

U.G. 4th Semester Examination - 2020**PHYSICAL EDUCATION**

[GENERIC ELECTIVE]

Course Code : PEDH-GE-T-1D

**Health Education and Tests & Measurements in
Physical Education**

Full Marks : 40

Time : 2½ 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 **five** questions: $2 \times 5 = 10$

যে-কোনো পাঁচটি প্রশ্নের উত্তর দাও :

a) Define health.

স্বাস্থ্য-এর সংজ্ঞা দাও।

b) What do you mean by Lean Body Mass?

লীন বডি মাস বলতে কি বোঝ?

c) What do you mean by Hypokinetic disease?

হাইপোকাইনেটিক রোগব্যাধি বলতে কি বোঝ?

d) Write full form of AAHPER, UNESCO.

পুরো কথাটি লেখ : AAHPER, UNESCO।

[Turn over]

e) Define strength.

শক্তির সংজ্ঞা দাও।

f) What do you mean by Kyphosis?

কাইফোসিস বলতে কি বোঝ?

g) Mention two names of disability.

দুটি প্রতিবন্ধকতার নাম উল্লেখ কর।

2. Answer any **two** questions: $5 \times 2 = 10$

যে-কোনো দুটি প্রশ্নের উত্তর দাও :

a) Define health education. Mention its principles. $2+3=5$

স্বাস্থ্যশিক্ষার সংজ্ঞা দাও। এর নীতিগুলি উল্লেখ কর।

b) What is the role of protein in human body? Write the golden rules of First aid. $2+3=5$

মানবশরীরে প্রোটিনের ভূমিকা কি? প্রাথমিক চিকিৎসার গোল্ডেন রুলগুলি লেখ।

c) What do you mean by BMI? How to measure it? $2+3=5$

BMI বলতে কি বোঝ? এটি কিভাবে পরিমাপ করবে?

d) What is Dislocation? Write the components of AAHPER test. $2+3=5$

ডিসলোকেশন কি? AAHPER অভীক্ষার উপাদানগুলি লেখ।

3. Answer any **two** questions: $10 \times 2 = 20$

যে-কোনো দুটি প্রশ্নের উত্তর দাও :

a) What is obesity? Discuss in detail about the measurement of body fat. $2+8=10$

মেদবৃদ্ধি কি? দেহের চর্বি নিয়ন্ত্রণের পদ্ধতি সম্পর্কে বিস্তারিতভাবে লেখ।

b) What do you mean by balanced diet? Prepare a chart of balanced diet for athletes.

$2+8=10$

সুষম খাদ্য বলতে কি বোঝ? খেলোয়াড়দের জন্য সুষম খাদ্যের একটি তালিকা তৈরী কর।

c) What do you mean by physical fitness? Discuss about JCR test. $2+8=10$

শারীরিক সক্ষমতা বলতে কি বোঝ? JCR অভীক্ষা সম্পর্কে আলোচনা কর।

d) What do you mean by exercise therapy? Write in detail about the management of various sports injuries. $2+8=10$

ব্যায়াম চিকিৎসা বলতে কি বোঝ? বিভিন্ন ধরনের ক্রীড়া আঘাতের চিকিৎসা সম্পর্কে বিস্তারিতভাবে লেখ।