

9. Health and Physical Education

Course Content

Part - I Health Education (50 marks)

75 teaching hours

Unit 1: Family health

8 teaching hours

- (a) Concept of family health and responsible parenthood
- (b) Types practices, consequences of and programs including prevention and rehabilitation of: (i) drug and substance abuse; (ii) alcoholism; and (iii) smoking
- (c) Population overgrowth and small family norm
- (d) Family planning: concept, need, and issues
- (e) Introduction to various methods of contraception: surgical, hormonal, chemical, mechanical barriers, etc.
- (f) Health education to prevent and control behavioural health problems.

Unit 2: Health Problems and Programs of Nepal

11 teaching hours

- (a) Overview of major health problems of Nepal
- (b) Concept of health promotion, disease prevention and illness care
- (c) Introduction to Primary Health Care: Concept component, strategies with reference to Nepal.
- (d) Health policy, programs, and structures of Nepal including that of health education
- (e) Health education functions of district public health office, health - posts, sub-health posts, and primary health care end out-reach clinic
- (f) Mobilization of local governmental and non-governmental (NGO) organizations for health service delivery and utilization with people's participation
- (g) Introduction to local level workers and volunteers including VHW, FCHVs, MeHWs
- (h) Health and development
- (i) International and bilateral health organizations and NGOs in Nepal: WHO, UNICEF, UNFPA, FAO, USAID, JAICA, SCF, DANIDA, UMN

Unit 3: Introduction to Health Education

5 teaching hours

- (a) Definition, importance and aims of health education
- (b) Principles of health education
- (c) Scope of health education: family, community, school, health care setting, work sites

Unit 4: Health Education and Health Behaviour Change

8 teaching hours

- (a) Level of health behaviour: knowledge, attitude and practice levels
- (b) Health behaviour change: individual, family and neighbourhood levels
- (c) Influence of socio-cultural, psychological and economic factors in changing health behaviours
- (d) Processes of health behaviours change

Unit 5: Practice of Health Education Methods

8 teaching hours

- (a) Communication in health education
- (b) Mode of health communication : self, family and neighbourhood
- (c) Health education methods: concept and uses:
 - 1. individual methods: inter personal communication, interview, counselling
 - 2. Small group methods: group discussion, role play, street drama, short talk
 - 3. Large group methods: public display, health cultural program.

Unit 6: Practice of Health Education Materials and Media.

8 teaching hours

- (a) Concept and importance of health education materials and media
- (b) Self use and use with others of selected health education materials and media: poster, pamphlets, booklets, radio, TV, newspaper, magazine articles, health games, health stories etc.

Unit 7: Health Education in Family

8 teaching hours

- (a) Principles and techniques of health education of family members
- (b) Teaching children, peers and elderly person on nutrition, personal and domestic hygiene, solid waste handling, prevention of communicable diseases etc.
- (c) Teaching neighbour's on community hygiene, environmental health, consumer health and family planning.

Unit 8: Health Education in School

11 teaching hours

- (a) Concept importance and purposes of school health education
- (b) Scope of school health education:
 - (1) health instruction: meaning, scope and processes
 - (2) health services: screening and general health, arrangement of First-Aid kit, accident prevention
 - (3) healthful environment: management of safe-drinking water and food, excreta disposal waste handling including reduction, reuse, and recycle of school waste.
 - (4) School-community joint actions: school and community cleaning program, health rally, resource mobilization and use, school health volunteering for community health actions

Unit 9: Practical Activities in Health Education

12 teaching hours

- (a) Community visit, observation of health situation and writing community health assessment report, including recommendation for improvement
- (b) Preparation of health education materials: poster, flash-cards and pamphlets
- (c) Conducting health education sessions on selected health topics in the neighbourhood
- (d) Conducting health education sessions in schools

Part II Physical Education (50 marks)

75 teaching hours

Unit I: Kabaddi

15 teaching hours

1. Introduction to Kabaddi
2. Lay out of the court
3. Lead up games for different skills
4. Major skills of kabaddi. (a) Raiding-cant, safe raid, dodge, kick
(b) Fielding-chaining baulkline play
5. Major rules of kabaddi
6. Officiating

Unit 2: Kho-Kho

15 teaching hours

1. Introduction to Kho-Kho;
2. Layout of the court;
3. Lead up games for different skills,
4. Fundamental skills in Kho-Kho.
 - (a) Running techniques-straight, zigzag, circle
 - (b) Chasing techniques:
 - (i) Giving Kho-simple, early, late and fake Kho,
 - (ii) Taking the direction
 - (iii) Diving: spot and running dive
5. Major rules of the game
6. Officiating

Unit 3: Volleyball

40 teaching hours

1. Layout of Volleyball court
2. Lead up games for passing, spiking servicing, receiving and blocking
3. Fundamental skills:
 - (a) Passing-fingering and digging
 - (b) Servicing-underhand and overhead
 - (c) Spiking-approach, take off, hitting and landing
 - (d) Blocking-approach, take off, blocking and landing
 - (e) Rules and officiating of the game

Unit 4: Football

40 teaching hours

1. Layout of the ground
2. Lead up activities for passing and kicking
3. Basic skills of football:
 - (a) passing-long shot (b) Dribbling (c) Kicking roll, high
 - (d) Trapping-roll ball, high ball (e) Heading (f) Goal keeping
4. Rules and officiating

Unit 5: Basketball

1. Layout of Basketball court
2. Lead up games of Basketball:
 - (a) Dodge ball (b) Port ball
3. Basic skills of Basketball
4. Pivoting
5. Game-offensive and defensive tactics
6. Officiating

MODEL QUESTION**[HSEB Examination 2072 (2015)]**

Time: 1.30 hrs.

Full Marks:- 50
Pass Marks:- 18**समूह 'क' Group 'A'**

(विस्तृत उत्तरात्मक प्रश्नहरू/Long answer questions)

सबै प्रश्नको उत्तर दिनेहोस् : (Attempt all questions)

2×10=20

१. पारिवारिक स्वास्थ्य भनेको के हो ? यसको आधारभूत तत्वहरू उल्लेख गरी जिम्मेवार अभिभावकको उत्तरदायित्वहरू लेख्नुहोस् । ३+३+४=१०

What is family health? Mention its basic elements and write down responsibilities of responsible parenthood. [From Unit 1]

अथवा (Or)

"कुपोषण, गरिबी र अशिक्षा नेपालको प्रमुख स्वास्थ्य समस्याहरू हुन् ।" यसलाई पुष्टि गर्नुहोस् । ३+३+४=१०

"Malnutrition, poverty and illiteracy are they major health problems of Nepal". Justify it. [From Unit 2]

२. स्वास्थ्य शिक्षा शिक्षण गर्दा सडक नाटक विधि कसरी सञ्चालन गर्नुहुन्छ ? यसका फाइदाहरू उल्लेख गर्नुहोस् । ७+३=१०

How do you conduct street drama method in teaching health education? Mention its merits. [From Unit 5]

अथवा (Or)

विद्यालय स्वास्थ्य शिक्षा कार्यक्रमको अर्थ, आवश्यकता र उद्देश्यहरू स्पष्ट पार्नुहोस् । ३+३+४=१०

Clarify the meaning, needs and objectives of school health education programme. [From Unit 8]

समूह 'ख' Group 'B'

(सङ्क्षिप्त उत्तरात्मक प्रश्नहरू/Short answer questions)

कुनै छ प्रश्नको उत्तर दिनुहोस् : (Attempt any six questions)

6×5=30

३. जिल्ला स्वास्थ्य कार्यालयका कार्यहरू उल्लेख गर्नुहोस् । ५

Mention the functions of district health office. [From Unit 2]

