

Second B.P.E.-Regular-2012-13 & Onwards SY B.P.E.
BPE21 - Physiology of Exercises & Kinesiology Paper-I

P. Pages : 3

Time : Three Hours



GUG/W/16/5294

Max. Marks : 80

- Notes :
1. Attempt **five** questions.
 2. Two questions from each section are necessary.
 3. Draw well labelled diagrams wherever necessary.

SECTION – A

1. Define physiology and explain why is it important for physical education teacher. **16**
2. Explain the effect of training on cardiorespiratory system. **16**
3. Explain the terms warm up, conditioning and training with suitable examples. **16**
4. Write short notes on **any four**:- **16**
 - a) Glycogen cycle.
 - b) Circuit training.
 - c) Muscle strain.
 - d) Oxygen debt.
 - e) Relaxation and Rest.
5. Write notes on following.
 - i) Aerobic and Anaerobic phase of exercise. **8**
 - ii) Aging changes in muscles. **8**

SECTION - B

6. Define kinesiology and explain importance of kinesiology in physical education. **16**
7. Explain with examples the structural classification of muscles. **16**
8. Explain the following : -
 - i) Principles of inertia. **8**
 - ii) Principles of equilibrium. **8**
9. What is lever? Write its types and explain its practical application in sports. **16**
10. Explain in detail the body position in running and walking. **16**

BPE21 - Physiology of Exercises & Kinesiology Paper-I

Time : Three Hours

Max. Marks : 80

- सूचना :- 1. एकूण पाच प्रश्नांची उत्तरे लिहा.
2. प्रत्येक विभागातून कमीत-कमी दोन प्रश्न सोडविणे आवश्यक आहे.
3. आवश्यक ठिकाणी सुबक आकृत्या काढा.

विभाग - अ

1. शरीर - क्रिया विज्ञानाची व्याख्या द्या, आणि शारीरिक शिक्षण शिक्षकांकरिता हे का महत्वपूर्ण आहे ते वर्णन करा. 16
2. हृदय-श्वसन प्रणालीवर प्रशिक्षणाचे प्रभाव स्पष्ट करा. 16
3. उत्तेजन, व्यायाम अनुकूल, आणि प्रशिक्षण या पदांना योग्य उदाहरणासह स्पष्ट करा. 16
4. संक्षिप्त टिपा लिहा कोणत्याही चारवर. 16
 - अ) ग्लायकोजन चक्र
 - ब) चक्रीय प्रशिक्षण.
 - क) स्नायू ताण.
 - ड) प्राणवायू ऋण.
 - इ) आराम आणि विश्रांती.
5. खालील टिपा लिहा.
 - i) एरोबिक आणि एनारोबिक व्यायाम. 8
 - ii) मांस पेशीमधील वार्धक्यीकरण बदल. 8

विभाग - ब

6. मानवक्रिया विज्ञानाची व्याख्या द्या आणि त्याचे शारीरिक शिक्षणात महत्व स्पष्ट करा. 16
7. मांसपेशीचे रचनात्मक वर्गीकरण उदाहरणांसह स्पष्ट करा. 16
8. खालील स्पष्ट करा: -
 - i) जडत्वाचा सिध्दांत 8
 - ii) संतुलनाचे सिध्दांत 8
9. तरफ म्हणजे काय? तरफच्या प्रकारांना स्पष्ट करून खेळामध्ये त्यांची व्यावहारिक उपयोगीता स्पष्ट करा. 16
10. धावताना आणि चालतांना होणाऱ्या शरीर स्थितीवर सविस्तर लिहा. 16

Second B.P.E.-Regular-2012-13 & Onwards SY B.P.E.
BPE21 - Physiology of Exercises & Kinesiology Paper-I

Time : Three Hours

Max. Marks : 80

- सूचनाएँ :-
1. कुल पाँच प्रश्न हल कीजिए।
 2. प्रत्येक विभाग से दो प्रश्न हल करना अनिवार्य है।
 3. आवश्यकतानुसार नामांकित आकृतियाँ बनाइये।

विभाग - अ

1. शरीर क्रिया विज्ञान को परिभाषित कीजिए तथा शारीरिक शिक्षा के शिक्षकों के लिये यह क्यों महत्वपूर्ण है? इसका वर्णन कीजिए। 16
2. हृदय-श्वसन संस्थान पर प्रशिक्षण के प्रभावों को स्पष्ट कीजिए। 16
3. उत्तेजक, व्यायाम अनूकूलन एवं प्रशिक्षण इन पदों को योग्य उदाहरणसहित स्पष्ट कीजिये। 16
4. निम्नलिखित **किन्हीं चार** पर टिप्पणियाँ लिखिए:- 16
 - अ) ग्लायकोजन चक्र
 - ब) चक्रीय प्रशिक्षण
 - क) मांसपेशीय तनाव
 - ड) ऑक्सीजन - ऋण
 - इ) आराम और विश्रांति.
5. निम्नलिखित पर टिप्पणियाँ लिखिये: -
 - i) एरोबिक एवं एनोरोबिक व्यायाम. 8
 - ii) मांसपेशियों का वार्धक्यीकरण बदल. 8

विभाग - ब

6. मानवक्रिया विज्ञान को परिभाषित कीजिए एवं उसका शारीरिक शिक्षा में महत्व स्पष्ट कीजिए। 16
7. मांसपेशी का रचनात्मक वर्गीकरण उदाहरणसहित स्पष्ट कीजिये। 16
8. निम्नलिखित को स्पष्ट कीजिए: -
 - i) जडत्व का सिद्धांत. 8
 - ii) संतुलन का सिद्धांत. 8
9. उत्तोलक से क्या तात्पर्य है? उसके प्रकारों को स्पष्ट करके खेलकूद में उसकी व्यावहारिक उपयोगिता स्पष्ट करें. 16
10. दौड़ते और चलते समय के शरीर स्थिति को विस्तारपूर्वक लिखिये। 16

munotes.in