

(i) Printed Pages : 4

Roll No.

(ii) Questions : 9

Sub. Code :

| | | | |
|---|---|---|---|
| 0 | 3 | 3 | 8 |
|---|---|---|---|

Exam. Code :

| | | | |
|---|---|---|---|
| 0 | 0 | 0 | 4 |
|---|---|---|---|

B.A./B.Sc. (General) 4th Semester
(2053)

PHYSICAL EDUCATION (In all Mediums)

Paper : Physical Education

Time Allowed : Three Hours]

[Maximum Marks : 60

Note :— Attempt FIVE questions in all, including Q. No. 1 (Unit-I) which is compulsory and selecting **one** question from each of Units II, III, IV and V. Each question will carry 12 marks.

UNIT-I

1. Attempt the following :

- Explain internal respiration.
- What do you understand by the term strain ?
- Write about the scope of rehabilitation.
- Elucidate the term Yoga.
- Enlist any two soft tissue injuries.
- Write any two functions of blood.

6×2=12

UNIT-II

- Explain about the organs of respiratory system along with its functions. 12
- Write the meaning of digestive system along with the mechanism of digestive system. 12

UNIT-III

4. Explain the meaning of blood and elucidate about blood composition. 12
5. How would you explain the anatomical structure of heart ? 12

UNIT-IV

6. What are the basic rules and regulations of the game tennis ? Highlight major tournaments of the game. 12
7. Explain various communicable diseases along with their mode of transmission. 12

UNIT-V

8. Briefly explain various hard tissue injuries with its care and prevention. 12
9. Elucidate the term disability along with its types and causes. 12

(हिन्दी माध्यम)

नोट :- कुल पांच प्रश्न कीजिए, साथ ही प्रश्न नं. 1 (यूनिट-I) जो कि अनिवार्य है। यूनिट II, III, IV और V प्रत्येक में से एक प्रश्न का चयन करें। प्रत्येक प्रश्न 12 अंक का होगा।

यूनिट-I

1. निम्नलिखित को करें :
 - (a) आंतरिक श्वसन की व्याख्या करें।
 - (b) तनाव शब्द से आप क्या समझते हैं ?
 - (c) पुनर्वास के दायरे के बारे में लिखें।
 - (d) योग शब्द की व्याख्या कीजिए।
 - (e) किन्हीं दो कोमल ऊतक चोटों को सूचीबद्ध करें।
 - (f) रक्त के कोई दो कार्यों को लिखिए।

6×2=12

ਯੂਨਿਟ-II

2. ਝਕਸਨ ਤੰਤਰ ਕੇ ਅੰਗੋਂ ਕੇ ਸਾਥ-ਸਾਥ ਉਨਕੇ ਕਾਰਯੋਂ ਕੀ ਵਯਾਖਯਾ ਕੀਯੋ। 12
3. ਪਾਂਚਨ ਤੰਤਰ ਕੀ ਕ੍ਰਿਯਾਵਿਧਿ ਸਹਿਤ ਪਾਚਨ ਤੰਤਰ ਕਾ ਅਰਥ ਲਿਖਿਯੋ। 12

ਯੂਨਿਟ-III

4. ਰਕਤ ਕੇ ਅਰਥ ਕੀ ਵਯਾਖਯਾ ਤਥਾ ਰਕਤ ਕੀ ਸੰਰਚਨਾ ਕੇ ਬਾਰੇ ਮੈਂ ਸਪਸ਼ਟ ਕੀਯੋ। 12
5. ਹ੍ਰਦਯ ਕੀ ਰਚਨਾ ਵਿਭਯਕ ਕੀ ਵਯਾਖਯਾ ਆਪ ਕੈਸੇ ਕਰੋਗੇ ? 12

ਯੂਨਿਟ-IV

6. ਟੇਨਿਸ ਖੇਲ ਕੇ ਮੂਲ ਨਿਯਮ ਔਰ ਨਿਯਮਨ ਕਯਾ ਹੈ ? ਖੇਲ ਕੇ ਪ੍ਰਮੁਖ ਟ੍ਰਨਮਿੰਟੋਂ ਕੋ ਹਾਇਲਾਇਟ ਕਰੋ। 12
7. ਵਿਭਿੰਨ ਸੰਚਾਰੀ ਰੋਗੋਂ ਕੇ ਸਾਥ-ਸਾਥ ਉਨਕੇ ਸੰਚਰਣ ਕੇ ਤਰੀਕੋਂ ਕੀ ਵਯਾਖਯਾ ਕਰੋ। 12

