

Exam. Code : 103201

Subject Code : 1036

B.A./B.Sc. Ist Semester

PHYSICAL EDUCATION

Time Allowed—3 Hours]

[Maximum Marks—60

Note :- Q. No. 1 (Section-A) is compulsory. Attempt any seven questions from Section B and two from Section C.

SECTION—A

1. (a) What do you mean by objectives ?
- (b) Define the term development.
- (c) Define Anatomical age.
- (d) Name of the colors of Olympic flag.
- (e) Where is the office of Punjab Sports Department ?
- (f) What is the full form of N.S.N.I.S. ?

6×2=12

SECTION—B

2. Write the names of 20 Asian Countries.
3. Describe the Physiological and Chronological age.
4. What do you mean by biological principles ?
5. Explain the meaning of coaching.
6. Enlist the objectives of various sports associations and federations.
7. Write a note on ancient Olympic Games.
8. Write briefly various types of physique.
9. Explain the importance of physical education in modern life.
10. Discuss the reasons behind the creation of Sports Authority of India.
11. When did the Commonwealth and Asian Games come into existence ?

23(2117)/BSS-22538(T)

1

(Contd.)

12. Write a brief note on Punjab Sports Department.
13. Differentiate between heredity and environment.

7×4=28

SECTION—C

14. Write in detail aim and objectives of Physical Education.
15. Explain about modern Olympic Games.
16. Write the definitions of education. Why it is important for us ?
17. Explain the effects of heredity and environment on the growth and development of child. 2×10=20

(Punjabi Version)

ਨੋਟ : ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਨੰਬਰ 1 (ਭਾਗ-ੳ) ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ। ਭਾਗ ਅ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਸੱਤ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਕਰੋ ਅਤੇ ਭਾਗ ਈ ਵਿੱਚੋਂ ਦੋ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਕਰੋ।

ਭਾਗ—ੳ

1. (ੳ) ਉਦੇਸ਼ਾਂ ਤੋਂ ਤੁਹਾਡਾ ਕੀ ਭਾਵ ਹੈ ?
(ਅ) ਵਿਕਾਸ ਸ਼ਬਦ ਨੂੰ ਪਰਿਭਾਸ਼ਤ ਕਰੋ।
(ੲ) ਸ਼ਰੀਰਕ (Anatomical) ਉਮਰ ਨੂੰ ਪਰਿਭਾਸ਼ਤ ਕਰੋ।
(ਸ) ਉਲੰਪਿਕ ਝੰਡੇ ਦੇ ਰੰਗਾਂ ਦੇ ਨਾਮ ਲਿਖੋ।
(ਹ) ਪੰਜਾਬ ਖੇਡ ਵਿਭਾਗ ਦਾ ਦਫ਼ਤਰ ਕਿੱਥੇ ਹੈ ?
(ਕ) ਐਨ. ਐਸ. ਐਨ. ਆਈ. ਐਸ. (N.S.N.I.S.) ਦਾ ਪੂਰਣ ਰੂਪ ਕੀ ਹੈ ? 6×2=12

ਭਾਗ—ਅ

2. 20 ਏਸ਼ੀਆਈ ਦੇਸ਼ਾਂ ਦੇ ਨਾਮ ਲਿਖੋ।
3. ਸ਼ਰੀਰਕ ਅਤੇ ਕਾਲਕ੍ਰਮਾਨੁਸਾਰ (Chronological) ਉਮਰ ਦਾ ਵਰਣਨ ਕਰੋ।
4. ਨੈਵਿਕ ਸਿਧਾਂਤਾਂ ਤੋਂ ਤੁਹਾਡਾ ਕੀ ਭਾਵ ਹੈ ?
5. ਕੋਚਿੰਗ ਦੇ ਅਰਥ ਦੀ ਵਿਆਖਿਆ ਕਰੋ।
6. ਵੱਖ-ਵੱਖ ਖੇਡ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਅਤੇ ਸੰਘਾਂ ਦੇ ਉਦੇਸ਼ਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਬਣਾਉ।
7. ਪ੍ਰਾਚੀਨ ਉਲੰਪਿਕ ਖੇਡਾਂ ਉਪਰ ਇੱਕ ਨੋਟ ਲਿਖੋ।
8. ਸ਼ਰੀਰ-ਗਠਨ (physique) ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਕਿਸਮਾਂ ਉਪਰ ਸੰਖਿਪਤ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਲਿਖੋ।

9. ਆਧੁਨਿਕ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਸ਼ਰੀਰਕ ਸਿੱਖਿਆ ਦੇ ਮਹੱਤਵ ਦੀ ਵਿਆਖਿਆ ਕਰੋ।
10. ਭਾਰਤ ਦੀ ਖੇਡ ਅਥਾਰਟੀ ਦੇ ਨਿਰਮਾਣ ਪਿੱਛੇ ਕਾਰਣਾਂ ਦੀ ਚਰਚਾ ਕਰੋ।
11. ਰਾਸ਼ਟਰਮੰਡਲ ਅਤੇ ਏਸ਼ੀਆਈ ਖੇਡਾਂ ਕਦੋਂ ਹੋਂਦ ਵਿੱਚ ਆਈਆਂ ?
12. ਪੰਜਾਬ ਖੇਡ ਵਿਭਾਗ ਉਪਰ ਇੱਕ ਸੰਖਿਪਤ ਨੋਟ ਲਿਖੋ।
13. ਅਨੁਵੰਸ਼ਿਕਤਾ ਅਤੇ ਵਾਤਾਵਰਣ ਵਿਚਕਾਰ ਅੰਤਰ ਸਪਸ਼ਟ ਕਰੋ।

