Test Booklet No.
পরীক্ষার বুকলেট নং

Subject : PHYSICAL EDUCATION
Code : 321 EBG
Medium : English and Bengali

Test Booklet Code
পরীক্ষার বুকলেট কোড

C

(Do not open this Test Booklet until you are asked to do so)

(যতক্ষণ না আপনাকে টেস্ট বুকলেট খুলতে বলা হয় ততক্ষণ এই টেস্ট বুকলেট খুলবেন না)

*Time Allowed : **45** minutes* *অনুমোদিত সময় : **45** মিনিট*	*Maximum Marks : **200*** *সর্বোচ্চ মার্কস : **200***	*Total Questions : **50*** *মোট প্রশ্ন : **50***	*Number of questions to be answered : **40*** *উত্তর দেওয়ার জন্য প্রশ্নের সংখ্যা : **40***

Kindly read the Instructions given on this Page and Back Page carefully before attempting this Question Paper.

এই প্রশ্নপত্রের উত্তর করার আগে দয়া করে এই পৃষ্ঠা এবং পিছনের পৃষ্ঠায় দেওয়া নির্দেশাবলী যত্নসহকারে পড়ুন।

Important Instructions for the Candidates :

1. This Test Booklet contains **50** questions printed in English and Bengali. Out of these, the candidate is required to answer any **40** questions. If a candidate answers more than 40 questions, the first 40 answered questions will be considered for evaluation.
2. When you are given the OMR Answer Sheet, fill in your particulars on it carefully with **blue/black** ball point pen only.
3. Use only Blue/Black Ball Point Pen for marking responses.
4. The CODE for this Test Booklet is **C**. Make sure that the CODE printed on the OMR Answer Sheet is the same as that on this Test Booklet. Also ensure that your Test Booklet No. and OMR Answer Sheet No. are exactly the same. In case of discrepancy, the candidate should immediately report the matter to the Invigilator for replacement of both the Test Booklet and the OMR Answer Sheet. No claim in this regard will be entertained after five minutes from the start of the examination.
5. Before attempting the question paper kindly check that this Test Booklet has total **28** pages and OMR Answer Sheet consists of one sheet. At the start of the examination within first five minutes, candidates are advised to ensure that all pages of Test Booklet and OMR Answer Sheet are properly printed and they are not damaged in any manner.
6. Each question has four answer options. Out of these four options choose the **MOST APPROPRIATE OPTION** and darken/blacken the corresponding circle on the OMR Answer Sheet with a Blue/Black Ball Point Pen.
7. Five (5) marks will be given for each correct answer. One (1) mark will be deducted for each incorrect answer. If more than one circle is found darkened/blackened for a question, then it will be considered as an incorrect answer. Unanswered questions will be given no mark.

P.T.O.

প্রার্থীদের জন্য গুরুত্বপূর্ণ নির্দেশনা :

1. এই পরীক্ষার পুস্তিকাটিতে ইংরেজি এবং বাংলায় মুদ্রিত **50টি** প্রশ্ন রয়েছে। এর মধ্যে প্রার্থীকে যেকোনো **40টি** প্রশ্নের উত্তর দিতে হবে। যদি একজন প্রার্থী 40টির বেশি প্রশ্নের উত্তর দেন, তাহলে প্রথম 40টি উত্তর দেওয়া প্রশ্ন মূল্যায়ণের জন্য বিবেচনা করা হবে।
2. শুধুমাত্র OMR উত্তরপত্রে **নীল/কালো** বল পয়েন্ট পেন দিয়ে সাবধানে আপনার বিবরণ পূরণ করুন।
3. উত্তর চিহ্নিত করার জন্য শুধুমাত্র নীল/কালো বল পয়েন্ট পেন ব্যবহার করুন।
4. এই পরীক্ষার পুস্তিকাটির কোড হল **C** । নিশ্চিত করুন যে OMR উত্তরপত্রে মুদ্রিত কোডটি এই পরীক্ষার পুস্তিকাটির মতোই। এছাড়াও নিশ্চিত করুন যে আপনার পরীক্ষার পুস্তিকা নং এবং ওএমআর উত্তরপত্র নং হুবহু একই। অমিলের ক্ষেত্রে, পরীক্ষার্থীকে পরীক্ষামূলক পুস্তিকা এবং ওএমআর উত্তরপত্র উভয়ই পাল্টে দেওয়ার জন্য অবিলম্বে পরীক্ষা হলের দায়িত্বে থাকা ব্যক্তির কাছে বিষয়টি রিপোর্ট করতে হবে। পরীক্ষা শুরু হওয়ার পাঁচ মিনিট পর এ বিষয়ে কোনো দাবি গ্রহণ করা হবেনা।
5. প্রশ্নপত্রের উত্তর করার আগে দয়া করে দেখে নিন যে এই পরীক্ষার পুস্তিকাটিতে মোট **28** পৃষ্ঠা রয়েছে এবং ওএমআর উত্তরপত্রের পাতা সংখ্যা একটি। পরীক্ষার শুরুতে প্রথম পাঁচ মিনিটের মধ্যে, পরীক্ষার্থীদের পরামর্শ দেওয়া হয় যে পরীক্ষার পুস্তিকা এবং ওএমআর উত্তর পত্রের সমস্ত পৃষ্ঠাগুলি সঠিক ভাবে মুদ্রিত হয়েছে এবং সেগুলি কোনও ভাবে ক্ষতিগ্রস্ত না।
6. প্রতিটি প্রশ্নের চারটি বিকল্প আছে। এই চারটি বিকল্পের মধ্যে **সবচেয়ে উপযুক্ত বিকল্পটি** বেছে নিন এবং একটি নীল/কালো বলপয়েন্ট পেন দিয়ে OMR উত্তরপত্রে সংশ্লিষ্ট বৃত্তটিকে ডার্ক/কালো করুন।
7. প্রতিটি সঠিক উত্তরের জন্য পাঁচ (5) নম্বর দেওয়া হবে। প্রতিটি ভুল উত্তরের জন্য এক (1) নম্বর কাটা হবে। যদি একটি প্রশ্নের জন্য একাধিক বৃত্ত ডার্ক/কালো পাওয়া যায়, তবে এটি একটি ভুল উত্তর হিসাবে বিবেচিত হবে। উত্তর না দেওয়া প্রশ্নে কোন মার্ক দেওয়া হবে না।

