

**GOVERNMENT COLLEGE UNIVERSITY, FAISALABAD**QUESTION PAPER: EXTERNAL EXAMINATIONS

MA Physical Education  
Course Code: HPE-D71

Part 2<sup>nd</sup>  
Course Title: Practical Day 2<sup>nd</sup> (Evening)

1<sup>st</sup> Annual 2015

(Games: 30 Marks Gymnastics: 15 Marks = 45)

- Q No. 1. Demonstrate the skill of penalty shoot outs in Hockey. ? (8)
- Q No. 2. Demonstrate the different styles of service in table tennis. ? (8)
- Q No. 3. Describe the officiating/ coaching of free throw in basket ball. ? (8)
- Q No. 4. Viva from Games. ? (6)
- Q No. 5. Demonstrate the following skill of Gymnastics. ? (15)
- 1) Back word roll      2) Hand Spring      3) core stability exercises

**GOVERNMENT COLLEGE UNIVERSITY, FAISALABAD**QUESTION PAPER: EXTERNAL EXAMINATIONS

MA Physical Education  
Course Code: HPE-D71

Part 2<sup>nd</sup>  
Course Title: Practical Day 2<sup>nd</sup> (Morning)

1<sup>st</sup> Annual 2015

(Games: 30 Marks Gymnastics: 15 Marks = 45)

Q No. 1. Demonstrate the skill of hitting and scooping in Hockey. ? (8)

Q No. 2. Demonstrate the Back hand stroke and front hand strokes in table tennis. ? (8)

Q No. 3. Describe the officiating/ coaching of Dribbling and chest pass in basket ball. ? (8)

Q No. 4. Viva from Games. ? (6)

Q No. 5. Demonstrate the following skill of Gymnastics. ? (15)

1) Back word roll      2) Hand spring      3) Balance exercises

**GOVERNMENT COLLEGE UNIVERSITY, FAISALABAD**QUESTION PAPER: EXTERNAL EXAMINATIONS

MA Physical Education  
Course Code: HPE-D71

Part 2<sup>nd</sup>  
Course Title: Practical Day 1<sup>st</sup> (Evening)

1<sup>st</sup> Annual 2015

(Athletics: 30 Marks      Hiking: 25 Marks = 55)

- Q No. 1.      Demonstrate the skill of different styles of discus throw. ?      (8)
- Q No. 2.      Demonstrate the 1500 m race start. ?      (8)
- Q No. 3.      Describe the Coaching methods for Field Events. ?      (8)
- Q No. 4.      Viva from Athletics. ?      (6)
- Q No. 5.      Describe the planning program of Hiking (1600 m) walk for boys and. ?  
(1200 m) walk for girls in 6 minutes      10+15= (25)

**GOVERNMENT COLLEGE UNIVERSITY, FAISALABAD**QUESTION PAPER: EXTERNAL EXAMINATIONS

MA Physical Education  
Course Code: HPE-D71

Part 2<sup>nd</sup>  
Course Title: Practical **Day 1<sup>st</sup>** (Morning)

1<sup>st</sup> Annual 2015

(Athletics: 30 Marks      Hiking: 25 Marks = 55)

- Q No. 1. Demonstrate the skills of Discuss Throw. ? (8)
- Q No. 2. Demonstrate the Middle Distance Races start. ? (8)
- Q No. 3. Describe the program planning for Track Events. ? (8)
- Q No. 4. Viva from Athletics. ? (6)
- Q No. 5. Describe the planning program of Hiking, and (1600 m) walk for boys and (1200 m) walk for girls in 6 minutes. ? 10+15 (25)



GOVERNMENT COLLEGE UNIVERSITY, FAISALABAD  
QUESTION PAPER: EXTERNAL EXAMINATIONS

Roll No.....

MA Physical Education  
Course Code: HPE-C71

Part 1<sup>st</sup>  
Course Title: Practical paper Day 2<sup>nd</sup>

1<sup>st</sup> A- 2015  
Group-1

---

1. Games	30
2. Gymnastics	15
3. Swimming	10

Total Marks 55

- Q.1** Demonstrate the skill of free throw and dribbling in basketball? **(10)**
- Q.2** Demonstrate the skill of service and boosting in volleyball? **(10)**
- Q.3** Define the planning and officiating of badminton? **(5)**
- Q.4** Viva of indoor and outdoor games? **(5)**
- Q.5** Demonstrate the following skills of Gymnastics? **(15)**
- I. Front Roll    ii coordination exercises    iii Head standing
- Q.6** Explain the officiating of swimming styles and its events? **(10)**

GOVERNMENT COLLEGE UNIVERSITY, FAISALABAD  
QUESTION PAPER: EXTERNAL EXAMINATIONS

Roll No.....

MA Physical Education  
Course Code: HPE-C71

Part 1<sup>st</sup>  
Course Title: Practical paper Day 1<sup>st</sup>

1<sup>st</sup> A- 2015  
Group-1

---

1. Athletics	30
2. Physical Efficiency and Fitness	25
<b>Total Marks</b>	<b>55</b>

---

- Q.1** Explain the basic aspects for coaching of shot put? (7)
- Q.2** Demonstrate the skill of javelin throw? (7)
- Q.3** Define the officiating and judging of 100 meter sprints? (7)
- Q.4** Demonstrate the skill of 4\*100 meter relay race? (7)
- Q.5** Viva of Athletics (2)
- Q.6** Perform the Following Fitness Test?
- i. 50 meter race (7 seconds for boys/6 second for girls) (5)
  - ii. 600 meter race (90 second for boys/120 seconds for girls) (5)
  - iii. Standing broad jump (8 feet for boys/6 feet for girls) (5)
  - iv. Throw the ball (70 meter and above for boys/50 meter and above for girls) (5)
  - v. Set-ups (45-50 for boys/35-40 for girls) (5)

GOVERNMENT COLLEGE UNIVERSITY, FAISALABAD  
QUESTION PAPER: EXTERNAL EXAMINATIONS

Roll No.....

MA Physical Education  
Course Code: HPE-C71

Part 1<sup>st</sup>  
Course Title: Practical paper Day 1<sup>st</sup>

1<sup>st</sup> A- 2015  
Group-II

---

3. Athletics	30
4. Physical Efficiency and Fitness	25
<b>Total Marks</b>	<b>55</b>

- Q.1** Explain the basic aspects for coaching of javelin throw? (7)
- Q.2** Demonstrate the skill of shot put? (7)
- Q.3** Define the planning and judging of 4\*100 meter relay race? (7)
- Q.4** Demonstrate the skill of 100 meter sprints? (7)
- Q.5** Viva of Athletics (2)
- Q.6** Perform the following fitness test?
- i. 50 meter race (7 seconds for boys/6 second for girls) (5)
  - ii. 600 meter race (90 second for boys/120 seconds for girls) (5)
  - iii. Standing broad jump (8 feet for boys/6 feet for girls) (5)
  - iv. Throw the ball (70 meter and above for boys/50 meter and above for girls) (5)
  - v. Set-ups (45-50 for boys/35-40 for girls) (5)



# GOVERNMENT COLLEGE UNIVERSITY, FAISALABAD

## QUESTION PAPER: EXTERNAL EXAMINATIONS

MA Physical Education

Part: 1st

1st Annual 2015

Course Code HPE-C11

Course Title: Philosophy of Physical Education and Recreation

### OBJECTIVE PART

Time Allowed: 30 Minutes

Marks: 13

**Note:** This question No. 1 is compulsory and its all parts carry equal marks. Please attempt the answer on the same paper and return it to center superintendent with in the time allowed.

