

Sl. No. of Ques. Paper	: 6224	F-5
Unique Paper Code	: 2551502	
Name of Paper	: Sports Psychology	
Name of Course	: B.Sc. (P.E., H.E. & Sports)	
Semester	: V FYUP	
Duration	: 3 hours	
Maximum Marks	: 75	

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

(इस प्रश्न-पत्र के मिलते ही ऊपर दिये गये निर्धारित स्थान पर अपना अनुक्रमांक लिखिये।)

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

टिप्पणी:— इस प्रश्नपत्र का उत्तर अंग्रेज़ी या हिन्दी किसी एक भाषा में दीजिए; लेकिन सभी उत्तरों का माध्यम एक ही होना चाहिए।

Question paper is divided into two Parts: Part A and Part B. The questions in Part A carry 5 marks each and in Part B 20 marks each.

प्रश्न-पत्र दो भागों में विभाजित है— भाग क और भाग ख। भाग क के प्रश्नों के 5 अंक हैं और भाग ख के प्रश्नों के 20 अंक हैं।

Attempt any three questions from Part A and three questions from Part B.

भाग क और ख से किन्हीं तीन-तीन प्रश्नों का उत्तर दीजिये।

### PART A (भाग अ)

1. Explain in brief the methods of sports psychology.  
खेल मनोविज्ञान के तरीकों को संक्षेप में समझाइए।
2. Explain the concept of motor learning.  
गामक सीख को समझाइए।
3. Define anxiety.

चिंता की परिभाषा दीजिए।

4. What do you understand by arousal regulation?

कामोत्तेजना विनियमन से आप क्या समझते हैं?

5. What is social psychology in sports?

खेल में सामाजिक मनोविज्ञान क्या है?

### PART B (भाग ब)

6. What do you mean by sports psychology? Explain the importance of psychology in sports?

खेल मनोविज्ञान से आप क्या समझते हैं? खेल में मनोविज्ञान की महत्ता को समझाइए।

7. Define personality. Explain personality traits of sports person.

व्यक्तित्व की परिभाषा लिखिए। खिलाड़ी की व्यक्तिगत खासियतें समझाइए।

8. What do you understand by motivation? Explain different types of motivation.

प्रेरण से आप क्या समझते हैं? विभिन्न प्रकार की प्रेरणाओं को समझाइए।

9. Write short notes on following:

(a) Types of spectators

(b) Team cohesion.

संक्षिप्त लेख लिखिए:

(a) दर्शकों के प्रकार

(b) टीम में जुड़ाव।

10. What do you mean by motor skill? Explain in detail the various phases of motor skills development.

गामक कौशल से आपका क्या आशय है? गामक कौशल विकास के विभिन्न चरणों को विस्तार से लिखिए।