



M.P.Ed. III Semester Degree Examination, April/May - 2024

PHYSICAL EDUCATION

Athletic care and Rehabilitation

(NEP)

Time : 3 Hours

Maximum Marks : 70

Note : Answer **any five** of the following questions. Question No. **1** is **compulsory**. Each question carries **equal** marks.

1. Define Corrective Physical Education and explain the values of Good Posture. **14**
ಅನ್ವಯಿಕ ದೈಹಿಕ ಶಿಕ್ಷಣವನ್ನು ವ್ಯಾಖ್ಯಾನಿಸಿ ಮತ್ತು ಉತ್ತಮ ನಿಲುವಿನ ಮೌಲ್ಯಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಿ.
2. Define Posture and explain the causes and treatment for deviation. **14**
ನಿಲುವನ್ನು ವ್ಯಾಖ್ಯಾನಿಸಿ ಮತ್ತು ಕೆಟ್ಟ ನಿಲುವಿಗೆ ಕಾರಣಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ವಿವರಿಸಿ.
3. Define P.N.F. Technique and explain it's principles. **14**
ಪಿ.ಎನ್.ಎಫ್ ತಂತ್ರವನ್ನು ವ್ಯಾಖ್ಯಾನಿಸಿ ಮತ್ತು ಅದರ ತತ್ವಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಿ.
4. "Massage is an aid for Relaxation". Justify. **14**
"ಅಂಗಮರ್ಧನವು ವಿಶ್ರಾಂತಿಯ ಒಂದು ಸಾಧನವಾಗಿದೆ". ಸ್ಪಷ್ಟೀಕರಿಸಿ.
5. Define 'Sports Injuries' and explain the care and treatment of unexposed Injuries. **14**
ಕ್ರೀಡಾಗಾಯಗಳನ್ನು ವ್ಯಾಖ್ಯಾನಿಸಿ ಮತ್ತು ತೆರೆದಗಾಯಗಳ ಕಾಳಜಿ ಮತ್ತು ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಬಗ್ಗೆ ವಿವರಿಸಿ.
6. Define Rehabilitation, and explain the Active and Passive Exercises for Rehabilitation. **14**
'ಪುನಶ್ಚೇತನ' ಪದವನ್ನು ವ್ಯಾಖ್ಯಾನಿಸಿ ಮತ್ತು ಪುನಶ್ಚೇತನಕ್ಕಾಗಿ ಸಕ್ರಿಯ ಹಾಗೂ ನಿಷ್ಕ್ರಿಯ ವ್ಯಾಯಾಮಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಿ.
7. Explain the types of massage in detail. **14**
ಅಂಗಮರ್ಧನದ ವಿಧಗಳನ್ನು ವಿಸ್ತಾರವಾಗಿ ವಿವರಿಸಿ.



8. Explain the following :

ಈ ಕೆಳಗಿನವುಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಿರಿ.

(a) Stretching

ಚಾಚುವಿಕೆ

5

(b) Psychological Effects of Massage

ಅಂಗಮರ್ಧನದಿಂದ ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯದ ಮೇಲೆ ಪರಿಣಾಮ

5

(c) Infrared rays - therapy

ವಿದ್ಯುತ್‌ಕಾಂತೀಯ - ಚಿಕಿತ್ಸೆ

4

- o O o -

