

PC-13627/NHH

A-2111

PHYSICAL EDUCATION (THEORY)

(Semester-I)

Time : Three Hours]

[Maximum Marks : 80

Note : Section A is compulsory, consisting of 10 short answer type questions carrying 2 marks each. Attempt *one* question each from Section B, C, D & E carrying 15 marks each.

SECTION—A

(Compulsory Question)

- I. Write brief answer of the following :
1. Define Growth.
 2. Explain Heredity.
 3. Define Physiological Age.
 4. Define Anatomical Age.
 5. What is Personal Hygiene?
 6. Explain Rest.
 7. Functions of Cell.
 8. Organs of Digestive system.

9. What is Finish in athletics?
10. Parts of a cell.

SECTION—B

- II. Explain the Aims & Objectives of Health Education.

OR

- III. Describe the Organization, Administration and Ceremonies of the Modern Olympic Games.

SECTION—C

- IV. Elaborate the Growth and Development and its differences, developmental characteristics at different stages of development.

OR

- V. Define the Heredity and Environment and the effect of Heredity & Environment on Growth & Development.

SECTION—D

- VI. Explain the Cell and describe its Parts and Functions with diagram.

OR

- VII. Explain the Digestive System. Describe its organs, structure and functions of Digestive system.

SECTION—E

VIII. Define the classifications of Athletics Events and explain the General Rules of Track Events.

OR

IX. Explain the General Rules and Regulations of Volleyball and Describe the History, layout, Officials and Major Tournaments of Volleyball.

PUNJABI VERSION

ਨੋਟ : ਭਾਗ A ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ, ਇਸ ਵਿਚ 10 ਸੰਖੇਪ ਉੱਤਰ ਵਾਲੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨ 2-2 ਅੰਕਾਂ ਦੇ ਹਨ। ਭਾਗ B, C, D ਅਤੇ E ਵਿਚੋਂ ਇੱਕ-ਇੱਕ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਕਰੋ। ਹਰੇਕ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਦੇ 15 ਅੰਕ ਹਨ।

ਭਾਗ—A

(ਲਾਜ਼ਮੀ ਪ੍ਰਸ਼ਨ)

- I. ਹੇਠ ਲਿਖਿਆਂ ਦੇ ਸੰਖੇਪ ਉੱਤਰ ਲਿਖੋ :
1. ਵਾਧੇ ਦੀ ਪਰਿਭਾਸ਼ਾ ਦਿਓ।
 2. ਵਿਰਾਸਤ ਦੀ ਵਿਆਖਿਆ ਕਰੋ।
 3. ਸਰੀਰ ਵਿਗਿਆਨਕ ਯੁੱਗ ਦੀ ਪਰਿਭਾਸ਼ਾ ਦਿਓ।
 4. ਸਰੀਰ-ਅੰਗ ਯੁੱਗ ਦੀ ਪਰਿਭਾਸ਼ਾ ਦਿਓ।
 5. ਨਿਜੀ ਸਫਾਈ ਕੀ ਹੈ?
 6. ਅਰਾਮ ਦੀ ਵਿਆਖਿਆ ਕਰੋ।
 7. ਸੈਲ ਦੇ ਕਾਰਜ।
 8. ਪਾਚਨ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਦੇ ਅੰਗ।
 9. ਐਥਲੈਟਿਕਸ ਵਿਚ ਫਿਨਿਸ਼ ਕੀ ਹੈ?
 10. ਸੈਲ ਦੇ ਅੰਸ਼।

ਭਾਗ—B

II. ਸਿਹਤ ਸਿੱਖਿਆ ਦੇ ਉਦੇਸ਼ਾਂ ਦੀ ਵਿਆਖਿਆ ਕਰੋ।

ਜਾਂ

III. ਆਧੁਨਿਕ ਉਲੰਪਿਕ ਖੇਡਾਂ ਦੇ ਸੰਗਠਨ ਪ੍ਰਸ਼ਾਸਨ ਅਤੇ ਰਸਮਾਂ ਦਾ ਵਰਣਨ ਕਰੋ।

ਭਾਗ—C

IV. ਵਾਧੇ ਅਤੇ ਵਿਕਾਸ ਦਾ ਵਰਣਨ ਕਰੋ। ਵਿਕਾਸ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਪੜਾਵਾਂ ਦੇ ਫਰਕਾਂ ਅਤੇ ਵਿਕਾਸਗਤ ਲੱਛਣਾਂ ਬਾਰੇ ਲਿਖੋ।

ਜਾਂ

V. ਵਿਰਾਸਤ ਅਤੇ ਵਾਤਾਵਰਨ ਦੀ ਪਰਿਭਾਸ਼ਾ ਦਿਓ ਅਤੇ ਵਾਧੇ ਅਤੇ ਵਿਕਾਸ ਉਤੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਦਾ ਵਰਣਨ ਕਰੋ।

ਭਾਗ—D

VI. ਸੈਲ ਦੀ ਵਿਆਖਿਆ ਕਰੋ। ਚਿੱਤਰ ਬਣਾਕੇ ਇਸ ਦੇ ਅੰਗਾਂ ਅਤੇ ਕਾਰਜਾਂ ਦਾ ਵਰਣਨ ਕਰੋ।

ਜਾਂ

VII. ਪਾਚਨ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਦੀ ਵਿਆਖਿਆ ਕਰੋ। ਪਾਚਨ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਦੇ ਅੰਗਾਂ, ਬਣਤਰ ਅਤੇ ਕਾਰਜਾਂ ਦਾ ਵਰਣਨ ਕਰੋ।

ਭਾਗ—E

VIII. ਐਥਲੈਟਿਕਸ ਈਵੈਂਟਾਂ ਦਾ ਵਰਗੀਕਰਨ ਕਰੋ। ਟਰੈਕ ਈਵੈਂਟਾਂ ਦੇ ਆਮ ਨਿਯਮਾਂ ਦੀ ਵਿਆਖਿਆ ਕਰੋ।

ਜਾਂ

IX. ਵਾਲੀਬਾਲ ਦੇ ਆਮ ਨਿਯਮਾਂ-ਵਿਨਿਯਮਾਂ ਦੀ ਵਿਆਖਿਆ ਕਰੋ। ਵਾਲੀਬਾਲ ਦੇ ਇਤਿਹਾਸ, ਰੂਪਰੇਖਾ, ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਅਤੇ ਮੁਖ ਟੂਰਨਾਮੈਂਟਾਂ ਦਾ ਵਰਣਨ ਕਰੋ।
