



Roll No.
Signature of Invigilator

Paper Code
DYSC-CT 102

पतंजलि विश्वविद्यालय
University of Patanjali

Examination June – 2022

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

Human Anatomy & Exercise Physiology

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. हृदय का चित्र बनाइये। रक्त परिसंचरण को समझाइये।

Make the diagram of Heart? Explain blood circulation.

2. जैव ऊर्जा विज्ञान से आप क्या समझते हैं? वायवीय एवं अवायवीय ऊर्जा उपापचय को समझाइये।

What do you mean by Bioenergetics? Explain the aerobic and anaerobic energy metabolism.

3. शरीर तापमान को समझाइए। ठंडे तथा गर्म वातावरण का विस्तारपूर्वक वर्णन कीजिए।

Explain body temperature. Describe the hot and cold environment in detail.

4. हॉर्मोन के अर्थ एवं व्यायाम के दौरान होने वाली हॉर्मोनल प्रतिक्रिया को समझाइए।

Explain the meaning of Hormone and Hormonal responses during exercise.

5. 'उच्च ऊँचाई' से आप क्या समझते हैं? उच्च ऊँचाई के प्रशिक्षण के महत्व को समझाइये।

What do you mean by altitude? Explain the importance of high altitude training.

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. वाहिका तंत्र (कार्डियोवास्कुलर तंत्र) को समझाइये।

Describe Cardiovascular system.

7. थकान एवं पुनः प्राप्ति को समझाइये।

Explain fatigue and recovery.

8. व्यायामों के दौरान वाहिका तंत्र (कार्डियोवस्कुलर) नियन्त्रण को समझाइए।

Explain cardiovascular control during exercises.

9. शक्ति प्रशिक्षण की शरीर क्रियाविज्ञान का वर्णन कीजिए।

Describe the physiology of strength training.

10. उच्च ऊँचाई प्रशिक्षण के महत्व क्या हैं? समझाइये।

What are the importance of high altitude training? Explain.

11. महिला एवं पुरुष के बीच में शरीर क्रियात्मक अन्तर क्या हैं? समझाइये।

Explain the physiological difference between men and women.

12. व्यायाम के दौरान वायवीय एवं अवायवीय ऊर्जा उपापचय को समझाइये।

Explain the aerobic and anaerobic energy metabolism during exercise.

-----X-----