

2017

PHYSICALEDUCATION

[**General**]

PAPER – IVA

Full Marks : 45

Time : 2 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

[**OLD SYLLABUS**]

GROUP – A

1. Answer any *four* questions of the following : 2 × 4
 - (a) What is physio-therapy ?
 - (b) Define Isokinetic Exercise.

- (c) What do you mean by Exercise Therapy ?
- (d) Define Rehabilitation.
- (e) What are the different treatments of modalities ?
- (f) What is Thermo-therapy ?
- (g) Why Asana is used as therapy ?

2. Answer any *two* questions of the following : 4×2

- (a) Differentiate between isotonic and isometric exercises.
- (b) Which therapy is preferable just after an injury and why ?
- (c) Discuss any two methods of Electro-therapy.
- (d) What is Diabetes ? Mention the preventive measures of this disease.

3. Answer any *one* question of the following : 9×1

- (a) Define Yoga therapy. Explain different techniques of massage. 2 + 7

- (b) Briefly describe the different modalities of Rehabilitation. 9

GROUP – B

4. Answer any *three* questions of the following : 2 × 3

(a) What are the components of Physical Fitness ?

(b) What do you mean by development ?

(c) What is meant by health ?

(d) What is meant by active life style ?

(e) Define pre-adolescence.

5. Answer any *one* question of the following : 4 × 1

(a) Explain the limitations of female in participating athletic activities. 4

(b) Discuss the role of physical activities in maintenance of health and wellness. 2 + 2

6. Answer any *one* question of the following : 10×1

(a) Who are called disabled? Write down exercises suitable for different kinds of disabled persons. $2 + 8$

(b) Discuss about physiological changes of men and women due to aging. Make a brief exercise list for them. $6 + 4$

বঙ্গানুবাদ

দক্ষিণ-প্রান্তস্থ সংখ্যাগুলি প্রশ্নমান নির্দেশক

পরীক্ষার্থীদের যথাসম্ভব নিজের ভাষায় উত্তর দেওয়া প্রয়োজন

(পুরাতন পাঠক্রম)

বিভাগ—ক

১। নীচের যে কোনো *চারটি* প্রশ্নের উত্তর দাও : 2×8

(ক) ফিজিও-থেরাপি কাকে বলে ?

- (খ) সমগতি ব্যায়ামের সংজ্ঞা দাও ।
- (গ) ব্যায়াম চিকিৎসা বলতে কি বোঝায় ?
- (ঘ) পুনর্বাসনের সংজ্ঞা দাও ।
- (ঙ) বিভিন্ন ধরনের চিকিৎসা ব্যবস্থাগুলি কি কি ?
- (চ) ধার্মো-থেরাপি কাকে বলে ?
- (ছ) আসন কে চিকিৎসা হিসাবে ব্যবহার করা হয় কেন ?

২। নীচের যে কোনো দুটি প্রশ্নের উত্তর দাও : 8 x 2

- (ক) সমটান ও সমদৈর্ঘ্য ব্যায়ামের পার্থক্য আলোচনা কর ।
- (খ) আঘাতের ঠিক পরের মুহূর্তে কোন চিকিৎসা (থেরাপী) প্রযোজ্য এবং কেন ?
- (গ) ইলেকট্রো-থেরাপী চিকিৎসার যে কোন দুটি পদ্ধতি / প্রণালী সম্বন্ধে আলোচনা কর ।
- (ঘ) মধুমেহ বলিতে কি বোঝায় ? এই রোগে কি কি প্রতিরোধক ব্যবস্থা নেওয়া উচিত তা উল্লেখ কর ।

- ৩। নীচের যে কোনো একটি প্রশ্নের উত্তর দাও : ৯ × ১
- (ক) যোগ চিকিৎসার সংজ্ঞা দাও। মর্দনের বিভিন্ন কৌশলগুলি ব্যাখ্যা কর। ২ + ৭
- (খ) পুনর্বাসনের বিভিন্ন প্রণালীগুলি সম্পর্কে সংক্ষিপ্ত বিবরণ দাও। ৯

বিভাগ — খ

- ৪। নীচের যে কোনো তিনটি প্রশ্নের উত্তর দাও : ২ × ৩
- (ক) শারীরিক সক্ষমতার উপাদানগুলি কি কি ?
- (খ) বিকাশ বলতে কি বোঝ ?
- (গ) স্বাস্থ্য বলতে কি বোঝ ?
- (ঘ) সক্রিয় জীবনশৈলী বলতে কি বোঝ ?
- (ঙ) প্রাক-বয়ঃসন্ধির সংজ্ঞা লেখ।
- ৫। নীচের যে কোনো একটি প্রশ্নের উত্তর দাও : ৪ × ১
- (ক) খেলাধুলায় অংশগ্রহণে মহিলাদের সীমাবদ্ধতার দিকগুলি আলোচনা কর। ৪
- (খ) স্বাস্থ্য ও সুস্থতা রক্ষায় শারীরিক ক্রিয়াকলাপের ভূমিকা সম্পর্কে আলোচনা কর। ২ + ২

৬। নিচের যে কোনো একটি প্রশ্নের উত্তর দাও : ১০ x ১

(ক) প্রতিবন্ধী কাদের বলা হয় ? বিভিন্ন প্রকার প্রতিবন্ধীদের উপযুক্ত ব্যায়ামগুলি সম্পর্কে লেখ । ২ + ৮

(খ) পুরুষ ও মহিলাদের বার্ষিক্যজনিত শারীরবৃত্তীয় পরিবর্তন সম্পর্কে আলোচনা কর । উহাদের জন্য সংক্ষিপ্ত ব্যায়াম তালিকা প্রস্তুত কর । ৬ + ৪