

[This question paper contains 4 printed pages.]

26

Your Roll No.....

Sr. No. of Question Paper : 2251

F

Unique Paper Code : 2552051201

Name of the Paper : HEALTH EDUCATION

Name of the Course : Bachelor of Science in
Physical Education, Health
Education & Sports (Hons
Course) UGCF

Semester : II – July 2023 /

Type of the Paper : DSC-4 (NEP)

Duration : 3 Hours Maximum Marks : 90

Instructions for Candidates

1. Write your Roll No. on the top immediately on receipt of this question paper.
2. Question Paper consists of **Two Parts, A and B.** Attempt any **3 Questions from Part-A** & any **3 Questions from Part-B.**
3. The Questions of **Part-A** shall carry **10 marks each** and Questions for **Part-B** shall carry **20 marks each.**

P.T.O.

Part A : 03 Questions \times 10 Marks = 30 Marks

Part B : 03 Questions \times 20 Marks = 60 Marks

छात्रों के लिए निर्देश

1. इस प्रश्न-पत्र के मिलते ही ऊपर दिए गए निर्धारित स्थान पर अपना अनुक्रमांक लिखिए।
2. प्रश्न पत्र में दो भाग होते हैं, ए और बी। भाग-ए से कोई 3 प्रश्न और भाग-बी से कोई 3 प्रश्न हल करें।
3. भाग-ए के प्रत्येक प्रश्न के लिए 10 अंक होंगे और भाग-बी के प्रत्येक प्रश्न के लिए 20 अंक होंगे।

भाग ए : 03 प्रश्न \times 10 अंक = 30 अंक

भाग बी : 03 प्रश्न \times 20 अंक = 60 अंक

PART - A (भाग ए)

1. Briefly explain the Dimensions of Health.

स्वास्थ्य के आयामों को संक्षेप में समझाइए।

2. Briefly explain the need and importance of Food Hygiene.

खाद्य स्वच्छता की आवश्यकता और गहत्व को संक्षेप में समझाइए।

3. Write a short note on Communicable Diseases.

संक्रामक रोगों पर संक्षिप्त टिप्पणी लिखिए।

4. Write a short note on Immunization.

टीकाकरण पर संक्षिप्त टिप्पणी लिखिए।

5. Explain the DRABCH of First Aid.

प्राथमिक चिकित्सा के DRABCH को समझाइए।

PART – B (भाग बी)

6. Discuss the Aims and Objectives of Health Education in detail.

स्वास्थ्य शिक्षा के लक्ष्यों एवं उद्देश्यों की विस्तार से चर्चा कीजिए।

7. What are Macro-nutrients? Discuss the Sources of Carbohydrates and Proteins.

मैक्रो-पोषक तत्व क्या हैं? कार्बोहाइड्रेट और प्रोटीन के स्रोतों पर चर्चा करें।

8. Discuss the Causes and Prevention of Non-communicable Diseases.

असंक्रामक रोगों के कारणों और रोकथाम पर चर्चा करें।

9. Explain the harmful effects of consumption of Alcohol and Drugs.

शराब और नशीले पदार्थों के सेवन के हानिकारक प्रभावों की व्याख्या कीजिए।

10. Write in detail about the modalities used in Physical Rehabilitation.

शारीरिक पुनर्वास में प्रयुक्त होने वाली विधियों के बारे में विस्तार से लिखिए।

38

[This question paper contains 4 printed pages.]

Your Roll No.....

Sr. No. of Question Paper : 2252

F

Unique Paper Code : 2552051202

Name of the Paper : EXERCISE PHYSIOLOGY

Name of the Course : Bachelor of Science in
Physical Education, Health
Education & Sports (Hons
Course) UGCF

Semester : II-July 2023

Type of the Paper : DSC-5 (NEP)

Duration : 2 Hours

Maximum Marks : 60

Instructions for Candidates

1. Write your Roll No. on the top immediately on receipt of this question paper.
2. Question Paper consists of **Two Parts, A and B.** Attempt any **3 Questions** from **Part-A** & any **3 Questions** from **Part-B**. The Questions of **Part-A** shall carry **05 marks** each and Questions for **Part-B** shall carry **15 marks** each.

Part A : 03 Questions × 05 Marks= 15 Marks

Part B : 03 Questions × 15 Marks= 45 Marks

P.T.O.

छात्रों के लिए निर्देश

1. इस प्रश्न-पत्र के मिलते ही ऊपर दिए गए निर्धारित स्थान पर अपना अनुक्रमांक लिखिए।
2. प्रश्न पत्र में दो भाग हैं, ए और बी। भाग-ए से कोई 3 प्रश्न और भाग-बी से कोई 3 प्रश्न हल करें। भाग-ए के प्रत्येक प्रश्न के लिए 05 अंक होंगे और भाग-बी के प्रत्येक प्रश्न के लिए 15 अंक होंगे।

भाग ए: 03 प्रश्न \times 05 अंक = 15 अंक

भाग बी: 03 प्रश्न \times 15 अंक = 45 अंक

PART - A

1. Discuss the term, 'Exercise Physiology.'

‘व्यायाम शरीर क्रिया विज्ञान’ शब्द पर चर्चा करें।

2. Write a brief note on Phosphagen (ATP-CP) Energy System.

फॉस्फेन (एटीपी-सीपी) ऊर्जा प्रणाली पर एक संक्षिप्त नोट लिखें।

1. Briefly explain the Structure of Human Heart.

मानव हृदय की संरचना को संक्षेप में समझाइए।

4. Write a short note on Waist-Hip Ratio.

कमर-कूल्हे के अनुपात पर एक संक्षिप्त टिप्पणी लिखिए।

5. Write a brief note on Pulse Rate.

नब्ज दर पर संक्षिप्त टिप्पणी लिखिए।

PART – B

6. Explain the Gross and Microscopic Structure of Skeletal Muscles with the help of suitable diagrams.

कंकालीय पेशियों की स्थूल एवं सूक्ष्म संरचना को उपयुक्त चित्रों की सहायता से समझाइए।

