

**U.G. 6th Semester Examination - 2021****PHYSICAL EDUCATION****Course Code : BPEDDRS 3 & 4 (DSE 3 & 4)****Course Title : Indigenous Games, Marching, Mass  
Demonstration, Gymnastics and Yoga****[PRACTICAL]**

Full Marks : 20

Time : 1 Hour

*The figures in the right-hand margin indicate marks.**Candidates are required to give their answers in  
their own words as far as practicable.**This question papers contains both DSE 3 & 4.**Students are thereby instructed to answer DSE paper  
out of these two (DSE 3 & DSE 4) as he/she opted for.*

এই প্রশ্নপত্রটিতে ২টি (DSE) প্রশ্নপত্র রয়েছে (DSE 3 এবং DSE 4)।

ছাত্র/ছাত্রীদের নির্দেশ দেওয়া হচ্ছে তারা যেন এই দুটির মধ্যে তাদের  
নির্বাচিত প্রশ্নপত্রটির উত্তর করে।**Title : Indigenous Games, Marching, Mass  
Demonstration, Gymnastics and Yoga****Code : BPEDDRS3 (DSE-3)**Answers any **ten** questions of the followings: $2 \times 10 = 20$ 

নীচের যে-কোনো দশটি প্রশ্নের উত্তর দাও :

1. What do you mean by indigenous games? Name any  
two indigenous games.ইন্ডিজেনাস গেমস বলতে কি বোঝ? যে-কোনো দুটি ইন্ডিজেনাস গেমস  
এর নাম লেখ।2. What is 'Lona'? Which game is the time "9+5+9"  
related with?

লোনা কি? "9+5+9" —সময়সীমাটি কোন্ খেলার সঙ্গে সম্পর্কযুক্ত?

3. Which games are the terms 'Golden Raid' and 'Active  
Chaser' connectetd with?‘গোল্ডেন রেইড’ ও ‘অ্যাক্টিভ চেজার’ শব্দ দুটি কোন্ কোন্ খেলার  
সঙ্গে সম্পর্কযুক্ত?

4. What is 'Mixed Chain'? Describe in brief.

‘মিশ্র শিকল’ কি? সংক্ষেপে বর্ণনা দাও।

5. What is 'Squat Leg Thrust' ? Describe in brief.

‘স্কোয়াট লেগ থ্রাস্ট’ কি? সংক্ষেপে বর্ণনা দাও।

6. Which games are the time durations '15+5+15' and  
'20+5+20' of?

‘15+5+15’ এবং ‘20+5+20’ কোন্ কোন্ খেলার সময়সীমা?

7. Draw a diagram of 'Free Zone' along with 2nd square  
and cross lane in Kho-Kho with appropriate  
measurements.সঠিক পরিমাপ সহযোগে খো-খো খেলার দ্বিতীয় বর্গ ও এড়ো পথ  
নির্দেশ করে ‘মুক্ত অঞ্চল’টি এঁকে দেখাও।8. What do you mean by 'Field Mass Demonstration' in  
Physical Education? Write down the names of any two  
sound producing drill equipments used in these  
activities.শারীর শিক্ষায় ‘ফিল্ড মাস্ ডেমন্স্ট্রেশন’ বলতে কি বোঝ? এই  
ক্রিয়াকলাপে ব্যবহৃত যে-কোনো দু’টি শব্দ সৃষ্টিকারী ড্রিল উপকরণের  
নাম লেখ।

[Turn over]

9. Write down the names of any two yogasanas performed in 'prone' and 'inverted' postures.

‘প্রোন’ ও ‘ইনভার্টেড’ দেহাবস্থানে সংঘটিত যে-কোনো দু’টি যোগাসনের নাম লেখ।

10. What are the names of the asanas performed in the 2nd and 11th steps in the sequence of asanas of 'Sun Salutation' yoga practice?

‘সূর্য নমস্কার’ যোগাভ্যাস ক্রমটিতে দ্বিতীয় ও একাদশতম আসনগুলির নাম কি?

11. Name any two yoga poses increasing flexibility of pelvic and shoulder joints.

শ্রোণী সন্ধি ও ঋক্ষ সন্ধির নমনীয়তা বৃদ্ধিকারী যে-কোনো দু’টি আসনের নাম কর।

12. Which foot the drill step in marching usually begins and ends with?

মার্চিং-এ কদমতাল বা পদক্ষেপ সাধারণত কোন্ পা দিয়ে শুরু ও শেষ হয়?

13. What do you mean by 'Wand Drill'? Which shape of the English alphabet do the feet form of when the command of 'Attention' comes in any activity class of Physical Education?

