

Exam. Code : 103201

Subject Code : 1036

B.A./B.Sc. 1<sup>st</sup> Semester

**PHYSICAL EDUCATION**

Time Allowed—3 Hours] [Maximum Marks—60

**Note** :—Attempt **FIVE** questions in all, selecting at least **ONE** question from each Section. The **fifth** question may be attempted from any section. Each question carries **12** marks.

**SECTION—A**

1. Define Physical Education. Describe in detail the relationship of Physical Education with General Education.
2. Describe in detail the aims and objectives of Physical Education.

**SECTION—B**

3. Attempt the following :
  - (a) Explain different body types as described by Sheldon.
  - (b) What do you know about the Age and Sex Differences ?
  - (c) Differentiate between Growth and Development.
4. Describe in detail the effects of Heredity and Environment on Growth and Development of a child.

## SECTION—C

5. Describe in detail the Post Independence developments of Physical Education and Sports in India.
6. Attempt the following :
  - (a) What do you know about N.S.N.I.S. ?
  - (b) Write a brief note on Punjab Sports Department.

## SECTION—D

7. Write an essay on 'Modern Olympic Games'.
8. What do you know about Commonwealth Games ? Explain in detail.

## (Punjabi Version)

ਨੋਟ : ਹਰੇਕ ਭਾਗ ਵਿੱਚੋਂ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਇੱਕ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਕੁੱਲ ਪੰਜ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਕਰੋ। ਪੰਜਵਾਂ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਕਿਸੇ ਵੀ ਭਾਗ ਵਿੱਚੋਂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਹਰੇਕ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਦੇ 12 ਅੰਕ ਹਨ।

## ਭਾਗ—ੳ

1. ਸਰੀਰਕ ਸਿੱਖਿਆ ਨੂੰ ਪਰਿਭਾਸ਼ਿਤ ਕਰੋ। ਜਨਰਲ ਸਿੱਖਿਆ ਦੇ ਨਾਲ ਸਰੀਰਕ ਸਿੱਖਿਆ ਦੇ ਸੰਬੰਧ ਦਾ ਵਿਸਥਾਰ ਵਿੱਚ ਵੇਰਵਾ ਦਿਉ।
2. ਸਰੀਰਕ ਸਿੱਖਿਆ ਦੇ ਟੀਚਿਆਂ ਅਤੇ ਉਦੇਸ਼ਾਂ ਦਾ ਵਿਸਥਾਰਪੂਰਵਕ ਵਰਨਣ ਕਰੋ।

## ਭਾਗ—ਅ

3. ਨਿਮਨਲਿਖਿਤ ਨੂੰ ਲਿਖੋ :
  - (ੳ) ਸ਼ੇਲਡਨ ਦੁਆਰਾ ਵਰਨਣ ਕੀਤੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸਰੀਰ ਕਿਸਮਾਂ ਦੀ ਵਿਆਖਿਆ ਕਰੋ।
  - (ਅ) ਉਮਰ ਅਤੇ ਲਿੰਗ ਮਤਭੇਦਾਂ ਬਾਰੇ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਜਾਣਦੇ ਹੋ ?
  - (ੲ) ਗ੍ਰੈਬ ਅਤੇ ਵਿਕਾਸ ਵਿਚਕਾਰ ਅੰਤਰ।

4. ਬੱਚੇ ਦੇ ਵਾਧੇ ਅਤੇ ਵਿਕਾਸ ਤੇ ਅਨੁਵੰਸ਼ਿਕਤਾ ਅਤੇ ਵਾਤਾਵਰਣ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਦਾ ਵਿਸਥਾਰ ਵਿੱਚ ਵਰਨਣ ਕਰੋ।

**ਭਾਗ—ੲ**

5. ਭਾਰਤ ਵਿੱਚ ਸਰੀਰਕ ਸਿੱਖਿਆ ਅਤੇ ਖੇਡਾਂ ਦੇ ਆਜ਼ਾਦੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦੇ ਵਿਕਾਸਾਂ ਦਾ ਵਿਸਤ੍ਰਿਤ ਵਰਨਣ ਕਰੋ।

6. ਨਿਮਨਲਿਖਿਤ ਨੂੰ ਲਿਖੋ :

(ੳ) ਐਨ. ਐਸ. ਐਨ. ਆਈ. ਐਸ ਬਾਰੇ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਜਾਣਦੇ ਹੋ ?

(ਅ) ਪੰਜਾਬ ਖੇਡ ਵਿਭਾਗ 'ਤੇ ਇੱਕ ਸੰਖਿਪਤ ਨੋਟ ਲਿਖੋ।

**ਭਾਗ—ਸ**

7. 'ਆਧੁਨਿਕ ਓਲੰਪਿਕ ਖੇਡਾਂ' ਤੇ ਇੱਕ ਲੇਖ ਲਿਖੋ।

8. ਰਾਸ਼ਟਰਮੰਡਲ ਖੇਡਾਂ ਬਾਰੇ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਜਾਣਦੇ ਹੋ ? ਵਿਸਥਾਰ ਵਿੱਚ ਵਿਆਖਿਆ ਕਰੋ।

**(Hindi Version)**

ਨੋਟ :— ਪ੍ਰत्येक भाग में से कम से कम एक प्रश्न का चयन करते हुए, कुल पाँच प्रश्न करें। पाँचवां प्रश्न किसी भी भाग में से किया जा सकता है। प्रत्येक प्रश्न के 12 अंक हैं।

**भाग—क**

1. शारीरिक शिक्षा को परिभाषित करें। सामान्य शिक्षा के साथ शारीरिक शिक्षा के संबंध का विस्तार से वर्णन करें।
2. शारीरिक शिक्षा के लक्ष्य और उद्देश्यों का विस्तारपूर्वक वर्णन करें।

भाग—ख

3. निम्नलिखित को लिखें :-  
(अ) शेल्डन द्वारा वर्णित विभिन्न शरीर प्रकारों की व्याख्या करें।  
(ब) आयु और लिंग मतभेदों के बारे में आप क्या जानते हैं ?  
(क) वृद्धि और विकास के बीच अंतर स्पष्ट करें।
4. बच्चे की वृद्धि और विकास पर आनुवंशिकता और पर्यावरण के प्रभावों का विस्तार से वर्णन करें।

भाग—ग

5. भारत में शारीरिक शिक्षा और खेलों के स्वतंत्रता उपरांत के विकासों का विस्तृत वर्णन करें।
6. निम्नलिखित को लिखें :-  
(अ) एन.एस.एन.आई.एस. के बारे में आप क्या जानते हैं ?  
(ब) पंजाब स्पोर्ट्स विभाग पर एक संक्षिप्त नोट लिखें।

भाग—घ

7. 'आधुनिक ओलंपिक खेलों' पर एक निबंध लिखें।
8. राष्ट्रमंडल खेलों के बारे में आप क्या जानते हैं ? विस्तार से व्याख्या करें।