४. स्वास्थ्य शिक्षा भनेको के हो ? यसको महत्त्वहरू उल्लेख गर्नुहोस् । २+३=५

What is health education? Mention its importances. [From Unit 3]

५. वातावरणीय सरसफाईबारे तपाईं आफ्नो छरछिमेकलाई कसरी शिक्षण गर्नुहोस् । ५

How do you teach to your neighbour about environmental sanitation? [From Unit 7]

६. सुरक्षात्मक स्वास्थ्य सेवा भनेको के हो ? यसका महत्त्वहरू लेख्नुहोस् । ५

What is preventative health service? Write down its importances. [From Unit 8]

७. विद्यालयबाट निस्कने फोहार पदार्थहरू तह लगाउने तरिकाहरू वर्णन गर्नुहोस् । ५

Explain the disposal techniques of school wastes. [From Unit 8]

८. रक्त्याहपनको तत्कालीन र दीर्घकालीन असरहरू के के हुन् ? २.५+२.५=५

What are immediate and long term effects of alcoholism? [From Unit 1]

९. भ्यासेक्टोमी भनेको के हो ? यसका फाइदाहरू उल्लेख गर्नुहोस् । २+३=५

What is vasectomy? Mention its advantages. [From Unit 1]

१०. कुनै दुईको छोटो टिप्पणी लेख्नुहोस् । २.५+२.५=५

Write a short notes on any two:

- (क) ग्रामीण स्वास्थ्य कार्यकर्ता (Village health worker) [From Unit 2]
(ख) उपभोक्ता स्वास्थ्य (Consumer health) [From Unit 7]
(ग) प्राथमिक उपचार (first aid) [From Unit 8]

Exam Questions

Part I – Health Education (50 Marks)

Unit 1: Family Health

१. पारिवारिक स्वास्थ्य भनेको के हो ? यसको आधारभूत तत्त्वहरू उल्लेख गरी जिम्मेवार अभिभावकको उत्तरदायित्वहरू लेख्नुहोस् । ३+३+४=१०
What is family health ? Mention its basic elements and write down responsibilities of responsible parenthood. [Q.N.1, 2072]
२. रक्त्याहपनको तत्कालीन र दीर्घकालीन असरहरू के के हुन् ? २.५+२.५=५
What are immediate and long term effects of alcoholism? [Q.N.8, 2072]
३. भ्यासेक्टोमी भनेको के हो ? यसका फाइदाहरू उल्लेख गर्नुहोस् । २+३=५
What is vasectomy? Mention its advantages. [Q.N.9, 2072]
४. परिवार नियोजन भनेको के हो ? यसका रसायनिक र यान्त्रिक विधिहरू व्याख्या गर्नुहोस् । ३+४+४ [Q.N.1(or), 2071]
What is family planning? Explain its chemical and mechanical methods.
५. धूमपानको कारण र यसबाट स्वास्थ्यमा हुने तत्कालीन र दीर्घकालीन असरहरू स्पष्ट पार्नुहोस् । ४+३+३ [Q.N.2(Or), 2071]
Clarify the causes of smoking and its immediate and long term health effects.
६. परिवार नियोजनको हर्मोनल विधि भनेको के हो ? यसका विधिहरू उदाहरणसहित व्याख्या गर्नुहोस् । ४+ ६
What is hormonal method of family planning? Describe its methods with example. Q.N.1, 2070]
७. धूमपानका कारणहरू र असरहरू के के हुन् ? उल्लेख गर्नुहोस् । २+३
What are the causes and effects of smoking? Mention. [Q.N.3, 2070]
८. लागु औषधी भनेको के हो ? यसका प्रकारहरू र असरहरू वर्णन गर्नुहोस् । ३+३+४=१०
What is drug? Explain its types and effects. [Q.N.1, 2069]
९. गर्भ निरोधको यान्त्रिक विधिहरू के के हुन् ? कुनै एकको वर्णन गर्नुहोस् । १.५+३.५=५
What are mechanical barrier methods of contraception? Describe any one. [Q.N.3, 2069]
१०. रक्त्याहपन भनेको के हो ? मध्यपानका कारण, असर, रोकथाम र नियन्त्रणका उपायहरू उल्लेख गर्नुहोस् । ३+३+४=१०
What is alcoholism ? Mention the causes, effects, preventive measures and control of alcohol. [Q.N.1, 2068]
११. धूमपान भनेको के हो ? धूमपानका असरहरू उल्लेख गर्नुहोस् । २+३=५
What is smoking ? Mention the effects of smoking. [Q.N.3, 2068]
१२. गर्भनिरोधका स्थायी विधिहरू के के हुन् ? कुनै एउटाको वर्णन गर्नुहोस् । २+३=५
What are the permanent methods of contraception ? Describe any one. [Q.N.4, 2068]
१३. परिवार नियोजनको अर्थ, आवश्यकता, उद्देश्य र क्षेत्रहरू केके हुन् ? छलफल गर्नुहोस् । १+२+२+५=१०
What are the meaning, needs, objectives and scope of family planning ? Discuss. [Q.N. 2, 2067]
१४. नेपालका प्रमुख स्वास्थ्य समस्याहरूको सूची तयार गरी कुनै एकको व्याख्या गर्नुहोस् । १+४=५
List down the Major health problems of Nepal and describe any one of them. [Q.N. 3, 2067]
१५. धूमपानलाई परिभाषित गर्नुहोस् र यसका तत्कालीन र दीर्घकालीन असरहरूको सूची तयार गर्नुहोस् । १+२+२=५
Define smoking and list down its short term and long term effects. [Q.N. 9, 2067]

