



COOCH BEHAR PANCHANAN BARMA UNIVERSITY

B.A. Programme 1st Semester Examination, 2020, held in 2021

PHYSICAL EDUCATION (PRACTICAL)

FOUNDATION AND HISTORY OF PHYSICAL EDUCATION

DSC-3

Time Allotted: 1 Hour

Full Marks: 15

*The figures in the margin indicate full marks.
Candidates are required to give their answers in their own words as far as practicable.*

Answer any one question from the following

15×1 = 15

নিম্নলিখিত যে-কোন একটি প্রশ্নের উত্তর দাও

1. What is Suryanamaskar? Explain the importance of Suryanamaskar on human body. 3+12
সূর্যনমস্কার কি ? মানবদেহে সূর্যনমস্কারের গুরুত্ব ব্যাখ্যা কর।
2. Write down the mantras of Suryanamaskar. Explain in details about the method of Suryanamaskar. 3+12
সূর্যনমস্কারের মন্ত্রগুলি লেখ। সূর্যনমস্কার করার পদ্ধতি সম্পর্কে বিশদে বর্ণনা কর।

—x—



COOCH BEHAR PANCHANAN BARMA UNIVERSITY

B.A. Programme 1st Semester Examination, 2020, held in 2021

PHYSICAL EDUCATION

FOUNDATION AND HISTORY OF PHYSICAL EDUCATION

DSC-3

Time Allotted: 2 Hours

Full Marks: 25

*The figures in the margin indicate full marks.
Candidates are required to give their answers in their own words as far as practicable.*

Answer any one question from the following

25×1 = 25

নিম্নলিখিত যে-কোন একটি প্রশ্নের উত্তর দাও

1. Write down the meaning and definition of Physical Education. Explain the difference between Growth and Development. Write down the factors affecting Growth and Development. 5+10+10
শারীরশিক্ষার অর্থ এবং সংজ্ঞা লেখ। বুদ্ধি ও বিকাশের মধ্যে পার্থক্য কর। বুদ্ধি ও বিকাশকে কোন কোন উপাদানগুলি প্রভাবিত করে লেখ।
2. Write down the aims and objectives of physical education. Give a brief account of the development physical education in post-Independent India. 10+15
শারীরশিক্ষার লক্ষ্য ও উদ্দেশ্যগুলি লেখ। স্বাধীনতার পরবর্তীকালে ভারতবর্ষের শারীরশিক্ষার বিকাশের একটি বিবরণ দাও।
3. What do you mean by Yoga? Write down the aims and objectives of yoga. Explain with suitable picture and method of two asanas. 3+12+10
যোগ বলতে কি বোঝ ? যোগের লক্ষ্য এবং উদ্দেশ্যগুলি লেখ। উপযুক্ত চিত্রসহ দুটি যোগাসনের পদ্ধতি ব্যাখ্যা কর।

—x—