

[This question paper contains 2 printed pages.]

Your Roll No.....

Sr. No. of Question Paper : ~~9467~~ 8111

L

Unique Paper Code : 2553050089

Name of the Paper : DSE-9 Yoga

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

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 are the basic qualifications required to become a yoga coach? (5)

योग कोच बनने के लिए आवश्यक मूल योग्यताएँ क्या हैं?

Q2. What is the role of a coach in improving yoga player? (5)

योग खिलाड़ी के सुधार में कोच की क्या भूमिका होती है?

Q3. How does regular practice reduce competition stress? (5)

नियमित अभ्यास प्रतियोगिता के तनाव को कैसे कम करता है?

Q4. What is the philosophy of officiating in yoga? (5)

योग में निर्णयन (Officiating) का दर्शन क्या है?

Q5. Write the ethics of yoga officiating? (5)

योग ऑफिशिएटिंग के नैतिक सिद्धांत लिखिए।

PART B.

Q6. What are the basic principles and importance of officiating in yoga competitions. (15)

योग प्रतियोगिताओं में निष्पादन (अधिकारियों के काम) के मूल सिद्धांत और महत्व क्या हैं।

Q7. Discuss the general rules that every yoga player must follow during practice and training.

(15)

अभ्यास और प्रशिक्षण के दौरान हर योग खिलाड़ी को अनुसरण करने वाले सामान्य नियमों पर चर्चा कीजिए।

Q8. Explain the correct standing position of a judge while officiating a single yoga performance in detail. (15)

एकल योग प्रदर्शन के दौरान निर्णायक की सही खड़े होने की स्थिति को विस्तार से समझाइए।

Q9. What are the main requirements for a student to take part in an intercollegiate yoga competition? (15)

अंतर-महाविद्यालय योग प्रतियोगिता में भाग लेने के लिए छात्र की मुख्य आवश्यकताएँ क्या हैं?

Q10. What is the integrity and values in yoga sports? (15)

योग खेलों में ईमानदारी और मूल्यों का क्या अर्थ है?

(200)