

UNIVERSITY OF THE PUNJAB



Part-I A/2016
Examination:- M.A./M.Sc.

Roll No.

Subject: Physical Education
PAPER: I (Philosophy of Physical Education and Recreation)

TIME ALLOWED: 3 hrs.
MAX. MARKS: 65

NOTE: Attempt any FIVE questions. All questions carry equal marks.

نوٹ: کوئی سے پانچ سوالات حل کریں۔ تمام سوالات کے نمبر یکساں ہیں۔

- Q No.1. Define Physical education, is it an integral part of general education discuss.
سوال نمبر 1۔ فزیکل ایجوکیشن کی تعریف کریں۔ کیا یہ عام تعلیم کا اٹوٹ رنگ ہے، بحث کریں۔
- Q No.2. Discuss philosophy of good life.
سوال نمبر 2۔ گڈ لائف کی فلاسفی بیان کریں۔
- Q No.3. What are the aims and objectives of physical education.
سوال نمبر 3۔ تعلیم جسمانی کے اعتراض و مقاصد بیان کریں۔
- Q No.4. Explain different philosophies with regard to physical education.
سوال نمبر 4۔ مختلف فلاسفوں کے حوالے سے تعلیم جسمانی کا تعلق بیان کریں۔
- Q No.5. What are the different kinds of recreation?
سوال نمبر 5۔ تفریح کی مختلف اقسام بیان کریں۔
- Q No.6. What are the qualities of a physical education teacher?
سوال نمبر 6۔ تعلیم جسمانی کے استاد کے اوصاف بیان کریں۔
- Q No.7. What is the nature, scope and signification of recreation.
سوال نمبر 7۔ ریکری ایشن کی نوعیت، دائرہ کار اور اہمیت کیا ہے؟
- Q No.8. What are the characteristics of a good leader?
سوال نمبر 8۔ ایک اچھے قائد کے خصائص کیا ہیں؟
- Q No.9. What are the types of recreational facilities.
سوال نمبر 9۔ ریکری ایشنل سہولیات کی اقسام بیان کریں۔

UNIVERSITY OF THE PUNJAB



Part-I A/2016
Examination:- M.A./M.Sc.

Roll No.

Subject: Physical Education
PAPER: II [Movement Education (Basic Concepts)]

TIME ALLOWED: 3 hrs.
MAX. MARKS: 65

NOTE: Attempt any FIVE questions. All questions carry equal marks.

نوٹ: کوئی سے پانچ سوالات حل کریں۔ تمام سوالات کے نمبر یکساں ہیں۔

Q-1. Explain Movement Education and discuss Basic Movement in detail.

1- حرکیاتی تعلیم سے کیا مراد ہے؟ نیز بنیادی حرکات تفصیل سے تحریر کریں۔

Q-2. What are general Factors which effect movement.

2- حرکت پر اثر انداز ہونے والے عوامل تحریر کریں۔

Q-3. What do you know "Locomotor " and non "Locomotor" discuss ni detail.

3- لوکوموٹر اور نان لوکوموٹر حرکات کے بارے میں آپ کیا جانتے ہیں؟

Q-4. Define educatioal gymnastic and explain its aims and objective.

4- تعلیمی جمناسٹک کی تعریف کریں نیز اس کے اغراض و مقاصد تحریر کریں۔

Q-5. Define posture and writedown casues and remedial exercises of any two defeat.

5- اچھی قامت کی تعریف کریں اور کسی دو نقائص کی وجوہات اور اصلاحی ورزشیں تحریر کریں۔

Q-6. Write in detail about partner and group work in gymnastic.

6- جمناسٹک سرگرمیوں میں ساتھی اور گروہی کام کے بارے میں تفصیل تحریر کریں۔

Q-7. Define movement sequence and explain in detail.

7- حرکات کے جملے سے کیا مراد ہے؟ تفصیلاً بیان کریں۔

Q-8. What is massage explain its two type in detail.

8- مساج کی تعریف کریں نیز اس کی دو اقسام کا طریقہ تحریر کریں۔

Q-9. Write note on the following.

