

This question paper contains 3 printed pages.]

5364

Your Roll No.

B.A. Prog. / II
DISCIPLINE COURSE

B

(A)

PHYSICAL EDUCATION – Paper II
Foundation of Physical Education
(Health Education, Anatomy, Physiology
& Sports Medicine)

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. Define Health. What is the importance of Health in an individual's Life ? 10
स्वास्थ्य को परिभाषित कीजिए। स्वास्थ्य का एक मनुष्य के जीवन में क्या महत्व है ?
2. Provide a brief description of Cell, Tissue, Organ and System. 10
कोशिका, ऊतक, अंग और तंत्र का संक्षिप्त में वर्णन कीजिए।
3. Write a short note on the circulatory system and excretory system. 10
परिसंचरण तंत्र और उत्सर्जन तंत्र पर संक्षिप्त में टिप्पणी कीजिए।
4. Write an essay on sports medicine and athletic care. 10
खेल चिकित्सा और एथ्लेटिक केयर पर एक निबंध लिखिए।
5. Explain the effect of exercise on skeletal system and circulatory system. 10
अस्थितंत्र व परिसंचरण तंत्र पर व्यायाम में प्रभावों का वर्णन कीजिए।
6. What are the common injuries in sports and how they can be prevented ? 10
खेलों में लगने वाली सामान्य चोटें कौन सी हैं और हम उन चोटों की रोकथाम कैसे कर सकते हैं ?

7. Describe personal hygiene with regard to different body parts. 10

शरीर के विभिन्न भागों (अंगों) को ध्यान में रखते हुए व्यक्तिगत स्वच्छता की व्याख्या कीजिए।

8. Describe the role of rehabilitation in sports. 10

पुनर्वास की खेलों में भूमिका पर विस्तारपूर्वक लिखिए।

9. Write short notes on any **two** of the following : 5+5=10

- (i) Oxygen Debt and second wind
- (ii) Vital capacity and stroke volume
- (iii) Ergogenic Aids
- (iv) Conditioning

किन्हीं दो पर संक्षिप्त में टिप्पणी कीजिए :

- (i) आक्सीजन डेब्ट और सेकण्ड विण्ड
- (ii) जीवनधारकता और स्ट्रोक वाल्यूम
- (iii) एरगोजेनिक्स एड्स
- (iv) कंडिशनिंग