



MANONMANIAM SUNDARANAR UNIVERISTY,  
TIRUNELVELI-12

## SYLLABUS

### UG - COURSES – AFFILIATED COLLEGES

Course Structure for B. Sc. Physical Education

(Choice Based Credit System)

(with effect from the academic year 2023-2024 onwards )



Semester-II				
Part	Subject Status	Subject Title	Subject Code	Credit
I	Language I	TAMIL/MALAYALAM/HINDI	E1EL21/ E1MY21/ E1HD21	3
II	Language II	ENGLISH	E2EN21	3
III	Core	ORGANIZATION, ADMINISTRATION AND METHODS IN PHYSICAL EDUCATION	EMPE21	5
III	Core	PRACTICAL-II: MAJOR GAMES AND TRACK & FIELD-II	EMPEP2	5
III	Elective	HEALTH EDUCATION, SAFETY EDUCATION AND FIRST AID	EEPE21	3
IV	SEC -2	PRINCIPLES OF MOTOR DEVELOPMENT	ESPE21	2
IV	SEC - 3	FUNDAMENTAL MOVEMENT SKILLS	ESPE22	2



**Total Marks: 100 Internal Exam: 25 marks + External Exam: 75 marks**

**A. Scheme for internal Assessment:**

Maximum marks for written test: **20 marks**

**3 internal tests**, each of **1 hour** duration shall be conducted every semester.

To the average of the **best two** written examinations must be added the marks scored in. The **assignment** for 5 marks.

The break up for internal assessment shall be:

Written test- 20 marks; Assignment -5 marks Total - 25 marks

**B. Scheme of External Examination**

**3 hrs.** examination at the end of the semester

A – Part : 1 mark question two - from each unit

B – Part : 5 marks question one - from each unit

C – Part : 8 marks question one - from each unit

➤ **Conversion of Marks into Grade Points and Letter Grades**

S.No	Marks	Letter Grade	Grade point (GP)	Performance
1	90-100	O	10	Outstanding
2	80-89	A+	9	Excellent
3	70-79	A	8	Very Good
4	60-69	B+	7	Good
5	50-59	B	6	Above Average
6	40-49	C	5	Pass
7	0-39	RA	-	Reappear
8	0	AA	-	Absent

➤ **Cumulative Grade Point Average (CGPA)**

$$CGPA = \frac{\Sigma (GP \times C)}{\Sigma C}$$

- **GP** = Grade point, **C** = Credit
- CGPA is calculated only for Part-III courses
- CGPA for a semester is awarded on cumulative basis

➤ **Classification**

- First Class with Distinction : CGPA  $\geq$  7.5\*
- First Class : CGPA  $\geq$  6.0
- Second Class : CGPA  $\geq$  5.0 and  $<$  6.0
- Third Class : CGPA  $<$  5.0



## Part – I TAMIL

### Learning Objectives:

- முதலாமாண்டுப் பட்ட வகுப்பு மாணவர்களுக்குத் தமிழ் மொழி இலக்கியங்களை அறிமுகம் செய்தல்
- தமிழ் இலக்கியப் போக்குகளையும், இலக்கணங்களையும் மாணவர் அறியுமாறு செய்து அவர்களின் படைப்பாற்றலைத் தூண்டுதல்
- தமிழ் இலக்கியம் சார்ந்த போட்டித் தேர்வுகளுக்கு ஏற்ப கற்பித்தல் நடைமுறைகளை மேற்கொள்ளுதல்

### அலகு 1:

#### தமிழ் இலக்கிய வரலாறு அறிமுகம்.

1. சிற்றிலக்கியம்; குறவஞ்சி, கலம்பகம், உலா, பரணி, பள்ளு பிள்ளைத்தமிழ், தூது, அந்தாதி
2. தனிப்பாடல் அறிமுகம்
3. இக்கால இலக்கியம் :- கவிதை, சிறுகதை நாடகம், உரைநடை, திராவிட இயக்கம் வளர்த்த தமிழ்.

