

[This question paper contains 4 printed pages.]

**Your Roll No.....**

**Sr. No. of Question Paper : 942**

**I**

**Unique Paper Code : 2553055035**

**Name of the Paper : DSC-3 : GOS – Yoga**

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

**Semester : V – December-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. The student is required to attempt any **three** questions from **Part-A** and any **three** 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.

**P.T.O.**

छात्रों के लिए निर्देश

1. इस प्रश्न-पत्र के मिलते ही ऊपर दिए गए निर्धारित स्थान पर अपना अनुक्रमांक लिखिए ।
2. छात्र को भाग 'क' से कोई 3 प्रश्न और भाग 'ख' से कोई 3 प्रश्न करने हैं ।
3. भाग 'क' के सभी प्रश्न 5 अंक के हैं व भाग 'ख' के सभी प्रश्न 15 अंक के हैं ।
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 (भाग 'क')**

1. Write down the meaning and scope of Yoga. (5)  
योग के अर्थ तथा दायरे को लिखिए।
2. Write down the duties of a technical official? (5)  
एक तकनीकी अधिकारी के कर्तव्य लिखिए?
3. Write a short note on organizing a yoga competition. (5)

योग प्रतियोगिता के आयोजन पर एक संक्षिप्त टिप्पणी लिखें।

4. Explain yogic diet in brief. (5)

योगिक आहार को संक्षेप में समझाइये।

5. How is yoga important in the education of other fields? (5)

अन्य क्षेत्रों की शिक्षा में योग कैसे महत्वपूर्ण है?

### PART – B (भाग 'ख')

6. Explain the limitation and misconception of yoga in physical education and sports. (15)

शारीरिक शिक्षा और खेल में योग की सीमा और गलत धारणा को स्पष्ट करें।

7. What are the considerations of rule & regulations for yoga championship at SGFI level? (15)

एसजीएफआई स्तर पर योग चैम्पियनशिप के लिए नियम और विनियमों पर क्या विचार हैं?

8. Describe the preparation, execution & closing ceremony of a yoga competition at your college.

(15)

अपने कॉलेज में एक योग प्रतियोगिता की तैयारी, निष्पादन और समापन समारोह का वर्णन करें।

9. Explain the components of Nutrients how are they beneficial in our daily life?

(15)

पोषक तत्वों के घटकों को समझाइये कि वे हमारे दैनिक जीवन में किस प्रकार लाभदायक हैं?

10. Write an essay on Pre Vedic & Vedic period of Yoga.

(15)

योग के पूर्व वैदिक एवं वैदिक काल पर एक निबंध लिखें।