

(i) Printed Pages : 7 Roll No.

(ii) Questions : 7 Sub. Code :

1	0	5	8	0
---	---	---	---	---

Exam. Code :

5	0	0	2
---	---	---	---

NEP U.G. Common-Skill Enhancement Course 2nd Sem.
(2056)

PHYSICAL EDUCATION

Paper : First Aid (In all Mediums)

Time Allowed : 3 Hours]

[Maximum Marks : 45

Note :- Attempt **four** questions in all, including Question No.1 which is compulsory (short answer type, carrying 3 marks each) and selecting **one** question from each unit (Units I to III) which are of Descriptive type carrying 10 marks each.

1. Attempt any **five** of the following short answer type questions :

- i. Make a list of important things to be included in First Aid kit.
- ii. What is fire burn? Briefly explain its damages.
- iii. Write down precautions while giving first aid to a fracture injury.

- iv. What is the role of ABC while giving attempt to provide first aid during accident?
- v. Why is changing of dressing important in case of open wound?
- vi. What is the role of Icing in case of sprain injury?
- vii. Explain the concept of PRICE in First Aid. 3×5=15

UNIT—I

2. Define First Aid. Explain essentials of First Aid Kit. 10

OR

3. Define Fracture, its types and first aid given in case of fracture. 10

UNIT—II

4. Classify burn injury. And write down first aid procedure in case of burn. 10

OR

5. Write notes on :
- 1. Head Injury
 - 2. Nose bleeding 10

UNIT—III

6. What is Dressing? State its application while giving first aid to an injured. 10

OR

7. What is the role of CPR in case of Drowning and Electric Shock casualties? 10

(हिन्दी माध्यम)

नोट :- कुल चार प्रश्नों के उत्तर दें, जिनमें प्रश्न संख्या 1 अनिवार्य है (लघु उत्तर प्रकार, प्रत्येक प्रश्न 3 अंक का है) और प्रत्येक यूनिट (यूनिट I से III) में से एक वर्णनात्मक प्रश्न चुनें, प्रत्येक प्रश्न 10 अंक का है।

1. निम्नलिखित लघु उत्तर प्रकार के प्रश्नों में से किन्हीं पाँच प्रश्नों के उत्तर दें :
- प्राथमिक चिकित्सा किट में शामिल की जाने वाली महत्वपूर्ण वस्तुओं की सूची बनाएं।
 - आग से जलना क्या है? इसके नुकसानों को संक्षेप में समझाएं।
 - फ्रैक्चर की चोट पर प्राथमिक चिकित्सा देते समय बरती जाने वाली सावधानियां लिखें।
 - दुर्घटना के दौरान प्राथमिक चिकित्सा देते समय ABC की क्या भूमिका है?

- v. खुले घाव की स्थिति में ड्रेसिंग बदलना क्यों महत्वपूर्ण है?
- vi. मोच आने पर बर्फ लगाने की क्या भूमिका है?
- vii. प्राथमिक चिकित्सा में PRICE की अवधारणा को स्पष्ट कीजिए। 3×5=15

यूनिट-I

2. प्राथमिक चिकित्सा को परिभाषित कीजिए। प्राथमिक चिकित्सा किट की आवश्यक वस्तुओं को समझाइए। 10

अथवा

3. फ्रैक्चर को परिभाषित कीजिए, इसके प्रकार बताइए और फ्रैक्चर होने पर दी जाने वाली प्राथमिक चिकित्सा के बारे में बताइए। 10

यूनिट-II

4. जलने की चोट का वर्गीकरण कीजिए। और जलने की स्थिति में प्राथमिक चिकित्सा की प्रक्रिया लिखिए। 10

अथवा

5. निम्नलिखित पर टिप्पणी लिखिए :

1. सिर की चोट
2. नाक से खून बहना 10

ਯੂਨਿਟ-III

6. ਡ੍ਰੇਸਿੰਗ ਕਿਆ ਹੈ? ਘਾਯਲ ਵਿਅਕਤਿ ਕੋ ਪ੍ਰਾਥਮਿਕ ਚਿਕਿਤਸਾ ਦੇਤੇ ਸਮਯ ਇਸਕੇ ਉਪਯੋਗ ਕੇ ਬਾਰੇ ਮੈਂ ਬਤਾਏ। 10

ਅਥਵਾ

7. ਡੂਬਨੇ ਔਰ ਬਿਜਲੀ ਕੇ ਝਟਕੇ ਸੇ ਘਾਯਲ ਹੋਨੇ ਕੀ ਸਿਥਿਤਿ ਮੈਂ ਸੀਪੀਆਰ ਕੀ ਕਿਆ ਭੂਮਿਕਾ ਹੈ? 10

(ਪੰਜਾਬੀ ਅਨੁਵਾਦ)

