

[This question paper contains 4 printed pages.]

Your Roll No.....

Sr. No. of Question Paper : 914

I

Unique Paper Code : 2552053503

Name of the Paper : Athletic Care & Rehabilitation  
(DSC-15) (NEP)

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

Semester : V – December 2024

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.
4. 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 में दो भाग 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 ।
4. 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. Write down the Meaning and Definition of :

- (i) Athlete
- (ii) Fitness and Wellness
- (iii) Performance
- (iv) Care
- (v) Sports Rehabilitation

निम्नलिखित का अर्थ और परिभाषा लिखिए :

- (i) एथलीट

(ii) फिटनेस और तंदुरुस्ती

(iii) प्रदर्शन

(iv) देखभाल

(v) खेल पुनर्वास

2. Explain the Causes and Reasons of Sports Injuries.

खेल चोटों के कारण एवं कारणों की व्याख्या करें।

3. Explain the Importance of Prevention and Steps for preventing Sports Injuries.

खेल चोटों की रोकथाम के लिए रोकथाम के महत्व और कदमों की व्याख्या करें।

4. List down Heat and Cold related Injuries. Explain any ONE of each.

गर्मी और सर्दी से संबंधित चोटों की सूची बनाएं। प्रत्येक में से किसी एक की व्याख्या करें।

5. List down steps to prevent sports injuries in Track and Field.

ट्रैक और फील्ड में खेल चोटों को रोकने के लिए कदमों की सूची बनाएं।

## PART-B

6. Explain in detail the Aim, Objectives and Scope of Athlete's Care and Rehabilitation.

एथलीटों की देखभाल और पुनर्वास के उद्देश्य, उद्देश्य और दायरे को विस्तार से समझाएं।

7. Explain the purpose and therapeutic advantages of various Modalities used in rehabilitation.

पुनर्वास में प्रयुक्त विभिन्न तौर-तरीकों के उद्देश्य और चिकित्सीय लाभों की व्याख्या करें।

8. Explain 3 injuries commonly incurred in your game and exercise therapy for rehabilitation for each injury.

अपने खेल के दौरान आमतौर पर लगने वाली 3 चोटों के बारे में बताएं और प्रत्येक चोट के पुनर्वास के लिए व्यायाम चिकित्सा की व्याख्या करें।

9. Explain in detail the Principles of Care and Rehabilitation.

देखभाल एवं पुनर्वास के सिद्धांतों को विस्तार से समझाइये।

10. Explain :

- (i) Classification of Injuries
- (ii) Safety procedures in Gym

व्याख्या कीजिए :

- (i) चोटों का वर्गीकरण
- (ii) जिम में सुरक्षा प्रक्रियाएं