

(4)

(ii) '3' Point Line in Basketball

'3' अंक लाइन बास्केटबाल

9. Prepare the courts of the following :

निम्नलिखित मैदानों का निर्माण कीजिए :

(a) Volleyball

वॉलीबाल

(b) Kabaddi

कबड्डी

A

(Printed Pages 4)

Roll No. _____

A-319

Bachelor of Physical Education

Examination, 2015

Fourth Paper

(Coaching & Officiating in Sports & Games)

Time Allowed : Three Hours]

[Maximum Marks : 80

Note : Answer **five** questions in all. Question **No.**

1 is **compulsory**. It carries 32 marks. At-tempt **one** question from each unit. Each unit carries 12 marks.

कुल पाँच प्रश्नों के उत्तर दीजिए। प्रश्न सं. 1 अनिवार्य है। इसके 32 अंक हैं। प्रत्येक इकाई से एक प्रश्न कीजिए। प्रत्येक इकाई के 12 अंक हैं।

1. Write short answers of the following :

निम्नलिखित के संक्षिप्त उत्तर लिखिए : $8 \times 4 = 32$

(i) Fartlek Training

फार्टलेक ट्रेनिंग

(ii) Third Umpire in Cricket

क्रिकेट में थर्ड अम्पायर

(2)

(iii) Jurrey of Appeal

जूरी ऑफ अपील

(iv) Components of Physical Fitness

शारीरिक क्षमता के घटक

Unit - I

इकाई - I

2. Define Coaching and explain its importance.
कोचिंग को परिभाषित करते हुए उसके महत्व की व्याख्या कीजिए। 12

OR / अथवा

3. What are the various components of Physical fitness? Briefly explain any one.
शारीरिक दक्षता के विभिन्न घटक क्या हैं? किन्हीं एक का संक्षिप्त वर्णन कीजिए।

Unit - II

इकाई - II

4. What is Circuit training? Describe the needs of Circuit training. 12
सर्किट ट्रेनिंग क्या है? सर्किट ट्रेनिंग की आवश्यकताओं को लिखिए।

A-319

(3)

OR / अथवा

5. Define Conditioning and explain the importance of Conditioning.
कन्डीशनिंग की परिभाषा दीजिए तथा इसके महत्व को समझाइये।

Unit - III

इकाई - III

6. Draw a 400 meter Standard track and explain it. 12
400 मीटर का एक स्टैन्डर्ड ट्रैक (धावन पथ) बनाकर विस्तारपूर्वक समझाइये।

OR / अथवा

7. Write short notes on the following :
निम्नलिखित पर संक्षिप्त टिप्पणियाँ लिखिए :
(i) Referee in football
फुटबाल में रैफरी
(ii) Second Referee in Vollyball
वॉलीबाल में द्वितीय रैफरी

Unit - IV

इकाई - IV

8. Explain briefly the methods of Marking of the following : 12
निम्नलिखित निशान लगाने की विधियों का वर्णन कीजिए :
(i) Sector of Jevlin Throw
सेक्टर भाला प्रक्षेपण

A-319

P.T.O.