

UG/3rd Sem/G/20(CBCS)

2020

PHYSICAL EDUCATION (General)

Paper : SEC-1

[Track and Field]

(CBCS)

Full Marks : 40

Time : Two Hours

The figures in the margin indicate full marks.

Answer any *four* questions :

10×4=40

1. What is Track Event ? What is the Starting Technique of Sprint ? How many type of sprint from starting Block ?
2. How many types of Relay Race ? What is length, breadth and weight of Baton ? How many types of Baton Exchange ?
3. Draw the sector of shotput with measurement. What is the weight of shotput for Men and Women ? How many system of shotput ?
4. Draw the sector of Discus with measurement. What is the weight of Discus for Men and Women ? Write the steps of Discus.
5. Draw the sector of Javelin Throw with measurement. What is the Weight of Javelin for Men and Women ? Write the mistake of Javelin throw and how to correction.
6. How many types of High Jump Techniques ? How many system of High Jump ? Discuss the Techniques of Western Roll.

বঙ্গানুবাদ

যে কোনো চারটি প্রশ্নের উত্তর দাও :

১০×৪=৪০

- ১। 'ট্র্যাক ইভেন্ট' বলতে কি বোঝো? দৌড় আরম্ভের কলাকৌশলগুলি কি কি? স্টার্টিং ব্লক থেকে দৌড় শুরু করার কয়টি পদ্ধতি উল্লেখ করো।
- ২। রিলে রেস কয় প্রকার ও কি কি? ব্যাটন-এর দৈর্ঘ্য, পরিধি এবং ওজন উল্লেখ করো। ব্যাটন বদল কয়ভাবে হয় লেখো।
- ৩। লৌহবল নিষ্ক্ষেপের সেক্টর পরিমাপসহ অঙ্কন করো। লৌহবলের ওজন পুরুষ ও মহিলাদের কত? লৌহবল নিষ্ক্ষেপের কয়টি পদ্ধতি উল্লেখ করো।
- ৪। ডিসকাস নিষ্ক্ষেপের সেক্টর পরিমাপসহ অঙ্কন করো। ডিসকাসের ওজন - পুরুষ ও মহিলাদের কত? ডিসকাস নিষ্ক্ষেপের পদক্ষেপ সমূহ লেখো।
- ৫। জ্যাভলিন নিষ্ক্ষেপের সেক্টর পরিমাপসহ অঙ্কন করো। জ্যাভলিন-এর ওজন পুরুষ ও মহিলাদের ক্ষেত্রে কত? জ্যাভলিন নিষ্ক্ষেপের একটি ত্রুটি উল্লেখ করো এবং তার প্রতিকারগুলি উল্লেখ করো।
- ৬। হাই জাম্পের কলাকৌশলগুলি কয় ভাগে ভাগ করা যায় ও কি কি? হাই-জাম্পের কয়টি পদ্ধতি, কি কি? ওয়েস্টার্ন রোল-এর কৌশলগুলি উল্লেখ করো।