Q No.1

(13x1)

d	c	b	a	سوالات/Questions	نمبر شمار
Baden Powell	Imam Ghazali	Maxwell	John Dewey	Founder of scouting is.....؟ سکاؤٹنگ کا بانی ہے؟	1
1950	1940	1960	1957	Scouting was started in Pakistan in... پاکستان میں سکاؤٹنگ کا آغاز ہوا تھا۔	2
10	8	4	2	Types of budget are..... بجٹ کی اقسام ہیں۔	3
Disorder	Un balance	Balance	Restlessness	Recreational activities create.....in human life تفریحی سرگرمیاں انسانی زندگی میں پیدا کرتی ہیں۔	4
John Locke	Brown well	J.B.Nash	Rousseu	Health of mind keeps a sound mind. صحت مند جسم میں ہی صحت مند دماغ ہوتا ہے۔	5
Prosperous	Honourable	Beneficial citizen	Backward	Physical activities make a man..... جسمانی سرگرمیاں انسان کو بناتی ہیں۔	6
Running	Eating	Sleeping	Games	A best way to avoid mental tensions. ذہنی تنازعات سے بچنے کا بہترین ذریعہ ہے۔	7
Vanity	Bribery	Money	Movement	An important part of all islamic worships. تمام اسلامی عبادات میں اہم جزو ہے۔	8
Aristotle	Butcher	John Dewey	S F Dudley	Founder of modern Camping is..... جدید کیمپنگ کا بانی ہے۔	9
1932	1920	1970	1834	Foundation stone of FICC was laid down in..... کیمپنگ کی بین الاقوامی تنظیم FICC کی بنیاد رکھی گئی۔	10
Blood shedding	Stealing	Politics	Tourism	A best recreational activity ایک بہترین تفریحی سرگرمی ہے۔	11
Eating	Drinking	Law	Wealth	Sportsman honours..... سپورٹس میں احترام کرتا ہے۔	12
Art	Religion	Philosophy	Physical Education	Educational activities are an important part of..... تفریحی سرگرمیاں اہم حصہ ہیں۔	13

Roll No.....

**GOVERNMENT COLLEGE UNIVERSITY, FAISALABAD**

**QUESTION PAPER: EXTERNAL EXAMINATIONS**

MA Physical Education

Part 1st

1st Annual 2015

Course Code: HPE-C11

Course Title: Philosophy of Physical Education and Recreation

**SUBJECTIVE PART**

Time Allowed: 02:30

Marks: 52

Pass Marks: 40%

**Note:** Attempt any four questions. All questions carry equal marks.

سوال نمبر ۲۔ جسمانی تعلیم کی نوعیت اور وسعت بیان کریں۔

Q.No2. Describe the nature and scope of Physical Education

سوال نمبر ۳۔ اسلامی فلسفہ کھیل اور جسمانی تعلیم پر نوٹ لکھیں۔

Q.No3. Write a note on islamic philosophy of game and Physical Education

سوال نمبر ۴۔ فرصت کی تعریف کریں اور اس کی اہمیت بیان کریں۔

Q.No4. Define leisure and describe its importance.

سوال نمبر ۵۔ قائد کی تعریف کریں اور قیادت کی مختلف اقسام تحریر کریں۔

Q.No5. Define leader and explain different types of leadership.

سوال نمبر ۶۔ کیمنگ کے اہم مقاصد تحریر کریں۔

Q.No6. Write the basic objectives of camping.

سوال نمبر ۷۔ بجٹ تیار کرنے کے مراحل اور بنیادی اصول بیان کریں۔

Q.No7. Describe the stages of preperation and basic principles of budget.

**GOVERNMENT COLLEGE UNIVERSITY, FAISALABAD**

**QUESTION PAPER: EXTERNAL EXAMINATIONS**

MA Physical Education  
Course Code: PE-C12

Part 1<sup>st</sup>  
Course Title: Movement Education

1<sup>st</sup> Annual 2015

**OBJECTIVE PART**

Time Allowed: 30 Minutes

Marks: 13

**Note:** This question No.1 is compulsory and its all parts carry equal marks. Please attempt the answers on same paper and return it to center superintendent with in the time allowed.

Q No.1

(13x1)

A	B	C	D	
شہر نما	قطب نما	مینار نما	سلنڈر نما	1 پول ہارس نما آلے کی شکل
40 تا 45 میٹر	35 تا 50 میٹر	45 تا 50 میٹر	40 تا 50 میٹر	2 متوازی بارز کا درمیانی فاصلہ
فلگ	فرینکچر	موج	انجری	3 ہڈی کے ٹوٹنے کو کہتے ہیں
چوہے اور چوڑے کا کھیل	بیڈمنٹن	باسکٹ بال	نیٹ بال	4 چھوٹے رقبے کے کھیل
3	6	5	4	5 شیلڈن کے مطابق انسانی جسم کے عناصر
فرینچ	عربی	لاٹینی	یونانی	6 جناس کا لفظ
پھرتی اور لچک کی	جوڑوں کی	بازوؤں کی	گول کری	7 سامنے کی طرف قلابازی لگانا ورزش ہے
کوڈنا	پھسلنا	اچھلنا	دوڑنا	8 slide سے مراد
چلنا	جست	ٹیپ	پھسلنا	9 جس پاؤں پر چپ کریں اسی پر لینڈ کرنا
فلیمنگ	جلان ڈیوی	ارسطو	نیوٹن	10 حرکت کے قوانین
لکڑی	گتہ	ربر	چمڑے	11 جناسٹک فوم v-box کے کور
1930	1936	1925	1928	12 جناسٹک میں عورتوں کو شامل کیا
جسمانی	رسی	حرکاتی	غیر حرکاتی	13 سپورٹس کی دنیا میں کس تعلیم نے انقلاب برپا کیا؟



## GOVERNMENT COLLEGE UNIVERSITY, FAISALABAD

## QUESTION PAPER: EXTERNAL EXAMINATIONS

MA Physical Education  
Course Code: PE-C12Part 1<sup>st</sup>  
Course Title: Movement Education1<sup>st</sup> Annual 2015

Time Allowed: 03:00 Hours

Maximum Marks: 65

Pass Marks: 40%

**SUBJECTIVE PART**

Time: 02:30 Hours

Marks: 52

**Note:** Attempt any four questions. All questions carry equal marks.

Question#2: Define Movement Education and explain its importance?

سوال نمبر 2: سوومٹ ایجوکیشن کی تعریف کریں اور اس کی اہمیت بیان کریں؟

Question#3: Write the different methods of teaching Movement Education?

سوال نمبر 3: سوومٹ ایجوکیشن کے مختلف طریقے لکھیں اور ان کی وضاحت کریں؟

Question#4: Write the Physiological factors which affect the Movement Education?

سوال نمبر 4: حرکت پر اثر انداز ہونے والے عضویاتی عوامل لکھیں اور ان کی وضاحت کریں؟

Question#5: Write in detail the Importance of Instruments in the activities of Gymnastic.

سوال نمبر 5: جیمناستک کی سرگرمیوں میں آلات کی اہمیت بیان کریں؟

Question#6: What is meant by Movement sequence and write its basic principles.

سوال نمبر 6: تسلسل والی حرکات سے کیا مراد ہے۔ ان حرکات کے بنیادی اصول تفصیل سے بیان کریں؟

Question#7: What is Locomotor movements and explain its types with examples?

سوال نمبر 7: لوکوموٹر حرکات سے کیا مراد ہے؟ اور اس کی اقسام کی مثالوں سے وضاحت کریں؟

Roll No. \_\_\_\_\_

Date \_\_\_\_\_

Sign. \_\_\_\_\_

**GOVERNMENT COLLEGE UNIVERSITY, FAISALABAD**  
**QUESTION PAPER: EXTERNAL EXAMINATIONS**

MA Physical Education  
 Course Code: PE-C13

Part 1<sup>st</sup>  
 Course Title: Basic Anatomy and Physiology

1<sup>st</sup> Annual 2015

**OBJECTIVE PART**

Time Allowed: 30 Minutes

Marks: 13

**Note:** This question No.1 is compulsory and its all parts carry equal marks. Please attempt the answers on same paper and return it to center superintendent with in the time allowed.

Q. No. 1

(13x1)