1- Flat foot 2- Walking 3-Running

9- ذیل پر نوٹ لکھیں۔

1- چٹے پاؤں 2- چلنا 3- بھاگنا



UNIVERSITY OF THE PUNJAB

Part - I A/ 2016
Examination:-M.A./M.Sc.

Roll No.

Subject: Physical Education
Paper: III (Sports Medicine)

TIME ALLOWED: 3 HRS
MAX. MARKS: 65

Note: Attempt any FIVE questions. All questions carry equal marks.

نوٹ: کوئی سے پانچ سوالات حل کریں۔ تمام سوالات کے نمبر یکساں ہیں۔

Q. # 1: Define sports medicine and explain its branches in detail. (3,10)

سوال نمبر ۱ ﴿ سپورٹس میڈیسن کی تعریف لکھیں اور اس کی شاخیں تفصیل سے بیان کریں۔

Q. # 2: Define a joint. Classify joints on the basis of movement. Explain the structure of shoulder joint in detail. (2,3,8)

سوال نمبر ۲ ﴿ جوڑ کی تعریف لکھیں اور حرکت کے لحاظ سے جوڑوں کی درجہ بندی کریں نیز کندھے کے جوڑ کی ساخت تفصیل سے بیان کریں۔

Q. # 3: What is a muscle. Give gross structure and functions of a skeletal muscle. (2,8,3)

سوال نمبر ۳ ﴿ عضلے سے کیا مراد ہے؟ استخوانی عضلات کی عمومی ساخت و افعال بیان کریں۔

Q. # 4: What are different sources of energy for our body during exercise. Explain. (5,2,3,3)

سوال نمبر ۴ ﴿ ورزش کے دوران ہمارا جسم کن ذرائع سے طاقت حاصل کرتا ہے؟ بیان کریں۔

Q. # 5: Define over training and explain its causes and signs and symptoms. (4,4,5)

سوال نمبر ۵ ﴿ Over Training کی تعریف لکھیں اور اس کی وجوہات و علامات بیان کریں۔

Q. # 6: Define flexibility. Give its significance & types. How will you enhance the flexibility of sportsmen. (3,3,3,4)

سوال نمبر ۶ ﴿ لچک کی تعریف لکھیں۔ اس کی اہمیت اور اقسام بیان کریں۔ نیز کھلاڑیوں میں لچک کو آپ کیسے بڑھائیں گے؟

Q. # 7: Name the hormones of Pituitary and explain in detail the actions of Growth hormone and ADH. (4,3,6)

سوال نمبر ۷ ﴿ پھیوٹری سے خارج ہونے والے ہارمون کے نام لکھیں اور گروتھ ہارمون اور ADH کے افعال تفصیل سے بیان کریں۔

Q. # 8: Give the external and internal structure of spinal cord in detail. (7,6)

سوال نمبر ۸ ﴿ حرام مغز کی اندرونی اور بیرونی ساخت تفصیل سے بیان کریں۔

Q. # 9: Write short notes on the following: (3,6,4)

- (i) Synergist Muscle (ii) Hamstring Muscles
(iii) Aerobic and Anaerobic Metabolism.

سوال نمبر ۹ ﴿ مندرجہ ذیل پر مختصر نوٹ لکھیں:

(ii) ہیمسٹرنگ عضلات Synergist Muscles (i)

(iii) ایروبک اور این ایروبک میٹابولزم



UNIVERSITY OF THE PUNJAB

Part - I A/ 2016

Examination:-M.A./M.Sc.

Roll No.

Subject: Physical Education

TIME ALLOWED: 3 HRS

Paper: IV (Psychology Sports)

MAX. MARKS: 65

NOTE: Attempt any FIVE questions. All questions carry equal marks.

