

BACHELOR OF PHYSICAL EDUCATION EXAMINATION, 2017

(3rd Semester)

SPORTS MEDICINE, PHYSIOTHERAPY AND REHABILITATION

Time : Three hours

Full Marks : 70

Paper - EC - 301A. Write **any three** from the following questions : 15×3=45

1. Define 'Sports Medicine'. Discuss aim and objectives of Sports Medicine. 3+12
2. What is doping ? Discuss the various types of doping used in the field of sports. 3+12
3. What are the steps of prevention of athletic injuries ? Describe the examination to be done before participation. What is 'warm up' and 'conditioning' ? 5+6+4
4. What are the principles of 'First Aid' ? Describe the protective and supportive equipment with examples. What is rehabilitation ? 5+8+2
5. What are the principles of therapeutic exercise ? Describe the goals of rehabilitation. 8+7

B. Write short notes (**any two**) :- 7.5×2=15

6. Write about different types of message.
7. Write the symptoms and management of any two regional injuries that occur in the field of sports.

vii) কোনটি সহযোগী সরঞ্জাম নয়-

- (অ) টেপিং (আ) অর্থোডিক্স
(ই) প্যাডিং (ঈ) আর্গোজেনিক এইড

viii) 'আইসোসেট্রিক এক্সারসাইজ'-

- (অ) কনই সঙ্কোচন (আ) দেওয়াল ঠেল
(ই) ডিপস (ঈ) জগিং

ix) 'মবিলিটি এক্সারসাইজ' সম্পর্কিত-

- (অ) সন্ধি (আ) পেশী
(ই) লিগামেন্ট (ঈ) সব

x) 'প্রাথমিক চিকিৎসা' কোনটির সাথে জড়িত-

- (অ) পর্যবেক্ষণ. (আ) সিদ্ধান্তগ্রহণ
(ই) চিকিৎসা (ঈ) সব

xi) 'পনর্বাসন' শুরু হয়-

- (অ) চিকিৎসার আগে. (আ) চিকিৎসার পরে
(ই) চিকিৎসার মধ্যে (ঈ) কোনোটিই নয়

xii) আঘাত কমানোর জন্য দরকা

- (অ) সঠিক অনশীলন. (আ) সঠিক খাদ্য
(ই) সঠিক কৌশল (ঈ) সল।

8. Movements

9. Motility exercise

C. Identify the right answer (*any ten*). 1×10=10

10. i) 'Effleurage' is a kind of –
 a) injury b) message
 c) treatment d) all of the above
- ii) 'Amphetamines' is a type of –
 a) Narcotics b) Anabolic steroid
 c) Stimulant d) None of the above
- iii) 'Petrissage' is useful for –
 a) warm up b) joint mobility
 c) Muscles loosening d) all of the above
- iv) 'WADA' term is associated with –
 a) Manage b) injury
 c) Doping d) treatment
- v) Which is not a part of rehabilitation ?
 a) treatment b) movements
 c) massage d) PNF
- vi) Which one of the following is protective equipment ?
 a) Bat b) Ball
 c) Stamp d) Helmet

গ) সঠিক উত্তর দাও : (যে কোন দশটি) :

১০×১=১০

i) 'Effleurage' এক প্রকার—

- (অ) আঘাত (আ) মালিশ
 (ই) চিকিৎসা (ঈ) সবকটি

ii) 'Amphetamines' এক প্রকার—

- (অ) নারকোটিকস (আ) অ্যানাবলিক স্টেরয়েড
 (ই) স্টিমুলেন্ট (ঈ) কোনটি নয়

iii) 'Petrissage' ব্যবহার হয়—

- (অ) উষ্ণীকরণ (আ) সন্ধি সচল কর
 (ই) পেশী সিথিল কর (ঈ) সবকটি

iv) 'WADA' কথাটি যুক্ত—

- (অ) মালিশ (আ) আঘাত
 (ই) ডোপিং (ঈ) চিকিৎসা

v) কোনটি 'পনর্বাসন' এর অংশ নয়-

- (অ) চিকিৎসা (আ) সঞ্চালন
 (ই) ম্যাসাজ (ঈ) পিএনএফ

vi) কোনটি প্রতিরোধকারী সরঞ্জাম—

- (অ) ব্যাট (আ) বল
 (ই) স্ট্যাম্প (ঈ) হেলমেট

বঙ্গানবাদ

ক) যে কোনো তিনটি প্রশ্নের উত্তর দা ১৫×৩=৪৫

১ 'স্পোর্টস মেডিসিন' এর সংজ্ঞা দাও। স্পোর্টস মেডিসিনের লক্ষ্য উদ্দেশ্য আলোচনা কর

২ ডোপিং কি? ক্রিডাক্ষেত্রে ব্যবহৃত বিভিন্ন প্রকার ডোপিং সংলেখ।

৩ আঘাত প্রতিরোধের পদক্ষেপগুলি কি কি? অংশগ্রহণ পরীক্ষাগুলি বর্ণনা কর। 'উষ্ণীভবন' ও 'শীতলীকরণ'

৫+৬+৪

৪ 'প্রাথমিক চিকিৎসার' নীতিগুলি কি কি? উদাহরণ প্রতিরোধী ও সহযোগী যন্ত্রপাতিসমূহের বর্ণনা দাও। 'পুনর্বাসন'

৫+৮+২

৫ 'চিকিৎসামূলক' ব্যায়ামের নীতিগুলি কি কি? 'পুনর্লক্ষ্যগুলি কি কি ৭.৫×২=১৫

খ) টীকা লেখ (যে কোনো দটি)

৬ বিভিন্ন প্রকার 'ম্যাসেজ' সম্পর্কে ৫

৭ ক্রিডা ক্ষেত্রে সংঘটিত যে কোন দটি আঘাতের লক্ষণ ও প্রাথমিক সম্পর্কে লেখ

৮ সঞ্চালন

৯ সচলতা ব্যায়াম

vii) Which one of the following is not a supportive equipment?

- a) Taping b) Padding
c) Orthotics d) ergogenic aids

viii) 'Isometric exercise' -

- a) Flexion of elbow, b) Wall push,
c) dips, d) Jogging

ix) 'Mobility exercise is related with -

- a) joint b) muscles
c) ligament d) all

x) 'Fist Aid' of injury is associated with -

- a) observation b) Decision making
c) treatment d) all

xi) Rehabilitation starts -

- a) Before treatment b) After Treatment,
c) Within treatment d) None

xii) To reduce injury it requires -

- a) proper training b) proper diet
c) proper technique d) all