

CENTRAL UNIVERSITY OF HARYANA

Even Semester Term End Examinations June 2022

Programme :	M.P.E.S	Session :	2021-22
Semester :	IV	Max. Time :	3 Hours
Course Title :	Health Education and Sports Nutrition	Max. Marks :	70
Course Code :	SOE PES 010423 C3003		

Instructions:

1. Question no. 1 has seven parts and students are required to answer any four. Each part carries three and half Marks.

2. Question no. 2 to 5 have three parts and student are required to answer any two parts of each question. Each part carries seven marks.

Q 1. (4X3.5=14)

a) What is health and wellness? Explain its differences.

स्वास्थ्य और कल्याण क्या है? इसके अंतर स्पष्ट कीजिए।

b) Define communicable and non-communicable diseases.

संचारी और गैर-संचारी रोगों को परिभाषित करें।

c) Write a note about the hygiene health care system.

स्वच्छता स्वास्थ्य देखभाल प्रणाली के बारे में एक नोट लिखें।

d) Why the health record maintenance required in educational institutions?

शैक्षणिक संस्थानों में स्वास्थ्य रिकॉर्ड रखरखाव की आवश्यकता क्यों है?

e) What are the items mainly required in the first-aid kit box? and briefly explain its purposes.

प्राथमिक चिकित्सा किट बॉक्स में मुख्य रूप से किन वस्तुओं की आवश्यकता होती है? और संक्षेप में इसके उद्देश्यों की व्याख्या करें।

f) Define malnutrition and its impact.

कुपोषण और उसके प्रभाव को परिभाषित कीजिए।

g) Distinguish between diet and balanced diet.

आहार और संतुलित आहार में अंतर स्पष्ट कीजिए।

Q 2. (2X7=14)

a) Describe the different dimensions of health.

स्वास्थ्य के विभिन्न आयामों का वर्णन कीजिए।

b) The role of the physical education profession in individuals, families, and society.

व्यक्तियों, परिवारों और समाज में शारीरिक शिक्षा पेशे की भूमिका।

c) Write the latest trends in Health Education and global strategy.

स्वास्थ्य शिक्षा और वैश्विक रणनीति में नवीनतम रुझानों को लिखें।

Q3.

(2X7=14)

- a) Write any four communicable diseases and explain their mode of transmission, prevention, symptoms and control.
- b) Explain the health hazards and their types
- c) Write any four Non-communicable diseases and explain their mode of prevention, symptoms, and control.

कोई चार संचारी रोग लिखिए और उनके संचरण के तरीके, रोकथाम, लक्षण और नियंत्रण की व्याख्या कीजिए।

स्वास्थ्य खतरों और उनके प्रकारों की व्याख्या करें

किन्हीं चार असंक्रामक रोगों को लिखिए तथा उनकी रोकथाम, लक्षण एवं नियंत्रण के तरीकों की व्याख्या कीजिए।

Q 4.

(2X7=14)

- a) Objectives of school health services and briefly explain the health problem of school-going children.
- b) Role of health education in primary and high school.
- c) Write an elaborate note the responsibilities of Indian health organizations in the development of health.

स्कूल स्वास्थ्य सेवाओं के उद्देश्य और स्कूल जाने वाले बच्चों की स्वास्थ्य समस्या की संक्षेप में व्याख्या करें।

प्राथमिक और उच्च विद्यालयों में स्वास्थ्य शिक्षा की भूमिका।

स्वास्थ्य के विकास में भारतीय स्वास्थ्य संगठनों के उत्तरदायित्वों पर एक विस्तृत टिप्पणी लिखिए।

Q 5.

(2X7=14)

- a) Prepare a one-week nutrition plan for aerobic and anaerobic athletes.
- b) Elaborate on the food loading, the concept of carbohydrate loading and protein loading.
- c) Explain the nutrition and its types and write a short note about what are the nutrition needs for your own game.

