

B.P.Ed. Semester-III
EC-301 - Sports Medicine, Physiotherapy and Rehabilitation

P. Pages : 6

Time : Three Hours



GUG/S/25/2813

Max. Marks : 70

Notes : All questions are compulsory.

1. What is sports medicine? Explain the modern concept of sports medicine in the field of physical education. **15**

OR

What is first aid? Write down the first aid for strain, sprain, dislocation and cramps.

2. Define physiotherapy and explain the importance of physiotherapy. **15**

OR

Write down in detail about ultraviolet rays and short-wave diathermy.

3. Explain in detail the physiological effect of massage. **15**

OR

Explain in detail about thermotherapy and cryotherapy.

4. Write short notes: **2x7.5**

- a) Free mobility exercise for shoulder
- b) Free mobility exercise for ankle.

OR

- a) Active movements
- b) Passive movements.

5. Answer **any ten** questions. Write correct answer in your answer sheet. **10x1**

- 1) Which of the following are involved in injuries called 'sprains'.

- a) Bones
- b) Tendons
- c) Ligaments
- d) Blood vessels

- 2) Main principles for treatment of soft tissue injury.

- a) Ice
- b) RICE
- c) Both a and b
- d) None of these

- 3) Test of doping

- a) Urine sample test
- b) Blood sample test
- c) Both a and b
- d) None of these

- 4) Green stick fracture is mainly occurs in

- a) Child
- b) Adult
- c) Women
- d) None of these

- 5) Drugs is a chemical compound for,
 - a) Mental excitement
 - b) Physical excitement
 - c) a and b both
 - d) None of these
- 6) Use of paraffin bath for treatment.
 - a) Fracture
 - b) Joint injuries
 - c) Muscles injuries
 - d) None of these
- 7) The main source of ultraviolet rays.
 - a) Light
 - b) Sunlight
 - c) Luminous lamp
 - d) None of these
- 8) The objective of first aid is
 - a) To preserve life
 - b) To prevent further injury
 - c) To relieve pain
 - d) All of the above
- 9) Types of hydrotherapy is
 - a) Contrast bath
 - b) Whirlpool bath
 - c) Both a and b
 - d) None of these
- 10) The last stage of therapeutic exercise is
 - a) Passive
 - b) Active Assisted
 - c) Active
 - d) Active resisted
- 11) Classification of therapeutic exercise is
 - a) Active movement
 - b) Passive movement
 - c) Both a and b
 - d) None of these
- 12) Types of massage is
 - a) Stroking
 - b) Rolling
 - c) Pinching
 - d) None of these

Max. Marks : 70

सुचना :- सर्व प्रश्न सोडविणे आवश्यक आहे.

1. खेळ औषधी विज्ञान म्हणजे काय? शारीरिक शिक्षण क्षेत्रात खेळ औषधी विज्ञानाची आधुनिक संकल्पना स्पष्ट करा. 15

किंवा

प्रथमोपचार काय आहे? ताण, मुरघणे, हाड चटकणे आणि एठणें मध्ये प्रथमोपचार लिहा.

2. भौतिक उपचारची व्याख्या लिहा आणि भौतिकोपचाराची महत्व स्पष्ट करा. 15

किंवा

अल्ट्रावाइलेट किरण आणि शार्टवेव डाइथेरमीचा संबंधि सविस्तर लिहा.

3. मर्दनचा शरीरावर होणारे प्रभाव सविस्तर लिहा. 15

किंवा

थर्मोथेरपी आणि क्रायोथेरपीचा संबंधी सविस्तर चर्चा करा.

4. टिपा लिहा. 2x7.5

अ) खांद्याचा मुक्त व्यायाम

ब) घोटयाचा मुक्त व्यायाम

किंवा

क) सक्रिय हालचाल

ड) निष्क्रिय हालचाल

5. कोणतेही दहा प्रश्न सोडवा आणि बरोबर उत्तरे आपल्या उत्तर-पुस्तिकेवर लिहा. 1x10

1) यांचात कोणत्या इजाबला मोच म्हणतात?

अ) हाड

ब) नस

क) स्नायुबंध

ड) रक्त कण

2) मुलायम पेशीच्या जखमावर उपचार चे मुख्य सिध्दांत आहे

अ) बर्फाचे प्रयोग

ब) राइस (RICE)

