

KGUC
(NEP 2020)
Semester Exam October - 2025
Sub – Introduction to Sport, Physical Literacy,
Health and Fitness, and Yog (Curricular Course)

Class: F.Y.B.Com
Semester - I

Marks: 30
Time: 1 hrs.

N. B. (1) All questions are compulsory.
(2) Figures to the right indicate full marks.

Q. 1. Answer the following questions:(Any Two questions out Five) (10)

1. Elaborate the objectives of sports.
2. Explain the importance of physical literacy.
3. Explain the history of physical education.
4. Explain the objective of Yoga.
5. Discuss the role of esports in the modern sports in industry.

Q. 2. Answer the following question: (Any TWO questions out FIVE) (10)

1. Discuss the significance of inter-collegiate sports tournaments organised by the University of Mumbai in promoting sports among students.
2. Discuss the various aspects of fitness training.
3. State the objectives of yogic practices.
4. Explain the different types of meditation practices.
5. Outline the fundamental principles of fitness training.

Q. 3. Write short notes on: (Any TWO out of FIVE) (10)

1. History of sports
2. Types of Yoga
3. Dronacharya Award
4. Need of Physical Fitness
5. Pranayam

KGUC

(NEP 2020)

Semester Exam October - 2025

Sub – क्रीडा, शारीरिक साक्षरता, आरोग्य आणि तंदुरुस्ती, आणि योग यांचा परिचय

Class: F.Y.B.Com
Semester - I

Marks: 30
Time: 1 hrs.

सूचना: (१) सर्व प्रश्न अनिवार्य आहेत.
(२) उजवीकडील अंक पूर्ण गुण दर्शवतात.

प्रश्न १. खालील प्रश्नांची उत्तरे द्या: (पाच पैकी कोणतेही दोन प्रश्न) (१०)

१. खेळांचे उद्दीष्ट्ये विस्तृत करा.
२. शारीरिक साक्षरतेचे महत्त्व स्पष्ट करा.
३. शारीरिक शिक्षणाचा इतिहास स्पष्ट करा.
४. योगाचे उद्दीष्ट्ये स्पष्ट करा.
५. उद्योगातील आधुनिक खेळांमध्ये ई-स्पोर्ट्सच्या भूमिकेवर चर्चा करा.

प्रश्न २. खालील प्रश्नांची उत्तरे द्या: (पाच प्रश्नांपैकी कोणतेही दोन प्रश्न) (१०)

१. विद्यार्थ्यांमध्ये खेळांना प्रोत्साहन देण्यासाठी मुंबई विद्यापीठाने आयोजित केलेल्या आंतरमहाविद्यालयीन क्रीडा स्पर्धांचे महत्त्व चर्चा करा.
२. तंदुरुस्ती प्रशिक्षणाच्या विविध पैलूंवर चर्चा करा.
३. योगिक पद्धतींचे उद्दीष्ट्ये सांगा.
४. ध्यान पद्धतींचे विविध प्रकार स्पष्ट करा.
५. तंदुरुस्ती प्रशिक्षणाची मूलभूत तत्त्वे सांगा.

प्रश्न ३. टिप्पा लिहा: (पाच पैकी कोणतेही दोन) (१०)

१. खेळांचा इतिहास
२. योगाचे प्रकार
३. द्रोणाचार्य पुरस्कार
४. शारीरिक तंदुरुस्तीची आवश्यकता
५. प्राणायाम
