

SS

2036

ANNUAL EXAMINATION SYSTEM

PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS (Theory)

Time allowed: 3 Hours

Maximum Marks:30

- Note
1. ਪ੍ਰਯੋਗ ਦਾ ਸਿਧਾਂਤ ਕੀ ਹੈ ? 1
 2. ਅਸਮਰੱਥਾ ਕੀ ਹੈ ? 1
 3. ਸਕਿਆ ਲਚਕ ਕੀ ਹੈ ? 1
 4. ਸਧਾਰਨ ਟੁੱਟ ਤੋਂ ਕੀ ਭਾਵ ਹੈ ? 1
 5. ਨਵੀਨ ਉਲੰਪਿਕ ਖੇਡਾਂ ਦਾ ਜਨਮ ਕਦੋਂ ਹੋਇਆ ? 1
 6. ਆਈਸੋਮੀਟਰਿਕ ਕਸਰਤਾਂ ਕਿਹੜੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ? 1
 7. ਜ਼ਿਆਦਾ ਭਾਰ ਦਾ ਸਿਧਾਂਤ ਕੀ ਹੈ ? 1
 8. ਪੁਨਰਵਾਸ ਤੋਂ ਤੁਹਾਡਾ ਕੀ ਭਾਵ ਹੈ ? 1
 9. ਸਮਾਜੀਕਰਨ ਕੀ ਹੈ ? 2
 10. ਹੱਡੀ ਦਾ ਟੁੱਟਣਾ ਕੀ ਹੈ ? 2
 11. ਪਰਿਵਾਰ ਦੀ ਪਰਿਭਾਸ਼ਾ ਕੀ ਹੈ ? 2
 12. ਮੁੱਢਲੀ ਸਹਾਇਤਾ ਤੋਂ ਕੀ ਭਾਵ ਹੈ ? 2
 13. ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਏਕਤਾ ਕੀ ਹੈ ? 3
 14. ਅਗਵਾਈ ਦੀ ਸਿਖਲਾਈ ਵਿੱਚ ਸਰੀਰਕ ਸਿੱਖਿਆ ਦਾ ਕੀ ਮਹੱਤਵ , ਹੈ ? 5
ਜਾਂ
ਸ਼ਰੀਰਕ ਯੋਗਤਾ ਦੇ ਅੰਗਾਂ ਦਾ ਵਰਨਣ ਕਰੋ।
 15. ਵਿਆਹ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰਕ ਜੀਵਨ ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਤੋਂ ਤੁਹਾਡਾ ਕੀ ਭਾਵ ਹੈ ? ਵਰਨਣ ਕਰੋ : 5
ਜਾਂ
ਮੁੜ ਵਸੇਵੇ (ਪੁਨਰਵਾਸ ਦੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਕਿਹੜੀਆਂ-ਕਿਹੜੀਆਂ ਸਮਾਜ ਸੇਵੀ ਕੰਮ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ ?