

M.P.E. Sem.4 Examination

Core : 610 EA,

Sub : Exercise Physiology

April-2025

Time : 2-30 Hours]

[Max. Marks : 70

સૂચના : (૧) દરેક પ્રશ્નોના ગુણ સમાન છે.

(૨) બધા જ પ્રશ્નો ફરજિયાત છે.

૧. કસરતીય શરીર વિજ્ઞાનની વ્યાખ્યા આપી કસરત દરમ્યાન રક્તપૂરવઠો અને નિયમન વિસ્તારથી સમજાવો. ૧૪

અથવા

૧. કસરતીય શરીર વિજ્ઞાનનો અર્થ અને વ્યાખ્યા આપી રમતમાં કસરતીય શરીર વિજ્ઞાનનું મહત્વ વિસ્તારથી સમજાવો.

૨. સ્નાયુઓનું રાસાયણિક બંધારણ જણાવી સ્નાયું સંકોચનના સિદ્ધાંતો વિશે સવિસ્તાર જણાવો. ૧૪

અથવા

૨. સ્નાયુનું બંધારણ સમજાવી, વિવિધ પ્રકારના સ્નાયુના કાર્યો વર્ણવો.

૩. સમતોલ આહાર એટલે શું? સ્પર્ધા પહેલાં, દરમ્યાન અને સ્પર્ધા પછીના આહારની સવિસ્તાર ચર્ચા કરો. ૧૪

અથવા

૩. સમતોલ આહારની મેજર પોષકતત્વો (Macro Nutrients) વિશે વિસ્તારથી સમજાવો.

૪. સ્થુળતા એટલે શું ? વજન નિયંત્રણ માટે તમારા મંતવ્ય વર્તમાન સમયના સંદર્ભમાં જણાવો. ૧૪

અથવા

૪. રમત દેખાવ પર ડ્રગ અને આલ્કોહોલની થી અસરો સવિસ્તાર જણાવો. ૧૪

૫. ટૂંક નોંધ : (ગમે તે બે) ૧૪

(૧) રૂધિરાભિસરણ પ્રક્રિયા

(૨) વજન નિયંત્રણ અને કસરત

(૩) સ્લાઈડીંગ ફીલામેન્ટ થીયરી

(૪) સમતોલ આહાર

[PTO

1104E108-2
ENGLISH VERSION

1. Write the definition of Exercise Physiology and explain Blood Supply and regulation during exercise. 14

OR

1. Write the meaning and definition of exercise physiology and explain its importance in sports in details
2. State the Chemical Composition of muscle and explain the theory of muscular contraction in brief. 14

OR

2. Explain the Muscle Structure and function of various types of muscles.
3. What is balance diet ? Explain the diet before, during and after the athletic performance. 14

OR

3. Write the definition of Balance Diet and explain macro nutrients in detail.
4. What is obesity ? Discuss your opinion for weight control in reference to present scenario. 14

OR

4. Explain the effect of drugs and alcohol on athlete's performance.
5. Write short note : (Any Two) 14
- (1) Blood Circulation process
 - (2) Weight control and exercise
 - (3) Sliding filament theory
 - (4) Balance diet
