

[This question paper contains 3 printed pages.]

Your Roll No.....

Sr. No. of Question Paper : 6732
Unique Paper Code : 42553606
Name of the Paper : SEC-4(ii) - WEIGHT MANAGEMENT
Name of the Course : B.Sc. (Physical Education, Health Education and Sports) (CBCS)
Semester : VI-2023
Duration : 3 Hours
Maximum Marks : 75

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 & B**.
3. The student is required to attempt any **three** questions from **Part-A** and any **four** questions from **Part-B**.
4. **All** questions carry **5** marks in **Part-A** and **all** questions carry **15** marks in **Part-B**.
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।
2. प्रश्नपत्र दो भागों में विभक्त है- भाग 'क' और भाग 'ख'।
3. भाग 'क' से कोई तीन एवम् भाग 'ख' से कोई चार प्रश्न करें।
4. भाग 'क' के प्रत्येक प्रश्न पाँच एवम् भाग 'ख' के प्रत्येक प्रश्न के 15 अंक हैं।
5. इस प्रश्न-पत्र का उत्तर अंग्रेजी या हिंदी किसी एक भाषा में दीजिए, लेकिन सभी उत्तरों का माध्यम एक ही होना चाहिए।

P.T.O.

Part A

1. Define Ideal Body Weight, Overweight and Obesity.
2. What is the importance of measuring Waist to Hip Ratio?
3. Explain the concept of energy balance.
4. What are sources and functions of Proteins?
5. Briefly write about the causes of Under-nutrition.

Part B

1. Define Body Composition. Explain various methods of assessing body composition.
2. What is the relationship of obesity with the prevalence of Hypertension and Diabetes Mellitus (Type II)?
3. Explain the following ways of assessing Body Weight highlighting pros and cons of each method.
a) Visual Inspection b) Height and Weight Charts c) BMI
4. Describe the modifications that are required in the diet for reducing body weight.
5. Describe components of energy expenditure.

भाग ए

1. आदर्श शारीरिक वजन, अधिक वजन और मोटापे को परिभाषित करें।
2. कमर से कूल्हे के अनुपात को मापने का क्या महत्व है?
3. ऊर्जा संतुलन की अवधारणा को समझाइए।
4. प्रोटीन के स्रोत और कार्य क्या हैं?
5. अल्पपोषण के कारणों के बारे में संक्षेप में लिखिए।

भाग बी

6. शारीरिक संरचना को परिभाषित कीजिए। शरीर रचना के आकलन की विभिन्न विधियों की व्याख्या कीजिए।
7. उच्च रक्तचाप और मधुमेह (टाइप II) की व्यापकता के साथ मोटापे का क्या संबंध है?
8. शरीर के वजन का आकलन करने के लिए प्रत्येक विधि के फायदे और नुकसान पर प्रकाश डालते हुए निम्नलिखित तरीकों की व्याख्या करें
ए) दृश्य निरीक्षण बी) ऊंचाई और वजन चार्ट सी) बीएमआई
9. शरीर का भार कम करने के लिए आहार में आवश्यक संशोधनों का वर्णन कीजिए।
10. ऊर्जा व्यय के घटकों का वर्णन कीजिए।

[This question paper contains 3 printed pages.]

Your Roll No.....

Sr. No. of Question Paper	:	6733
Unique Paper Code	:	42553607
Name of the Paper	:	WELLNESS LIFESTYLE
Name of the Course	:	B.Sc. (Physical Education, Health Education and Sports) (CBCS)
Semester	:	VI-2023
Duration	:	3 Hours
Maximum Marks	:	75

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 & B.
3. The student is required to attempt any **three** questions from **Part-A** and any **four** questions from **Part-B**.
4. All questions carry **5** marks in **Part-A** and all questions carry **15** marks in **Part-B**.
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।
2. प्रश्नपत्र दो भागों में विभक्त है- भाग 'क' और भाग 'ख'।
3. भाग 'क' से कोई तीन एवम् भाग 'ख' से कोई चार प्रश्न करें।
4. भाग 'क' के प्रत्येक प्रश्न पाँच एवम् भाग 'ख' के प्रत्येक प्रश्न के 15 अंक हैं।
5. इस प्रश्न-पत्र का उत्तर अंग्रेजी या हिंदी किसी एक भाषा में दीजिए, लेकिन सभी उत्तरों का माध्यम एक ही होना चाहिए।

P.T.O.

[This question paper contains 3 printed pages.]

Your Roll No.....

Sr. No. of Question Paper	:	6733
Unique Paper Code	:	42553607
Name of the Paper	:	WELLNESS LIFESTYLE
Name of the Course	:	B.Sc. (Physical Education, Health Education and Sports) (CBCS)
Semester	:	VI-2023
Duration	:	3 Hours
Maximum Marks	:	75

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 & B**.
3. The student is required to attempt any **three** questions from **Part-A** and any **four** questions from **Part-B**.
4. **All** questions carry **5** marks in **Part-A** and **all** questions carry **15** marks in **Part-B**.
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।
2. प्रश्नपत्र दो भागों में विभक्त है- भाग 'क' और भाग 'ख'।
3. भाग 'क' से कोई तीन एवम् भाग 'ख' से कोई चार प्रश्न करें।
4. भाग 'क' के प्रत्येक प्रश्न पाँच एवम् भाग 'ख' के प्रत्येक प्रश्न के 15 अंक हैं।
5. इस प्रश्न-पत्र का उत्तर अंग्रेजी या हिंदी किसी एक भाषा में दीजिए, लेकिन सभी उत्तरों का माध्यम एक ही होना चाहिए।

P.T.O.

Part A

Q 1. Define physical fitness . Write the difference between health fitness and physical fitness.

शारीरिक फिटनेस को परिभाषित कीजिए। स्वास्थ्य फिटनेस और शारीरिक फिटनेस में अंतर लिखिए।

Q 2. What is wellness? Write in Your own words about wellness.

तंदुरुस्ती क्या है? स्वास्थ्य के बारे में अपने शब्दों में लिखिए।

Q 3. Define Meditation and Stress. Write the causes of stress.

ध्यान और तनाव को परिभाषित कीजिए। तनाव के कारण लिखिए।

Q 4. List down various components of physical fitness. Explain any one.

शारीरिक फिटनेस के विभिन्न घटकों की सूची बनाएं। कोई एक समझाओ।

Q 5. What do you understand by substance abuse?

मादक द्रव्यों के सेवन से आप क्या समझते हैं?

Part B

Q 6. Write in detail various components of wellness.

आरोग्यता के विभिन्न घटकों को विस्तार से लिखिए।

Q 7. Write the various methods of measurement and evaluation of physical fitness.

शारीरिक फिटनेस के मापन और मूल्यांकन की विभिन्न विधियों को लिखें।

Q 8. Write the role of wellness in prevention of substance abuse.

मादक द्रव्यों के सेवन की रोकथाम में तंदुरुस्ती की भूमिका लिखिए।

Q 9. How Counselor will motivate the people toward physical activity.

काउंसलर लोगों को शारीरिक गतिविधि के लिए कैसे प्रेरित करेगा।

Q 10. Role of recreation, meditation in stress and anger management.

तनाव और क्रोध प्रबंधन में मनोरंजन, ध्यान की भूमिका।

[This question paper contains 3 printed pages.]

Your Roll No.....

Sr. No. of Question Paper : 6734
Unique Paper Code : 42553608
Name of the Paper : SEC- 4 (iv) -POSTURE AND ATHLETIC CARE
Name of the Course : B.Sc. (Physical Education, Health Education and Sports) (CBCS)
Semester : VI-2023
Duration : 3 Hours
Maximum Marks : 75

Instructions for Candidates

1. Write your Roll No. on the top immediately on receipt of this question paper.
2. The student is required to attempt any **three** questions from **Part-A** and any **four** questions from **Part-B**.
3. **All** questions carry **5** marks in **Part-A** and **all** questions carry **15** marks in **Part-B**.
4. Answers may be written either in English or Hindi; but the same medium should be used throughout the paper.
5. Question paper consists of **two** part **A & B**.

छात्रों के लिए निर्देश

1. इस प्रश्न-पत्र के मिलते ही ऊपर दिए गए निर्धारित स्थान पर अपना अनुक्रमांक लिखिए।
2. छात्र को पार्ट-ए से किसी भी तीन प्रश्न और पार्ट-बी से किसी भी चार प्रश्न का प्रयास करने की आवश्यकता होती है।
3. सभी प्रश्न पार्ट-ए में 5 अंक ले जाते हैं और सभी प्रश्न पार्ट-बी में 15 अंक ले जाते हैं।
4. इस प्रश्न-पत्र का उत्तर अंग्रेजी या हिंदी किसी एक भाषा में दीजिए, लेकिन सभी उत्तरों का माध्यम एक ही होना चाहिए।
5. इस प्रश्न-पत्र में दो भाग हैं। भाग ए और भाग बी.

P.T.O.

PART-A

Q1. Write the Benefits of Good Posture.

अच्छे मुद्रा के लाभ लिखिए।

Q2. Write a note on the Significance of Sports Medicine and Athletic Care.

स्पोर्ट्स मेडिसिन और एथलेटिक केयर के महत्व पर एक नोट लिखें।

Q3. Write a brief note on P.R.I.C.E.R.

P.R.I.C.E.R पर संक्षिप्त टिप्पणी लिखिए।

Q4. Write a brief note on Therapeutic Ultrasound.

चिकित्सीय अल्ट्रासाउंड पर एक संक्षिप्त टिप्पणी लिखिए।

Q5. Write a short note on 'Runner's Knee'.

'रनर्स नी' पर संक्षिप्त टिप्पणी लिखिए।

PART-B

Q1. Briefly explain the types and causes of any two of the following Postural Deformities-
(7.5 + 7.5 =15)

- a. Kyphosis
- b. Lordosis
- c. Flat Foot.

निम्नलिखित आसनीय विकृतियों में से किन्हीं दो के प्रकारों और कारणों की संक्षेप में व्याख्या कीजिए-

ए. कुब्जता

बी. अग्रकुब्जता

सी. सपाट पैर

Q2. Explain Sprain and Strain as Sports Injuries, in detail.

मोच और तनाव को खेल चोटों के रूप में विस्तार से समझाइए।

Q3. Explain the Management of any two of the following Sports Injuries- (7.5+7.5=15)

- a. Tennis Elbow
- b. Hematoma
- c. Abrasion

निम्नलिखित खेल चोटों में से किन्हीं दो के प्रबंधन की व्याख्या कीजिए-

ए. टेनिस कोहनी

बी. रक्तगुल्म

सी. घर्षण

Q4. Explain the therapeutic value of Yogasanas for Rehabilitation and Strengthening of the muscles.

मांसपेशियों के पुनर्वास और मजबूती के लिए योगासनों के उपचारात्मक महत्व की व्याख्या कीजिए।

Q5. Describe the effects of Bad Posture on the body during Walking and Sitting.

चलने और बैठने के दौरान खराब मुद्रा के शरीर पर पड़ने वाले प्रभावों का वर्णन कीजिए।

[This question paper contains 3 printed pages.]

Your Roll No.....

Sr. No. of Question Paper	:	6735
Unique Paper Code	:	42553609
Name of the Paper	:	OLYMPIC EDUCATION. SEC 4 (V)
Name of the Course	:	B.Sc. (Physical Education, Health Education and Sports) (CBCS)
Semester	:	VI-2023
Duration	:	3 Hours
Maximum Marks	:	75

Instructions for Candidates

1. Write your Roll No. on the top immediately on receipt of this question paper.
2. The student is required to attempt any **three** questions from **Part-A** and any **four** questions from **Part-B**.
3. All questions carry **5** marks in **Part-A** and all questions carry **15** marks in **Part-B**.
4. Answers may be written either in English or Hindi; but the same medium should be used throughout the paper.
5. Question paper consists of two part A & B.

छात्रों के लिए निर्देश

1. इस प्रश्न-पत्र के मिलते ही ऊपर दिए गए निर्धारित स्थान पर अपना अनुक्रमांक लिखिए।
2. छात्र को पार्ट-ए से किसी भी तीन प्रश्न और पार्ट-बी से किसी भी चार प्रश्न का प्रयास करने की आवश्यकता होती है।
3. सभी प्रश्न पार्ट-ए में 5 अंक ले जाते हैं और सभी प्रश्न पार्ट-बी में 15 अंक ले जाते हैं।
4. इस प्रश्न-पत्र का उत्तर अंग्रेजी या हिंदी किसी एक भाषा में दीजिए, लेकिन सभी उत्तरों का माध्यम एक ही होना चाहिए।
5. इस प्रश्न-पत्र में दो भाग हैं। भाग ए और भाग बी.

P.T.O.

