्ट्स / ताइक्वांडो	3	30	70	100
DPET-212	तैराकी / जिमनास्टिक / ट्रैक और फील्ड (इनमें से किसी एक का कौशल परीक्षण)	3	30	70	100
DPET-213	हॉकी / नेटबॉल / सॉफ्टबॉल / वॉलीबॉल / थ्रो बॉल / बास्केट बॉल / क्रिकेट / फुटबॉल / हैंड बॉल / बॉक्सिंग / फेंसिंग / जूडो / कराटे / मार्शल आर्ट्स / ताइक्वांडो / बैडमिंटन / टेनिस / टेबल-टेनिस / एथलैटिक्स (इनमें से किसी दो का कौशल परीक्षण)	3	30	70	100
खण्ड ग : शिक्षण अभ्यास (300)					
DPET-214	शिक्षण अभ्यास। (सिखाना, खेल अनुशासन के लिए पाठ योजना) 40 मिनट की अवधि का 5 पाठ योजना (4 आंतरिक और 1 बाह्य)	3	30	70	100
DPET-215	शिक्षण अभ्यास। (वर्ग-कक्ष शिक्षण योजना) के लिए 40 मिनट की अवधि का 5 पाठ योजना (4 आंतरिक और 1 बाह्य)	3	30	70	100
DPET-216	20 कार्य दिवसों के लिए इंटर्नशिप (10 सैद्धांतिक और 10 प्रैक्टिकल)	3	30	70	100
कुल (Total)		40	480	1120	1600

264

प्रथम वर्ष

खण्ड क: सैद्धांतिक पाठ्यक्रम					
विषय कोड	विषय	कुल व्याख्यान प्रति सप्ताह	आंतरिक अंक	बाह्य अंक	कुल योग
Core Course (800)					
DPET-101	शारीरिक शिक्षा का इतिहास और सिद्धांत	2	30	70	100
DPET-102	शारीरिक शिक्षा के मूल आधार	2	30	70	100
DPET-103	मौलिक शरीर संरचना और शरीर क्रिया विज्ञान	2	30	70	100
DPET-104	मनोरंजन एवं मूल्यपरक शिक्षा	2	30	70	100
DPET-105	योग शिक्षा	2	30	70	100
DPET-106	स्वास्थ्य शिक्षा और पर्यावरण अध्ययन	2	30	70	100
DPET-107	शारीरिक शिक्षा की शिक्षण विधियाँ	2	30	70	100
DPET-108	अनुकूलित शारीरिक शिक्षा और सुधारात्मक अभ्यास	2	30	70	100
खण्ड ख : प्रायोगिक पाठ्यक्रम (700)					
DPET-109	स्विमिंग / जिमनास्टिक / ट्रैक एंड फील्ड इवेंट्स	3	30	70	100
DPET-110	ध्वजारोहण / मार्च पास्ट / लेजियम / डम्बल / अंब्रेल्ला / टिपरी / वैड्स / हूप	3	30	70	100
DPET-111	बेसबॉल / बास्केटबॉल / क्रिकेट / फुटबॉल / हैडबॉल	3	30	70	100
DPET-112	बैडमिंटन / टेनिस / टेबल-टेनिस / स्क्वैश / कबड्डी	3	30	70	100
DPET-113	शूटिंग / एरोबिक्स /कैलिस्थेनिक्स / योगा / खो-खो / मल्लखंभ	3	30	70	100
DPET-114	रिले गेम्स / ग्रुप गेम्स / माइनर गेम्स / लीड-अप गेम्स	3	30	70	100
DPET-115	शैक्षणिक भ्रमण / नेतृत्व शिविर / एडवेंचर कैंप	3	30	70	100
खण्ड ग : शिक्षण अभ्यास (100)					
DPET-116	कैलिस्थेनिक्स और मौलिक खेल कौशल के लिए शिक्षण अभ्यास, प्रत्येक पाठ के लिए 5 शिक्षण अभ्यास	3	30	70	100
कुल (Total)		40	480	1120	1600

विनियमावली अध्याय V के कंडिका 15 का उपकंडिका III

263

us sickness shall be allowed to present himself for examination with other candidates. Such candidates may however be allowed to sit at the examination if arrangements for their proper segregation is made.

13. The Superintendent will determine a reasonable floor space to be allowed to each candidate which should ordinarily be 25 sq. ft per candidate and shall submit a report to the Secretary indicating the actual floor space available for each candidate.

14. The Board shall appoint a committee under clause 1 of Regulation 1 of Chapter III for considering the cases of use of unfair-means and other cases of indiscipline by the candidates.

15. The Board shall conduct the following examination.

(i) (a) Secondary School Examination—Annual and Supplementary;

(b) deleted

(ii) Departmental Examination :

(a) deleted

(b) Diploma in Physical Education;

(c) Certificate in Physical Education;

(d) Training School Examinations;

(iii) Such other examinations as may be assigned by the State Government.

16. Commencement of examination—Date of commencement of different examinations conducted by the Board will be fixed and notified by the Secretary well in advance of the date of commencement of the examination concerned.