



'समानो मन्त्रः समितिः समानी'

UNIVERSITY OF NORTH BENGAL
B.A. Programme 4th Semester Examination, 2022

DSC1/2-P4-PHYSICAL EDUCATION

HEALTH EDUCATION, PHYSICAL FITNESS AND WELLNESS

Time Allotted: 2 Hours

Full Marks: 40

The figures in the margin indicate full marks.

1. Answer any **five** questions from the following: 1×5 = 5
নিম্নলিখিত যে-কোন **পাঁচটি** প্রশ্নের উত্তর দাওঃ
- (a) Define Health Education. 1
স্বাস্থ্য শিক্ষার সংজ্ঞা লেখ।
- (b) Write down the full form of 'AIDS'. 1
AIDS-এর পুরো কথাটি লেখ।
- (c) Define Nutrition. 1
পুষ্টির সংজ্ঞা লেখ।
- (d) Define Health. 1
স্বাস্থ্যের সংজ্ঞা লেখ।
- (e) Write down the full form of 'UNESCO'. 1
UNESCO'-এর পুরো কথাটি লেখ।
- (f) Write down any one of Communicable disease. 1
যে-কোনো একটি সংক্রামক ব্যাধির নাম লেখ।
- (g) Define Sprain. 1
মচকানো বলতে কি বোঝ ?
- (h) Disease caused by deficiency of vitamin 'E'. 1
ভিটামিন 'ই'-এর অভাবে কি রোগ দেখা যায় ?
2. Answer any **three** questions from the following: 5×3 =15
নিম্নলিখিত যে-কোন **তিনটি** প্রশ্নের উত্তর দাওঃ
- (a) Describe the principles of Health Education. 5
স্বাস্থ্য শিক্ষার নীতিগুলি বর্ণনা কর।

- (b) Describe the functions of 'WHO'. 5
'WHO'-এর কার্যাবলী বর্ণনা কর।
- (c) Prepare a Balance Diet Chart for Adult Person. 5
একজন পূর্ণবয়স্ক ব্যক্তির সুখম খাদ্যতালিকা তৈরী কর।
- (d) Define obesity. How you can control obesity? 2+3
স্থূলতার সংজ্ঞা লেখ। তুমি কিভাবে স্থূলতা নিরাময় করবে ?
- (e) Define Physical Fitness. Explain the importance of Physical Fitness. 2+3
শারীরিক সক্ষমতার সংজ্ঞা লেখ। শারীরিক সক্ষমতার গুরুত্ব আলোচনা কর।
3. Answer any *two* questions from the following: 10×2 = 20
নিম্নলিখিত যে-কোন দুটি প্রশ্নের উত্তর দাওঃ
- (a) Write down the principles of First-Aid and explain the management of Fracture. 5+5 = 10
প্রাথমিক চিকিৎসার নীতিগুলি লেখ। অস্থিভঙ্গের প্রাথমিক প্রতিবিধান সম্পর্কে লেখ।
- (b) Write down the Relationship between Physical activities, Wellness and Nutrition. 5+5 = 10
শারীরিক ক্রিয়াকলাপ, সুস্থতা এবং পুষ্টির মধ্যে সম্পর্ক আলোচনা কর।
- (c) Write down different types of communicable diseases and briefly discuss how to prevent the communicable diseases. 4+6 = 10
বিভিন্ন প্রকার সংক্রামক ব্যাধিগুলি লেখ। সংক্রামক ব্যাধির প্রতিরোধ ব্যবস্থাগুলি লেখ।
- (d) Write down the types of Fitness. Explain in brief components of health related Physical Fitness. 3+7 = 10
সক্ষমতার শ্রেণীবিভাগ কর। স্বাস্থ্য সম্পর্কিত শারীরিক সক্ষমতার উপাদানগুলি সম্বন্ধে লেখ।

—x—