PART-A

1. The concept of the Olympic movement? Explain the objective of the Olympic movement
ओलंपिक आंदोलन की अवधारणा? ओलंपिक आंदोलन के उद्देश्य की व्याख्या करें।
2. Describe the role of the National sports federation.
राष्ट्रीय खेल संघ की भूमिका का वर्णन कीजिए।
3. Explain role of the International committee in the Olympic games ?
ओलंपिक खेलों में अन्तर्राष्ट्रीय समिति की भूमिका की व्याख्या कीजिए।
4. Explain the role of Volunteer in Olympic games.
ओलंपिक खेलों में स्वयंसेवकों की भूमिका की व्याख्या कीजिए।
5. Explain the procedure adopted for allotting Olympic Games? Who will decide the Olympic games?
ओलंपिक खेलों के आवंटन के लिए अपनाई जाने वाली प्रक्रिया की व्याख्या करें? ओलंपिक खेलों का फैसला कौन करेगा? व्याख्या कीजिए।
6. How many countries participated in the last Olympic games?
पिछले ओलंपिक खेलों में कितने देशों ने भाग लिया था? व्याख्या कीजिए।

PART-B

7. What do you understand about the Olympic solidarity program ? explain.
ओलंपिक एकजुटता कार्यक्रम के बारे में आप क्या समझते हैं? व्याख्या कीजिए।
8. What do you understand about the Paralympics' games? Who will decide on the Paralympics' games, Explain.
परांपिक खेलों के बारे में आप क्या समझते हैं? परांपिक खेलों का फैसला कौन करेगा? समझाइए।
9. When women participated for the first time in the Olympic games? Explain.
ओलंपिक खेलों में पहली बार महिलाओं ने कब भाग लिया? व्याख्या कीजिए।

10. Explain the role of the International committee in the Olympic games ?
ओलम्पिक खेलों में अन्तर्राष्ट्रीय समिति की भूमिका की व्याख्या कीजिए।
11. Describe the aim and objective of the international Olympic committee.
अन्तर्राष्ट्रीय ओलम्पिक समिति के लक्ष्य एवं उद्देश्यों का वर्णन कीजिए।



[This question paper contains 3 printed pages.]

Your Roll No.....

Sr. No. of Question Paper	:	6736
Unique Paper Code	:	42553610
Name of the Paper	:	SEC – 2: Stress Management
Name of the Course	:	B.Sc. (Physical Education, Health Education and Sports) (CBCS)
Semester	:	VI-2023
Duration	:	3 Hours
Maximum Marks	:	75

Instructions for Candidates

1. Write your Roll No. on the top immediately on receipt of this question paper.
2. The student is required to attempt any **three** questions from **Part-A** and any **four** questions from **Part-B**.
3. **All** questions carry **5** marks in **Part-A** and **all** questions carry **15** marks in **Part-B**.
4. Answers may be written either in English or Hindi; but the same medium should be used throughout the paper.
5. Question paper consists of **two** part A & B.

छात्रों के लिए निर्देश

1. इस प्रश्न-पत्र के मिलते ही ऊपर दिए गए निर्धारित स्थान पर अपना अनुक्रमांक लिखिए ।
2. छात्र को पार्ट-ए से किसी भी तीन प्रश्न और पार्ट-बी से किसी भी चार प्रश्न का प्रयास करने की आवश्यकता होती है ।
3. सभी प्रश्न पार्ट-ए में 5 अंक ले जाते हैं और सभी प्रश्न पार्ट-बी में 15 अंक ले जाते हैं ।
4. इस प्रश्न-पत्र का उत्तर अंग्रेजी या हिंदी किसी एक भाषा में दीजिए, लेकिन सभी उत्तरों का माध्यम एक ही होना चाहिए ।
5. इस प्रश्न-पत्र में दो भाग हैं। भाग ए और भाग बी.

P.T.O.

PART A

Q1. Explain Music therapy.

संगीत चिकित्सा को समझाइए।

Q2. Discuss Causes of anger.

क्रोध के कारणों की चर्चा कीजिए।

Q3. How to prepare Hostility log.

शत्रुता लॉग कैसे तैयार कीजिए।

Q4. Discuss Role of physical activity for stress management.

तनाव प्रबंधन के लिए शारीरिक गतिविधि की भूमिका पर चर्चा करें।

Q5. Explain the Causes of student stress.

छात्र तनाव के कारणों की व्याख्या कीजिए।

PART B

Q1. What do you understand by Stress? Explain different causes of anxiety.

तनाव से आप क्या समझते हैं ? चिंता के विभिन्न कारणों की व्याख्या कीजिए।

Q2. Write an essay on the relationship between stress and disease.

तनाव और बीमारी के बीच संबंध पर एक निबंध लिखिए।

Q3. Briefly explain meditation as a technique for stress.

तनाव की एक तकनीक के रूप में ध्यान की संक्षेप में व्याख्या कीजिए।



Q4. How mental imagery be used as a technique for stress management.

कैसे तनाव प्रबंधन के लिए एक तकनीक के रूप में मानसिक कल्पना का उपयोग किया जाए।

Q5. What is Coping .Explain different coping strategies.

मुकाबला क्या है। अलग-अलग मुकाबला रणनीतियों की व्याख्या करें।

[This question paper contains 3 printed pages.]

Your Roll No.....

Sr. No. of Question Paper	:	6737
Unique Paper Code	:	42553611
Name of the Paper	:	SEC-4 Personality Development
Name of the Course	:	B.Sc. (Physical Education, Health Education and Sports) (CBCS)
Semester	:	VI – 2023
Duration	:	3 Hours
Maximum Marks	:	75

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 & B**.
3. The student is required to attempt any **three** questions from **Part-A** and any **four** questions from **Part-B**.
4. All questions carry 5 marks in **Part-A** and **all** questions carry **15** marks in **Part-B**.
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 ।
2. प्रश्नपत्र दो भागों में विभक्त है- भाग 'क' और भाग 'ख' ।
3. भाग 'क' से कोई तीन एवम् भाग 'ख' से कोई चार प्रश्न करें ।
4. भाग 'क' के प्रत्येक प्रश्न पाँच एवम् भाग 'ख' के प्रत्येक प्रश्न के 15 अंक हैं ।
5. इस प्रश्न-पत्र का उत्तर अंग्रेजी या हिंदी किसी एक भाषा में दीजिए, लेकिन सभी उत्तरों का माध्यम एक ही होना चाहिए ।

P.T.O.

PART-A

1. Explain the role of heredity and environment in personality development.

व्यक्तित्व विकास में आनुवंशिकता एवं पर्यावरण की भूमिका की व्याख्या कीजिए।

2. Define concepts of personality traits.

व्यक्तित्व लक्षणों की अवधारणाओं को परिभाषित करें।

3. Explain wellness and physical fitness personality with their components?

स्वास्थ्य और शारीरिक फिटनेस व्यक्तित्व को उनके घटकों के साथ समझाएं?

4. Define growth and development of personality in detail?

व्यक्तित्व की वृद्धि और विकास को विस्तार से परिभाषित करें?

5. Explain the physical personality in details?

शारीरिक व्यक्तित्व के बारे में विस्तार से बताएं?

PART-B

1. Write a short note on Somatotypes and Mental Personality? Explain Type A, B, and C personality characteristics?

सोमाटोटाइप और मानसिक व्यक्तित्व पर एक संक्षिप्त टिप्पणी लिखें? टाइप ए, बी और सी व्यक्तित्व विशेषताओं के बारे में बताएं?

2. What is the difference between holistic personality and personality?

समग्र व्यक्तित्व और व्यक्तित्व में क्या अंतर है?

3. Write a meaning and definition of spiritual personality? Discuss its role in personality development.

आध्यात्मिक व्यक्तित्व का अर्थ और परिभाषा लिखिए? व्यक्तिगत विकास के लिए इसका योगदान बताएं?

PART-A

1. Explain the role of heredity and environment in personality development.

व्यक्तित्व विकास में आनुवंशिकता एवं पर्यावरण की भूमिका की व्याख्या कीजिए।

2. Define concepts of personality traits.

व्यक्तित्व लक्षणों की अवधारणाओं को परिभाषित करें।

3. Explain wellness and physical fitness personality with their components?

स्वास्थ्य और शारीरिक फिटनेस व्यक्तित्व को उनके घटकों के साथ समझाएं?

4. Define growth and development of personality in detail?

व्यक्तित्व की वृद्धि और विकास को विस्तार से परिभाषित करें?

5. Explain the physical personality in details?

शारीरिक व्यक्तित्व के बारे में विस्तार से बताएं?

PART-B

1. Write a short note on Somatotypes and Mental Personality? Explain Type A, B, and C personality characteristics?

सोमाटोटाइप और मानसिक व्यक्तित्व पर एक संक्षिप्त टिप्पणी लिखें? टाइप ए, बी और सी व्यक्तित्व विशेषताओं के बारे में बताएं?

2. What is the difference between holistic personality and personality?

समग्र व्यक्तित्व और व्यक्तित्व में क्या अंतर है?

3. Write a meaning and definition of spiritual personality? Discuss its role in personality development.

आध्यात्मिक व्यक्तित्व का अर्थ और परिभाषा लिखिए? व्यक्तिगत विकास के लिए इसका योगदान बताएं?

4. Write notes on role of Heredity and Environment in personality development?
व्यक्तित्व विकास में आनुवंशिकता और पर्यावरण की भूमिका पर टिप्पणी लिखिए?
5. Explain the relation of wellness and physical fitness personality components?
स्वास्थ्य और शारीरिक फिटनेस व्यक्तित्व घटकों के संबंध की व्याख्या करें?

[This question paper contains 3 printed pages.]

Your Roll No.....

Sr. No. of Question Paper	:	6738
Unique Paper Code	:	42553612
Name of the Paper	:	SPORTS AND EXERCISE NUTRITION
Name of the Course	:	B.Sc. (Physical Education, Health Education and Sports) (CBCS)
Semester	:	VI-2023
Duration	:	3 Hours
Maximum Marks	:	75

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 & B.
3. The student is required to attempt any **three** questions from **Part-A** and any **four** questions from **Part-B**.
4. All questions carry 5 marks in **Part-A** and all questions carry 15 marks in **Part-B**.
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।
2. इस प्रश्न-पत्र में दो भाग हैं। भाग ए और भाग बी।
3. छात्र को पार्ट-ए से किसी भी तीन प्रश्न और पार्ट-बी से किसी भी चार प्रश्न का प्रयास करने की आवश्यकता होती है।
4. पार्ट-ए के प्रत्येक प्रश्न में 5 अंक होंगे और पार्ट-बी के प्रत्येक प्रश्न में 15 अंक होंगे।
5. इस प्रश्न-पत्र का उत्तर अंग्रेजी या हिंदी किसी एक भाषा में दीजिए, लेकिन सभी उत्तरों का माध्यम एक ही होना चाहिए।

P.T.O.

Part A

1. Define nutrition, nutrients and balanced diet.
2. Briefly write about the energy systems?
3. Give nutritional considerations for post-event meal.
4. Explain the concept of energy balance?
5. Describe female athletic triad.

Part B

1. What are the functions and sources of Macronutrients?
2. Write in detail the strategies for weight management.
3. Give general and specific dietary guidelines for planning meals for endurance athletes.
4. Describe the symptoms and prevention of dehydration. Briefly write about sports drinks.
5. Write an essay on nutritional ergogenic aids.

भाग ए

1. पोषण, पोषक तत्वों और संतुलित आहार को परिभाषित कीजिए।
2. संक्षेप में ऊर्जा प्रणालियों के बारे में लिखें?
3. खेल के बाद के भोजन के लिए पोषण संबंधी विचार दें।
4. ऊर्जा संतुलन की अवधारणा की व्याख्या करें?
5. महिला एथलेटिक ट्रायड का वर्णन करें।

भाग बी

6. मैक्रोन्यूट्रिएंट्स के कार्य और स्रोत क्या हैं?
7. वजन प्रबंधन की रणनीतियों को विस्तार से लिखें।
8. Endurance एथलीटों के लिए भोजन की योजना बनाने के लिए सामान्य और विशिष्ट आहार दिशानिर्देश दें।
9. निर्जलीकरण के लक्षण और बचाव का वर्णन करें। स्पोर्ट्स ड्रिंक्स के बारे में संक्षेप में लिखिए।
10. पोषण-संबंधी एर्गोजेनिक एड्स पर एक निबंध लिखिए।

[This question paper contains 2 printed pages.]

Your Roll No.....

Sr. No. of Question Paper	:	6739
Unique Paper Code	:	42557622
Name of the Paper	:	DSE- 4, (ix) Sports Specific Skill Enhancement- Athletics
Name of the Course	:	B.Sc. (Physical Education, Health Education and Sports) (CBCS)
Semester	:	VI-2023
Duration	:	3 Hours
Maximum Marks	:	75

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 & B.
3. The student is required to attempt any three questions from Part-A and any four questions from Part-B.
4. All questions carry 5 marks in Part-A and all questions carry 15 marks in Part-B.
5. Answers may be written either in English or Hindi; but the same medium should be used throughout the paper.