१६. मानिसहरू किन लागूपदार्थ दुर्व्यसनमा लाग्दछन् ? यसबाट बच्न के के उपायहरू अपनाउन सकिन्छ ? ५+५
Why do people involve in drug abuse? What measures can be adopted to prevent it? [Q.N. 1, 2066] १+४=५
१७. गर्भ निरोधका विधिहरू केके हुन् ? हर्मोनल विधिबारे वर्णन गर्नुहोस् । १+४=५
What are the contraceptive methods? Explain about hormonal method. [Q.N. 3, 2065]
१८. मानिसले धूमपान किन र कसरी सिक्दछ ? यसबाट स्वास्थ्यमा केकस्ता असरहरू पर्दछन् ? २+३=५
Why and how man learns smoking? What are its effects on health? [Q.N. 9, 2065]
१९. लागू औषध भनेको के हो ? यसको प्रयोग, दुरुपयोग र दुर्व्यसनको बारेमा उल्लेख गरी लागू औषध दुरुपयोगका रोकथामका उपायहरू वर्णन गर्नुहोस् । २+४+४=१०
What is drug? Illustrate its use, misuse & abuse and describe the preventive measures of drug abuse. [Q.N. 1, 2064]
२०. परिवार योजना भनेको के हो ? यसका आवश्यकताबारे वर्णन गर्नुहोस् । १+४=५
What is Family Planning? Describe its importance. [Q.N. 3, 2064]
२१. परिवार योजनाको अवधारणालाई प्रस्ट पारी यसको आवश्यकताबारे व्याख्या गर्नुहोस् । २+३
Specify the concept of family planning and explain its needs. [Q.N. 3, 2063]
२२. गर्भधारण भनेको के हो ? गर्भधारण रोक्न प्रयोग हुने विभिन्न साधनहरूको सूची तयार पारी कुनै एक साधनको बारेमा वर्णन गर्नुहोस् । २+६+२
What is contraception? List down the different means of protecting contraception and explain any one of them. [Q.N. 1, 2062]
२३. पारिवारिक स्वास्थ्य भनेको के हो ? जिम्मेवार आमाबाबुका उत्तरदायित्वहरूको सूची तयार पार्नुहोस् । ५
What is family health? List down the responsibilities of responsible parenthood. [Q.N. 3, 2062]
२४. लागू पदार्थ भनेको के हो ? लागू पदार्थको दुरुपयोग रोक्ने उपायहरू लेख्नुहोस् । २+३=५
What is drug? Mention the preventive measures against drug abuse. [Q.N. 1, 2061]
२५. जिम्मेवार बाबुआमा भनेको के हो ? उनीहरूमा हुनुपर्ने गुणहरू केके हुन् ? २+३=५
What is responsible parenthood? What kind of qualities should they have? [Q.N. 5, 2061]
२६. गर्भनिरोधको हर्मोनल विधि भनेको के हो ? यसअन्तर्गतका साधनहरूको सूची बताउनुहोस् । २.५+२.५=५
What is hormonal contraceptive method? Make a list of contraceptives that come under it. [Q.N. 6, 2061]
२७. "अल्कोहोलिज्म" लाई परिभाषित गर्दै यसका नराम्रा असरहरूको व्याख्या गर्नुहोस् । २+३=५
Define alcoholism? Explain its ill effects. [Q.N. 1, 2060]
२८. 'अल्कोहोलिज्म' लाई परिभाषित गर्नुहोस् र यसका नराम्रा असरहरूको सूची तयार पार्नुहोस् । २+३=५
Define alcoholism and list down its ill effects. [Q.N. 1, 2058]
२९. परिवार नियोजन भनेको के हो ? तीव्र जनसंख्या वृद्धिका असरहरूको बारेमा छलफल गर्नुहोस् । २+३=५
What is family planning? Discuss the consequences of rapid population growth. [Q.N. 2, 2058]
३०. जिम्मेवार अभिभावक भन्नाले के बुझिन्छ ? एउटा जिम्मेवार अभिभावकका भूमिका र कर्तव्य के के हुन् ? ४+३+३=१०
Describe the concept of responsible parenthood and discuss the role and duties of a responsible parent. [Q.N. 10, 2058]
३१. सानो परिवारको मूल्य मान्यता भनेको के हो ? जनसङ्ख्या वृद्धिको कारण बारे छोटकरीमा व्याख्या गर्नुहोस् । २+३=५
What is small family Norm? Explain the causes of population growth. [Q.N. 1, 2057]
३२. गर्भ निरोधात्मक विभिन्न विधिहरू बुँदागत रूपमा लेख्नुहोस् । ५

List the various methods of contraceptive.

[Q.N. 2, 2057]

३३. परिवार नियोजनको आधुनिक धारणाबारे व्याख्या गरी त्यसको आवश्यकता र इस्थूबारे व्याख्या गर्नुहोस् ।

Describe the modern concept of family planning and its need and issues. [Q.N. 9, 2057]

३४. टिप्पणी लेख्नुहोस् । (Write short notes.)

(क) फिज चक्की (Foam tablet)

[Q.N.10(a), 2070]

(ख) हर्मोनलविधि (Hormonal method)

[Q.N. 10(c), 2063]

(ग) अल्कोलिजम (Alcoholism)

[Q.N. 8 (a), 2057]

Unit 2: Health Problems and Programs of Nepal

१. "कपोषण, गरिबी र अशिक्षा नेपालको प्रमुख स्वास्थ्य समस्याहरू हुन् ।" यसलाई पुष्टि गर्नुहोस् । ३+३+४=१०
 "Malnutrition, poverty and illiteracy are they major health problems of Nepal". Justify it. [Q.N.1(Or), 2072]
२. जिल्ला स्वास्थ्य कार्यालयका कार्यहरू उल्लेख गर्नुहोस् । ५
 Mention the functions of district health office. [Q.N.3, 2072]
३. प्राथमिक स्वास्थ्य हेरचाह भनेको के हो ? यसका तत्त्वहरू के के हुन् ? कुनै २ तत्त्वहरू व्याख्या गर्नुहोस् । ३+२+५
 What is primary health care? What are its elements? Explain any two elements. [Q.N.1, 2071]
४. नेपालको वर्तमान स्वास्थ्य सेवाको सङ्गठनात्मक संरचनाबारे छलफल गर्नुहोस् । १०
 Discuss the present organization structure of health services in Nepal. [Q.N.1(or), 2069]
५. प्राथमिक स्वास्थ्य हेरचाह भनेको के हो ? यसका महत्त्वहरू लेख्नुहोस् । २.५+२.५=५
 What is primary health care? Mention its importance. [Q.N.4, 2069]
६. नेपालमा विभिन्न स्वास्थ्य समस्याहरूको सूची तयार गर्नुहोस् र कुनै दुईओटाको वर्णन गर्नुहोस् । २+४+४=१०
 List down the different health problems of Nepal and describe any two. [Q.N.1(Or), 2068]
७. प्राथमिक स्वास्थ्य हेरचाहको परिचय दिनुहोस् र यसका रणनीतिहरू उल्लेख गर्नुहोस् । २+३=५
 Introduce primary health care and mention its strategies. [Q.N.5, 2068]
८. स्वास्थ्य क्षेत्रका सन्दर्भमा अन्तर्राष्ट्रिय विकासका लागि संयुक्त राष्ट्रसङ्घीय निकाय (यु.एन्.ए.आई.डी.) को ४ ओटा मुख्य प्राथमिकता क्षेत्रहरू केके हुन् ? ५
 In the context of health sector, what are the major four priority areas of USAID ? [Q.N. 8, 2067]
९. प्राथमिक स्वास्थ्य हेरचाह भनेको के हो ? यसका तत्त्वहरूलाई छोटकरीमा बयान गर्नुहोस् । २+८
 What are the community's responsibilities for community hygiene? How can be neighbours educated in this matter? [Q.N. 1(or), 2066]
१०. सामुदायिक स्वच्छताको लागि समुदायको दायित्व के के हुन सक्छ ? यसबारे छरछिमेकीलाई के शिक्षा दिन सकिन्छ ? ५+५
 What are the community's responsibilities for community hygiene? How can be neighbours educated in this matter? [Q.N. 2, 2066]
११. प्राथमिक स्वास्थ्य हेरचाह भनेको के हो ? नेपालको सन्दर्भमा यसका तत्त्वहरू र रणनीतिहरू केके हुन् ? २+४+४=१०
 What is primary health care ? What are its components and strategies with reference to Nepal ? [Q.N. 1, 2065]
१२. मातृशिशु स्वास्थ्य कार्यकर्ता भनेको के हो ? उनका कार्यहरू उल्लेख गर्नुहोस् । १+४=५
 What is maternal and child health worker ? Write down her functions. [Q.N. 4, 2065]

