

~~This~~ This question paper contains 4 printed pages.]

Your Roll No.....

Sr. No. of Question Paper : 3761

H

Unique Paper Code : 2552051208

Name of the Paper : DSC – 6 GYMNASTICS

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

Semester : II – May/June 2024

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 is divided into two parts – **Part – A** and **Part – B**.
3. Attempt any **three** questions from **Part – A** and any **FOUR** questions from **Part – B**.
4. All questions carry **5** marks in **Part – A** and **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.

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 - भाग-ए और भाग-बी ।
3. भाग-ए से किन्हीं तीन प्रश्नों और भाग-बी से किन्हीं तीन प्रश्नों का उत्तर दीजिए ।
4. सभी प्रश्नों के भाग-ए में 5 अंक और भाग-बी में 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 ।

**PART - A**

1. Explain PNF methods for flexibility development. (5)

लचीलेपन के विकास के लिए पीएनएफ तरीकों की व्याख्या करें।

2. Describe Rajeev Gandhi Khel Ratan award and enlist the names of the Rajeev Gandhi Khel Ratan awardees in gymnastics. (5)

राजीव गांधी खेल रत्न पुरस्कार का वर्णन करें और जिम्नास्टिक में राजीव गांधी खेल रत्न पुरस्कार विजेताओं के नाम सूचीबद्ध करें।

3. Briefly Explain Gymnastics and its benefits in other Sports. (5)

जिम्नास्टिक और अन्य खेलों में इसके लाभों को संक्षेप में समझाइए।

4. What are general deductions? Explain in brief common general deductions. (5)

सामान्य कटौतियाँ क्या हैं? सामान्य सामान्य कटौतियों को संक्षेप में समझाइये।

5. Draw Uneven Bars and give detail measurement. (5)

असमान पट्टियाँ बनाएं और विस्तृत माप दें।

### Part – B

6. Explain different types of gymnastics in detail. (15)

जिम्नास्टिक के विभिन्न प्रकारों को विस्तार से समझाइये।

7. Explain the technical stages of Cartwheel with the help of diagram. (15)

कार्टव्हील के तकनीकी चरणों को चित्र की सहायता से समझाइये।

8. Enlist all WAG apparatus and provide a neat diagram with detailed measurement. (15)

सभी WAG उपकरणों को सूचीबद्ध करें और विस्तृत माप के साथ एक साफ आरेख प्रदान करें।

9. Write down the development of Gymnastics Federation of India (GFI). (15)

जिमनास्टिक्स फेडरेशन ऑफ इंडिया (जीएफआई) के विकास को लिखिए।

10. What are the important competitions at national & International level? Explain in brief. (15)

राष्ट्रीय एवं अंतर्राष्ट्रीय स्तर पर महत्वपूर्ण प्रतियोगिताएँ कौन सी हैं? संक्षेप में समझाइये।