PART-A

Q. 1. Draw Javelin throw arena	5
Q.2. Explain Sports training methods.	5
Q.3. Marking of short term plan.	5
Q. 4. Draw triple jump arena.	5
Q. 5. Explain motor component for Discus thrower.	5

प्रश्न 1. जेवलिन श्रो मार्किंग	5
प्रश्न 2. खेल प्रशिक्षण विधि।	5
प्रश्न 3. अल्पावधि योजना का योजना।	5
प्रश्न 4. ट्रिपल जंप मार्किंग झा करें।	5
प्रश्न 5. डिस्कस थ्रोअर के लिए मोटर घटक की व्याख्या करें।	5

PART-B

Q. 1. Explain in detail the technical training with example.	15
Q. 2. Define training plan. Explain Macro plan in detail.	15
Q. 3. Define psychological skills. Explain relaxation technique in detail.	15
Q. 4. Explain in details Technique of 100m sprint.	15
Q. 5. Explain in detail the motor fitness testing for an athlete.	15
प्रश्न 1. तकनीकी प्रशिक्षण को उदाहरण सहित विस्तार से समझाइए।	15
प्रश्न 2. प्रशिक्षण योजना को परिभाषित करें। मैक्रो प्लान को विस्तार से समझाइए।	15
प्रश्न 3. मनोवैज्ञानिक कौशल को परिभाषित कीजिए। रिलैक्सेशन तकनीक को विस्तार से समझाइए।	15
प्रश्न 4. 100 मीटर स्प्रिंट की तकनीक के बारे में विस्तार से बताएं।	15
प्रश्न 5. एक एथलीट के लिए मोटर फिटनेस परीक्षण के बारे में विस्तार से बताएं।	15



[This question paper contains 2 printed pages.]

Your Roll No.....

Sr. No. of Question Paper : **6740**
Unique Paper Code : **42557623**
Name of the Paper : **Sports Specific skill Enhancement (Badminton)**
Name of the Course : **B.Sc. (Physical education, Health Education and Sports) (CBCS)**
Semester : **VI-2023**
Duration : **3 Hours**
Maximum Marks : **75**

Instructions for students

1. Write your Roll No. On the top immediately on receipt of this question paper.
2. The student is required to attempt any three questions from Part-A and any four questions from Part-B.
3. All questions carry 5 marks in Part-A and all questions carry 15 marks in Part-B
4. Answer may be written either in English or Hindi; but the same medium should be used throughout the paper.

छात्रोंकेलिएनिर्देश

1. इसप्रश्नपत्रकेमिलतेहीऊपरदिएगएनिर्धारितस्थानपरअपनाअनुक्रमांकलिखिए।
2. भागAसेकोईतीनएवंभागBसेकोईचारप्रश्नकरे।
3. भागAकाप्रत्येकप्रश्नपांचएवंभागBकाप्रत्येकप्रश्न१५अंककाहै।
4. इसप्रश्न-पत्रकाउत्तरअंग्रेजीयाहिंदीकिसीएकभाषामेंदीजिये, लेकिनसभीउत्तेरोकामाध्यमएकहीहोनाचाहिए।

Part-A

Q1. What is tactics?

Q2. Write technique of any badminton service skill?

P.T.O.



Q3. How to score in singles and doubles match?

Q4. What are the fitness components involved in badminton game?

Q5. What is micro cycle?

Q1. रणनीति क्या है?

Q2. किसी बैडमिंटन सेवा कौशल की तकनीक लिखें?

Q3. एकल और युगल मैच में कैसे स्कोर करें?

Q4. बैडमिंटन खेल में शामिल फिटनेस घटक क्या हैं?

Q5. माइक्रो साइकिल क्या है?

Part-B

Q1. How to make a long-term training program for a badminton player?

Q2. Draw a knockout fixture of 15 teams?

Q3. What are the qualities of a good coach?

Q4. How to organize a badminton tournament? Explain with steps.

Q5. Explain any one badminton skill test in detail.

Q1. बैडमिंटन खिलाड़ी के लिए दीर्घकालिक प्रशिक्षण कार्यक्रम कैसे बनाएं?

Q2. 15 टीमों का नॉकआउट मैच ड्राँ?

Q3. एक अच्छे कोच के गुण क्या हैं?

Q4. बैडमिंटन टूर्नामेंट का आयोजन कैसे करें? चरणों से समझाइए।

Q5. किसी एक बैडमिंटन कौशल परीक्षण को विस्तार से समझाइए।

[This question paper contains 3 printed pages.]

Your Roll No.....

Sr. No. of Question Paper : 6741
Unique Paper Code : 42557624
Name of the Paper : Sports Specific skill Enhancement-Basketball
Name of the Course : B.Sc. (Physical education, Health Education and Sports) (CBCS)
Semester : VI-2023
Duration : 3 Hours
Maximum Marks : 75

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 & B.
3. The student is required to attempt any **three** questions from **Part-A** and any **four** questions from **Part-B**.
4. All questions carry 5 marks in Part-A and all questions carry 15 marks in Part-B.
5. Answers may be written either in English or Hindi; but the same medium should be used throughout the paper.

PART-A

Q1. Explain any two Defensive Basketball Drills?

Q1। किन्हीं दो रक्षात्मक बास्केटबॉल अभ्यासों के बारे में बताएं?

Q2. Explain different Offense position of players in Basketball?

Q2। बास्केटबॉल में खिलाड़ियों की विभिन्न ऑफेंस पोजीशन की व्याख्या करें?

P.T.O.

[This question paper contains 3 printed pages.]

Your Roll No.....

Sr. No. of Question Paper : 6741
Unique Paper Code : 42557624
Name of the Paper : Sports Specific skill Enhancement-Basketball
Name of the Course : B.Sc. (Physical education, Health Education and Sports) (CBCS)
Semester : VI-2023
Duration : 3 Hours
Maximum Marks : 75

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 & B.
3. The student is required to attempt any **three** questions from **Part-A** and any **four** questions from **Part-B**.
4. All questions carry 5 marks in Part-A and all questions carry 15 marks in Part-B.
5. Answers may be written either in English or Hindi; but the same medium should be used throughout the paper.

PART-A

Q1. Explain any two Defensive Basketball Drills?

Q1। किन्हीं दो रक्षात्मक बास्केटबॉल अभ्यासों के बारे में बताएं?

Q2. Explain different Offense position of players in Basketball?

Q2। बास्केटबॉल में खिलाड़ियों की विभिन्न ऑफेंस पोजीशन की व्याख्या करें?

P.T.O.

Q3. Explain 1 drills each for :

- A) Rebounding
- B) Lay-up

Q3। प्रत्येक के लिए 1 अभ्यास समझाइए:

ए) रिबाउंडिंग

बी) ले-अप

Q4. List down all the table officials in a Basketball Match and their duties.

Q4. बास्केटबॉल मैच में सभी टेबल अधिकारियों और उनके कर्तव्यों की सूची बनाएं।

Q5. List down the tests and it's components to evaluate – Strength, Endurance and Flexibility.

Q5. परीक्षण और इसके घटकों का मूल्यांकन करने के लिए नीचे सूचीबद्ध करें - शक्ति, सहनशक्ति और लचीलापन।

PART-B

Q6. Make a three month training plan for school Basketball team.

Q6। स्कूल बास्केटबॉल टीम के लिए तीन महीने की प्रशिक्षण योजना बनाएं।

Q7. Explain the purpose and types of Zone defense in Basketball in detail.

प्र7. बास्केटबॉल में ज़ोन रक्षा के उद्देश्य और प्रकारों को विस्तार से समझाइए।

Q8. State the Violations in Basketball.

- a. The ball is in Front court and one offense player standing in Restricted Area for 5 Seconds name the Violation?
- b. The player dribble the ball and hold it and start dribbling again Name the violation?
- c. The player hold the ball for more than 6 seconds Name the violation?
- d. The player takes 6 seconds to throw-in Name the violation?
- e. The team takes 25 seconds to attempt the ball to the Rim Name the violation?
- f. The team takes 10 seconds to cross the backcourt Name the violation?
- g. The player pass to player in backcourt from frontcourt?
- h. The player interrupted the ball when ball coming in downward trajectory from the apex when player shoot the ball Name the violation?
- i. The player is standing and take two steps without dribble Name the violation?
- j. The player takes 6 seconds to take free throw Name the violation?

8। बास्केटबॉल में उल्लंघनों को बताएं।

- a) गेंद फ्रंट कोर्ट में है और 5 सेकंड के लिए प्रतिबंधित क्षेत्र में खड़ा एक ऑफेंस खिलाड़ी उल्लंघन का नाम है?
- b) खिलाड़ी गेंद को ड्रिबल करता है और उसे पकड़कर फिर से ड्रिबल करना शुरू करता है उल्लंघन का नाम बताएं?
- c) खिलाड़ी गेंद को 6 सेकंड से अधिक समय तक रोक कर रखता है तो उल्लंघन का नाम क्या है?
- d) खिलाड़ी को थ्रो इन के लिए 6 सेकंड का समय लगता है, तो उल्लंघन का नाम क्या है?
- e) टीम को गेंद को रिम तक पहुंचाने में 25 सेकंड का समय लगता है जिससे उल्लंघन होता है?
- f) टीम को बैककोर्ट पार करने में 10 सेकंड का समय लगता है तो उल्लंघन का नाम क्या है?
- g) खिलाड़ी फ्रंटकोर्ट से बैककोर्ट में खिलाड़ी को पास करता है, तो उल्लंघन का नाम क्या है?
- h) खिलाड़ी ने गेंद को तब बाधित किया जब गेंद शीर्ष से नीचे की ओर आ रही थी जब खिलाड़ी गेंद को शूट कर रहा था तो उल्लंघन का नाम क्या है?
- i) खिलाड़ी बिना ड्रिब्लिंग के खड़े होकर दो कदम चलना उल्लंघन का नाम है?
- j) फ्री थ्रो लेने के लिए खिलाड़ी को 6 सेकंड का समय लगता है तो उल्लंघन का नाम क्या है?

Q9. Explain in detail the need, importance and method to evaluate a Basketball player's performance.

Q9. बास्केटबॉल खिलाड़ी के प्रदर्शन का मूल्यांकन करने की आवश्यकता, महत्व और विधि के बारे में विस्तार से बताएं।

Q10. Draw a detailed diagram of the Basketball Court Restricted area and Backboard of Basketball with all its specifications.

Q10. बास्केटबॉल कोर्ट प्रतिबंधित क्षेत्र और बास्केटबॉल के बैकबोर्ड की सभी विशिष्टताओं के साथ एक विस्तृत आरेख बनाएं।



[This question paper contains 2 printed pages.]

Your Roll No.....

Sr. No. of Question Paper	:	6742
Unique Paper Code	:	42557625
Name of the Paper	:	DSE-5 Sports Specific skill Enhancement : cricket
Name of the Course	:	B.Sc. (Physical Education, Health Education and Sports) (CBCS)
Semester	:	VI (2023)
Duration	:	3 Hours
Maximum Marks	:	75

Instructions for Candidates

1. Write your Roll No. on the top immediately on receipt of this question paper.
इस प्रश्न पत्र की प्राप्ति के तुरंत बाद शीर्ष पर अपना रोल नंबर लिखें।
2. The student is required to attempt any **three** questions from **Part-A** and any **four** questions from **Part-B**.
छात्र को भाग-ए से किसी भी तीन प्रश्नों और पार्ट-बी से किसी भी चार प्रश्नों का प्रयास करने की आवश्यकता है।
3. All questions carry **5** marks in **Part-A** and all questions carry **15** marks in **Part-B**.
सभी प्रश्नों में भाग-ए में 5 अंक हैं और सभी प्रश्नों में भाग-बी में 15 अंक हैं।
4. Answers may be written either in English or Hindi; but the same medium should be used throughout the paper.
उत्तर अंग्रेजी या हिंदी में लिखा जा सकता है; लेकिन एक ही माध्यम पूरे पेपर में इस्तेमाल किया जाना चाहिए।

P.T.O.

**PART – A**

- Q.1. Write down the Ways of getting batsmen out.
बल्लेबाजों को आउट करने के तरीके लिखिए।
- Q2. Write down physical fitness and its importance.
शारीरिक फिटनेस और उसके महत्व को लिखिए।
- Q.3. Explain Leg Spin Bowling in Cricket.
क्रिकेट में लेग स्पिन बॉलिंग की व्याख्या करें।
- Q.4. Write down in detail Cooling down and its importance in Cricket.
कूलिंग डाउन और क्रिकेट में इसके महत्व लिखें।
- Q.5. Explain types of fielding in Cricket.
क्रिकेट में फील्डिंग के प्रकारों को समझाइए।

PART – B

- Q.1. Write down tactics and its importance in Cricket.
क्रिकेट में रणनीति और उसके महत्व को लिखिए।
- Q.2. Define forward defence? Explain in detail.
फॉरवर्ड डिफेन्स परिभाषित करें। विस्तार से समझाओ।
- Q.3. What is Warm Up? Explain in detail its importance in Cricket.
वार्म अप क्या है। विस्तार से क्रिकेट में इसके महत्व की व्याख्या करें।
- Q.4. Draw a fixture of 9 Teams on Knock Out basis.
नॉक आउट के आधार पर 9 टीमों का फिक्सचर बनाएं।
- Q.5. What is Psychology? Explain its importance in Cricket.
मनोविज्ञान क्या है? क्रिकेट में इसके महत्व को स्पष्ट कीजिए।



[This question paper contains 2 printed pages.]

