

B.P.Ed. (Two Year) Semester - III
EC-301 - Sports Medicine, Physiotherapy and Rehabilitation

P. Pages : 6

Time : Three Hours



GUG/S/23/2813

Max. Marks : 70

Notes : 1. All questions are compulsory.

1. Explain the role of athletic trainer in sports and Medicine and write in detail the aims and objectives of sports medicine. **15**

OR

Write in detail the contribution of physical teachers and Coaches in the care and rehabilitation of sports persons.

2. Write in detail the prevention of injuries in sports and their diagnosis of common injuries in sports. **15**

OR

What is first aid in sports and fractures, strains, and different types of bandage, write them in detail.

3. Infrared rays, electrotherapy, short wave diathermy what are these practitioners used for in sports and when is this therapy. **15**

OR

Cold therapy thermotherapy, hot and cold bath steam bath write these in detail.

4. Write the following notes **any two**. **7.5x2**
- a) Importance of massage in sports.
 - b) Scope of therapeutic exercise
 - c) Free exercise
 - d) Assisted exercise.

5. Attempt **any ten** out of the following twelve questions. **10**

i) In which year was the international world medical organization established for sports medicine?

- | | |
|---------|---------|
| a) 1930 | b) 1932 |
| c) 1928 | d) 1935 |

ii) What are the disadvantages of injury to a player?

- | | |
|-----------------|----------------------|
| a) Physically | b) Mental |
| c) A and B both | d) None of the above |

iii) By what means can the blood pressure of hypertension patients be improved?

- | | |
|------------------------------|----------------------|
| a) Different types of action | b) Specific exercise |
| c) Physical activities | d) All of the above |

- iv) How can sports injuries be avoided?
 - a) Prior knowledge of the game b) Knowledge of skill
 - c) Proper equipment d) By the development of skill

- v) What is the bone fracture that causes damage of the body along with the breakdown of bone?
 - a) Green stick bone fractures b) Shok bone fractures
 - c) Complicated bone fracture d) Evolgen bone fractures

- vi) Spraine are more common in which Joint ligament?
 - a) Capsuleer b) Amular ligament
 - c) Lateral collateral ligament d) All of the above

- vii) How many ampere units are the length of waves in infrared rays?
 - a) 50 to 7500 b) 40 to 7700
 - c) 60 to 7600 d) 40 to 7800

- viii) The treatment of muscle which has high amount of blood and water is good by this method.
 - a) Aortic therapy b) Cold therapy
 - c) Strong diathermy d) Micro wave diathermy

- ix) This is the most effective method for athletics type.
 - a) Cold therapy b) Hot therapy
 - c) Steam spray d) Paraffin bath

- x) In this method the paraffin is added to the mixture and immersed in the mixture. This processes is repeated several times.
 - a) Paraffin painting b) Paraffin dip
 - c) Thermotherapy d) Water bath

- xi) In the pre 500 CE. Who made workout and massage a part of their healing.
 - a) Hippocrates b) Plato
 - c) Asclepiads d) Herodicus

- xii) In this method, the muscles of the organ being massage are first pressed to the bones.
 - a) Gunthan method b) Cyclic method
 - c) Pressure method d) All of the above

EC-301 - Sports Medicine, Physiotherapy and Rehabilitation

Time : Three Hours

Max. Marks : 70

सुचना :- 1. सर्व प्रश्न सोडविणे आवश्यक.

