



All UG II Semester (NEP) Degree Examination, September/October - 2022

PHYSICAL EDUCATION
Sports and Recreation

Time : 3 Hours

Maximum Marks : 60

Note : Answer **all** Sections.

SECTION - A/ವಿಭಾಗ - ಎ

1. Answer the following sub-questions, each question carry **one** mark. **10x1=10**

ಕೆಳಗಿನ ಉಪ-ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಉತ್ತರಿಸಿ. ಪ್ರತಿ ಪ್ರಶ್ನೆಯು ಒಂದು ಅಂಕವನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತದೆ.

(a) Define Fitness.

ಸದೃಢತೆ ಎಂದರೇನು ?

(b) Write the components of Physical Fitness.

ದೈಹಿಕ ಸದೃಢತೆಯ ಘಟಕಗಳನ್ನು ಬರೆಯಿರಿ.

(c) What is the Recreation ?

ಮನೋಲ್ಲಾಸ ಎಂದರೇನು ?

(d) How much is the Heart Rate of a healthy person ?

ಆರೋಗ್ಯವಂತ ಮನುಷ್ಯನ ಹೃದಯ ಬಡಿತ ಎಷ್ಟು ?

(e) What is trucking ?

ಟ್ರಕ್ಕಿಂಗ್ ಎಂದರೇನು ?

(f) What are Indigenous Games ?

ದೇಶೀಯ ಕ್ರೀಡೆಗಳಾವುವು ?

(g) Write any three Leisure time activities.

ಬಿಡುವಿನ ಸಮಯದ ಯಾವುದಾದರೂ ಮೂರು ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಬರೆಯಿರಿ.

(h) What is Physical Exercise ?

ದೈಹಿಕ ವ್ಯಾಯಾಮ ಎಂದರೇನು ?

(i) Name the types of camp.

ಶಿಬಿರದ ವಿಧಗಳನ್ನು ಹೆಸರಿಸಿ.

(j) Name any three outdoor Games.

ಯಾವುದಾದರೂ ಮೂರು ಹೊರಾಂಗಣ ಕ್ರೀಡೆಗಳನ್ನು ಹೆಸರಿಸಿ.



SECTION - B /ವಿಭಾಗ - ಬಿ

Answer **any four** of the following questions.

4x5=20

ಕೆಳಗಿನ ಯಾವುದಾದರೂ ನಾಲ್ಕು ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಉತ್ತರಿಸಿರಿ.

2. (a) Write the objectives of Physical Fitness and its Essentials.
ದೈಹಿಕ ಸದೃಢತೆಯ ಉದ್ದೇಶಗಳು ಹಾಗೂ ಅವಶ್ಯಕತೆಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಿ.
- (b) Write five characteristics and Principles of Physical Fitness.
5 ದೈಹಿಕ ಸದೃಢತೆಯ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳು ಮತ್ತು ತತ್ವಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಿ.
- (c) Mention 5 components of Fitness and Explain How to develop any 1 component.
ದೈಹಿಕ ಸದೃಢತೆಯ 5 ಘಟಕಗಳನ್ನು ಬರೆದು, ಯಾವುದಾದರೂ ಒಂದನ್ನು ಬೆಳೆಸುವ ವಿಧಾನ ಬರೆಯಿರಿ.
- (d) How can fitness be developed by Recreational Game ?
ಮನೋರಂಜನೆಯ ಆಟಗಳಿಂದ ದೈಹಿಕ ಸದೃಢತೆಗಳನ್ನು ಬೆಳೆಸುವುದು ಹೇಗೆ ?
- (e) Explain any one component of Physical Fitness.
ದೈಹಿಕ ಸದೃಢತೆಯ ಯಾವುದಾದರೂ ಒಂದು ಅಂಶವನ್ನು ವಿವರಿಸಿರಿ.
- (f) Write a note on Karnataka State Cycling Association.
ಕರ್ನಾಟಕ ರಾಜ್ಯ ಸೈಕ್ಲಿಂಗ್ ಸಂಸ್ಥೆಯ ಕುರಿತು ಬರೆಯಿರಿ.
- (g) Explain any two Indigenous Games.
ಯಾವುದಾದರೂ ಎರಡು ದೇಶೀಯ ಕ್ರೀಡೆಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಿರಿ.

SECTION - C /ವಿಭಾಗ - ಸಿ

Answer **any three** of the following questions.

3x10=30

ಕೆಳಗಿನ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಲ್ಲಿ ಯಾವುದಾದರೂ ಮೂರು ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಉತ್ತರಿಸಿರಿ.

3. (a) Explain Physical Fitness in detail.
ದೈಹಿಕ ಸದೃಢತೆಯ ಕುರಿತು ವಿಸ್ತೃತವಾಗಿ ವಿವರಿಸಿರಿ.
- (b) Write in detail Recreation and its benefits.
ಮನೋರಂಜನೆಯ ಮತ್ತು ಅದರ ಉಪಯೋಗಗಳನ್ನು ವಿವರವಾಗಿ ಬರೆಯಿರಿ.
- (c) Write a Report on your visit to Recreational club.
ಮನೋರಂಜನಾ ಕ್ಲಬ್‌ಗೆ ನಿಮ್ಮ ಭೇಟಿಯ ಕುರಿತು ವರದಿಯನ್ನು ಬರೆಯಿರಿ.
- (d) How do you organise a three day outdoor camp ?
ಮೂರು ದಿನಗಳ ಕಾಲ ಔಟಡೋರ್ ಶಿಬಿರವನ್ನು ಸಂಘಟಿಸುವುದು ಹೇಗೆ ಎಂಬುದರ ಕುರಿತು ಬರೆಯಿರಿ ?
- (e) Explain Leisure time activities and their Educational values.
ಬಿಡುವಿನ ಸಮಯದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು ಮತ್ತು ಅವುಗಳ ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಮೌಲ್ಯಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಿರಿ.

- o O o -

