

Roll No.

E-3967

B. P. E. (Fourth Year) EXAMINATION, 2021

Paper Fifth

INTRODUCTION OF CORRECTIVE AND
REHABILITATION

Time : Three Hours]

[Maximum Marks : 100

नोट : सभी पाँच प्रश्नों के उत्तर दीजिए। प्रत्येक इकाई से एक प्रश्न करना अनिवार्य है। सभी प्रश्नों के अंक समान हैं।

Attempt all the *five* questions. *One* question from each Unit is compulsory. All questions carry equal marks.

इकाई—1

(UNIT—1)

1. एक अच्छी मुद्रा के मूल्यों एवं अर्थ को समझाइए। एक गलत मुद्रा के कारणों एवं कमियों पर विस्तार से चर्चा कीजिए।

Explain the meaning and values of a good posture. Discuss the causes and drawbacks of a bad posture.

P. T. O.

अथवा

(Or)

मेरुवक्रता (स्कोलिओसिस) को समझाइए। मेरुवक्रता के कारणों एवं उपचारात्मक अभ्यासों को संक्षिप्त में समझाइये।

Explain scoliosis. Briefly explain its causes and remedial exercises.

इकाई—2

(UNIT—2)

2. खेलो चोटों के कारणों एवं कारणों पर चर्चा कीजिए एवं खेल चोटों के प्रबंधन में एक प्रशिक्षित प्रशिक्षक की भूमिका को संक्षिप्त में समझाइए।

Discuss the factors causing sports injuries and briefly explain the role of a trained personnel in the management of the sports injuries.

अथवा

(Or)

सामान्य खेल चोटों को चरणबद्ध कीजिए एवं किन्हीं दो सामान्य चोटों के तुरन्त उपचार के बारे में चर्चा कीजिए।

List down the common sport injuries and discuss the immediate treatment of any *two* common sport injuries.

इकाई—3

(UNIT—3)

3. पुनर्वास को परिभाषित कीजिए। शारीरिक शिक्षा एवं खेल के क्षेत्र में पुनर्वास के उद्देश्यों एवं क्षेत्रों को संक्षिप्त में समझाइए।

Define rehabilitation. Briefly explain its objectives and scope in the field of physical education and sports.

अथवा

(Or)

कॉन्ट्रास्ट बाथ एवं वैक्स (मोम) बाथ थेरेपी की प्रक्रियाओं एवं मतभेदों पर विस्तारपूर्वक विवेचना कीजिए।

Elaborate the procedures, contraindications of applying contrast bath and wax bath therapy in detail.

इकाई—4

(UNIT—4)

4. उपचारात्मक अभ्यास को परिभाषित कीजिए। मांसपेशीय ताकत के सिद्धान्तों को संक्षिप्त में समझाइए।

Define therapeutic exercises. Briefly explain the principles of muscle strengthening.

अथवा

(Or)

उपचारात्मक अभ्यासों का वर्गीकरण करते हुए उनके महत्त्वों को समझाइये।

Classify therapeutic exercises and its uses in detail.

इकाई—5

(UNIT—5)

5. मालिश तकनीकों का वर्गीकरण करते हुए किसी एक मालिश तकनीक पर विस्तारपूर्वक चर्चा कीजिए।

Classify massage techniques and discuss any *one* technique in detail.

अथवा

(Or)

फिजियोलोजिकल प्रभावों को ध्यान में रखते हुए मालिश करने के सामान्य तरीकों पर चर्चा कीजिए।

Discuss the general approach to massage manipulation in relation to its physiological effects.