1. एथलेटिक ट्रेनर ची क्रिडा औषधि मधिल भूमिकेला स्पष्ट करून क्रिडा चिकित्सेच्या ध्येय आणि उद्दिष्ट्ये सविस्तर लिहा. 15

किंवा

खेळाडूंची निगा व पुनर्वसन मध्ये शारीरिक शिक्षक आणि प्रशिक्षकांचे योगदाना बाबत सविस्तर लिहा.
2. खेळांमध्ये होणाऱ्या इजा पासून बचाव, खेळामध्ये (होणाऱ्या) लागणाऱ्या सामान्य इजा व त्यांचे उपचार यांना सविस्तर लिहा. 15

किंवा

खेळामध्ये प्राथमिक उपचार म्हणजे काय? अस्थि भंग, खिचाव आणि विविध प्रकारच्या पट्टीबंधनाच्या प्रकारा बाबत सविस्तर लिहा.
3. इन्फ्रारेड किरण, इलेक्ट्रोथेरापी, शॉर्टवेव डायथर्मो या चिकित्सांचे खेळामध्ये कशा करिता उपयोग केले जाते व या चिकित्सा पद्धतीचा उपयोग केव्हा करण्यात येतो स्पष्ट करा. 15

किंवा

ठंडी चिकित्सा, थर्मोथेरापी, गर्म आणि थंडे स्नान, स्टिम स्नान, यांना सविस्तर लिहा.
4. खालील टिपा लिहा कोणत्याही दोन. 7.5x2

अ) खेळामध्ये मॉलीश चे महत्व
 ब) उपचारिक व्यायामाचे मुख्य उद्देश्य
 क) मुक्त व्यायाम (Free Exercise)
 ड) आधार देवून करवून घेतलेले व्यायाम (Assisted Exercise)
5. खालील दिलेल्या बारा प्रश्नांपैकी कोणतेही दहा प्रश्न सोडवा. 10
 - 1) क्रिडा चिकित्सेसी संबंधित आंतरराष्ट्रीय क्रिडा चिकित्सा संघठनाची (International Sports Medicine Organisation) स्थापना कोणत्या वर्षी करण्यात आली?
 अ) 1930 ब) 1932
 क) 1928 ड) 1935
 - 2) खेळाडूंना इजा झाल्यामुळे त्यांना कोण-कोणते नुकसान होत असतात?
 अ) शारीरिक ब) मानसिक
 क) अ आणि ब दोन्ही ड) वरिल कोणतेही नाही

- 3) हायपर टेंशनच्या मरिजाचे रक्तदाब कोणत्या माध्यमांनी सुधरविले जाते.
 अ) वेगवेगळ्या प्रकारची क्रिया ब) विशिष्ट व्यायाम
 क) शारीरिक हालचाली ड) वरिल पैकी सर्व
- 4) खेळांमध्ये होणाऱ्या इजांपासून कसे बचाव केले जाऊ शकते?
 अ) खेळाचे पूर्वज्ञान ब) कौशल्याचे ज्ञान
 क) योग्य उपकरण ड) कौशल्य विकसित असल्याने
- 5) ज्या अस्थिभंगात हाडांच्या तुटण्याच्या सोबतच शरीराच्या आंतरिक नरम (कोमल) भागाला हानी पोहचत असते त्याला काय म्हणतात?
 अ) गिनस्टिक अस्थिभंग ब) आघात अस्थिभंग
 क) कठीण अस्थिभंग ड) एवोलजन अस्थिभंग
- 6) मोच बहुधा कोणत्या संधी बंधन स्नायु मध्ये अधिक होत असते?
 अ) कॅप्सुलर ब) एमुलर लीगामेन्ट
 क) लॅटरल कोलेटरल लीगामेन्ट ड) वरिलपैकी सर्व
- 7) इन्फ्रारेड किरणांमध्ये तरंगांची लांबी किती एम्पीयर युनिट पर्यन्त असते?
 अ) 50 ते 7500 ब) 40 ते 7700
 क) 60 ते 7600 ड) 40 ते 7800
- 8) ज्या मासपेशी मध्ये रक्त व पाण्याची मात्र अधिक असते त्याचे उपचार कोणत्या पद्धतीने योग्य होऊ शकतो.
 अ) पॅराध्वनि चिकित्सा ब) थंडी चिकित्सा
 क) दूर तरंग डायथर्मो ड) सुक्ष्म तरंग डायथर्मो
- 9) एथलेटिक्स प्रकार करिता हि अधिक चांगली प्रभावी विधि आहे.
 अ) थंडी चिकित्सा ब) उष्ण चिकित्सा
 क) बाष्पयुक्त स्त्रे ड) पॅराफीन स्नान
- 10) या विधीमध्ये इजाग्रस्त जोडाला पॅराफिनच्या मिश्रण मध्ये डुबविले जाते या प्रक्रियेला कितेकदा दोहरविण्यात येत असते.
 अ) पॅराफिन पेंटींग ब) पॅराफीन डिप
 क) थर्मो थेरापी ड) जल स्नान
- 11) ई. पू. 500 मध्ये कोणी व्यायाम आणि मालीशला आपली चिकित्सेचा एक भाग बनविले होते?
 अ) हिपोक्रेटस ब) प्लेटो
 क) एस्क्लेपियाडेज ड) हिरोडिकस
- 12) या विधीमध्ये मालीश केलेल्या भागाच्या मासपेशींना पहिले हाडापर्यंत दाबण्यात येत असे.
 अ) गुंथन विधी ब) चक्रिय विधी
 क) दबाव विधी ड) वरिल पैकी सर्व

