

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

P. Pages : 6

Time : Three Hours



GUG/S/24/2813

Max. Marks : 70

Note : Solve all questions.

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

OR

“Prevention is better than cure”. Explain with suitable examples.

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

OR

Write notes on **any two**.

- a) Infrared rays
- b) Ultraviolet rays
- c) Short wave diathermy

3. Write meaning and definition of massage and describe physiological effect of massage. **15**

OR

Write notes on **any two**.

- a) Contrast bath
- b) Whirlpool bath
- c) Steam bath

4. What are the principles of therapeutic exercise? Explain any two therapeutic exercise and their procedure. **15**

OR

Define therapeutic exercise and explain in detail scope and importance of therapeutic exercise.

5. Solve the following questions **any ten**. **1x10 =10**

- i) Drugs is a chemical compound for:
 - a) Mental excitement
 - b) Physical excitement
 - c) a and b both
 - d) None of these

- ii) Test of dopping-
 - a) Urine sample test
 - b) Blood sample test
 - c) a and b both
 - d) None of these
- iii) Sprain is mainly occurs in-
 - a) Bone
 - b) Ligament
 - c) Muscles
 - d) None of these
- iv) Main principles for treatment of soft tissue injury:
 - a) Ice
 - b) RICE
 - c) a and b both
 - d) None of these
- v) Green stick fracture is mainly occurs in:
 - a) Child
 - b) Adult 55
 - c) Women
 - d) None of these
- vi) Use of paraffin bath for treatment-
 - a) Fracture
 - b) Joint injuries
 - c) Muscles injuries
 - d) None of these
- vii) The main source of ultraviolet rays:
 - a) Light
 - b) Sunlight
 - c) Luminous Lamp
 - d) None of these
- viii) The main symptoms of sprain is:
 - a) Swelling
 - b) Paining
 - c) a and b both
 - d) None of these
- ix) The objective of first aid is:
 - a) To preserve life
 - b) To prevent further injury
 - c) To relieve pain
 - d) All of the above
- x) Types of massage is:
 - a) Stroking
 - b) Rolling
 - c) Pinching
 - d) All of the above
- xi) Types of hydrotherapy is:
 - a) Contrast bath
 - b) Whirlpool bath
 - c) a and b both
 - d) None of these
- xii) Classification of therapeutic exercise is:
 - a) Active movement
 - b) Passive movement
 - c) a and b both
 - d) None of these

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

Time : Three Hours

Max. Marks : 70

सुचना :- सर्व प्रश्न सोडवा.

1. स्पोर्ट्स मेडिसिन म्हणजे काय? शारीरिक शिक्षण क्षेत्रातील क्रीडा औषधाची आधुनिक संकल्पना स्पष्ट करा. 15

किंवा

“उपचारापेक्षा प्रतिबंध चांगला आहे” योग्य उदाहरणांसह स्पष्ट करा.
2. फिजिओथेरेपीची व्याख्या करा आणि फिजिओथेरेपीचे महत्त्व स्पष्ट करा. 15

किंवा

कोणत्याही दोनवर नोट्स लिहा.

 - a) इन्फ्रारेड किरण
 - b) अतिनील किरणे
 - c) शॉर्ट वेव्ह डायथर्मो
3. मसाजचा अर्थ आणि व्याख्या लिहा आणि मसाजच्या शारीरिक परिणामांचे वर्णन करा. 15

किंवा

कोणत्याही दोनवर नोट्स लिहा.

 - a) कॉन्ट्रास्ट बाथ
 - b) व्हर्लपूल बाथ
 - c) स्टीम बाथ
4. उपचारात्मक व्यायामाची तत्वे काय आहेत? कोणतेही दोन उपचारात्मक व्यायाम आणि त्यांची प्रक्रिया स्पष्ट करा. 15

किंवा

उपचारात्मक व्यायामाची व्याख्या करा आणि उपचारात्मक व्यायामाची व्याप्ती आणि महत्त्व तपशीलवार सांगा.
5. खालील प्रश्न सोडवा **कोणतेही दहा.** 1x10
=10
 - i) औषधे हे रासायनिक संयुग आहे:
 - a) मानसिक उत्तेजना
 - b) शारीरिक उत्तेजना
 - c) a आणि b दोन्ही
 - d) यापैकी नाही
 - ii) डोपिंग चाचणी
 - a) मूत्र नमुना चाचणी
 - b) रक्त नमुना चाचणी
 - c) a आणि b दोन्ही
 - d) यापैकी नाही

