

Roll No. ....

Total Pages : 03

**GSQ/M-20**

**1695**

**HEALTH AND PHYSICAL EDUCATION**  
**Theory**

Time : Three Hours]

[Maximum Marks : 60

**Note :** Attempt *Five* questions in all, selecting at least *one* question from each Unit I, II, III and IV. Unit V is compulsory.

प्रत्येक इकाई I, II, III तथा IV से एक प्रश्न चुनते हुए कुल पाँच प्रश्नों के उत्तर दीजिए । इकाई V अनिवार्य है ।

**Unit I (इकाई I)**

1. Discuss the socialization through sports. **10**  
खेल के माध्यम से समाजीकरण पर चर्चा कीजिए ।
2. Explain the effect of social behaviour on sports performance. **10**  
खेल प्रदर्शन पर सामाजिक व्यवहार के प्रभाव की व्याख्या कीजिए ।

**Unit II (इकाई II)**

3. Describe the Interval training in detail. **10**  
अंतराल प्रशिक्षण का विस्तार से वर्णन कीजिए ।

(3)L-1695

4. Explain the effects of doping on health. **10**  
स्वास्थ्य पर डोपिंग के प्रभाव के बारे में बताइए ।

### Unit III (इकाई III)

5. Explain the application of Levers in the field of sports. **10**  
खेल के क्षेत्र में लीवर के अनुप्रयोग की व्याख्या कीजिए ।
6. Discuss in detail Newton's Law of Motion. **10**  
न्यूटन के गति के नियम की विस्तार से चर्चा कीजिए ।

### Unit IV (इकाई IV)

7. Describe structure of Digestive System. **10**  
पाचन-तंत्र की संरचनात्मक व्याख्या कीजिए ।
8. Explain the effects of exercise on Digestive System. **10**  
पाचन-तंत्र पर व्यायाम के प्रभावों की व्याख्या कीजिए ।

### Unit V (इकाई V)

9. (i) What do you mean by motivation ?  
अभिप्रेरणा से आपका क्या अभिप्राय है ?
- (ii) Describe Socialization.  
समाजीकरण का वर्णन कीजिए ।
- (iii) What are the types of Sports Training ?  
खेल प्रशिक्षण के प्रकार क्या हैं ?

- (iv) What do you mean by Circuit Training ?  
सर्किट ट्रेनिंग से आपका क्या अभिप्राय है ?
- (v) Explain the meaning of Biomechanics.  
बायामैकेनिक्स का अर्थ स्पष्ट कीजिए ।
- (vi) What is Lever ?  
लीवर क्या है ?
- (vii) What do you understand by Doping ?  
डोपिंग से आप क्या समझते हैं ?
- (viii) What are the types of Levers ?  
लीवर के प्रकार क्या हैं ?
- (ix) What is Motion ?  
गति क्या है ?
- (x) What are the types of Doping ? **2×10=20**  
डोपिंग के प्रकार क्या हैं ?