7. Name Endocrine Glands and the Hormones secreted by them. Explain the effects of Training on secretion of Hormones.

अन्तःस्रावी ग्रन्थियों के नाम तथा उनसे स्रावित होने वाले हार्मोनों नाम लिखिए। हार्मोन के स्राव पर प्रशिक्षण के दौरान श्वसन क्रियाओं का विस्तार से वर्णन कीजिए।

8. Describe in detail the Respiratory Functions during Exercise and Training.

व्यायाम और प्रशिक्षण के दौरान श्वसन क्रियाओं का विस्तार से वर्णन कीजिए।

9. Explain in detail various methods of assessing Body Composition.

शरीर रचना के आकलन की विभिन्न विधियों को विस्तार से समझाइए।

10. Explain the modalities of Weight Management.

वजन प्रबंधन के तौर तरीकों की व्याख्या करें।

[This question paper contains 4 printed pages.]

Your Roll No.....

Sr. No. of Question Paper : 2254

F

Unique Paper Code : 2552051204

Name of the Paper : BSc-PE-DSC-6 (4)-102:
BADMINTON

Name of the Course : B.Sc. (P.E.H.E & Sports)
Hons. Course

Semester : II-July-2023 /

Duration : 2 Hours

Maximum Marks : 60

Instructions for Candidates

1. Write your Roll No. on the top immediately on receipt of this question paper.
2. Question Paper divided into two parts, A and B. The questions of **Part-A** shall carry **5 marks** each and questions for **Part-B** shall carry **15 marks** each. Attempt **any 3** questions from **Part-A** & **any 3** questions from **Part-B**.
3. Answers may be written either in English or Hindi but the same medium should be followed throughout the paper.

P.T.O.

छात्रों के लिए निर्देश

1. इस प्रश्न-पत्र के मिलते ही ऊपर दिए गए निर्धारित स्थान पर अपना अनुक्रमांक लिखिए।
2. प्रश्न पत्र दो भागों में विभाजित है, ए और बी। भाग-ए के प्रश्नों में 5 अंकों का प्रश्न होगा और भाग-बी के लिए प्रश्न प्रत्येक 15 अंक लेकर होंगे। पार्ट-ए से किसी भी 3 प्रश्न का भाग- बी से किसी भी 3 प्रश्न का प्रयास करें।
3. इस प्रश्न-पत्र का उत्तर अंग्रेजी या हिंदी किसी एक भाषा में दीजिए, लेकिन सभी उत्तरों का माध्यम एक ही होना चाहिए।

Part - A**भाग - ए**

1. Write a short note on BWF?

BWF पर एक संक्षिप्त नोट लिखें?

2. What do you understand by Pep Talk?

पेप टॉक से आप क्या समझते हैं?

3. Write any five fundamental skills of badminton.

बैडमिंटन के किन्हीं पांच मूलभूत कौशलों को लिखिए।

4. What is the importance of Coordinative abilities in the game of Badminton?

बैडमिंटन के खेल में समन्वय क्षमताओं का क्या महत्व है?

5. Explain service fault?

सर्विस दोष की व्याख्या करें?

Part - B

भाग - बी

6. Draw a labelled diagram of Badminton court and explain how to mark court?

बैडमिंटन कोर्ट का एक लेबल आरेख बनाएं और समझाएं कि कोर्ट को कैसे चिह्नित किया जाए?

7. What are the modern trends of Badminton? Explain in detail.

बैडमिंटन के आधुनिक रुझान क्या हैं? विस्तार से समझाइए।

8. How you will evaluate a good badminton service? Also discuss different types of services in Badminton.


आप एक अच्छी बैडमिंटन सेवा का मूल्यांकन कैसे करेंगे? बैडमिंटन खेल में प्रयोग होने वाली विभिन्न 'सर्विस' पर भी चर्चा करें।

9. What are the most relevant motor components in Badminton game? Explain in detail.

बैडमिंटन खेल में सबसे प्रासंगिक मोटर घटक क्या हैं? विस्तार से समझाइए।

10. What is warming up? and what are the effects of warming up on performance?

वार्मिंग क्या है? और प्रदर्शन पर वार्मअप के प्रभाव क्या हैं?

 This question paper contains 4 printed pages.]

Your Roll No.....

Sr. No. of Question Paper : 2256

F

Unique Paper Code : 2552051206

Name of the Paper : BSc-PE-DSC-6 (4)-104:
CRICKET

Name of the Course : **B.Sc.(Physical Education,
Health Education and Sports)**

Semester : (NEP UGCF – 2022) Semester
– II -2023 /

Duration : 2 Hours

Maximum Marks : 60

Instructions for Candidates

1. Write your Roll No. on the top immediately on receipt of this question paper.
2. Attempt any **3 Question** from **Part A** (each Question carries **5 marks**) and any **3 Questions** from **Part B** (each Question carries **15 marks**)
3. Answers may be written either in English or Hindi but the same medium should be followed throughout the paper.

P.T.O.

छात्रों के लिए निर्देश

1. इस प्रश्न-पत्र के मिलते ही ऊपर दिए गए निर्धारित स्थान पर अपना अनुक्रमांक लिखिए ।
2. भाग ए से कोई भी 3 प्रश्न का प्रयास करें (प्रत्येक प्रश्न 5 अंक का है) और भाग बी से कोई 3 प्रश्नों का प्रयास करें (प्रत्येक प्रश्न 15 अंक का है)
3. इस प्रश्न-पत्र का उत्तर अंग्रेजी या हिंदी किसी एक भाषा में दीजिए, लेकिन सभी उत्तरों का माध्यम एक ही होना चाहिए ।

Part - A

भाग - ए

1. What do you mean by an Organisational Structure? Give a brief introduction to it at the International Level in Cricket ?

