

C

(Printed Pages 4

Roll No. _____

20/1152

बी.पी.एड. (तृतीय सेमेस्टर) परीक्षा (2020)

B.P.Ed. (Third Semester)

Examination, 2020

द्वितीय प्रश्न-पत्र

Second Paper

(Physiology and Exercise Physiology)

समय : 3 घण्टे

पूर्णांक : 100

Time : Three Hours

Maximum Marks : 100

नोट : कुल पाँच प्रश्नों के उत्तर दीजिए। 40 अंकों का लघुउत्तरीय प्रथम प्रश्न अनिवार्य है। प्रत्येक इकाई से 15 अंकों का एक-एक प्रश्न किया जाना है।

Note: Answer **five** questions in all. Short answer type question **No.1** carrying **40** marks is **compulsory**. Answer **one** question carrying **15** marks from each unit.

नोट : लघु-उत्तरीय प्रश्नों के उत्तर की अधिकतम सीमा 200 शब्द तथा दीर्घ-उत्तरीय प्रश्नों के उत्तर की अधिकतम सीमा 500 शब्द है।

P.T.O.

20/1152

Note: The answers to short answer type questions should not exceed 200 words and the answers to long answer type questions should not exceed 500 words.

1. निम्नलिखित के लघु उत्तर दीजिए : $4 \times 10 = 40$

Write short answer of the following :

(i) शरीर क्रिया विज्ञान से आप क्या समझते हैं?
What do you understand by physiology?

(ii) व्यायाम क्रिया विज्ञान को परिभाषित कीजिए।
Define exercise physiology.

(iii) रक्त के कार्यों को लिखिए।
Write about functions of blood.

(iv) संतुलित आहार के अवयव के बारे में लिखिए।
Write about components of balance diet.

(v) रक्तचाप के बारे में संक्षिप्त में लिखिए।
Write in brief about blood pressure.

(vi) रक्त समूह के विषय में संक्षिप्त में लिखिए।
Write in brief about blood groups.

(vii) हृदयिक (हृदय की पेशी) के गुणों को लिखिए।
Write about properties of heart muscle.

(viii) प्रतिवर्ती क्रिया (सहज क्रिया) के विषय में लिखिए।

Write about reflex action.

(ix) पाचनतंत्र के अंगों की सूची बनाइए।

Enlist the organs of digestive system.

(x) हृदय चक्र के विषय में लिखिए।

Write about cardiac cycle.

इकाई-प्रथम / Unit-I

2. शारीरिक शिक्षा एवं खेल के क्षेत्र में व्यायाम क्रिया विज्ञान की आवश्यकता एवं महत्त्व को विस्तृत लिखिए। 15

Write in detail about need and importance of exercise physiology in the field of physical education and sports.

अथवा / OR

3. एक प्रशिक्षक के लिए खेल-शरीर विज्ञान के उपयोग को बताइये।

Explain the utility of physiology of sports for a coach.

इकाई-द्वितीय / Unit-II

4. रक्त परिसंचरण तंत्र के विषय में विस्तार से लिखिए।

Explain in detail about blood circulatory system. 15

अथवा/ OR

5. श्वसन तंत्र के बारे में विस्तार से लिखिए।

Explain in detail about respiratory system.

इकाई-तृतीय / Unit-III

6. मांसपेशीय संकुचन के विषय में विस्तार से वर्णन कीजिए।

15

Explain in detail about muscular contraction.

अथवा / OR

7. कंकाल मांसपेशी के गुणों एवं कार्यों के बारे में विस्तार से लिखिए।

Explain in detail about properties and functions of skeletal muscles.

इकाई-चतुर्थ / Unit-IV

8. प्रतियोगिता से पूर्व, दौरान एवं पश्चात् में आहार के बारे में विस्तृत वर्णन कीजिए। 15

Explain in detail about diet before, during and after the competition.

अथवा / OR

9. शारीरिक दक्षता और अनुकूलन की शारीरिक अवधारणा के विषय में विस्तार से वर्णन कीजिए।

Explain in detail about physiological concept of physical fitness and conditioning.