- 1: مسلسل کے درمیانی حصے کو کہتے ہیں؟  
 ۱۔ فلیشی بلی ۲۔ انزرن ۳۔ ٹینڈن ۴۔ اوربگن
- 2: سینے کی ہڈی کے حصے ہوتے ہیں؟  
 ۱۔ 4 ۲۔ 3 ۳۔ 2 ۴۔ 1
- 3: جوڑ کی ہڈیوں کو خوراک مہیا کرتا ہے؟  
 ۱۔ کوئی بھی نہیں ۲۔ کپسول ۳۔ سائوئیل فلوئڈ ۴۔ لگامنٹ
- 4: انسانی جسم کی سب سے بڑی اور مضبوط ہڈی کہلاتی ہے؟  
 ۱۔ النہ ۲۔ ریڈ بس ۳۔ فیر ۴۔ ہیومرس
- 5: استخوانی سل کی بنیادی اکائی کہلاتی ہے؟  
 ۱۔ سائینوفلامنٹ ۲۔ مائیوفامبرل ۳۔ سل فامبرل ۴۔ سیل
- 6: چھوٹی آنت کی لمبائی ہوتی ہے؟  
 ۱۔ 4.2 میٹر ۲۔ 2 میٹر ۳۔ 2.4 میٹر ۴۔ 3.4 میٹر
- 7: معدے کی رطوبت کو کہتے ہیں؟  
 ۱۔ انسولین ۲۔ گیسٹرک جوس ۳۔ گیسٹرک ایسڈ ۴۔ پیراٹھرائسڈ
- 8: گلائیکوجن بننے کے عمل کو تیز کرتا ہے؟  
 ۱۔ ایڈرینل گلینڈ ۲۔ تھائرائیڈ ۳۔ پنکریاز ۴۔ گلیٹ
- 9: خلیہ دریافت کیا؟  
 ۱۔ کوئی بھی نہیں ۲۔ جے ایف ولیم ۳۔ رابرٹ ہک ۴۔ جے بی ناش
- 10: استخوانی ہڈی میں کیلشیم کی مقدار ہوتی ہے؟  
 ۱۔ 97 % ۲۔ 67 % ۳۔ 77 % ۴۔ 87 %
- 11: سینے کے علاقے میں مہروں کی تعداد ہے؟  
 ۱۔ 4 ۲۔ 3 ۳۔ 12 ۴۔ 1
- 12: سنڈروم بنیادی حصہ ہے؟  
 ۱۔ مسل کا ۲۔ جگر کا ۳۔ دل کا ۴۔ خلیے کا
- 13: مسل کے گرد جھلی کو کہتے ہیں؟  
 ۱۔ کوئی بھی نہیں ۲۔ سارکولیمیا ۳۔ پیری مائزیم ۴۔ اینڈو مائزیم

**GOVERNMENT COLLEGE UNIVERSITY, FAISALABAD**  
**QUESTION PAPER: EXTERNAL EXAMINATIONS**

MA Physical Education  
 Course Code: PE-C13

Part 1<sup>st</sup>  
 Course Title: Basic Anatomy and Physiology

1<sup>st</sup> Annual 2015

**SUBJECTIVE PART**

Time: 02:30 Hours

Marks: 52

Pass Marks: 40%

**Note:** Attempt any four questions. All questions carry equal marks.

سوال نمبر 2: اناتومی کی تعریف بیان کریں۔ کھیلوں میں اس کی اہمیت بیان کریں۔

Q#2: Define Anatomy, Explain its importance in sports.

سوال نمبر 3: سخت استخوانی ہڈیوں پر تفصیلاً نوٹ لکھیں؟

Q#3: Write detailed note on Hard Bones?

سوال نمبر 4: عضلات کی ساخت اور افعال پر نوٹ لکھیں؟

Q#4: Write a note on structure and function of muscles?

سوال نمبر 5: نظام دوران خون پر نوٹ لکھیں؟

Q#5: Write a note on circulatory system?

سوال نمبر 6: مندرجہ ذیل پر نوٹ لکھیں۔

(1) کندھے کا جوڑ (2) گھٹنے کا جوڑ

Q#6: Write a note on followings.

(1) Shoulder joint (2) Knee joint

سوال نمبر 7: غیر نالی دار غدودوں کے افعال بیان کریں؟

Q#7: Write a note on the function of Endocrine glands?



**GOVERNMENT COLLEGE UNIVERSITY, FAISALABAD**

**QUESTION PAPER: EXTERNAL EXAMINATIONS**

MA Physical Education  
Course Code: PE-C14

Part 1<sup>st</sup>  
Course Title: Sports Psychology-I

1<sup>st</sup> Annual 2015

**OBJECTIVE PART**

Time Allowed: 30 Minutes

Marks: 13

**Note:** This question No.1 is compulsory and its all parts carry equal marks. Please attempt the answers on same paper and return it to center superintendent with in the time allowed.

**Part 1**

ہر سوال کے درست جواب پر ( ) کا نشان لگائیں۔

1۔ دنیا کی پہلی سپورٹس سائیکالوجی لیبارٹری قائم کی گئی۔

(a) آئین سٹائن (b) ڈائلم (c) کارل ڈائلم

2۔ فرائیڈ نے شعور کو کتنی اقسام میں تقسیم کیا ہے۔

(a) 2 (ba) 3 (c) 4 (d) 5

3۔ اپنی عزیز چیز کو جانے کی وجہ سے دوسرے کے ساتھ غصے میں رہنا کیا کہلاتا ہے۔

(a) Frustration Aggression (c) Social Aggression

Instinctive Aggression

(b)

4۔ شخصیت کے عناصر ہیں۔

(a) دو (b) تین (c) چار

5۔ Thyroid Gland میں کتنی قسم کے ہارمون ہوتے ہیں۔

(a) 2 (b) 3 (c) 4 (d) 5

**Part 2**

خالی جگہ پر کریں۔

1۔ دباؤ کی \_\_\_\_\_ تھیدوریز ہیں۔

2۔ Adjuster سے \_\_\_\_\_ مراد ہے۔

3۔ Intervoeert \_\_\_\_\_ لوگ ہوتے ہیں۔

4۔ Sometic cell \_\_\_\_\_ پر موجود ہوتے ہیں۔

5۔ تحریک کسی بھی رویے کی \_\_\_\_\_ ہوتی ہے۔

6۔ انسان کے ذہنی و جسمانی محاسن و مصائب \_\_\_\_\_ کہلاتے ہیں۔

7۔ جب آپ گیم کرتے ہیں تو اسکی \_\_\_\_\_ کے مطابق توجہ مرکوز کرتے ہیں۔

8۔ جن چیزوں اور کاموں سے انسان کی طرف راغب ہوا نہیں \_\_\_\_\_ کہتے ہیں۔

## GOVERNMENT COLLEGE UNIVERSITY, FAISALABAD

## QUESTION PAPER: EXTERNAL EXAMINATIONS

MA Physical Education  
Course Code: PE-C14Part 1<sup>st</sup>  
Course Title: Sports Psychology-I1<sup>st</sup> Annual 2015

Time Allowed: 03:00 Hours

Maximum Marks: 65

Pass Marks: 40%

**SUBJECTIVE PART**

Time: 02:30 Hours

Marks: 52

**Note:** Attempt any four questions. All questions carry equal marks.

Q No 2 : Define Sports Psychology Discuss in detail the types of sports Psychology ?

سوال نمبر 2 سپورٹس سائیکالوجی کی تعریف کیجئے نیز اس کی اقسام تفصیل سے بیان کیجئے؟

Q No 3 : Define learning . Discuss Theory of learning in Detail ?

سوال نمبر 3 لرننگ کی تعریف کیجئے نیز تھیوری آف لرننگ تفصیل سے بیان کیجئے؟

Q No 4 : What are effects of glands on the human behaviour . Give detail .

سوال نمبر 4 غدودوں کے انسانی رویوں پر اثرات ہوتے ہیں۔ تفصیل سے بیان کیجئے۔

Q No 5 : What are role of Television and Media on sports . Discuss positive and negative aspects of topic

سوال نمبر 5 سپورٹس پر ٹیلی ویژن اور میڈیا کا کیا کردار ہے مثبت اور منفی پہلو اجاگر کریں۔

Q No 6 : Define personality . What do you know about personality assessment ?

سوال نمبر 6 شخصیت کی Assessment کے بارے میں آپ کیا جانتے ہیں۔

Q NO 7 : Write short note of following .

1 . Motivational Cycle

2. Types of Attentional focus

سوال نمبر 7 درج ذیل پر مختصر نوٹ لکھیں۔

1- موٹیویشنل سائیکل

2- ارتکاز توجہ کی اقسام۔

**GOVERNMENT COLLEGE UNIVERSITY, FAISALABAD**  
**QUESTION PAPER: EXTERNAL EXAMINATIONS**

MA Physical Education  
Course Code: PE-C15

Part 1<sup>st</sup>  
Course Title: Science of Track and Fields

1<sup>st</sup> Annual 2015

**OBJECTIVE PART**

Time Allowed: 30 Minutes

Marks: 13

**Note:** This question No.1 is compulsory and its all parts carry equal marks. Please attempt the answers on same paper and return it to center superintendent with in the time allowed.

