

(i) Printed Pages : 4

Roll No. ....

(ii) Questions : 9

Sub. Code : 

0	4	1	4
---	---	---	---

Exam. Code : 

0	0	0	5
---	---	---	---

**B.A./B.Sc. (General) 5<sup>th</sup> Semester**

**(1129)**

**PHYSICAL EDUCATION (In all Mediums)**

**Time Allowed : Three Hours]**

**[Maximum Marks : 60**

**Note :—** All questions are compulsory. Attempt any **one** question from each Unit. The first question is also compulsory. Each question carries equal marks.

**UNIT—I**

1. (a) Name any theory of play.  
(b) Define recreation.  
(c) Give one advantage of intramural competition.  
(d) What is good posture ?  
(e) Define massage.  
(f) Name two Arjun awardees of Cricket. 2×6=12

**UNIT—II**

2. Explain theories of play in detail.

**OR**

3. What is the importance of recreation in Modern Society ?

12

**UNIT—III**

4. What are the aims and objectives of Camps ?

**OR**

5. What is the importance of organising Athletic Meet ?

12

#### UNIT—IV

6. Explain postural deformities in detail.

OR

7. What is Obesity ? Explain general problems associated with Obesity.

12

#### UNIT—V

8. What are principles of massage ?

OR

9. Explain History of Cricket Game.

12

#### (हिन्दी माध्यम)

नोट :— सभी प्रश्न अनिवार्य हैं। प्रत्येक यूनिट में से एक प्रश्न करें। इसके अलावा पहला प्रश्न अनिवार्य है। प्रत्येक प्रश्न के समान अंक हैं।

#### यूनिट—I

1. (क) खेल के किसी भी सिद्धांत का नाम लिखें।  
(ख) मनोरंजन को परिभाषित करें।  
(ग) इंटरम्यूरल प्रतियोगिता का एक लाभ दीजिए।  
(घ) अच्छा आसन क्या है ?  
(ङ) मालिश को परिभाषित करें।  
(च) क्रिकेट के दो अर्जुन पुरस्करीत विजेताओं के नाम बताएं।

2×6=12

#### यूनिट—II

2. खेलने के सिद्धांतों को विस्तार से बताएं।

अथवा

3. मॉडर्न सोसाइटी में मनोरंजन का क्या महत्व है ?

12

#### यूनिट—III

4. शिविरों के उद्देश्य और लक्ष्य क्या हैं ?

अथवा

5. एथलेटिक मीट के आयोजन का क्या महत्व है ?

12

### ਯੂਨਿਟ—IV

6. ਸਥਿਤਿ ਵਿਕ੍ਰਿਤਿ ਕੇ ਬਾਰੇ ਮੈਂ ਵਿਸਤਾਰ ਸੇ ਬਤਾਓ।

ਅਥਵਾ

7. ਮੋਟਾਪਾ ਕਿਆ ਹੈ ? ਮੋਟਾਪੇ ਸੇ ਜੁੜੀ ਸਾਮਾਨ੍ਯ ਸਮਸ੍ਯਾਓਂ ਕੇ ਬਾਰੇ ਮੈਂ ਬਤਾਓ।

12

### ਯੂਨਿਟ—V

8. ਸਾਲਿਸ਼ ਕੇ ਸਿਫ਼ਰਾਂਤ ਕਿਆ ਹੈ ?

ਅਥਵਾ

9. ਕ੍ਰਿਕੇਟ ਖੇਲ ਕਾ ਇਤਿਹਾਸ ਬਤਾਓ।

12

### (ਪੰਜਾਬੀ ਅਨੁਵਾਦ)

ਨੋਟ :- ਸਾਰੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹਨ। ਹਰ ਯੂਨਿਟ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਕਰੋ। ਪਹਿਲਾ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ। ਹਰੇਕ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਦੇ ਸਮਾਨ ਅੰਕ ਹਨ।

### ਯੂਨਿਟ—I

1. (ੳ) ਖੇਡ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਿਧਾਂਤ ਦਾ ਨਾਮ ਲਿਖੋ।  
(ਅ) ਮਨੋਰੰਜਨ ਦੀ ਪਰਿਭਾਸ਼ਾ ਦਿਓ।  
(ੲ) ਅੰਦਰੂਨੀ ਮੁਕਾਬਲੇ ਦਾ ਇੱਕ ਲਾਭ ਦਿਓ।  
(ਸ) ਚੰਗਾ ਆਸਣ ਕੀ ਹੈ ?  
(ਹ) ਮਾਲਸ਼ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਸ਼ਿਤ ਕਰੋ।  
(ਕ) ਕ੍ਰਿਕਟ ਦੇ ਦੋ ਅਰਜੁਨ ਪੁਰਸਕਾਰ ਵਿਜੇਤਾਵਾਂ ਦਾ ਨਾਮ ਦੱਸੋ।

2×6=12

### ਯੂਨਿਟ—II

2. ਖੇਡ ਦੇ ਸਿਧਾਂਤ ਨੂੰ ਵਿਸਥਾਰ ਨਾਲ ਸਮਝਾਓ।

ਜਾਂ

3. ਮਾਡਰਨ ਸੁਸਾਇਟੀ ਵਿੱਚ ਮਨੋਰੰਜਨ ਦੀ ਕੀ ਮਹੱਤਤਾ ਹੈ ?

12

### ਯੂਨਿਟ—III

4. ਕੈਂਪਾਂ ਦੇ ਉਦੇਸ਼ ਅਤੇ ਲਕਸ਼ ਕੀ ਹਨ ?

ਜਾਂ

5. ਅਥਲੈਟਿਕ ਮੀਟ ਦੇ ਆਯੋਜਨ ਦੀ ਕੀ ਮਹੱਤਤਾ ਹੈ ?

12

#### ਯੂਨਿਟ—IV

6. ਸਥਿਤੀ ਦੀਆਂ ਅਸੁੱਧੀਆਂ ਨੂੰ ਵਿਸਥਾਰ ਵਿੱਚ ਦੱਸੋ।

ਜਾਂ

7. ਮੋਟਾਪਾ ਕੀ ਹੈ ? ਮੋਟਾਪੇ ਨਾਲ ਜੁੜੀਆਂ ਆਮ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਬਾਰੇ ਦੱਸੋ।

12

#### ਯੂਨਿਟ—V

8. ਮਾਲਸ਼ ਕਰਨ ਦੇ ਸਿਧਾਂਤ ਕੀ ਹਨ ?

ਜਾਂ

9. ਕ੍ਰਿਕਟ ਖੇਡ ਦੇ ਇਤਿਹਾਸ ਬਾਰੇ ਦੱਸੋ।

12