



UNIVERSITY OF THE PUNJAB

Part - II A/ 2015

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

Roll No.

Subject: Physical Education

TIME ALLOWED: 3 HRS

Paper: I (Methods of Research in Physical Education)

MAX. MARKS: 70

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

نوٹ: کوئی سے پانچ سوالات کے جوابات لکھیں۔ تمام سوالات کے نمبر یکساں ہیں۔

- Q. # 1: Give the need, importance and scope of research in physical education. (14)
سوال نمبر ۱: تعلیم جسمانی میں تحقیق کی ضرورت و اہمیت اور دائرہ کار کی وضاحت کیجیے۔
- Q. # 2: Why there is a need of sampling in physical education research, justify. (14)
سوال نمبر ۲: تعلیم جسمانی کی تحقیق میں نمونہ بندی کی ضرورت کیوں ہوتی ہے؟ دلیل سے جواب تحریر کیجیے۔
- Q. # 3: Justify the statement; applied research is more relied upon in physical education than pure research. (14)
سوال نمبر ۳: تعلیم جسمانی میں مبادی تحقیق کی بجائے اطلاقی تحقیق پر زیادہ انحصار ہوتا ہے مدلل جواب تحریر کیجیے۔
- Q. # 4: Define a variable in research give its types also. (14)
سوال نمبر ۴: تحقیق میں متغیر کی تعریف کیجیے اور اس کی اقسام بھی بتائیے۔
- Q. # 5: Descriptive research design best fits the research scenarios, justify? (14)
سوال نمبر ۵:
- Q. # 6: Identify the common sampling types that support the physical education research. (14)
سوال نمبر ۶: نمونہ بندی کی اقسام جو تعلیم جسمانی کی تحقیق میں معاون ہوتی ہیں کی نشاندہی کیجیے۔
- Q. # 7: Define a hypothesis in research, give its functions? (14)
سوال نمبر ۷: تحقیق میں مفروضہ کی تعریف اور اس کے دائرہ عمل کی وضاحت کیجیے۔
- Q. # 8: State the characteristics of a case study that makes it fit to research in physical education. (14)
سوال نمبر ۸: کیس سٹڈی کے خصائص بتائیے جو اسے تعلیم جسمانی کی تحقیق کے لیے موزوں بناتے ہیں۔
- Q. # 9: What are the main parts of a research report, explain any one in detail. (14)
سوال نمبر ۹: تحقیقی رپورٹ کے مختلف حصوں کو بیان کرتے ہوئے کسی ایک کی وضاحت کیجیے۔



UNIVERSITY OF THE PUNJAB

Part-II A/2015
Examination:- M.A./M.Sc.

Roll No.

Subject: Physical Education
PAPER: II [Movement Education (Bio-Mechanics)]

TIME ALLOWED: 3 hrs.
MAX. MARKS: 70

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

Q.1. Define Biomechanics? What is the role of Biomechanics in Modern Era?

14

سوال نمبر 1 بائیومیکینکس کی تعریف کریں۔ ماڈرن دور میں بائیومیکینکس کا سپورٹس میں کیا کردار ہے۔

Q.2. Define drag force and types of drag forces.

4+10

سوال نمبر 2 ڈریگ فورس کی تعریف کریں اور اس کی اقسام کی وضاحت کریں۔

Q.3. Explain projectile motion, what is the role of Projectile speed, Projection angle in throwing events.

14

سوال نمبر 3 پروجیکٹائل موشن کی وضاحت کریں اور قعر واپوش میں پروجیکشن سپیڈ اور پروجیکشن اینگل کے کردار پر بحث کریں۔

Q.4. Write a short note on following terms:

4+4+6

i. Impulse ii. Impact iii. Equilibrium

سوال نمبر 4 مندرجہ ذیل پر مختصر نوٹ لکھیں۔

ایمپلس - ایمپکٹ - توازن

Q.5. Explain in details Biomechanical Analysis of free shoot in Basketball.