संगठनात्मक संरचना से आप क्या समझते हैं? क्रिकेट में अंतर्राष्ट्रीय स्तर पर इसका संक्षिप्त परिचय दें?

2. Draw a neat and labelled diagram of the Cricket Pitch with all the relevant markings?

सभी प्रासंगिक चिह्नों के साथ क्रिकेट पिच का एक साफ और नागाकित चित्र बनाएं?

3. What is a Pep Talk? Explain how it can be a useful tool for coaches 'during' a game of Cricket?

पेप टॉक क्या है? बताएं कि क्रिकेट के खेल के दौरान यह प्रशिक्षकों के लिए कैसे उपयोगी उपकरण हो सकता है?

4. What do you mean by Defensive and Attacking Fielding in Cricket?

क्रिकेट में रक्षात्मक और आक्रामक क्षेत्ररक्षण से आप क्या समझते हैं?

5. What is Strength? Explain how it can play an important role as a motor fitness component in the game of Cricket?

ताकत क्या है? बताएं कि यह क्रिकेट के खेल में मोटर फिटनेस घटक के रूप में कैसे महत्वपूर्ण भूमिका निभा सकता है?

Part - B

भाग - बी

6. Explain the major modern trends that have evolved in the game over the last few decades?

पिछले कुछ दशकों में खेल में विकसित हुए प्रमुख आधुनिक रुझानों की व्याख्या करें?

P.T.O.

7. Explain in detail about Warming Up and its physiological basis? Also, describe Cooling Down?

वार्मिंग अप और इसके शारीरिक आधार के बारे में विस्तार से बताएं?
इसके अलावा, कूलिंग डाउन का वर्णन करें?

8. Explain all three formats of Cricket in relation to their major rules and regulations?

क्रिकेट के तीनों प्रारूपों को उनके प्रमुख नियमों और विनियमों के संबंध में बताएं?

9. Write down the basic skills of the game. Also, explain any three(3) of them in detail?

खेल के बुनियादी कौशल लिखिए। साथ ही, उनमें से किन्हीं तीन (3) को विस्तार से बताएं?

10. Give a detailed introduction of all the Physical & Motor Fitness Components along with the name of atleast one testing component for each.

प्रत्येक के लिए कम से कम एक परीक्षण घटक के नाम के साथ सभी शारीरिक और मोटर फिटनेस घटकों का विस्तृत परिचय दें।

[This question paper contains 4 printed pages.]

Your Roll No.....

Sr. No. of Question Paper : 2260

F

Unique Paper Code : 2552051210

Name of the Paper : GAME OF
SPECIALIZATION
(HOCKEY)

Name of the Course : B.sc. (Physical Education,
Health education and
sports sciences) (Honrs.
Course) NEP-UGCF-2022

Semester : II (July-2023) ✓

Duration : 2 Hours

Maximum Marks : 60

Instructions for Candidates

1. Write your Roll No. on the top immediately on receipt of this question paper.
2. Attempt three questions each from **Part A & Part B**. Each question in **Part A** has **5** marks & **Part B** has **15** marks.
3. Answers may be written either in English or Hindi but the same medium should be followed throughout the paper.

P.T.O.

छात्रों के लिए निर्देश

1. इस प्रश्न-पत्र के मिलते ही ऊपर दिए गए निर्धारित स्थान पर अपना अनुक्रमांक लिखिए।
2. भाग ए और भाग बी में से प्रत्येक से तीन प्रश्न हल करें। भाग ए में प्रत्येक प्रश्न के लिए 5 अंक हैं और भाग बी में 15 अंक हैं।
3. इस प्रश्न-पत्र का उत्तर अंग्रेजी या हिंदी किसी एक भाषा में दीजिए, लेकिन सभी उत्तरों का माध्यम एक ही होना चाहिए।

Part - A

भाग - ए

1. What do you understand by general and specific warming-up? Give examples.

सामान्य एवं विशिष्ट वार्म-अप से आप क्या समझते हैं? उदाहरण दो।

2. Draw a well labelled diagram of field hockey.

फील्ड हॉकी का एक नामांकित चित्र बनाइए।

3. Write down the organizational structure of federation of Indian hockey.

भारतीय हॉकी महासंघ की संगठनात्मक संरचना लिखिए।

4. Write briefly on principle of training load.

प्रशिक्षण भार के सिद्धांत पर संक्षेप में लिखें।

5. Explain the rules related to shoot-out in field hockey.

फील्ड हॉकी में शूट-आउट से संबंधित नियमों को समझाइये।

Part - B

भाग - बी

6. Define explosive strength. Explain its importance in hockey game.

विस्फोटक शक्ति को परिभाषित करें। हॉकी खेल में इसका महत्व बताइये।

7. Write down various developments which took place in hockey after independence.

स्वतंत्रता के बाद हॉकी में हुए विभिन्न विकासों को लिखिए।

8. Explain in detail various motor fitness components used in hockey game.

हॉकी खेल में उपयोग किये जाने वाले विभिन्न मोटर फिटनेस घटकों को विस्तार से समझाइये।

9. Write a note on preparation of training plans.

प्रशिक्षण योजना तैयार करने पर एक नोट लिखें।

10. Write short note on any 2 of the following.

(a) Physical fitness

(b) Post match coaching

(c) Harvard step test

निम्नलिखित में से किन्हीं दो पर संक्षिप्त टिप्पणी लिखें।

(क) शारीरिक फिटनेस

(ख) मैच के बाद कोचिंग

(ग) हार्वर्ड स्टेप टेस्ट

[This question paper contains 4 printed pages.]

