

**KANDI RAJ COLLEGE**  
Physical Education  
Practical Examination Part – II (General )  
Paper- III

Full Marks:- 100

time:- 3 Hours

- ১) যে কোনো ২টি প্রশ্নের উত্তর লেখঃ- ১০x২=২০
- ক) ১০০ মিটার রানের শুরু ও শেষ করার পদ্ধতি লেখ?
- খ) লৌহ বল (Shot put) নিক্ষেপের কৌশল গুলি আলোচনা কর?
- গ) দীর্ঘ লম্বফনের কৌশলগুলি আলোচনা কর?
- ২) যে কোনো ৪টি প্রশ্নের উত্তর লেখঃ- ৫x৪=২০
- ক) ফরওয়ার্ড রোল, খ) ব্যাক ওয়ার্ড রোল, গ) ত-ব্যালান্স, ঘ) হ্যাণ্ড স্ট্যাণ্ড, ঙ) নেক স্প্রিং
- ৩) যে কোনো ২টি প্রশ্নের উত্তর লেখঃ- ৫x২=১০
- ক) কাবাডি খেলার পা দিয়ে মারার কৌশলটি লেখ?
- খ) খো-খো-খেলায় 'দ্রুত' খো কিভাবে দেয় লেখ?
- গ) খো-খো খেলায় একক শিকল সম্বন্ধে যাহা জান লেখ?
- ৪) যে কোনো ২টি টীকা লেখঃ- ১০x২=২০
- ক) ফুটবলের ড্রিবলিং?
- খ) ভলিবলের টেনিস সার্ভিস টি লেখ?
- গ) ব্যাডমিন্টনের নেটের কাছে মার (Net Stroke)
- ৫) যে কোনো ২টি আসন প্রণালী লেখঃ- ৫x২=১০
- ক) অর্ধ মৎসেন্দ্রাসন, খ) পদ হস্তাসন, গ) হলাসন
- ৬) যে কোনো ২টি প্রাথমিক প্রতিবিধান লেখঃ- ৫x২=১০
- ক) অস্টি ভঙ্গ, খ) মচকানো, গ) মাংসপেশীর টান
- ৭) ব্যবহারিক ও ফলিত খাতার প্রয়োজনীয়তা কি লেখ ? ১০