

# स्वास्थ्य एवं शारीरिक शिक्षा

डॉ. अशोक कुमार सिडाना

डॉ. अल्पा नागर  
डॉ. सरोज राय  
श्रीमती सुरभि सोनी

# स्वास्थ्य एवं शारीरिक शिक्षा (Health and Physical Education)

डी.एल.ईडी. / बी.एस.टी.सी.  
(द्वितीय वर्ष के एसआईईआरटी के नवीन पाठ्यक्रमानुसार)

सम्पादन एवं लेखन :  
डॉ. अशोक कुमार सिडाना  
ऐसोसिएट प्रोफेसर  
श्री अग्रसेन स्नातकोत्तर शिक्षा महाविद्यालय सी.टी.ई.  
केशव विद्यापीठ, जामडोली, जयपुर

लेखकगण :

डॉ. अल्पा नागर  
सहायक आचार्य  
श्री अग्रसेन स्नातकोत्तर  
शिक्षा महाविद्यालय  
सी.टी.ई., केशव  
विद्यापीठ, जामडोली,  
जयपुर

डॉ. सरोज राय  
सहायक आचार्य  
जैन विश्वमारती  
विश्वविद्यालय, लाड़नू,  
नागौर

श्रीमती सुरमि  
सोनी  
सहायक आचार्य  
सिद्धि विनायक शिक्षक  
प्रशिक्षण महाविद्यालय,  
जयपुर

प्रकाशक :

शिक्षा प्रकाशन, जयपुर

2015

**प्रकाशक :**

23, भगवान दास मार्केट, चौड़ा रास्ता, जयपुर

फोन : 9414388190 (M)

© सर्वाधिकार प्रकाशक के अधीन

**मूल्य : 190.00 रुपये**

ISBN : 978-93-82138-42-6

**लेजर टाईपसेटिंग :**

उज्ज्वल इंफॉर्मेटिक्स, जयपुर

**मुद्रक :**

मनीष आफसेट, जयपुर