Your Roll No.....

Sr. No. of Question Paper	:	6743
Unique Paper Code	:	42557626
Name of the Paper	:	DSE-5 Sports Specific Skill Enhancement : Football
Name of the Course	:	B.Sc. (PE, HE & S) (CBCS)
Semester	:	VI (2023)
Duration	:	3 Hours
Maximum Marks	:	75

Instructions for Candidates

1. Write your Roll No. on the top immediately on receipt of this question paper.
2. Attempt **Seven** question in all.
3. The Student is required to attempt any **three** questions from **Part-A** and any **four** questions from **Part-B**
4. All question carry **5** Marks in **Part-A** and all question carry **15** marks in **Part B**
5. Answers may be written either in english or hindi : but the same medium should be used throughout the paper.

PART-A

1. What do you understand by skill ? Explain any two football skills.
कौशल से आप क्या समझते हैं ? फुटबॉल के किन्हीं दो कौशलों को समझाइए।
2. What is the criteria of the selection of the football players?
फुटबॉल खिलाड़ियों के चयन का मानदंड क्या है।

P.T.O.

3. Prepare one week short term training program for football players.

फुटबॉल खेलों के लिए अल्पावधि प्रशिक्षण कार्यक्रम तैयार करें।

4. Explain the offside signal in the football games?

फुटबॉल के खेल में ऑफसाइड सिग्नल की व्याख्या करें?

5. Draw a knock out fixture for 19 teams.

नॉक-आउट 19 फुटबॉल टीमों के लिए स्थिरता का आरेखण?

PART-B

6. Explain the physical fitness component.

शारीरिक फिटनेस घटक की व्याख्या कीजिए।

7. Explain the tactical aspects of the football games .

फुटबॉल के खेल में सामरिक पहलुओं की व्याख्या करें।

8. What steps would you follow to organize football tournament of 19 teams?

Explain.

17 टीमों के फुटबॉल टूर्नामेंट का आयोजन कैसे करें? व्याख्या करना।

9. What step would you take to analyze the football match?

बताएं कि फुटबॉल मैच का विश्लेषण कैसे किया जाता है, आपने कौन सा कदम उठाया है?

न्यायोचित ठहराना।

10. Explain any seven situations during a football game where the referee can show the red card .

फुटबॉल के खेल के दौरान किन्हीं सात स्थितियों की व्याख्या करें जहाँ रेफरी लाल कार्ड दिखाता है।

[This question paper contains 3 printed pages.]

Your Roll No.....

Sr. No. of Question Paper : 6744
Unique Paper Code : 42557627
Name of the Paper : DSC - 5: GYMNASTICS
Name of the Course : **B.Sc. (Physical Education, Health Education and Sports) (CBCS)**
Semester : VI-2023
Duration : 3 Hours
Maximum Marks : 75

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 & B.
3. The student is required to attempt any **three** questions from **Part-A** and any **four** questions from **Part-B**.
4. **All** questions carry 5 marks in **Part-A** and **all** questions carry 15 marks in **Part-B**.
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।
2. प्रश्न पत्र में दो भाग ए और बी हैं।
3. छात्र को पार्ट-ए से किन्हीं तीन प्रश्नों और पार्ट-बी से किन्हीं चार प्रश्नों का प्रयास करना आवश्यक है।
4. पार्ट-ए में सभी प्रश्न 5 अंकों के हैं और पार्ट-बी के सभी प्रश्न 15 अंकों के हैं।
5. उत्तर या तो अंग्रेजी या हिंदी में लिखे जा सकते हैं; लेकिन पूरे पेपर में एक ही माध्यम का उपयोग किया जाना चाहिए।

P.T.O.

[This question paper contains 3 printed pages.]

Your Roll No.....

Sr. No. of Question Paper : 6744
Unique Paper Code : 42557627
Name of the Paper : DSC - 5: GYMNASTICS
Name of the Course : B.Sc. (Physical Education, Health Education and Sports) (CBCS)
Semester : VI-2023
Duration : 3 Hours
Maximum Marks : 75

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 & B.
3. The student is required to attempt any **three** questions from **Part-A** and any **four** questions from **Part-B**.
4. All questions carry 5 marks in **Part-A** and all questions carry 15 marks in **Part-B**.
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।
2. प्रश्न पत्र में दो भाग ए और बी हैं।
3. छात्र को पार्ट-ए से किन्हीं तीन प्रश्नों और पार्ट-बी से किन्हीं चार प्रश्नों का प्रयास करना आवश्यक है।
4. पार्ट-ए में सभी प्रश्न 5 अंकों के हैं और पार्ट-बी के सभी प्रश्न 15 अंकों के हैं।
5. उत्तर या तो अंग्रेजी या हिंदी में लिखे जा सकते हैं; लेकिन पूरे पेपर में एक ही माध्यम का उपयोग किया जाना चाहिए।

P.T.O.

6744

Part A

- Q1 Explain different types of Gymnastics
- Q2 Write about the types of competition in artistic gymnastics
- Q3 Role and duties of a gymnast.
- Q4 Importance of Warm-up.
- Q5 Division of 20 points for evaluating artistic gymnastics.

Part B

- Q1. Write the teaching stages of straddle vault on table vault.
- Q2. Explain the technical stages of cartwheel on floor exercise.
- Q3. Write teaching steps to be followed for teaching forward roll on floor exercise to a beginner.
- Q4. Write the technical stages of shoulder stand on parallel bars.
- Q5. Write the technique of straddle jump and tuck jump on balance beam.

भाग ए

- Q1 विभिन्न प्रकार के जिम्नास्टिक की व्याख्या करें
- Q2 कलात्मक जिम्नास्टिक में विभिन्न प्रकार की प्रतियोगिताओं को संक्षेप में लिखें
- Q3 जिम्नास्ट की भूमिका और कर्तव्य।
- Q4 वार्म-अप का महत्व।
- Q5 कलात्मक जिम्नास्टिक के मूल्यांकन के लिए 20 अंकों का डिवीजन।

भाग बी

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

[This question paper contains 3 printed pages.]

Your Roll No.....

Sr. No. of Question Paper	:	6745
Unique Paper Code	:	42557628
Name of the Paper	:	DSE-5 Sports Specific Skill Enhancement - Handball
Name of the Course	:	B.Sc. (PE, HE & S) (CBCS)
Semester	:	VI (2023)
Duration	:	3 Hours
Maximum Marks	:	75

Instructions for Candidates

1. Write your Roll No. on the top immediately on receipt of this question paper.
2. Attempt **Seven** question in all.
3. The Student is required to attempt any **three** questions from **Part-A** and any **four** questions from **Part-B**
4. All question carry **5** Marks in **Part-A** and all question carry **15** marks in **Part B**
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।
2. कुल सात प्रश्नों के उत्तर दीजिए।
3. छात्र को **पार्ट-ए** से किन्हीं तीन प्रश्नों और **पार्ट-बी** से किन्हीं चार प्रश्नों का प्रयास करना आवश्यक है।
4. **पार्ट-ए** में सभी प्रश्न 5 अंकों के हैं और **पार्ट-बी** के सभी प्रश्न 15 अंकों के हैं।
5. उत्तर या तो अंग्रेजी या हिंदी में लिखे जा सकते हैं: लेकिन पूरे पेपर में एक ही माध्यम का उपयोग किया जाना चाहिए।

P.T.O.

Part A

1. Differentiate between the terms- Tactics and Strategy.
2. Discuss factors affecting selection of a handball team.
3. Draw a well labeled Handball court.
4. How do you find out number of byes in a knockout tournament? Explain with suitable example
5. What is "Double Dribble" in Handball?

Part B

1. What are the different types of training cycles? Explain with suitable examples.
2. Make the score sheet for a Handball match using a suitable example.
3. Explain the procedure for organizing an Inter college level Handball tournament in detail.
4. Write different perfection drills for passing in Handball Game.
5. Explain the following terms :

(5 x 3= 15)

- i. Referees Throw
- ii. Throw Off
- iii. Goal Keeper Throw

भाग ए

1. Tactics और रणनीति के बीच अंतर करें।
2. हैंडबॉल टीम के चयन को प्रभावित करने वाले कारकों की चर्चा कीजिए।
3. एक अच्छी तरह से लेबल किया हुआ हैंडबॉल कोर्ट बनाएं।
4. आप नॉकआउट टूर्नामेंट में बाई की संख्या कैसे पता करते हैं? उपयुक्त उदाहरण देकर समझाइए
5. हैंडबॉल में "डबल ड्रिबल" क्या है?

भाग बी

6. विभिन्न प्रकार के प्रशिक्षण चक्र क्या हैं? उपयुक्त उदाहरणों के साथ समझाइए।
7. एक उपयुक्त उदाहरण का प्रयोग करते हुए हैंडबॉल मैच के लिए स्कोर शीट बनाएं।
8. इंटर कॉलेज स्तरीय हैंडबॉल टूर्नामेंट के आयोजन की प्रक्रिया को विस्तार से समझाइए।
9. हैंडबॉल गेम में पास होने के लिए अलग-अलग परफेक्शन ड्रिल लिखें।
10. निम्नलिखित पदों की व्याख्या कीजिए :
 - ii। रेफरी थ्रो
 - iii। दूर फेंकना
 - iiii। गोल कीपर थ्रो

[This question paper contains 3 printed pages.]

Your Roll No.....

Sr. No. of Question Paper	:	6746
Unique Paper Code	:	42557629
Name of the Paper	:	DSE-5 Sports Specific Skill Enhancement - HOCKEY
Name of the Course	:	B.Sc. (PE, HE & S) (CBCS)
Semester	:	VI (2023)
Duration	:	3 Hours
Maximum Marks	:	75

Instructions for Candidates

1. Write your Roll No. on the top immediately on receipt of this question paper.
2. Question paper Consistes of two parts A & B.
3. The Student is required to attempt any **three** questions from **Part-A** and any **four** questions from **Part-B**
4. All question carry 5 Marks in **Part-A** and all question carry 15 marks in **Part B**
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।
2. प्रश्न पत्र में दो भाग ए और बी हैं।
3. छात्र को पार्ट-ए से किन्हीं तीन प्रश्नों और पार्ट-बी से किन्हीं चार प्रश्नों का प्रयास करना आवश्यक है।
4. पार्ट-ए में सभी प्रश्न 5 अंकों के हैं और पार्ट-बी के सभी प्रश्न 15 अंकों के हैं।
5. उत्तर या तो अंग्रेजी या हिंदी में लिखे जा सकते हैं: लेकिन पूरे पेपर में एक ही माध्यम का उपयोग किया जाना चाहिए।

P.T.O.

Part A

- Q1. Draw a fixture for a hockey tournament of 14 teams on knock out basis.
- Q2. Discuss factors affecting selection of a hockey team.
- Q3. Differentiate between technical & tactical training in field hockey.
- Q4. Prepare a Specific training program for defenders in field Hockey.
- Q5. Explain any test to evaluate "speed" among field hockey players.

Part B

- Q6. Explain Various Psychological Skills training methods for relaxation and arousal.
- Q7. Write down the analysis of a field hockey match.
- Q8. Explain the procedure for organizing a hockey tournament in detail.
- Q9. Explain any two Field hockey Skill Tests.
- Q10. Suggest any two drills each for improving the skill of hitting & dribbling in field hockey.

भाग ए

- प्रश्न 1. नॉक आउट आधार पर 14 टीमों के एक हॉकी टूर्नामेंट के लिए एक फिक्सचर बनाइए।
- प्रश्न 2. हॉकी टीम के चयन को प्रभावित करने वाले कारकों की चर्चा कीजिए।
- प्रश्न 3. फील्ड हॉकी में तकनीकी और सामरिक प्रशिक्षण के बीच अंतर करें।
- प्रश्न 4. फील्ड हॉकी में रक्षकों के लिए एक विशिष्ट प्रशिक्षण कार्यक्रम तैयार करें।
- प्रश्न 5. फील्ड हॉकी खिलाड़ियों के बीच "गति" का मूल्यांकन करने के लिए किसी परीक्षण की व्याख्या करें।

भाग बी

- प्रश्न 6. विश्राम और उत्तेजना के लिए विभिन्न मनोवैज्ञानिक कौशल प्रशिक्षण विधियों की व्याख्या करें।
- प्रश्न 7. मैदानी हॉकी मैच का विश्लेषण लिखिए।
- प्रश्न 8. हॉकी प्रतियोगिता आयोजित करने की प्रक्रिया को विस्तार से समझाइए।
- प्रश्न 9. किन्हीं दो फील्ड हॉकी कौशल परीक्षणों की व्याख्या करें।
- प्रश्न 10. फील्ड हॉकी में हिटिंग और ड्रिब्लिंग के कौशल में सुधार के लिए कोई दो अभ्यास सुझाएं।

[This question paper contains 2 printed pages.]

Your Roll No.....

