

**M. P. Ed. Sem - II (CBCS - 2016 COURSE) : SUMMER - 2019**

**SUBJECT: ATHLETIC CARE & REHABILITATION**

Day: Thursday  
Date: 04/04/2019

Time: 02.00 PM TO 05.00 PM  
Max Marks: 60

**S-2019-0737**

---

N.B:

- 1) All questions are **COMPULSORY**.
  - 2) Figures to the right indicate **FILL** marks
- 

**Q.1** What do you mean by posture? Write the values of good posture. . (12)

**OR**

How spine is examined? Write the general curves of human spine.

**Q.2** Write the causes & drawbacks of bad posture. (12)

**OR**

Write the names of postural defects .Explain the specification of any one bad posture.

**Q.3** Write the meaning of passive, active, assisted & resisted rehabilitative exercises. (12)

**OR**

Deferntiate between assisted & resisted types of rehabilitative exercises. When resisted type of rehabilitative exercises. are suggested?

**Q.4** Name few classifications of massage. Explain any one with its technique. (12)

**OR**

Write the names of different types of bandages .When & how they are used? Explain.

**Q.5** Write short notes **ANY THREE** of the following: (12)

- a) Kyphosis
- b) Physiologic effects of massage.
- c) Types of sports injuries
- d) Principles of cold and hot treatments.

मराठी रूपांतर

सूचना:

- १) सर्व प्रश्न सोडविणे आवश्यक आहे.
- २) उजवीकडील अंक प्रश्नांचे गुण दर्शवितात.

- प्र.१ शरीर धारणा म्हणजे काय? चांगल्या शरीरधारणेचे फायदे लिहा. (१२)  
किंवा  
पाठीच्या कण्याचे परिक्षण कसे करतात? मानवी शरीरातील पाठीच्या कण्याच्या सामान्य बाकाविषयी लिहा.
- प्र.२ वाईट शरीर धारणेची कारणे व तोटे लिहा. (१२)  
किंवा  
शरीरातील अयोग्य शरीरधारणेच्या प्रकारांची नावे लिहा. कोणत्याही एका अयोग्य शरीर धारणेच्या वैशिष्ट्यांचे वर्णन करा.
- प्र.३ पुनर्वस्थापनेसाठी केलेल्या निष्क्रिय, चपळ, मदतीने व प्रतिकारक हालचाली (१२)  
विषयी लिहा.  
किंवा  
मदतीने व प्रतिकाराने केलेल्या पुनर्स्थापना व्यायाम प्रकारातील फरक स्पष्ट करा. प्रतिकारक व्यायाम केव्हा करावे असे सुचविता? वर्णन करा.
- प्र.४ मालिश तंत्राच्या विविध प्रकारांची नावे लिहा. कोणत्याही एका तंत्राचे वर्णन करा. (१२)  
किंवा  
मलमपट्टीच्या विविध प्रकारांची नावे लिहा आणि त्यांचा वापर केव्हा आणि कसा करतात याचे वर्णन करा.
- प्र.५ टीपा लिहा. (कोणत्याही तीन) (१२)  
अ) पाठीचे कुबड  
ब) मालिश कार्यात्मक परिणाम  
क) क्रीडा दुःखापतीचे प्रकार  
ड) थंड व गरम उपचारांची तत्वे

\* \* \* \* \*