Your Roll No.....

Sr. No. of Question Paper : 2264

F

Unique Paper Code : 2552051214

Name of the Paper : PE-DSC- 6(4) -112: Gos-Volleyball

Name of the Course : B.Sc. (P,E,H,E & S)

Semester : II-July-2023

Duration : 2 Hours

Maximum Marks : 60

Instructions for Candidates

1. Write your Roll No. on the top immediately on receipt of this question paper.
2. Question paper will be divided into **two parts part A and B.**
3. The questions of **Part - A** shall carry **5** marks each and questions for **Part - B** shall carry **15** marks each.
4. Candidates is required to attempt any **3** questions form **Part - A** and any **3** questions from **Part - B.**
5. Answers may be written either in English or Hindi; but the same medium should be used throughout the paper.

P.T.O.

PART - A

1. Draw the organizational structure of the FIVB. Explain their work briefly? (5)

एफ, आइ, वी, बी, का संगठनात्मक ढांचा बनाओ। संक्षिप्त रूप से व्याख्या करो।

2. Explain Service in Volleyball in details. (5)

वालीबाल में सेवा की विस्तार से व्याख्या करो।

3. Explain Spike in Volleyball in details. (5)

वालीबाल में सपाइक की व्याख्या करो।

4. Define the physical components and Strength in the Volleyball? (5)

वालीबाल में शारीरिक तत्वों तथा शक्ति को परिभाषित करें।

5. Define techniques of coaching-pep talk.

कोचींग पेप टाक को परिभाषित करें। (5)

PART - B

6. Write down the Historical development of Volleyball at international level with reference to their years. (15)

वर्षों के संदर्भ में वालीबाल की अंतराष्ट्रीय स्तर पर ऐतिहासिक विकास को लिखो ।

7. Explain the marking and construction of Volleyball playfields with their safety measures? (15)

सुरक्षा साधनों के साथ वालीबाल खेल मैदान की मार्किंग तथा निर्मिती व्याख्या करो ।

8. List down the latest Rules changes in the Volleyball? (15)

वालीबाल में लेटस्ट नियमों में बदलाव को लिखो ।

9. Define warming up and cooling down? Write down its effects on performance. (15)

कुलिंग डाउन तथा वार्मिंग अप को परिभाषित करें । प्रदर्शन पर इसके प्रभाव लिखो ।

10. Write down the motor components required in the game of volleyball. Explain any three in details? (15)

वलीबालम गेम के मोटर तत्वों को लिखों। किन्ही तीन की व्याख्या करो।

10. Write down the motor components required in the game of volleyball. Explain any three in details? (15)

वलीबालम गेम के मोटर तत्वों को लिखों। किन्ही तीन की व्याख्या करो।

[This question paper contains 4 printed pages.]

Your Roll No.....

Sr. No. of Question Paper : 2265

F

Unique Paper Code : 2552051215

Name of the Paper : DSC-6-(Yoga) (NEP)

Name of the Course : B.Sc. (P.E.H.E & Sports)
Hons. Course

Semester : II-July-2023

Duration : 2 Hours

Maximum Marks : 60

Instructions for Candidates

1. Write your Roll No. on the top immediately on receipt of this question paper.
2. Question Paper divided into two parts, A and B. The questions of **Part-A** shall carry 5 marks each and questions for **Part-B** shall carry 15 marks each.
3. Attempt any 3 questions from **Part-A** & any 3 questions from **Part-B**.

छात्रों के लिए निर्देश

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

P.T.O.



2. प्रश्न पत्र दो भागों में विभाजित हैं, ए और बी। भाग-ए के प्रश्नों में 5 अंकों का प्रश्न होगा और भाग-बी के लिए प्रश्न प्रत्येक 15 अंक लेकर होंगे।
3. पार्ट-ए से किसी भी 3 प्रश्न का भाग -बी से किसी भी 3 प्रश्न का प्रयास करें।

PART - A

1. Explain any 5 importance of yoga in physical education. (5)

शारीरिक शिक्षा में योग के किन्हीं 5 महत्वों को स्पष्ट कीजिए।

2. What are the qualifications and responsibilities of a coach? (5)

एक कोच की योग्यता और जिम्मेदारियां क्या हैं ?

3. Define Asanas and write its benefits. (5)

आसनों को परिभाषित करें और इसके लाभ लिखें।

4. What do you mean by Fasting ? Explain its benefits. (5)

उपचार से क्या तात्पर्य है? इसके लाभों को स्पष्ट कीजिए।

5. Explain Kunjal with its benefits. (5)

कुंजल को इसके फायदों के साथ समझाएं।

PART – B

6. Define Yoga. Describe the limitation and misconception of yoga. (15)

योग को परिभाषित करें। योग की सीमा और गलत धारणा का वर्णन कीजिए।

7. Explain about the duties/responsibilities of technical official in detail. (15)

तकनीकी अधिकारी के कर्तव्यों / जिम्मेदारियों के बारे में विस्तार से बताएं।

8. Explain the procedure, benefits and contradiction of Dhanurasana. (15)

धनुरासन की प्रक्रिया, लाभ और विरोधाभास को स्पष्ट कीजिए।

उपवास से क्या तात्पर्य है? इसके लाभों को स्पष्ट कीजिए।

5. Explain Kunjal with its benefits. (5)

कुंजल को इसके फायदों के साथ समझाएं।

PART – B

6. Define Yoga. Describe the limitation and misconception of yoga. (15)

योग को परिभाषित करें। योग की सीमा और गलत धारणा का वर्णन कीजिए।

7. Explain about the duties/responsibilities of technical official in detail. (15)

तकनीकी अधिकारी के कर्तव्यों / जिम्मेदारियों के बारे में विस्तार से बताएं।

8. Explain the procedure, benefits and contradiction of Dhanurasana. (15)

धनुरासन की प्रक्रिया, लाभ और विरोधाभास को स्पष्ट कीजिए।

9. What do you mean by Diet and Nutrition? Explain the importance of vegetarianism in yogic diet. (15)

आहार और पोषण से क्या तात्पर्य है ? यौगिक आहार में शाकाहार के महत्व को स्पष्ट कीजिए ।