- iii) मोच प्रामुख्याने आढळते.
- | | |
|-----------|----------------|
| a) हाड | b) अस्थिबंधन |
| c) स्नायू | d) यापैकी नाही |
- iv) मऊ ऊतकांच्या दुखापतीच्या उपचारासाठी मुख्य तत्वे:
- | | |
|-------------------|----------------|
| a) बर्फ | b) तांदूळ |
| c) a आणि b दोन्ही | d) यापैकी नाही |
- v) ग्रीन स्टिक फ्रॅक्चर प्रामुख्याने आढळते.
- | | |
|----------|----------------|
| a) मूल | b) प्रौढ 55 |
| c) महिला | d) यापैकी नाही |
- vi) उपचारासाठी पॅराफिन बाथचा वापर-
- | | |
|---------------------|-----------------|
| a) फ्रॅक्चर | b) सांधे दुखापत |
| c) स्नायूंना दुखापत | d) यापैकी नाही |
- vii) अतिनील किरणांचा मुख्य स्रोत:
- | | |
|-----------------|----------------|
| a) प्रकाश | b) सूर्यप्रकाश |
| c) तेजस्वी दिवा | d) यापैकी नाही |
- viii) मोचांची मुख्य लक्षणे आहेत.
- | | |
|-------------------|----------------|
| a) सूज | b) वेदना |
| c) a आणि b दोन्ही | d) यापैकी नाही |
- ix) प्रथमोपचाराचे उद्दिष्ट आहे.
- | | |
|-------------------------|--------------------------|
| a) जीव वाचवण्यासाठी | b) पुढील इजा टाळण्यासाठी |
| c) वेदना कमी करण्यासाठी | d) वरील सर्व |
- x) मसाजचे प्रकार आहेत.
- | | |
|---------------|--------------|
| a) स्ट्रोकिंग | b) रोलिंग |
| c) पिंचिंग | d) वरील सर्व |
- xi) हायड्रोथेरापीचे प्रकार आहेत.
- | | |
|--------------------|-----------------|
| a) कॉन्ट्रास्ट बाथ | b) व्हालपूल बाथ |
| c) a आणि b दोन्ही | d) यापैकी नाही |
- xii) उपचारात्मक व्यायामाचे वर्गीकरण आहे.
- | | |
|-------------------|---------------------|
| a) सक्रिय हालचाल | b) निष्क्रिय हालचाल |
| c) a आणि b दोन्ही | d) यापैकी नाही |

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

Time : Three Hours

Max. Marks : 70

सुचना :- सभी प्रश्न हल करें।

1. स्पोर्ट्स मेडिसिन क्या है? शारीरिक शिक्षा के क्षेत्र में खेल चिकित्सा की आधुनिक अवधारणा की व्याख्या करें। 15

अथवा

“इलाज से बेहतर रोकथाम है।” उपयुक्त उदाहरण सहित समझाइये।

2. फिजिओथेरेपी को परिभाषित करें और फिजिओथेरेपी के महत्व को समझाएं। 15

अथवा

किन्हीं दो पर नोट्स लिखें

- a) इन्फ्रारेड किरणें
- b) पराबैंगनी किरणें
- c) शॉर्ट वेव डायथर्मि

3. मालिश का अर्थ एवं परिभाषा लिखिए तथा मालिश के शारीरिक प्रभाव का वर्णन कीजिए। 15

अथवा

किन्हीं दो पर नोट्स लिखें-

- a) कंट्रास्ट स्नान
- b) व्हालरूपल स्नान
- c) भाप स्नान

4. चिकित्सीय व्यायाम के सिद्धांत क्या हैं? किन्हीं दो चिकित्सीय व्यायामों और उनकी प्रक्रिया की व्याख्या करें। 15

किंवा

चिकित्सीय व्यायाम को परिभाषित करें और चिकित्सीय व्यायाम के दायरे और महत्व को विस्तार से समझाएं।

5. निम्नलिखित प्रश्न हल करें **कोई दस।** **1x10**
=10

i) ड्रग्स एक रासायनिक यौगिक है:

- a) मानसिक उत्तेजना
- b) शारीरिक उत्तेजना
- c) a और b दोनों
- d) इनमें से कोई नहीं

ii) डोपिंग का परिक्षण

- a) मूत्र नमूना परीक्षण
- b) रक्त नमूना परीक्षण
- c) a और b दोनों
- d) इनमें से कोई नहीं

- iii) मोच मुख्य रूप से होती है-
- | | |
|----------------|----------------------|
| a) हड्डी | b) लिगामेंट |
| c) मांसपेशियां | d) इनमें से कोई नहीं |
- iv) कोमल ऊतकों की चोट के उपचार के मुख्य सिद्धांत:
- | | |
|-----------------|----------------------|
| a) बर्फ | b) चावल |
| c) a और b दोनों | d) इनमें से कोई नहीं |
- v) ग्रीन स्टिक फ्रैक्चर मुख्य रूप से होता है:
- | | |
|------------|----------------------|
| a) बच्चा | b) वयस्क 55 |
| c) महिलाएं | d) इनमें से कोई नहीं |
- vi) उपचार के लिए पैराफिन स्नान का उपयोग-
- | | |
|-------------------------|----------------------|
| a) फ्रैक्चर | b) संयुक्त चोटें |
| c) मांसपेशियों की चोटें | d) इनमें से कोई नहीं |
- vii) पराबैंगनी किरणों का मुख्य स्रोत:
- | | |
|----------------|----------------------|
| a) प्रकाश | b) सूर्य का प्रकाश |
| c) चमकदार लैंप | d) इनमें से कोई नहीं |
- viii) मोच के मुख्य लक्षण हैं:
- | | |
|-----------------|----------------------|
| a) सूजन | b) दर्द |
| c) a और b दोनों | d) इनमें से कोई नहीं |
- ix) प्राथमिक चिकित्सा का उद्देश्य है:
- | |
|---------------------------------|
| a) जीवन को सुरक्षित रखने के लिए |
| b) आगे की चोट को रोकने के लिए |
| c) दर्द से राहत के लिए |
| d) उपरोक्त सभी |
- x) मालिश के प्रकार हैं:
- | | |
|----------------|----------------|
| a) पथपाकर | b) रोलिंग |
| c) चुटकी बजाना | d) उपरोक्त सभी |
- xi) जल चिकित्सा के प्रकार हैं:
- | | |
|--------------------|----------------------|
| a) कंट्रास्ट स्नान | b) व्हालपूल स्नान |
| c) a और b दोनों | d) इनमें से कोई नहीं |
- xii) चिकित्सीय व्यायाम का वर्गीकरण है:
- | | |
|------------------|----------------------|
| a) सक्रिय आंदोलन | b) निष्क्रिय आंदोलन |
| c) a और b दोनों | d) इनमें से कोई नहीं |