Q. No.1

(13x1)

D	C	B	A	Questions / سوالات	نمبر شمار
29.92	35.92	32.95	34.92	Angle of sector in discuss throw is? ڈسکس تھرو میں سیکٹر کا زاویہ ہوتا ہے؟	1
45M	35.50 M	20 M	13.73M	Distance of first hurdle from starting line in 400M hurdles is? 400 میٹر ہرڈلز ٹریس میں پہلی ہرڈل سٹارٹنگ لائن سے کتنے فاصلے پر ہو گی؟	2
55 G	50 G	45 G	40 G	Baton weight in relay race is? ریلے ریس میں بیٹن کا وزن ہوتا ہے؟	3
2 kg	3 kg	4 kg	5 kg	Weight of cross bar in high jump is? ہائی جمپ میں کراس بار کا وزن ہوتا ہے؟	4
200 M	800 M	400M	100 M	Most difficult race in track events is? ٹریک ایونٹس میں مشکل ترین دوڑ ہے؟	5
.914 M	1.22 M	1.30 M	2 M	Height of hurdles for men in 400 meter hurdle race? 400 میٹر ہرڈل میں مردوں کے لیے ہرڈل کی اونچائی ہوتی ہے؟	6
2.223 M	1.567 M	2.025 M	1.067M	Distance between take of board and landing area in triple jump is? سمہ جست میں ٹیک آف بورڈ سے اکھاڑے کا فاصلہ؟	7
800	750	700	600	Weight of javelin for male is ..... gram? نیزے کا وزن مردوں کے لیے ..... گرام ہوتا ہے؟	8
3.5 M	6 M	5 M	4 M	Distance between two poles in high jump is? ہائی جمپ میں پولز کا درمیانی فاصلہ ہوتا ہے؟	9
50 M	48 M	45 M	40 M	Length of run way in long jump? لانگ جمپ میں رن وے کی لمبائی؟	10
Prohibited	Valid	Good	Dangerous	Usage of drugs in sports is? کھیلوں میں منشیات کا استعمال ہے؟	11
ٹاس سے	حروف تہجی سے	قد سے	قرعہ اندازی	Allotment of lanes in 100 meter race is made by? 100 میٹر دوڑ کے لیے گلیوں کی نامزدگی ہوتی ہے؟	12
1896	1900	1894	1892	When modern Olympics were started? جدید اولمپک کا آغاز کب ہوا؟	13



**GOVERNMENT COLLEGE UNIVERSITY, FAISALABAD****QUESTION PAPER: EXTERNAL EXAMINATIONS**MA Physical Education  
Course Code: PE-C15Part 1<sup>st</sup>  
Course Title: Science of Track and Fields1<sup>st</sup> Annual 2015

Time Allowed: 03:00 Hours

Maximum Marks: 65

Pass Marks: 40%

**SUBJECTIVE PART**

Time: 02:30 Hours

Marks: 52

**Note:** Attempt any four questions. All questions carry equal marks.

سوال نمبر 1- جدید اولمپک پر تفصیل سے نوٹ لکھیں؟

Q. no.1- Write a brief note on the modern Olympics?

سوال نمبر 2- فزیکل فٹنس کے اجزاء پر نوٹ لکھیں؟

Q. no. 2- Write a brief note on the components of physical fitness?

سوال نمبر 3- ٹریننگ پرنسپلز کے نام لکھیں نیز کوئی سے دو تفصیل سے بیان کریں؟

Q. no 3- Write the names of training principles and define any two of them in detail?

سوال نمبر 4- گولہ پھینکنے کے ضابطے اور قوانین تحریر کریں؟

Q. No.4 - Write the rules and regulations of putting the shot?

سوال نمبر 5- کول دائون سے کیا مراد ہے نیز یس کی اہمیت بیان کریں؟

Q. No5 - Define cool down, explain it's important in detail?

سوال نمبر 6- ڈسکس تھرو کے ضابطے اور قوانین تحریر کریں؟

Q. No.6- Write the rules and regulations of discus throw?

Roll No. \_\_\_\_\_

Reg.No. \_\_\_\_\_

Date. \_\_\_\_\_

Sign. \_\_\_\_\_

**GOVERNMENT COLLEGE UNIVERSITY, FAISALABAD****QUESTION PAPER: EXTERNAL EXAMINATIONS**

MA Physical Education

Part 1st

1st Annual 2015

Course Code: PE-C16

Course Title: Theories of Games

**OBJECTIVE PART**

Time Allowed: 30 Minutes

Marks: 13

**Note:** This question No.1 is compulsory and its all parts carry equal marks. Please attempt the answers on same paper and return it to center superintendent within the time allowed.

Q.NO1

(13\*1)

D	C	B	A	سوالات / Questions	نمبر شمار
9.15 M	10 M	10.12 M	10.50 M	Radius of center circle I football is? فٹ بال گراؤنڈ میں سینٹر سرکل کا رداس ہوتا ہے؟	1
11	25	21	15	In volley ball last set consists of .....points? والی بال میچ میں آخری سیٹ کتنے پوائنٹس کا ہوتا ہے؟	2
13.44 M	12.50 M	11 M	10.52 M	Length of badminton court is? بیڈمنٹن کورٹ کی لمبائی ہوتی ہے؟	3
76 CM	50 CM	40 Cm	45 CM	Height of table in table tennis is? ٹیبل ٹینس میں میز کی اونچائی ہوتی ہے؟	4
Center pass	Kick off	Bully	Drop ball	In Hockey match starts with? ہاکی میں کھیل کا آغاز کیسے ہوتا ہے؟	5
2	3	4	1	How many cards referee have in a volley ball match? والی بال میچ میں ریفری کے پاس کتنے کارڈز ہوتے ہیں؟	6
20.12 M	25 M	25.50 M	26 M	Length of pitch in cricket is? کرکٹ میں پچ کی لمبائی ہوتی ہے؟	7
5.50 M	5.36 M	4.12 M	3.66 M	Width of hockey goal posts is? ہاکی میں گولوں کی چوڑائی ہے؟	8
5	4	8	6	How many players are there in a team of basket ball match? باسکٹ بال کے میچ میں ایک ٹیم کتنے کھلاڑیوں پر مشتمل ہوتی ہے؟	9
18 M	21.50 M	22.44 M	23.774 M	Length of court in tennis for doubles? ٹینس میں ڈبلز کے لیے کورٹ کی لمبائی؟	10
Jump ball	Kick off	Center pass	Throw in	Basketball match start with? باسکٹ بال میں کھیل کا آغاز ہوتا ہے؟	11
1.50 M	1.22 M	2.98 M	1.98 M	Short service area in badminton is? بیڈمنٹن میں شارٹ سروس ایریا ہوتا ہے؟	12
6	7	8	9	Width of Volley ball court is ..... Meter? والی بال کورٹ کی چوڑائی..... میٹر ہوتی ہے؟	13



## GOVERNMENT COLLEGE UNIVERSITY, FAISALABAD

## QUESTION PAPER: EXTERNAL EXAMINATIONS

MA Physical Education  
Course Code: PE-506/C16

Part 1<sup>st</sup>  
Course Title: Theories of Games

1<sup>st</sup> Annual 2015

Time Allowed: 03:00 Hours

Maximum Marks: 65

Pass Marks: 40%

**SUBJECTIVE PART**

Time: 02:30 Hours

Marks: 52

**Note:** Attempt any four questions. All questions carry equal marks.

سوال نمبر 2: ٹورنامنٹ کسے کہتے ہیں۔ لیگ سسٹم کے تحت 7 ٹیموں کے ٹورنامنٹ کا شیڈول بنائیں؟

Q#2: What is tournament? make a schedule of 7 teams according to league system tournament?

سوال نمبر 3: مصنوعی گراؤنڈ میں اور گراسی گراؤنڈ میں بنیادی فرق واضح کریں۔ اس کی دیکھ بھال کیسے کی جاتی ہے؟

Q#3: what is the basic difference between grassi and artificial ground? how it maintained?

سوال نمبر 4: والی بال میں سروس کیا ہے۔ نیز روٹیشن اور کیمرہ کھلاڑی کے بارے میں تفصیلات بیان کریں؟

Q#4: What is service in volley ball? also explain libero player and rotation?

سوال نمبر 5: ہاکی میں پینالٹی کارنر کب دیا جاتا ہے۔ نیز پینالٹی کارنر کے قوانین واضح کریں؟

Q#5: When penalty corner is awarded in hockey. also explain rules of penalty corner?

سوال نمبر 6: فٹبال گراؤنڈ کا خاکہ، پیمائش اور کھلاڑیوں کی پوزیشن واضح کریں۔ نیز تھرو ان پر واضح نوٹ لکھیں؟

Q#6: Draw a sketch of football ground with measurement and player's positions, also give a note on throw in?

سوال نمبر 7: کھیلوں کی کارگردگی بڑھانے میں سمعی و بصری معاونات کی اہمیت بیان کریں؟

Q#7: Explain the role of A.V aids in the permotion of sports.?