نوٹ: کوئی سے پانچ سوالات حل کریں۔ تمام سوالات کے نمبر یکساں ہیں۔

Q. # 1: Define personality. Describe theories of personality in detail. (3+10)

سوال نمبر 1: شخصیت کی تعریف بیان کریں۔ شخصیت کے نظریوں کے متعلق تفصیلاً لکھیں۔

Q. # 2: Define attention. Write in detail the factors affecting attention. (13)

سوال نمبر 2: توجہ سے کیا مراد ہے؟ اس پر اثر انداز ہونے والے عوامل تفصیل سے بیان کریں۔

Q. # 3: Define motivation. What are biological drives. Write in detail. (13)

سوال نمبر 3: موٹیویشن کی تعریف کریں۔ حیاتیاتی محرکات کیا ہیں؟ تفصیل سے بیان کریں۔

Q. # 4: What are the positive and negative effects of money and media on sports. (13)

سوال نمبر 4: سپورٹس پر روپیہ اور میڈیا کے مثبت اور منفی اثرات بیان کریں۔

Q. # 5: Define heredity and environment and discuss its effects on personality construction. (13)

سوال نمبر 5: وراثت اور ماحول کی تعریف کریں۔ نیز تعمیر شخصیت میں وراثت اور ماحول کے اثرات بیان کریں۔

Q. # 6: Define Psychology and physical education. Describe the importance of psychology in sports. (13)

سوال نمبر 6: علم نفسیات اور تعلیم جسمانی سے کیا مراد ہے؟ تعلیم نفسیات کی کھیلوں میں اہمیت بیان کریں۔

Q. # 7: Define "instrumental" and "classical" conditioning and differentiate between them. (13)

سوال نمبر 7: آلاتی مشروطیت اور کلاسیکی مشروطیت سے کیا مراد ہے؟ نیز ان کے درمیان فرق کی وضاحت کریں۔

Q. # 8: Prepare a map of "Response Mechanism" and explain "Receptors" in detail. (3+10)

سوال نمبر 8: رد عمل کی میکانیت کا خاکہ بنا لیں نیز ریسپنڈرز کو تفصیل سے بیان کریں۔

Q. # 9: Describe the effect of the secretion of glands on human behavior. (13)

سوال نمبر 9: غدود کی رطوبت کے انسانی رویوں پر اثرات کی تفصیل سے وضاحت کریں۔



UNIVERSITY OF THE PUNJAB

Part-I A/2016
Examination:- M.A./M.Sc.

Roll No.

Subject: Physical Education
PAPER: V (Science of Track and Field)

TIME ALLOWED: 3 hrs.
MAX. MARKS: 65

NOTE: Attempt any FIVE questions. Question number 1 is compulsory.
All questions carry equal marks.

کوئی سے پانچ سوالات حل کریں۔ سوال نمبر 1 لازمی ہے۔ تمام سوالوں کے نمبر برابر ہیں۔

Q No. 1

(a) How would you find the measurements from the process of length of one straight 80m to mark the standard athletic Track (Marks 8)

سوال نمبر 1۔ (الف)۔ آپ ٹریک کی ایک لمبائی جو کہ 80 میٹر ہے اس کی مدد سے پیمائشوں کو نکالنے کا وہ طریقہ بیان کریں جس سے 400 میٹر کا سٹینڈرڈ اتھلیٹک ٹریک لگایا جاسکے۔

(b). Verify these measurements and prove with your comments that a standard Athletic Track can be marked your conclusion. (Marks 5)

(ب)۔ آپ اپنے دلائل سے ثابت کریں کہ مندرجہ بالا نکالی گئی پیمائشوں سے سٹینڈرڈ اتھلیٹک ٹریک لگایا جاسکتا ہے۔

Q No. 2

(a) Define the High Jump (Marks 3)

سوال نمبر 2۔ (الف)۔ ہائی جمپ کی تعریف واضح کریں۔

(b). How would you resolve the "TIE" if occurred in the competition of High jump with the help of score-sheet. (Marks 10)

(ب)۔ ہائی جمپ کے مقابلے میں کھلاڑیوں کی برابری کو سکور شیٹ کی مدد سے کیسے حل کریں گے۔

Q No. 3

Write down the Mechaniques / Techniques of Throwing the Javeline in competition (Marks 13)

