



Paper Code
DYSC-CT 201

Roll No.
Signature of Invigilator

पतंजलि विश्वविद्यालय
University of Patanjali

Examination December – 2022

Diploma in Yogasana Sports Coaching (DYSC); Semester : Second
Yogasana Sports ; Paper : First

Kinesiology & Sports Biomechanics

Time: 3 Hours

Max. Marks: 70

Note: This paper is of seventy (70) marks divided into two (02) sections A, and B. Attempt the questions contained in these sections according to the detailed instructions given therein.

नोट : यह प्रश्नपत्र सत्तर (70) अंकों का है जो दो (02) खंडों क, तथा ख में विभाजित है। प्रत्येक खण्ड में दिए गए विस्तृत निर्देशों के अनुसार ही प्रश्नों को हल करना है।

Section - A / खण्ड-क

(Long Answer Type Questions) / (दीर्घ-उत्तरीय प्रश्न)

Note: Section 'A' contains five (05) long-answer-type questions of fifteen (15) marks each. Attempt any three questions. (3×15=45)

नोट : खण्ड 'क' में पांच (05) दीर्घ उत्तरीय प्रश्न दिए हैं, प्रत्येक प्रश्न के लिए पंद्रह अंक निर्धारित हैं। किन्हीं तीन प्रश्नों के उत्तर दीजिए।

1. विभिन्न मौलिक गतियों को परिभाषित करें।

Define the various fundamental movements.

2. जोड़ों के प्रकारों को विस्तार से लिखिए।

Write down the types of joints in detail.

3. घुटने के जोड़ पर काम करने वाली प्रमुख पेशियों का वर्गीकरण लिखिए।

Write down the classification of major muscles acting at Knee Joint.

4. फ्लैट फुट, स्कोलियोसिस और बौ लेग के कारण, लक्षण और उपचार की व्याख्या करें।

Explain the causes, symptoms and treatment of Flat Foot, Scoliosis and Bow Legs.

5. रेखीय गति के बारे में आप क्या जानते हैं? विस्तार से व्याख्या करें।

What do you know about Linear Motion? Explain in detail.

Section - B / खण्ड-ख

(Short Answer Type Questions) / (लघु-उत्तरीय प्रश्न)

Note: Section 'B' contains Seven (07) short-answer-type questions of five (05) marks each. Attempt any five (05) questions. (5×5=25)

नोट : खण्ड 'ख' में सात (07) लघु उत्तरीय प्रश्न दिए गये हैं, प्रत्येक प्रश्न के लिए पांच अंक निर्धारित हैं। किन्हीं पांच प्रश्नों के उत्तर दीजिए।

6. शारीरिक शिक्षा और खेल में काइनेसियोलॉजी के महत्व की व्याख्या करें।

Explain the importance of Kinesiology in physical education and sport.

7. आसन की अन्तिम अवस्था के गुणों को लिखें।

Write the characteristics of good final posture.

8. मोटर क्रिया को विस्तार से परिभाषित कीजिए।

Define motor action in detail.

9. गतियों का वर्गीकरण लिखिए।

Write down the classification of movements.

10. स्पोर्ट्स बायोमैकेनिक्स को विस्तार से परिभाषित करें।

Define sports Biomechanics in detail.

11. काउंटर फोर्स की अवधारणा को लिखिए और खेल में काउंटर फोर्स के महत्व को भी समझाइए।

Write down the concept of counter force also explain the importance of counter force in sports.

12. उत्तोलन के सिद्धान्तों को विस्तार से लिखिए।

Write down the principles of Leverage in detail.

-----X-----