### அழகு 2

#### சிற்றிலக்கியமும், தனிப்பாடலும்

#### சிற்றிலக்கியம்:

1. கலிங்கத்து பரணி-விருந்தினருக்கு வறியவரும் நெருங்கியுண்ண முதல் கேட்பாரைக் காண்மின் காண்மின் வரை (5 பாடல்கள்)
2. திருக்குற்றாலக் குறவஞ்சி - வானரங்கள் கனிகொடுத்து
3. முக்கூடற் பள்ளு - ஆற்று வெள்ளம் நாளை வரத்
4. அபிராமி அந்தாதி - கலையாத கல்வியும் குறையாத வயதும் (பதினாறு செல்வங்கள்)
5. திருவரங்கக் கலம்பகம் - மறம் பேசவந்த தூது செல்லரித்த ஓலை சொல்லுமோ (பிள்ளைப் பெருமாள் ஐயங்கார்)
6. தமிழ்விடு தூது -முதல் பதுக் கண்ணிகள்

#### தனிப்பாடல்;

1. வான்குருவி யின்சூடு - ஓளவையார்
2. ஆமணக்குக்கும் யானைக்கும் சிலேடை - முதிருக்கும் கொம்பசைக்கும் மூரிதண்டேந்தி - காளமேகப் புலவர்
3. இம்பர் வான் எல்லை இராமனையே பாடி - வீரராகவர்
4. நாராய் நாராய் - சத்தி முத்தப் புலவர்

### அலகு 3 இக்கால இலக்கியம் 1

1. பாரதியார் பாரத சமுதாயம் வாழ்கவே
2. பாரதிதாசன் - சிறுத்தையே வெளியில் வா
3. நாமக்கல் கவிஞர் - கத்தியின்றி
4. தமிழ் ஒளி - மீன்கள்
5. ஈரோடு தமிழன்பன் - எட்டாவது சீர் (வணக்கம் வள்ளுவ - தொகுப்பு)

#### சிறுகதைகள்:

1. புதுமைப்பித்தன் - கடிதம்
2. ஜெயகாந்தன் - வாய்ச் சொற்கள் (மாலை மயக்கம் - தொகுப்பு )
3. ஆர். சூடாமணி - அந்நியர்கள்
4. உரைநடை:
5. மு.வ. கடிதங்கள் - தம்பிக்கு நூலில் முதல் இரண்டு கடிதங்கள்

### அலகு - 4 இக்கால இலக்கியம் - 2

1. தந்தை பெரியார் - திருக்குறள் மாநாட்டு உரை



2. பேரறிஞர் அண்ணா - இரண்டாம் உலகத் தமிழ் மாநாட்டு உரை
3. கலைஞர் மு கருணாநிதி - தொல்காப்பிய பூங்கா - எழுத்து - நூற்பா கட்டுரை

#### நாடகம்/திரைத்தமிழ்:

1. வேலைக்காரி - திரைப்படம்
2. ராஜா ராணி - சாக்ரடீஸ் - ஓரங்க நாடகம்

#### இதழியல் தமிழ்:

##### முரசொலி கடிதம்

1. செம்மொழி வரலாற்றில் சில செப்பேடுகள்

##### அலகு 5 மொழி பயிற்சி

##### சொல் வேறுபாடு/பிழை தவிர்த்தல்

- வாசிப்பது - வாசிப்பவர்
- சுவர் - சுவரில்
- வயிறு - வயிற்றில்
- கோயில் - கோவில்
- கருப்பு - கறுப்பு
- இயக்குநர் - இயக்குனர்
- சில்லறை - சில்லரை
- முறித்தல் - முறிதல்
- மனம் - மனசு - மனது
- அருகில் - அருகாமையில்
- அக்கரை - அக்கறை
- மங்கலம் - மங்களம்

##### பயிற்சி:

- பிழையான சொற்களை ஒரு பத்தியில் கொடுத்து அந்தப் பிழையான சொற்களைச் சரியாகச் எழுதச் செய்தல்
- சிறிய பத்தி ஒன்றை ஆங்கிலத்தில் கொடுத்து அதனைத் தமிழில் மொழிபெயர்க்க வைத்தால்.