Sr. No. of Question Paper	:	6747
Unique Paper Code	:	42557630
Name of the Paper	:	DSE-5 Sports Specific Skill Enhancement-Judo
Name of the Course	:	B.Sc. (Physical Education, Health Education and Sports) (CBCS), 2023
Semester	:	VI (2023)
Duration	:	3 Hours
Maximum Marks	:	75

Instructions for Candidates

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

उम्मीदवारों के लिए निर्देश

1. इस प्रश्न पत्र की प्राप्ति के तुरंत बाद अपना रोल नंबर शीर्ष पर लिखें।
2. भाग-क से किन्हीं तीन प्रश्नों के उत्तर दीजिए (प्रत्येक प्रश्न में 5 अंक हैं।)
3. भाग-ख से किन्हीं चार प्रश्नों के उत्तर दीजिए (प्रत्येक प्रश्न 15 अंक का है।)
4. उत्तर अंग्रेजी या हिंदी में लिखे जा सकते हैं; लेकिन पूरे पेपर में एक ही माध्यम का इस्तेमाल किया जाना चाहिए।

PART-A

1. What are different technical skills in judo?
जूडो में विभिन्न तकनीकी कौशल क्या हैं?
2. Prepare a short term training plan for a beginner judoka.
शुरुआती जुडोका के लिए एक अल्पावधि प्रशिक्षण योजना तैयार करें।

P.T.O.

3. What are the qualities of judo official?
जूडो अधिकारी के गुण क्या हैं?
4. How to analyze tactical skills of a judoka?
जूडोका के सामरिक कौशल का विश्लेषण कैसे करें?
5. Write a note on team scouting.
टीम स्काउटिंग पर एक टिप्पणी लिखिए।

PART-B

1. Which are the different motor fitness skills required for the perfection of judo techniques?
जूडो तकनीकों की पूर्णता के लिए आवश्यक विभिन्न मोटर फिटनेस कौशल कौन से हैं?
2. How to select judokas and which are the specific training as per the position/weight of the judoka?
जूडोका का चयन कैसे करें और जूडोका की स्थिति/वजन के अनुसार कौन से विशिष्ट प्रशिक्षण हैं?
3. Explain **any two** of the following components of officiating in judo competition:
 - a. Officiating Signals
 - b. Interpretation of rules (Any three)
 - c. Knowledge of scoring

(7.5 + 7.5=15)

जूडो प्रतियोगिता में कार्य करने के निम्नलिखित घटकों में से किन्हीं दो की व्याख्या करें:

 - a. कार्यवाहक संकेत
 - b. नियमों की व्याख्या (कोई तीन)
 - c. स्कोरिंग का ज्ञान
4. Draw a knockout fixture of seventeen judokas in -52kg female weight category.
-52 किग्रा महिला भार वर्ग में सत्रह जूडोका का नॉकआउट फिक्सचर बनाएं।
5. What do you understand by fitness and sports skill testing in judo? Explain any one skill specific test in judo.
जूडो में फिटनेस और खेल कौशल परीक्षण से आप क्या समझते हैं? जूडो में किसी एक कौशल विशिष्ट परीक्षण की व्याख्या कीजिए।

[This question paper contains 3 printed pages.]

Your Roll No.....

Sr. No. of Question Paper : 6748
Unique Paper Code : 42557631
Name of the Paper : DSC-5, SSSE (Kabaddi)
Name of the Course : B.Sc. (CBCS)
Semester : VI-2023
Duration : 3 Hours
Maximum Marks : 75

Instructions for Candidates

1. Write your Roll No on the top immediately on receipt of this question paper.
2. Attempt any three questions from Part-A and four questions from Part-B.
3. Part-A carry 5 marks each and question of Part-B carry 15 marks each.
4. Answer may be written in either English or Hindi; but the same medium should be used throughout the paper.

Part-A

1. What do you mean by tactics and strategies in Kabaddi?

कबड्डी में युक्ति और रणनीति से आपका क्या मतलब है?

2. What are the criteria for selecting a team of Kabaddi?

एक कबड्डी टीम के चुनाव के लिए क्या-क्या मापदंड अपनाये जाते हैं?

3. What is video analysis? How it is beneficial for Kabaddi?

वीडियो विश्लेषण क्या है? कबड्डी के लिए यह कैसे फायदेमंद है?

4. Write down rules of golden raid and tie break in a Kabaddi match.

कबड्डी खेल में प्रयुक्त नियम टाइ-ब्रेक और गोल्डेन रैड के बारे में लिखें !

5. Evaluate the performance of Pardeep Narwal during raid on the basis of Pro- Kabaddi matches.

प्रो-कबड्डी के आधार पर प्रदीप नरवाल की रैड का मूल्यांकन कीजिये !

Part-B

6. What do you mean by training plan? Explain long term training plan.

प्रशिक्षण योजना से आप क्या समझते हैं? दीर्घकालीन प्रशिक्षण योजना की व्याख्या कीजिए।

7. Enlist different types of advance offensive skills? Explain any two in detail.

विभिन्न प्रकार के अग्रिम आक्रामक कौशलों को सूचीबद्ध करें? किन्हीं दो को विस्तार से समझाइए।

8. What types of steps will you keep in mind while organising of a Kabaddi tournament.

कबड्डी टूर्नामेंट का आयोजन करते समय आप किस प्रकार के कदमों को ध्यान में रखेंगे।

9. Enlist new trends in Kabaddi. Explain these in detail

कबड्डी में नए रुझानों को सूचीबद्ध करें। इन्हें विस्तार से समझाइए

10. Enlist different types of defensive tactics? Explain any two with suitable examples in Kabaddi.

विभिन्न प्रकार की रक्षात्मक रणनीतियों को सूचीबद्ध करें? कबड्डी में किन्हीं दो को उपयुक्त उदाहरण सहित समझाइए।

[This question paper contains 2 printed pages.]

Your Roll No.....

Sr. No. of Question Paper	:	6749
Unique Paper Code	:	42557632
Name of the Paper	:	DSE-5 Sports Specific Skill Enhancement (Kho-Kho)
Name of the Course	:	B.Sc. (Physical Education, Health Education and Sports) (CBCS) 2023
Semester	:	VI-2023
Duration	:	3 Hours
Maximum Marks	:	75

Instructions for Candidates

1. Attempt any three questions from part-A, and each question from part A carries 5 marks.
भाग-क से किन्हीं तीन प्रश्नों के उत्तर दीजिए, और भाग-क से प्रत्येक प्रश्न के लिए 5 अंक हैं।
2. Attempt any four questions from part-B, each question from part B carries 15 marks.
भाग-ख से किन्हीं चार प्रश्नों के उत्तर दीजिए, भाग-ख से प्रत्येक प्रश्न के लिए 15 अंक हैं।

PART-A

1. Explain the role of speed with reference to kho-kho.
खो-खो के संदर्भ में गति की भूमिका को समझाइए।
2. What do you mean by the term technique and tactics?
शब्द तकनीक और टैक्टिक्स से आपका क्या तात्पर्य है?
3. Explain the importance of agility with reference to kho-kho.
खो-खो के संदर्भ में चपलता के महत्व को समझाइए।
4. Write about the duties of any one official in kho-kho.
खो-खो में किसी एक अधिकारी के कर्तव्यों के बारे में लिखिए

).

5. Write about short-term training plans for the organization of a competition in Kho-Kho game.
खो-खो खेल में एक प्रतियोगिता के संगठन के लिए थोड़े समय के प्रशिक्षण योजनाओं के बारे में लिखें।

PART-B

1. Write about long term training plans for the organization of a competition in Kho-Kho game.
खो-खो खेल में एक प्रतियोगिता के संगठन के लिए दीर्घकालिक प्रशिक्षण योजनाओं के बारे में लिखें।
2. Write the procedure of preparing the Kho-Kho ground in detail.
खो-खो मैदान को तैयार करने की प्रक्रिया को विस्तार से लिखें।
3. Describe the techniques of running. Explain any two drills to perfect running techniques with suitable diagram.
दौड़ने की तकनीकों का वर्णन कीजिए। चलने की तकनीकों को सही करने के लिए किन्हीं दो अभ्यासों को उपयुक्त आरेख के साथ समझाइए।
4. Explain the methods of scoring in Kho-Kho game.
खो-खो खेल में स्कोरिंग के तरीके बताएं।
5. Make a neat diagram of kho-kho court with all measurements and requirements.
सभी मापों और आवश्यकताओं के साथ खो-खो कोर्ट का एक साफ-सुथरा चित्र बनाएं।

[This question paper contains 3 printed pages.]

Your Roll No.....

Sr. No. of Question Paper	:	6750
Unique Paper Code	:	42557633
Name of the Paper	:	Sports Specific skill Enhancement (DSE-5) Volleyball
Name of the Course	:	B.Sc. (Physical education, Health Education and Sports) (CBCS)
Semester	:	VI (2023)
Duration	:	3 Hours
Maximum Marks	:	75

Instructions for Candidates

1. Write your Roll No. on the top immediately on receipt of this questions paper.
2. Attempt seven questions in all.
3. The student is required to attempt any three questions from Part-A and any four questions from Part-B.
4. All questions carry 5 marks in Part-A and all questions carry 15 marks in Part-B.
5. Answers may be written either in English or Hindi; but the same medium should be used throughout the paper.

उम्मीदवारों के लिए निर्देश

- 1 प्रश्न पत्र की प्राप्ति पर तुरन्त उपर की और अपना रोल न लिखें।
- 2 कोइ सात प्रश्न करें।
- 3 विद्यार्थीयों को भाग ए में कोइ तीन प्रश्न करने हैं तथा भाग बी से कोइ चार प्रश्न करने हैं।
- 4 भाग ए में सभी प्रश्नों के अकं पाचं हैं तथा भाग बी में सभी प्रश्नों के अकं पंद्रह हैं।
- 5 उत्तर हिन्दी तथा अग्रेजी में किसी में भी लिख सकते हैं लेकिन सम्पूर्ण प्रश्न पत्र में एक ही माध्यम का उपयोग करेंगे।

P.T.O.

6750

Part-A (भाग 'क')

(5)

Q.1 Write the advanced tactics of Volleyball game.
वालीबाल की अग्रवर्ती टैक्टिक्स पर लिखिए।

(5)

Q.2 Explain Advanced skills of volleyball.
वालीबाल की अग्रवर्ती कौशल का विवरण किजिए।

(5)

Q.3 Mention the different positions of volleyball court.
वालीबाल कोर्ट की विभिन्न पोजीशनस की चर्चा कीजिए।

(5)

Q.4 Describe the procedure of match analysis in game of volleyball.
वालीबाल में मैच विश्लेषण की प्रक्रिया का विवरण दिजिए।

(5)

Q.5 Write service fouls of volleyball game.
वालीबाल खेल में सर्विस नियम के उलघनं पर लिखिए।

Part-B (भाग 'ख')

Q.1 Write the spiking as advanced skills with its different drills of volleyball game. (15)

वालीबाल में सपाइकिंग की अग्रवर्ती कौशल की विभिन्न ड्रील्स को लिखिए।

Q.2 Explain the combined blocking as tactical application in game of volleyball. (15)

वालीबाल खेल में संयुक्त ब्लोकिंग की टैक्टिकल अप्लीकेशन की व्याख्या किजिए।

Q.3 Mention the prerequisites of volleyball players in selection of volleyball team. (15)

वालीबाल टिम के चयन के लिए खिलाड़ी की प्रयाप्तता को चर्चित किजिए।

Q.4 Illustrate and describe all signals of referee used in a volleyball match. (15)

वालीबाल मैच में प्रयोग होने वाले संकेतों को दर्शाइये तथा विवरण दिजिए।

Q.5 Briefly explain any two of following:

सक्षिप्त रुप से किन्ही दो पर लिखीए।

A) Scoring Sheet

स्कोरींग सीट

B) Progressive Relaxation Skill

परोग्रसीव आराम कौशलं

C) Short term Training

अल्प अवधि प्रशिक्षण

[This question paper contains 3 printed pages.]

Your Roll No.....

Sr. No. of Question Paper	:	6751
Unique Paper Code	:	42557612
Name of the Paper	:	Sports Proficiency -2- Badminton
Name of the Course	:	B.Sc. (Physical Education, Health Education and Sports) (CBCS)
Semester	:	VI-2023
Duration	:	3 Hours
Maximum Marks	:	75

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 & B**
3. The student is required to attempt any **three** questions from **Part-A** and any **four** questions from **Part-B**.
4. **All** questions carry **5** marks in **Part-A** and **all** questions carry **15** marks in **Part-B**.
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।
2. इस प्रश्न पत्र में दो भाग हैं ए और बी।
3. छात्र को पार्ट-ए से किन्हीं तीन प्रश्नों और पार्ट-बी से किन्हीं चार प्रश्नों का प्रयास करना आवश्यक है।
4. पार्ट-ए में सभी प्रश्न 5 अंकों के हैं और पार्ट-बी के सभी प्रश्न 15 अंकों के हैं।
5. इस प्रश्न-पत्र का उत्तर अंग्रेजी या हिंदी किसी एक भाषा में दीजिए, लेकिन सभी उत्तरों का माध्यम एक ही होना चाहिए।

P.T.O.

