

# S.R. FATEPURIA COLLEGE

B.A. General

2nd Year Examination - 2021

Sub.:- Physical Education, Paper- III (Practical)

F.M.- 100

Time- 3 hours

১। যেকোন ৫ প্রশ্নের উত্তর দাও :-

5X2=10

- ক) একটি কবাডি টিমে কতজন খেলোয়াড় থাকে?
- খ) আদর্শ ট্র্যাক কাকে বলে?
- গ) ফুটবল মাঠের দৈর্ঘ্য সর্বাধিক কত হতে পারে?
- ঘ) তিনটি জাম্পিং ইভেন্টের নাম লেখো।
- ঙ) ডিসকাস সেক্টরের কোণ-এর মাপ লেখো।
- চ) 'লোনা' শব্দটি কোন খেলার সঙ্গে যুক্ত?

২। যেকোন ৪ টি প্রশ্নের উত্তর দাও :-

4X5=20

- ক) 'Cart Wheel'-এর পদ্ধতিটি লেখো।
- খ) দৌড় শুরুর ক্ষেত্রে 'ক্ষুদ্র ব্যবধানের ভঙ্গি (Bunch start)- পদ্ধতিটি ব্যাখ্যা কর।
- গ) জিমন্যাস্টিকস্ -এ পুরুষ ও মহিলাদের বিষয়গুলি কি কি?
- ঘ) লৌহবল নিষ্ক্ষেপের পদক্ষেপ গুলি উল্লেখ কর।
- ঙ) ব্যাডমিন্টন খেলার 'আন্ডার হ্যাণ্ড সার্ভ'-টি আলোচনা কর।

৩। নিচের যেকোন ৫ টি প্রশ্নের উত্তর লেখো :-

5X6=30

- ক) ফুটবল খেলায় 'লো ভলি কির্ক' - কৌশলটি ব্যাখ্যা কর।
- খ) ভলিবল খেলার সার্ভিস কত প্রকার ও কি কি? আন্ডার আর্ম সার্ভিসটি আলোচনা কর।
- গ) 'পশ্চিমোত্তাসন'- এই আসনটির প্রনালীটি পরপর উল্লেখ কর।
- ঘ) লৌহবল নিষ্ক্ষেপের ওব্রায়েন পদ্ধতিটি উল্লেখ কর।
- ঙ) 'খো খো' খেলায় অনুধাবকের যেকোন একটি দক্ষতা বিস্তারিত আলোচনা কর।
- চ) 'কপালভাতি'-এর প্রনালীটি পরপর আলোচনা কর।

৪। নিচের প্রশ্নগুলির উত্তর দাও :-

5X8=40

- ক) প্রাথমিক চিকিৎসা কাকে বলে? প্রাথমিক চিকিৎসায় প্রতিবিধানকারীর কর্তব্য (Golden Rules) গুলি উল্লেখ কর।
- খ) 'সর্বাঙ্গাসন'-এর প্রনালী ও উপকারিতা আলোচনা কর।
- গ) সন্ধিচ্যুতি বলতে কি বোঝ? এর লক্ষণ ও প্রাথমিক চিকিৎসা কি হবে তা ব্যাখ্যা কর।
- ঘ) Forward Roll ও Backward Roll -এর প্রনালীগুলি পরপর লেখো।
- ঙ) কবাডি খেলায় 'পায়ের পাতা দিয়ে স্পর্শ করা' ও 'হাঁটু ধরা' কৌশল ২টি আলোচনা কর।