10. Define Shatkarma. Explain about its types and benefits in detail. (15)

षट्कर्न को परिभाषित करें । इसके प्रकार और लाभ के बारे में विस्तार से बताएं ।

9. What do you mean by Diet and Nutrition ? Explain the importance of vegetarianism in yogic diet. (15)

आहार और पोषण से क्या तात्पर्य है ? यौगिक आहार में शाकाहार के महत्व को स्पष्ट कीजिए ।

10. Define Shatkarma. Explain about its types and benefits in detail. (15)

षट्कर्म को परिभाषित करें । इसके प्रकार और लाभ के बारे में विस्तार से बताएं ।

Serial No. of Question Paper	: 7003A
Unique Paper Code	: 42551220
Name of the Paper	: DSC – 6: GYMNASTICS
Name of the Course	: B Sc. (Physical Education, Health education & Sports)
Semester	: II – 2023
Duration	: 3Hrs
Maximum Marks	: 75

Instruction for Candidates

1. The student is required to attempt any Three questions from Part A and four questions from Part B
2. Each question in Part A carry 5 marks and each question in Part B carry 15 marks.

Part A

1. Explain different types of Gymnastics.
2. Write in brief different types of competition in artistic gymnastics
3. Role and duties of a gymnast.
4. Importance of Warm-up.
5. Explain Teaching Stages for forward roll on floor exercise.

Part B

6. Write the teaching stages of straddle vault on table vault.
7. Explain the technical stages of cartwheel on floor exercise.
8. Write teaching steps to be followed for teaching backward roll on floor exercise to a beginner.
9. Write the technical stages of shoulder stand on parallel bars.
10. Write the technique of tuck jump on balance beam.

प्रश्न पत्र क्रमांक	: 7003A
अद्वितीय पेपर कोड	: 42551220
पेपर का नाम	: डीएससी - 6: जिमनास्टिक
कोर्स का नाम	: बी एससी। (शारीरिक शिक्षा, स्वास्थ्य शिक्षा और खेल)
सेमेस्टर	: II - 2023
अवधि	: 3 घंटे
अधिकतम अंक	: 75

उम्मीदवारों के लिए निर्देश

1. छात्र को भाग ए से किन्हीं तीन प्रश्नों और भाग बी से चार प्रश्नों का प्रयास करना आवश्यक है
2. भाग ए में प्रत्येक प्रश्न 5 अंक का है और भाग बी में प्रत्येक प्रश्न 15 अंक का है।

भाग ए

1. विभिन्न प्रकार के जिम्नास्टिक की व्याख्या करें
2. कलात्मक जिम्नास्टिक में विभिन्न प्रकार की प्रतियोगिताओं को संक्षेप में लिखें
3. जिमनास्ट की भूमिका और कर्तव्य।
4. वार्म-अप का महत्व।
5. फ्लोर एक्सरसाइज पर फॉरवर्ड रोल के लिए शिक्षण चरणों की व्याख्या करें।

भाग बी

1. टेबल वॉल्ट पर स्ट्रैडल वॉल्ट के शिक्षण चरणों को लिखें।
2. फ्लोर एक्सरसाइज पर कार्टव्हील के तकनीकी चरणों की व्याख्या करें।
3. शुरुआती को फ्लोर एक्सरसाइज पर पश्चवर्ती रोल सिखाने के लिए पालन किए जाने वाले शिक्षण चरण लिखें।
4. समानांतर सलाखों पर कंधे के स्टैंड के तकनीकी चरणों को लिखें।
5. बैलेंस बीम पर टक जंप की तकनीक लिखिए।

Roll No.....

Serial No. of Question Paper	: 7003
Unique Paper Code	: 42554201
Name of the Course	: BSc (PEHE & S)-Part-I (CBCS)
Semester	: II (May,2023) ER
Name/ Title of Paper	: DSC-4 Health Education
Duration- 3 Hours	
Max Marks-75	

Instruction to students:

1. Write you Roll No. on the top immediately on receipt of the Question Paper.
2. Question Paper consists of two parts, A and B.
3. Attempt any 03 questions from Part-A & any 04 questions from Part-B.
4. The questions of Part-A shall carry 05 marks each and questions of Part-B shall carry 15 marks each.

PART-A

- Q1. Define Health and Health Education.
स्वास्थ्य और स्वास्थ्य शिक्षा को परिभाषित कीजिए।
- Q2. Name any five Non-communicable Diseases.
किन्हीं पाँच असंक्रामक रोगों के नाम लिखिए।
- Q3. What are the harmful effects of Alcohol on health.
शराब के स्वास्थ्य पर क्या हानिकारक प्रभाव होते हैं।
- Q4. Write a brief note on First Aid.
प्राथमिक उपचार पर संक्षिप्त टिप्पणी लिखिए।
- Q5. Briefly explain the importance of Breast Feeding.
ब्रेस्ट फीडिंग के महत्व को संक्षेप में समझाइए।

PART-B

- Q6. Write an essay on Environmental Hygiene.
पर्यावरण स्वच्छता पर एक निबंध लिखिए।
- Q7. Explain the mode of Spread and Prevention of Communicable Diseases.
संचारी रोगों के प्रसार और रोकथाम के तरीके की व्याख्या करें।

P.T.O.

