

[This question paper contains 4 printed pages.]

1275

Your Roll No. ....

**B.A. Prog. / II**

**C**

DISCIPLINE COURSE

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. Describe the meaning of Health Education and discuss its importance in modern age. (10)

स्वास्थ्य शिक्षा का क्या अर्थ है ? और आज के युग में इसकी क्या महत्ता है ।

2. Explain the role of W.H.O. and UNICEF in promoting health. (10)

स्वास्थ्य को बढ़ावा देने में विश्व स्वास्थ्य संगठन व संयुक्त राष्ट्र अन्तर्राष्ट्रीय बाल आपात निधि की भूमिका को विस्तार से लिखिए ।

3. Briefly explain the need and importance of Anatomy & Physiology in the field of physical education and sports. (10)

शारीरिक शिक्षा व खेलों में शरीर रचना व शरीर क्रिया विज्ञान के महत्व व उसकी जरूरत को संक्षिप्त में विवरण कीजिए ।

4. Describe the main functions of the skeletal system. (10)

अस्थिपिंडर नत्र के मुख्य कार्यों का उल्लेख करें ।

5. Explain the importance of sports medicine in the field of sports. (10)

खेलों में खेल चिकित्सा के महत्व को विस्तार से लिखिए ।

6. What are the basic steps to reduce the risk of sports injuries ? Describe. (10)

खेलों की चोट के खतरों को कम करने में बुनियादी कदम बताएँ।

7. Define the term "First Aid". Discuss its purpose, need and importance in Physical Education and sports. (10)

'प्राथमिक उपचार' क्या है परिभाषित कीजिए। इसके उद्देश्यों की चर्चा करो और शारीरिक शिक्षा और खेलों में इसकी आवश्यकता और महत्ता पर प्रकाश डालिए।

8. Write down the benefits of different types of therapeutic exercises. (10)

विभिन्न प्रकार में उपचारीय व्यायामों के लाभ लिखिए।

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

(i) Personal Hygiene

(ii) Fatigue

(iii) Dislocation

(iv)  $VO_2$  max (5-5=10)

किन्हीं दो पर सक्षिप्त टिप्पणी लिखिए :-

- (i) व्यक्तिगत स्वच्छता
- (ii) थकान
- (iii) डिसलोकेशन
- (iv)  $VO_2 \max$