

This question paper contains 3 printed pages]

Roll No.

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

S. No. of Question Paper : 5279

Unique Paper Code : 290551

D

Name of the Paper : Sports Psychology

Name of the Course : B.A. (Programme) with Physical Education and Health Education (as a Minor Subject)

Semester : V

Duration : 3 Hours

Maximum Marks : 50

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

(इस प्रश्न-पत्र के मिलते ही ऊपर दिए गए निर्धारित स्थान पर अपना अनुक्रमांक लिखिए ।)

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 दीजिये ।

सभी प्रश्नों के अंक समान हैं ।

1. Define general psychology. Explain its characteristics.

10

सामान्य मनोविज्ञान की परिभाषा दीजिए और इसकी विशेषताओं की व्याख्या कीजिए ।

P.T.O.

2. Differentiate the process of growth and development. 10
वृद्धि और विकास की प्रक्रिया में अंतर बताइए ।
3. What is sports psychology ? Mention its importance. 10
खेलकूद-मनोविज्ञान क्या है ? इसके महत्व को बताइए ।
4. Write concept and principles of learning. 10
अधिगम की संकल्पना और सिद्धांतों का उल्लेख कीजिए ।
5. Describe the factors affecting the personality. 10
व्यक्तित्व को प्रभावित करने वाले कारकों का वर्णन कीजिए ।
6. Explain the characteristics of personality suitable with sports performance. 10
खेलकूदों में निष्पादन से संबद्ध व्यक्तित्व की विशेषताओं की व्याख्या कीजिए ।
7. What is stress and give the process of stress management. 10
खिंचाव क्या होता है ? खिंचाव प्रबंध की प्रक्रिया बताइए ।
8. Write about concept and types of motivation. 10
अभिप्रेरण की संकल्पना और किस्मों का वर्णन कीजिए ।
9. Write short notes on any *two* of the following : 5+5=10
- (a) Emotions
- (b) Incentives

- (c) Anxiety
- (d) Transfer of training
- (e) Role of positive attitude in sports.

निम्नलिखित में से किन्हीं दो पर संक्षिप्त टिप्पणियाँ लिखिए :

- (क) संवेग
- (ख) अभिप्रेरण
- (ग) दुश्चिन्ता
- (घ) प्रशिक्षण का अंतरण
- (ङ) खेलकूदों में सकारात्मक अभिवृत्ति की भूमिका ।