- Q8. Elaborate various methods of controlling conception.
गर्भधान को नियंत्रित करने की विभिन्न विधियों का वर्णन कीजिए।
- Q9. Explain PRICER with reference to First Aid.
प्राथमिक चिकित्सा के संदर्भ में PRICER को समझाइए।
- Q10. Explain the Food Sources and Functions of Proteins and Carbohydrates.
प्रोटीन और कार्बोहाइड्रेट के खाद्य स्रोतों और कार्यों की व्याख्या करें।

B.Sc (P.E.H.E & S) Sem-II- 2023

Exam May/June

Paper – DSC 5 Yoga

UPC= 42554202

S.No of Q. Paper: 7007

MM=75

Time = 3 Hrs

Note – (1) Attempt any three questions from Part "A" and 4 Questions from part" B"

(2) Each question from part A carries 5 Marks and Each question from part B carries 15 marks

Part-A

- Q1. Define yoga.
- Q2. Enlist types of yoga.
- Q3. What is Mantra yoga?
- Q4. Enlist subparts of Yama and Niyamas.
- Q5. Enlist Meditative Asanas.

Part –B

- Q6. Explain scope of Yoga in detail.
- Q7. Explain Hatha Yoga in detail.
- Q8. Explain Laya Yoga in detail.
- Q9. Explain Pratyahara in detail
- Q10. Explain Importance of asanas in reference to Physical Education.

सेट-ए

बीएससी (पीई,एचई एंड एस) सेम- II- 2023

परीक्षा: मई/जून

पेपर - डीएससी 5- योग

यूपीसी = 42554202

समय = 3 घंटे

एमएम = 75

नोट - (1) भाग "ए" से कोई तीन प्रश्न और भाग " बी " से 4 प्रश्न करें।

(2) भाग ए का प्रत्येक प्रश्न 5 अंकों का है और भाग बी का प्रत्येक प्रश्न 15 अंकों का है

भाग- ए

Q1. योग को परिभाषित कीजिए।

प्रश्न 2. योग के प्रकारों को सूचीबद्ध करें।

Q3. मंत्र योग क्या है?

प्रश्न4. यम और नियम के उपभागों को सूचीबद्ध करें।

प्रश्न5. ध्यान आसनों को सूचीबद्ध करें।

भाग-बी

प्रश्न6. योग के क्षेत्र को विस्तार से समझाइए।

प्रश्न7. हठ योग के बारे में विस्तार से बताएं।

प्रश्न 8. लय योग को विस्तार से समझाइए।

प्रश्न 9. प्रत्याहार के बारे में विस्तार से बताएं

प्रश्न10. शारीरिक शिक्षा के संदर्भ में आसनों के महत्व की व्याख्या करें।

Unique Paper Code: 72032801_OC

Name of the Course: Ability Enhancement Compulsory Course- (OC)

Name of the Paper: English A

Semester: II

Maximum marks: 75

Time limit: 3 hrs 30 minutes

The paper consists of **TWO PARTS** with 5 questions in each. Students are required to attempt 3(**THREE**) from each part.

Part A

Answer any **three** of the following:

10 X 3=30

1. What are the merits and demerits of formal channels of communication?
2. Write short notes on the following:
 - a) External communication
 - b) Intrapersonal communication
3. What is the correlation between listening and taking notes? List out the things one should keep in mind for effective note-taking.
4. What factors will you bear in mind while communicating with people of a different cultural background? Is it more likely to have communication gaps with them than with someone from your own background? How will you overcome these gaps?
5. Describe the strengths and weaknesses of oral communication.

Part B

Answer any **three** of the following:

15 X 3=45

6. You have recently gone on a college excursion to Agra. Write a **report** based on your visit.
7. You are the coordinator of an English drama club, and you want to stage a Street Play on Women's Right to Education this Saturday. Write a letter to the Principal seeking permission to use the amphitheatre.

13th May 2022 (E)

8. Write a **speech** on the topic "Energy alternatives- Only solution to environmental damage".
9. You have been given the opportunity to interview a famous sportsperson for your college magazine. Write an **interview** with at least 10 questions.
10. You want to attend an after school party but your mother is denying permission. Write a **dialogue** between the two of you, giving arguments for both sides.

54

[This question paper contains 8 printed pages.]

Your Roll No.....

F

Sr. No. of Question Paper : 2101

Unique Paper Code : 2181001001

Name of the Paper : Environmental Science : Theory into Practice (I)

Name of the Course : Ability Enhancement Course

Semester : II

For students of regular courses

Duration : 1h 45 min (Part A: 1h; Part B: 45 min)

Maximum marks : 50 (Part A: 30; Part B: 20)

For students from SOL

Duration : 2h 30 min (Part A: 1h; Part B: 45 min; Part C: 45 min) – for SOL students only

Maximum marks : 70 (Part A: 30; Part B: 20; Part C: 20)

Instructions for Candidates

1. Write your Roll No. on the top immediately on receipt of this question paper.
2. For regular students, the question paper is divided into two sections, Part A (30 marks) and B (20 marks). Attempt three questions from Part A and any two from Part B.
3. For SOL students, the question paper is divided into three sections, Part A (30 marks), Part B (20 marks), and Part C (20 marks). Attempt three questions from Part A, any two questions from Part B and any two questions Part C.
4. Question number 1 from Part A is compulsory.
5. Answers may be written either in English or Hindi; but the same medium should be used throughout the paper.

छात्रों के लिए निर्देश

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

P.T.O.