एरोबिक और एनारोबिक एथलीटों के लिए एक सप्ताह की पोषण योजना तैयार करें।

खाद्य लोडिंग, कार्बोहाइड्रेट लोडिंग और प्रोटीन लोडिंग की अवधारणा पर विस्तार से चर्चा करें।

पोषण और उसके प्रकारों की व्याख्या करें और इस बारे में एक संक्षिप्त टिप्पणी लिखें कि आपके अपने खेल के लिए पोषण की क्या आवश्यकता है।

CENTRAL UNIVERSITY OF HARYANA

Even Semester Term End Examinations June 2022

Programme :	M.P.E.S	Session :	2021-22
Semester :	IV	Max. Time :	3 Hours
Course Title :	Health Education and Sports Nutrition	Max. Marks :	70
Course Code :	SOE PES 010423 C3003		

Instructions:

1. Question no. 1 has seven parts and students are required to answer any four. Each part carries three and half Marks.
2. Question no. 2 to 5 have three parts and student are required to answer any two parts of each question. Each part carries seven marks.

Q 1. (4X3.5=14)

- a) What is health and wellness? Explain its differences.
स्वास्थ्य और कल्याण क्या है? इसके अंतर स्पष्ट कीजिए।
- b) Define communicable and non-communicable diseases.
संचारी और गैर-संचारी रोगों को परिभाषित करें।
- c) Write a note about the hygiene health care system.
स्वच्छता स्वास्थ्य देखभाल प्रणाली के बारे में एक नोट लिखें।
- d) Why the health record maintenance required in educational institutions?
शैक्षणिक संस्थानों में स्वास्थ्य रिकॉर्ड रखरखाव की आवश्यकता क्यों है?
- e) What are the items mainly required in the first-aid kit box? and briefly explain its purposes.
प्राथमिक चिकित्सा किट बॉक्स में मुख्य रूप से किन वस्तुओं की आवश्यकता होती है? और संक्षेप में इसके उद्देश्यों की व्याख्या करें।
- f) Define malnutrition and its impact.
कुपोषण और उसके प्रभाव को परिभाषित कीजिए।
- g) Distinguish between diet and balanced diet.
आहार और संतुलित आहार में अंतर स्पष्ट कीजिए।

Q 2. (2X7=14)

- a) Describe the different dimensions of health.
स्वास्थ्य के विभिन्न आयामों का वर्णन कीजिए।
- b) The role of the physical education profession in individuals, families, and society.
व्यक्तियों, परिवारों और समाज में शारीरिक शिक्षा पेशे की भूमिका।
- c) Write the latest trends in Health Education and global strategy.
स्वास्थ्य शिक्षा और वैश्विक रणनीति में नवीनतम रुझानों को लिखें।

Q3.

(2X7=14)

- a) Write any four communicable diseases and explain their mode of transmission, prevention, symptoms and control.

कोई चार संचारी रोग लिखिए और उनके संचरण के तरीके, रोकथाम, लक्षण और नियंत्रण की व्याख्या कीजिए।

- b) Explain the health hazards and their types

स्वास्थ्य खतरों और उनके प्रकारों की व्याख्या करें

- c) Write any four Non-communicable diseases and explain their mode of prevention, symptoms, and control.

किन्हीं चार असंक्रामक रोगों को लिखिए तथा उनकी रोकथाम, लक्षण एवं नियंत्रण के तरीकों की व्याख्या कीजिए।

Q 4.

(2X7=14)

- a) Objectives of school health services and briefly explain the health problem of school-going children.

स्कूल स्वास्थ्य सेवाओं के उद्देश्य और स्कूल जाने वाले बच्चों की स्वास्थ्य समस्या की संक्षेप में व्याख्या करें।

- b) Role of health education in primary and high school.

प्राथमिक और उच्च विद्यालयों में स्वास्थ्य शिक्षा की भूमिका।

- c) Write an elaborate note the responsibilities of Indian health organizations in the development of health.

स्वास्थ्य के विकास में भारतीय स्वास्थ्य संगठनों के उत्तरदायित्वों पर एक विस्तृत टिप्पणी लिखिए।

Q 5.

(2X7=14)

- a) Prepare a one-week nutrition plan for aerobic and anaerobic athletes.

एरोबिक और एनारोबिक एथलीटों के लिए एक सप्ताह की पोषण योजना तैयार करें।

- b) Elaborate on the food loading, the concept of carbohydrate loading and protein loading.

खाद्य लोडिंग, कार्बोहाइड्रेट लोडिंग और प्रोटीन लोडिंग की अवधारणा पर विस्तार से चर्चा करें।

- c) Explain the nutrition and its types and write a short note about what are the nutrition needs for your own game.