سوال نمبر 3۔ نیزہ پھینکنے کے مقابلے میں میکینکس / ٹیکنیکس کو تحریر کریں۔

Q No. 4

(a) Define the I.O.C (Marks 3)

سوال نمبر 4۔ (الف)۔ آئی او سی کی تعریف واضح کریں۔

(b). Explain the advantages of the Modern Olympic Games over the Ancient Olympic Games (Marks 10)

(ب)۔ قدیم اولمپک کھیلوں کی نسبت جدید اولمپک کھیلوں کی خوبیوں کو بیان کریں۔

Q No. 5

(a) What do you mean by strength Training. (Marks 3)

سوال نمبر 5۔ (الف)۔ سٹرنٹھ ٹریننگ سے کیا مراد ہے؟

(b). Discuss in detail the methods of strength Training. (Marks 10)

(ب)۔ سٹرنٹھ ٹریننگ کے طریقوں کو وضاحت سے بیان کریں۔

(P.T.O)

Q No. 6

How would you prepare the complete Programme of Athletic Meet at the University level of Two days with Three sessions. (Marks 13)

سوال نمبر 6۔ یونیورسٹی معیار کا دو روزہ ایتھلیٹک میٹ کا تین سیشن کا مکمل پروگرام کیسے ترتیب دیئے۔

Q No. 7

(a) What do you mean by warm-up. (Marks 3)

سوال نمبر 7۔ (الف)۔ آپ کی وارم اپ سے کیا مراد ہے۔

(b). Write down the physiological and Psychological benefits of warm-up. (Marks 10)

(ب)۔ وارم اپ کے جسمانی اور نفسیاتی فوائد تحریر کیجئے۔

Q No. 8

(a) Prepare a list of the Training Principles. (Marks 3)

سوال نمبر 8۔ (الف)۔ تمام تربیتی اصولوں کی لسٹ تیار کریں۔

(b). Explain the Benefits of the following Training Principles. (Marks 10)

(a). Progression

(b). Continuity

(ب)۔ تربیتی اصولوں کے فوائد بیان کریں۔

۱۔ پریل آف پروگریشن

۲۔ پریل آف کنٹینیٹی

Q No. 9

Discuss The duties of the following officials.

سوال نمبر 9۔ (الف)۔ آفیشلز کے فرائض پر بحث کریں۔

1) Chief time keeper. (Marks 3)

(ب)۔ آفیشلز ۱۔ چیف ٹائم کیپر

2) Chief Judge (Marks 3)

۲۔ چیف جج

3) Referee (Marks 4)

۳۔ ریفری

4) Technical Manger (Marks 3)

۴۔ ٹیکنیکل منیجر



UNIVERSITY OF THE PUNJAB

Part-I A/2016
Examination:- M.A./M.Sc.

Roll No.

Subject: Physical Education
PAPER: VI (Theory of Games)

TIME ALLOWED: 3 hrs.
MAX. MARKS: 65

NOTE: Attempt any FIVE questions. All questions carry equal marks.

