

2019

PHYSICAL EDUCATION

[**General**]

PAPER — I

Full Marks : 90

Time : 3 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*

Illustrate the answers wherever necessary

GROUP — A

Answer any four questions : 2 × 4

1. Write down the characteristics of Physical Education. 2

2. Explain about Olympic flag. 2
3. Write in brief about Central Advisory Board. 2
4. Write a note on 'Rajib Khel Ratna Award'. 2
5. Mention the Olympic Oath of the participants. 2
6. Write about Olympic torch. 2
7. Write down the name of the medal holders from India, their events in 2016 summer Olympic. 1 + 1

Answer any **two** questions : 4 × 2

8. Discuss about the modern concept of Physical Education. 4
9. Write in brief about NSNIS and NPED. 2 + 2
10. State briefly the history of Physical Education in Athens. 4

11. Write down the structure and functions of International Olympic Committee. 2 + 2

Answer any one question : 9 × 1

12. State Physical development objectives and Social development objectives of Physical Education in details. $4\frac{1}{2} + 4\frac{1}{2}$

13. Discuss about the development of Physical Education and sports in India before independence (1856-1947). $4\frac{1}{2} + 4\frac{1}{2}$

GROUP -B

Answer any three questions : 2 × 3

14. What are meant by heridity and environment ? 1 + 1
15. What do you mean by Sports Psychology. 2
16. What is the relation between interest and attention ? 2

17. Classify Personality according to Jung. 2

18. Enlist different characteristics of Instinct. 2

Answer any **one** question : 4 × 1

19. Explain the role of motivation in the field of Physical Education and Sports. 4

20. How does Physical Education help in the process of socialization ? 4

Answer any **one** question : 10 × 1

21. What is Personality? Classify personality according to Sheldon. Explain the role of Physical Education and Sports for the development of personality. 3 + 3 + 4

22. What do you mean by Instinct and Emotion? Write down the characteristics of Interest and emotion. Write the role of attention and motivation in respect to physical education and sports. 2 + 3 + 5

GROUP -C

Answer any **four** questions : 2 × 4

23. Give a brief description on synovial joint with example. 2
24. Enlist the name of bones of human spinal column. 2
25. What is Cardiac output ? 2
26. What is Scoliosis and what are the corrective exercises of Scoliosis. 1 + 1
27. Write down the name of organs responsible for respiration. 2
28. Mention the functions of Adrenal gland. 2
29. Write down the functions of thalamous. 2

Answer any **two** questions : 4 × 2

30. What is lung capacity and Tidal Volume ? 2 + 2

31. Classify joints with suitable example. 2 + 2
32. State the corrective exercises for Bow leg and Knock Knee. 2 + 2
33. Write the location, structure and functions of spinal cord. 1 + 1 + 2
34. Write down the process of digestion of Carbohydrate. 4

Answer any **one** question : 9 × 1

35. Explain the mechanism of blood circulation through heart. 9
36. List down the organs responsible for digestion and explain the process of digestion. 3 + 6

GROUP - D

Answer any **three** questions : 2 × 3

37. What do you understand by Athlete diet ? 2

38. Write down the source and functions of Protein. 1 + 1
39. State the post game meal of a footballer. 2
40. What are effects of malnutritions ? 2

Answer any **one** question : 4 × 1

41. Discuss the effects of tobacco on sports performance. 4
42. State the hygienic care of teeth and eyes. 4

Answer any **one** question : 10 × 1

43. Write down the components of balance diet. Explain the functions of carbohydrate and vitamins. 4 + (3 + 3)
44. Write short notes on : 5 + 5
- (i) Doping
- (ii) Athletic diet.

বঙ্গানুবাদ

দক্ষিণ-প্রান্তস্থ সংখ্যাগুলি প্রশ্রমান নির্দেশক

পরীক্ষার্থীদের যথাসম্ভব নিজের ভাষায় উত্তর দেওয়া প্রয়োজন

বিভাগ — ক

যে কোনো চারটি প্রশ্নের উত্তর দাও : ২ × ৪

- ১। শারীরশিক্ষার বৈশিষ্ট্যগুলি লেখ ? ২
- ২। অলিম্পিক পতাকা সম্পর্কে ব্যাখ্যা কর । ২
- ৩। শারীরশিক্ষার কেন্দ্রীয় উপদেষ্টা পর্যদ সম্পর্কে সংক্ষিপ্ত আলোচনা কর । ২
- ৪। রাজীব খেলরত্ন পুরস্কার সম্বন্ধে একটি টীকা লেখ । ২
- ৫। অলিম্পিক খেলায় অংশগ্রহণকারীদের শপথটি লেখ । ২
- ৬। অলিম্পিক মশাল সম্বন্ধে লেখ । ২
- ৭। ২০১৬ সালের গ্রীষ্মকালীন অলিম্পিকে ভারতীয় খেলোয়াড়দের সাফল্যগুলি ইভেন্টসহ লেখ । ১ + ১

যে কোন দুটি প্রশ্নের উত্তর দাও : 8×2

- ৮। শারীরশিক্ষার আধুনিক ধারণা সম্পর্কে লেখ । 8
- ৯। এন. এস. এন. আই. এস. এবং এন. পি. ই. ডি. সম্পর্কে সংক্ষেপে আলোচনা কর । $2 + 2$
- ১০। এথেন্সের শারীরশিক্ষার ইতিহাস সংক্ষেপে বিবৃত কর । 8
- ১১। আন্তর্জাতিক অলিম্পিক কমিটির গঠন ও কাজ সম্পর্কে লেখ । $2 + 2$

