

A

(Printed Pages 3)

A-329

B.A./B.Sc. (Part-II) Examination, 2015

PHYSICAL EDUCATION

Paper-III

(Care of Athletic Injuries and Rehabilitation)

Time Allowed : Three Hours] [Maximum Marks : $\begin{cases} B.A. : 25 \\ B.Sc. : 50 \end{cases}$

Note : Answer **Five** questions in all. **Question No. 1** is **compulsory**. Attempt **one** question from each Unit.

कुल पाँच प्रश्नों के उत्तर दीजिए। प्रश्न सं.1 अनिवार्य है।
प्रत्येक इकाई से एक प्रश्न कीजिए।

1. Write short notes on the following: 5/10

निम्नलिखित पर संक्षिप्त टिप्पणियाँ लिखिए:

(i) Acute injury

गम्भीर चोट

(ii) Friction

घर्षण

(iii) Infrared Lamp

इन्फ्रारेड लैंप

P.T.O.

(2)

(iv) Strain

खिचाव

(v) Contrast Bath

एकान्तर स्नान

Unit-I/इकाई-I 5/10

2. What do you mean by sports injuries? Explain types of sports injuries.
खेल चोटों का क्या अर्थ है? खेलों में चोटों के प्रकार का वर्णन कीजिए।

OR

3. Write an essay on prevention of sports injuries.
खेलकूद में लगने वाली चोटों की रोकथाम पर विस्तार से लिखिए।

Unit-II/इकाई-II 5/10

4. What is sprain and strain? Explain causes of strain and sprain in sports.
स्प्रेन एवं स्ट्रेन क्या है? खेल में स्प्रेन एवं स्ट्रेन के कारणों का उल्लेख कीजिए।

OR

5. "Prevention is better than cure." Explain with suitable examples.
"दवा की अपेक्षा रोकथाम ज्यादा अच्छा है" उचित उदाहरणों सहित समझाइये।

(3)

Unit-III/इकाई-III 5/10

6. Write about cold and hot therapy.
ठंडी एवं गर्म चिकित्सा के बारे में लिखिए।

OR

7. Give the definition and classification of therapeutic exercise.
उपचारीय व्यायाम की परिभाषा तथा वर्गीकरण लिखिए।

Unit-IV/इकाई-IV 5/10

8. What is resisted exercise? Explain effects of resisted exercise.
प्रतिरोधी व्यायाम क्या है? प्रतिरोधी व्यायाम के प्रभाव का वर्णन कीजिए।
9. What is the definition of massage? Explain effects of massage on skin.
मसाज की परिभाषा बताइए। त्वचा पर मसाज के प्रभाव का वर्णन कीजिए।