Part-A

- Q1. what are safety measures to take while playing Badminton game?
- Q2. How to draw a scoresheet for a badminton match?
- Q3. Write any five fundamental skills of Badminton.
- Q4. What are the five motor components of physical fitness?
- Q5. What are the different surfaces of badminton courts?

भाग- ए

- Q1. बैडमिंटन खेल खेलते समय सुरक्षा उपाय क्या हैं?
- Q2. बैडमिंटन मैच के लिए स्कोरशीट कैसे बनाएं?
- Q3. बैडमिंटन के किन्हीं पांच मूलभूत कौशलों को लिखिए।
- Q4. शारीरिक फिटनेस के पांच मोटर घटक क्या हैं?
- Q5. बैडमिंटन कोर्ट की विभिन्न सतहें क्या हैं?

Part-B

- Q1. What are the duties and responsibilities of officials in badminton? Explain in detail.
- Q2. Explain the development of Badminton game over the period.
- Q3. Draw a neat and labelled badminton court.
- Q4. What is strength? Explain its types and how it is important in Badminton game?
- Q5. Explain any one badminton service teaching skill in detail?

भाग बी

- Q1. बैडमिंटन में अधिकारियों के कर्तव्य और जिम्मेदारियां क्या हैं? विस्तार से समझाइए।
- Q2. इस अवधि के दौरान बैडमिंटन खेल के विकास को स्पष्ट कीजिए।

Q3. एक साफ और लेबल वाला बैडमिंटन कोर्ट बनाएं।

Q4. ताकत क्या है? इसके प्रकारों को स्पष्ट कीजिए और बैडमिंटन खेल में यह कैसे महत्वपूर्ण है?

Q5. किसी एक बैडमिंटन सेवा शिक्षण कौशल को विस्तार से समझाइए?

[This question paper contains 2 printed pages.]

Your Roll No.....

Sr. No. of Question Paper	:	6752
Unique Paper Code	:	42557613
Name of the Paper	:	Sports Proficiency - Basketball
Name of the Course	:	B.Sc. (Physical Education, Health Education and Sports) (CBCS)
Semester	:	VI-2023
Duration	:	3 Hours
Maximum Marks	:	75

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 & B**.
3. The student is required to attempt any **three** questions from **Part-A** and any **four** questions from **Part-B**.
4. **All** questions carry **5** marks in **Part-A** and **all** questions carry **15** marks in **Part-B**.
5. Answers may be written either in English or Hindi; but the same medium should be used throughout the paper.

PART-A

Q1. Discuss historical development of Basketball at National and International level.

Q1। राष्ट्रीय एवं अन्तर्राष्ट्रीय स्तर पर बास्केटबॉल के ऐतिहासिक विकास पर चर्चा करें।

Q2. List down the basic skills of Basketball. Elaborate upon passing

Q2. बास्केटबॉल के बुनियादी कौशलों की सूची बनाएं। पारित होने पर विस्तृत करें

P.T.O.

Q3. Explain the difference between association and federation

Q3. संगठन और संघ में अंतर स्पष्ट कीजिए

Q4. List down all the floor officials in a Basketball Match and their duties.

Q4. बास्केटबॉल मैच में सभी फ्लोर अधिकारियों और उनके कर्तव्यों की सूची बनाएं।

Q5. List down the tests to evaluate – Strength and Endurance. Discuss any one test each briefly.

Q5. शक्ति और सहनशक्ति के परीक्षण को सूचीबद्ध करें। दोनों घटकों के किन्हीं एक परीक्षण को विस्तार से चर्चा करें।

PART-B

Q6. List down the intrinsic and extrinsic safety measures in Basketball. Discuss in detail.

Q6. बास्केटबॉल में आंतरिक और बाह्य सुरक्षा उपायों की सूची बनाएं विस्तार से चर्चा करें।

Q7. Explain the planning and organisation of an inter school Basketball Tournament .

Q7. इंटर स्कूल बास्केटबॉल टूर्नामेंट की योजना और आयोजन की व्याख्या कीजिए।

Q8. Explain :

- a) Two drills for Dribbling
- b) Importance and development of speed and agility in basketball.

Q8. व्याख्या करना :

क) ड्रिलिंग का मूल्यांकन करने के लिए परीक्षण के सभी घटकों की व्याख्या करें

बी) बास्केटबॉल में गति और चपलता का महत्व और विकास।

Q9. Write a report on a Basketball tournament organised in your college.

Q9. आपके महाविद्यालय में आयोजित बास्केटबॉल प्रतियोगिता पर एक रिपोर्ट लिखिए।

Q10. Draw a detailed diagram of the Basketball Court with all its specifications.

Q10. बास्केटबॉल कोर्ट का विस्तृत चित्र उसकी सभी विशिष्टताओं के साथ बनाइए।

[This question paper contains 2 printed pages.]

Your Roll No.....

Sr. No. of Question Paper	:	6753
Unique Paper Code	:	42557614
Name of the Paper	:	DSE - 4 (iii) (Sports Proficiency -2- Cricket)
Name of the Course	:	B.Sc. (Physical Education, Health Education and Sports) (CBCS)
Semester	:	VI-2023
Duration	:	3 Hours
Maximum Marks	:	75

Instructions for Candidates

1. Write your Roll No. on the top immediately on receipt of this question paper.
इस प्रश्न पत्र की प्राप्ति के तुरंत बाद शीर्ष पर अपना रोल नंबर लिखें।
2. The student is required to attempt any **three** questions from **Part-A** and any **four** questions from **Part-B**.
छात्र को भाग-ए से किसी भी तीन प्रश्नों और पार्ट-बी से किसी भी चार प्रश्नों का प्रयास करने की आवश्यकता है।
3. All questions carry 5 marks in **Part-A** and all questions carry 15 marks in **Part-B**.
सभी प्रश्नों में भाग-ए में 5 अंक हैं और सभी प्रश्नों में भाग-बी में 15 अंक हैं।
4. Answers may be written either in English or Hindi; but the same medium should be used throughout the paper.
उत्तर अंग्रेजी या हिंदी में लिखा जा सकता है; लेकिन एक ही माध्यम पूरे पेपर में इस्तेमाल किया जाना चाहिए।

PART- A

1. Write down role of BCCI in promotion of cricket.
क्रिकेट को बढ़ावा देने में बीसीसीआई की भूमिका लिखिए।
2. Write down importance of physical fitness in cricket.
क्रिकेट में शारीरिक फिटनेस के महत्व को लिखें।
3. Write down the organizational structure of BCCI.
बीसीसीआई के संगठनात्मक ढाँचे को लिखिए।
4. Types of fielding in cricket. Explain it.
क्रिकेट में क्षेत्ररक्षण के प्रकार। इसे समझाओ।
5. Explain in detail "No Ball".
विस्तार से "ना बॉल" समझाएं।

PART - B

- 1 Write down the basic fundamentals of batting. Explain each of them?
बल्लेबाजी के बुनियादी बुनियादी सिद्धांतों को लिखें। उनमें से प्रत्येक को समझाओ?
- 2 What is Off-Drive? Explain in detail.
ऑफ ड्राइव क्या है? विस्तार से व्याख्या।
- 3 Write down the duties of umpire in detail.
अंपायर के कार्यों को विस्तार से लिखिए।
- 4 Write down in detail the historical development of cricket in India.
भारत में क्रिकेट के ऐतिहासिक विकास को विस्तार से लिखिए।
- 5 Write down the safety measures and its importance in Cricket.
क्रिकेट में सुरक्षा उपायों और उनके महत्व को लिखिए।

[This question paper contains 3 printed pages.]

Your Roll No.....

Sr. No. of Question Paper	:	6754
Unique Paper Code	:	42557615
Name of the Paper	:	Sports Proficiency-Football
Name of the Course	:	B.Sc. (Physical Education, Health Education and Sports) (CBCS)
Semester	:	VI-2023
Duration	:	3 Hours
Maximum Marks	:	75

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 & B**.
3. The student is required to attempt any **three** questions from **Part-A** and any **four** questions from **Part-B**.
4. **All** questions carry **5** marks in **Part-A** and **all** questions carry **15** marks in **Part-B**.
5. Answers may be written either in English or Hindi; but the same medium should be used throughout the paper.

Part-A

1. Explain the development of modern trends in football at national level.

राष्ट्रीय स्तर पर फुटबॉल में आधुनिक प्रवृत्तियों के विकास की व्याख्या कीजिए।

2. Construct the Playfield of Football as per FIFA rules with specification.

विशिष्टताओं के साथ फीफा नियमों के अनुसार फुटबॉल के प्लेफील्ड का निर्माण करें।

P.T.O.

3. What do you understand by technique? Explain
तकनीक से आप क्या समझते हैं? व्याख्या करना।
4. Explain the term Planning. What are the advantages of a knock-out tournament?
योजना शब्द की व्याख्या कीजिए। नॉक-आउट टूर्नामेंट के क्या फायदे हैं?
5. Define organisation & write the name of various committees required for smooth conduct of a tournament.
संगठन को परिभाषित कीजिए तथा विभिन्न समितियों के नाम लिखिए जो टूर्नामेंट को सही तारिके से कराने में सहायक हो।

PART- B

1. Write a short note for any two of the following. (7.5+ 7.5 = 15)
 1. Offside
 2. Dropped-ball
 3. Throw-in
- निम्नलिखित में से किन्हीं दो के लिए संक्षिप्त टिप्पणी लिखिए ।
1. ऑफसाइड
 2. गिरी हुई गेंद
 3. थ्रो-इन
2. What do you understand about Drill? How Drill is more effective in the games.
ड्रिल के बारे में आप क्या समझते हैं? खेलों में ड्रिल कैसे अधिक प्रभावी है।
 3. What do you understand about Physical fitness? Explain Motor fitness components.
शारीरिक फिटनेस के बारे में आप क्या समझते हैं? मोटर फिटनेस घटकों को समझाइए।

4. Explain fourth official duties and responsibility in a football Match..

फुटबॉल में चौथे आधिकारिक कर्तव्यों और उत्तरदायित्वों की व्याख्या कीजिए।

5. Explain any four basic skills in football games .

फुटबॉल खेल में किन्हीं चार मूलभूत कौशलों की व्याख्या कीजिए।



[This question paper contains 2 printed pages.]

Your Roll No.....

Sr. No. of Question Paper	:	6755
Unique Paper Code	:	42557616
Name of the Paper	:	DSE - 4 (Sports Proficiency -2- Handball)
Name of the Course	:	B.Sc. (Physical Education, Health Education and Sports) (CBCS)
Semester	:	VI-2023
Duration	:	3 Hours
Maximum Marks	:	75

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 & B**.
3. The student is required to attempt any **three** questions from **Part-A** and any **four** questions from **Part-B**.
4. **All** questions carry **5** marks in **Part-A** and **all** questions carry **15** marks in **Part-B**.
5. Answers may be written either in English or Hindi; but the same medium should be used throughout the paper.

Part A

1. Make a list of basic skills of Handball along with their purpose in the game.
2. Name the officials required to conduct a Handball match. Briefly explain their duties.
3. The Handball goal posts are marked in different colours. Give reasons.
4. What is permitted and not permitted by the goalkeeper during Handball match?
5. What safety measures should be followed while playing the game of Handball?

P.T.O.



[This question paper contains 2 printed pages.]

Your Roll No.....

Sr. No. of Question Paper	:	6755
Unique Paper Code	:	42557616
Name of the Paper	:	DSE - 4 (Sports Proficiency -2- Handball)
Name of the Course	:	B.Sc. (Physical Education, Health Education and Sports) (CBCS)
Semester	:	VI-2023
Duration	:	3 Hours
Maximum Marks	:	75

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 & B.
3. The student is required to attempt any three questions from **Part-A** and any four questions from **Part-B**.
4. All questions carry 5 marks in **Part-A** and all questions carry 15 marks in **Part-B**.
5. Answers may be written either in English or Hindi; but the same medium should be used throughout the paper.

Part A

1. Make a list of basic skills of Handball along with their purpose in the game.
2. Name the officials required to conduct a Handball match. Briefly explain their duties.
3. The Handball goal posts are marked in different colours. Give reasons.
4. What is permitted and not permitted by the goalkeeper during Handball match?
5. What safety measures should be followed while playing the game of Handball?

P.T.O.

Part B

6. Draw a well labeled diagram of Handball court with all dimensions.
7. Write down the historical development of the game of Handball at International level.
8. Explain pre, during & post match duties of the Handball Referees.
9. What do you understand by motor abilities? Explain Flexibility in detail.
10. Explain the technique to execute "Jump Shot High" in Handball.

भाग ए

1. हैंडबॉल के बुनियादी कौशलों की सूची बनाएं। खेल में उनका उद्देश्य भी लिखिए।
2. हैंडबॉल मैच आयोजित करने के लिए आवश्यक अधिकारियों के नाम बताइए। उनके कार्यों को संक्षेप में समझाइए।
3. हैंडबॉल के गोल पोस्ट अलग-अलग रंगों में चिह्नित किए गए हैं। कारण भी लिखिए।
4. हैंडबॉल मैच के दौरान गोलकीपर को किसकी अनुमति है और किसकी अनुमति नहीं है?
5. हैंडबॉल का खेल खेलते समय किन सुरक्षा उपायों का पालन करना चाहिए?