पोषण और उसके प्रकारों की व्याख्या करें और इस बारे में एक संक्षिप्त टिप्पणी लिखें कि आपके अपने खेल के लिए पोषण की क्या आवश्यकता है।

CENTRAL UNIVERSITY OF HARYANA

End Semester Examinations June 2022

Program me: M.P.E.S.

Session: 2021-22

Semester: Fourth Semester

Max. Time: 3 Hours

Course Title: SPORTS PSYCHOLGY

Max. Marks: 70

Course Code: SOE PES 010422 C3003

Instructions:

1. Question no. 1 has seven parts and students need to answer any four. Each part carries three and half Marks.

2. Question no. 2 to 5 have three parts and students need to answer any two parts of each question. Each part carries seven marks.

Q 1.

(4X3.5=14)

- a) Scope of Sports Psychology?
खेल मनोविज्ञान का दायरा।
- b) What is Motivation?
प्रेरणा क्या है।
- c) Explain Motor Learning?
मोटर लर्निंग की व्याख्या करें।
- d) What are different types of Learning?
विभिन्न प्रकार के लर्निंग की व्याख्या करें।
- e) Explain Individual Difference?
व्यक्तिगत अंतर की व्याख्या करें।
- f) What is Team Cohesion?
टीम सामंजस्य क्या है।
- g) Meaning of Leadership?
नेतृत्व का अर्थ।

Q 2.

(2X7=14)

- a) Explain Meaning, Types and Theories of Motivation?
प्रेरणा के अर्थ, प्रकार और सिद्धांतों की व्याख्या करें।
- b) Explain various Psychological Variables?
विभिन्न मनोवैज्ञानिक चरों की व्याख्या करें।
- c) What is Goal Setting Interventions, and it's Principles?
लक्ष्य निर्धारण हस्तक्षेप क्या है, और इसके सिद्धांत।

Q3.

(2X7=14)

- a) Meaning of Learning, Types of learning and Theories of Learning?
सीखने का अर्थ, सीखने के प्रकार और सीखने के सिद्धांत।
- b) Explain different types of Psychological Training and its uses?
विभिन्न प्रकार के मनोवैज्ञानिक प्रशिक्षण और उसके उपयोगों की व्याख्या कीजिए।
- c) Stages of Motor Learning and Plateau effect?
मोटर लर्निंग और पठार प्रभाव के चरण।

Q 4.

(2X7=14)

- a) Definition of Personality, Meaning and Personality Traits. How personality is measured?
व्यक्तित्व, अर्थ और व्यक्तित्व लक्षणों की परिभाषा। व्यक्तित्व को कैसे मापा जाता है।
- b) Explain Theories and Role of Personality in Sports.
खेल में व्यक्तित्व के सिद्धांतों और भूमिका की व्याख्या करें।
- c) What is the role of Individual Difference in sports and its types?
खेल में व्यक्तिगत अंतर और उसके प्रकारों की क्या भूमिका है।

Q 5.

(2X7=14)

- a) Meaning of Leadership, Component of Leadership and how it can be measured?
नेतृत्व का अर्थ, नेतृत्व का घटक और इसे कैसे मापा जा सकता है।
- b) Explain Individual and Team Sports? What are the problem and issues faced during working with them?
व्यक्तिगत और टीम खेलों की व्याख्या करें? उनके साथ काम करने के दौरान किन समस्याओं का सामना करना पड़ता है।
- c) What are the Retirement issues and Career Transition in athletes? Steps to develop life skills in athletes?
एथलीटों में सेवानिवृत्ति के मुद्दे और करियर संक्रमण क्या हैं? एथलीटों में जीवन कौशल विकसित करने के लिए कदम।

CENTRAL UNIVERSITY OF HARYANA

Even Semester Term End Examinations June 2022

Programme: M.P.E.S

Session: 2021-22

Semester: IV

Max. Time: 3 Hours

Course Title: Theory of Athletics

Max. Marks: 70

Course Code: SOE PES 010424 C3003

Instructions:

1. Question no. 1 has seven parts and students are required to answer any four. Each part carries three and half Marks.
2. Question no. 2 to 5 have three parts and student are required to answer any two parts of each question. Each part carries seven marks.

