

M. P. ED. SEM - I (CBCS - 2016 COURSE) : WINTER - 2017

SUBJECT : PHYSIOLOGY OF EXERCISE & SPORTS

Day : Wednesday
Date : 08/11/2017

Time : 10.00 AM TO 01.00 PM
Max. Marks : 60

W-2017-0507

N.B.

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

Q.1 Write about sliding filament theory of muscular contraction. (12)

OR

Write about effect of exercises and training on the muscular system.

Q.2 Write about cardiac cycle and factors affecting heart rate. (12)

OR

Elaborate effect of exercises and training on the cardio vascular system.

Q.3 Elaborate mechanics of breathing and define oxygen debt. (12)

OR

Elaborate effect of exercises and training on the respiratory system.

Q.4 Write difference in aerobic and anaerobic systems during rest and exercise. (12)

OR

Write about stimulants and sports performance.

Q.5 Write short notes : (12)

- a) Types of muscle fiber
- b) Cardiac hypertrophy
- c) Anaerobic threshold
- d) Human growth hormone and sports performance

* * *

मराठी रूपांतर

सूचना:

- १) सर्व प्रश्न आवश्यक आहेत.
- २) उजवीकडील अंक गुणांचा निर्देश करतात.

प्र.१ स्नायू आकुंचनाची स्लायडींग फिलामेंट थेरी लिहा. (१२)

किंवा

स्नायू संस्थेवर व्यायामाचा आणि प्रशिक्षणाचा परिणाम लिहा.

प्र.२ रूधिराभिसरण चक्र आणि हृदयाचा स्पंदनावर परिणाम करणारे घटक लिहा. (१२)

किंवा

रूधिराभिसरण संस्थेवर व्यायाम आणि प्रशिक्षणाचा परिणाम लिहा.

प्र.३ श्वसनाची क्रिया विस्तृत करून प्राणवायूचे कर्ज लिहा. (१२)

किंवा

श्वसन संस्थेवर व्यायामाचा व प्रशिक्षणाचा होणारा परिणाम लिहा.

प्र.४ विश्रांती आणि व्यायाम करताना अॅरोबिक्स आणि अॅनॅरोबिक्स संस्थेबद्दल लिहा. (१२)

किंवा

खेळाचे नैपूण्य आणि उत्तेजक द्रव्य सविस्तर लिहा.

प्र.५ थोडक्यात टिपा लिहा. (१२)

- अ) स्नायू तंतूचे प्रकार
- ब) हृदयाची जाडी
- क) अॅनॅरोबिक थ्रिशोल्ड
- ड) मानवी प्रगतीमध्ये ग्रंथी आणि खेळाचे नैपूण्य