**GOVERNMENT COLLEGE UNIVERSITY, FAISALABAD**  
**QUESTION PAPER: EXTERNAL EXAMINATIONS**

MA Physical Education  
 Course Code **HPF-D11**

1<sup>st</sup> Annual 2015  
 Part 2<sup>nd</sup>  
 Course Title Research Methodology in Physical Education

**OBJECTIVE PART**

Time Allowed: 30 Minutes

Marks: 14

**Note:** This question No.1 is compulsory and its all parts carry equal marks. Please attempt the answers on same paper and return it to center superintendent with in the time allowed.

Q. No. 1

(14x1)

D	C	B	A	سوالات / Questions	نمبر شمار
Extraneous Variable	Dependent Variable	Dataset	Constant	What is the opposite of a variable? ایک متغیر کے برعکس کیا ہے؟	1
Standard deviation	Mode	Median	Mean	Which of the following is not an average? مندرجہ ذیل میں سے کون سا اوسط نہیں ہے۔	2
Ratio	Nominal	Interval	Ordinal	Which scale is the simplest form of measurement? کون سا سکیل پیمائش کی سادہ ترین شکل ہے؟	3
Applied Research	Evaluation Research	Experimental Research	Basic Research	Research used for studying practical problems and finding a solution to it is عملی مسائل کے مطالعہ اور ان کا حل تلاش کرنے کے لیے کی جانے والی تحقیق کہلاتی ہے۔	4
None of them	Sampling	Census	Survey research	The process of drawing a sample from a population is known as ____ وہ طریقہ کار جس میں ایک گروہ میں سے نمونہ جات نکالے جاتے ہیں۔ کہلاتا ہے۔	5
discreet	tactful	fluent in several languages	creative	In order for field research to be successful, the researcher must be ____ شعبہ جاتی تحقیق میں کامیاب ہونے کے لیے محقق کو لازمی طور پر _____ ہونا چاہیے	6
Complex	Dependent	Extraneous	Independent	A variable that changes due to the action of another variable is known as the -- ایک متغیر جو کہ دوسرے متغیر کی کارروائی کی وجہ سے تبدیل ہو جائے اس کو _____ کہتے ہیں	7
cost of the stamps	mail is slow	response rate	inability to follow-up	A major disadvantage of using mail questionnaires to collect data is ____ ڈاک ک ذریعہ سے مواد اکٹھا کرنے کے لیے بھیج جانے والے سوالنامہ کا نمایاں نقصان _____ ہے۔	8
All of three	To derive	To define	To Collect	What is research? تحقیق کیا ہے؟	9
variation	central tendency	coefficients	correlation	A mean, median and mode are all examples of measure of ____ اوسط، وسطانیہ اور اعادہ تمام _____ کی پیمائش کی اقسام ہیں۔	10
Aristotle	Fredrick	Texmin	Tyris	..... Provided scientific basis for the first time _____ نے پہلی بار ریسرچ کو سائنسی بنیاد فراہم کی	11
All of these	observation	Experiments	Hypothesis	All research starts with..... تمام تحقیقی عمل کا آغاز _____ سے ہوتا ہے۔	12
Control Group	Constant	Method	Variable	In research, something that does not "vary" is called a ____ جو چیز دوران تحقیق تبدیل نہیں ہوتی وہ _____ کہلاتی ہے۔	13
None of these	Reference	Research Methodology	Conclusion	Which of the following is not an essential element of report writing? مندرجہ ذیل میں سے کون سا عنصر رپورٹ سازی کے لیے لازمی نہیں ہے؟	14



**GOVERNMENT COLLEGE UNIVERSITY, FAISALABAD****QUESTION PAPER: EXTERNAL EXAMINATIONS**MA Physical Education  
Course Code: **HPE-D11**Part 2<sup>nd</sup>1<sup>st</sup> Annual 2015

Course Title Research Methodology in Physical Education

Time Allowed: 03:00 Hours

Maximum Marks: 70

Pass Marks: 40%

**SUBJECTIVE PART**

Time: 02:30 Hours

Marks: 56

**Note:** Attempt any four questions. All questions carry equal marks.

سوال نمبر 2- سائنسی تحقیق کی تعریف کریں۔ نیز سائنسی طریقہ کار کے مدارج تحریر کریں۔

Q. No.2- Define scientific research and write down steps in scientific method.

سوال نمبر 3- تعلیم جسمانی میں ریسرچ کی اہمیت تفصیل سے بیان کریں۔

Q. No. 3- Explain significance of research in Physical education with detail.

سوال نمبر 4- نظریہ اور تحقیق میں تعلق بیان کریں۔

Q. No. 4- Describe the relationship between research and theory.

سوال نمبر 5- اچھے محقق کی خصوصیات بیان کریں۔

Q. No. 5- Enlist the qualities of a good researcher in detail.

سوال نمبر 6- Sampling کرنے کی وجوہات تفصیل سے بیان کریں۔

Q. No.6- Explain the reasons of sampling with detail.

سوال نمبر 7- سوالنامہ مرتب کرنے کی خصوصیات بیان کریں۔

Q. No. 7- Describe the qualities of preparing a questionnaire.

## GOVERNMENT COLLEGE UNIVERSITY, FAISALABAD

### Question Paper External Examinations

MA Physical Education

Part 2nd

1st Annual 2015

Course Code: PE-602/D12

Course Title: Bio Mechanics (Movement Education)

#### Objective Part

Time: 30:00 Minutes

Marks: 14

**Note:** This question No 1 is compulsory and its all parts carry equal marks please attempt the answers on same paper and return it to center superintendent with in the time allowed

Q. No. 1

(14x1)

- (1) دلائی میں تبدیلی کی شرح کو..... کہتے ہیں۔  
1- سپید (Speed) 2- مومنتم (Momentum) 3- اسراع (Acceleration)
- (2) نیوٹن کے تیسرے قانون حرکت کو..... کہتے ہیں۔  
1- جمود کا قانون، Law of Intertia 2- اسراع کا قانون، Law of Acceleration 3- عمل اور رد عمل کا قانون، Law of Action Reaction
- (3) اگر کسی متحرک جسم کی دلائی حرکت کی سمت میں بڑھ رہی ہو تو اسے..... کہتے ہیں۔  
1- منفی اسراع (Negative Acceleration) 2- یونیفارم دلائی (Uniform Velocity) 3- مثبت اسراع (Positive Acceleration)
- (4) اگر 40 نیوٹن کی قوت (F) کسی جسم چمکی کمیت (m) 10 Kg پر عمل کرے تو اس میں..... اسراع (a) پیدا ہوگا۔  
1- 4 میٹر فی سیکنڈ 2- 8 میٹر فی سیکنڈ 3- 10 میٹر فی سیکنڈ
- (5) جب کوئی جسم خط مستقیم میں حرکت کرے تو اسے..... کہتے ہیں۔  
1- Linear Motion 2- Angular Motion 3- Vibratory Motion
- (6) اگر کوئی جسم اپنی پوزیشن کے ارد گرد کے لحاظ سے تبدیل نہ کر رہا ہو تو وہ..... میں ہوتا ہے۔  
1- حرکت 2- ریٹ 3- مسلسل دلائی
- (7) رفتار ایک..... مقدار ہے۔  
1- سکیلر 2- مومنتم 3- ویکٹر
- (8) اسراع کی اکائی کو SI یونٹ میں..... کہتے ہیں۔  
1- میٹر فی سیکنڈ فی سیکنڈ 2- نیوٹن میٹر فی سیکنڈ فی سیکنڈ 3- کلو میٹر فی سیکنڈ فی سیکنڈ
- (9) جب کوئی جسم دائرے میں حرکت کرے تو اسکو..... کہتے ہیں۔  
1- Circular Motion 2- Rotatory Motion 3- Angular Motion
- (10) دلائی اور کمیت کے حاصل ضرب کو..... کہتے ہیں۔  
1- Force 2- Monetum 3- Acceleration
- (11) حرکت کے اصولوں کا مطالعہ..... میں کیا جاتا ہے۔  
1- فزکس 2- ریاضی 3- کیمسٹری
- (12) دو پوائنٹ کے درمیان کم سے کم فاصلے کو..... کہتے ہیں۔  
1- فاصلہ 2- ہٹاؤ 3- رفتار
- (13) جب جسم پر قوتوں کا حاصل ضرب صفر ہو تو جسم..... کی حالت میں ہوتا ہے۔  
1- Rest 2- Equilibrium 3- Static
- (14) سینٹری پٹل فورس وہ فورس ہے جو کسی جسم کو..... میں حرکت کرنے پر مجبور کرتی ہے۔  
1- State Line 2- دائرہ Circle 3- Vibrating



## FAISALABAD

Question Paper External Examinations

MA Physical Education

Part 2nd

1st

Annual 2015

Course Code: PE-602/D12

Course Title: Bio Mechanics (Movement Education)

Maximum Marks:70

Pass Marks:40%

Subjective Part

Time:02:30 Hours

Marks: 56

Note: Attempt Any four questions All question carry equal marks

Q. No.2: Define Bio-Mechanics? What are uses of Bio-Mechanical techniques to improve the performance of any Sports/ Event.

