

[This question paper contains 4 printed pages.]

1274

Your Roll No.

B.A. Prog. / I

C

DISCIPLINE COURSE

PHYSICAL EDUCATION – Paper I

Introduction History and Physical Fitness

Time : 2 Hours

Maximum Marks : 50

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

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

*टिप्पणी :- इस प्रश्न-पत्र का उत्तर अंग्रेजी या हिन्दी किसी एक भाषा में
दीजिए; लेकिन सभी उत्तरों का माध्यम एक ही होना चाहिए।*

Attempt any five questions.

All questions carry equal marks.

किन्हीं पाँच प्रश्नों के उत्तर दीजिए।

सभी प्रश्नों के अंक समान हैं।

P.T.O.

1. Physical Education is an integral part of Education. Discuss.

शारीरिक शिक्षा शिक्षा प्रणाली का अभिन्न अंग है।

2. Write about the origin of ancient Olympic.

पुरातन ओलंपिक की उत्पत्ति के विषय में लिखें।

3. Who was founder Modern Olympics ? What were his ideals and vision ?

आधुनिक ओलंपिक खेलों के संस्थापक कौन थे ? उनके आदर्शों व दृष्टिकोण पर प्रकाश डालिए।

4. Write in brief about development of Physical Education in post independence period in India.

स्वतन्त्र भारत में शारीरिक शिक्षा के विकास के विषय में संक्षेप में लिखें।

5. What do you understand by 'Physical Fitness' ? Explain its importance in daily life.

शारीरिक क्षमता (Physical Fitness) से आप क्या समझते हैं ? दैनिक दिनचर्या में इसकी उपयोगिता का वर्णन कीजिए।

6. Describe the role of each nutrient in diet.

आहार में प्रत्येक पोष्टिक तत्त्व की भूमिका का वर्णन कीजिए।

7. Obesity is cause of major health problems. Discuss.

'मौहापा (Obesity) सभी मुख्य स्वास्थ्य-समस्याओं का कारण है।' विवेचना कीजिए।

8. Discuss about the contribution of I.O.A. and SAI in promotion of sports in India.

भारत में खेलों के प्रोत्साहन में आई. ओ. ए. (I.O.A.) और एस ए आई (SAI) के योगदान के बारे में चर्चा कीजिए।

9. Write short notes on any two of the following :

(i) Khyphosis and Lordosis

(ii) Olympic Emblem and Motto

(iii) Rest and Sleep

(iv) Objectives of Physical Education

निम्नलिखित में से किन्हीं दो पर संक्षिप्त टिप्पणी लिखें :

- (i) कायफोसिस व लार्डोसिस (Khyphosis & Lordosis)
- (ii) औलम्पिक खेलों का माटो (Motto) एवं एम्बल्म (Emblem)
- (iii) आराम एवं निद्रा
- (iv) शारीरिक शिक्षा के लक्ष्य (Objectives)