نوٹ: کوئی سے پانچ سوالات حل کریں۔ تمام سوالات کے نمبر یکساں ہیں۔

- Q1. A) Draw a fixture of 5 teams of Hockey Tournament to be conducted by Round Robin system? 10+3
B). State the merits & demerits of Round Robin System.
1. (ا) . باکی کی پانچ ٹیموں کا لیگ سسٹم کے تحت ٹورنا منٹ کروانے کا شیڈول بنائیں۔
ب. لیگ سسٹم کی خوبیاں اور خامیاں بیان کریں۔
- Q2. Describe all the steps for the completion of a play Ground? 13
2. کھیل کے میدان کے مکمل ہونے کے تمام مراحل وضاحت سے بیان کریں۔
- Q3. Write note on the following with reference to cricket: 4+3+3+3
1) Catch Out 2) Leg Umpire 3) Wide Ball 4) Leg Bye
3. کرکٹ کے حوالے سے درج ذیل پر نوٹ لکھیں۔
1. کیچ آؤٹ 2. لیگ ایمپائر 3. وائیڈ بال 4. لیگ بائی
- Q4: Why A.V. Aids is important in sports? Discuss 13
4. سمعی و بصری معاونت کھیلوں کے ایسے اہم ہیں۔ وضاحت کریں۔
- Q5: Write note on the Following with reference to Volley Ball? 4+3+3+3
1) Service Area 2) Attack Area 3) line Judges 4) Fouls
5. والی بال کے حوالے سے درج ذیل پر نوٹ لکھیں۔
1. سروس ایریا 2. ایک ایریا 3. لائن ججز 4. فاولز
- Q6: A) Draw a sketch of tennis court with all dimensions? 7+6
B) Write Note on the Following with reference to Tennis:
1) Points 2) Game 3) set 4) Match
6. ا. ٹینس کورٹ کا خاکہ بمعہ پیمانوں کے بنائیں۔
ب. مندرجہ ذیل پر ٹینس کے حوالے سے نوٹ لکھیں۔
1. پوائنٹس 2. گیم 3. سیٹ 4. میچ
- Q7. Describe in detail all the fowls in Badminton due to witch the opponent Gain point & Service? 13
7. بیڈ منٹن کھیل کے تمام فاولز وضاحت سے بیان کریں۔ جنکی بنا پر مخالف کو پوائنٹ اور سروس مل جاتی ہے۔
- Q8. Write note on the following with reference to Hockey? 4+5+4
1) Penalty Stroke 2) During Play fouls & Punishment 3) Player & Substation
8. باکی کے حوالے سے درج ذیل پر نوٹ لکھیں۔
1. پینلٹی سٹروک 2. دوران کھیل فاولز اور سزا 3. کھلاڑی اور انک تبدیلی
- Q9. Write note on the following with reference to Foot Ball? 7+3+3
1) Duties of Referee & Deputy Referees 2) Complete duration of Match 3) Penalty Area
9. فٹ بال کے حوالے سے درج ذیل پر نوٹ لکھیں۔
1. ریفری اور ڈپٹی کے فرائض 2. کھیل کا مکمل دورانیہ 3. پینلٹی ایریا

UNIVERSITY OF THE PUNJAB



Part-I A/2016
Examination:- M.A./M.Sc.

Roll No.

Subject: Sport Science & Physical Education

TIME ALLOWED: 3 hrs.

PAPER: I (Sports Management and Planning Sports Facilities)

MAX. MARKS: 70

NOTE: Attempt any FIVE questions. All questions carry equal marks.

Q.1. Define planning why planning plays a major role in developing sports facilities? Elaborate your answer with the help of suitable examples?

Q.2. (a) Describe in detail facilities and research in sports according to the following subjects in detail

(a) Motor learning and psychological learning (b) Exercise physiology

(b) Jot down some fruitful points on the following facilities?

(a) Gymnasium

(b) Artificial Surfaces (indoor outdoor)

(c) Playfield

Q.3. Explain administrative units in facilities for facility and Staff in sports arena?

Q.4. Write a detail note on steps of planning?

Q.5. Why physical educationist has a great importance in planning and developing sports facilities?

Q.6. Write down a note on general consideration of facilities and research in sports?

Q.7. Write a detail note on swimming pool facility?

Q.8. Write a short note on understanding and compilation of planning commition-1 in sports?



UNIVERSITY OF THE PUNJAB

Part-I A/2016
Examination:- M.A./M.Sc.

Roll No.

Subject: Sport Science & Physical Education
PAPER: II (Sports Nutrition)

TIME ALLOWED: 3 hrs.
MAX. MARKS: 65

NOTE: Attempt any FIVE questions. All questions carry equal marks.

