

2020

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: $1 \times 6 = 6$

যে-কোনো ছয়টি প্রশ্নের উত্তর দাও :

a) Define yoga.

যোগ-এর সংজ্ঞা দাও।

b) What do you mean by massage?

ম্যাসাজ বলতে কি বোঝ?

c) Mention two methods of thermotherapy.

থার্মোথেরাপির দুটি পদ্ধতি উল্লেখ কর।

d) What do you mean by relaxation?

শিথিলতা বলতে কি বোঝ?

e) What is growth?

বৃদ্ধি কি?

f) Define development.

বিকাশের সংজ্ঞা দাও।

g) Mention two names of disability.

দুটি প্রতিবন্ধকতার নাম উল্লেখ কর।

h) What do you mean by physical fitness?

শারীরিক সক্ষমতা বলতে কি বোঝ?

2. Answer any **seven** questions: $2 \times 7 = 14$

যে-কোনো সাতটি প্রশ্নের উত্তর দাও :

a) Write the name of two massage techniques.

দুটি ম্যাসাজ কৌশলের নাম লেখ।

b) What do you mean by obesity?

মেদবৃদ্ধি বলতে কি বোঝ?

c) What is hydrotherapy?

হাইড্রোথেরাপি কি?

d) What is relaxation?

শিথিলতা কি?

e) Define health.

স্বাস্থ্যের সংজ্ঞা দাও।

- f) Mention two characteristics of adolescence.
বয়ঃসন্ধির দুটি বৈশিষ্ট্য উল্লেখ কর।
- g) What is osteoporosis?
অস্টিওপোরোসিস কি?
- h) Mention the components of physical fitness.
শারীরিক সক্ষমতার উপাদানগুলো উল্লেখ কর।
- i) Define electrotherapy.
ইলেকট্রোথেরাপির সংজ্ঞা দাও।

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

যে-কোনো পাঁচটি প্রশ্নের উত্তর দাও :

- a) Yogasana as a therapy— discuss.
থেরাপি হিসাবে যোগাসন— ব্যাখ্যা কর।
- b) Discuss about the measures to control obesity.
মেদবৃদ্ধি নিয়ন্ত্রণের উপায়গুলো আলোচনা কর।
- c) Write about cryotherapy techniques.
ক্রায়োথেরাপি কৌশলগুলো সম্পর্কে লেখ।
- d) Write notes on the problems of aged persons.
বয়স্ক ব্যক্তিদের সমস্যা সম্পর্কে লেখ।

- e) Differentiate between isotonic and isometric exercise.
আইসোটনিক ও আইসোমেট্রিক ব্যায়ামের পার্থক্য লেখ।
- f) Prepare a programme of physical activities for hearing impaired.
শ্রবন প্রতিবন্ধীদের জন্য শারীরিক কার্যাবলীর একটি তালিকা তৈরী কর।
- g) Discuss about physical activities for women.
মহিলাদের শারীরিক কার্যাবলী সম্পর্কে আলোচনা কর।

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

যে-কোনো একটি প্রশ্নের উত্তর দাও :

- a) Discuss the principles of rehabilitation.
পুনর্বাসনের নীতিগুলো সম্পর্কে আলোচনা কর।
- b) Discuss the detail the growth and developmental characteristics during childhood.
শৈশবস্থায় বৃদ্ধি ও বিকাশের বৈশিষ্ট্য সম্পর্কে বিশদে আলোচনা কর।