

**Sl. No. of Ques. Paper : 2346**

**F-4**

**Unique Paper Code : 2551410**

**Name of Paper : Game of Specialization – Judo**

**Name of Course : B.Sc. (Physical Education)**

**Semester : IV**

**Duration : 3 hours**

**Maximum Marks : 75**

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

*(इस प्रश्न-पत्र के मिलते ही ऊपर दिये गये निर्धारित स्थान पर अपना अनुक्रमांक लिखिये।)*

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

**टिप्पणी:—** इस प्रश्नपत्र का उत्तर अंग्रेज़ी या हिन्दी किसी एक भाषा में दीजिए; लेकिन सभी उत्तरों का माध्यम एक ही होना चाहिए।

*Attempt any three questions from Part A. Attempt any three questions from Part B. The questions of Part A shall carry 5 marks each and questions of Part B shall carry 20 marks each.*

भाग अ में से कोई तीन प्रश्न कीजिये। प्रत्येक प्रश्न 5 अंक का है। भाग ब से भी कोई तीन प्रश्न कीजिये। प्रत्येक प्रश्न 20 अंक का है।

**PART A (भाग अ)**

**1. List down the important motor components for Judo.**

जूडो के लिये प्रमुख गामक घटकों की सूची बनाइए।

**2. Explain the principles of training load.**

प्रशिक्षण भार के सिद्धान्तों की व्याख्या कीजिए।

**3. Define long term planning in Judo with examples.**

जूडो में उदाहरण सहित दीर्घ अवधि योजना को परिभाषित कीजिए।

**4. Discuss skill test in Judo.**

जूडो में कौशल परीक्षण का वर्णन कीजिए।

5. Write a note on tactical skills in Judo.

जूडो में टैक्टीकल कौशल पर संक्षिप्त टिप्पणी लिखिए।

**PART B (भाग ब)**

6. Explain the methods for improvement of motor components for Judo performance.

जूडो उपलब्धि के लिए गामक घटकों के विकास हेतु विधियों का वर्णन कीजिए।

7. Discuss various training methods with examples from Judo.

जूडो में उदाहरण सहित प्रशिक्षण विधियों की चर्चा कीजिए।

8. Write a note on long term and short term planning in Judo.

जूडो में दीर्घ अवधि तथा लघु अवधि योजना पर टिप्पणी कीजिए।

9. Name any *five* fitness tests and explain any *one* of them in detail.

कोई पाँच फिटनेस टेस्ट के नाम लिखिए तथा उनमें से किसी एक का विस्तारपूर्वक वर्णन कीजिए।

10. Write a note on training schedule in Judo with suitable examples.

जूडो में उदाहरण सहित एक ट्रेनिंग शैड्यूल बनाइये।