

PRABHAT KUMAR COLLEGE, CONTAI
End Semester Examination – 2019- 2020

Question Paper

B.A. General, 4th Semester.

Subject :- Physical Education

Paper Code – DSC- 1D (T&P)

Paper Name - Health Education, Physical Fitness and Wellness

Group – A (Theory)- Answer any four questions . (4 x 5 = 20 Marks)

1. স্বাস্থ্য শিক্ষা কাকে বলে? স্বাস্থ্য শিক্ষার নীতিসমূহ সংক্ষেপে আলোচনা করো।
2. বিদ্যালয়ের স্বাস্থ্য শিক্ষা কার্যসূচী সম্পর্কিত বিষয়গুলি সংক্ষেপে আলোচনা করো।
3. ম্যালেরিয়া রোগের সংক্রমণ, রোগ নির্ণয় ও রোগ প্রতিরোধ সম্পর্কিত তথ্য গুলি নিজের ভাষায় লেখ।
4. পুষ্টি কি? সুস্থম খাদ্য বলতে কী বোঝো? পার্থক্য অনুসারে একজন সাধারণ ব্যক্তি ও একজন খেলোয়াড়ের প্রয়োজনীয় খাদ্যাভ্যাস সম্পর্কে তোমার ধারণা বর্ণনা করো।
5. ফিজিক্যাল ফিটনেসের অর্থ কি? ফিজিক্যাল ফিটনেস বা শারীরিক সক্ষমতার বিভিন্ন উপাদান গুলি আলোচনা করো।
6. ওয়েলনেস (Wellness) বলতে কী বোঝো? ওয়েলনেস (Wellness) ও শারীরিক সক্ষমতা (Physical Fitness) একে অপরের সঙ্গে জড়িত, এক্ষেত্রে তোমার বক্তব্য বর্ণনা করো।
7. প্রাথমিক চিকিৎসা কাকে বলে? প্রাথমিক চিকিৎসার প্রয়োজনীয়তাগুলি বর্ণনা করো।
8. ফিজিওথেরাপি বলতে কী বোঝো? জল চিকিৎসা পদ্ধতির ব্যবহার ও তার উপকারিতা সম্পর্কে নিজের ভাষায় লেখ।

Group – B (Practical) Answer any one question. (10 Marks)

1. বডি ফ্যাট পারসেন্টেজ নির্ণয় করার পদ্ধতি বর্ণনা করো।
2. AAAHPER ইয়ুথ ফিটনেস টেস্ট এর পদ্ধতি আলোচনা করো।
3. Harvard স্টেপ টেস্ট এর পদ্ধতি আলোচনা করো।

**** নিচে দেওয়া মেইল আই ডি তে তোমার উত্তরপত্রটি মেইল করে পাঠাও ।**

dpe.pkc2007@gmail.com