

This question paper contains 2 printed pages]

Roll No.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|

S.No. of Question Paper : 4114

Unique Paper Code : 6967000016

Name of the Paper : Social and Emotional Learning

Name of the Course : Value Addition Course (VAC)

Semester : III

Duration : 1 Hour

Maximum Marks : 30

(Write your Roll No. on the top immediately on receipt of this question paper.)

(इस प्रश्न-पत्र के मिलते ही ऊपर दिए गए निर्धारित स्थान पर अपना अनुक्रमांक लिखिए।)

Note : — Answers may be written either in English or in Hindi; but the same medium should be used throughout the paper.

टिप्पणी :— इस प्रश्न-पत्र का उत्तर अंग्रेजी या हिंदी किसी एक भाषा में दीजिए, परन्तु सभी उत्तरों का माध्यम एक ही होना चाहिए।

The question paper carries 4 questions in total.

Question No. 1 is compulsory.

Attempt any two out of the remaining three questions.

प्रश्न-पत्र में कुल 4 प्रश्न हैं।

प्रश्न संख्या 1 अनिवार्य है।

शेष तीन प्रश्नों में से किन्हीं दो प्रश्नों के उत्तर दीजिए।

1. Write short notes on any two of the following :

5+5=10

(a) Social emotional learning

(b) Digital identity

(c) Coping skills.

P.T.O.

निम्नलिखित में से किन्हीं दो पर संक्षिप्त टिप्पणियाँ लिखिए :

- (a) सामाजिक भावनात्मक शिक्षा
- (b) डिजिटल पहचान
- (c) सामना करने का कौशल।

2. How do you practice mindfulness in your day to day life ? 10

आप अपने दैनिक जीवन में माइंडफुलनेस का अभ्यास कैसे करते हैं ?

3. Men shall earn the money while the women will manage the home. With the help of suitable examples, explain how such stereotypes and gender roles are being challenged. 10

पुरुष पैसा कमाएंगे जबकि महिलाएँ घर का प्रबंधन करेंगी। उपयुक्त उदाहरणों की मदद से, समझाइये कि इस तरह की रूढ़ियों और लिंग भूमिकाओं को कैसे चुनौती दी जा रही है।

4. Discuss how health and fitness are lifestyle choices that improve well being. 10

चर्चा कीजिए कि किस प्रकार स्वास्थ्य और फिटनेस जीवनशैली के विकल्प हैं जो कुशलक्षेम में सुधार लाते हैं।