

D.N.C. COLLEGE

Physical Education (General New Pattern)

Part II, 2020 (Blended Mode)

Third Paper (Practical)

পূর্ণ মান ১০০

সময় ৩ ঘন্টা

সমস্ত প্রশ্নের উত্তর দাও।

৬+৭+৭=২০

১) ট্র্যাক এবং ফিল্ড সম্পর্কে লেখ।

ক) ক্রাউচ পদ্ধতিতে দৌড় সম্পর্কে লেখ।

খ) গোলক নিষ্ক্ষেপে দাড়ানোর ভঙ্গিমা এবং নিষ্ক্ষেপ প্রক্রিয়ার বর্ণনা করো।

গ) দীর্ঘ লম্বনের হ্যান্ড পদ্ধতি

২) জিমনাস্টিক (যে কোন দুটি)

৫ X ২=১০

ক) পিছনের দিকে গড়ানো।

খ) টি-ভারসাম্য।

গ) হাতের ওপর দাড়ানো।

৩) কবাডি (যে কোন একটি)

১০

ক) কজি ধরা সম্বন্ধে লেখ।

খ) পায়ের পাতা স্পর্শ করা সম্পর্কে লেখ।

৪) খো খো (যে কোন একটি)

১০

ক) তাড়াতাড়ি খো এবং দূরবর্তী পা দিয়ে বর্গ ছাড়া।

খ) খুঁটি মারা।

৫) বল খেলা সম্পর্কে যে কোন দুটি লেখ।

৫ X ২=১০

i) ভলিবল (যে কোন দুটি)

ক) টেনিস সার্ভিস।

খ) আন্ডার হ্যান্ড পাস।

গ) চাপ মারা।

iii) ফুটবল (যে কোন দুটি)

৫ X ২=১০

ক) ইনস্টেন্ট কিক।

খ) পুশ পাশ।

গ) ড্রিবলিং।

iiii) ব্যাডমিন্টন (যে কোন দুটি)

৫ X ২=১০

ক) লং সার্ভিস।

খ) ফোর হ্যান্ড সার্ভিস।

গ) স্ম্যাশ।

৬) আসন (যে কোন দুটি লেখ)

৫ X ২=১০

ক) হল্যাসন।

খ) বক্রাসন।

গ) পশ্চিমোত্তাসন।

৭) প্রাথমিক প্রতিবিধান (যে কোন একটি)

১০

ক) রোলের ব্যান্ডেজ।

খ) গোড়ালির স্থান চ্যুতি।