



Paper Code

BPE0602

Roll No.

Signature of Invigilator

पतंजलि विश्वविद्यालय
University of Patanjali

Examination June- 2022

Bachelor of Physical Education & Sports, Semester : Sixth
BPE ; Paper : Second
Sports Psychology

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. खेल मनोविज्ञान को परिभाषित करें और खेल विज्ञान के साथ सम्बन्ध के बारे में चर्चा कीजिये।

Define Sports Psychology and discuss its relation with the sports science.

2. खेल मनोविज्ञान के क्षेत्र पर चर्चा करें और शारीरिक शिक्षा के क्षेत्र में इसकी क्या उपयोगिता है?

Briefly discuss scope of Sports Psychology and mention its utility in the field of Physical Education?

3. अभिप्रेरण के प्रकार के बारे में संक्षेप में चर्चा करें।

Briefly explain the types of motivation.

4. वंशानुक्रम और पर्यावरण से आप क्या समझते हैं? चर्चा करें कि वंशानुक्रम और पर्यावरण के कारक मानव खेल प्रदर्शन को कैसे प्रभावित करते हैं?

What do you mean by heredity and environment? Discuss how the heredity and environmental factors influence human performance in sports.

5. प्रेरणा से आप क्या समझते हैं? खेलों में उच्च प्रदर्शन हेतु प्रेरणा की विभिन्न तकनीकों की चर्चा करें।

What do you mean by Motivation? Explain the different techniques of motivation for higher achievement in sports.

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. तनाव क्या है? इसके विभिन्न प्रकारों का उल्लेख करें।

What is Stress? Explain different types of Stress.

7. 'समूह गतिशीलता' का समूह खेल में महत्व निर्धारित कीजिये।

Explain 'Group Dynamics' in group Sports.

8. चर्चा करें कि वार्मिंग-अप (गर्माना) द्वारा तनाव को कैसे कम कर सकते हैं?

Describe how warming-up reduces stress?

9. 'समूह संवर्धन' (एकजुटता) को समझाइये।

Explain 'Group Cohesion'?

10. खेल चिंता को परिभाषित करें तथा इसके प्रकारों का वर्णन कीजिये।

Define sports anxiety and explain the types of sports anxiety.

11. विलियम हरबर्ट शेल्डन द्वारा निर्धारित व्यक्तित्व के प्रकारों का वर्णन कीजिये।

Describe the types of Personalities as given by William Herbert Sheldon?

12. वृद्धि और विकास को परिभाषित करें।

Define growth and development.

-----X-----