14

سوال نمبر 5 باسکٹ بال میں فری شاٹ کے بائیومیکینیکل تجزیے کی وضاحت کریں۔

Q.6. Define Lever, also discuss its mechanical advantages in sports.

4+10

سوال نمبر 6 لیور کی تعریف کریں اور سپورٹس میں اس کے مکینیکل فوائد بیان کریں۔

Q.7. Define Inertia? Explain Newton's first law of motion with the help of sports examples and its importance in sports field.

10+4

سوال نمبر 7 جمود کی تعریف کریں۔ نیوٹن کے پہلے قانون کے مطابق کیلیوں میں اس کی اہمیت بیان کریں۔

Q.8. Define the following terms with help of sports examples?

6+4+4

i. Kinetics & Kinematics.

ii. distance & Displacement.

iii. Acceleration.

سوال نمبر 8 مندرجہ ذیل کی وضاحت کیلیوں سے کریں۔

الف) کینٹیکس اور کینمٹکس ب) فاصلہ اور ہٹاؤ ج) اسراع

Q.9. What is center of Gravity? Explain the function of Center of Gravity in : *jump* 7+7

سوال نمبر 9 مرکز ثقل سے کیا مراد ہے؟ لاگ چپ میں مرکز ثقل کے کردار کی وضاحت کریں۔



UNIVERSITY OF THE PUNJAB

Part - II A/ 2015

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

Roll No.

Subject: Physical Education

Paper: III (Sports Medicine)

TIME ALLOWED: 3 HRS

MAX. MARKS:70

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

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

Q. # 1: Classify injuries on basis of cause. How will you prevent injuries in sports men? (4,10)

سوال نمبر ۱ ﴿ وجوہات کے لحاظ سے چوٹوں کی درجہ بندی بیان کریں۔ آپ کھلاڑیوں کو چوٹوں سے کیسے بچائیں گے۔

Q. # 2: What is the difference between STRAIN and SPRAIN? Give a detail account of muscle cramps muscle soreness and compartment syndrome. (4,4,3,3)

سوال نمبر ۲ ﴿ سٹریں اور سپرین میں کیا فرق ہے؟ عضلاتی اکڑاؤ عضلاتی سوزش اور کمپارٹمنٹ سنڈروم کے بارے میں تفصیل سے بیان کریں۔

Q. # 3: Give a detail account of the following. (4,6,4)

(i) Myositis Ossificans (ii) Injury to meniscus (iii) Rehabilitation of muscle injuries.

سوال نمبر ۳ ﴿ مندرجہ ذیل کے بارے میں تفصیل سے بیان کریں۔

(i) Myositis Ossificans

(ii) چاند نما سرکری ہڈی کی چوٹ (iii) عضلاتی چوٹوں کی بحالی

Q. # 4: Briefly explain the following. (3,3,6,2)

(i) Night blindness

(ii) Green stick fracture

(iii) Tennis elbow

(iv) Hazards of under weight

سوال نمبر ۴ ﴿ مندرجہ ذیل کے بارے میں مختصر اُبیان کریں۔

Green Stick Fracture (ii)

(i) اندھیرے میں نظر نہ آنا

(iv) کم وزنی کے نقصانات

Tennis Elbow (iii)

Q. # 5: Define and classify vitamins. Give a detail account of vitamin - D. (3,5,7)

سوال نمبر ۵ ﴿ وٹامن کی تعریف و درجہ بندی بیان کریں۔ نیز وٹامن ڈی کے بارے میں تفصیل سے بیان کریں۔

Q. # 6: What are the causes and hazards of overweight? How will you reduce the weight of an overweight person? (3,6,5)

سوال نمبر ۶ ﴿ زائد الوزنی کی وجوہات اور نقصانات بیان کریں۔ نیز ایک زائد الوزن شخص کا وزن آپ کیسے کم کریں گے؟