2. नियमित छात्रों के लिए, प्रश्न पत्र दो खंडों में विभाजित है, भाग ए (30 अंक) और भाग बी (20 अंक)। भाग ए से तीन प्रश्न तथा भाग बी से कोई दो प्रश्न करें।
3. एसओएल छात्रों के लिए, प्रश्न पत्र तीन खंडों में विभाजित है, भाग ए (30 अंक), भाग बी (20 अंक), और भाग सी (20 अंक)। भाग ए से तीन प्रश्न, भाग बी से कोई दो प्रश्न तथा भाग सी कोई दो प्रश्न करें।
4. भाग ए से प्रश्न संख्या 1 अनिवार्य है।
5. इस प्रश्न-पत्र का उत्तर अंग्रेजी या हिंदी किसी एक भाषा में दीजिए, लेकिन सभी उत्तरों का माध्यम एक ही होना चाहिए।

PART A

(Q.1 is mandatory. Attempt any two questions out of the remaining three questions.)

(प्रश्न संख्या 1 अनिवार्य है। शेष तीन प्रश्नों में से किन्हीं दो के उत्तर दीजिए।)

1. Define and explain the following in not more than 25 words : (5×2=10)
 - (i) Coral reefs
 - (ii) Biomass
 - (iii) Medicinal plants
 - (iv) Great Indian Bustard
 - (v) biosphere

निम्नलिखित को अधिकतम 25 शब्दों में परिभाषित एवं स्पष्ट करें:

- (i) मूंगे की चट्टानें

(ii) जैविक स्रोत

(iii) औषधीय पौधे

(iv) सोन चिरैया

(v) जीवमंडल

2. Discuss how environmental movements contribute to environmental protection. (10)
Give a brief overview of environmental history.

पर्यावरण आंदोलन पर्यावरण संरक्षण में कैसे योगदान देते हैं। चर्चा करें। पर्यावरण के इतिहास का संक्षिप्त विवरण दीजिए।

3. What are the causes and effects of the pollution in rural ecosystem? Suggest measures for control of Pollution in the same. (10)

ग्रामीण पारिस्थितिकी तंत्र में प्रदूषण के कारण और प्रभाव क्या हैं? प्रदूषण नियंत्रण के लिए उपाय सुझाएं।

4. Discuss about the socioeconomic effects of mining operations and how they affect the quality of our air, land, and water resources. (10)

खनन कार्यों के सामाजिक-आर्थिक प्रभावों और वे हमारी वायु, भूमि और जल संसाधनों की गुणवत्ता को कैसे प्रभावित करते हैं, के बारे में चर्चा करें।

PART B

Attempt any two out of three questions.

(तीन में से कोई दो प्रश्न कीजिए।)

5. Solid waste from different areas in one of the Indian states are summarized below ::

S. No.	Sites	Solid Waste generated (TPD)	Collected (TPD)	Treated (TPD)	Landfilled (TPD)
1	A	4281	4013	2561	1371
2	B	10373	10283	6986	2167
3	C	1650	1650	1650	0
4	D	2167	1437	547	376
5	E	22632	22301	15052	1234

Based on the solid waste management data, answer the following :

(10)

- Identify the highest waste generating site.
- Which site is relatively best in collected category and identify the cleanest site.
- Discuss how this is going to impact humans and suggest some measure to control the same.
- Suggest measures alternate methods of solid waste treatment.

भारतीय राज्यों में से एक के विभिन्न क्षेत्रों से ठोस अपशिष्ट का सारांश नीचे दिया गया है :

(टीपीडी = टन प्रति दिन)

क्र. सं.	स्थल	ठोस अपशिष्ट उत्पन्न (टीपीडी)	एकत्रित (टीपीडी)	उपचारित (टीपीडी)	लैंडफिल्ड (टीपीडी)
1	A	4281	4013	2561	1371
2	B	10373	10283	6986	2167
3	C	1650	1650	1650	0
4	D	2167	1437	547	376
5	E	22632	22301	15052	1234

ठोस अपशिष्ट प्रबंधन डेटा को आधार पर, निम्नलिखित का उत्तर दें :

- सर्वाधिक अपशिष्ट उत्पन्न करने वाले स्थल की पहचान करें।
- एकत्रित श्रेणी में कौन सी साइट अपेक्षाकृत सर्वोत्तम है और सबसे स्वच्छ साइट की पहचान करें।
- चर्चा करें कि इसका मनुष्यों पर क्या प्रभाव पड़ने वाला है और इसे नियंत्रित करने के लिए कुछ उपाय सुझाएँ।
- ठोस अपशिष्ट उपचार के वैकल्पिक तरीकों के उपाय सुझाएँ।

6. The table below provides data on different types of ecosystems in India, along with their unique characteristics and associated threats. (10)

Ecosystem Type	Location	Unique Characteristics	Threats
Tundra	Ladakh	Cold, treeless, permafrost, low-growing vegetation	Climate change, infrastructure development
Forest	Western Ghats	Rich biodiversity, dense tree cover, high rainfall	Deforestation, habitat loss, poaching
Grassland	Kaziranga	Vast open grassy plains, presence of herbivores and grazing animals	Conversion to agriculture, overgrazing
Desert	Thar	Arid, low rainfall, sand dunes, adapted flora and fauna	Desertification, water scarcity
Aquatic	Sundarbans	Mangrove forests, brackish water, diverse marine life	Climate change, pollution, habitat loss

Based on the provided dataset, answer the following questions :

- Compare the types of threats faced by the Tundra ecosystem in Ladakh and the Aquatic ecosystem in the Sundarbans.
- Discuss why the Forest ecosystem in the Western Ghats requires immediate conservation attention.
- Analyze the potential impact of climate change on the Tundra ecosystem in Ladakh.

(iv) Propose one mitigation strategy to address the threat of deforestation in the Forest ecosystem in the Western Ghats.

