



COOCH BEHAR PANCHANAN BARMA UNIVERSITY
B.A. Programme 4th Semester Examination, 2021

PHYSICAL EDUCATION

HEALTH EDUCATION, PHYSICAL FITNESS AND WELLNESS

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 the importance of Motor fitness. Discuss the management of sports injuries through application of Massage therapy. Explain about causes and correctives exercises of Kyphosis, Lordosis, Scoliosis. 5+10+10
গতিসংক্রান্ত সক্ষমতার গুরুত্ব লেখ। মর্দন চিকিৎসা প্রয়োগের মাধ্যমে ক্রীড়া আঘাতের চিকিৎসা আলোচনা কর। কাইফোসিস, লর্ডোসিস, স্কোলিওসিসের কারণগুলি এবং সংশোধনমূলক ব্যায়ামগুলি সম্পর্কে ব্যাখ্যা কর।
2. What are the aim and objectives of Health Education? Write a note on school health program. Write in detail about the management of various sports injuries. 8+7+10
স্বাস্থ্য শিক্ষার লক্ষ্য ও উদ্দেশ্যগুলি কি? বিদ্যালয় স্বাস্থ্য কর্মসূচী সম্পর্কে একটি টীকা লেখ। বিভিন্ন ধরনের ক্রীড়া আঘাতের ব্যবস্থাপনা সম্পর্কে বিস্তারিতভাবে লেখ।

—x—



COOCH BEHAR PANCHANAN BARMA UNIVERSITY

B.A. Programme 4th Semester Examination, 2021

PHYSICAL EDUCATION (PRACTICAL)

HEALTH EDUCATION, PHYSICAL FITNESS AND WELLNESS

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. Write a short note about Cryotherapy. Discuss the practical application of Cryotherapy. 5+10
বরফ চিকিৎসা সম্বন্ধে একটি সংক্ষিপ্ত টীকা লেখ। বরফ চিকিৎসার ব্যবহারিক প্রয়োগ সম্পর্কে আলোচনা কর।
2. Write down about different types of bandage. Explain how to use the Triangular Bandage with suitable examples. 5+10
বিভিন্ন ধরনের ব্যান্ডেজ সম্পর্কে লেখ। উপযুক্ত উদাহরণসহ ত্রিভুজাকার ব্যান্ডেজ কীভাবে ব্যবহার করবে তা ব্যাখ্যা কর।

—x—