Q. # 7: What are the hazards of training at high altitude? Explain in detail. (5,5,2)

سوال نمبر ۷ ﴿ بلندی پر ٹریننگ کرنے کے کیا نقصانات ہو سکتے ہیں؟

Q. # 8: Define doping and masking agent. How will you conduct a doping test? (2,3,9)

سوال نمبر ۸ ﴿ ڈوپنگ اور ماسکنگ ایجنٹ کی تعریف لکھیں۔ آپ ڈوپنگ ٹیسٹ کیسے کریں گے؟

Q. # 9: Give a brief account of the following. (4,2,5,3)

(i) Sports medicine

(ii) Safe space

(iii) Causes of Hamstring injuries

(iv) Massage

سوال نمبر ۹ ﴿ مندرجہ ذیل کے بارے میں مختصر اُبیان کریں۔

Safe space (ii)

(i) سپورٹس میڈیسن

(iv) مالش

(iii) ہمسٹرنگ عضلات کی چوٹ کی وجوہات



UNIVERSITY OF THE PUNJAB

Part-II A/2015
Examination:- M.A./M.Sc.

Roll No.

Subject: Physical Education
PAPER: VI (Leadership in Sports)

TIME ALLOWED: 3 hrs.
MAX. MARKS: 50

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

- Q.1. Define Leadership. Explain the qualities of an effective leader. 12 1/2
لیڈرشپ کی تعریف نیز ایک موثر لیڈر کی خصوصیات بیان کریں۔
- Q.2. Define meeting and explain how a good meeting can be conducted. 12 1/2
میٹنگ کی تعریف کریں اور ایک اچھی میٹنگ کا انعقاد کس طرح ممکن ہے وضاحت کریں۔
- Q.3. Explain the role of president and secretary in a sports organization. 12 1/2
کھیلوں کی تنظیم میں صدر اور سیکریٹری کے کردار کی وضاحت کریں۔
- Q.4. Define communication and also explain the different methods of communication? 12 1/2
خبررسانی کی تعریف کریں نیز خبررسانی کے مختلف طریقوں کی وضاحت کریں۔
- Q.5. Write detail note on the following: 12 1/2
i. Breaking the rule ii. Rules of training
مندرجہ ذیل پر نوٹ لکھیں۔ الف) قوانین کی خلاف ورزی ب) ٹریننگ کے قوانین
- Q.6. Effective communication between players and coaches can play an important role in promotion of sports. Discuss. 12 1/2
کھلاڑیوں اور کوچز کے درمیان موثر کمیونیکیشن کھیل کی ترقی میں اہم کردار ادا کر سکتا ہے بحث کریں۔
- Q.7. How would you plan a hiking tour in summer vacations? write in detail. 12 1/2
آپ موسم گرما میں ہائیکنگ ٹور کس طرح ترتیب دیں گے وضاحت سے لکھیں۔



UNIVERSITY OF THE PUNJAB

Part-II A/2015
Examination:- M.A./M.Sc.

Roll No.

Subject: Physical Education

PAPER: V (Measurement and Evaluation in Physical Education)

TIME ALLOWED: 3 hrs.

MAX. MARKS: 70

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

Q.1. Define Mean, Standard Deviation also calculate from the following data:

2+2+5+6

میں اور شیڈرڈ ڈیوییشن کی تعریف کریں نیز مندرجہ ذیل ڈیٹا کا مین اور شیڈرڈ ڈیوییشن معلوم کریں۔

Score	55-59	50-54	45-49	40-44	35-39	30-34	25-29	20-24	15-19
Frequency	3	7	11	13	15	12	11	10	6

Q.2. Describe the historical over views of the measurement and evaluation of P.E. in detail.

14

جائزہ اور پیشکش کا فزیکل ایجوکیشن میں تاریخی پس منظر تفصیل سے بیان کریں۔

Q.3. Describe the skills of Basketball? How we can measure basketball skill through a battery test?

