

[ 6 ]

Ex/Phy.Edn/UG/E.C-401/101/2017

গ) ভারসাম্য

ঘ) একটি আদর্শ ট্যাক্সের তৃতীয় ও ষষ্ঠ স্ট্যাগার দরত্ব নির্ণয় করে

বিভাগ - ৳

৭। ইংরেজী প্রশ্ন দেখে

**BACHELOR OF PHYSICAL EDUCATION EXAMINATION, 2017**

( 2nd Year, 4th Semester )

**THEORY OF SPORTS AND GAMES**

**PAPER - EC - 401**

Time : Three hours

Full Marks : 70

**Group - A**

Answer any *three* from the rest.

1. Draw a cricket field with all its measurements and mention all its players position. Write down the offside rules in football.  
10+5=15
2. What is force ? Write down the units of force. What are the various types of force ? Mention the principles of force application.  
2+2+7+4=15
3. Mention the aim and objectives of sports training. What is training load ? Write down the various components of training load.  
4+3+8=15
4. Define flexibility ? Write down the factors affecting flexibility. Explain the methods for developing flexibility. 2+5+8=15
5. Write down the physiological significance of warming up. Explain the different phases of skill acquisition. 7+8=15

[ Turn over

[ 2 ]

**Group - B**

1. Write short notes (*any two*) (7½×2=15)
- Strength and its type
  - Conditioning
  - Equilibrium
  - Calculate 3rd and 6th stagger distance of a standard track.

**Group - C**

7. Put (✓) marks on right answer (*any ten*) :
- The ability to express force many times over is called
    - Explosive strength
    - Strength Endurance
    - Maximum strength
    - All the above
  - Which of the following is not a component of health related fitness ?
    - Strength Endurance
    - Flexibility
    - Body fat %
    - Reaction ability
  - The best method for developing flexibility is
    - slow stretch & hold method
    - Ballistic method

[ 5 ]

**বঙ্গানবাদ**

**বিভাগ - ব**

যে কোন তিনটি প্রশ্নের উত্তর দাও

- পরিমাপ সহ ক্রিকেট মাঠ অঙ্কন কর এবং উহার বিভিন্ন খেলোয়াড়দের অবস্থান উল্লেখ কর। ফটবল খেলায় অফস নিয়মগুলি লেখো ১০+৫=১৫
- বল কি? বলের এককগুলি লেখো। বল কয় প্রকার ও কি কি? প্রয়োগের নীতিগুলি উল্লেখ কর ২+২+৭+৪=১৫
- ক্রীড়া প্রশিক্ষণের লক্ষ্য ও উদ্দেশ্যগুলি লেখো। প্রশিক্ষণ চাপ প্রশিক্ষণ চাপের বিভিন্ন উপাদানগুলি লেখো ৪+৩+৪=১৫
- নমনীয়তা কি? নমনীয়তার উপর প্রভাববিস্তারকারী বি লেখো। নমনীয়তাবৃদ্ধির বিভিন্ন পদ্ধতিগুলি ব্যাখ্যা কর ২+৫+৮=১৫
- উষ্ণীকরণের শারীরবৃত্তীয় তাৎপর্য আলোচনা করো। গতি ও শিখনে বিভিন্ন পর্যায়গুলি ব্যাখ্যা করে ৭+৮=১৫

**বিভাগ - ৬**

- টীকা লেখো (যে কো: দুইটি) ৭½×২=১৫
  - শক্তি ও উহার ধর:
  - কন্ডিশনিং

[ Turn over

[ 4 ]

- i) How many substitutes are there in one team in volleyball?  
i) 6                      ii) 5  
iii) 4                      iv) 3
- j) Standard width of the lane shall be  
i) 1.22 m                      ii) 1.22 m to 1.25 m.  
iii) 1.21 m to 1.23 m      iv) 1.25 m
- k) Newton's 2nd law of motion is known as  
i) Law of inertia              ii) Law of acceleration  
iii) Law of recreation      iv) Law of Gravitation
- l) In which type of lever is the force between weight & fulcrum  
i) Type - I                      ii) Type - II  
iii) Type - III                      iv) All the above

[ 3 ]

- iii) PNE method  
iv) slow stretch method
- d) Which of the following component is mostly genetically influenced  
i) Speed                      ii) Co-ordination  
iii) Endurance                      iv) Agility
- e) The ability to react effectively to a signal is called –  
i) Adaptation ability      ii) Reaction ability  
iii) Coupling ability              iv) Orientation ability
- f) In 110m Hurdle race the distance from starting line to first hurdle is –  
i) 15 m.                      ii) 13.72 m.  
iii) 13.52 m.                      iv) 13.62 m.
- g) Which of the following events is not included in heptathlon?  
i) High Jump                      ii) 100 m. sprint  
iii) Javelin throw                      iv) Discus throw
- h) Raising of body on toes is an example of  
i) 2nd class lever                      ii) 1st class lever  
iii) 3rd class lever                      iv) All the above

[ Turn over