



Paper Code

BPE0401

Roll No. ....

Signature of Invigilator .....

पतंजलि विश्वविद्यालय

University of Patanjali

Examination May – 2019

Bachelor of Physical Education and Sports (Semester: Fourth)

BPES

Remedial and Massage

Time: 3 Hours

Max. Marks: 75

**Note:** This paper is of seventy five (75) marks divided into three (03) sections A, B, and C. Attempt the questions contained in these sections according to the detailed instructions given therein.

**नोट :** यह प्रश्नपत्र पचहत्तर (75) अंकों का है जो तीन (03) खंडों क, ख, तथा ग में विभाजित है। प्रत्येक खण्ड में दिए गए विस्तृत निर्देशों के अनुसार ही प्रश्नों को हल करना है।

**Section - A / खण्ड-क**

**(Long Answer Type Questions) / (दीर्घ-उत्तरीय प्रश्न)**

**Note:** Section 'A' contains five (05) long-answer-type questions of fifteen (15) marks each. Attempt any **three** questions. (3×15=45)

**नोट :** खण्ड 'क' में पांच (05) दीर्घ-उत्तरीय प्रश्न दिए हैं, प्रत्येक प्रश्न के लिए पंद्रह अंक निर्धारित हैं। किन्हीं **तीन** प्रश्नों के उत्तर दीजिए।

1. विसंग शारीरिक स्थिति से आपका क्या अभिप्राय है? इसके कारणों एवं विशेषताओं को समझाइये।  
What do you mean by incorrect posture? Explain its causes and characteristics.
2. सही शारीरिक स्थिति को आप किस प्रकार परखोगे। सही शारीरिक स्थिति को परखने की प्रक्रिया को विस्तार पूर्वक समझाइये।  
How do you analyse the correct physical posture? Explain its process of analysis in detail.
3. तथ्यों के आधार पर कायफोसिस, इसके कारण तथा सुधार की प्रक्रिया पर विस्तृत विवेचन कीजिए।  
Give detailed account Kyphosis, its causes and remedial process on the basis of facts.
4. व्यस्क लड़की के सम्बंध में शारीरिक विरूपता को दूर करने में मनोवैज्ञानिक कारकों की भूमिका का वर्णन कीजिए।  
Explain the role of psychological factors in correcting the postural deformities in relation to adult girls.
5. मसाज के प्रकारों का वर्णन कीजिए।  
Explain the types of Massage.

**Section - B / खण्ड-ख**

**(Short Answer Type Questions) / (लघु-उत्तरीय प्रश्न)**

**Note:** Section 'B' contains Six (06) short-answer-type questions of five (05) marks each. Attempt any **four** (04) questions. (4×5=20)

**नोट :** खण्ड 'ख' में छः (06) लघु-उत्तरीय प्रश्न दिए गये हैं, प्रत्येक प्रश्न के लिए पांच अंक निर्धारित हैं। किन्हीं **चार** प्रश्नों के उत्तर दीजिए।

1. खेल में लगने वाली चोट में फिजियोथेरापी की भूमिका को समझाइये।  
Describe the physiotherapy and its role in sports injuries.
2. अच्छे अंग विन्यास को रेखाचित्र के माध्यम से परिभाषित कीजिए।  
Define the correct posture with line diagram.
3. कायफोसिस, इसके कारण तथा सुधार में सहायक क्रियाओं पर विस्तृत विवेचन कीजिए।  
Give detailed account of Kyphosis, its causes and remedial exercise.

4. बो-लैग के कारण तथा इसकी सुधारात्मक क्रियाओं को विस्तार पूर्वक समझाइये।  
Explain the causes and remedial exercise of bow legs.
5. रूधिर परिसंचरण तंत्र किस प्रकार मसाज द्वारा प्रभावित होता है। समझाइये।  
How blood circulation system is affected by massage.
6. प्रतिरोधक क्रियाओं को प्रयोगात्मक दिशा-निर्देशों की सहायता से समझाइये।  
Describe the resisted exercises along with practical instruction.

### Section - C / खण्ड-ग

#### (Objective Type Questions) / (वस्तुनिष्ठ प्रश्न)

**Note:** Section 'C' contains ten (10) objective-type questions of one (01) mark each. All the questions of this section are compulsory. (10×01=10)

**नोट :** खण्ड 'ग' में दस(10) वस्तुनिष्ठ प्रश्न दिए गये हैं, प्रत्येक प्रश्न के लिए एक (01) अंक निर्धारित है। इस खण्ड के सभी प्रश्न अनिवार्य हैं।

1. 'फिजियोथेरेपी का जनक' कहाँ जाता है .....  
Write the name of 'Father of Physiotherapy' .....
2. रीढ़ की हड्डी का टेढ़ापन कहलाता है .....  
Curvature of the spine is known as .....
3. 'स्वीडिश मसाज' का जनक कहाँ जाता है .....  
'Father of Swedish' massage is called .....
4. फिजिकल थेरेपी के साथ सुधारात्मक क्रिया व्यक्तिगत रूप से ..... से सम्बन्धित है।  
Corrective exercise is a personal ..... with physical therapy.
5. शारीरिक विरूपता में मोटापा एक महत्वपूर्ण कारक है जिसके द्वारा ..... होने के कारण बढ़ जाते हैं।  
In postural deformities, obesity is one of the factors to increase the chance of .....
6. पीठ की ओर से तथा चेहरे को ऊपर की ओर रखते हुये लेटने की स्थिति ..... कहलाती है।  
Lying on the back with the face up is called ..... position.
7. निम्नलिखित में-से कहाँ सर्वप्रथम मसाज का प्रयोग प्रारम्भ हुआ ?  
(अ) चीन में (ब) जापान में  
(स) भारत में (द) यूनान में  
From which of the following civilizations is massage therapy said to be originated?  
(A) Chinese (B) Japanese  
(C) Indians (D) Greeks
8. जब आप कार्य करना बंद कर देते हैं, तो मांसपेशियाँ चर्बी में रूपान्तरित हो जाती हैं, आपके अनुसार यह कथन है .....  
(अ) सही (ब) गलत  
When you stop working out, muscle will turn into fat .....
9. एक व्यक्ति यदि अपने पैरों की अंगुलियों पर खड़ा होता है, तो उसकी यह क्रिया निम्न में से किस गति से सम्बन्धित है ?  
(अ) प्लेन्टर फैलाव (ब) डोरसी फैलाव  
(स) इनवर्सन (द) एवरसन  
Name of the movement that allows a person to stand on their toes?  
(A) Plantar flexion (B) Dorsi flexion  
(C) Inversion (D) Eversion
10. निम्नलिखित में-से किस प्रकार की मांसपेशियाँ हमारे आन्तरिक अंगों जैसे छोटी आंत में पाई जाती हैं ....  
(अ) एन्टागोनिस्ट (ब) रेखित मांसपेशी  
(स) हृदय पेशी (द) अरेखित मांसपेशी  
Which kind of muscle is found in our internal organs like the small intestines .....