

[This question paper contains 4 printed pages.]

Your Roll No.....

Sr. No. of Question Paper : 4854

H

Unique Paper Code : 2552202401

Name of the Paper : Athletic Care and Rehabilitation

Name of the Course : Bachelor of Arts Physical Education (DSC-A4) (NEP – UGCF)

Semester : IV – May/June

Duration : 3 Hours

Maximum Marks : 90

Instructions for Candidates

1. Write your Roll No. on the top immediately on receipt of this question paper.
2. Attempt Any **Five** questions.
3. **All** questions carry equal marks.
4. Answers may be written either in English or Hindi; but the same medium should be used throughout the paper.

छात्रों के लिए निर्देश

1. इस प्रश्न-पत्र के मिलते ही ऊपर दिए गए निर्धारित स्थान पर अपना अनुक्रमांक लिखिए ।

P.T.O.

2. किन्हीं पाँच प्रश्नों का उत्तर दीजिए ।
3. सभी प्रश्नों के अंक समान हैं ।
4. इस प्रश्न-पत्र का उत्तर अंग्रेजी या हिंदी किसी एक भाषा में दीजिए, लेकिन सभी उत्तरों का माध्यम एक ही होना चाहिए ।

1. What are injuries? Define Sports Injuries. Write down the classification of injuries in sports. Explain the management of sports injuries in detail. (18)

चोटें क्या हैं? खेल चोटों को परिभाषित करें। खेलों में चोटों का वर्गीकरण लिखिए। खेल चोटों के प्रबंधन को विस्तार से समझाइये।

2. Define Athletic Care and Sports Medicine. Write down their significance in Physical Education and Sports. (18)

एथलेटिक देखभाल और खेल चिकित्सा को परिभाषित करें। शारीरिक शिक्षा एवं खेल में उनके महत्व लिखिए।

3. Define the term Rehabilitation. Discuss the importance of rehabilitation in sports. (18)

पुनर्वास शब्द को परिभाषित करें। खेलों में पुनर्वास के महत्व की चर्चा करें।

4. What are the various aspects of athletic care? Write in detail. (18)

एथलेटिक देखभाल के विभिन्न अवयवों को विस्तारपूर्वक लिखें।

5. Define Therapeutic Modalities. Elaborate any three (3) types of therapeutic modalities along with their therapeutic effects. (18)

चिकित्सीय तौर-तरीकों को परिभाषित करें। किन्हीं तीन (3) प्रकार की चिकित्सीय पद्धतियों को उनके चिकित्सीय प्रभावों के साथ विस्तृत करें।

6. Define Sports Massage. List down various types of Massage and explain the physiological effects of Massage? (18)

खेल मालिश को परिभाषित करें। मालिश के विभिन्न प्रकारों की सूची बनाएं और मालिश के शारीरिक प्रभावों की व्याख्या करें?

7. Define First Aid. What is the significance of First Aid? Explain the basic concepts and applications of PRICE or CPR. (18)

प्राथमिक चिकित्सा को परिभाषित करें। प्राथमिक चिकित्सा का क्या महत्व है? PRICE या CPR की बुनियादी अवधारणाओं और अनुप्रयोगों की व्याख्या करें।

8. Describe the various technique of rehabilitation in detail. (18)

पुनर्वास की विभिन्न विधियों का विस्तार पूर्वक वर्णन करें।

9. Write short note on any two of the following : (9+9=18)

निम्नलिखित में से किन्हीं दो पर संक्षिप्त टिप्पणी लिखें :

(a) Strengthening and Conditioning

सुदृढीकरण और कंडीशनिंग

(b) Principles of injury prevention

चोट की रोकथाम के सिद्धांत

(c) Concept of safety measures in games/sports

खेलों में सुरक्षा उपायों की अवधारण

(d) Nutrition and Supplements

पोषण और पूरक