যে কোনো একটি প্রশ্নের উত্তর দাও : 8×1

- ১২। শারীরশিক্ষার শারীরিক ও সামাজিক বিকাশের উদ্দেশ্যগুলি বিশদে আলোচনা কর । $8\frac{1}{2} + 8\frac{1}{2}$
- ১৩। ভারতবর্ষে স্বাধীনতার পূর্বে শারীরশিক্ষা ও খেলাধুলার বিকাশ সম্পর্কে আলোচনা কর (১৮৫৬-১৯৪৭)। $8\frac{1}{2} + 8\frac{1}{2}$

বিভাগ — খ

যে কোনো তিনটি প্রশ্নের উত্তর দাও : 2×3

- ১৪। বংশগতি এবং পরিবেশ বলতে কি কি বোঝায় ? $1 + 1$

- ১৫। ক্রীড়া মনোবিদ্যা বলতে কী বোঝ ? ২
- ১৬। আগ্রহ ও মনোযোগের মধ্যে সম্পর্ক নির্দেশ কর । ২
- ১৭। জাং এর মতানুযায়ী ব্যক্তিত্বের শ্রেণীবিভাগ কর । ২
- ১৮। প্রবৃত্তির বিভিন্ন বৈশিষ্ট্যগুলি লিপিবদ্ধ কর । ২

যে কোন একটি প্রশ্নের উত্তর দাও : ৪ × ১

- ১৯। শারীরশিক্ষা এবং খেলাধুলার ক্ষেত্রে প্রেরণার ভূমিকা আলোচনা কর । ৪
- ২০। সামাজিকতার ক্ষেত্রে শারীরশিক্ষা কীভাবে সাহায্য করে তা লেখ । ৪

যে কোনো একটি প্রশ্নের উত্তর দাও : ১০ × ১

- ২১। ব্যক্তিত্ব কী ? সেলডন-এর মতানুযায়ী ব্যক্তিত্বের শ্রেণীবিভাগ কর । ব্যক্তিত্বের বিকাশে শারীরশিক্ষা ও খেলাধুলার ভূমিকা আলোচনা কর । ৩ + ৩ + ৪
- ২২। প্রবৃত্তি এবং আবেগ বলতে কী বোঝ ? আগ্রহ এবং আবেগের বৈশিষ্ট্যগুলি লেখ । শারীরশিক্ষা ও খেলাধুলার সাপেক্ষে মনোযোগ এবং প্রেরণার ভূমিকাগুলি লেখ । ২ + ৩ + ৫

বিভাগ — গ

যে কোনো চারটি প্রশ্নের উত্তর দাও : ২ × ৪

২৩। উদাহরণসহ পূর্ণসচল সন্ধি সম্পর্কে একটি সংক্ষিপ্ত বিবরণ দাও । ২

২৪। মানবদেহের সুষুম্নাকান্ডের অস্থিগুলির নাম লেখ । ২

২৫। হৃদ-উৎপাদ কি ? ২

২৬। স্কোলিওসিস কী ? স্কোলিওসিস-এর সংশোধনমূলক ব্যায়ামগুলি কি কি ? ১ + ১

২৭। শ্বসনের জন্য দায়ী অঙ্গগুলির নাম লেখ । ২

২৮। অ্যাড্রিনাল গ্রন্থির কাজগুলি লেখ । ২

২৯। থ্যালামাস এর কার্যাবলী লেখ । ২

যে কোন দুটি প্রশ্নের উত্তর দাও : ৪ × ২

৩০। ফুসফুসীয় ক্ষমতা ও প্রবাহী বায়ুর আয়তন বলতে কী বোঝ ? ২ + ২

৩১। উদাহরণসহ সন্ধির শ্রেণীবিভাগ কর । ২ + ২

৩২। বো-লেগ এবং নক্-নি-র সংশোধনমূলক ব্যায়ামগুলি
লেখ । ২ + ২

৩৩। সুষুম্নাকান্ডের স্থান, গঠন এবং কার্যাবলী লেখ । ১ + ১ + ২

৩৪। শর্করা-র বিপাক পদ্ধতিটি লেখ । ৪

যে কোনো একটি প্রশ্নের উত্তর দাও : ৯ × ১

৩৫। হৃৎপিণ্ডের মাধ্যমে রক্ত প্রবাহের পদ্ধতিটির বিবরণ দাও । ৯

৩৬। বিপাক ক্রিয়ার জন্য দায়ী অঙ্গগুলির নাম লেখ এবং বিপাকের
পদ্ধতিটি ব্যাখ্যা কর । ৩ + ৬

বিভাগ — ঘ

যে কোনো তিনটি প্রশ্নের উত্তর দাও : ২ × ৩

৩৭। ক্রীড়াবিদদের খাদ্য সম্পর্কে কি বোঝ ? ২

৩৮। প্রোটিনের উৎসগুলি এবং কাজগুলি লেখ । ১ + ১

৩৯। একজন ফুটবলারের খেলা পরবর্তী ভোজনের বিবৃতি দাও । ২

৪০। অপুষ্টির প্রভাবগুলি কী কী লেখ । ২

যে কোনো একটি প্রশ্নের উত্তর দাও : 8×1

৪১। ক্রীড়া দক্ষতার উপর তামাকের প্রভাব সম্পর্কে আলোচনা কর । ৪

৪২। দাঁত ও চোখের কীভাবে যত্ন নেবে - তার বিবরণ দাও । ৪

যে কোনো একটি প্রশ্নের উত্তর দাও : 10×1

৪৩। সুষম খাদ্যের উপাদানগুলি লেখ । শর্করা এবং খাদ্যপ্রাণ-এর
কাজগুলি ব্যাখ্যা কর । $8 + (3 + 3)$

৪৪। টীকা লেখো : $5 + 5$

(ক) ডোপিং

(খ) খেলোয়াড়দের খাদ্য ।