

[This question paper contains 2 printed pages.]

Your Roll No.....

Sr. No. of Question Paper : 8788

L

Unique Paper Code : 2553050089

Name of the Paper : DSE-9 Yoga

Name of the Course : BSc (Physical Education, Health Education & Sports) Hons.

Semester : VIII- May/ June 2026

Duration : 2 Hours

Maximum Marks : 60

समय : 2 घण्टे

पूर्णांक : 60

Instructions for Candidates

1. Write your Roll No. at an appropriate place 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 three questions from Part-B.
4. Part-A carry 5 marks each question Part-B carry 15 marks each question.
5. Answers may be written either in English or in 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 हिस्सों में बांटा गया है - भाग- ए और भाग- बी।
3. भाग - ए से किसी भी तीन प्रश्न और भाग-बी से किसी भी तीन प्रश्नों का उत्तर दें।
4. भाग- ए प्रत्येक प्रश्न के 5 अंक हैं और भाग-बी के प्रत्येक प्रश्न के 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।

P.T.O.

PART A

Q1. What minimum education is required to become a yoga official. (5)

योग अधिकारी बनने के लिए न्यूनतम शिक्षा क्या होनी चाहिए।

Q2. Explain the main responsibilities of a coach. (5)

कोच की मुख्य जिम्मेदारियों को समझाइए।

Q3. What is the role of positive words in motivating yoga players? (5)

योग खिलाड़ियों को प्रेरित करने में सकारात्मक शब्दों की क्या भूमिका है।

Q4. How do yoga principles help in improving coaching methods? (5)

योग के सिद्धांत कोचिंग विधियों को सुधारने में कैसे मदद करते हैं।

Q5. What is the role of integrity in yoga officiating? (5)

योग निर्णयन में ईमानदारी (Integrity) की क्या भूमिका है।

PART B

Q6. Write the certifications and accreditations required in maintaining high standards for officials and coaches. (15)

अधिकारियों और कोचों के उच्च मानकों को बनाए रखने के लिए आवश्यक प्रमाणपत्र (Certifications) और मान्यता (Accreditations) लिखिए।

Q7. Explain the general rules a student must follow while performing yoga asanas. (15)

योग आसन करते समय छात्र को कौन-कौन से सामान्य नियमों का पालन करना चाहिए, स्पष्ट कीजिए।

Q8. Explain the mechanism of Yoga officiating. (15)

योग ऑफिशिएटिंग की प्रक्रिया (तंत्र) को समझाइए।

Q9. What are the important rules that students must follow to participate in inter-university yoga competitions? (15)

अंतर-विश्वविद्यालय योग प्रतियोगिताओं में भाग लेने के लिए छात्रों को किन महत्वपूर्ण नियमों का पालन करना चाहिए।

Q10. How do moral values help yoga players work together as a team? (15)

नैतिक मूल्य योग खिलाड़ियों को टीम के रूप में साथ काम करने में कैसे मदद करते हैं? समझाइए।