

[This question paper contains 3 printed pages.]

Sr. No. of Question Paper : 5170 F Your Roll No.....

Unique Paper Code : 290351

Name of the Paper : Foundation of physical Education : I

Name of the Course : B.A (Prog)

Semester : III

Duration : 2 Hours

Maximum Marks : 50

Instructions for Candidates

1. Write your Roll No. on the top immediately on receipt of this question paper.
2. Attempt any five questions.
3. All questions carry equal marks.
4. Answers may be written either in English or in Hindi, but the same medium should be used throughout the paper.

छात्रों के लिए निर्देश

1. इस प्रश्न-पत्र के मिलते ही ऊपर दिए गए निर्धारित स्थान पर अपना अनुक्रमांक लिखिए।
2. किन्हीं पाँच प्रश्नों के उत्तर दीजिए।
3. सभी प्रश्नों के अंक समान हैं।
4. इस प्रश्न-पत्र का उत्तर अंग्रेजी या हिंदी किसी एक भाषा में दीजिए, लेकिन सभी उत्तरों का माध्यम एक ही होना चाहिए।

1. Write a note on Personal Hygiene and Mental Hygiene in physical education and sports. (10)

शारीरिक शिक्षा और खेलकूदों में व्यक्तिगत स्वास्थ्य और मानसिक स्वास्थ्य पर टिप्पणी लिखिए।

2. Write the role of WHO and UNICEF for health promotion. (5+5=10)

स्वास्थ्य संवर्धन के लिए और WHO की UNICEF भूमिका का वर्णन कीजिए।

P.T.O.

3. Define and describe Tissues. (10)
ऊतकों की परिभाषा दीजिए और वर्णन कीजिए।
4. Give a brief introduction to Endocrine System. (10)
अंतःस्रावी तंत्र का संक्षिप्त परिचय दीजिए।
5. Write a note on Digestive System. (10)
पाचन तंत्र पर टिप्पणी लिखिए।
6. Explain the effect of exercise on Circulatory System. (10)
परिसंचरण तंत्र पर व्यायाम के प्रभाव की व्याख्या कीजिए।
7. Explain the concepts of Cooling Down and Conditioning. (10)
शीतन और अनुकूलन की संकल्पनाओं की व्याख्या कीजिए।
8. Write short note on any two of the followings: (2×5=10)
(a) VO_2 Max
(b) Fatigue
(c) Stitch
निम्नलिखित में से किन्हीं दो पर संक्षिप्त टिप्पणियाँ लिखिए:
(क) VO_2 Max
(ख) थकान
(ग) टाँका
9. Write short note on any four of the followings:
(a) Components of Health
(b) Organ
(c) Respiratory System

(d) Lactate Threshold

(e) Oxygen Debt

(f) Temperature Regulation

(4×2.5=10)

निम्नलिखित में से किन्हीं चार पर संक्षिप्त टिप्पणियाँ लिखिए:

(क) स्वास्थ्य के घटक

(ख) अंग

(ग) श्वास - तंत्र

(घ) लैकेड प्रभावसीमा

(ङ) ऑक्सीजन ऋण

(च) ताप नियमन