4+10

باسکٹ بال کی مہارتیں بیان کریں نیز ایک بیٹری ٹیسٹ کے ذریعے ہم کیسے باسکٹ بال کی مہارت کو جانچ سکتے ہیں؟

Q.4. Find out co-efficient of correlation from the given data?

14

X	23	27	28	28	29	30	31	33	35
Y	18	26	22	27	21	24	27	29	28

Q.5. What is the philosophy and purpose of grading in Physical Education.

7,7

فزیکل ایجوکیشن میں گریڈنگ کے مقاصد اور فلاحی بیان کریں۔

Q.6. What is general Motor Ability Test? What are its features and usage?

4,5,5

جنرل موٹر ایبیلیٹی ٹیسٹ کیا ہے نیز اس کی خصوصیات اور استعمالات بیان کریں۔

Q.7. Describe marking system in Physical Education in detail?

14

فزیکل ایجوکیشن میں مارکنگ کو تفصیلاً بیان کریں۔

Q.8. Describe the following steps in test construction:

ایک نئے ٹیسٹ کی تخلیق میں مندرجہ ذیل کی تفصیل سے وضاحت کریں۔

14

a. Test planning

b. Test items construction

c. Items & Analysis

d. Items revision

(الف) ٹیسٹ پلاننگ

(ب) ٹیسٹ آئٹمز کی تیاری

(ج) آئٹمز کی تیاری

(د) آئٹمز کی دوہرائی

Q.9. Explain the characteristics of a good test.

14

ایک اچھے ٹیسٹ کی خصوصیات تفصیلاً بیان کریں۔

UNIVERSITY OF THE PUNJAB



Part-II A/2015
Examination:- M.A./M.Sc.

Roll No.

Subject: Physical Education
PAPER: IV (Psychology of Sports)

TIME ALLOWED: 3 hrs.
MAX. MARKS: 70

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

Q1. What is Arousal? Explain the relationship between performances & Arousal?

فعال انگیزی سے کیا مراد ہے؟ فعال انگیزی اور کارکردگی کے درمیان تعلق کی وضاحت کریں؟

Q2. Define Stress and Discuss Neuro-Chemical aspects of stress?.

دباؤ کی تعریف کیجیے نیز دباؤ کے عصبی کیمیائی عوامل کی وضاحت کیجیے؟

Q3. Write notes on any two of the following Psychological obstacles.

- 1) Plateaus in performance 2) Mind set 3) Slumps

Q4. Explain "Positive Thinking" and "Meditation" as treatment techniques?

معالجاتی طریقے کی حیثیت سے مثبت سوچ اور مراقبہ کی وضاحت کریں؟

Q5. Write short notes on any two of the following?

- 1) Arousal and performance 2) Anxiety 3) Recovery and imagery

مندرجہ ذیل میں سے کسی پر دو نوٹ لکھیں؟

(ا) ارازل اینڈ پرفارمنس (ب) تشویش (ج) امیجری اور ریکوری

Q6. Define "Aggression"? Also define the importance of aggression in sports?.

جارہیت کی کیا تعریف ہے؟ سپورٹس میں جارہیت کی اہمیت بیان کیجیے؟

Q7. Define "Relaxation". Explain "Progressive Relaxation" as treatment techniques?

ریلکشن کی تعریف کیجیے؟ نیز معالجاتی طریقے کی حیثیت سے پروگریسو ریلکشن کی وضاحت کریں؟

Q8. What is "Goal setting"? Describe common problems in Goal-Setting?

گول سینٹنگ سے کیا مراد ہے؟ گول سینٹنگ میں کامن پرابلم کی وضاحت کیجیے؟

Q9. What is imagery? How we can use imagery to improve our sports performance?

امیجری کی وضاحت کیجیے؟ ایک کھلاڑی امیجری سے کس طرح استفادہ کرسکتا ہے؟