

ASSIGNMENT – 2025
B.A. II Sem Subject : Physical Education

PAPER - I History of Physical Education

Unit – I

Q1. Modern Olympic Games.
आधुनिक ओलंपिक खेल ।

Q2. Objective of Olympic Games, motto, and flag of Olympic charters of opening.
ओलंपिक खेलों का उद्देश्य, ओलंपिक मोटो और उद्घाटन को समझाइये ।

Unit – II

Q3. Explain National Physical Efficiency Drive.
अखिल भारतीय खेल परिषद् को समझाइये ।

Q4. Contribution of the growth by physical education by leader's movements.
नेताओं के आंदोलनों द्वारा शारीरिक शिक्षा के विकास में योगदान समझाइये

Unit – III

Q5. Y.M.C.A. and its contribution.
वाई.एम.सी.ए और उसका योगदान समझाइये ।

Q6. Contribution of personalities in the field of sports in India by:
भारत में खेल के क्षेत्र में हस्तियों का योगदान बताइये ।

1. J.D. Sondhi
जी.डी. सोंधी
2. Rajkumari Amrit Kaur
राजकुमारी अमृत कौर

ASSIGNMENT - 2025
B.A. II Sem Subject : Physical Education

PAPER - II Foundations of Physical Education

Unit – I

- Q1. Definition of muscles & type of muscles.
मांसपेशियां और मांसपेशियों के प्रकार को समझाइये ।
- Q2. Definition of circulatory system
संचार प्रणाली को समझाइये ।

Unit – II

- Q3. Physical education and sports as a need of the society
शारीरिक शिक्षा एवं खेल समाज की आवश्यकता ।
- Q4. Sociological implication of physical education and sports
शारीरिक शिक्षा और खेल का समाज का समाजशास्त्रीय निहितार्थ ।

Unit – III

- Q5. Psychological factors affecting sports performance.
खेल प्रदर्शन को प्रभावित करने वाले मनोवैज्ञानिक कारक बताइये ।
- Q6. Benefits of different types of exercise to the various system of the body.
विभिन्न प्रकार के व्यायाम से शरीर के विभिन्न प्रणालियों को लाभ ।

Assignment

B.A. IV Sem.

Sub: - Physical Education

(Paper –I Anatomy & physiology of exercise-II)

Unit - I

- Q1. Define growth and development. What are the differences between growth and development वृद्धि एवं विकास को परिभाषित करें। वृद्धि और विकास के बीच क्या अंतर हैं?
- Q2. What do you understand by warming-up and conditioning? Explain their importance on sports training.
गरमाना (तैयार करना) और अनुकूलन से आप क्या समझते हैं? खेल प्रशिक्षण में उनके महत्व को समझाइये।

Unit - II

- Q3. Explain in detail the effects of exercise on various muscles of the body.
शरीर की विभिन्न मांसपेशियों पर व्यायाम के प्रभावों को विस्तार से समझाइए।
- Q4. Explain circulatory system. Define respiratory system with diagram.
परिसंचरण तंत्र को समझाइये। आरेख सहित परिसंचरण तंत्र को परिभाषित करें ।

Unit - III

- Q5. What is Neuro-muscular coordination? How does it work while players are playing?
तंत्रिकापेशीय समन्वय क्या है? जब खिलाड़ी खेल रहे हों तो यह कैसे काम करता है?
- Q6. Explain in detail:-
विस्तार से बताएं :-

- | | |
|----------------|---------------|
| 1. fatigue | :- मोटापा |
| 2. Cramp | :- ऐंठन |
| 3. Second wind | :- दूसरी वायु |
| 4. Oxygen dept | :- ऑक्सीजन ऋण |

B.A Fourth Sem

Assignment

Management and Methods of physical –II

Unit-I

Q1. Need and importance of equipment for physical education

शारीरिक शिक्षा हेतु उपकरणों की आवश्यकता एवं महत्व ।

OR

Q2. What is the important consideration in selecting the sports equipment

खेल उपकरण के चयन में किन बातों का ध्यान रखना महत्वपूर्ण है?

Unit-II

Q1. खेल उपकरणों के रख-रखाव एवं देखभाल के बारे में विस्तार से बताएं

Explain in detail about the sports equipment maintaining and care

OR

Q2. Make a list of equipment and explain it

उपकरणों की एक सूची बनाएं और उसे समझाएं

Unit-III

Q1. Explain the qualities of a good Budget

एक अच्छे बजट के गुण बताइये

OR

Q2. Describe the important things to be kept in mind while purchasing sports equipment

खेल उपकरण खरीदते समय ध्यान रखने योग्य महत्वपूर्ण बातों का वर्णन करें

Assignment

B.A Sixth Sem

Health education-I

Unit-I

Q1.Explain the alcohol drugs habituation in detail and how its effects on sports performance

शराब की लत के बारे में विस्तार से बताएं और इसका खेल प्रदर्शन पर क्या प्रभाव पड़ता है

OR

Q2. Describe good hygiene habits

अच्छी स्वच्छता आदतों का वर्णन करें

Unit -II

Q1.Write an essay on contagions disease

छूत की बीमारी पर एक निबंध लिखें

OR

Q2.Define Communicable diseases describe the symptoms and treatment of tetanus

संक्रामक रोगों को परिभाषित करें, टेटनस के लक्षण और उपचार का वर्णन करें

Unit-II

Q1.Explain the role of safety for preventing accidents in sports.

खेलों में दुर्घटनाओं को प्रस्तुत करने में सुरक्षा की भूमिका स्पष्ट करें

OR

Q2.Describe about any five common injuries in sports

खेलों में लगने वाली किन्हीं पाँच सामान्य चोटों का वर्णन करें

Assignment –March 2025
Program-BA VI sem
Subject-Physical education
Paper II – Test and measurement

Unit –I

Q1. What are the main components of Canadian fitness test, explain?

कैनेडियन फिटनेस टेस्ट के मुख्य घटक क्या हैं?

Q2. Explain in detail the seven components of the AAHPER youth fitness test?

AAHPER युवा फिटनेस टेस्ट के सात घटकों के बारे में विस्तार से बताएं ?

Unit –II

Q3. Describe the different skill components assessed in the Johnson basketball bility test , and explain their importance in evaluating a player's performance ?

जॉनसन बास्केटबॉल क्षमता परीक्षण में आकलन किए गए विभिन्न कौशल घटकों का वर्णन करें, और किसी खिलाड़ी के प्रदर्शन के मूल्यांकन में उनके महत्व की व्याख्या करें?

Q4. What are the different components of the Harbans singh field hockey test ?

हरबंस सिंह फील्ड हॉकी टेस्ट के विभिन्न घटक क्या हैं ?

Unit-III

Q5. Describe a Basketball playing field with a diagram?

बास्केटबॉल खेल के मैदान का चित्र सहित वर्णन करें?

Q6. Describe a volleyball playing field with a diagram?

वॉलीबॉल खेल के मैदान का चित्र सहित वर्णन करें?