१३. स्वास्थ्य शिक्षाको क्षेत्रमा गैर-सरकारी स्वास्थ्य सङ्गठनको भूमिका किन महत्वपूर्ण छ ? व्याख्या गर्नुहोस् । ५
Why non-governmental organization (NGO)'s role is important in the field of health education ? Explain. [Q.N. 4, 2064]
१४. प्राथमिक स्वास्थ्य हेरचाहको तत्त्वहरूको सूची बनाई यसका प्रमुख रणनीतिहरूको व्याख्या गर्नुहोस् । ४+६
List down the components of Primary Health Care (PHC) and explain its strategies. [Q.N. 2, 2063]
१५. स्वास्थ्य प्रवर्धन भन्नाले के बुझिन्छ ? स्वास्थ्य प्रवर्धन गर्नको निम्ति केके कुरामा ध्यान दिनुपर्छ ? २+३
What is meant by health promotion ? What are the factors to be considered for health promotion ? [Q.N. 4, 2063]
१६. जिल्ला जनस्वास्थ्य कार्यालयका प्रमुख कार्यहरू केके हुन् ? व्याख्या गर्नुहोस् । ५
What are the major functions of district public health office ? Explain. [Q.N. 9, 2063]
१७. नेपालका प्रमुख स्वास्थ्य समस्याहरू के-के हुन् ? कुनै एकको व्याख्या गर्नुहोस् । १०
Explain the major health problems of Nepal. Explain any one of them. [Q.N. 1 (or), 2062]
१८. प्राथमिक स्वास्थ्य स्याहारको परिभाषा दिई यसका विभिन्न तत्त्वहरूको सूची तयार गर्नुहोस् । २+३
Define primary health care and list out its different components. [Q.N. 5, 2062]
१९. स्वास्थ्य र विकास भनेको के हो ? यी दुईका बीचमा के सम्बन्ध छ ? २+३=५
What is health and development ? What kind of relation exists between these two ? [Q.N. 2, 2061]
२०. प्राथमिक स्वास्थ्य हेरचाह भन्नाले के बुझिन्छ ? यसका तत्त्वहरूलाई वर्णन गर्नुहोस् । ३+७=१०
What is meant by Primary Health Care ? Describe its components. [Q.N. 9, 2061]
२१. "प्राथमिक स्वास्थ्य हेरचाह" भन्नाले के बुझिन्छ ? यसका प्रमुख पक्षहरूको सूची तयार पार्नुहोस् । २+३=५
What is meant by Primary Health Care ? List out its major components. [Q.N. 2, 2060]
२२. नेपालमा प्रमुख स्वास्थ्य समस्याहरू केके हुन् ? तीमध्ये सबैभन्दा प्रमुख समस्या तपाईं कुनलाई ठान्नुहुन्छ ? कारणसहित पुष्टि गर्नुहोस् । १०
What are the major health problems of Nepal ? Which one of them is most burning problem ? Illustrate with examples. [Q.N. 10(Or), 2060]
२३. हाम्रो नेपालमा स्वास्थ्य सेवाको बनीटबारे तपाईं कसरी व्याख्या गर्नुहुन्छ ? लेख्नुहोस् । ५
How do you explain about the health service structure in Nepal? [Q.N. 5, 2059]
२४. सामुदायिक स्वास्थ्यको परिभाषा दिई हेल्थपोष्टको कार्यहरू लेख्नुहोस् । २+३=५
Define community health, and write the function of health post. [Q.N. 6, 2059]
२५. नेपालमा विभिन्न स्वास्थ्य सङ्गठन र एन.जि.ओ. के के हुन् ? सुचि तयार पारी कुनै २ को व्याख्या गर्नुहोस् । ५
What are the various health organizations and NGOs in Nepal? List them and explain any two of them. [Q.N. 10, 2059]
२६. नेपालको परिपेक्षमा प्राथमिक स्वास्थ्य हेरचाहको चर्चा गर्नुहोस् । ५
Illustrate primary health care with inference to Nepal. [Q.N. 10(Or), 2059]
२७. 'प्राथमिक स्वास्थ्य हेरचाह'का विभिन्न भागहरू वा तत्त्वहरू केके हुन् ? ५
What are the different components of Primary Health Care ? Explain in brief. [Q.N. 3, 2058]
२८. नेपालको प्रमुख स्वास्थ्य समस्याहरूको सूची तयार पारी कुनै एकको चर्चा गर्नुहोस् । २+३
List out the major health problems of Nepal and explain any one of them. [Q.N. 4, 2058]
२९. स्थानीय निकायलाई स्वास्थ्य सेवा प्रदानका लागि गतिशील र परिचालन गर्ने उपायबारे सुझावहरू दिनुहोस् । १०
Suggest some of the ways and means to mobilize local government for health service delivery system. [Q.N. 10(Or), 2058]

३०. नेपालको परिप्रेक्षमा प्राथमिक स्वास्थ्य हेरचाहको तत्त्वहरूको व्याख्या गर्नुहोस् । ५
Explain the components of primary health care with reference to Nepal. [Q.N. 3, 2057]
३१. छोटो टिप्पणी लेख्नुहोस् : (Write short notes :)
- (क) ग्रामीण स्वास्थ्य कार्यकर्ता (Village health worker) [Q.N.10(a), 2072]
 - (ख) विश्व स्वास्थ्य सङ्घ (W.H.O) [Q.N.10 (a), 2071]
 - (ग) उप स्वास्थ्य चौकी (Sub-health post) [Q.N.10 (c), 2071]
 - (घ) कुपोषण (Malnutrition) [Q.N.10(b), 2070]
 - (ङ) युनिसेफ (UNICEF) [Q.N.10(c), 2070]
 - (च) प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्र (Primary Health Center) [Q.N.6(a),2068]
 - (छ) विश्व स्वास्थ्य सङ्गठन (W.H.O.) [Q.N. 10(c), 2065]
 - (ज) उपस्वास्थ्य चौकी (Sub-health Post) [Q.N. 10(b), 2064]
 - (झ) प्राथमिक उपचार (First-Aid Treatment) [Q.N. 10(c), 2064]
 - (ञ) युनिसेफ (UNICEF) [Q.N. 10(a), 2063]
 - (ट) वातावरणीय स्वास्थ्य (Environmental health) [Q.N. 10(b), 2063]
 - (ठ) कुपोषण (Malnutrition) [Q.N. 10(a), 2062]
 - (ड) महिला स्वास्थ्य स्वयंसेविका (Female Community Health Volunteer) [Q.N. 10(b), 2062]
 - (ढ) विश्व स्वास्थ्य सङ्घ (World Health Organization) [Q.N. 10(c), 2062]
 - (ण) मा.शि.का. (M.C.H.W.) [Q.N. 8(a), 2061]
 - (त) युनिसेफ (UNICEF) [Q.N. 8(b), 2061]
 - (थ) बिरामीको हेरचाह (Illness care) [Q.N. 8(c), 2061]
 - (द) यू.एन.एफ.पि.ए. (UNFPA) [Q.N. 8(c), 2060]
 - (ध) रिसोर्स मोबिलाइजेसन र प्रयोग (Resource mobilization and use) [Q.N. 8(a), 2059]
 - (न) डब्लु. एच. ओ. (WHO) [Q.N. 8 (b), 2057]

Unit 3: Introduction to Health Education

१. स्वास्थ्य शिक्षा भनेको के हो ? यसको महत्त्वहरू उल्लेख गर्नुहोस् । २+३=५
What is health education? Mention its importances. [Q.N.4, 2072]
२. स्वास्थ्य शिक्षाका सिद्धान्तहरू छोटकरीमा व्याख्या गर्नुहोस् ।
Explain the principles of health education in brief. [Q.N.9, 2071]
३. स्वास्थ्य शिक्षा भनेको के हो ? यसको महत्त्वहरू के के हुन् ? २+३
What is health education? What are its importances? [Q.N.9, 2070]
४. स्वास्थ्य शिक्षाको आवश्यकता र महत्त्वहरू के के हुन् ? लेख्नुहोस् । २.५+२.५=५
What are the needs and importances of health education? Write down. [Q.N.5, 2069]
५. स्वास्थ्य शिक्षा भनेको के हो ? यसका क्षेत्रहरूबारे सविस्तार उल्लेख गर्नुहोस् । २+८=१०
What is Health Education? Illustrate the scope of Health Education. [Q.N. 1, 2067]
६. स्वास्थ्य शिक्षालाई आफ्नै शब्दमा परिभाषित गर्नुहोस् । ५
Define health education in your own words. [Q.N. 3, 2066]
७. स्वास्थ्य शिक्षाको अर्थ, महत्त्व र सिद्धान्तहरू के के हुन् ? छलफल गर्नुहोस् । २+२+६=१०
What are the meaning, importance and principles of health education ? Discuss. [Q.N. 1(Or), 2065]
८. स्वास्थ्य शिक्षाका क्षेत्रहरूको सूची तयार गरी कुनै एकको व्याख्या गर्नुहोस् । ५+५=१०
List down the areas of health education and explain any one of them. [Q.N. 1(or), 2064]
९. स्वास्थ्य शिक्षा भनेको के हो ? यसको लक्ष्य तथा उद्देश्यहरू प्रस्ट पार्नुहोस् । १+४=५
What is health education ? Clarify its aims and objectives. [Q.N. 5, 2064]