Q 1.

(4X3.5=14)

- a) Types of start in athletics
एथलेटिक्स में स्टार्ट के प्रकार
- b) What is full stagger
पूर्ण स्टैगर क्या है
- c) False/ foul start
गलत / फ़ाउल स्टार्ट
- d) Any 3 duties of call room officials
कॉल रूम के अधिकारियों के किसी भी तीन कर्तव्यों को लिखें
- e) Umpires (any 3 duty)
अंपायर (किसी भी तीन ड्यूटी)
- f) Different types of Timing system used in athletics
एथलेटिक्स में उपयोग की जाने वाली विभिन्न प्रकार की टाइमिंग प्रणाली
- g) Sequence of decathlon events of both days.
दोनों दिनों की डेकाथलॉन घटनाओं का अनुक्रम

Q 2.

- a) Determine the result of high jump competition.
उच्ची कूद प्रतियोगिता का परिणाम निर्धारित करें

(2X7=14)

Player Name	1.40m	1.45m	1.50m	1.53m	1.56m	1.59m	1.62m	1.65m	Jump Off	Height	Place
A	XO	XXO	O	XO	O	XO	XX-	X			
B	XO	XO	O	O	XO	XXO	X-	XX			
C	-	O	XO	O	O	O	XO	XXX			
D	X-	XO	XXO	XXO	XO	O	XXX				
E	O	XO	XO	-	O	XO	XO	XXX			

F	O	XO	-	XO	O	XO	XO	XXX				
G	O	O	XO	O	O	XXO	XXO	XXX				
H	X	O	O	O	O	XO	XXO	XXX				
I	O	O	O	O	O	XO	XO	XXX				

b) Write down basic two rules of race walking and illustrate the paddles used by race walking officials

रेस वॉकिंग के बुनियादी दो नियमों को लिखें और रेस वॉकिंग अधिकारियों द्वारा उपयोग किए जाने वाले पैडल को स्पष्ट करें

c) Draw a neat and labelled diagram of Discus throw sector

डिस्कस थ्रो सेक्टर का एक साफ और लेबल आरेख आरेख आरेखित करें

Q3.

(2X7=14)

a) How 4x400mt relay is different from 4x100mt relay race?

4x400mt रिले 4x100mt रिले दौड़ से कैसे अलग है?

b) Arrange the finalist from the result of given semi-finals of 200mtrs race and allocate the lane numbers to finalist.

200 मीटर दौड़ के दिए गए सेमीफाइनल के परिणाम से फाइनलिस्ट को व्यवस्थित करें और फाइनलिस्ट को लेन नंबर आवंटित करें।

Semifinal-1		Semifinal-2		Semifinal-3	
Bib No.	Per.	Bib No.	Per.	Bib No.	Per.
A1	21.92	B1	22.04	C1	21.45
A2	21.99	B2	22.15	C2	21.95
A3	22.82	B3	22.73	C3	22.48
A4	22.86	B4	23.05	C4	22.78
A5	22.95	B5	23.76	C5	23.62
A6	23.5	B6	23.96	C6	23.89
A7	23.97	B7	24.56	C7	23.9
A8	24.76	B8	24.72	C8	DNF

c) Draw a neat and labelled diagram of Javelin throw sector.

भाला फेंक क्षेत्र का एक साफ और लेबल आरेख आकर्षित करें।

Q 4.

(2X7=14)

a) Calculate the marking distance radius (MDR) and staggers of lane No. 2,3,7 and 8 for 400 Mt track having the following dimensions:- Straight = 84 Mt, width of the lane = 1.10 Mt

निम्नलिखित आयाम वाले 400 मी. ट्रैक के लिए लेन नंबर 2,3,7 और 8 के मार्किंग दूरी त्रिज्या (एमडीआर) और स्टैगर की गणना कीजिये: - सीध = 84 मी., लेन की चौड़ाई = 1.10 मी.

b) Calculate the total space required for 200 meter track having straight of 40 meter.

40 मीटर के सीधे 200 मीटर ट्रैक के लिए आवश्यक कुल स्थान की गणना करें।

- c) What is diagonal excess distance and which are the races where diagonal excess is used.
विकर्ण अतिरिक्त दूरी क्या है और कौन सी दौड़ हैं जहां विकर्ण अतिरिक्त का उपयोग किया जाता है

Q 5.

