

8. Explain various principles of warming up and cooling down.

गर्म करने और ठंडा करने के विभिन्न सिद्धांतों की व्याख्या करें।

9. Write down how to develop endurance in kho-kho game.

खो-खो खेल में सहनशीलता को कैसे विकसित किया जाए, इसे लिखें।

10. Explain any two-two techniques of running and chasing in detail and also write steps of teaching.

दौड़ने और पीछा करने की किन्हीं दो-दो तकनीकों को विस्तार से समझाइए और सिखाने के चरण भी लिखिए।

[This question-paper-contains-4-printed-pages.]

Your Roll No.....

Sr. No. of Question Paper : 973

I

Unique Paper Code : 2552051113

Name of the Paper : DSC, Kho-Kho

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

Semester : I - (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. Question Paper divided into **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.
3. Attempt any **3** questions from **Part-A** & any **3** questions from **Part-B**.
4. 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 दो भागों में विभाजित है, - भाग-ए और बी।
3. भाग-ए के प्रश्नों में 5 अंकों का प्रश्न होगा और भाग-बी के लिए प्रश्न प्रत्येक 15 अंक के होंगे। पार्ट-ए से किसी भी 3 प्रश्न का भाग-बी से किसी भी 3 प्रश्न का प्रयास करें।
4. उत्तर अंग्रेजी या हिंदी में लिखा जा सकता है। लेकिन एक ही माध्यम का पूरे पेपर में प्रयोग करें।

PART-A

1. Define warming up. Write the importance of warming up.

वार्मअप को परिभाषित करें। वार्मअप का महत्व लिखिए।

2. Write down five each tournaments, trophies and cups of kho-kho game.

खो-खो खेल के प्रत्येक के कोई पांच टूर्नामेंट, ट्रॉफियां और कप लिखिए।

3. List down various running and chasing skills of kho-kho game.

खो-खो खेल के विभिन्न दौड़ने और पीछा करने के कौशलों की सूची बनाएं।

4. Write down various officials of kho-kho game.

खो-खो खेल के विभिन्न अधिकारियों के नाम लिखिए।

5. Draw a neat sketch of kho-kho ground.

खो-खो मैदान का एक साफ-सुथरा रेखाचित्र बनाएं।

PART-B

6. Explain modern trends and development in kho-kho game in details.

खो-खो खेल में आधुनिक प्रवृत्तियों और विकास को विस्तार से समझाइये।

7. Write down various rules and regulations of kho-kho game in detail.

खो-खो खेल के विभिन्न नियम एवं विनियमों को विस्तार से लिखिए।