

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

SUBJECT: PHYSIOLOGY OF EXERCISE AND SPORTS

Day: Friday
Date: 01/03/2019

Time: 10.00 A.M. TO 01.00 P.M.
Max Marks: 60

S-2019-0730

N.B:

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

Q.1 How muscles contracts? Explain with the help of suitable sketch **(12)**

OR

How blood circulates in human body? Explain with the help of suitable diagram

Q.2 How cardiac output, stroke volume and heart beats differs from normal person and trained athlete? **(12)**

OR

How breathing occurs in human body? Explain with the help of suitable figures.

Q.3 Explain with the help of suitable figures the External and Internal Respiration. **(12)**

OR

Name few physical activities that require immediate energy supply. From where and how energy is provided? Explain

Q.4 What is thermoregulation? How it work? Explain. **(12)**

OR

Name few energetic aids. Explain how they influence sports performance

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

- a) Effect of Exercise on Respiratory system
- b) Cardiac Cycle
- c) Muscle tone
- d) Oxygen Debt

* * * * *

मराठी रूपांतर

सूचना:

- १) सर्व प्रश्न आवश्यक आहेत.
- २) उजवीकडील अंक प्रश्नांचे पूर्ण गुण दर्शवितात.

प्र.१ स्नायू कसे अकुंचन पावतात? याचे योग्य आकृतीच्या सहाय्याने वर्णन करा. (१२)

किंवा

मानवी शरीरात रक्त कसे प्रवाहीत होते? याचे योग्य आकृतीच्या सहाय्याने वर्णन करा.

प्र.२ सामान्य व्यक्ति व प्रशिक्षित खेळाडू यांच्या एक मिनिट रक्त परिमाण एक ठोका रक्तप्रमाण व हृदय ठोका यांची तुलना करा. (१२)

किंवा

मानवी शरीरात श्वसन कसे घडते? याचे योग्य आकृतीच्या सहाय्याने वर्णन करा.

प्र.३ बाह्य व अंतरंगत श्वसनाचे योग्य आकृतीच्या सहाय्याने वर्णन करा. (१२)

किंवा

ज्या शारीरिक हालचालींना ताबडतोब ताकद पुरविण्याची गरज असते त्यांची नांवे लिहा. तसेच त्यांना कोठून व कशी ताकद पुरविली जाते त्याचे वर्णन करा.

प्र.४ तुम्हाला उष्णता नियमन म्हणून काय समजले? ते कसे कार्य करते? याचे वर्णन करा. (१२)

किंवा

काही उत्साह वर्धक वस्तूंची नांवे लिहा व ती क्रीडा संपादनाला कसे प्रभावित करतात? याचे वर्णन करा.

प्र.५ टिपा लिहा. (१२)

- अ) व्यायामाचा श्वसनसंस्थेवर होणारा परिणाम
- ब) हृदय चक्र
- क) स्नायू स्थिति
- ड) प्राणवायूचे ऋण

* * *