

2018

**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 :  $2 \times 4$

1. What is meant by Physical Education ? 2

( Turn Over )

( 2 )

2. State the Olympic motto. 2
3. Write down the objectives of Physical Education. 2
4. Write a note on 'Arjun Award'. 2
5. What is 'Physical Culture' ? 2
6. Mention any two sport schemes in India. 1 + 1
7. Write about the olympic flag. 2
- Answer any two questions :: 4 × 2
8. Write down the misconceptions of physical education. 4
9. Discuss about the Sports Authority of India and Rajkumari Sports Coaching Scheme. 2 + 2
10. What are the conditions for participation in ancient olympic games ? 4
11. State the scopes of physical education. 4

( 3 )

Answer any **one** question :  $9 \times 1$

12. State any two objectives of physical education in details.  $4\frac{1}{2} + 4\frac{1}{2}$
13. Write down the development of physical education and sports in India after independence. 9

GROUP -B

Answer any **three** questions :  $2 \times 3$

14. What is emotion ? 2
15. Define attention. 2
16. What are the various types of motivation ? 2
17. Define personality. 2
18. What are the various sociological aspects of sports ? 2

( 4 )

Answer any one question : 4 × 1

19. Discuss about "psycho-physical unity of man". 4

20. Explain the role of attention and interest in the field of physical education and sports. 2 + 2

Answer any one question : 10 × 1

21. What do you mean by heredity and environment ?  
Explain the role of heredity and environment in the field of physical education and sports.  
(2 + 2) + (3 + 3)

22. "Physical Education helps in the process of socialization"—Explain. 10

#### GROUP –C

Answer any four questions : 2 × 4

23. What are the various types of joints ? 2

24. Enlist the names of bones of human skull. 2

25. What is vital capacity ? 2

26. Mention the various types of postural deformities. 2

( 5 )

27. What is meant by reflex action ? 2
28. List down hormones secreted from adrenal gland. 2
29. What are the functions of pancreas ? 2

Answer any two questions : 4 × 2

30. State the corrective exercises for Kyphosis and Lordosis. 2 + 2
31. Draw a human heart and mention its various parts. 1 + 3
32. Discuss about the location and functions of pituitary gland. 2 + 2
33. Write down the process of digestion of fat. 4

Answer any one question : 9 × 1

34. Describe the mechanism of respiration with diagram. 7 + 2

( 6 )

35. Discuss the structure and functions of brain. 4 + 5

GROUP. - D

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

36. Write down the causes of malnutrition. 2
37. What is meant by personal hygiene? 2
38. What is doping? 2
39. State the pre-game meal of a sprinter. 2
40. Write down the functions of carbohydrate. 2

Answer any **one** question : 4 × 1

41. Discuss the effect of alcohol on sports performance. 4
42. State the hygienic care of skin and ear. 2 + 2

( 7 )

Answer any one question :  $10 \times 1$

43. What is balance diet? What are the various components of balance diet? Write down the functions of protein and fat.  $2 + 2 + (3 + 3)$

44. Write short notes :  $5 \times 2$

(i) Functions of vitamins and water  $2\frac{1}{2} + 2\frac{1}{2}$

(ii) During-game and post-game meals  $2\frac{1}{2} + 2\frac{1}{2}$

### বঙ্গানুবাদ

দক্ষিণ-প্রান্তস্থ সংখ্যাগুলি প্রশ্রমান নির্দেশক

পরীক্ষার্থীদের যথাসম্ভব নিজের ভাষায় উত্তর দেওয়া প্রয়োজন

### বিভাগ — ক

যে কোন চারটি প্রশ্নের উত্তর দাও :  $2 \times 8$

১। শারীরশিক্ষা বলতে কি বোঝায় ?  $2$

- ২। অলিম্পিক মোটোটি বিবৃত কর । ২
- ৩। শারীরশিক্ষার উদ্দেশ্যগুলি লেখো । ২
- ৪। অর্জুন খেতাব সম্পর্কে একটি টীকা লেখো । ২
- ৫। 'শারীরিক সংস্কৃতি' কি ? ২
- ৬। ভারতবর্ষের যে কোনো দুটি ক্রীড়া প্রকল্পের উল্লেখ কর । ১ + ১
- ৭। অলিম্পিক পতাকা সম্পর্কে লেখো । ২
- যে কোন দুইটি প্রশ্নের উত্তর দাও : ৪ × ২
- ৮। শারীরশিক্ষার ভ্রাম্যধারনাগুলি লেখো । ৪
- ৯। স্পোর্টস অথোরিটি অফ ইন্ডিয়া এবং রাজকুমারী ক্রীড়া প্রশিক্ষণ প্রকল্প সম্পর্কে আলোচনা কর । ২ + ২
- ১০। প্রাচীন অলিম্পিক খেলা গুলিতে অংশগ্রহণের শর্তসমূহ কি ছিল ? ৪
- ১১। শারীরশিক্ষার সুযোগগুলি বিবৃত কর । ৪



যে কোন একটি প্রশ্নের উত্তর দাও :  $৯ \times ১$

- ১২। শারীরশিক্ষার যে কোন দুইটি উদ্দেশ্যের বিস্তারিত ব্যাখ্যা দাও ।  
 $৪\frac{১}{২} + ৪\frac{১}{২}$
- ১৩। স্বাধীনতার পরবর্তীতে ভারতবর্ষে শারীরশিক্ষা ও ক্রীড়ার অগ্রগতি সম্পর্কে লেখো ।  $৯$