EC-301 - Sports Medicine, Physiotherapy and Rehabilitation

Time : Three Hours

Max. Marks : 70

सुचनाएँ :- 1. सभी प्रश्न अनिवार्य हैं।

1. एथलेटिक ट्रेनर की खेल औषधि विज्ञान में भूमिका को स्पष्ट किजिये तथा खेल चिकित्सा के लक्ष्य एवं उद्देश्यों को विस्तार से लिखिए। 15

अथवा

खिलाडी की देखभाल और पुनर्वास में शारीरिक शिक्षक एवं प्रशिक्षको के योगदान को विस्तारपूर्वक लिखिए।

2. खेलों में चोट लगने से बचाव, तथा खेलों में लगने वाली सामान्य चोटों उनका निदान इन्हें विस्तार से लिखिए। 15

अथवा

खेलों में प्राथमिक चिकित्सा क्या है? तथा अस्थि - भंग, खिचाव पट्टी बंधनके प्रकार इन्हें विस्तार से लिखिए।

3. इन्फ्रारेड किरण, इलैक्ट्रोथेरापी, शॉर्ट वेव डायथर्मो इन चिकित्साओं का खेलों में किसलीए उपयोग किया जाता है तथा इस चिकित्सा पद्धती का उपयोग कब किया जाता है? 15

अथवा

ठण्डी चिकित्सा, थर्मोथेरापी, गर्म एवं ठण्डा स्नान, स्टिम स्नान इन्हें विस्तार से लिखिए।

4. निम्नलिखित टिप्पनिया लिखिए **कोईभी दो।** 7.5x2

- अ) खेलकुद में मालीश का महत्व।
 ब) उपचारिक व्यायाम के मुख्य उद्देश्य।
 क) मुक्त व्यायाम।
 ड) सहारेवाले व्यायाम।

5. निम्नलिखित बारा में से **कोईभी दस** प्रश्न हल किजिए। 10

- 1) क्रिडा चिकित्सा से संबंधित आंतरराष्ट्रीय क्रिडा चिकित्सा संगठन (International Sports Medicine Organisation) की स्थापना किस वर्ष की गई?
 अ) 1930 ब) 1932
 क) 1928 ड) 1935
- 2) खिलाडी को चोट लगने से उसको कौन कौन से नुकसान होते हैं?
 अ) शारीरिक ब) मानसिक
 क) अ और ब दोनों ड) उपरोक्त कोईभी नहीं
- 3) हायपरटेंशन के मरीजों की रक्तचाप को किसकी माध्यम से सुधारा जा सकता है?
 अ) विभिन्न प्रकार की क्रिया ब) विशिष्ट व्यायाम
 क) शारीरिक गतिविधियाँ ड) उपरोक्त सभी

