

Sl. No. of Ques. Paper : 1379 F-7
Unique Paper Code : 2551516
Name of Paper : BPE-502 (xiii) : Game of Specialization (Yoga)
Name of Course : B.Sc. (Physical Education & Sports Science) (FYUP)
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 अंग्रेजी 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. Explain briefly about yoga asana competition at AIU level.
ए०आई०यू० स्तर पर योग आसन प्रतियोगिता के बारे में संक्षेप में लिखिए। 5
2. Write the duties of a coach.
एक प्रशिक्षक के कर्तव्य लिखिए। 5
3. Write the structure of national level Yoga competition.
राष्ट्रीय स्तर पर योग प्रतियोगिता के ढाँचे के बारे में लिखिए। 5
4. Explain the benefits of meditation.
ध्यान के लाभ लिखिए। 5
5. Explain the use of teaching aids in Yoga.
योग में सहायक सामग्री के प्रयोग के बारे में लिखिए। 5

PART B (भाग ख)

6. Explain the organization of Yoga Asana competition at international level.
अन्तर्राष्ट्रीय स्तर पर योग आसन प्रतियोगिता के आयोजन का वर्णन कीजिए। 20
7. Explain the scoring system and judgement criteria of National Yoga Asana Competition.
राष्ट्रीय योग आसन प्रतियोगिता में अंक प्रदान करना एवं न्याय-प्रणाली का वर्णन कीजिए। 20
8. Write the preparation required for conducting national level Yoga asana competition.
राष्ट्रीय स्तर पर योगासन प्रतियोगिता के आयोजन हेतु आवश्यक तैयारी के बारे में लिखिए। 20
9. Explain different techniques of chakras.
चक्रों को विभिन्न तकनीकों के बारे में लिखिए। 20
10. Prepare a coaching lesson plan in any *one* yogasan.
किसी एक आसन पर कोचिंग पाठ योजना तैयार कीजिए। 20