

M.P.Ed. IV Semester Degree Examination, Sept./Oct. - 2024

PHYSICAL EDUCATION

Physiotherapy and Therapeutic Exercise

(NEP)

Time : 3 Hours

Maximum Marks : 70

Note : Answer **any five** of the following question with Q.No. **1** is **Compulsory**. Each question carries **equal** marks.

ಸೂಚನೆ : ಕಡ್ಡಾಯ ಪ್ರಶ್ನೆ ಸಂಖ್ಯೆ **1** ಸೇರಿದಂತೆ ಯಾವುದಾದರೂ ಐದು ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಉತ್ತರಿಸಿ. ಎಲ್ಲಾ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೂ ಸಮಾನ ಅಂಕಗಳು.

1. Write the definition of Therapeutic exercise. Explain the indications and Contraindications. **14**
ಚಿಕಿತ್ಸಕ ವ್ಯಾಯಾಮದ ವ್ಯಾಖ್ಯಾನ ಬರೆದು, ಚಿಕಿತ್ಸಕ ವ್ಯಾಯಾಮದ ಸೂಚನೆಗಳು ಮತ್ತು ವಿರೋಧಾಭ್ಯಾಸಗಳು ವಿವರಿಸಿ.
2. Explain the active and passive movements. **14**
ಸಕ್ರಿಯಾತ್ಮಕ ಮತ್ತು ನಿಷ್ಕ್ರಿಯಾತ್ಮಕ ಚಲನೆಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಿ.
3. Write the meaning of massage. Explain the techniques and effects of massage. **14**
ಅಂಗಮರ್ಧನದ ಅರ್ಥಬರೆದು, ಅಂಗಮರ್ಧನದ ತಂತ್ರಗಳು ಮತ್ತು ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಿ.
4. Explain the Muscle Strengthening and Re-education of Muscle. **14**
ಸ್ನಾಯುವಿನ ಬಲವರ್ಧನೆ ಮತ್ತು ಸ್ನಾಯುವಿನ ಮರುಶಿಕ್ಷಣವನ್ನು ವಿವರಿಸಿ.
5. What is Joint Mobilization ? Explain the Manual Muscle Testing Methods of Joint Mobilization. **14**
ಸಂದು ಸಜ್ಜುಗೊಳಿಸುವಿಕೆ ಎಂದರೇನು ? ಸಂದು ಸಜ್ಜುಗೊಳಿಸುವಿಕೆ ಹಸ್ತಚಾಲಿತ ಸ್ನಾಯು ಪರೀಕ್ಷಾ ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಿ.
6. Explain the Group Exercises and Mat Activities. **14**
ಗುಂಪು ವ್ಯಾಯಾಮಗಳು ಮತ್ತು ಮ್ಯಾಟ್ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಿ.

7. Write the definition of massage. Explain the uses for techniques for various parts of body massage. **14**

ಅಂಗಮರ್ಧನದ ವ್ಯಾಖ್ಯಾನ ಬರೆದು, ದೇಹದ ವಿವಿಧ ಭಾಗಗಳಿಗೆ ಅಂಗಮರ್ಧನದ ತಂತ್ರಗಳ ಉಪಯೋಗಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಿ.

8. (a) Relaxation **5+5+4=14**

ವಿಶ್ರಾಂತಿ

- (b) P.N.F.

ಪಿ.ಎನ್.ಎಫ್.

- (c) Walking aids

ನಡಿಗೆಯ ಉಪಕರಣಗಳು

- (d) Balance Exercise

ಸಮನ್ವಯ ವ್ಯಾಯಾಮ

- o O o -

