

U.G. 1st Semester Examination - 2021**PHYSICAL EDUCATION****[PROGRAMME]****Generic Elective Course (GE)****Course Code : PEDG-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 is the aim of Physical Education?

শারীরশিক্ষার লক্ষ্য কি?

c) What do you mean by Growth?

বৃদ্ধি বলতে কি বোঝ?

d) What do you mean by Sport?

স্পোর্টস বলতে কি বোঝ?

e) What is the aim of eightfold yoga?

অষ্টাঙ্গযোগের লক্ষ্য কি?

f) Define Physical Fitness.

শারীরিক সক্ষমতার সংজ্ঞা দাও।

g) Define health.

স্বাস্থ্যের সংজ্ঞা দাও।

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) What are the different types of sports? Discuss the utility of sports in health and fitness.

2+3=5

খেলার বিভিন্ন প্রকারগুলি কি কি? স্বাস্থ্য ও সক্ষমতার ক্ষেত্রে খেলাধুলার উপযোগিতা আলোচনা কর।

b) What do you mean by Psychology? Mention the importance of it in Physical Education.

2+3=5

মনোবিদ্যা বলতে কি বোঝ? শারীরশিক্ষার ক্ষেত্রে এর গুরুত্ব আলোচনা কর।

c) What do you mean by Olympiad? Mention the program of ancient Olympic Games. 2+3=5
অলিম্পিয়াড বলতে কি বোঝ? প্রাচীন অলিম্পিক গেমসের অনুষ্ঠানসূচী উল্লেখ কর।

d) What do you mean by asana? Classify asana. 2+3=5
আসন বলতে কি বোঝ? আসনের শ্রেণীবিন্যাস কর।

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

যে-কোনো দুটি প্রশ্নের উত্তর দাও :

a) Define motor fitness? Explain the components of it. 2+8=10
কর্মকুশলতার সক্ষমতার সংজ্ঞা দাও। এর উপাদানগুলি ব্যাখ্যা কর।

b) What do you mean by Sociology? Mention the differences between growth and development. 2+8=10
সমাজবিদ্যা বলতে কি বোঝ? বৃদ্ধি ও বিকাশের মধ্যে পার্থক্য কর।

c) When was modern Olympic Games started? Discuss about the status of Physical Education and Sports in India during Post Independence period. 2+8=10

আধুনিক অলিম্পিক গেমস কবে থেকে শুরু হয়? স্বাধীনতার পরবর্তী যুগে ভারতবর্ষের শারীরশিক্ষা ও খেলাধুলার অবস্থা সম্পর্কে আলোচনা কর।

d) What do you mean by Patanjali Yogasutra? Write in detail about Shatkarma. 2+8=10
পাতঞ্জলী যোগসূত্র বলতে কি বোঝ? ষট্‌কর্ম সম্পর্কে বিস্তারিতভাবে লেখ।