(2X7=14)

- a) Illustrate the following markings/ start line on 400 meter athletic track: – 5000 Mt race start line, 4X100 Mt relay race, 1500 Mt start line.
400 मीटर एथलेटिक ट्रैक पर निम्नलिखित चिह्नों / स्टार्ट लाइन को स्पष्ट करें: - 5000 मीटर रेस स्टार्ट लाइन, 4X100 मीटर रिले रेस, 1500 मीटर लाइन
- b) Write down the tie breaking procedure for throwing events
थ्रोइंग इवेंट्स के लिए टाई तोड़ने की प्रक्रिया को लिखें
- c) Declare the official timings of winners of following events (Hand timings of digital watches)
निम्नलिखित स्पर्धाओं के विजेताओं के आधिकारिक समय की घोषणा करें (डिजिटल घड़ियों के हाथ का समय)

Event	Watch 1	Watch 2	Watch 3	Official Time
400M	48.63	48.59	48.60
100M	11.11	10.91	10.95
Marathon	02:44:39.42	-	02:44:40.01
800M	1:59.97	1:59.92	2:01.10	--
10000M	35:25.62	35:25.60	-	----

CENTRAL UNIVERSITY OF HARYANA

Even Semester Term End Examinations June 2022

Programme: M.P.E.S

Session: 2021-22

Semester: IV

Max. Time: 3 Hours

Course Title: Theory of Athletics

Max. Marks: 70

Course Code: SOE PES 010424 C3003

Instructions:

1. Question no. 1 has seven parts and students are required to answer any four. Each part carries three and half Marks.
2. Question no. 2 to 5 have three parts and student are required to answer any two parts of each question. Each part carries seven marks.

Q 1. (4X3.5=14)

- a) Types of start in athletics
- b) What is full stagger
- c) False/ foul start
- d) Any 3 duties of call room officials
- e) Umpires (any 3 duty)
- f) Different types of Timing system used in athletics.
- g) Sequence of decathlon events of both days.

Q 2.

- a) Determine the result of high jump competition.

(2X7=14)

Player Name	1.40m	1.45m	1.50m	1.53m	1.56m	1.59m	1.62m	1.65m	Jump Off	Height	Place
A	XO	XXO	O	XO	O	XO	XX-	X			
B	XO	XO	O	O	XO	XXO	X-	XX			
C	-	O	XO	O	O	O	XO	XXX			
D	X-	XO	XXO	XXO	XO	O	XXX				
E	O	XO	XO	-	O	XO	XO	XXX			
F	O	XO	-	XO	O	XO	XO	XXX			
G	O	O	XO	O	O	XXO	XXO	XXX			
H	X	O	O	O	O	XO	XXO	XXX			
I	O	O	O	O	O	XO	XO	XXX			

- b) Write down basic two rules of race walking and illustrate the paddles used by race walking officials
- c) Draw a neat and labelled diagram of Discus throw sector

Q3.

(2X7=14)

- How 4x400mt relay is different from 4x100mt relay race?
- Arrange the finalist from the result of given semi-finals of 200mtrs race and allocate the lane numbers to finalist.

Semifinal-1		Semifinal-2		Semifinal-3	
Bib No.	Per.	Bib No.	Per.	Bib No.	Per.
A1	21.92	B1	22.04	C1	21.45
A2	21.99	B2	22.15	C2	21.95
A3	22.82	B3	22.73	C3	22.48
A4	22.86	B4	23.05	C4	22.78
A5	22.95	B5	23.76	C5	23.62
A6	23.5	B6	23.96	C6	23.89
A7	23.97	B7	24.56	C7	23.9
A8	24.76	B8	24.72	C8	DNF

- Draw a neat and labelled diagram of Javelin throw sector.

Q 4.

(2X7=14)

- Calculate the marking distance radius (MDR) and staggers of lane No. 2,3,7 and 8 for 400 Mt track having the following dimensions:- Straight = 84 Mt, width of the lane = 1.10 Mt
- Calculate the total space required for 200 meter track having straight of 40 meter.
- What is diagonal excess distance and which are the races where diagonal excess is used.

Q 5.

