

This question paper contains 2 printed pages]

**AA—320—2016**

**FACULTY OF PHYSICAL EDUCATION**  
**B.A. (Third Year) (Fifth Semester) EXAMINATION**  
**NOVEMBER/DECEMBER, 2016**  
**(Old Course)**  
**PHYSICAL EDUCATION**  
**Paper-X**

(History and Development of Games and Sports and Training Methods)  
**(Tuesday, 13-12-2016)** **Time : 10.00 a.m. to 12.00 noon**

*Time—2 Hours*

*Maximum Marks—40*

*N.B. :— (i) Attempt All questions.*

*(ii) All questions carry equal marks.*

*(i) सर्व प्रश्न सोडवा.*

*(ii) सर्व प्रश्नांना समान गुण आहेत.*

1. Write in detail the marking and rules of Kho-Kho game. 10

खो-खो खेळाच्या क्रीडांगणाची आखणी व नियम सविस्तर लिहा.

*Or*

*(किंवा)*

Explain the Historical Development of Football.

फुटबॉल खेळाचा ऐतिहासिक विकास स्पष्ट करा.

2. Answer the following questions (any two) : 10

*(i) Explain the Fartlek training method.*

*(ii) Write in detail the rules of Basketball game.*

*(iii) Explain the importance of warming-up.*

*(iv) Describe in brief about competition season.*

खालीलपैकी कोणत्याही दोन प्रश्नांची उत्तरे लिहा :

*(i) फर्टलेक प्रशिक्षण पद्धती स्पष्ट करा.*

*(ii) बास्केटबॉल खेळाचे नियम सविस्तर लिहा.*

*(iii) उत्तेजक व्यायामाचे महत्व स्पष्ट करा.*

*(iv) स्पर्धा कालावधी संबंधी थोडक्यात लिहा.*

P.T.O.

3. Write short answers of any *two* of the following : 10

- (i) Short-term training.
- (ii) Write the rules of Handball game.
- (iii) Write the weight training method.
- (iv) Explain the Normal load.

खालीलपैकी कोणत्याही दोनची थोडक्यात उत्तरे लिहा :

- (i) अल्प मुदतीचे प्रशिक्षण.
- (ii) हॅन्डबॉल या खेळाचे नियम लिहा.
- (iii) भार प्रशिक्षण पद्धती लिहा.
- (iv) सामान्य भार स्पष्ट करा.

4. Write short notes on any *two* of the following : 10

- (i) Conditioning exercises
- (ii) Pre-season
- (iii) Overload
- (iv) Long-term training.

खालीलपैकी कोणत्याही दोनवर थोडक्यात टिपा लिहा :

- (i) पुरक व्यायाम
- (ii) प्रशिक्षणाच्या सुरुवातीचा कालावधी
- (iii) अतिभार
- (iv) दिर्घ मुदतीचे प्रशिक्षण.