##### Text Books

##### Reference Books

1. மு. வரதராசன், தமிழ் இளகிய வரலாறு, சாகித்ய அக்காதெமி, புதுடெல்லி.
2. மது.ச. விமலானந்தன், தமிழ் இலக்கிய வரலாறு, மீனாட்சி புத்தக நிலையம், மதுரை.
3. தமிழண்ணல், புதிய நோக்கில் தமிழ் இலக்கிய வரலாறு, மீனாட்சி புத்தக நிலையம், மதுரை.
4. தமிழ் இலக்கிய வரலாறு - முனைவர். சிற்பி பாலசுப்ரமணியம், நீல. பத்மநாபன்
5. தமிழ் இலக்கிய வரலாறு - டாக்டர் எ.கா. பெருமாள்
6. தமிழ் இலக்கிய வரலாறு - முனைவர். ப. ச. ஏசுதாசன்
7. தமிழ் இலக்கிய வரலாறு - ஸ்ரீ குமார்
8. வகைமை நோக்கில் தமிழ் இலக்கிய வரலாறு - பாக்கியமேரி
9. தமிழ் பயிற்றும் முறை, பேராசிரியர் ந. சுப்புரெட்டியார் - மணிவாசகர் - பதிப்பகம், சிதம்பரம்

##### Web Sources:

- <https://www.chennaiibrary.com/>
- <https://www.sirukathaigal.com/>
- <https://www.tamilvirtualuniversity.org/>
- <https://www.nooulagam.com/>
- <https://www.katuraitamilblogspot.com/>



## **PART I MALAYALAM**

### **Course Objectives**

1. To give compressive view of communication and its scope and importance in official communication and business communication

### **Unit I:**

This unit introduces basic communication skills in Malayalam. Salutation, Discourse markers, formal and informal communication strategies are also introduced.

### **Unit II:**

This unit introduces word processing and Editing text Auto correct- spell check & grammar check, undo& redo Text formatting Changing case, drop caps, coloring & highlighting text, adding special characters, bullets & numbering.

### **Unit III**

This unit introduces the document formation compositional and typographical ways. Advanced page layout in word Borders, box, shading, page fills & back ground Module and Table & columns Creating tables Inserting tables from the menu & tool bar, drawing tables Manipulating tables Selecting tables elements, inserting & deleting columns & rows, adjusting table properties, are introduced . This unit introduces the Printing word documents Using print preview.

Practical knowledge in different fonts and Unicode

### **Unit IV**

This Unit Introduces blog writing, technical writing, content editing, Proof reading, new making (Writing for career)

### **Unit V**

This unit introduces Malayalam for Competitive Exams. Reading comprehension, reasoning, inferential comprehension, analogical creations( Competitive Malayalam)

### **Unit VI**

Malayalam for language Specific Exams for writing UPSC, PSC Exams

### **Recommended Text:**

1. Bharanabhasha: The State language Institute Business Communication for Success: Publisher: University of Minnesota Libraries Publishing



## **PART I HINDI - Kahani, Ekanki aur Vyakran**

### **Course Objectives**

The Main Objectives of this course are these courses are to

- Introduction to Hindi fiction
- Teaching of social values through stories and skits
- Practical application of grammar

### **Unit I**

#### **Hindi Katha-Sahitya: Parichay**

- 1 Kahani ke Tatva
2. Hindi ke Pramukh kahanikaro ka Parichay
3. Ekanki ke Tattva
4. Hindi ke Pramukh Ekankikaro ka Parichay

### **Unit II**

#### **Hindi Kahaniya**

- 1 Premchand – Bade Ghar ki Beti
- 2 Malathi Joshi – Vo Tera Ghar Yah Mera Ghar
- 3 Pita - Gyanranjan

### **Unit III**

#### **Hindi Ekanki**

- 1 Lakshmi ka Swagat – Upendranath Ashk
- 2 Vibhajan – Vishnu Prabhakar
- 3 Maa Baap – Sri Vishnu

### **Unit IV**

#### **Vyakaran**

- 1 Kriya Visheshan
- 2 Sambandh Bodhak
- 3 Samuchay Bodhak
- 4 Vismayadi Bodhak aadi shabdo ka prayog