1. How BMR help to manage your body weight and discuss in detail the procedure (Step by Step) which you follow to reduce an obese boy's body weight who is a student of MSc Sport Sciences & Physical Education?
2. What is Nutrition? Explain the importance of Nutrition in exercise and sports
3. Differentiate in detail between Classic Carbohydrate loading method and Modified Carbohydrate loading method. Also mention concerns & drawbacks during depletion & repletion phases
4. Explain in detail how eating disorders hurts sportsmen badly?
5. Write a detail note on consumption of energy during low intensity exercise
6. How Dehydration hurts more an athlete than a common person? Discuss in detail
7. Calculate Basal Metabolic Rate (BMR) and Total Daily Energy Expenditure (TDEE) per minute of a 23 years female of sport sciences having very active (hard exercise/sports 6-7 days/week) life style with height of 5 feet 5 inches while her body weight is 124 pound

Formula for Girls $655 + (9.6 \times \text{weight in kg}) + (1.8 \times \text{height in cm}) - (4.7 \times \text{age})$

Note: 1 inch = 2.54 cm

1 kilogram = 2.2 lbs

8. Define Trace Minerals along with two examples and write a detail note on Calcium (Ca)
9. Write a detail note on the following

(a) Vitamin A

(b) Vitamin C

UNIVERSITY OF THE PUNJAB



Part-I A/2016
Examination:- M.A./M.Sc.

Roll No.

Subject: Sport Science & Physical Education
PAPER: III (Sports Biomechanics)

TIME ALLOWED: 3 hrs.
MAX. MARKS: 65

NOTE: Attempt any FIVE questions. All questions carry equal marks.

- Q.1. Define Biomechanics. How you use the knowledge of sports biomechanics for improvement in Pakistani Athletes. 13
- Q.2. (a)- Human moments measure in which plains and axis discuss in detail?
(b)- Hoping, side bending and arm abduction movement in which plane and on axis occurred? 7+6
- Q.3.- (a)- What is the difference between mass and weight how measures both? 8+5
(b)- If the weight of an athlete is 100 N then find the mass of the athlete?
- Q.4. Define the angular momentum and which factors effect the angular momentum? 13
- Q.5 Discuss in detail different components of Projectile motion. 13
- Q.6.(a)- Define angular velocity and angular acceleration with formulas and units.
(b)- a wall clock seconds hand move from position 3(15 mint) to 6(30 mint) find the angular velocity and acceleration. 7+6
- Q.7. Define Form Drag , how we reduce it on ? 7+6
- Q.8. Write a short note on following with sports examples. 6+7
(a)- Third class lever (b)- kinetic Fraction
- Q.9. Write the Biomechanical analysis of shot putt? 13



UNIVERSITY OF THE PUNJAB

Part-I A/2016
Examination:- M.A./M.Sc.

Roll No.

Subject: Sport Science & Physical Education
PAPER: IV (Methodology of Scientific Coaching)

TIME ALLOWED: 3 hrs.
MAX. MARKS: 65

NOTE: Attempt any FIVE questions. All questions carry equal marks.

1. Define Scientific Coaching? Describe Autocratic coaching style in detail? 2+11
2. Write down one year training plan for 100M sprinter? 13
3. Define coaching philosophy? Describe in detail different types of philosophical approaches used in sports? 13
4. Write down physical and technical training strategies for a contact sport player 6+7
5. Describe in detail different types of warm up and purposes of cool down? 7+6
6. What are the manipulative techniques involved in frequency, intensity, volume and rest in exercises during off season training, pre season training and peak season training? 13
7. Name different health related and skill related fitness components? Write a detailed note on balance and speed? 7+6
8. Name different training principles? Write a detailed note on principle of progression and diminishing return? 7+6
9. Write a detailed note on teaching skills, techniques and abilities of a good coach for Hockey sport? 13

UNIVERSITY OF THE PUNJAB



Part-I A/2016
Examination:- M.A./M.Sc.

Roll No.

Subject: Sport Science & Physical Education
PAPER: V (Sports Psychology)

TIME ALLOWED: 3 hrs.
MAX. MARKS: 65

NOTE: Attempt any FIVE questions. All questions carry equal marks.