বিভাগ — খ

যে কোন তিনটি প্রশ্নের উত্তর দাও :  $২ \times ৩$

- ১৪। প্রক্ষোভ কি ?  $২$
- ১৫। মনোযোগের সংজ্ঞা দাও ।  $২$
- ১৬। শ্রেষণার বিভিন্ন ধরনগুলি কি কি ?  $২$
- ১৭। ব্যক্তিত্বের সংজ্ঞা দাও ।  $২$
- ১৮। ক্রীড়ার বিভিন্ন সমাজবিদ্যাগত দৃষ্টিভঙ্গিগুলি কি কি ?  $২$

যে কোন একটি প্রশ্নের উত্তর দাও :  $৪ \times ১$

- ১৯। 'মানুষের শরীর ও মনের ঐক্য' — বিষয়টি আলোচনা কর ।  $৪$
- ২০। শারীরশিক্ষা এবং ক্রীড়া ক্ষেত্রে মনোযোগ ও আগ্রহের ভূমিকা ব্যাখ্যা কর ।  $২ + ২$

যে কোন একটি প্রশ্নের উত্তর দাও : ১০ × ১

- ২১। বংশগতি ও পরিবেশ বলতে কি বোঝ ? শারীর শিক্ষা ও ক্রীড়াক্ষেত্রে বংশগতি ও পরিবেশের ভূমিকা ব্যাখ্যা কর ।  
(২ + ২) + (৩ + ৩)
- ২২। শারীরশিক্ষা সামাজিকিকরণে পদ্ধতিতে সাহায্য করে” — ব্যাখ্যা কর । ১০

বিভাগ — গ

যে কোন চারটি প্রশ্নের উত্তর দাও : ২ × ৪

- ২৩। সন্ধির বিভিন্ন ধরনগুলি কি কি ? ২
- ২৪। মানব মস্তিষ্কের হাড়গুলির তালিকা দাও । ২
- ২৫। বায়ুধারণকত্ব কি ? ২
- ২৬। বিভিন্ন ধরনের দেহভঙ্গি বিকৃতিগুলি উল্লেখ কর । ২
- ২৭। প্রতিবর্ত ক্রিয়া বলতে কি বোঝায় ? ২
- ২৮। উপবৃক্ষগ্রন্থি থেকে ক্ষরিত হরমোনগুলির তালিকা দাও । ২
- ২৯। অগ্রাশয়ের কাজগুলি কি কি ? ২

যে কোন দুইটি প্রশ্নের উত্তর দাও :  $8 \times 2$

- ৩০। কাইফেসিস ও লর্ডোসিস এর জন্য সংশোধনমূলক ব্যায়াম সমূহ বিবৃত কর ।  $2 + 2$
- ৩১। মানব হৃৎপিণ্ডের চিত্র অঙ্কন করে বিভিন্ন অংশ উল্লেখ কর ।  $1 + 3$
- ৩২। পিটুইটারি গ্রন্থির অবস্থান ও কাজ আলোচনা কর ।  $2 + 2$
- ৩৩। স্নেহ পদার্থের পরিপাক পদ্ধতি সম্পর্কে লেখো ।  $8$

যে কোন একটি প্রশ্নের উত্তর দাও :  $8 \times 1$

- ৩৪। চিত্রসহযোগে শ্বসন পদ্ধতির বর্ণনা দাও ।  $9 + 2$
- ৩৫। মস্তিষ্কের গঠন ও কার্যাবলী সম্পর্কে আলোচনা কর ।  $8 + 5$

বিভাগ — ঘ

যে কোন তিনটি প্রশ্নের উত্তর দাও :  $2 \times 3$

- ৩৬। অপুষ্টির কারণগুলি লেখো ।  $2$
- ৩৭। ব্যক্তিগত স্বাস্থ্যবিধি বলতে কি বোঝায় ?  $2$
- ৩৮। ডোপিং কি ?  $2$

৩৯। একজন দৌড়বিদের খেলার পূর্বের আহার বিবৃত কর । ২

৪০। শর্করার কাজগুলি লেখো । ২

যে কোন একটি প্রশ্নের উত্তর দাও : ৪ × ১

৪১। ক্রীড়াদক্ষতার ওপর অ্যালকোহলের প্রভাব আলোচনা কর । ৪

৪২। ত্বক ও কানের স্বাস্থ্য বিজ্ঞানসম্মত যত্ন বিবৃত কর । ২ + ২

যে কোন একটি প্রশ্নের উত্তর দাও : ১০ × ১

৪৩। সুষমখাদ্য কি ? সুষমখাদ্যের বিভিন্ন উপাদানগুলি কি কি ?  
প্রোটিন ও ফ্যাটের কাজগুলি লেখো । ২ + ২ + (৩ + ৩)

৪৪। সংক্ষিপ্ত টীকা লেখো : ৫ × ২

(ক) ভিটামিন ও জলের কাজগুলি  $\frac{২}{২} + \frac{২}{২}$

(খ) খেলা চলাকালীন ও খেলার পরের আহারগুলি ।  
 $\frac{২}{২} + \frac{২}{২}$