ਯੂਨਿਟ-V

8. ਵਿਭਿੰਨ ਕਠੋਰ ਉਤਕੋਂ ਕੀ ਚੋਟੋਂ ਕੀ ਦੇਖਭਾਲ ਔਰ ਉਨਕੇ ਨਿਵਾਰਣ ਕੇ ਬਾਰੇ ਮੈਂ ਸੰਖੇਪ ਮੈਂ ਬਤਾਓ। 12
9. ਵਿਕਲਾਂਗਤਾ ਸ਼ਬਦ ਕੋ ਉਸਕੇ ਪ੍ਰਕਾਰੋਂ ਔਰ ਕਾਰਣੋਂ ਸਹਿਤ ਸਪਸ਼ਟ ਕੀਯੋ। 12

(ਪੰਜਾਬੀ ਅਨੁਵਾਦ)

ਨੋਟ :- ਕੁੱਲ ਪੰਜ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਕਰੋ, ਨਾਲ ਹੀ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਨੰਬਰ 1 (ਯੂਨਿਟ-I) ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ।
ਯੂਨਿਟ II, III, IV ਅਤੇ V ਹਰੇਕ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ-ਇੱਕ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਕਰੋ।
ਹਰੇਕ ਪ੍ਰਸ਼ਨ 12 ਅੰਕਾਂ ਦਾ ਹੋਵੇਗਾ।

ਯੂਨਿਟ-I

1. ਹੇਠ ਲਿਖਿਆਂ ਨੂੰ ਹੱਲ ਕਰੋ :
 - (a) ਅੰਦਰੂਨੀ ਸਾਹ ਦੀ ਵਿਆਖਿਆ ਕਰੋ।
 - (b) ਤਣਾਅ ਸ਼ਬਦ ਤੋਂ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਸਮਝਦੇ ਹੋ ?
 - (c) ਪੁਨਰਵਾਸ ਦੇ ਦਾਇਰੇ ਬਾਰੇ ਲਿਖੋ।

(੯) ਲੋਕ ਸ਼ਬਦ ਦੀ ਵਿਆਖਿਆ ਕਰੋ।

(੧੦) ਕਿਸੇ ਵੀ ਦੋ ਨਰਮ ਟਿਸ਼ੂ ਦੀਆਂ ਸੱਟਾਂ ਨੂੰ ਸੂਚੀਬੱਧ ਕਰੋ।

(੧੧) ਲਹੂ ਦੇ ਕੋਈ ਦੋ ਕਾਰਜ ਲਿਖੋ।

6×2=12

ਯੂਨਿਟ-II

2. ਸਾਹ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਦੇ ਅੰਗਾਂ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਇਸਦੇ ਕਾਰਜਾਂ ਬਾਰੇ ਦੱਸੋ। 12

3. ਪਾਚਨ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਦੀ ਕਾਰਜਵਿਧੀ ਦੇ ਨਾਲ ਪਾਚਨ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਦਾ ਅਰਥ ਲਿਖੋ।

12

ਯੂਨਿਟ-III

4. ਲਹੂ ਦਾ ਅਰਥ ਸਮਝਾਓ ਅਤੇ ਲਹੂ ਰਚਨਾ ਬਾਰੇ ਸਪੱਸ਼ਟ ਕਰੋ। 12

5. ਦਿਲ ਦੇ ਸਰੀਰਿਕ ਢਾਂਚੇ ਦੀ ਵਿਆਖਿਆ ਤੁਸੀਂ ਕਿਵੇਂ ਕਰੋਗੇ ? 12

ਯੂਨਿਟ-IV

6. ਟੈਨਿਸ ਖੇਡ ਦੇ ਬੁਨਿਆਦੀ ਨਿਯਮ ਅਤੇ ਸ਼ਰਤਾਂ ਕੀ ਹਨ ? ਖੇਡ ਦੇ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਟੂਰਨਾਮੈਂਟਾਂ ਨੂੰ ਉਜਾਗਰ ਕਰੋ। 12

7. ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸੰਚਾਰੀ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਸੰਚਾਲਨ ਦੇ ਤਰੀਕਿਆਂ ਬਾਰੇ ਦੱਸੋ। 12

ਯੂਨਿਟ-V

8. ਵੱਖ-ਵੱਖ ਹਾਰਡ ਟਿਸ਼ੂ ਦੀਆਂ ਸੱਟਾਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਅਤੇ ਨਿਵਾਰਨ ਬਾਰੇ ਸੰਖੇਪ ਵਿੱਚ ਵਿਆਖਿਆ ਕਰੋ। 12

9. ਅਪੰਗਤਾ ਸ਼ਬਦ ਨੂੰ ਇਸ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ ਅਤੇ ਕਾਰਨਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਸਮਝਾਓ। 12