



UNIVERSITY OF NORTH BENGAL  
B.A. General Part-III Examination, 2020

PHYSICAL EDUCATION

PAPER-VII

Time Allotted: 1 Hour

Full Marks: 25

*The figures in the margin indicate full marks.*

*The word limit mentioned below against each question to be strictly followed by the students:  
2.5 marks-40 words / 3 marks-50 words / 5 marks-100 words / 7 marks-175 words / 10 marks-300 words.*

GROUP-A

বিভাগ-ক

Answer any *one* question from the following

10×1 =10

নিম্নলিখিত যে-কোন একটি প্রশ্নের উত্তর দাও

1. What do you mean by Sports training? Explain the aim and objectives of Sports training. 3+7=10  
ক্রীড়া প্রশিক্ষণ বলতে কি বোঝ ? ক্রীড়া প্রশিক্ষণের লক্ষ্য ও উদ্দেশ্য ব্যাখ্যা কর।
2. Explain the qualities of a good Coach. 10  
একজন সফল ক্রীড়া প্রশিক্ষকের গুণাবলী ব্যাখ্যা কর।
3. Explain in detail about principles of load. 10  
ভার প্রয়োগের নীতি সম্পর্কে বিস্তারিত লেখ।
4. Write short note on any *one* of the following: 2.5×1 =2.5  
নিম্নলিখিত যে কোন একটি-র উপর সংক্ষিপ্ত টীকা লেখঃ
  - (a) Warming up  
উষ্ণীকরণ
  - (b) Strength  
শক্তি
  - (c) Circuit training  
চক্রাকার প্রশিক্ষণ
  - (d) Equilibrium— its types.  
সাম্যাবস্থা এবং তার প্রকারভেদ।

**GROUP-B**

বিভাগ-খ

Answer any *one* question from the following

10×1 =10

নিম্নলিখিত যে-কোন একটি প্রশ্নের উত্তর দাও

5. Explain about the obesity and massage therapy. 5+5=10  
মোদাধিক্য এবং ম্যাসাজ থেরাপি সম্পর্কে ব্যাখ্যা কর।
6. Write down the basic principles of Electrotherapy. 10  
ইলেকট্রোথেরাপির প্রাথমিক নীতিগুলি লেখ।
7. Write short note on any *one* of the following: 2.5×1 = 2.5  
নিম্নলিখিত যে-কোন একটি-র উপর সংক্ষিপ্ত টীকা লেখ।
- (a) Diabetes  
ডায়াবেটিক
- (b) Corrective Exercise  
কারেকটিভ ব্যায়াম
- (c) Yogasana as therapy  
যোগাসন
- (d) Relaxation Technique.  
রিলাকসেশন পদ্ধতি।

—x—