

Course Name: BSc(PE,HE&S)

Semester:III (2021)

Paper Name: Game of Specialisation (Athletics DSC-9)

Unique Paper Code:42557301

Duration of Paper: (3 hrs + 1hr*)

*For Downloading of QP, Scanning answer sheet and uploading it.

Maximum Marks: 75

Instruction to Candidates: Attempt any four questions. All questions carry equal marks

उम्मीदवारों को निर्देश: किन्हीं चार प्रश्नों को हल करें। सभी प्रश्नों पर समान अंक हैं

1.What are sports injuries? What are the common sports injuries that occur in track and field events? Explain

खेल चोटें क्या हैं? ट्रैक और फील्ड स्पर्धाओं में होने वाली सामान्य खेल चोटें कौन सी हैं? समझाना

2. Discuss the various physiological factors that influences athletes performance in sport.

खेल में एथलीटों के प्रदर्शन को प्रभावित करने वाले विभिन्न शारीरिक कारकों की चर्चा करें।

3 What is plyometric training? Discuss the benefits of plyometric training for athletes in detail.

प्लायोमेट्रिक प्रशिक्षण क्या है? एथलीटों के लिए प्लायोमेट्रिक प्रशिक्षण के लाभों की विस्तार से चर्चा करें।

4. What are the physical attributes required for a discus thrower?

चर्चा फेंकने वाले के लिए आवश्यक भौतिक विशेषताएं क्या हैं?

5. Write a detailed note on the conduct of coaching camps for athletes.

एथलीटों के लिए प्रशिक्षण शिविरों के आयोजन पर एक विस्तृत टिप्पणी लिखिए।

6. Discuss the various drills that can be used for perfecting technique in triple jump

विभिन्न अभ्यासों पर चर्चा करें जिनका उपयोग ट्रिपल जंप में तकनीक को पूरा करने के लिए किया जा सकता है