१०. स्वास्थ्य शिक्षाका क्षेत्रमाथि प्रकाश पार्नुहोस् ।
Explain the scope of health education. १.५+३.५
[Q.N. 5, 2063]
११. स्वास्थ्य शिक्षाको अर्थ लेखी स्वास्थ्यकर व्यवहार परिवर्तनको प्रक्रियाको व्याख्या गर्नुहोस् ।
Write down the meaning of Health Education and explain the process of health behaviour change. [Q.N. 2 (or), 2062]
१२. स्वास्थ्य शिक्षाका उद्देश्यहरू लेख्नुहोस् र कुनै एउटाको व्याख्या गर्नुहोस् ।
List down the objectives Health Education and explain one. ५
[Q.N. 4, 2062]
१३. स्वास्थ्य शिक्षाको सिद्धान्तहरू केके हुन् ? व्याख्या गर्नुहोस् ।
(What are the principles of health education ? Explain.) ५
[Q.N. 3, 2060]
१४. स्वास्थ्य शिक्षा भनेको के हो ? तपाईं व्यवहारिक स्वास्थ्य समस्याहरू कसरी रोकथाम र नियन्त्रण गर्न सक्नुहुन्छ ? व्याख्या गर्नुहोस् ।
What is health education? How do you prevent and control behavioral health problems? Explain. २+३=५
[Q.N. 1, 2059]
१५. स्वास्थ्य शिक्षाका लक्ष्यहरू के के हुन् ? व्याख्या गर्नुहोस् ।
What are the aims of health education? Describe. ५
[Q.N. 2, 2059]
१६. स्वास्थ्य शिक्षाका सिद्धान्तहरू के के हुन् ? छलफल गर्नुहोस् ।
What are the principles of health education? Discuss. ५
[Q.N. 5, 2058]
१७. स्वास्थ्य शिक्षाको क्षेत्रहरू लेखी तिनीहरू मध्ये कुनै एकको छोटकरीमा व्याख्या गर्नुहोस् ।
List the scope of health education and discuss any one of them in short. २+३=५
[Q.N. 4, 2057]

Unit 4: Health Education and Health Behaviour Change

१. स्वास्थ्य व्यवहारका तहहरूलाई छोटकरीमा व्याख्या गर्नुहोस् ।
Explain the level of health behaviour in brief. [Q.N.6, 2071]
२. व्यक्तिको स्वास्थ्य व्यवहारलाई सामाजिक र सांस्कृतिक तत्त्वहरूले कसरी प्रभाव पार्दछन् ? व्याख्या गर्नुहोस् ।
How do socio-cultural factors influence health behaviour of a person? Describe. ५
[Q.N.8, 2070]
३. "व्यक्तिको स्वास्थ्य व्यवहारलाई आर्थिक तत्वले प्रत्यक्ष प्रभाव पार्दछ" यसलाई पुष्टि गर्नुहोस् ।
"Economic factor directly influences on the health behaviour of a person." Justify it. ५
[Q.N.6, 2069]
४. स्वास्थ्य व्यवहारमा परिवर्तन भनेको के हो ? स्वास्थ्य व्यवहार परिवर्तनमा प्रभाव पार्ने तत्त्वहरूबारे छलफल गर्नुहोस् ।
What is health behaviour change ? Discuss the influencing factors of health behaviour. ३+७=१०
[Q.N.2, 2068]
५. स्वास्थ्य व्यवहार परिवर्तनमा प्रभाव पार्ने तत्त्वहरूबारे छलफल गर्नुहोस् ।
Discuss the factors that effect in changing health behaviour. १०
[Q.N. 1 (Or), 2067]
६. स्वास्थ्य सम्बन्धी व्यवहारको अभिवृत्ति तह भनेको के हो ? उदाहरण दिई स्पष्ट पार्नुहोस् ।
What is attitude level of health behaviour? Clarify it wit examples. ३+२
[Q.N. 4, 2066]
७. स्वास्थ्य शिक्षाले व्यक्ति र परिवारको स्वास्थ्य व्यवहारमा केकस्ता परिवर्तन ल्याउन सक्दछ ? वर्णन गर्नुहोस् ।
What kind of changes can be brought by health education in the health behaviour of a person and family ? Describe. १+४=५
[Q.N. 5, 2065]

८. व्यक्तिको स्वास्थ्य व्यवहारमा उसको मनोवैज्ञानिक तत्त्वले कसरी प्रभाव पार्दछ ? व्याख्या गर्नुहोस् ।
How do the psychological factors influence the health behaviour of a person ? Explain.
[Q.N. 6, 2064] ५
९. व्यक्तिको स्वास्थ्य व्यवहारलाई सामाजिक तथा सांस्कृतिक तत्वहरूले कसरी प्रभाव पार्दछन् ? व्याख्या गर्नुहोस् ।
How do socio-cultural factors influence individual's health behaviour ? Explain.
[Q.N. 6, 2063] ५
१०. सामाजिक तथा सांस्कृतिक तत्वहरूले व्यक्तिको व्यवहारलाई कसरी असर पार्दछ ? उदाहरणसहित व्याख्या गर्नुहोस् ।
How does the socio-cultural factor influence in individual's health behaviours ? Explain with examples.
[Q.N. 4, 2060] ३+२=५
११. स्वस्थ व्यवहारलाई परिभाषित गर्नुहोस् । व्यक्तिको स्वस्थ व्यवहारमा परिवर्तन ल्याउने केही उपाय तथा सुझावहरूको चर्चा गर्नुहोस् ।
Define health behaviour. Suggest some of the ways and means to change health behaviour.
[Q.N. 10, 2060] ४+६=१०
१२. व्यावहारिक स्वास्थ्य समस्याको रोकथाम र नियन्त्रण गर्ने क्रममा तपाईंको भूमिका कस्तो हुनुपर्दछ ? लेख्नुहोस् ।
For the control and prevention of behavioural health problem, what would be your role? Explain.
[Q.N. 9, 2059] ५
१३. व्यावहारिक स्वास्थ्य भनेको के हो ? यसको परिवर्तन कसरी हुनसक्छ ? लेख्नुहोस् ।
What is health behaviour? How can it be changed?
[Q.N. 9(Or), 2059] ५
१४. व्यावहारिक स्वास्थ्यको तहहरू व्याख्या गरी यसको उदाहरणसहित धारणा लेख्नुहोस् ।
Discuss levels of health behaviour and its concept with examples.
[Q.N. 3, 2059] ३+२=५
१५. व्यक्तिको स्वास्थ्य व्यवहारलाई सामाजिक तथा सांस्कृतिक तत्वले कसरी असर पार्दछ ? चर्चा गर्नुहोस् ।
How the socio-cultural factors influence the health behaviour of a person ? Explain.
[Q.N. 6, 2058] ५
१६. विद्यार्थीहरूको सोचाइ तथा प्रवृत्तिमा परिवर्तन ल्याउन कुन चाँहि शिक्षण विधि उपयुक्त हुन्छ र किन ?
Which type of teaching method is appropriate in order to bring changes in students' attitude and why ?
[Q.N. 9(Or), 2057] ५

