

विषय/Subject: Scientific Basis of Physical Education Subject Cod: BPE-C301

समय/Time:3घण्टे hours

अधिकतम अंक/M.M : 70

नोट: - प्रश्न पत्र दो खण्डों ए एवं ब में विभाजित है। प्रत्येक खण्ड निर्देशानुसार हल करना अनिवार्य है।

Note: Question paper is divided into two sections A & B Attempt all sections as per instruction.

खण्ड-(ए)Section-(A)

(लघु उत्तरीय प्रश्न /Short Answer Type Questions)

नोट: किन्हीं पांच प्रश्नों के उत्तर लगभग 150 शब्दों में दीजिए एक प्रश्न छः अंक का है/ Answer any five questions is about 150 words each. Each carries six marks.

Q1 What is the benefit of warm up in sports?

Q1 खेलों में वार्म अप का क्या लाभ है?

Q2 What is the importance of general fitness program?

Q2 सामान्य फिटनेस कार्यक्रम का क्या महत्व है?

Q3 Explain tissues and its type.?

Q3 ऊतकों और उसके प्रकारों की व्याख्या करें

Q4 What is muscle and explain its types?

Q4 पेशी क्या है और इसके प्रकारों की व्याख्या करें?

Q5 Explain how organs and system are correlated with each other.

Q5 बताएं कि अंग और प्रणाली एक दूसरे के साथ कैसे सहसंबद्ध हैं।

Q6 Write the importance of school college health programs

Q6 स्कूल कॉलेज स्वास्थ्य कार्यक्रमों का महत्व लिखिए।

Q7 What is the effect of temperature variation in sports

Q7 खेलों में तापमान भिन्नता का क्या प्रभाव पड़ता है।

Q8 Explain the structure and function of cell.

Q8 कोशिका की संरचना एवं कार्य की व्याख्या कीजिए।

Q9 Explain the difference between general and specific warm up.

Q9 सामान्य और विशिष्ट वार्म अप में अंतर स्पष्ट कीजिए।

Q10 Explain how slow and fast twitch fibre affect the performance in sports?

Q10 बताएं कि धीमा और तेज ट्विच फाइबर खेलों में प्रदर्शन को कैसे प्रभावित करता है?

खण्ड-(ब)Section-(B)

(दीर्घ उत्तरीय प्रश्न /Long Answer Type Questions)

नोट: किन्हीं चार प्रश्नों के उत्तर लगभग 300 शब्दों में दीजिए एक प्रश्न 10 अंक का है/ Answer any four questions is about 300 words each. Each carries 10 marks.

Q1 Explain warming up and cooling down with its procedure and importance.

Q1 वार्मिंग अप और कूलिंग डाउन को इसकी प्रक्रिया और महत्व के साथ समझाइए।

Q2 Explain all the component of physical fitness.

Q2 शारीरिक फिटनेस के सभी घटकों की व्याख्या करें।

Q3 Explain bone and its types.

Q3 अस्थि एवं उसके प्रकारों की व्याख्या करें

Q4 Explain type of joints and its classification.

Q4 जोड़ों के प्रकार और उनके वर्गीकरण की व्याख्या कीजिए।

Q5 Explain meaning definition and importance of anatomy.

Q5 शरीर रचना विज्ञान की परिभाषा और महत्व की व्याख्या करें।

Q6 Explain meaning definition and importance of physiology.

Q6 शरीर क्रिया विज्ञान की परिभाषा और महत्व की व्याख्या करें।

Q7 Explain the role of WHO in promoting Health Services.

Q7 स्वास्थ्य सेवाओं को बढ़ावा देने में डब्ल्यू एच ओ की भूमिका की व्याख्या करें

Q8 Write the meaning aim and objective of school health services?

Q8 स्कूली स्वास्थ्य सेवाओं का अर्थ और उद्देश्य लिखिए?