

**B.A./ B.Sc. 5<sup>th</sup> Semester (General) Examination, 2021 (CBCS)**

**Subject: Physical Education**

**Paper: Test, Measurement and Evaluation in Physical Education (DSE1)**

Time: 2 Hours

Full Marks: 40

**Answer any eight questions from the following:**

**5×8 = 40**

নীচের যেকোনো আটটি প্রশ্নের উত্তর দাও:

1. What do you mean by Test, Measurement and Evaluation?  
অভীক্ষা, পরিমাপ ও মূল্যায়ন বলতে কী বোঝ?  
আদর্শ অভীক্ষার বৈশিষ্ট্যগুলি সংক্ষেপে ব্যাখ্যা করো।
2. Briefly explain the criteria of good test.  
আদর্শ অভীক্ষার বৈশিষ্ট্যগুলি সংক্ষেপে ব্যাখ্যা করো।
3. Discuss the importance of Test, Measurement and Evaluation in Physical Education and Sports.  
শারীরশিক্ষা ও খেলাধুলায় অভীক্ষা, পরিমাপ ও মূল্যায়নের গুরুত্ব আলোচনা করো।
4. Write a short note on Body Mass Index (BMI).  
দৈহিক ভর সূচক (BMI) সম্বন্ধে একটি সংক্ষিপ্ত টীকা লেখো।
5. What is Lean Body Mass (LBM)? Write its importance.  
ফ্যাটহীন বা চর্বিহীন দেহ ভর (LBM) কী? এর গুরুত্ব লেখো।
6. Write in brief Harvard Step Test.  
হারভার্ড স্টেপ টেস্টটি সংক্ষেপে লেখো।
7. Briefly discuss AAHPERD Youth Fitness Test.  
আফার্ড (AAHPERD) ইয়ুথ ফিটনেস টেস্ট সম্বন্ধে সংক্ষেপে আলোচনা করো।
8. Explain Lockhart and McPherson Badminton Skill Test.  
লকহার্ট-ম্যাকপিয়ারসন ব্যাডমিন্টন অভীক্ষাটি ব্যাখ্যা করো।
9. Write in brief Brady Volleyball Test.  
ব্র্যাডি ভলিবল অভীক্ষাটি সংক্ষেপে লেখো।
10. Briefly discuss Johnson Basketball Test Battery.  
জনসন্ বাল্কেটবল টেস্ট ব্যাটারী সম্বন্ধে সংক্ষেপে আলোচনা করো।

**B.A./ B.Sc. 5<sup>th</sup> Semester (General) Examination, 2021 (CBCS)**

**Subject: Physical Education**

**Paper: Sports Training (DSE1)**

Time: 2 Hours

Full Marks: 40

**Answer any eight questions from the following:**

**5×8 = 40**

নীচের যেকোনো আটটি প্রশ্নের উত্তর দাও:

1. Write the characteristics of Sports Training.  
ক্রীড়া প্রশিক্ষণের বৈশিষ্ট্যগুলি লেখো।
2. Discuss the principles of Sports Training.  
ক্রীড়া প্রশিক্ষণের নীতিগুলি আলোচনা করো।
3. Write a short note on Weight Training.  
ওজনসহ ব্যায়াম সম্বন্ধে সংক্ষিপ্ত টীকা লেখো।
4. Write in brief about Interval Training Method.  
বিরতিযুক্ত প্রশিক্ষণ পদ্ধতি সম্বন্ধে সংক্ষেপে লেখো।
5. Explain aims and characteristics in preparatory period of Periodisation.  
পর্যায়বৃত্তকরণের প্রস্তুতি পর্বের লক্ষ্য এবং বৈশিষ্ট্যগুলি ব্যাখ্যা করো।
6. Discuss briefly about components of Training Load.  
প্রশিক্ষণ চাপের উপাদানগুলি সম্বন্ধে সংক্ষেপে আলোচনা করো।
7. Discuss the means and methods of tackling over load.  
অতিরিক্ত চাপ মোকাবিলা করার উপায় এবং পদ্ধতিগুলি আলোচনা করো।
8. Mention the different means and methods of speed development.  
গতি বৃদ্ধির বিভিন্ন উপায় ও পদ্ধতিগুলি উল্লেখ করো।
9. Write down different means and methods of flexibility development.  
নমনীয়তা বৃদ্ধির বিভিন্ন উপায় ও পদ্ধতিগুলি লেখো।
10. Explain the relationships of load and adaptation.  
চাপ এবং অভিযোজনের সম্পর্কটি ব্যাখ্যা করো।