سوال نمبر ۲: بائیو میکانکس کی تعریف کریں؟ پیراٹس کی کارکردگی کو بڑھانے کے لئے بائیو میکانکس کی مہارتوں کو کس طرح استعمال کیا جاتا ہے؟

Q No. 3: What are the Types of Motions, Explain the linear motion with any two examples?

سوال نمبر ۳: حرکت کی اقسام بیان کریں، لیئر مشن کو وضاحت سے مثالوں کی مدد سے بیان کریں؟

Q No. 4: What are Kinematics, Explain acceleration and velocity in detail?

سوال نمبر ۴: کائناتی میکانکس سے کیا مراد ہے، اسراع اور ولاسٹی کو وضاحت سے بیان کریں؟

Q No. 5: What are the kintics, Explain the Law of interia with examples?

سوال نمبر ۵: کائناتی میکانکس سے کیا مراد ہے، جمود کا قانون مثالوں کے ذریعے وضاحت سے بیان کریں؟

Q No. 6: Define the force of frictions, how can use this force in different sports/ events?

سوال نمبر ۶: رگڑ کی قوت کی تعریف لکھیں اور اس کو مختلف کھیلوں میں کیسے استعمال کیا جاتا ہے؟

No. 7: Analyse the Foot Ball Teachniques with reference to Bio-Mechanics rules?

سوال نمبر ۷: بائیو میکانکس کے اصولوں کی روشنی میں فٹ بال کی مہارتوں کا تجزیہ بیان کریں۔

GOVERNMENT COLLEGE UNIVERSITY, FAISALABAD

QUESTION PAPER: EXTERNAL EXAMINATIONS

MA Physical Education  
Course Cod: PE-603/D13

Part 2<sup>nd</sup>  
Course Title Sports Medicines

1<sup>st</sup> Annual 2015

OBJECTIVE PART

Time Allowed: 30 Minutes

Marks:14

Note: this question No. 1 is compulsory and its all parts carry equal marks. Please attempt the answers on same paper and return it to center superintendent within the time allowed.

Q.No. 1

- (i) Deficiency of this vitamin cases the Beri Beri disease. (1) وٹامن کی کمی کی وجہ سے بیری بیری کا مرض ہوتا ہے  
(a) B<sub>1</sub> (b) B<sub>2</sub> (c) B<sub>6</sub> (d) B<sub>12</sub>
- (ii) Human body has iron \_\_\_\_\_ (2) انسانی جسم میں فولاد ہوتا ہے  
(a) 4 تا 6 گرام (b) 5 تا 7 گرام (c) 3 تا 5 گرام (d) 7 تا 9 گرام
- (iii) Fracture means \_\_\_\_\_ (3) فریکچر کا مطلب ہے  
(a) Sprain (b) Strain (c) Traction (d) Broken Bone
- (iv) Human body has water \_\_\_\_\_ (4) انسانی جسم میں پانی ہوتا ہے  
(a) 40 لیٹر (b) 50 لیٹر (c) 60 لیٹر (d) 70 لیٹر
- (v) one gram carbohydrate provide \_\_\_\_\_ k. cal (5) نشاستے کا ایک گرام \_\_\_\_\_ کلو کیلوری مہیا کرتا ہے۔  
(a) 4.5 (b) 5.5 (c) 6.5 (d) 7.5
- (vi) During exercise \_\_\_\_\_ percent temperature created by muscles. (6) ورزش کے دوران \_\_\_\_\_ فیصد حرارت مسلمان پیدا کرتے ہیں۔  
(a) 70 (b) 80 (c) 90 (d) 100
- (vii) Steroids used in Olympic games \_\_\_\_\_ (7) اولمپک گیمز میں \_\_\_\_\_ Steroids کا استعمال ہوا۔  
(a) 1896 (b) 1936 (c) 1956 (d) 1960
- (viii) Established WADA in session. (8) سیشن \_\_\_\_\_ میں WADA کا قیام ہوا  
(a) 1936-37 (b) 1956-57 (c) 1960-61 (d) 1988-89
- (ix) Muscles swelling is called \_\_\_\_\_ (9) عضلات کی سوزش کو کہتے ہیں  
(a) Spasm (b) Myositis (c) Acute strain (d) chronic strain
- (x) Icing is necessary in injury from \_\_\_\_\_ to \_\_\_\_\_ hours (10) برف کی ٹکور چوٹ کے ابتدائی \_\_\_\_\_ گھنٹے تک مفید  
(a) 24 to 36 (b) 12 to 24 (c) 36 to 48 (d) 48 to 60
- (xi) Carbohydrates are \_\_\_\_\_ percent of balance diet (11) کاربو ہائیڈریٹ متوازن غذا کا \_\_\_\_\_ فیصد ہوتے ہیں  
(a) 55% (b) 45% (c) 65% (d) 75%
- (xii) one gram fat provide \_\_\_\_\_ k.cal to body. (12) چکنائی کا ایک گرام جسم کو \_\_\_\_\_ کلو کیلوری مہیا کرتا ہے  
(a) 4.5 (b) 6.5 (c) 8.1 (d) 9.1
- (xiii) Muscles stiffness is called \_\_\_\_\_ (13) عضلات کے اکڑاؤ کو کہتے ہیں  
(a) Spasm (b) myoritis (c) Acute strain (d) chronic strain
- (xiv) Blood freeze under skin and swelling occurs is called (14) جلد کے نیچے خون جمع ہو جائے اور سوزش ہو جائے تو کہتے ہیں  
(a) Soreness (b) Hematoma (c) syndrome (d) cramps



GOVERNMENT COLLEGE UNIVERSITY, FAISALABAD

QUESTION PAPER: EXTERNAL EXAMINATIONS

MA Physical Education  
Course Cod: PE-603/D13

Part 2<sup>nd</sup>  
Course Tile Sports Medicines

1<sup>st</sup> Annual 2015

Time Allowed: 03:00 Hours

Maximum Marks: 70

Pass Marks:40%

SUBJECTIVE PART

Time Allowed: 2: 30 Hours

Marks:56

Note: Attempt any four questions. All questions carry equal marks.

عضلاتی چوٹوں کے علاج کے اصول بیان کریں۔

QNo.2 Describe treatment principles of muscle injuries

ڈوپنگ کیا ہے۔ مندرجہ ذیل پر نوٹ لکھیں۔

QNo.3 What is doping write a note on following?

(1) Caffeine (2) Anabolic Steroids (3) Diuretics

بلندی پر ٹریننگ کے اصول بیان کریں۔

QNo.4 Describe principles of training at high altitude?

کاربو ہائیڈریٹ لوڈنگ کس قسم کی سرگرمی کے لئے ضروری ہے۔ اعر اس کے مسائل کیا ہیں۔

QNo.5 Carbohydrate loading is necessary for which kind of activity and what are its problems?

ایرو بک اور این ایرو بک میٹابولزم پر نوٹ لکھیں۔

QNo.6 Write-down a note on aerobic and anaerobic metabolism?

مندرجہ ذیل میں کسی دو پر تفصیلی نوٹ لکھیں۔

QNo.7 Write a detail note on any two of following?

(1) Heat stroke (2) Heat Exhaustion (3) Heat Cramps

GCUF Sample Paper

**GOVERNMENT COLLEGE UNIVERSITY, FAISALABAD**

**QUESTION PAPER: EXTERNAL EXAMINATIONS**

MA Physical Education  
Course Code: PE-D14

Part 2<sup>nd</sup>  
Course Title: Psychology of Sports

1<sup>st</sup> Annual 2015

**OBJECTIVE PART**

Time Allowed: 30 Minutes

Marks: 14

**Note:** This question No.1 is compulsory and its all parts carry equal marks. Please attempt the answers on same paper and return it to center superintendent with in the time allowed.