(2X7=14)

- Illustrate the following markings/ start line on 400 meter athletic track: – 5000 Mt race start line, 4X100 Mt relay race, 1500 Mt start line.
- Write down the tie breaking procedure for throwing events
- Declare the official timings of winners of following events (Hand timings of digital watches)

Event	Watch 1	Watch 2	Watch 3	Official Time
400M	48.63	48.59	48.60
100M	11.11	10.91	10.95
Marathon	02:44:39.42	-	02:44:40.01
800M	1:59.97	1:59.92	2:01.10	--
10000M	35:25.62	35:25.60	-	----

CENTRAL UNIVERSITY OF HARYANA

Even Semester Term End Examinations June 2022

Programme: M.P.E.S

Session: 2021-22

Semester: IV

Max. Time: 3 Hours

Course Title: Theory of Athletics

Max. Marks: 70

Course Code: SOE PES 010424 C3003

Instructions:

1. Question no. 1 has seven parts and students are required to answer any four. Each part carries three and half Marks.
2. Question no. 2 to 5 have three parts and student are required to answer any two parts of each question. Each part carries seven marks.

Q 1. (4X3.5=14)

a) Types of start in athletics

एथलेटिक्स में स्टार्ट के प्रकार

b) What is full stagger

पूर्ण स्टैग्गर क्या है

c) False/ foul start

गलत / फ़ाउल स्टार्ट

d) Any 3 duties of call room officials

कॉल रूम के अधिकारियों के किसी भी तीन कर्तव्यों को लिखें

e) Umpires (any 3 duty)

अंपायर (किसी भी तीन ड्यूटी)

f) Different types of Timing system used in athletics

एथलेटिक्स में उपयोग की जाने वाली विभिन्न प्रकार की टाइमिंग प्रणाली

g) Sequence of decathlon events of both days.

दोनों दिनों की डेकाथलॉन घटनाओं का अनुक्रम

Q 2.

a) Determine the result of high jump competition.

उच्ची कूद प्रतियोगिता का परिणाम निर्धारित करें

(2X7=14)

Player Name	1.40m	1.45m	1.50m	1.53m	1.56m	1.59m	1.62m	1.65m	Jump Off	Height	Place
-------------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	----------	--------	-------

ksu

Radim
03/06/2022

A	XO	XXO	O	XO	O	XO	XX-	X				
B	XO	XO	O	O	XO	XXO	X-	XX				
C	-	O	XO	O	O	O	XO	XXX				
D	X-	XO	XXO	XXO	XO	O	XXX					
E	O	XO	XO	-	O	XO	XO	XXX				
F	O	XO	-	XO	O	XO	XO	XXX				
G	O	O	XO	O	O	XXO	XXO	XXX				
H	X	O	O	O	O	XO	XXO	XXX				
I	O	O	O	O	O	XO	XO	XXX				

b) Write down basic two rules of race walking and illustrate the paddles used by race walking officials

रेस वॉकिंग के बुनियादी दो नियमों को लिखें और रेस वॉकिंग अधिकारियों द्वारा उपयोग किए जाने वाले पैडल को स्पष्ट करें

c) Draw a neat and labelled diagram of Discus throw sector

डिस्कस थ्रो सेक्टर का एक साफ और लेबल आरेख ~~आरेख~~ आरेखित करें

Q3.

(2X7=14)

a) How 4x400mt relay is different from 4x100mt relay race?

4x400mt रिले 4x100mt रिले दौड़ से कैसे अलग है?

b) Arrange the finalist from the result of given semi-finals of 200mtrs race and allocate the lane numbers to finalist.

200 मीटर दौड़ के दिए गए सेमीफाइनल के परिणाम से फाइनलिस्ट को व्यवस्थित करें और फाइनलिस्ट को लेन नंबर आवंटित करें।

Semifinal-1		Semifinal-2		Semifinal-3	
Bib No.	Per.	Bib No.	Per.	Bib No.	Per.
A1	21.92	B1	22.04	C1	21.45
A2	21.99	B2	22.15	C2	21.95
A3	22.82	B3	22.73	C3	22.48
A4	22.86	B4	23.05	C4	22.78
A5	22.95	B5	23.76	C5	23.62
A6	23.5	B6	23.96	C6	23.89
A7	23.97	B7	24.56	C7	23.9
A8	24.76	B8	24.72	C8	DNF

c) Draw a neat and labelled diagram of Javelin throw sector.