### **Unit V**

#### **Pratiyogi Pariksha par aadharit Nimnalikhit Vishayo se sambandhit Prashikshan Karya**

- 1 Tamil Bhasha: Mahakavi Bharatiyar
- 2 Sanket Vikas dwara Lekhan kala aur Kahani Lekhan ka Vikas
- 3 Gadyansh dekhkar sahi Shirshak chunna
- 4 Pathit Vyakaran par aadharit Vakya rachna
- 5 Vibhinna Pratiyogi parikshao ke bare mein suchna pradan dena

#### **Reference Books**

- 1 Aath Ekanki Natak – Ed. Dr. Ramkumar Verma
- 2 Das Ekanki

#### **Related Online Contents (MOOCs, SWAYAM, NPTEL, YouTube, Websites, etc.)**

1. Lokpriya Kahaniya: <https://www.hindwi.org/sangrahaalay/100-best-stories-inhindii>
2. Vo Tera Ghar Ye Mera Ghar : [http://gadyakosh.org/gk/%E0%A4%B5%E0%A5%8B\\_%E0%A4%A4%E0%A5%87%E0%A4%B0%E0%A4%BE\\_%E0%A4%98%E0%A4%B0/\\_%E0%A4%AF%E0%A5%87\\_%E0%A4%AE%E0%A5%87%E0%A4%B0\\_%E0%A4%BE\\_%E0%A4%98%E0%A4%B0/\\_%E0%A4%AE%E0%A4%BE%E0%A4%B2%E0%A4%A4%E0%A5%80\\_%E0%A4%9C%E0%A5%8B%E0%A4%B6%E0%A5%80](http://gadyakosh.org/gk/%E0%A4%B5%E0%A5%8B_%E0%A4%A4%E0%A5%87%E0%A4%B0%E0%A4%BE_%E0%A4%98%E0%A4%B0/_%E0%A4%AF%E0%A5%87_%E0%A4%AE%E0%A5%87%E0%A4%B0_%E0%A4%BE_%E0%A4%98%E0%A4%B0/_%E0%A4%AE%E0%A4%BE%E0%A4%B2%E0%A4%A4%E0%A5%80_%E0%A4%9C%E0%A5%8B%E0%A4%B6%E0%A5%80)
3. <https://hindistory.net/>



## **PART II ENGLISH**

### **Learning Objectives**

- LO1 To make students realize the importance of resilience
- LO2 To enable them to become good decision makers
- LO3 To enable them to imbibe problem-solving skills
- LO4 To enable them to use tenses appropriately
- LO5 To help them use English effectively at the work place.

### **Unit I**

#### **RESILIENCE**

##### **Poem**

- 1.1 Don't Quit – Edgar A. Guest
- 1.2 Still Here – Langston Hughes

##### **Short Story**

- 1.3 Engine Trouble – R.K. Narayan
- 1.4 Rip Van Winkle – Washington Irving

### **Unit II**

#### **DECISION MAKING**

##### **Short Story**

- 2.1 The Scribe – Kristin Hunter
- 2.2 The Lady or the Tiger - Frank Stockton

##### **Poem**

- 2.3 The Road not Taken – Robert Frost
- 2.4 Snake – D. H Lawrence

### **Unit III**

#### **PROBLEM SOLVING**

##### **Prose life Story**

- 3.1 How I taught My Grandmother to Read – Sudha Murthy  
Autobiography
- 3.3 How frog Went to Heaven – A Tale of Angolo
- 3.4 Wings of Fire (Chapters 1,2,3) by A.P.J Abdul Kalam

### **Unit IV**

#### **Tenses**

- 4.1 Present
- 4.2 Past
- 4.3 Future
- 4.4 Concord

### **Unit V**

#### **English in the Workplace**

- 5.1 E-mail – Invitation, Enquiry, Seeking Clarification
- 5.2 Circular
- 5.3 Memo
- 5.4 Minutes of the Meeting

#### **Text Books (Latest Editions)**

#### **References Books**



1. Martin Hewings. Advanced English Grammar. Cambridge University Press, 2000
2. SP Bakshi, Richa Sharma. Descriptive English. Arihant Publications (India) Ltd., 2019.
3. Sheena Cameron, Louise Dempsey. The Reading Book: A Complete Guide to Teaching Reading. S & L. Publishing, 2019.
4. Barbara Sherman. Skimming and Scanning Techniques, Liberty University Press, 2014.
5. Phil Chambers. Brilliant Speed Reading: Whatever you need to read, however. Pearson, 2013.
6. Communication Skills : Practical Approach Ed. Shaikh Moula Ramendra Kumar. Stories of Resilience, Blue Rose Publications, 2020.

