



Roll No.
Signature of Invigilator

Paper Code
DYSC-CT-202

पतंजलि विश्वविद्यालय
University of Patanjali

Examination May-June 2023

Diploma in Yogasana Sports Coaching (DYSC), Semester-II
Coaching & Training

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 of each 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. कोचिंग की परिभाषा लिखें। एक खिलाड़ी के कौशल को बढ़ाने में कोचिंग किस प्रकार सहायक है?

Write down the definition of coaching. How coaching can help to boost the performance of an athlete?

2. प्रशिक्षण के सिद्धान्तों की व्याख्या कीजिए।

Describe the principles of training.

3. कोचिंग के लिए व्यवहार एवं सम्बन्ध क्यों जरूरी हैं?

Why behavior & relationship is necessary for coaching?

4. योगासन की पाठ-योजना बनाइए।

Make a teaching lesson plan in Yogasana.

5. पाठ योजना के महत्व की विस्तार से व्याख्या कीजिए।

Describe the importance of lesson plan 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. 'कोचिंग प्रभावशीलता' का वर्णन कीजिए।

Explain Coaching effectiveness.

7. खेल में कोचिंग के दृष्टिकोणों पर चर्चा कीजिए।

Discuss the approaches to sports coaching.

8. पाठ योजना के प्रकारों का वर्णन कीजिए।

Explain the types of lesson plan.

9. 'प्रदर्शन' एवं 'अवलोकन' पर चर्चा कीजिए।

Discuss 'Demonstration' & 'Observation'.

10. पाठ योजना में प्रस्तुति की तकनीक क्या हैं?

What are the presentation technique in lesson plan?

11. एक प्रशिक्षक एक खिलाड़ी के व्यवहार को किस प्रकार प्रबंधित करेगा?

How does a Coach manage an athlete's behaviour?

12. कोचिंग की प्रक्रिया में 'विश्लेषण' और 'फीडबैक' की भूमिका की व्याख्या करें।

Explain the role of 'Analysis' and 'Feedback' in coaching process.

-----X-----