

7. Explain any four gymnastics apparatuses of Men's artistic gymnastics. (MAG)

पुरुषों की कलात्मक जिम्नास्टिक (MAG) के किन्हीं चार जिम्नास्टिक उपकरणों की व्याख्या कीजिए।

8. What are the basic rules and their interpretation.

जिम्नास्टिक्स के मूलभूत नियम क्या हैं उनकी व्याख्या कीजिए।

9. Define gymnastics and explain the role of the gymnasium in training.

जिम्नास्टिक्स को परिभाषित करें और प्रशिक्षण में जिमनेजियम की भूमिका की व्याख्या करें।

10. Briefly write about physiological and psychological Effects of Warm-up and Cooling-down in Sports.

खेलों में वार्म-अप और कूलिंग-डाउन के शारीरिक और मनोवैज्ञानिक प्रभावों के बारे में संक्षेप में लिखें।

[This question paper contains 4 printed pages]

Your Roll No. :

Sl. No. of Q. Paper : **3912** **I**

Unique Paper Code : 2553052015

Name of the Paper : DSE-2-GYMNASTICS

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

Semester : IV

Time : 2 Hours **Maximum Marks : 60**

Instructions for Candidates :

परीक्षार्थियों के लिए निर्देश :

- (a) Write your Roll No. on the top immediately on receipt of this question paper.

इस प्रश्न-पत्र के प्राप्त होने पर तुरंत शीर्ष पर अपना रोल नंबर लिखें।

- (b) Question paper is divided into **two** Parts - **Part-A** and **Part-B**.

प्रश्न पत्र दो हिस्सों में बांटा गया है **भाग-अ** और **भाग-ब**।

- (c) Attempt any **three** questions from **Part-A** and any **three** questions from **Part-B**.

भाग-अ से किसी भी तीन प्रश्न और भाग-ब से किसी भी तीन प्रश्नों का उत्तर दें।

- (d) **Part-A** carry **5** marks each question **Part-B** carry **15** marks each question.

भाग-अ प्रत्येक प्रश्न के **5** अंक हैं और भाग-ब के प्रत्येक प्रश्न के **15** अंक हैं।

- (e) Answers may be written either in **English** or **Hindi**; but the same medium should be used throughout the paper.

उत्तर अंग्रेजी या हिंदी में लिखा जा सकता है; लेकिन एक ही माध्यम का पूरे पेपर में प्रयोग करें।

Part-A

भाग-अ

1. Write briefly about the historical development of Gymnastics in India.

भारत में जिम्नास्टिक्स के ऐतिहासिक विकास के बारे में संक्षेप में लिखें।

2. Explain the structure of international governing body whose rules and regulations are followed in gymnastics.

उस अंतर्राष्ट्रीय शासी निकाय (governing body) की संरचना की व्याख्या करें, जिसके नियमों और विनियमों का पालन जिम्नास्टिक्स में किया जाता है।

3. Write down the Duties of a gymnast during competition.

प्रतियोगिता के दौरान एक जिम्नास्ट के कर्तव्यों को लिखें।

4. Write briefly about self safety in Gymnastics. जिम्नास्टिक्स में अपनी सुरक्षा (self-safety) के बारे में संक्षेप में लिखें।

5. Explain common apparatus for WAG and MAG WAG और MAG के लिए सामान्य उपकरणों (apparatus) की व्याख्या करें।

Part-B

भाग-ब

6. Explain the forward roll and Backward roll teaching stages with diagrams.

फॉरवर्ड रोल और बैकवर्ड रोल सिखाने के चरणों की आरेखों (diagrams) सहित व्याख्या करें।