



**UNIVERSITY OF NORTH BENGAL**

B.A. General Part-III Examination, 2021

**PHYSICAL EDUCATION**

**PAPER-VII**

**SPORTS TRAINING AND THERAPEUTIC ASPECTS OF PHYSICAL ACTIVITIES**

Full Marks: 50

**ASSIGNMENT**

*The figures in the margin indicate full marks.*

**GROUP-A / বিভাগ-ক**

**Answer any two questions from the following**

$12\frac{1}{2} \times 2 = 25$

নিম্নলিখিত যে-কোন দুটি প্রশ্নের উত্তর দাও

1. What is meant by sports training? Explain the aim and objectives of sports training. 12  $\frac{1}{2}$   
ক্রীড়া প্রশিক্ষণ বলতে কী বোঝায়? ক্রীড়া প্রশিক্ষণের লক্ষ্য এবং উদ্দেশ্যগুলি ব্যাখ্যা কর।
2. Explain the importance of strength in sports. How can it be developed? 12  $\frac{1}{2}$   
খেলাধুলায় শক্তির গুরুত্ব ব্যাখ্যা কর। কীভাবে এটি বিকাশ করা যায়?
3. Define force and explain its application to games and sports. 12  $\frac{1}{2}$   
বলের সংজ্ঞা দাও এবং গেম এবং খেলাধুলায় বলের প্রয়োগ ব্যাখ্যা কর।

**GROUP-B / বিভাগ-খ**

**Answer any two questions from the following**

$12\frac{1}{2} \times 2 = 25$

নিম্নলিখিত যে-কোন দুটি প্রশ্নের উত্তর দাও

4. Discuss in brief the basic principles of Thermootherapy. 12  $\frac{1}{2}$   
থার্মোথেরাপির প্রাথমিক নীতিগুলি সংক্ষেপে আলোচনা কর।
5. Explain the role of exercise in controlling Hypertension and Diabetes. 12  $\frac{1}{2}$   
উচ্চ রক্তচাপ এবং মধুমেহ নিয়ন্ত্রণে ব্যায়ামের ভূমিকা ব্যাখ্যা কর।
6. Explain in detail Isometric exercises with suitable examples. 12  $\frac{1}{2}$   
সঠিক উদাহরণসহ আইসোমেট্রিক ব্যায়াম বিশদে ব্যাখ্যা কর।

—×—