

Question Paper Code : 7750

M.P.Ed. (Semester-II) Examination, 2018

ATHLETIC CARE & REHABILITATION

[Fourth Paper]

Time : Three Hours]

[Maximum Marks : 70

Note : Answer **six** questions in **all**. Question no.1 is **compulsory**. Besides this , attempt **one** question from each unit.

नोट : कुल छः प्रश्नों के उत्तर दीजिए। प्रश्न संख्या 1 अनिवार्य है। इसके अलावा, प्रत्येक इकाई से एक प्रश्न कीजिए।

1. (A) Put tick (✓) mark on the following : [2×5=10]

निम्नलिखित पर (✓) का निशान लगाइये :

(a) Injuries are but natural in sports.

[True/False]

खेलों में चोटें स्वाभाविक हैं। [सत्य/ असत्य]

(b) R.I.C.E. means Rest, Ice, Compression and Elevation. [True/ False]

7750/300

(1)

[P.T.O.]

आर.आई.सी.ई. का अर्थ है रैस्ट, आइस, कम्प्रेसन और ऐलीवेशन। [सत्य/ असत्य]

(c) A.B.C. stands for Airways, Breathing and Circulation. [True/ False]

ए.बी.सी. का अर्थ एयरवेज, ब्रीदिंग और सर्कुलेशन है। [सत्य/ असत्य]

Fill in the blanks :

रिक्त स्थान भरिये :

(d) Flat foot is a _____

चपटा पाँव एक _____

(e) Hydrotherapy is related to _____

जल चिकित्सा _____ से सम्बन्धित है।

(B) Write short notes on the following : [4×5=20]

निम्नलिखित पर संक्षिप्त टिप्पणियाँ लिखिये :

(f) Kyphosis

कुबड़ापन

(g) Posture

अंग विन्यास

(h) Injury Rehabilitation

चोट पुनर्वास

(i) Massage

मालिश

(j) Cold Infrared Rays

शीत इन्फ्रारेड किरणें

UNIT-I / इकाई-I

1. Define Corrective Physical Education. Describe its objectives. [8]

शोधक शारीरिक शिक्षा को परिभाषित कीजिए। इसके उद्देश्यों का वर्णन कीजिए।

2. Explain the "Value of Good Posture" in detail. [8]

“उत्तम मुद्रा के मूल्य की” विस्तार में व्याख्या कीजिए।

UNIT-II / इकाई-II

3. Explain the following : [8]

निम्नलिखित की व्याख्या कीजिए :

(a) Lordosis

लाडोसिस

(b) Scoliosis

स्कालियोसिस

4. Write notes on the following : [8]

निम्नलिखित पर टिप्पणियाँ लिखिए :

(a) Knock Knee

नॉक नी

(b) Round Shoulders

राउन्ड शोल्डर्स

UNIT-III / इकाई-III

5. Explain "Resisted Exercise for Rehabilitation" in detail.[8]

पुनर्वास हेतु अवरोधक व्यायाम की विस्तार में व्याख्या कीजिए।

7750/300

(4)

6. Describe the principles of P.N.F. [8]

पी.एन.एफ सिद्धान्तों का वर्णन कीजिए।

UNIT-IV / इकाई-IV

7. Explain the "Massage as an aid for relaxation". [8]

“मालिश, शिथिलन के सहायक के रूप में” की व्याख्या कीजिए।

8. Describe the classification of Massage. Explain its use on human body. [8]

मालिश के वर्गीकरण का वर्णन कीजिए। मानव शरीर पर इसके उपयोग की व्याख्या कीजिए।

UNIT-V / इकाई-V

9. "Common injuries are but natural in sports." Explain with suitable examples. [8]

“खेलों में सामान्य चोटें स्वाभाविक हैं।” उचित उदाहरणों सहित व्याख्या कीजिए।

10. Explain the principles of Strapping and Bandages. [8]

स्ट्रैपिंग और बैंडेजेज के सिद्धान्तों की व्याख्या कीजिए।

----- x -----

7750/300

(5)