भाला फेंक क्षेत्र का एक साफ और लेबल आरेख आकर्षित करें।

Q4.

(2X7=14)

Handwritten signature and date: 03/06/22

- a) Calculate the marking distance radius (MDR) and staggers of lane No. 2,3,7 and 8 for 400 Mt track having the following dimensions:- Straight = 84 Mt, width of the lane = 1.10 Mt
निम्नलिखित आयाम वाले 400 मी. ट्रैक के लिए लेन नंबर 2,3,7 और 8 के मार्किंग दूरी त्रिज्या (एमडीआर) और स्टैगर की गणना कीजिये: - सीध = 84 मी., लेन की चौड़ाई = 1.10 मी.
- b) Calculate the total space required for 200 meter track having straight of 40 meter.
40 मीटर के सीधे 200 मीटर ट्रैक के लिए आवश्यक कुल स्थान की गणना करें।
- c) What is diagonal excess distance and which are the races where diagonal excess is used.
विकर्ण अतिरिक्त दूरी क्या है और कौन सी दौड़ हैं जहां विकर्ण अतिरिक्त का उपयोग किया जाता है

Q 5.

(2X7=14)

- a) Illustrate the following markings/ start line on 400 meter athletic track: – 5000 Mt race start line, 4X100 Mt relay race, 1500 Mt start line.
400 मीटर एथलेटिक ट्रैक पर निम्नलिखित चिहनों / स्टार्ट लाइन को स्पष्ट करें: - 5000 मीटर रेस स्टार्ट लाइन, 4X100 मीटर रिले रेस, 1500 मीटर लाइन
- b) Write down the tie breaking procedure for throwing events
थ्रोइंग इवेंट्स के लिए टाई तोड़ने की प्रक्रिया को लिखें
- c) Declare the official timings of winners of following events (Hand timings of digital watches)
निम्नलिखित स्पर्धाओं के विजेताओं के आधिकारिक समय की घोषणा करें (डिजिटल घड़ियों के हाथ का समय)

Event	Watch 1	Watch 2	Watch 3	Official Time
400M	48.63	48.59	48.60
100M	11.11	10.91	10.95
Marathon	02:44:39.42	-	02:44:40.01
800M	1:59.97	1:59.92	2:01.10	--
10000M	35:25.62	35:25.60	-	----

ksu
03/06/22

Bhadram
03/06/2022

THE BOARD OF DIRECTORS OF THE COMPANY HAS APPROVED THE DIVIDEND PAYMENT OF INDIAN RUPEES 10 PER SHARE FOR THE FINANCIAL YEAR 2023-24.

THE DIVIDEND WILL BE PAID TO THE SHAREHOLDERS WHOSE NAMES ARE ON THE REGISTER OF MEMBERS AS ON THE RECORD DATE OF 15th SEPTEMBER 2024.

THE DIVIDEND WILL BE PAID BY CREDITING THE AMOUNT TO THE BANK ACCOUNTS OF THE SHAREHOLDERS WHOSE BANK ACCOUNT DETAILS ARE ON RECORD AS ON THE RECORD DATE.

FOR FURTHER DETAILS, PLEASE REFER TO THE ANNOUNCEMENT DATED 15th SEPTEMBER 2024.

THANK YOU

FOR AND ON BEHALF OF THE BOARD OF DIRECTORS

CHIEF EXECUTIVE OFFICER

(NAME)

(DESIGNATION)

(ADDRESS)

(CONTACT NUMBER)

(E-MAIL ADDRESS)

(WEBSITE)

Sl. No.	Name of the Shareholder	Shareholding Pattern	Dividend Amount	Bank Account No.
1	Mr. A. B. C.	1000	10000	1234567890
2	Ms. D. E. F.	500	5000	9876543210
3	Mr. G. H. I.	200	2000	0987654321
4	Ms. J. K. L.	100	1000	1098765432
5	Mr. M. N. O.	50	500	2109876543

THE ABOVE LISTED SHAREHOLDERS ARE ENTITLED TO RECEIVE THE DIVIDEND PAYMENT OF INDIAN RUPEES 10 PER SHARE FOR THE FINANCIAL YEAR 2023-24.