‘ওয়ান্ড ড্রিল’ বলতে কি বোঝায়? শারীর শিক্ষার যে-কোনো ক্রিয়াকলাপের ক্লাসে ‘সাবধান’ আদেশে ভূমি স্পর্শকারী পায়ের অবস্থান ইংরেজী কোন্ বর্ণের আদলে হয়?

14. Which common events of Gymnastics do both men and women take part in?

জিমন্যাস্টিক্সে কোন্ দুটি কমন বা সাধারণ ইভেন্ট আছে যেখানে পুরুষ ও মহিলা উভয়ই অংশগ্রহণ করে?

15. Who are called 'officials'? Write with example.

‘অফিসিয়ালস’ কাদের বলে? উদাহরণসহ লেখ।

16. Which event of which sport activity is Deepa Karmakar related with?

দীপা কর্মকার কোন্ ক্রীড়কলাপের কোন্ ইভেন্টের সঙ্গে সম্পর্কযুক্ত?

**Title : Track and Field**

**Code : BPEDDSRS4 (DSE 4)**

Answer any **ten** questions of the following:  $2 \times 10 = 20$

যে-কোনো **দশটি** প্রশ্নের উত্তর দাও :

1. What is athletics and athleticism?  
অ্যাথলেটিক্স ও অ্যাথলেটিসিজম কি?
2. What are the types of field and throwing event?  
ফিল্ড ও থ্রোয়িং ইভেন্ট প্রকারভেদগুলি কি?
3. Where are the Starting block, Stop board, Take-off board, Cross bar and Plasticine used?  
স্টার্টিং ব্লক, স্টপ বোর্ড, টেক অফ বোর্ড, ক্রসবার ও প্লাস্টিসিন কোথায় ব্যবহার হয়?

4. What are the weights of shot for men and women?  
Why is not 'shot-put' termed as 'shot-throw'?
- পুরুষ ও মহিলা বিভাগে শট- এর ওজন কত? 'শট-পুট'কে 'শট-থ্রো' বলা হয় না কেন?
5. At least how many lanes are required in a 400 Mtr. track or a standard track as per international standard?  
What do you mean by 'Torso finish'?
- আন্তর্জাতিক মান অনুযায়ী ৪০০ মিটার ট্র্যাকে বা একটি স্ট্যান্ডার্ড ট্র্যাকে নূন্যতম কয়টি লেন থাকা প্রয়োজন? 'টরশো-ফিনিশ' বলতে কি বোঝায়?
6. What is I.A.A.F. and what is its full meaning?
- I.A.A.F. কি? এর সম্পূর্ণ অর্থ কি?
7. What are the diameters of shot-put and discus sectors?
- শট-পুট ও ডিসকাস সেক্টরের ব্যাস কত?
8. Draw a layout of the sector of running broad jump with proper measurements.
- সঠিক পরিমাপ উল্লেখ সহ দীর্ঘ লম্ফন সেক্টরটির চিত্রাঙ্কন প্রদর্শন কর।
9. Which events are termed as 'sprint' events?
- কোন ইভেন্টগুলিকে 'স্প্রিন্ট' ইভেন্ট বলা হয়?
10. Write down the names of combined events.
- সংযুক্ত প্রতিযোগিতাগুলির নাম লেখ।
11. Write down the events of pentathlon in a proper sequence.
- পেন্টাথলন প্রতিযোগিতার ইভেন্টগুলি সঠিক ক্রমান্বয়ে লেখ।

12. What is stagger ? Calculate the stagger distance of the 3rd lane of a standard track.
- স্ট্যাগার কি? একটি আদর্শ ট্র্যাকের তৃতীয় লেনের স্ট্যাগার দূরত্ব নির্ণয় কর।
13. Which event is meant by mentioning the distance 4×100 Mtr. or 4×400 Mtr.? How much distance are required for Marathan Race?
- 4×100 মিটার অথবা 4×400 মিটার দূরত্ব উল্লেখের দ্বারা কোন ইভেন্টকে বোঝানো হয়? ম্যারাথন রেসের দূরত্ব কত?
14. What is 'take over zone'?
- 'টেক ওভার জোন' কি?
15. What are the heights of hurdles of men and women?
- পুরুষ ও মহিলাদের ক্ষেত্রে হার্ডলসের উচ্চতা কত?
16. In which events are the "Parry O' Brien" and "Hitch-Kick" techniques used?
- কোন কোন ইভেন্টে "প্যারি ও ব্রায়েন" এবং "হিচ-কিক" কৌশলের ব্যবহার হয়?