

Roll No.

(07/20-I)

5712

B. A. (General) EXAMINATION

(For Batch 2016 & Onwards)

(Sixth Semester)

PHYSICAL EDUCATION

Health and Physical Education

Time : Three Hours

Maximum Marks : 60

Note : Attempt *one* question from each Unit I, II, III, IV. Unit V is compulsory.

Unit I

1. Define motivation and importance of Motivation in Sports. 10
2. Define Socialization and effect of social behaviour on performance of sports person. 10

Unit II

3. Define Sports Training and explain Interval training and Continuous training. 10
4. Doping : meaning, types and its effects on health. 10

Unit III

5. Define Bio-mechanics. Explain its importance in sports. 10
6. Describe the Newton's law of motion and its application in sports. 10

Unit IV

7. Explain the mechanism of Food digestion and effects of exercise on digestive system. 10
8. Explain the following in detail : 5+5
 - (a) Structure of Digestive System
 - (b) Organ of Digestive System.

B-5712

2

Unit V

(Short Answer Type Questions)

9. (a) What do you understand by Intrinsic Motivation ?
- (b) Advantage of Circuit Training.
- (c) Explain about weight reducing drugs.
- (d) Define third class lever.
- (e) Explain the organ of Digestive System.
- (f) Explain about the juices secrete by stomach.
- (g) Write any two effects of interval training.
- (h) Define socialization through sports.
- (i) Explain about Blood Doping.
- (j) Write any two definition of sports biomechanics. 2×10=20

(Hindi Version)

नोट : इकाई I, II, III, IV में से एक-एक प्रश्न कीजिए।
इकाई V सभी के लिए अनिवार्य है।

(2-09/24)B-5712

3

P.T.O.

इकाई I

1. खेल में प्रेरणा और प्रेरणा के महत्त्व को परिभाषित कीजिए । 10
2. खेल व्यक्ति के प्रदर्शन पर सामाजिक व्यवहार के समाजीकरण और प्रभाव को परिभाषित कीजिए । 10

इकाई II

3. खेल प्रशिक्षण की व्याख्या, अंतराल प्रशिक्षण और निरंतर प्रशिक्षण को परिभाषित कीजिए । 10
4. डोपिंग : अर्थ, प्रकार और स्वास्थ्य पर इसके प्रभाव । 10

इकाई III

5. बायो-मैकेनिक्स को परिभाषित कीजिए । खेल में इसके महत्त्व को स्पष्ट कीजिए । 10
6. न्यूटन के गति के नियम और खेल में इसके अनुप्रयोग का वर्णन कीजिए । 10

इकाई IV

7. भोजन के पाचन के तंत्र और पाचन तंत्र पर व्यायाम के प्रभावों के बारे में बताइए । 10
8. निम्नलिखित का विस्तृत वर्णन कीजिए : 5+5
(अ) पाचन तंत्र की संरचना
(ब) पाचन तंत्र का अंग ।

इकाई V

(लघु उत्तरीय प्रश्न)

9. (अ) आप आंतरिक प्रेरणा से क्या समझते हैं ?
(ब) सर्किट प्रशिक्षण का लाभ ।
(स) वजन कम करने वाली दवाओं के बारे में बताइए ।
(द) तृतीय श्रेणी लीवर को परिभाषित कीजिए ।
(इ) डाइजेस्टिव सिस्टम के अंग की व्याख्या कीजिए ।
(फ) पेट द्वारा स्रावित रस के बारे में बताइए ।
(ग) अंतराल प्रशिक्षण के कोई भी दो प्रभाव लिखिए ।

(ह) खेलों के माध्यम से समाजीकरण को परिभाषित कीजिए ।

(ई) रक्त डोपिंग के बारे में बताइए ।

(ज) स्पोर्ट्स बायोमैकेनिक्स की कोई भी दो परिभाषाएँ लिखिए ।