Unit 5: Practice of Health Education Methods

१. स्वास्थ्य शिक्षा शिक्षण गर्दा सडक नाटक विधि कसरी सञ्चालन गर्नुहुन्छ ? यसका फाइदाहरू उल्लेख गर्नुहोस् ।
How do you conduct street drama method in teaching health education? Mention its merits.
[Q.N.2, 2072] ७+३=१०
२. सञ्चारको परिभाषा दिई यसका तत्वहरू छोटकरीमा व्याख्या गर्नुहोस् ।
Define communication and explain its elements in brief.
[Q.N.4, 2071] ५
३. परामर्श विधिको प्रक्रियागत चरणहरू वर्णन गर्नुहोस् ।
Explain the procedural steps of the counselling method.
[Q.N.4, 2070] ५
४. सञ्चार भनेको के हो ? यसका तत्वहरू उदाहरण दिएर व्याख्या गर्नुहोस् ।
What is communication? Explain its elements giving example.
[Q.N.2, 2070] २+८
५. स्वास्थ्य शिक्षामा सञ्चारका तरीका र प्रक्रियाहरूलाई उदाहरणसहित वर्णन गर्नुहोस् ।
Explain the mode and process of communication in health education.
[Q.N.2, 2069] ४+५=९०

६. व्यक्तिगत शिक्षण विधिहरू के के हुन् ? कुनै एकको वर्णन गर्नुहोस् । १.५+३.५=५
What are individual teaching methods? Explain any one. [Q.N.7, 2069]
७. सञ्चार भनेको के हो ? सञ्चारका विभिन्न तत्त्वहरू उल्लेख गरी कुनै एकको वर्णन गर्नुहोस् । २+३=५
What is meant by communication ? Mention different elements of communication and describe any one. [Q.N.7, 2068]
८. सडक नाटक प्रयोग गर्ने तरीका वणन गर्नुहोस् । २+३=५
Explain the method of using street drama. [Q.N.8, 2068]
९. सञ्चारको परिभाषा दिदै स्वास्थ्य शिक्षामा सञ्चारका प्रक्रियाबारे चर्चा गर्नुहोस् । २+८=१०
Define communication and discuss the communication process in Health Education. [Q.N. 2 (Or), 2067]
१०. स्वास्थ्य शिक्षामा सञ्चार भन्नाले के बुझिन्छ ? सञ्चारका विशेषताहरू लेख्नुहोस् । २+३
What is communication in health education? Write the characteristics of communication. [Q.N. 5, 2066]
११. अन्तर्व्यक्ति सञ्चार भनेको के हो ? उदाहरण सहित लेख्नुहोस् । ५
What is interpersonal communication? Write with examples. [Q.N. 6, 2066]
१२. स्वास्थ्य शिक्षा शिक्षण गर्दा सडक नाटक विधि कसरी प्रयोग गर्नुहुन्छ ? यसका प्रक्रिया व्याख्या गर्नुहोस् । १०
How do you apply street drama method in teaching health education ? Describe its process. [Q.N. 2, 2065]
१३. स्वास्थ्य शिक्षामा सञ्चारको अर्थ, महत्त्व र तरिकाहरू स्पष्ट पार्नुहोस् । १+२+२=५
Clarify the meaning, importance and modes of communication in health education. [Q.N. 6, 2065]
१४. स्वास्थ्य शिक्षामा सञ्चारको भूमिकाको बारेमा उल्लेख गरी सञ्चार प्रक्रिया व्याख्या गर्नुहोस् । ३+३+४=१०
Illustrate the role of communication in health education and explain the process of communication. [Q.N. 2, 2064]
१५. स्वास्थ्य शिक्षा शिक्षणमा भूमिका खेलाइ विधिको व्याख्या गर्नुहोस् । ५
Explain the roleplay method in teaching health education. [Q.N. 7, 2064]
१६. स्वास्थ्य शिक्षा शिक्षणमा सञ्चारको भूमिकामाथि प्रकाश पार्नुहोस् । ५
Highlight the role of communication in teaching health education. [Q.N. 7, 2063]
१७. स्वास्थ्य शिक्षा शिक्षणमा छलफल विधिको प्रयोगको व्याख्या गर्नुहोस् । ५
Explain the discussion method in teaching health education. [Q.N. 7, 2062]
१८. शिक्षण विधि भनेको के हो ? यसका महत्त्वहरू लेख्नुहोस् । २+३=५
What is teaching method ? List down its importances. [Q.N. 7, 2061]
१९. सडक नाटक विधि भनेको के हो ? स्वास्थ्य शिक्षा शिक्षण गर्दा यी विधिको प्रयोग कसरी गर्ने ? छलफल गर्नुहोस् । ४+६=१०
What is street-drama method ? How to use this method in teaching health education ? Discuss. [Q.N. 10, 2061]
२०. स्वास्थ्य शिक्षामा सञ्चारको महत्त्वबारे चर्चा गर्नुहोस् । ५
Discuss the importance of communication in health education. [Q.N. 5, 2060]
२१. स्वास्थ्य शिक्षा विधिको धारणा भनेको के हो ? छोटकरीमा व्याख्या गर्नुहोस् । ५
What is the concept of health education methods ? Explain briefly. [Q.N. 4, 2059]
२२. स्वास्थ्य शिक्षामा शिक्षणविधिको महत्त्वलाई प्रकाश पार्नुहोस् । ५
Highlight the importance of teaching methods in health education. [Q.N. 7, 2058]
२३. व्यक्तिगत शिक्षण विधिको प्रकारहरू के-के हुन् ? तिनीहरू मध्ये कुनै एकको छोटकरीमा व्याख्या गर्नुहोस् । ३+२=५
What are the different types of individual teaching methods ? Explain any one of them. [Q.N. 5, 2057]

२४. छोटकरीमा टिप्पणी लेख्नुहोस् : (Write short notes on :)
- (क) छोटो कुराकानी (Short talk) [Q.N.6(c), 2068]
- (ख) भूमिका खेलाइ विधि (Role play method) [Q.N. 10 (a), 2067]
- (ग) सञ्चारका तत्वहरू (Elements of communication) [Q.N. 10(b), 2065]