- Q.1. What is goal setting? Differentiate between process goal and performance goal? 13
- Q.2. Explain in detail how "Attention" maximizes performance? 13
- Q.3. Define "Imagery" and describe the objective of imagery in detail? 13
- Q.4. Discuss "Aggression" and elaborate the role of the coach to reduce aggression in sports? 13
- Q.5. Attempt any two in the following: 6 ½ + 6 ½
- i. Stress ii. Anxiety iii. Arousal
- Q.6. How positive thinking improves performance explain? 13
- Q.7. Attentional focus helps an athlete for his/her optimal performance, discuss in detail 13
- Q.8. What are arousal energizing strategies and how they help to an athlete for better performance 13
- Q.9. Write down different types of cohesion and explain in detail the different factors affecting cohesion 13



UNIVERSITY OF THE PUNJAB

Part - I A/ 2016
Examination:-M.A./M.Sc.

Roll No.

Subject: Sport Science & Physical Education

TIME ALLOWED: 3 HRS

Paper: VI (Human Anatomy)

MAX. MARKS:65

NOTE: Attempt any FIVE questions. All questions carry equal marks.

نوٹ: کوئی سے پانچ سوالات حل کریں۔ تمام سوالات کے نمبر یکساں ہیں۔

Q. # 1: Define applied anatomy. Give the gross structure and functions of a skeletal muscle. (2,8,3)

سوال نمبر ۱ Applied Anatomy کی تعریف لکھیں۔ استخوانی عہلے کی عمومی ساخت و افعال بیان کریں۔

Q. # 2: Describe the gross anatomy of a bone and explain the structure of hip joint. (5,8)

سوال نمبر ۲ ہڈی کی عمومی ساخت بیان کریں اور کو لھے کے جوڑ کی ساخت تفصیل سے بیان کریں۔

Q. # 3: Name the hormones secreted by pituitary, Pancreas and thyroid gland.

Describe the actions of ADH and Oxytocin. (5,6,2)

سوال نمبر ۳ پچوٹری، لبلبہ اور تھائرائیڈ غدود سے خارج ہونے والے ہارمون کے نام لکھیں۔ نیز ADH اور Oxytocin کے اثرات بیان کریں۔

Q. # 4: What do you mean by Pectoral and pelvic girdle. Explain the Hamstring muscles in detail. (3+10)

سوال نمبر ۴ Pectoral اور Pelvic گروڈل سے کیا مراد ہے؟ نیز ہمسٹرنگ عضلات کے بارے میں تفصیل سے بیان کریں۔

Q. # 5: Briefly explain the following:

(i) Difference Between Artry & Vein. (4)

(ii) Name of Blood Vessels Entering and Leaving Heart. (4)

(iii) Heart Sounds. (5)

سوال نمبر ۵ مندرجہ ذیل کے بارے میں مختصر اہیان کریں۔

(i) شریان اور ورید میں فرق

(ii) دل میں داخل اور دل سے نکلنے والی خون کی نالیوں کے نام

(iii) دل کی آوازیں

Q. # 6: Discuss the structure of Larynx and Lungs in detail. (7+6)

سوال نمبر ۶ نخرے اور پھیپھڑے کی ساخت تفصیل سے بیان کریں۔

P.T.O.

Q. # 7: What do you mean by digestion. Explain the digestion of carbohydrates fats and proteins.

(3,4,3,3)

سوال نمبر ۷ ﴿ Digestion سے کیا مراد ہے؟ نشاستے، چربی اور لحمیات کے ہضم ہونے کا عمل بیان کریں۔

Q. # 8: Discuss the structure of sympathetic nervous system. How does it help us during exercise.

(7+6)

سوال نمبر ۸ ﴿ سمپتھٹک نروس سسٹم کی ساخت بیان کریں۔ ورزش کے دوران یہ ہمارے لیے کس طرح مددگار ہوتا ہے؟

Q.9 Write short notes on the following:

(۴, ۳, ۳, ۳)

(i) Cardiac out put

(ii) Tidal Volume

(iii) Meniscus

(iv) Prolactin

سوال نمبر ۹ ﴿ مندرجہ ذیل پر مختصر نوٹ لکھیں:

Tidal Volume (ii)

Cardiac out put (i)

(iv) پرو لاکٹین

(iii) گھٹنے کی مرکزی ہڈی