क) अ आणि ब दोन्ही

ड) यापैकी कोणतेही नाही

3) मादक औषधीच्या तपासनीसाठी

अ) मूत्राची नमुना चाचणी

ब) रक्त नमूनाची तपासणी

क) अ आणि ब दोन्ही

ड) यापैकी कोणतेही नाही

4) ग्रीन स्टीक अस्थिभंग मुख्यतः होतो

अ) लहान मुलांमध्ये

ब) वैयस्कर व्यक्ति मध्ये

क) महिला मध्ये

ड) यापैकी कोणतेही नाही

- 5) मादक औषधी एक रासायनिक यौगिक आहे यांचे मुळे होते
अ) मानसिक उत्तेजना ब) शारीरिक उत्तेजना
क) अ आणि ब दोन्ही ड) यापैकी कोणतेही नाही
- 6) पराफिन स्नानाचे उपयोग निम्न उपचारासाठी होतो.
अ) अस्थिभंग ब) संधीचे जखम
क) मांशपेशी चे जखम ड) यापैकी कोणतेही नाही
- 7) पैराबॅंगनी किरणाचे मुख्य स्रोत आहे.
अ) प्रकाश ब) सुर्याचा प्रकाश
क) ल्यूमिनस लॅंप ड) यापैकी कोणतेही नाही
- 8) प्रथमोपचार चे उद्देश्य आहे.
अ) जीवन चे सुरक्षा ब) पुढे होणारे जखमाचे रोकथाम
क) दुखण्या पासून रोकथाम ड) वरील सर्व
- 9) जल चिकित्साचे प्रकार आहे.
अ) ठंड आणि गरम स्नान ब) जलभंवर स्नान
क) अ आणि ब दोन्ही ड) यापैकी कोणतेही नाही
- 10) चिकित्सकीय व्यायामांचे अंतिम चरणाला
अ) निष्क्रिय ब) सक्रिय सहायता देणे
क) सक्रिय ड) अप्रभावित राहणे
- 11) उपचारात्मक व्यायाम चे वर्गीकरण आहे
अ) सक्रिय गती ब) निष्क्रिय गती
क) अ आणि ब दोन्ही ड) यापैकी कोणतेही नाही
- 12) मसाज चे प्रकार आहे
अ) स्ट्रॉकिंग ब) रोलिंग
क) पिर्चींग ड) वरील सर्व

Max. Marks : 70

सुचनाएँ :- सभी प्रश्न अनिवार्य हैं।

1. खेल औषधि विज्ञान क्या है? शारीरिक शिक्षा के क्षेत्र में खेल औषधि विज्ञान की आधुनिक संकल्पना को स्पष्ट कीजिये। 15

अथवा

प्रथमोपचार क्या है? तनाव, मोच, हड्डियों की अव्यवस्था तथा ऐंठन में प्रथमोपचार को लिखिये।

2. भौतिक उपचार की परिभाषा दीजिये तथा कायिक चिकित्सा के महत्व को स्पष्ट कीजिये। 15

अथवा

अल्ट्रावाइलेट किरणें तथा शार्टवेव डाइथेरमी के बारे में सविस्तार लिखे।

3. मर्दन का शरीर पर होने वाले प्रभाव को सविस्तार वर्णन कीजिए। 15

अथवा

थर्मोथेरापी और क्रायोथेरापी के बारे में सविस्तार वर्णन कीजिये।

4. टिप्पणी लिखे: 2x7.5

- अ) कंधे का मुक्त चलन व्यायाम
ब) टखने का मुक्त चलन व्यायाम

अथवा

- क) सक्रिय हलचल
ड) निष्क्रिय हलचल

5. किन्हीं दस प्रश्नों को हल कीजिये और सही उत्तर को अपनी उत्तर पुस्तिका में लिखें। 1x10

- 1) इनमें से कौनसी चोट कहलाता है 'मोच'

- अ) हड्डियाँ ब) पट्टियाँ
क) स्नायुबंध ड) रक्त कण

- 2) मुलायम उत्तक जख्म के उपचार के मुख्य सिद्धांत है

- | | |
|-----------------|-------------------------|
| अ) बर्फ | ब) राइस (RICE) |
| क) अ और ब दोनों | ड) इनमें से कोई भी नहीं |

- 3) मादक औषधी के जांच के लिये

- | | |
|---------------------------|-------------------------|
| अ) पेशाब के नमूने की जाँच | ब) खून की जाँच |
| क) अ और ब दोनों | ड) इनमें से कोई भी नहीं |

- 4) ग्रीन स्टीक अस्थिभंग (लचीली अस्थिभंग) मुख्यतः होता है।

- अ) बच्चों में ब) वयस्कों में
क) महिलाओं में ड) इनमें से कोई भी नहीं

- 5) मादक दवाइयाँ एक रासायनिक यौगिक है जिससे,
अ) मानसिक उत्तेजना ब) शारीरिक उत्तेजना
क) अ और ब दोनों ड) इनमें से कोई भी नहीं
- 6) पैराफिन स्नान का उपयोग निम्न उपचार में होता है,
अ) अस्थिभंग ब) जोड़ों का जख्म
क) मांसपेशी घाव ड) इनमें से कोई भी नहीं
- 7) पराबैंगनी किरणों के मुख्य स्रोत है
अ) प्रकाश ब) सुर्य का प्रकाश
क) ल्यूमिनस लैंप ड) इनमें से कोई भी नहीं
- 8) प्रथमोपचार के उद्देश्य हैं
अ) जीवन बचाना ब) आगे के जख्म को रोकना
क) दर्द से आराम ड) उपरोक्त सभी
- 9) जल चिकित्सा के प्रकार है
अ) ठण्ड और गर्म स्नान ब) जलभंवर स्नान
क) अ और ब दोनों ड) इनमें से कोई भी नहीं
- 10) चिकित्सकीय व्यायाम के अन्तिम चरण को
अ) निष्क्रिय ब) सक्रिय सहायता देना
क) सक्रिय ड) सक्रिय प्रतिरोध
- 11) उपचारात्मक (चिकित्सकीय) व्यायाम का वर्गीकरण है
अ) सक्रिय गति ब) निष्क्रिय गति
क) अ और ब दोनों ड) इनमें से कोई भी नहीं
- 12) मालिश के प्रकार है।
अ) सहलाना (Stroking) ब) लुढ़काना (Rolling)
क) चकोटना (Pinching) ड) उपरोक्त सभी