Unit 6: Practice of Health Education Materials and Media

१. शैक्षिक सामग्री भनेको के हो ? यसको महत्त्वमाथि प्रकाश पार्नुहोस् ।
What is teaching material ? Highlight on its importance. [Q.N.5, 2071]
२. शैक्षिक सामग्री भनेको के हो ? पोस्टरको निर्माण र प्रयोग गर्ने तरिका छलफल गर्नुहोस् ।
२+४+४
"What is teaching material? Discuss the technique of construction and use of poster. [Q.N.2(Or), 2070]
३. शैक्षिक सामग्री छनौट गर्ने आधारहरू छोटकरीमा व्याख्या गर्नुहोस् ।
५
Explain the criteria of selecting teaching aids in brief. [Q.N.8, 2069]
४. शैक्षिक सामग्रीको परिभाषा दिई यसका प्रकारबारे उल्लेख गर्नुहोस् ।
१+४=५
Define teaching materials and illustrate its types. [Q.N. 4, 2067]
५. स्वास्थ्यशिक्षा सामग्रीको महत्त्वबारे चर्चा गर्नुहोस् ।
५
Discuss the importance of health education materials. [Q.N. 7, 2066]
६. रेडियोले स्वास्थ्य सन्देश फैलाउन कसरी मद्दत गर्दछ ?
How does radio help in disseminating health message? [Q.N. 8, 2066]
७. शैक्षिक सामग्री भनेको के हो ? यसका प्रकारहरू वर्णन गर्नुहोस् ।
१+४=५
What is teaching aids ? Discuss its types. [Q.N. 7, 2065]
८. शैक्षिक सामग्री तथा सञ्चारमाध्यमको परिचय दिई स्वास्थ्य शिक्षा शिक्षणमा यिनको महत्त्वबारे व्याख्या गर्नुहोस् ।
५+५=१०
Introduce the educational materials and media and explain their importance in teaching health education. [Q.N. 2(or), 2064]
९. शैक्षिक सामग्री छनौट गर्ने आधारहरूको वर्णन गर्नुहोस् ।
२+३=५
Describe the criteria of selecting educational materials. [Q.N. 8, 2064]
१०. स्वास्थ्य शिक्षा शिक्षणमा शैक्षिक सामग्री र सञ्चार माध्यमको आवश्यकता र महत्त्वलाई प्रकाश पार्नुहोस् ।
५+५
Highlight the need and importance of educational materials and media in teaching health education. [Q.N. 2(or), 2063]
११. स्वास्थ्य शिक्षामा प्रयोग हुने आधुनिक शैक्षिक सामग्रीहरू केके हुन् ? त्यसबाट स्वास्थ्य शिक्षा कसरी दिन सकिन्छ ?
२+३=५
What are modern teaching aids used in Health Education ? How health education can be given by using them ? [Q.N. 3, 2061]
१२. कक्षा ७ को लागि "दाँतको सफाइ" भन्ने शीर्षकमा एउटा नमूना पाठयोजना बनाउनुहोस् ।
Construct a model lesson plan for class - 7 on the topic "Cleaning of Teeth." [Q.N. 10(Or), 2061]
१३. स्वास्थ्य शिक्षामा भेडियाको महत्त्व के-के हुन् ? व्याख्या गर्नुहोस् ।
What are the importance of health education media ? Explain. [Q.N. 10, 2057]
१४. टिप्पणी लेख्नुहोस् । (Write short notes.)
(क) रेडियो (Radio) [Q.N.6(b), 2068]
(ख) बुकलेट (Booklet) [Q.N. 8 (c), 2057]

Unit 7: Health Education in Family

१. वातावरणीय सरसफाईबारे तपाईं आफ्नो छिमेकीलाई कसरी शिक्षण गर्नुहोस् । ५
How do you teach to your neighbour about environmental sanitation? [Q.N.5, 2072]
२. सरुवा रोग रोकथामका लागि अपनाइने तरिकाहरू के के हुन् ? छोटकरीमा वर्णन गर्नुहोस् ।
What are the ways of prevention of communicable disease? Describe in brief. [Q.N.3, 2071]
३. "सरुवा रोग र वातावरण प्रदूषण नेपालको प्रमुख स्वास्थ्य समस्या हो ।" पुष्टि गर्नुहोस् ।
"Communicable disease and environmental pollution are major health problems of Nepal." Justify. [Q.N.8, 2071]
४. "अशिक्षा, गरिबी र सरुवा रोगहरू नेपालको प्रमुख स्वास्थ्य समस्याहरू हुन् ।" यसलाई उदाहरण दिएर पुष्टि गर्नुहोस् । ३+३+४
"Illiteracy, poverty and communicable diseases are the major health problems of Nepal." Justify it with example. [Q.N.1(or), 2070]
५. वातावरणीय सरसफाईको बारेमा तपाईंले छिमेकीहरूलाई कसरी शिक्षण गर्नुहुन्छ ? ५
How do you teach neighbours about environmental sanitation? [Q.N.5, 2070]
६. सम्बन्धित ठाउँमा पठाउने सेवा र अनुगमन भनेको के हो ? स्पष्ट पार्नुहोस् । २.५+२.५
What is referral service and follow up? Clarify them. [Q.N.6, 2070]
७. पोषण भनेको के हो ? तपाईं यसबारे केटाकेटी र दाँतरीलाई कसरी शिक्षण गर्नु हुन्छ ? १+२+२=५
What is nutrition? How do you teach children and peer about it? [Q.N.9, 2069]
८. उपभोक्ता स्वास्थ्यको बारेमा छलफल गर्नुहोस् । ५
Discuss the consumer health. [Q.N.9, 2068]
९. उपभोक्ता स्वास्थ्य भनेको के हो ? यसको महत्त्वहरूबारे व्याख्या गर्नुहोस् । १+४=५
What is consumer health? Describe its importance. [Q.N. 5, 2067]
१०. आफ्ना छिमेकीलाई वातावरणीय र उपभोक्ता स्वास्थ्यबारे कसरी सल्लाह दिनुहुन्छ ? २.५+२.५=५
How do you give counseling to your neighbour on environmental and consumer health? [Q.N. 8, 2065]
११. सरुवा रोग भनेको के हो ? यसका रोकथामका उपायहरू वर्णन गर्नुहोस् । १+४=५
What is Communicable Disease? Explain its preventive measures. [Q.N. 9, 2064]
१२. सरुवारोग रोकथामका लागि स्वास्थ्य शिक्षाको भूमिकालाई वर्णन गर्नुहोस् । ५
Describe the role of Health Education to prevent communicable diseases. [Q.N. 8, 2062]
१३. फोहोरमैला परिचालनका विभिन्न विधिहरूको व्याख्या गर्नुहोस् । ५
Explain the different methods of waste management. [Q.N. 9, 2062]
१४. तपाईंले छिमेकीहरूलाई वातावरणीय स्वास्थ्यको बारेमा के शिक्षा दिन सक्नुहुन्छ ? लेख्नुहोस् । ५
What type of education can you offer to neighbours about environment health? State. [Q.N. 4, 2061]
१५. सरुवा रोगलाई परिभाषित गर्नुहोस् । सरुवा रोगका सुरक्षात्मक उपायहरू व्याख्या गर्नुहोस् ।
Define communicable disease? Explain the major preventive measures of communicable diseases. २+३=५ [Q.N. 6, 2060]
१६. उपभोक्ता स्वास्थ्य र वातावरणीय स्वास्थ्यमा आधारभूत फरकहरू केके हुन् ? २.५+२.५=५
What are the basic differences between consumer health and environmental health? [Q.N. 7, 2060]
१७. वातावरणीय तत्वले परिवारको स्वास्थ्य स्तरलाई के कसरी असर पार्दछ ? ५
How does the environmental factors influence the health status of a family. [Q.N. 8, 2058]
१८. टिप्पणी लेख्नुहोस् । (Write short notes.)
(क) उपभोक्ता स्वास्थ्य (Consumer health) [Q.N.10(b), 2072]
(ख) घरसाथी सरसफाई (Domestic hygiene) [Q.N.10 (b), 2071]
(ग) सामुदायिक स्वच्छता (Community hygiene) [Q.N. 10 (c), 2067]

