

U.G. 1st Semester Examination - 2020**PHYSICAL EDUCATION****[HONOURS]****Generic Elective Course (GE)****Course Code : PEDH-GE-T-1****(Modern Trends in Physical Education and Yoga)**

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: 2×5=10

যে-কোনো পাঁচটি প্রশ্নের উত্তর দাও :

a) Define Physical Education.

শারীরশিক্ষার সংজ্ঞা দাও।

b) What are the objectives of Physical Education?

শারীরশিক্ষার উদ্দেশ্যগুলি কি কি?

c) What do you mean by Game?

গেম বলতে কি বোঝ?

d) What do you mean by Sports?

স্পোর্টস বলতে কি বোঝ?

e) What is Talaikali?

তালাইকলি কি?

f) What is Olympic village?

অলিম্পিক গ্রাম কি?

g) What is the aim of Yoga?

যোগের লক্ষ্য কি?

h) Which day is celebrated as International Yoga Day?

আন্তর্জাতিক যোগ দিবস হিসাবে কোন্ দিনটি পালিত হয়?

2. Answer any **two** questions: 5×2=10

যে-কোনো দুটি প্রশ্নের উত্তর দাও :

a) Define health. Discuss physical development objective of Physical Education. 2+3=5

স্বাস্থ্যের সংজ্ঞা দাও। শারীরশিক্ষায় শারীরিক উন্নতি সাধনের উদ্দেশ্য ব্যাখ্যা কর।

b) What do you mean by Sociology? Identify the factors that effect the growth and development. 2+3=5

সমাজবিদ্যা বলতে কি বোঝ? বৃদ্ধি ও বিকাশের প্রভাবকগুলিকে চিহ্নিত কর।

c) When was Arjuna award started? What do you know about Arjuna award? 2+3=5

অর্জুন পুরস্কার কবে থেকে চালু হয়? অর্জুন পুরস্কার সম্পর্কে তুমি কি জান?

d) What do you mean by Hatha yoga? Discuss the importance of asana in Hatha yoga. 2+3=5

হঠযোগ বলতে কি বোঝ? হঠযোগে আসনের গুরুত্ব আলোচনা কর।

3. Answer any **two** questions: 10×2=20

যে-কোনো দুটি প্রশ্নের উত্তর দাও :

a) Define physical fitness. Explain the components of it. 2+8=10

শারীরিক সক্ষমতার সংজ্ঞা দাও। এর উপাদানগুলি ব্যাখ্যা কর।

b) What do you mean by Psychology? Socialization through Sports— explain.

2+8=10

মনোবিদ্যা বলতে কি বোঝ? খেলাধুলার মাধ্যমে সামাজিকীকরণ— ব্যাখ্যা কর।

c) When was ancient Olympic Games started? Discuss about status of Physical Education and Sports in India during British period.

2+8=10

প্রাচীন অলিম্পিক গেমস কবে থেকে শুরু হয়? ব্রিটিশ যুগে ভারতবর্ষের শারীরশিক্ষা ও খেলাধুলার অবস্থা সম্পর্কে আলোচনা কর।

d) Mention the types of Kapalbhathi. Explain the importance of Yoga in modern life.

2+8=10

কপালভাতির প্রকারভেদ উল্লেখ কর। আধুনিক জীবনে যোগের গুরুত্ব ব্যাখ্যা কর।