Q. No. 1

(14x1)

D	C	B	A	Questions / سوالات	نمبر شمار
None of them	Exited	Happy	Feel upset	Stress is a normal physical response to events that make a person _____ کسی شخص میں ذہنی دباؤ ان واقعات کا ایک عمومی رد عمل ہے جو اس شخص کو _____ بناتے ہیں	1
None of these	Challenges	Extra strength	Fear	Stress response can save our life by giving us ..... to defend ourselves. ذہنی دباؤ کا رد عمل ہماری زندگیوں کو بچانے کے لیے ہمیں حفاظت کے لیے _____ فراہم کرتا ہے	2
All of these	Stress Response	Stressors	Obesity	The situation that causes stress is known as..... ذہنی دباؤ پیدا کرنے والی کیفیت _____ کہلاتی ہے	3
None	Situation Block	Slumps	Burn Out	Sudden marked decline in progress of sports is.. کھیلوں میں اچانک اور واضح تنزل جو کارکردگی کو متاثر کرے وہ ہے۔	4
None	Both A & B	Negative	Positive	By the action of ACTH on Adrenal Cortex, the performance is..	5
John	Williams	Weinberg	Jacobson	To relax the involuntarily muscle, the voluntarily muscles are also relaxed غیر ارادی عضلات کو سکون بہم پہنچانے سے ارادی عضلات بھی سکون پاتے ہیں۔ یہ نظریہ ہے	6
Negative Thinking	Arousal	Stress	Anxiety	Negative emotional state is.. منفی جذباتی کیفیت ہے۔	7
Stress	Somatic Anxiety	Cognitive Anxiety	Mental anxiety	Physical anxiety is known as.... جسمانی اضطراب کو جانا جاتا ہے۔	8
Simple	Measureable	Quantitative	Qualitative	Goals Should be.. نصب العین ہونا چاہیے۔	9
Relaxation	Exercise	Cool down	Exertion	To minimize the movement of body is called.. جسمانی حرکات کی سب سے زیادہ کمی کہلاتی ہے۔	10
Stimulus	Motive	Kind	Process	Aggression is a جارحیت ہے۔	11
Harris	Baron	Richard	Golid	Way of reducing fatigue through stretching is introduced by ... جسمانی پھیلاؤ کے ذریعہ سے تھکن کم کرنے کا طریقہ متعارف کروایا۔	12
Veins	Objects of nature	Muscles	Machines	The ..... Are tired due to working. _____ کام کرنے سے تھک جاتے ہیں۔	13
Rest	Stretching	Running	Digging	..... is the best way to relax the body. _____ جسم کو آرام پہنچانے کا بہترین ذریعہ ہے۔	14

**GOVERNMENT COLLEGE UNIVERSITY, FAISALABAD****QUESTION PAPER: EXTERNAL EXAMINATIONS**MA Physical Education  
Course Code: PE-D14Part 2<sup>nd</sup>  
Course Title: Psychology of Sports1<sup>st</sup> Annual 2015

Time Allowed: 03:00 Hours

Maximum Marks: 70

Pass Marks: 40%

**SUBJECTIVE PART**

Time: 02:30 Hours

Marks: 56

**Note:** Attempt any four questions. All questions carry equal marks.

سوال نمبر 2۔ تخیل کیا ہے؟ اور کھیلوں میں کیا اہمیت رکھتا ہے؟

Q. No.2. What is Imagery and write down its role in sports?

سوال نمبر 3۔ نصب العین کا تعین کیا چیز ہے؟ اس کی اقسام اور کھیلوں میں کارکردگی پر اس کے اثرات قلم بند کیجیے۔

Q. No. 3. What is Goal setting? Write its types and effects on performance in sports.

سوال نمبر 4۔ سستانے سے کیا مراد ہے؟ اس کے اثر انداز ہوتا ہے؟ سستانے کے طریقے تحریر کریں۔

Q. No 4. What is relaxation? How it affects on stress? Mention the methods of Relaxation.

سوال نمبر 5۔ جارحیت کے نظریات بیان کریں؟ کھیلوں میں ان کے کردار پر نوٹ لکھیں

Q. No 5. What are theories of aggression? Write its role in sports.

سوال نمبر 6۔ نفسیاتی رکاوٹیں کیا ہیں؟ کارکردگی پر ان کے منفی اثرات کی وضاحت کریں۔

Q. No 6. What are psychological obstacles? Explain its negative role in performance.

سوال نمبر 7۔ اپنے خیالات کیا ہیں؟ ان کو تفصیل سے تحریر کریں۔

Q. No7. What are the self thoughts? Write it in detail.



# GOVERNMENT COLLEGE UNIVERSITY, FAISALABAD

## QUESTION PAPER: EXTERNAL EXAMINATIONS

MA Physical Education

Part: 2nd

1st Annual 2015

Course Code: PE-D15

Course Title: Measurement & Evaluation in Physical Education.

### OBJECTIVE PART

Time Allowed: 30 Minutes

Marks: 14

**Note:** This question No. 1 is compulsory and its all parts carry equal marks. Please attempt the answer on the same paper and return it to center superintendent with in the time allowed.

Q:1

(14x1)

D	C	B	A	سوالات/Questions	نمبر شمار
سوٹا Sleeping	کھانا Eating	دوڑنا Running	ٹیسٹ Test	ٹول تو میچر کی کارکردگی کی پیمائش کا آلہ۔ the performance of player is.....	1
5	4	3	2	Types of Evaluation are	2
جائچہ پرکھ Evaluation	اوسط Average	وسطانیہ Median	اعادہ Mode	The most frequented figure in data is called.....	3
وسطانیہ Median	اعادہ Mode	گروہی مواد Grouped data	غیر گروہی مواد Ungrouped data	Data that provides information about group .....	4
کہانی Story	کتاب Book	نقشہ Map	سیٹ Set	Data is a.....of information	5
360°	270°	180°	90°	Sum of angles in Pie graph is.....	6
2	3	4	5	Kinds of fitness are.....	7
پھرتی Agility	طاقت Power	برداشت Endurance	چپک Flexibility	صحت سے متعلق جسمانی اعضا کو زیادہ سے زیادہ پھیلائے کی صلاحیت The ability to stretch the muscles	8
فزیکل فٹنس انڈیکس Physical Fitness Index	ورزش کرنا exercise	سوٹا Sleeping	دوڑنا Running	Scale of measurement of Physical Fitness is.....	9
گراس موٹر ایبیلیٹی Gross motorability	فٹنس Fitness	ورزش Exercise	برداشت Endurance	ایسی حرکات جن میں بڑے عضلات استعمال ہوں Movements in which major muscles are used	10
ورزش Exercise	فٹنس Fitness	توازن Balance	رفتار Speed	To do more and more work in minimum time is .....	11
طاقت Power	رویہ پر Behaviour	رفتار Speed	فٹنس Fitness	جسمانی تعلیم میں زور دیا جاتا ہے laid on.....in Physical Education.	12
کچھ بھی نہیں Nothing	طاقت Power	دوڑ Running	عمر Age	ٹیسٹ کی تیاری میں طلباء کی کا خیال رکھا جاتا ہے students is cared during preparation of test	13
طاقت Power	چپک Flexibility	توازن Balance	رفتار Speed	To control the body in static or moving state	14



Roll No.....

GOVERNMENT COLLEGE UNIVERSITY, FAISALABAD

QUESTION PAPER: EXTERNAL EXAMINATIONS

MA Physical Education

Part 2nd

1st Annual 2015

Course Code: PE-D15

Course Title: Measurement & Evaluation in Physical Education

Time allowed: 3:00 Hours

Maximum marks: 70

Pass marks: 40%

**SUBJECTIVE PART**

Time 02:30 Hours

Marks: 56

**Note:** Attempt any four questions. All questions carry equal marks.

سوال نمبر ۲: ٹیسٹ کی تعریف کریں۔ انشائیہ ٹیسٹ کی خصوصیات تحریر کریں۔

Q:2 Define test, write down the characteristics of subjective test.

سوال نمبر ۳: کارڈیو ویکولر فٹنس کو کیسے بڑھایا جاسکتا ہے؟

Q:3 How can cardiovascular fitness be improved?

سوال نمبر ۴: جانچ پرکھ کی اقسام تحریر کریں۔

Q:4 Write down the kinds of evaluation.

سوال نمبر ۵: ٹیسٹ کے انعقاد سے پہلے استاد کی ذمہ داریاں تحریر کریں۔

Q:4 Write down the pre-test responsibilities of an examiner.

سوال نمبر ۶: درجہ بندی کے مقاصد تحریر کریں۔

Q:5 Write down the objectives of grading.

سوال نمبر ۷: مندرجہ ذیل پر نوٹ لکھیں۔

Q:6 Write note on the followings.

Flexibility

Muscular Fitness

لچک

عضلاتی برداشت

**GOVERNMENT COLLEGE UNIVERSITY, FAISALABAD**  
**QUESTION PAPER: EXTERNAL EXAMINATIONS**

MA Physical Education  
Course Code: PE-D51

Part 2<sup>nd</sup>  
Course Title: Leadership in Sports

1<sup>st</sup> Annual 2015

**OBJECTIVE PART**

Time Allowed: 30 Minutes

Marks: 10

**Note:** This question No.1 is compulsory and its all parts carry equal marks. Please attempt the answers on same paper and return it to center superintendent with in the time allowed.