Unit 8: Health Education in School

१. विद्यालय स्वास्थ्य शिक्षा कार्यक्रमको अर्थ, आवश्यकता र उद्देश्यहरू स्पष्ट पार्नुहोस् ।
Clarify the meaning, needs and objectives of school health education programme. $3+3+4=10$ [Q.N.2 (Or), 2072] ५
२. सुरक्षात्मक स्वास्थ्य सेवा भनेको के हो ? यसका महत्त्वहरू लेख्नुहोस् ।
What is preventative health service? Write down its importances. [Q.N.6, 2072] ५
३. विद्यालयबाट निस्कने फोहार पदार्थहरू तह लगाउने तरिकाहरू वर्णन गर्नुहोस् ।
Explain the disposal techniques of school wastes. [Q.N.7, 2072] ५
४. स्वस्थपूर्ण विद्यालय वातावरण भनेको के हो ? यो कसरी कायम गर्न सकिन्छ ?
What is healthful school environment? How to maintain it? [Q.N.2, 2071] ३+७
५. विद्यालय र समुदायका संयुक्त क्रियाकलापहरू के के हुन् ? छोटकरीमा वर्णन गर्नुहोस् ।
What are the school-community joint actions? Describe in short. [Q.N.7, 2071] ५
६. विद्यालय र समुदायको संयुक्त क्रियाकलापहरू के के हुन् ? छोटकरीमा वर्णन गर्नुहोस् ।
What are the school and community joint activities? Explain in brief. [Q.N.7, 2070] ५
७. स्वस्थकर विद्यालय वातावरण भनेको के हो ? तपाईं स्वस्थकर मानसिक वातावरण कसरी सिर्जना गर्नुहुन्छ ?
What is healthful school environment? How can you create healthy mental environment? $4+6=10$ [Q.N.2(Or), 2069] ५
८. विद्यालयमा फोहरमैला व्यवस्थापनका विभिन्न विधिहरू व्याख्या गर्नुहोस् ।
Explain different methods of waste management in school. [Q.N.10, 2069] ५
९. विद्यालय स्वास्थ्य सेवाका क्षेत्रहरू के के हुन् ? कुनै एउटाको बारेमा वर्णन गर्नुहोस् ।
What are the scopes of school health service? Describe any one. [Q.N.2(Or), 2068] २+८=१०
१०. विद्यालय स्वास्थ्य कार्यक्रम भनेको के हो ? यसको उद्देश्य लेख्नुहोस् ।
What is school health programme? Write down its objectives. [Q.N. 6, 2067] २+३=५
११. विद्यालय स्वास्थ्य सेवाअन्तर्गत उपचारात्मक विवेचना गर्नुहोस् ।
Describe the remedial aspect of School Health Service. [Q.N. 7, 2067] ५
१२. विद्यालय स्वास्थ्य सेवा भनेको के हो ? यसका पक्षहरू छोटकरीमा व्याख्या गर्नुहोस् ।
What is school health services? Describe its aspects in brief. $4+6$ [Q.N. 2(or), 2066] ५
१३. स्वास्थ्य शिक्षण भनेको के हो ? यसका कुनै तीनओटा उद्देश्यहरू लेख्नुहोस् ।
What is health instruction? Write any three objectives of it. [Q.N. 9, 2066] २+३
१४. स्वस्थकर विद्यालय वातावरणको लागि विद्यार्थी र शिक्षक बीचको सम्बन्धले कसरी मद्दत गर्दछ ?
How does relationship between student and teacher contribute in building healthful school environment? [Q.N. 10, 2066] ५
१५. विद्यालय स्वास्थ्य शिक्षाको अर्थ र उद्देश्यहरू केके हुन् ? विद्यालयमा स्वस्थपूर्ण वातावरणका पक्षहरूबारे छलफल गर्नुहोस् ।
What are the meaning and purposes of school health education? Discuss the aspects of healthful environment in the school. $2+3+5=10$ [Q.N. 2(Or), 2065] १०
१६. विद्यालयमा स्वास्थ्यकर वातावरण सृजना गर्नुपर्दा तपाईं कुन-कुन कुरालाई ध्यान दिनुहुन्छ ?
What factors do you consider to create healthful environment in school? Explain. [Q.N. 1, 2063] ५
१७. विद्यालय स्वास्थ्य शिक्षा कार्यक्रम भन्नाले के बुझिन्छ ? यसका उद्देश्यहरू केके हुन् ?
What is meant by school health education programme? What are its objectives? Explain. $4+6$ [Q.N. 1(or), 2063] ५

१८. विद्यालय स्वास्थ्य शिक्षा कार्यक्रमका क्षेत्रहरूको सूची तयार गरी कुनै एकको व्याख्या गर्नुहोस् ।
List down the areas of School Health Education Programme and explain any one of them. [Q.N. 2, 2062] $४+३+३$
१९. विद्यालयबाट निस्कने फोहोर पदार्थहरूलाई न्यूनीकरण, पुनःप्रयोग र पुनःचक्रको आधारमा तह लगाउने तरिकाहरूको उदाहरणसहित व्याख्या गर्नुहोस् ।
Explain with example about the disposal technique of school wastes on the basis of Reduction, Reuse and Recycle. [Q.N. 9(Or), 2061] $३+३+४=१०$
२०. विद्यालय स्वास्थ्य कार्यक्रम भनेको के हो ? यसका उद्देश्य र महत्त्वहरू केके हुन् ? व्याख्या गर्नुहोस् ।
What is school health programme ? What are its objectives ? Explain its importance. [Q.N. 9, 2060] $४+३+३=१०$
२१. विद्यालयमा स्वस्थकर वातावरणको व्यवस्था गर्दा विचार गर्नुपर्ने तत्वहरू केके हुन् ? व्याख्या गर्नुहोस् ।
What are the factors to be considered in the management of healthful environment in the school ? [Q.N. 9(Or), 2060] १०
२२. प्राथमिक उपचारको अर्थ र महत्त्वबारे लेख्नुहोस् ।
Explain meaning and importance of first aid. [Q.N. 7, 2059] $२+३=५$
२३. विद्यालय स्वास्थ्य शिक्षा कार्यक्रम भनेको के हो ? यसका उद्देश्यहरू केके छन् ?
What is school health education programme ? What are its objectives ? [Q.N. 9, 2058] $४+६=१०$
२४. विद्यालय स्वास्थ्य शिक्षा कार्यक्रमको आवश्यकता र महत्त्व केके हुन् ? छलफल गर्नुहोस् ।
Describe the need and importance of school health programme. Discuss. [Q.N. 9(Or), 2058] $५+५=१०$
२५. विद्यालय स्वास्थ्य शिक्षाको उद्देश्यहरू लेख्नुहोस् ।
What are the purposes of school health education ? Explain briefly. [Q.N. 6, 2057] ५
२६. विद्यालय स्वास्थ्य शिक्षाको क्षेत्र वृद्धागत लेखी स्वास्थ्य शिक्षाबारे छोटकरी लेख्नुहोस् ।
List the scope of school health education and explain health instruction in brief. [Q.N. 7, 2057] $३+२=५$
२७. स्वास्थ्य शिक्षा शिक्षण भनेको के हो ? स्वास्थ्य शिक्षा शिक्षण गर्दा ध्यान दिनुपर्ने तत्वहरू केके हुन् ?
What is health instruction ? What are the factors to be considered while planning health instruction. [Q.N. 10(Or), 2057] ५
२८. छोटो उत्तर लेख्नुहोस् : (Write short notes :)
(क) प्राथमिक उपचार (first aid) [Q.N. 10(c), 2072]
(ख) खोप (Immunization) [Q.N. 10 (b), 2067]
(ग) छनोट परीक्षा (Screening test) [Q.N. 10(a), 2065]
(घ) घर, विद्यालय र समुदाय सहसम्बन्ध (Home, School & Community Relationship) [Q.N. 10(a), 2064]
(ङ) स्वास्थ्य शिक्षण (Health Instruction) [Q.N. 8(a), 2060]
(च) स्वास्थ्य सेवा (Health Services) [Q.N. 8(b), 2060]
(छ) विद्यालय फोहोर पुनः प्रयोग र पुनः प्रशोधन (Reuse and recycle of school waste) [Q.N. 8(b), 2059]
(ज) प्राथमिक उपचार बाक्स । (First aid kit.) [Q.N. 8(c), 2059]

Unit 9: Practical Activities in Health Education

१. सामुदायिक स्वास्थ्य लेखाजोखा प्रतिवेदन लेख्ने ढाँचा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।
Present a format of writing report of community health assessment. [Q.N.10,2068] ५