

**HAZI A.K. KHAN COLLEGE**

**B.A. 4<sup>TH</sup> Semester Internal Assessment -2021-2022 (2<sup>nd</sup>)**

**Subject: Physical Education (SEC)**

**Course code: SEC 2**

**Date of Submission: 02.07.2022**

**Full Marks: 10**

**যে কোনো একটি প্রশ্নের উত্তর দাও:-**

**১x১০=১০**

1. জিমনাস্টিকের Forward Roll ও Backward Roll টি আলোচনা করো।  
অথবা,
2. যোগার Paschimottanasana ও Halasana বিস্তারিত আলোচনা কর।  
অথবা,
3. প্রাণায়াম কি? Bhramri ও Kapalbhatai আলোচনা করো।