### Web Sources

- 1 Langston Hughes. Still Here  
<https://poetryace.com/im-still-here>
- 2 R. K. Narayan. Engine Trouble  
<http://www.sbioaschooltrichy.org/work/Work/images/new/8e.pdf>
- 3 Washington Irving. Rip Van Winkle  
<https://www.gutenberg.org/files/60976/60976-h/60976-h.htm>
- 4 Frank Stockton. The Lady or the Tiger <https://www.gutenberg.org/ebook>

## **ORGANIZATION ADMINISTRATION AND METHODS IN PHYSICAL EDUCATION**

### **Unit-I**

Meaning and Importance of Organization and administration – Scheme of Physical Education in: Schools, Colleges, Universities, Districts State and National Level.

### **Unit-II**

Facilities – Track, Play Grounds, Gymnasium, Swimming Pool – Layout of Play fields (Basketball, Kabbadi, Hockey, Volleyball, Cricket) Care and Maintenance of Play fields.

### **Unit-III**

Method in Physical Education – meaning – Factors influencing Method Presentation Technique – Teaching Aids – Principles of Class Management.

Teaching of activities: Marching, Calisthenics, light apparatus (Wands, Hooks, Poles) Lezium, Folk dance – Minor Games – Lead up activities.

### **Unit-IV**

Teaching activities of minor games, major games track and field, Yogic Practice, Suryanamaskar, Calisthenics, Light apparatus, Rhythmic activities, Commands, Marching.





## **Unit -V**

Tournaments – Types of Tournament, Knock out, League, Combination Tournament, Methods of drawing Fixtures.

### **Books for References:**

1. Kamlesh M.L. Scientific “Art of Teaching Physical Education” New Delhi Metropolitan 1994.
2. Thiru. Narayanan C and Harishara Sharma “Methods in Physical Education” Karaikudi CJ and S.H. 1989
3. Joseph. P.M. “Organization of Physical Education”.

## **GAMES AND TRACK & FIELD–II**

(Major Games: Ball Badminton and Badminton)

(Track & Field: Field Events)

### **Unit-I**

Origin, History and Development of the Game–International, National and State Level Organization.

### **Unit-II**

Fundamental Skills–Lead–Up Games, Various Symptoms of Play–Selection of Players.

### **Unit-III**

**Training:** Warm–up Technical Training–Tactical Training–Coaching Programme

### **Unit-IV**

Layout of Play field – Rules and their Interpretations–methods of officiating Duties of Officials–Important Tournaments and Cups.

### **Unit-V**

Field Events – Jumping and Throwing Events

### **Books for References:**

1. Conling David, Athletics, London, Robert Hale, 1980
2. Priyanka, Narang. (2020). Play & Learn Badminton. New Delhi: Khel Sahitya Kendra Publishers.
3. Joseph L. Rogers, (2000). USA Track & Field coaching Manual. Champaign, IL: Human Kinetics
4. Sandhu, V. (2006). Teaching & Coaching Athletics. New Delhi: Sports Publication.
5. Sharma, N.P., “Fundamentals of Track and Field”, First Edition, Khel Sahitya Kendra, New Delhi, 2005.
6. Vern, Gambetta. (2007). Athletic Development: The Art & Science of Functional Sports Conditioning. Champaign, IL: Human Kinetics.
7. WA Competition Rules 2021-22 published by World Athletics Official rules books of concerned federation/association.



# HEALTH EDUCATION, SAFETY EDUCATION AND FIRST AID

## Unit-I

### Health Education and Services

Meaning and definition of Health - Concept, Dimensions, Spectrum and determinants of Health – Principles – Nature and Scope – Health Services in India

## Unit-II

### Global Health Issues

Communicable, Non-Communicable disease: Causes, Symptoms and its preventions - Malnutrition, - Environmental Pollution- Sanitation, - Physical Activity and Nutrition, Mental Health – Mental Disorders.