भाग बी

6. सभी आयामों के साथ हैंडबॉल कोर्ट का एक अच्छी तरह से नामांकित आरेख बनाएं।
7. अंतर्राष्ट्रीय स्तर पर हैंडबॉल के खेल के ऐतिहासिक विकास को लिखिए।
8. हैंडबॉल रेफरी के मैच से पहले, मैच के दौरान और बाद के कर्तव्यों की व्याख्या करें।
9. गत्यात्मक योग्यताओं से आप क्या समझते हैं? लचीलेपन को विस्तार से समझाइए।
10. हैंडबॉल में "जंप शॉट हाई" करने की तकनीक को समझाइए।

[This question paper contains 3 printed pages.]

Your Roll No.....

Sr. No. of Question Paper	:	6756
Unique Paper Code	:	42557617
Name of the Paper	:	DSE -4 (vi) Sports Proficiency -2- Hockey
Name of the Course	:	B.Sc. (Physical Education, Health Education and Sports) (CBCS)
Semester	:	VI-2023
Duration	:	3 Hours
Maximum Marks	:	75

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 & B.
3. The student is required to attempt any three questions from **Part-A** and any four questions from **Part-B**.
4. All questions carry 5 marks in **Part-A** and all questions carry 15 marks in **Part-B**.
5. Answers may be written either in English or Hindi; but the same medium should be used throughout the paper.

Part A

- Q1. Write down various pre match & during match roles and responsibilities of Field hockey match officials.
- Q2. Define step wise details for teaching dribbling in field hockey.
- Q3. Discuss the role of strength abilities for a hockey player.
- Q4. Make a field hockey score sheet using suitable example.

P.T.O.

- Q5. Suggest safety measures to be followed while playing Field hockey game.

Part B

- Q6. Write down various historical developments and modern trends in field hockey.
- Q7. Prepare a training plan for perfection of hitting skill in hockey.
- Q8. What are physical fitness abilities? Explain coordinative abilities in detail.
- Q9. Draw a well labeled diagram of field hockey.
- Q10. Explain procedure for marking and construction of the Hockey field .

भाग ए

- प्रश्न 1. फील्ड हॉकी मैच अधिकारियों की मैच से पहले और मैच के दौरान विभिन्न भूमिकाओं और जिम्मेदारियों को लिखें।
- प्रश्न 2. फील्ड हॉकी में ड्रिब्लिंग सिखाने के लिए चरणवार विवरण परिभाषित करें।
- प्रश्न 3. हॉकी खिलाड़ी के लिए शक्ति क्षमताओं की भूमिका पर चर्चा करें।
- प्रश्न 4. उपयुक्त उदाहरण का उपयोग करते हुए एक फील्ड हॉकी स्कोर शीट बनाएँ।
- प्रश्न 5. फील्ड हॉकी खेल खेलते समय अपनाए जाने वाले सुरक्षा उपायों का सुझाव दीजिए।

भाग बी

- प्रश्न 6. फील्ड हॉकी में हुए विभिन्न ऐतिहासिक विकासों और आधुनिक प्रवृत्तियों को लिखिए।
- प्रश्न 7. हॉकी में हिटिंग स्किल की पूर्णता के लिए एक प्रशिक्षण योजना तैयार करें।
- प्रश्न 8. शारीरिक फिटनेस क्षमताएं क्या हैं? समन्वय क्षमता को विस्तार से समझाइए।
- प्रश्न 9. फील्ड हॉकी का नामांकित चित्र बनाइए।
- प्रश्न 10. हॉकी के मैदान को चिह्नित करने और उसके निर्माण की प्रक्रिया को समझाइए।

[This question paper contains 2 printed pages.]

Your Roll No.....

Sr. No. of Question Paper	:	6757
Unique Paper Code	:	42557618
Name of the Paper	:	Sports Proficiency- Judo
Name of the Course	:	B.Sc. (Physical Education, Health Education and Sports) (CBCS)
Semester	:	VI-2023
Duration	:	3 Hours
Maximum Marks	:	75

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 & B.
3. The student is required to attempt any **three** questions from **Part-A** and any **four** questions from **Part-B**.
4. **All** questions carry **5** marks in **Part-A** and **all** questions carry **15** marks in **Part-B**.
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 ।
2. इस प्रश्न पत्र में दो भाग हैं ए और बी ।
3. छात्र को पार्ट-ए से किन्हीं तीन प्रश्नों और पार्ट-बी से किन्हीं चार प्रश्नों का प्रयास करना आवश्यक है।
4. पार्ट-ए में सभी प्रश्न 5 अंकों के हैं और पार्ट-बी के सभी प्रश्न 15 अंकों के हैं।
5. इस प्रश्न-पत्र का उत्तर अंग्रेजी या हिंदी किसी एक भाषा में दीजिए, लेकिन सभी उत्तरों का माध्यम एक ही होना चाहिए ।

P.T.O.

PART-A

1. Write a note on organizational structure of judo at state level.
राज्य स्तर पर जूडो के संगठनात्मक ढांचे पर एक टिप्पणी लिखिए।
2. Briefly explain the marking and construction of the judo playfield.
जूडो खेल के मैदान की मार्किंग और बनावट को संक्षेप में समझाइए।
3. Write a note on judogi with specifications.
विशिष्टताओं के साथ जुडोगी पर एक टिप्पणी लिखिए।
4. Briefly write on classification of judo techniques.
जूडो तकनीकों के वर्गीकरण पर संक्षेप में लिखिए।
5. What is the importance of strength and speed for a judoka?
जुडोका के लिए शक्ति और गति का क्या महत्व है?

PART-B

1. Explain historical development and modern trends of judo at international level.
अंतरराष्ट्रीय स्तर पर जूडो के ऐतिहासिक विकास और आधुनिक रुझानों की व्याख्या करें।
2. What is organizational structure of judo at national level? Explain.
राष्ट्रीय स्तर पर जूडो का संगठनात्मक ढांचा क्या है? व्याख्या करना।
3. Explain the duties and responsibilities of judo officials.
जूडो अधिकारियों के कर्तव्यों और उत्तरदायित्वों की व्याख्या कीजिए।
4. Write a note on basic skills and techniques of judo.
जूडो के बुनियादी कौशल और तकनीकों पर एक नोट लिखिए।
5. Explain the important motor components required for the judoka with suitable examples.
उपयुक्त उदाहरणों के साथ जुडोका के लिए आवश्यक महत्वपूर्ण मोटर घटकों की व्याख्या करें।

Sr. No. of Question Paper	:	6758
Unique Paper Code	:	42557619
Name of the Paper	:	DSC-4, Sports Proficiency (Kabaddi)
Name of the Course	:	B.Sc. (Physical Education, Health Education and Sports) (CBCS)
Semester	:	VI-2023
Duration	:	3 Hours
Maximum Marks	:	75

1. Write your Roll No on the top immediately on receipt of this question paper.
2. Attempt any **three** questions from Part-A and **four** questions from Part-B.
3. Part-A carry **5** marks each and question of Part-B carry **15** marks each.
4. Answer may be written in either English or Hindi; but the same medium should be used throughout the paper.

Part A

1. Write historical Development of Kabaddi at National and Asian level.

राष्ट्रीय और एशियाई स्तर पर कबड्डी का ऐतिहासिक विकास लिखिए।

2. Draw a neat and clean diagram of a Kabaddi ground (Men).

कबड्डी (पुरुष) मैदान का एक साफ और स्वच्छ आरेख बनाएं।!

3. Enlist the teams to participate in Pro-Kabaddi tournament (2022).

प्रो-कबड्डी टूर्नामेंट (2022) में भाग लेने वाली टीमों की सूची बनाएं।

4. Interpret any 10 rules, which are used in Kabaddi.

कबड्डी में प्रयोग होने वाले किन्हीं 10 नियमों की व्याख्या कीजिए।

5. Explain the terms; Super Raid, Super Tackle, Raid, Sitting box, Centre line।

शर्तों की व्याख्या करें; सुपर रेड, सुपर टैकल, रेड, सिटिंग बॉक्स, सेंटर लाइन।

Part-B

6. Enlist offensive skills of the Kabaddi game. Explain any two in detail.

कबड्डी खेल के आक्रामक कौशल को सूचीबद्ध करें। किन्हीं दो को विस्तार से समझाइए।

7. Enlist the officials of a kabaddi match and write their duties in the Kabaddi match.

कबड्डी मैच के अधिकारियों की सूची बनाएं और कबड्डी मैच में उनके कर्तव्य लिखें।

8. What do you mean by defensive skills of Kabaddi? Explain any two defensive skills in detail.

कबड्डी के रक्षात्मक कौशल से आप क्या समझते हैं? किन्हीं दो रक्षात्मक कौशलों को विस्तार से समझाइए।

9. What is physical fitness? Explain the components of flexibility and endurance in detail.

शारीरिक फिटनेस क्या है? लचीलेपन और सहनशीलता के घटकों को विस्तार से समझाइए।

10. Write down the components of strength and speed in detail.

शक्ति और गति के घटकों को विस्तार से लिखिए।

[This question paper contains 2 printed pages.]

Your Roll No.....

Sr. No. of Question Paper	:	6759
Unique Paper Code	:	42557620
Name of the Paper	:	Sports Proficiency (Kho-Kho)
Name of the Course	:	B.Sc. (Physical Education, Health Education and Sports) (CBCS)
Semester	:	VI-2023
Duration	:	3 Hours
Maximum Marks	:	75

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 & B.
3. The student is required to attempt any **three** questions from **Part-A** and any **four** questions from **Part-B**.
4. **All** questions carry **5** marks in **Part-A** and **all** questions carry **15** marks in **Part-B**.
5. Answers may be written either in English or Hindi; but the same medium should be used throughout the paper.

Part A

Q1. Write down modern trends in kho-kho game.

खो-खो खेल में आधुनिक प्रवृत्तियों को लिखिए।

Q2. Write the duties of kho- kho umpire.

खो-खो अंपायर के कार्यों को लिखिए।

P.T.O.

Q3. List down various drills of kho-kho game.

खो-खो खेल के विभिन्न अभ्यासों की सूची बनाइए।

Q4. Discuss role of speed and endurance in kho- kho game.

खो-खो खेल में गति और धीरज की क्या भूमिका है।

Q5. Write about planning in kho-kho game.

खो-खो खेल की योजना के बारे में लिखिए।

Part B

Q6. Draw a sketch of kho-kho ground with its measurements.

खो-खो के मैदान का माप सहित एक चित्र बनाइए।

Q7. Write the training methods of improving strength and flexibility in kho- kho game.

खो-खो खेल में शक्ति एवं लोच बढ़ाने की प्रशिक्षण विधि लिखिए।

Q8. What is playfield technology in kho- kho game. Explain construction of Kho-Kho field.

खो-खो खेल में खेल के मैदान की तकनीक क्या है? खो-खो के मैदान की संरचना को समझाइए।

Q9. Explain techniques of any two functional skills kho- kho game in detail.

खो-खो खेल की किन्हीं दो बुनियादी कौशल की तकनीकों को विस्तार से समझाइए।

Q10. Explain duties and responsibilities of referee, scorer and timekeeper in kho- kho game.

खो-खो खेल में रेफरी, स्कोरर और टाइमकीपर के कर्तव्यों और जिम्मेदारियों को समझाइए।

[This question paper contains 3 printed pages.]

Your Roll No.....

Sr. No. of Question Paper	:	6760
Unique Paper Code	:	42557621
Name of the Paper	:	Sport Proficiency (DSE4--4) (X) - Volleyball
Name of the Course	:	B.Sc. (P.E.H.E & Sports) (CBCS)
Semester	:	VI-2023
Duration	:	3 Hours
Maximum Marks	:	75

Instructions for Candidates

1. Write your Roll No. on the top immediately on receipt of this questions paper.
2. Attempt seven questions in all.
3. The student is required to attempt any three questions from Part-A and any four questions from Part-B.
4. All questions carry 5 marks in Part-A and all questions carry 15 marks in Part-B.
5. Answers may be written either in English or Hindi; but the same medium should be used throughout the paper.

उम्मीदवारों के लिए निर्देश

- 1 प्रश्न पत्र की प्राप्ति पर तुरन्त उपर की और अपना रोल न लिखें।
- 2 कोइ सात प्रश्न करें।
- 3 विधार्थियों को भाग ए में कोइ तीन प्रश्न करने हैं तथा भाग बी से कोइ चार प्रश्न करने हैं।
- 4 भाग ए में सभी प्रश्नों के अकं पाचं हैं तथा भाग बी में सभी प्रश्नों के अकं पद्रह हैं।
- 5 उत्तर हिन्दी तथा अग्रेजी में किसी में भी लिख सकते हैं लेकिन सम्पूर्ण प्रश्न पत्र में एक ही माध्यम का उपयोग करेंगे।

P.T.O.

