

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

SUBJECT: SPORTS MEDICINE

Day: Friday
Date 29/03/2019

S-2019-0744

Time: 02.00 PM TO 05.00 PM
Max Marks: 60

N.B.:

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

Q.1 Explain the meaning of sports medicine and its importance in sports and groups. **(12)**

OR

Manual grading and gait training- Discuss

Q.2 Explain the different types of stretching technique. **(12)**

OR

Isotonic and isokinetic exercises- Discuss.

Q.3 Discuss the shoulder dislocation and its management. **(12)**

OR

Discuss the causes of lateral epicondylitis (tennis elbow) and its management.

Q.4 Ankle sprain and its management- Discuss **(12)**

OR

Write about coordination exercises and balance exercises.

Q.5 Write notes on any THREE: **(12)**

- a) Medial epicondylitis.
- b) Achilles tendinitis.
- c) Strapping technique for knee joint.
- d) Gym ball exercises

* * * *

मराठी रूपांतर

सूचना:

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

प्र.१ क्रीडावैद्यक शास्त्राचे अर्थ सांगून त्याचे क्रिडा आणि खेळ यांचे महत्त्व स्पष्ट करा. (१२)

किंवा

मॅनवल मसल ग्रेडींग आणि गेट ट्रेनिंग डू चर्चा करा.

प्र.२ तानाच्या व्यायामाचे विविध प्रकाराचे विश्लेषण करा. (१२)

किंवा

समस्थानिक आणि समगतीक व्यायामाची चर्चा करा.

प्र.३ सांध्या निखळणे आणि त्याचे व्यवस्थापन चर्चा करा (१२)

किंवा

टेनिस एलबोचे कारण सांगून त्याचे व्यवस्थापनाचे चर्चा करा.

प्र.४ घोटा मुरगळणे आणि त्याचे व्यवस्थापन चर्चा करा. (१२)

किंवा

समन्वय व्यायाम आणि समतोल व्यायाम या विषयी लिहा.

प्र.५ खालीलपैकी कोणत्याही तीन टीपा लिहा. (१२)

- अ) मेडीयल एपीकोन्डायलीटीस
- ब) अपिलिस स्नायुबांधाची दुखापत
- क) गुडघ्याच्या सांध्याचे चाबक तंत्र (स्ट्रॉपिंग)
- ड) जमिबॉलचा व्यायाम

* * * * *