

2022

PHYSICAL EDUCATION

[GENERAL]

Paper : IV

Group-A

Full Marks : 60

Time : 3 Hours

*The figures in the right-hand margin indicate marks.**Candidates are required to give their answers in their own words as far as practicable.*1. Answer any **six** questions: 1×6=6

যে-কোনো ছয়টি প্রশ্নের উত্তর দাও :

a) Mention two names of disability.

দুটি প্রতিবন্ধকতার নাম উল্লেখ কর।

b) What is growth?

বৃদ্ধি কি?

c) Define yoga.

যোগ-এর সংজ্ঞা দাও।

d) Mention two methods of thermotherapy.

থার্মোথেরাপির দুটি পদ্ধতি উল্লেখ কর।

e) Define health.

স্বাস্থ্যের সংজ্ঞা লেখ।

f) Mention two skeletal structural differences between male and females.

পুরুষ ও মহিলাদের মধ্যে অস্থির আকৃতিগত দুটি পার্থক্য উল্লেখ কর।

g) Name two meditative posture.

দুটি ধ্যানাসনের নাম লেখ।

h) Name two chronic diseases.

দুটি দীর্ঘস্থায়ী রোগের নাম লেখ।

2. Answer any **seven** questions: 2×7=14

যে-কোনো সাতটি প্রশ্নের উত্তর দাও :

a) Mention the components of physical fitness.

শারীরিক সক্ষমতার উপাদানগুলো উল্লেখ কর।

b) Mention two characteristics of adolescence.

বয়ঃসন্ধির দুটি বৈশিষ্ট্য উল্লেখ কর।

c) What is relaxation?

শিথিলতা কি?

d) What do you mean by obesity?

মেদবৃদ্ধি বলতে কি বোঝ?

e) Define electrotherapy.

ইলেকট্রোথেরাপির সংজ্ঞা দাও।

f) What are the primary problems of adolescence?

বয়ঃসন্ধির প্রাথমিক সমস্যাগুলি কি কি?

g) Mention some common physical fitness related problems of aged people.

বয়স্ক ব্যক্তিদের কিছু শারীরিক সক্ষমতাজনিত অসুবিধা উল্লেখ কর।

h) What is cryotherapy?

ক্রায়োথেরাপি কী?

i) What is thermotherapy?

তাপযুক্ত চিকিৎসা পদ্ধতি কী?

3. Answer any **five** questions: $6 \times 5 = 30$

যে-কোনো **পাঁচটি** প্রশ্নের উত্তর দাও :

a) Differentiate between isotonic and isometric exercise.

আইসোটনিক ও আইসোমেট্রিক ব্যায়ামের পার্থক্য লেখ।

b) Write notes on the problems of aged persons.

বয়স্ক ব্যক্তিদের সমস্যা সম্পর্কে লেখ।

c) Discuss about the measures to control obesity.

মেদবৃদ্ধি নিয়ন্ত্রণের উপায়গুলো আলোচনা কর।

d) Discuss about physical activities for women.

মহিলাদের শারীরিক কার্যাবলী সম্পর্কে আলোচনা কর।

e) Discuss in brief the effects of Asanas on health.

স্বাস্থ্যের উপর আসনের প্রভাব সম্পর্কে সংক্ষেপে আলোচনা কর।

f) Distinguish between growth and development.

বৃদ্ধি ও বিকাশ-এর পার্থক্য লেখ।

g) Write notes on sports for visually impaired.

দৃষ্টিজনিত প্রতিবন্ধীদের জন্য ক্রীড়া বিষয়ে লেখ।

4. Answer any **one** question: $10 \times 1 = 10$

যে-কোনো **একটি** প্রশ্নের উত্তর দাও :

a) Discuss in detail the growth and developmental characteristics during childhood.

শৈশব অবস্থায় বৃদ্ধি ও বিকাশের বৈশিষ্ট্য সম্পর্কে বিশদে আলোচনা কর।

b) Discuss in detail the concept of obesity and role of exercise for its prevention and control.

স্থূলতা নিয়ন্ত্রণ ও প্রতিরোধে ব্যায়ামের ভূমিকা বিশদে আলোচনা কর।