Part- A

1. Draw the organizational structure of the FIVB. Explain their work briefly? (5)
एफ, आइ, वी, बी का संगठनात्मक संरचना बताइए।
2. Write down the Modern trends in Volleyball? (5)
वालीबाल में आधुनिक ट्रेण्ड लिखिए।
3. Explain Spike technique in Volleyball in details. (5)
विस्तृत रूप से सपाइक तकनीक के बारे में लिखिए।
4. Explain the importance of explosive strength in the Volleyball? (5)
वालीबाल में विस्फोटक शक्ति के महत्व की व्याख्या किजीए।
5. Write historical development of Volleyball in India. (5)
भारत में वालीबाल के ऐतिहासिक विकास को लिखिए।

PART – B

1. Write down the Historical development of Volleyball at international level with reference to their years. (15)
वर्षों के सदर्भ के साथ अंतराष्ट्रीय स्तर पर वालीबाल के ऐतिहासिक विकास पर लिखिए।
2. Explain the marking and construction of Volleyball playfields with their safety measures? (15)
सुरक्षा साधनों के साथ वालीबाल खेल मैदान की निर्मिती तथा मार्किंग की व्याख्या किजीए।
3. Write down the duties and responsibilities of officials in Volleyball. Explain any two in details? (15)
वालीबाल में आफिसीयल की जिम्मेदारियों तथा कृतव्यों को लिखिए। किन्ही दो को विस्तृत रूप से लिखिए।

4. How to plan, organize and reporting a competition in the game of Volleyball? (15)

वालीबाल में स्प्रधा की योजना, संगठन तथा रिपोर्टिंग को कैसे करते है।

5. Write down the physical and motor components required in the game of volleyball. Explain any one in details? (15)

वालीबाल में जरूरी शारीरिक तथा मोटर कम्पोनेन्ट्स को लिखिए। किसी एक की विस्तृत रूप से व्याख्या किजीए।

This question paper contains 3 printed pages.]

S-14
16/8/2023



Your Roll No.

Sr. No. of Question Paper : 6761
Unique Paper Code : 42557609
Name of the Paper : Fitness and Exercise Management
Name of the Course : B.Sc. (Physical Education, Health Education and Sports) (CBCS)
Semester : VI-2023
Duration : 3 Hours
Maximum Marks : 75

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 & B.
3. The student is required to attempt any three questions from Part-A and any four questions from Part-B.
4. All questions carry 5 marks in Part-A and all questions carry 15 marks in Part-B.
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।
2. इस प्रश्न पत्र में दो भाग हैं ए और बी।
3. छात्र को पार्ट-ए से किन्हीं तीन प्रश्नों और पार्ट-बी से किन्हीं चार प्रश्नों का प्रयास करना आवश्यक है।
4. पार्ट-ए में सभी प्रश्न 5 अंकों के हैं और पार्ट-बी के सभी प्रश्न 15 अंकों के हैं।
5. इस प्रश्न-पत्र का उत्तर अंग्रेजी या हिंदी किसी एक भाषा में दीजिए, लेकिन सभी उत्तरों का माध्यम एक ही होना चाहिए।

P.T.O.

PART A

Q.1. Define cardiorespiratory endurance. (5)

कार्डियोरेस्पिरेटरी सहनशक्ति को परिभाषित करें।

Q2. What is Body Mass Index? Explain (5)

बॉडी मास इंडेक्स क्या है? समझाएं

Q3. What is basal metabolic rate? (5)

बेसल चयापचय दर क्या है?

Q4. Briefly explain weight management .(5)

वजन प्रबंधन क्या है? संक्षेप में विवर्ण करें।

Q5. What is Health related fitness? (5)

स्वास्थ्य संबंधी फिटनेस क्या है?

PART B

Q 6. Explain the benefits of physical activity participation with specific reference to health?

शारीरिक गतिविधि को परिभाषित करें। स्वास्थ्य के विशिष्ट संदर्भ में शारीरिक गतिविधि में भागीदारी के क्या लाभ हैं?

Q7. Explain in detail the skill related physical fitness?

कौशल संबंधी शारीरिक फिटनेस को विस्तार से समझाइए

Q8. What is the importance of measurement and evaluation of physical fitness? (15)

शारीरिक फिटनेस के मापन और मूल्यांकन का क्या महत्व है?

Q9. What is obesity? Briefly explain the causes of obesity.(15)

मोटापा क्या है? संक्षेप में इसके कारणों की व्याख्या करें

Q10. What is balanced diet . Briefly explain the concept of balanced diet. (15)

संतुलित आहार की अवधारणा को संक्षेप में समझाइए।

[This question paper contains 2 printed pages.]

Your Roll No.....

Sr. No. of Question Paper	:	6762
Unique Paper Code	:	42557610
Name of the Paper	:	Gym Operations
Name of the Course	:	B.Sc. (Physical Education, Health Education and Sports) (CBCS)
Semester	:	VI-2023
Duration	:	3 Hours
Maximum Marks	:	75

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 & B.
3. The student is required to attempt any **three** questions from **Part-A** and any **four** questions from **Part-B**.
4. **All** questions carry **5** marks in **Part-A** and **all** questions carry **15** marks in **Part-B**.
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।
2. इस प्रश्न पत्र में दो भाग हैं ए और बी।
3. छात्र को पार्ट-ए से किन्हीं तीन प्रश्नों और पार्ट-बी से किन्हीं चार प्रश्नों का प्रयास करना आवश्यक है।
4. पार्ट-ए में सभी प्रश्न 5 अंकों के हैं और पार्ट-बी के सभी प्रश्न 15 अंकों के हैं।
5. इस प्रश्न-पत्र का उत्तर अंग्रेजी या हिंदी किसी एक भाषा में दीजिए, लेकिन सभी उत्तरों का माध्यम एक ही होना चाहिए।

P.T.O.

Part-A

1. What do you understand by Gimmick? Explain it with some example.
2. What do you understand by aerobic activity?
3. What are the various methods of marketing?
4. What is BMI?
5. Write any five yoga asanas with their specific benefits.

भाग-ए

1. नौटंकी से आप क्या समझते हैं? इसे कुछ परीक्षा के साथ स्पष्ट करें।
2. एरोबिक गतिविधि से आप क्या समझते हैं?
3. विपणन के विभिन्न तरीके क्या हैं?
4. बीएमआई क्या है?
5. किन्हीं पांच योगासनों को उनके विशिष्ट लाभों के साथ लिखें।

Part-B

1. What is a balanced diet? Explain all the nutrients in detail.
2. How to make an Aerobic plan for Aerobic session?
3. What are the qualities and qualifications of a good gym instructor?
4. Explain in detail any one strength test in detail.
5. What are the most necessary things to open a gym?

भाग-बी

1. संतुलित आहार क्या है? सभी पोषक तत्वों को विस्तार से समझाएं।
2. एरोबिक सत्र के लिए एरोबिक योजना कैसे बनाएं?
3. एक अच्छे जिम प्रशिक्षक के गुण और योग्यता क्या हैं?
4. किसी एक शक्ति परीक्षण को विस्तार से समझाएं।
5. जिम खोलने के लिए सबसे जरूरी चीजें क्या हैं?

Part-A

1. What do you understand by Gimmick? Explain it with some example.
2. What do you understand by aerobic activity?
3. What are the various methods of marketing?
4. What is BMI?
5. Write any five yoga asanas with their specific benefits.

भाग-ए

1. नौटंकी से आप क्या समझते हैं? इसे कुछ परीक्षा के साथ स्पष्ट करें।
2. एरोबिक गतिविधि से आप क्या समझते हैं?
3. विपणन के विभिन्न तरीके क्या हैं?
4. बीएमआई क्या है?
5. किन्हीं पांच योगासनों को उनके विशिष्ट लाभों के साथ लिखें।

Part-B

1. What is a balanced diet? Explain all the nutrients in detail.
2. How to make an Aerobic plan for Aerobic session?
3. What are the qualities and qualifications of a good gym instructor?
4. Explain in detail any one strength test in detail.
5. What are the most necessary things to open a gym?

भाग-बी

1. संतुलित आहार क्या है? सभी पोषक तत्वों को विस्तार से समझाएं।
2. एरोबिक सत्र के लिए एरोबिक योजना कैसे बनाएं?
3. एक अच्छे जिम प्रशिक्षक के गुण और योग्यता क्या हैं?
4. किसी एक शक्ति परीक्षण को विस्तार से समझाएं।
5. जिम खोलने के लिए सबसे जरूरी चीजें क्या हैं?

B.Sc. VI 2023

[This question paper contains 2 printed pages.]

Your Roll No.....

Sr. No. of Question Paper	:	6763
Unique Paper Code	:	42557611
Name of the Paper	:	Sports Journalism
Name of the Course	:	B.Sc. (Physical Education, Health Education and Sports) (CBCS)
Semester	:	VI-2023
Duration	:	3 Hours
Maximum Marks	:	75

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 & B.
3. The student is required to attempt any **three** questions from **Part-A** and any **four** questions from **Part-B**.
4. **All** questions carry **5** marks in **Part-A** and **all** questions carry **15** marks in **Part-B**.
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।
2. इस प्रश्न पत्र में दो भाग हैं ए और बी।
3. छात्र को पार्ट-ए से किन्हीं तीन प्रश्नों और पार्ट-बी से किन्हीं चार प्रश्नों का प्रयास करना आवश्यक है।
4. पार्ट-ए में सभी प्रश्न 5 अंकों के हैं और पार्ट-बी के सभी प्रश्न 15 अंकों के हैं।
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

1. What is the scope of sports journalism?
खेल पत्रकारिता की व्यापकता क्या है?
2. What are the responsibilities of a journalist?
एक पत्रकार की क्या जिम्मेदारियाँ होती हैं?
3. What are the fundamentals of a sports story?
खेल कहानी के मूल तत्व क्या हैं?
4. What is an advance story?
अग्रिम कहानी क्या है?
5. What is the importance of public relations in sports?
खेलों में जनसंपर्क का क्या महत्व है?

Part B

6. What is the role of television in the development of sports?
खेलों के विकास में टेलीविजन की क्या भूमिका है?
7. How does journalism promote sports?
पत्रकारिता खेलों को कैसे बढ़ावा देती है?
8. What are the principles of advertising in sports?
खेलों में विज्ञापन के सिद्धांत क्या हैं?
9. What is the role of ethical values in the life of a journalist?
पत्रकार के जीवन में नैतिक मूल्यों की क्या भूमिका है?
10. Discuss the process of newspaper publishing and management.
समाचार पत्र प्रकाशन और प्रबंधन की प्रक्रिया पर चर्चा करें।

S.No. of B. Paper :- 6763 A

Unique Paper Code: 42557634
Name of the Paper: DSE -5 : Sports Specific Skill Enhancement (Yoga)
Name of the Course: B.Sc. (P.E.H.E & Sports)
Semester: VI-2023
Duration: 3 hrs
Max Marks: 75

Instructions for candidates: Question Paper consists of 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 4 questions from Part-B.

उम्मीदवारों के लिए निर्देश: प्रश्न पत्र में दो भाग होते हैं, ए और बी। भाग-ए के प्रत्येक प्रश्न में 5 अंक होंगे और भाग-बी के प्रत्येक प्रश्न में 15 अंक होंगे। भाग-ए से कोई 3 प्रश्न और भाग-बी से कोई 4 प्रश्न हल करें।

PART-A

Q1. Define Pranayama.

5

प्राणायाम को परिभाषित करें

Q2. Write down the steps of organizing a yoga tournament.

5

योग प्रतियोगिता आयोजित करने के चरण लिखिए।

Q3. Explain the Physiological effect of Suryabedhan pranayama?

5

सूर्यबेधन प्राणायाम के शारीरिक प्रभाव के बारे में बताएं?

Q4. Elaborate on the scope of yoga in physical education.

5

शारीरिक शिक्षा में योग के क्षेत्र की व्याख्या कीजिए।

Q5. What are the tactical skills used in yoga performance?

5

योग प्रदर्शन में उपयोग किए जाने वाले सामरिक कौशल क्या हैं?

PART-B

15

Q6. Explain the component of fitness for yogic players?

योगिक खिलाड़ियों के लिए फिटनेस के घटक की व्याख्या कीजिए?

Q7. Explain the responsibilities of technical official of AIU yoga Competition.

15

एआईयू योग प्रतियोगिता के तकनीकी अधिकारी की जिम्मेदारियों की व्याख्या करें।

Q8. Short notes on any two advance skill: -

7.5+7.5= 15

a) Trikonasana

b) Salabhasana

c) Adho mukh svanasana

किन्हीं दो अग्रिम कौशलों पर संक्षिप्त टिप्पणियाँ:-

क) त्रिकोणासन

ख) शलभासन

ग) अधो मुख संवासन

Q9. Explain the limitation and misconception of yoga in physical education and sports. 15

शारीरिक शिक्षा और खेलकूद में योग की सीमा और भ्रांति को स्पष्ट कीजिए।

Q10. Explain the procedure and physiological benefits of Anuloma Viloma.

15

अनुलोम विलोम की प्रक्रिया और शारीरिक लाभों की व्याख्या करें।