



WEST BENGAL STATE UNIVERSITY  
B.A. Programme 5th Semester Examination, 2022-23

**PEDGDSE01T-PHYSICAL EDUCATION (DSE1)**

Time Allotted: 2 Hours

Full Marks: 50

The figures in the margin indicate full marks.  
Candidates should answer in their own words  
and adhere to the word limit as practicable.

প্রাপ্তিক সীমার মধ্যস্থ সংখ্যাটি পূর্ণমান নির্দেশ করে।  
পরীক্ষার্থীরা নিজের ভাষায় যথা সম্ভব শব্দসীমার মধ্যে  
উত্তর করিবে।

**GROUP-A / বিভাগ-ক**

1. Answer any *two* questions from the following: 15×2 = 30  
নিম্নলিখিত যে-কোনো দুটি প্রশ্নের উত্তর দাওঃ
- (a) What do you mean by Sports Training? Discuss the principles of Sports training. 3+12  
ক্রীড়া প্রশিক্ষণ বলতে কী বোঝো ? ক্রীড়া প্রশিক্ষণের মূল নীতিগুলি আলোচনা করো।
- (b) What do you mean by endurance? Discuss the types of endurance. Explain the factors affecting endurance. 2+6+7  
সহনশীলতা বলতে কী বোঝো ? সহনশীলতার প্রকারভেদগুলি আলোচনা করো। সহনশীলতাকে প্রভাবিত করে, এমন বিষয়গুলি আলোচনা করো।
- (c) What are the types of training load? Discuss the causes and symptoms of Overload. 5+5+5  
প্রশিক্ষণ চাপের প্রকারভেদগুলি কী কী ? অতিরিক্ত চাপের কারণ ও লক্ষণগুলি আলোচনা করো।
- (d) What is equilibrium? Discuss the classification of equilibrium. Write down the principles of equilibrium with proper examples. 3+5+7  
সাম্যাবস্থা কী ? সাম্যাবস্থার প্রকারভেদগুলি আলোচনা করো। উপযুক্ত উদাহরণসহ সাম্যাবস্থার মূলনীতিগুলি লেখো।
- (e) Write down the Newton's laws of motion. Discuss in brief about the application of Newton's laws of motion in physical education and sports. 6+9  
নিউটনের গতিসূত্রগুলি লেখো। শারীরশিক্ষা ও খেলাধুলার ক্ষেত্রে নিউটনের গতিসূত্রের প্রয়োগগুলি সংক্ষেপে আলোচনা করো।

**GROUP-B / বিভাগ-খ**

2. Answer any *two* questions from the following: 10×2 = 20  
নিম্নলিখিত যে-কোনো দুটি প্রশ্নের উত্তর দাওঃ
- (a) Discuss about the Circuit training method. 10  
সার্কিট ট্রেনিং পদ্ধতি সম্পর্কে আলোচনা করো।

- (b) What is strength? Discuss the factors determining strength. 3+7  
শক্তি কী? শক্তি নির্ধারণকারী উপাদানগুলি আলোচনা করো।
- (c) Discuss the types of periodization. 10  
পর্যায়বৃত্তকরণের প্রকারভেদগুলি আলোচনা করো।
- (d) Discuss about the types of Lever with proper examples. 10  
উপযুক্ত উদাহরণসহ লিভারের প্রকারভেদগুলি আলোচনা করো।
- (e) Explain in brief about the force and Centre of gravity. 5+5  
বল এবং ভারকেন্দ্র সম্পর্কে সংক্ষেপে আলোচনা করো।

—x—