

Sl. No. of Ques. Paper : 1365 F-7
Unique Paper Code : 2551503
Name of Paper : Physical Activity and Sports Technology
Name of Course : B.Sc. (Physical Education & Sports Science)
Semester : V
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।

Answer any three questions from Part A and any three questions from Part B.
All the questions of Part A carry 5 marks each and of Part B carry 20 marks each.

भाग क से कोई तीन प्रश्न कीजिए। इसमें प्रत्येक प्रश्न 5 अंक का है।

भाग ख से कोई तीन प्रश्न कीजिए। इसमें प्रत्येक प्रश्न 20 अंक का है।

PART A (भाग क)

1. Write the meaning of physical activity.
शारीरिक गतिविधि का अर्थ लिखिए। 5
2. What do you understand by 'hypokinetic diseases'?
हाइपोकाईनेटिक बीमारी से आप क्या समझते हैं? 5
3. List down methods of sequencing exercise.
व्यायामों को सिलसिलेवार करने की विधियों की सूची बनाइए। 5
4. How do you measure physical activity?
शारीरिक गतिविधि का मापन कैसे करेंगे? 5
5. What is exercise prescription?
व्यायाम प्रैस्क्रिप्शन (व्यायाम मात्रा) क्या है? 5

PART B (भाग ख)

6. Write the role of physical activity in various domains of personality.
व्यक्तित्व के विभिन्न आयामों में शारीरिक गतिविधि के योगदान को लिखिए। 20
7. Explain the *six* stages of behaviour changes.
व्यवहार में बदलाव के छः स्तरों की व्याख्या कीजिए। 20
8. How will you develop the physical personality development with the help of physical activity technology?
शारीरिक गतिविधि तकनीक की सहायता से आप शारीरिक व्यक्तित्व विकास कैसे करेंगे? 20
9. Explain the role of sports for all in personality development.
सभी के लिए खेल का व्यक्तित्व विकास में योगदान का वर्णन कीजिए। 20
10. Explain different means and ways of monitoring physical activity.
शारीरिक गतिविधि की मोनिटरिंग (नियंत्रण) के विभिन्न तरीके तथा माध्यमों का वर्णन कीजिए। 20