ਨੋਟ :- ਕੁੱਲ ਚਾਰ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਕਰੋ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਨੰ. 1 ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ ਜੋ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ (ਛੋਟਾ ਉੱਤਰ ਕਿਸਮ, ਹਰੇਕ ਦੇ 3 ਅੰਕ ਹਨ) ਅਤੇ ਹਰੇਕ ਯੂਨਿਟ (ਯੂਨਿਟਾਂ I ਤੋਂ III) ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਚੁਣੋ ਜੋ ਕਿ ਵਰਣਨਯੋਗ ਕਿਸਮ ਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਹਰੇਕ ਦੇ 10 ਅੰਕ ਹਨ।

1. ਹੇਠ ਦਿੱਤੇ ਪੰਜ ਛੋਟੇ ਉੱਤਰ ਕਿਸਮ ਦੇ ਕੋਈ ਪੰਜ ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਂ ਨੂੰ ਹੱਲ ਕਰੋ :
- ਫਸਟ ਏਡ ਕਿੱਟ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਨ ਲਈ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਬਣਾਓ।
 - ਅੱਗ ਨਾਲ ਸੜਨਾ ਕੀ ਹੈ ? ਇਸਦੇ ਨੁਕਸਾਨਾਂ ਨੂੰ ਸੰਖੇਪ ਵਿੱਚ ਦੱਸੋ।
 - ਫੈਕਚਰ ਦੀ ਸੱਟ 'ਤੇ ਫਸਟ ਏਡ ਦਿੰਦੇ ਸਮੇਂ ਸਾਵਧਾਨੀਆਂ ਲਿਖੋ।
 - ਦੁਰਘਟਨਾ ਦੌਰਾਨ ਫਸਟ ਏਡ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ABC ਦੀ ਕੀ ਭੂਮਿਕਾ ਹੈ ?

- v. ਖੁੱਲ੍ਹੇ ਜ਼ਖਮ ਦੇ ਮਾਮਲੇ ਵਿੱਚ ਡ੍ਰੇਜਿੰਗ ਬਦਲਣਾ ਕਿਉਂ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ?
- vi. ਮੋਚ ਦੀ ਸੱਟ ਲੱਗਣ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਆਈਸਿੰਗ ਦੀ ਕੀ ਭੂਮਿਕਾ ਹੈ ?
- vii. ਫਸਟ ਏਡ ਵਿੱਚ PRICE ਦੀ ਧਾਰਨਾ ਦੀ ਵਿਆਖਿਆ ਕਰੋ।

3×5=15

ਯੂਨਿਟ-I

2. ਫਸਟ ਏਡ ਨੂੰ ਪਰਿਭਾਸ਼ਿਤ ਕਰੋ। ਫਸਟ ਏਡ ਕਿੱਟ ਦੀਆਂ ਜ਼ਰੂਰੀ ਵਸਤੂਆਂ ਦੀ ਵਿਆਖਿਆ ਕਰੋ। 10

ਜਾਂ

3. ਫ੍ਰੈਕਚਰ ਦੀ ਪਰਿਭਾਸ਼ਾ ਦਿਓ, ਇਸਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ ਅਤੇ ਫ੍ਰੈਕਚਰ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੀ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਫਸਟ ਏਡ ਬਾਰੇ ਦੱਸੋ। 10

ਯੂਨਿਟ-II

4. ਜਲਣ ਦੀ ਸੱਟ ਦਾ ਵਰਗੀਕਰਨ ਕਰੋ ਅਤੇ ਜਲਣ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਫਸਟ ਏਡ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਲਿਖੋ। 10

ਜਾਂ

5. ਨੋਟ ਲਿਖੋ :

1. ਸਿਰ ਦੀ ਸੱਟ
2. ਨੱਕ ਵਿੱਚੋਂ ਖੂਨ ਵਗਣਾ

10

ਯੂਨਿਟ-III

6. ਡ੍ਰੈਸਿੰਗ ਕੀ ਹੈ ? ਜ਼ਖਮੀ ਨੂੰ ਫਸਟ ਏਡ ਦਿੰਦੇ ਸਮੇਂ ਇਸਦੀ ਵਰਤੋਂ ਦੱਸੋ। 10

ਜਾਂ

7. ਡੁੱਬਣ ਅਤੇ ਬਿਜਲੀ ਦੇ ਝਟਕੇ ਦੇ ਕਾਰਨਾਂ ਦੇ ਮਾਮਲੇ ਵਿੱਚ CPR ਦੀ ਕੀ ਭੂਮਿਕਾ ਹੈ ? 10