

2022

**PHYSICAL EDUCATION**

**[GENERIC]**

**(CBCS)**

**(B.A. First Semester End Examination-2022)**

**PAPER-GEIP**

**Full Marks: 30**

**Time: 02 Hrs**

*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*

**Answer any five questions**

**5x2**

**যে কোন পাঁচটি প্রশ্নের উত্তর দাও**

1. Write the benefits of Kapalbhati  
“কপাল ভাতির” উপকারিতা লেখ।
2. Write the length and width of Kho-Kho field?  
খো-খো খেলার মাঠের দৈর্ঘ্য ও প্রস্থ লেখ।
3. What do you meant by “Early Kho”?  
“Early Kho” বলতে কি বোঝা ?

(2)

4. How many officials are involve in Kho-Kho game?

খো-খো খেলায় কতজন অফিসিয়াল থাকেন ?

5. Define Pranayama.

প্রানায়াম কাকে বলে ?

6. What do you mean by Kriya.

Kriya বলতে কি বোঝ ?

7. What is posture?

দেহ ভঙ্গিমা কি ?

8. Write down the name of four sitting asanas.

বসে থাকা অবস্থায় চারটি আসনের নাম লেখ ।

**Write Short Note (Any Two)**

**2 x5**

**টীকা লেখ (যে কোন দুটি)**

9. Bhujangasana

ভুজঙ্গাসন

10. Paschimottanasana

পশ্চিমোত্তাসন

11. "Write the technique of baton holding and exchange style" of relay race.

রিলে দৌড়ের ব্যাটন ধরা এবং বদল করার পদ্ধতে লেখ ।

12. Halasana

হলাসন

(3)

**Answer any one Question**

**1x10**

**যে কোন ১টি প্রশ্নের উত্তর দাও**

Discuss the methods, Shysiological, aocial benefits and limitation of the following

নিচের বিষয় গুলির পদ্ধতি, শারিরবৃত্তিয়, মনস্তাত্তিক, সামাজিক সুবিধা এবং সীমাবদ্ধতা লেখ ।

13. Sarbangasana or Dhanurasana.

সর্বাঙ্গাসন বা ধনুরাসন ।

14. 100 mts Sprint.

১০০ মিটার দৌড় ।

-----