Q. No. 1

(10x1)

- 1: کسی بھی آرگنائزیشن کی میٹنگ کون بلاتا ہے؟  
۱۔ سینئر کھلاڑی ۲۔ سیکرٹری ۳۔ خزانچی ۴۔ صدر
- 2: مواصلات کی اقسام ہیں؟  
۱۔ 2 ۲۔ 3 ۳۔ 4 ۴۔ 5
- 3: اولمپکس مقابلے ہر سال بعد میں ہوتے ہیں؟  
۱۔ 3 ۲۔ 4 ۳۔ 5 ۴۔ 6
- 4: لیڈر شپ کی اقسام ہیں؟  
۱۔ 5 ۲۔ 6 ۳۔ 8 ۴۔ 10
- 5: کسی بھی سپورٹس ایسوسی ایشن کے مالی سال کا آغاز؟  
۱۔ یکم جنوری ۲۔ یکم فروری ۳۔ یکم جون ۴۔ یکم جولائی
- 6: میٹنگ کا افتتاح کون کرتا ہے؟  
۱۔ سیکرٹری ۲۔ عہدیداران ۳۔ صدر ۴۔ کون
- 7: سپورٹس ٹور میں بریفنگ کی اقسام ہیں؟  
۱۔ 2 ۲۔ 4 ۳۔ 3 ۴۔ 5
- 8: میٹنگ کے دوران زیر بحث امور کی نشاندہی کس کے ذریعے ہوتی ہے؟  
۱۔ ایجنڈا ۲۔ میٹنگ ۳۔ نوٹس آف میٹنگ ۴۔ کوئی بھی نہیں
- 9: لوگوں کو تحریک دیتا ہے؟  
۱۔ بانی ۲۔ وزیراعظم ۳۔ اولمپکس کمیٹی ۴۔ لیڈر
- 10: ایکڑ کی کمیٹی تین ماہ میں کتنی میٹنگز بلانے کی مجاز ہے؟  
۱۔ 3 ۲۔ 2 ۳۔ 1 ۴۔ 4

## GOVERNMENT COLLEGE UNIVERSITY, FAISALABAD

## QUESTION PAPER: EXTERNAL EXAMINATIONS

MA Physical Education  
Course Code: PE-D51Part 2<sup>nd</sup>  
Course Title: Leadership in Sports1<sup>st</sup> Annual 2015

Time Allowed: 03:00 Hours

Maximum Marks: 50

Pass Marks: 40%

**SUBJECTIVE PART**

Time: 02:30 Hours

Marks: 40

**Note:** Attempt any four questions. All questions carry equal marks.

سوال نمبر 2: مواصلات سے کیا مراد ہے؟ نیز موثر مواصلاتی نظام پر نوٹ لکھیں؟

Q No. 2: What is Communication write a note on effective Committee?

سوال نمبر 3: لیڈر کی تعریف بیان کریں، کھیلوں میں لیڈرشپ کیوں ضروری ہے؟ مفصلاً نوٹ تحریر کریں؟

Q No. 3: Define Leader? why Leadership is necessary for Sports give detail Note?

سوال نمبر 4: وسائل سے کیا مراد ہے؟ انسانی اور مالیاتی وسائل پر نوٹ لکھیں؟

Q No. 4: What is resources? give a note on human and financial resources?

سوال نمبر 5: میٹنگ کی کامیابی کے لئے کونسے عوامل ضروری ہیں؟ تفصیلاً بیان کریں؟

Q No. 5: Which type of actions are necessary for meeting?

سوال نمبر 6: بین الاقوامی مقابلہ جات کے انعقاد کیلئے مالیاتی کمیٹی اور ٹیکنیکل کمیٹی کے کردار پر تفصیلاً نوٹ لکھیں؟

Q No. 6: Write a note on job description of Technical and Financial Committee for International competitions?

سوال نمبر 7: سپورٹس آرگنائزیشن کے عہدیداران کے فرائض ہیں، تفصیلاً بیان کریں؟

Q No. 7: Write a brief note on duties of administrator of organization?



Roll No. \_\_\_\_\_

Date \_\_\_\_\_ Sign \_\_\_\_\_

**GOVERNMENT COLLEGE UNIVERSITY, FAISALABAD****QUESTION PAPER: EXTERNAL EXAMINATIONS**

MA Physical Education

Part: 2nd

1st Annual 2015

Course Code: PE-D52

Course Title: Curriculum Planning in Physical Education

**OBJECTIVE PART**

Time Allowed: 30 Minutes

Marks: 10

**Note:** This question No. 1 is compulsory and its all parts carry equal marks. Please attempt the answer on the same paper and return it to center superintendent with in the time allowed.

Q No.1

(10x1)

d	c	b	a	سوالات / Questions	نمبر شمار
عمر Age	قد Height	کلاس Class	استاد Teacher	تعلیم جسمانی کا نصاب مرتب کرتے وقت طلباء کی ..... کا خیال رکھا جائے .....of students should be cared during planning the curriculum of Physical Education.	1
تینوں مل کر All	اساتذہ Teachers	والدین Parents	ماہرین Educationists	نصاب مرتب کرتے ہیں .....plan the curriculum.	2
5	4	3	2	بloom نے نصاب کے مقاصد کو کتنے حصوں میں تقسیم کیا ہے In how many parts has Bloom divided the objective of curriculum.	3
انٹرا میورل Intramural	اجتماعی مقابلے Collective competition	انفرادی مقابلے Individual competition	انٹر کالجیٹ Inter collegiate	کالج کے طلباء کے درمیان کھیلیں کھاتی ہیں The games among college students are called.....	4
جامد ہو Static	وقت کے ساتھ ہو Updated	پرانا ہو Outdated	نیا ہو New	اچھے نصاب کی خوبی کہ وہ A good curriculum should be.....	5
کچھ نہیں Nothing	مقابلہ Competition	مفاصلہ Distance	رابطہ Co ordination	نصاب میں شامل تمام سرگرمیوں میں ہونا چاہیے There should be.....among all the activities included in curriculum.	6
7	6	5	3	جائزے کی اقسام ہیں Kinds of evaluation are.....	7
مختلف مضمون different topic	مختلف نصاب Different curriculum	مختلف حصہ Different part	سارا حصہ Whole part	نصاب کے تجزیے میں تکمیلی طریقے میں جانچا جاتا ہے In Summative method of curriculum evauation..... of curriculum is evaluated.	8
1940	1950	1960	1962	سپورٹس پر پہلی کتاب لکھی گئی First book on sports was written in.....	9
مابین Between	الگ الگ Seperate	فاصلہ Distance	دور Far	انٹرا کا مطلب ہے The meaning of Intra is.....	10

Roll No.....

GOVERNMENT COLLEGE UNIVERSITY, FAISALABAD

QUESTION PAPER: EXTERNAL EXAMINATIONS

MA Physical Education

Part 2nd

1st Annual 2015

Course Code: PE-D52

Course Title: Curriculum Plannig in Physical Education

**SUBJECTIVE PART**

Time Allowed: 02:30

Marks: 40

Pass Marks: 40%

**Note:** Attempt any four questions. All questions carry equal marks.

سوال نمبر ۲۔ تعلیم جسمانی میں نصاب کی تشکیل کی اہمیت بیان کریں۔

Q.No2. Describe the importance of curriculum planning in Physiscal Education.

سوال نمبر ۳۔ نفس مضمون کی تدوین کے سلسلے میں سروے میتھڈ کی وضاحت کریں۔

Q.No3. Elaborate survey method in content selection.

سوال نمبر ۴۔ نصاب کی مختلف تعریفیں تحریر کریں۔

Q.No4. Write down various definitions of Curriculum.

سوال نمبر ۵۔ انٹرا میورل سرگرمیوں کے مقاصد تحریر کریں۔

Q.No5. Write down objectives of Intramural activities.

سوال نمبر ۶۔ نصاب مرتب کرنے کے سلسلے میں بین الاقوامی رجحانات پر نوٹ لکھیں۔

Q.No6. Write a note on internationaal trends in curriculum planning.

سوال نمبر ۷۔ مندرجہ ذیل پر نوٹ لکھیں

Q.No7. Write note on the followings.

Summative evaluation

(۲) تکمیلی جائزہ

Formtaive evaluation

(۱) تشکیلی جائزہ