## Unit-III

### Health Education

Need and scope of health education- Preventing alcohol, tobacco and other drugs abuses in schools - Personal Health and Wellness: Healthy eating, and Violence prevention – Physical activity, Safety, First Aid and Emergency procedures.

## Unit-IV

### Health Supervision and Evaluation in Schools

Health Instruction and Health Supervision – Assessing personal and peers health risk taking – Analyzing the influence of family, peers, culture and media on health behavior – Consumer Health and Comprehensive Health Education

## Unit-V

### Safety Education and First Aid

Definition - Characteristics - Principles of Safety Education - Need for safety Education in Physical Education - Principle of safety with respect of play fields - Principles of safety with respect of equipments, dress etc - Class organization and demonstration and safety during matches - Definition and importance of first aid - first aid for injuries sprain, Fracture and its types - Types of Bleeding- Laceration. Artificial respiration

### Books for References:

1. Agrawal,K.C.,(2001). Environmental biology. Bikaner: Nidhi publishers Ltd.
2. Bensley,R.J., & Fisher,J.B., (2009). Community Health Education Methods. Massachusetts: Jones and Bartlett Publishers.
3. Edward,J.T.,(2006). Health and Disease. New Delhi: Sports Publication.
4. Anspaugh,D.J.,&Ezell,G.,(2003).Teaching Today's Health. USA: Allyn & Bacon.
5. McKenzie,J.F.,&Smeltzer,J.L.,(2001). Planning, Implementing, and Evaluating Health Promotion Programs. A Primer, USA: Allyn & Bacon.



## **PRINCIPLES OF MOTOR DEVELOPMENT**

### **Unit-I**

**Definition:** Motor Development, Motor Learning, Motor Control – Theoretical perspectives of Motor Development- Concept of Physical Literacy -Age classification.

### **Unit-II**

Physical growth, maturation and Aging – Types of Motor Skills – Movement milestones in children, Long Term Athlete Development (LTAD).

### **Unit-III**

Basic Movements in Human Body – Axis and Plane - Movements in axis and planes – Movements at various joints

### **Unit-IV**

**Classification of Motor Skills:** Fundamental (Locomotor, Non-locomotor, Manipulative Skill), Specialized (Manipulative, Rhythmic Movement, Game & Sport Skills).

### **Unit-V**

**Movement Concepts:** Space Awareness, Effort Concepts, Relationships – Postural control and balance.

### **Books for References:**

1. Kathleen M.Haywood., & Nancy Getchell., (2009). Life Span motor Development (5th Ed.), Champaign, IL: Human Kinetics,
2. Robert M. Malina., Claude Bouchard &oded Bar-Or., (2004). Growth, Maturity and Physical Activity (2nd Ed.), Champaign, IL: Human Kinetics.
3. NAPSE., (2005). Physical Education for Lifelong Fitness (2nd Ed.), Champaign, IL: Human Kinetics.
4. Allen W. Jackson., James R. Morrow., Jr.David W. Hill & Rod K. Dishman., (2004). Physical Activity for Health and Fitness, Champaign, IL: Human Kinetics.
5. Cratty Bryant, J. (1975). Movement Behaviour and Motor Learning. Philadelphia Lea &Febiger.

## **Fundamental Movement Skills**

### **Unit-I**

Non-Locomotor Skills (Twisting, Turning, Balancing, Bending, Curling etc.,)

### **Unit-II**

Locomotor Skills (Walking, Running, Jumping, Sliding, Skipping, Etc.,)

### **Unit-III**

Manipulative Skills (Throwing, Hitting, Catching, Kicking, Dribbling etc.,)

### **Unit-IV**

Total Gross Motor Development -2 – Test

### **Unit-V**

Functional Movement Screening Test (8 Test Items)

### **Books for References:**

1. Kathleen M.Haywood., & Nancy Getchell., (2009). Life Span motor Development (5th Ed.), Champaign, IL: Human Kinetics,
2. Robert M. Malina., Claude Bouchard &oded Bar-Or., (2004). Growth, Maturity and Physical Activity (2nd Ed.), Champaign, IL: Human Kinetics.
3. NAPSE., (2005). Physical Education for Lifelong Fitness (2nd Ed.), Champaign, IL: Human Kinetics.