नीचे दी गई तालिका भारत में विभिन्न प्रकार के पारिस्थितिक तंत्रों के साथ-साथ उनकी अनूठी विशेषताओं और संबंधित खतरों पर डेटा प्रदान करती है।

पारिस्थितिकी तंत्र प्रकार	जगह	अद्वितीय विशेषताएँ	धमकी
टुंड्रा	लद्दाख	ठंडा, पेड़ रहित, पर्माफ्रॉस्ट, कम उगने वाली वनस्पति	जलवायु परिवर्तन, दुनियादी ढाँचे का विकास
जंगल	पश्चिमी घाट	समृद्ध जैव विविधता, सघन वृक्ष आवरण, उच्च वर्षा	वनो की कटाई, निवास स्थान की हानि, अवैध शिकार
घास स्थल	काजीरंगा	विशाल खुले घास के मैदान, शाकाहारी और चरने वाले जानवरों की उपस्थिति	कृषि में रूपांतरण, अत्यधिक चराई
रेगिस्तान	थार	शुष्क, कम वर्षा, रेत के टीले, अनुकूलित वनस्पति और जीव	मरुस्थलीकरण, पानी की कमी
जलीय	सुंदरबन	मैंग्रोव वन, खारा पानी, विविध समुद्री जीवन	जलवायु परिवर्तन, प्रदूषण, आवास हानि

उपलब्ध कराए गए डेटासेट के आधार पर, निम्नलिखित प्रश्नों के उत्तर दें:

- लद्दाख में टुंड्रा पारिस्थितिकी तंत्र और सुंदरबन में जलीय पारिस्थितिकी तंत्र के सामने आने वाले खतरों के प्रकारों की तुलना करें।
- चर्चा करें कि पश्चिमी घाट में वन पारिस्थितिकी तंत्र को तत्काल संरक्षण पर ध्यान देने की आवश्यकता क्यों है।
- लद्दाख में टुंड्रा पारिस्थितिकी तंत्र पर जलवायु परिवर्तन के संभावित प्रभाव का विश्लेषण करें।
- पश्चिमी घाट में वन पारिस्थितिकी तंत्र में वनों की कटाई के खतरे से निपटने के लिए एक शमन रणनीति का प्रस्ताव करें।

7. Using the provided numerical data, analyze the implications for each renewable energy source in terms of applications, benefits, and drawbacks. Discuss how these numbers impact the adoption and implementation of solar power, wind power, hydropower, biomass power, geothermal power, tidal power, wave power, and bioenergy in India, considering factors such as capacity growth, cost trends, and environmental contributions. (10)

Energy Source	Installed Capacity (GW)	Annual Growth Rate	Levelized Cost of Energy (LCOE) (INR/kWh)	CO2 Emissions (million tons)
Solar Power	41	> 26%	2.50-2.87	~ 45
Wind Power	> 38	~ 11%	2.43-2.77	~ 55
Hydropower	50	~ 5%	2.00-4.00	~ 25
Biomass Power	10	~ 8%	3.50-4.50	~ 15
Geothermal Power	0.4	N/A	N/A	N/A
Tidal Power	0.1	N/A	N/A	N/A
Wave Power	0.2	N/A	N/A	N/A
Bioenergy	4	~ 7%	4.00-6.00	~ 10

प्रदान किए गए संख्यात्मक डेटा का उपयोग करके, अनुप्रयोगों, लाभों और कमियों के संदर्भ में प्रत्येक नवीकरणीय ऊर्जा स्रोत के निहितार्थ का विश्लेषण करें। चर्चा करें कि क्षमता वृद्धि, लागत रुझान और पर्यावरणीय योगदान जैसे कारकों पर विचार करते हुए ये संख्याएँ भारत में सौर ऊर्जा, पवन ऊर्जा, जल विद्युत, बायोमास ऊर्जा, भू-तापीय ऊर्जा, ज्वारीय ऊर्जा, तरंग ऊर्जा और बायोएनर्जी को अपनाने और कार्यान्वयन को कैसे प्रभावित करती हैं।

ऊर्जा स्रोत	स्थापित क्षमता (जीडब्ल्यू)	वार्षिक विकास दर	ऊर्जा की स्तरीय लागत (LCOE) (INR/kWh)	CO ₂ उत्सर्जन (मिलियन टन)
सौर ऊर्जा	41	> 26%	2.50-2.87	~45
पवन ऊर्जा	>38	~ 11%	2.43-2.77	~55
पनविजली	50	~5%	2.00-4.00	~25
बायोमास पावर	10	~ 8%	3.50-4.50	~15
भूतापीय ऊर्जा	0.4	एन/ए	एन/ए	एन/ए
ज्वारीय शक्ति	0.1	एन/ए	एन/ए	एन/ए
तरंग शक्ति	0.2	एन/ए	एन/ए	एन/ए
जैव शक्ति	4	~ 7%	4.00-6.00	~10

PART C

(For SOL students only: Attempt any two out of three questions.)

(केवल एसओएल छात्रों के लिए : तीन में से कोई दो प्रश्न कीजिए।)

8. With the help of relevant case studies discuss how development projects has affected the ecological balance of the ecosystem? (10)

प्रासंगिक कुछ अध्ययनों की सहायता से चर्चा करें कि विकास परियोजनाओं ने पारिस्थितिकी तंत्र के पारिस्थितिक संतुलन को कैसे प्रभावित किया है?

9. Discuss the problems and challenges of hazardous waste management in India. (10)

भारत में खतरनाक अपशिष्ट प्रबंधन की समस्याओं और चुनौतियों पर चर्चा करें।

10. From an Indian perspective, is sustainable development conceivable in emerging markets? Elaborate. (10)

भारतीय दृष्टिकोण से, क्या उभरते बाजारों में सतत विकास संभव है? विस्तार से बताएं।