

*Sl. No. of Ques. Paper : 2343*

**F-4**

*Unique Paper Code : 2551407*

*Name of Paper : Game of Specialization – Gymnastics*

*Name of Course : B.Sc. (P.E., H.E. & S.)*

*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 and 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 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. Define the term nutrition. Write the classification of nutrition.

*पोषण शब्द को परिभाषित कीजिए। पोषण वर्गीकरण के बारे में लिखिए।*

2. Write various factors influencing energy requirements.

*ऊर्जा आवश्यकता को प्रभावित करने वाले कारकों के बारे में लिखिए।*

3. Write the aims and objectives of children training in gymnastics.

*जिमनास्टिक्स में बच्चों के प्रशिक्षण के उद्देश्य एवं लक्ष्य के बारे में लिखिए।*

4. Write a note on electrolytes.

*इलेक्ट्रोलाइट्स के बारे में टिप्पणी लिखिए।*

5. Explain in brief the elements required for sports aerobics gymnastics.

स्पोर्ट्स एयरोबिक्स जिमनास्टिक्स के आवश्यक तत्वों के बारे में संक्षेप में लिखिए।

#### PART B (भाग ब)

6. Define the term psychological preparation in gymnastics. Write in detail various psychological factors influencing the psychological preparation of a gymnast.

जिमनास्टिक्स में मनोवैज्ञानिक तैयारी शब्द को परिभाषित कीजिए। एक जिमनास्ट की मनोवैज्ञानिक तैयारी को प्रभावित करने वाले कारकों का विस्तार से वर्णन कीजिए।

7. Write in detail a proposal of starting gymnastics in school.

एक विद्यालय में जिमनास्टिक्स को आरम्भ करने का एक विस्तृत प्रस्ताव लिखिए।

8. Prepare a detail proposal of conducting seven days orientation program in gymnastics.

जिमनास्टिक्स में सात दिन के एक ओरिएन्टेशन कार्यक्रम के लिए विस्तृत प्रस्ताव तैयार कीजिए।

9. Role of diet in pre-competition, during competition and off-season phase.

आहार (डाइट) का प्रतियोगिता-पूर्व, प्रतियोगिता के दौरान तथा ऑफ-सीज़न अवधियों में योगदान के बारे में लिखिए।

10. Write in brief the fluid replacement before activity, during activity and after activity.

गतिविधि से पूर्व, मध्य में (दौरान) तथा बाद में फ्लूइड रिप्लेसमेंट के बारे में संक्षेप में लिखिए।