7×4=28

ਭਾਗ—ੳ

14. ਸ਼ਰੀਰਕ ਸਿੱਖਿਆ ਦੇ ਲਕਸ਼ਾਂ ਅਤੇ ਉਦੇਸ਼ਾਂ ਨੂੰ ਵਿਸਥਾਰਪੂਰਵਕ ਲਿਖੋ।
15. ਅਧੁਨਿਕ ਉਲੰਪਿਕ ਖੇਡਾਂ ਬਾਰੇ ਵਿਆਖਿਆ ਕਰੋ।
16. ਸਿੱਖਿਆ ਦੀ ਪਰਿਭਾਸ਼ਾ ਲਿਖੋ। ਇਹ ਸਾਡੇ ਲਈ ਕਿਉਂ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ?
17. ਬੱਚੇ ਦੇ ਵਾਧੇ ਅਤੇ ਵਿਕਾਸ ਵਿੱਚ ਅਨੁਵੰਸ਼ਿਕਤਾ ਅਤੇ ਵਾਤਾਵਰਣ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਦੀ ਵਿਆਖਿਆ ਕਰੋ।

2×10=20

(Hindi Version)

ਨੋਟ :— ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਸੰਖਿਆ 1 (ਭਾਗ ਕ) ਅਨਿਵਾਰਯ ਹੈ। ਭਾਗ ਖ ਮੇਂ ਸੇ ਕੋਈ ਸਾਤ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਕਰੋ ਤਥਾ ਭਾਗ ਗ ਮੇਂ ਸੇ ਦੋ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਕਰੋ।

ਭਾਗ-ਕ

1. (ਕ) ਤਵੇਸ਼ਯੋਂ ਸੇ ਆਪਕਾ ਕਯਾ ਅਭਿਪ੍ਰਾਯ ਹੈ ?
- (ਖ) 'ਵਿਕਾਸ' ਸ਼ਬਦ ਕੋ ਪਰਿਭਾਸ਼ਿਤ ਕਰੋਂ।
- (ਗ) ਸ਼ਰੀਰਿਕ (Anatomical) ਆਯੁ ਕੋ ਪਰਿਭਾਸ਼ਿਤ ਕਰੋਂ।
- (ਘ) ਔਲੰਪਿਕ ਖੇਡ ਕੇ ਰੰਗੋਂ ਕੇ ਨਾਮ ਲਿਖੋਂ।
- (ਙ) ਪੰਜਾਬ ਖੇਲ ਵਿਭਾਗ ਕਾ ਕਾਰਯਾਲਯ ਕਹਾਓਂ ਹੈ ?
- (ਚ) ਏਨ. ਏਸ. ਏਨ. ਆਈ. ਏਸ. (N.S.N.I.S.) ਕਾ ਪੂਰਵ ਰੂਪ ਕਯਾ ਹੈ ?

6×2=12

ਭਾਗ-ਖ

2. 20 ਏਸ਼ਿਯਾਈ ਦੇਸ਼ੋਂ ਕੇ ਨਾਮ ਲਿਖੋ।
3. ਸ਼ਾਰੀਰਿਕ ਔਰ ਕਾਲਕ੍ਰਮਾਨੁਸਾਰੀ ਆਯੁ ਕਾ ਵਰ੍ਣਨ ਕਰੋ।

4. जैविक सिद्धांतों से आपका क्या अभिप्राय है ?
5. कोचिंग के अर्थ की व्याख्या करो।
6. विभिन्न खेल संस्थाओं तथा संघों के उद्देश्यों की सूची बनाओ।
7. प्राचीन ओलंपिक खेलों पर एक नोट लिखें।
8. शरीर-गठन (physique) के विभिन्न प्रकारों पर संक्षिप्त रूप में लिखें।
9. आधुनिक जीवन में शारीरिक शिक्षा के महत्व की व्याख्या करो।
10. भारत के खेल प्राधिकरण के निर्माण के पीछे कारणों की चर्चा करो।
11. राष्ट्रमंडल और एशियाई खेलों अस्तित्व में कब आईं ?
12. पंजाब स्पोर्ट्स विभाग पर एक संक्षिप्त नोट लिखो।
13. आनुवंशिकता और पर्यावरण के मध्य अंतर स्पष्ट करें।

7×4=28

भाग-ग

14. शारीरिक शिक्षा के लक्ष्यों और उद्देश्यों को विस्तारपूर्वक लिखो।
15. आधुनिक ओलंपिक खेलों के बारे में व्याख्या करो।
16. शिक्षा की परिभाषाएं लिखो। यह हमारे लिए क्यों महत्वपूर्ण है ?
17. बच्चे की वृद्धि और विकास में आनुवंशिकता और पर्यावरण के प्रभावों की व्याख्या करो।

2×10=20