কৃ.পৃ.প.

Name of the Candidate (in Capital Letters) : _____
প্রার্থীর নাম (ক্যাপিটাল অক্ষরে) :

Application Number (in figures) : _____
আবেদন নম্বর (সংখ্যায়) :

Roll Number (in figures) : _____
রোল নম্বর (সংখ্যায়) :

Centre of Examination (in Capital Letters) : _____
পরীক্ষা কেন্দ্র (ক্যাপিটাল লেটারে):

Candidate's Signature : _____ Invigilator's Signature : _____
পরীক্ষার্থীর স্বাক্ষর : পরিদর্শকের স্বাক্ষর :

Facsimile signature stamp of Centre Superintendent : _____
কেন্দ্র সুপারিনটেনডেন্টের ফ্যাসিমাইল স্বাক্ষর স্ট্যাম্প :

1. Which Motor Fitness component can be developed by working out with sufficient speed for a duration to take heart rate up to 180 bmp and take a short break before starting the workout again ?

(1) Speed (2) Strength

(3) Endurance (4) Agility

2. Identify the ***incorrect*** statement listed below about sports training :

(1) Based on scientific principles

(2) Helps in improving higher performance

(3) Aims to provide multi sports experience

(4) Aims to identify individual's best potential

3. Motto of which of the following games includes the words 'Faster, Higher, Stronger, Together' ?

(1) Asian Games (2) Commonwealth Games

(3) Olympic Games (4) South Asian Games

4. Which of the following Physical Education/Sports institution was established in 1920 ?

(1) S.A.I. (2) I.O.A.

(3) N.S.N.I.S., Patiala (4) Y.M.C.A. (Chennai)

5. Roland Garros is related to which of the following tournament ?

(1) Wimbledon (2) Australian Open

(3) U.S. Open (4) French Open

6. How many Byes will be given if 19 teams are participating in a Knock-Out Tournament ?

(1) 11 (2) 13

(3) 15 (4) 17

7. Which of the following is ***not*** a stimulant ?

(1) Amphetamines (2) Cocaine

(3) Diamorphine (4) Caffeine

8. _____ fracture occurs when there is a straight break right across the bone.

(1) Greenstick (2) Strain

(3) Transverse (4) Comminuted

SPACE FOR ROUGH WORK

1. কোন মোটর ফিটনেস পদ্ধতিটি হার্ট রেটকে 180 bmp পর্যন্ত নিয়ে যাওয়ার জন্য ব্যবহার করা যেতে পারে এবং সেটি আবার ব্যায়াম শুরু করার আগে একটি ছোট বিরতি নেওয়ার আগের সময়ও করা যেতে পারে ?

(1) গতি (2) শক্তি

(3) সহন ক্ষমতা (4) চঞ্চলতা

2. ক্রীড়া প্রশিক্ষণ সম্পর্কে নীচের বিবৃতিগুলি থেকে ভুল বিবৃতিটি চিহ্নিত করুনঃ

(1) বৈজ্ঞানিক নীতির উপর ভিত্তি করে

(2) উচ্চতর কর্মক্ষমতা উন্নত করতে সহায়তা করে

(3) বহু ক্রীড়ার অভিজ্ঞতা (multi sports experience) প্রদানের লক্ষ্য

(4) ব্যক্তির সর্বোত্তম সম্ভাবনা চিহ্নিত করার লক্ষ্য

3. নিম্নলিখিত কোন গেমসের Motto তে দ্রুত, একসঙ্গে, উচ্চতর এবং শক্তিশালী শব্দগুলি অন্তর্ভুক্ত রয়েছে ?

(1) এশিয়ান গেমস (2) কমনওয়েলথ গেমস

(3) অলিম্পিক গেমস (4) দক্ষিণ এশীয় গেমস

4. নিম্নলিখিত কোন শারীরিক শিক্ষা প্রতিষ্ঠান/ক্রীড়া প্রতিষ্ঠানটি 1920 সালে প্রতিষ্ঠিত হয়েছিল ?

(1) S.A.I (2) I.O.A.

(3) N.S.N.I.S. (Patiala) (4) Y.M.C.A. (Chennai)

5. রোল্যান্ড গ্যারোস নিম্নলিখিত কোন টুর্নামেন্টের সাথে সম্পর্কিত ?

(1) উইম্বলডন (2) অস্ট্রেলিয়ান ওপেন

(3) ইউ. এস . ওপেন (4) ফরাসি ওপেন

6. একটি নক-আউট টুর্নামেন্টে 19 টি দল অংশগ্রহণ করলে কতটি বাই (Byes) দেওয়া হবে ?

(1) 11 (2) 13

(3) 15 (4) 17

7. নিচের কোনটি উদ্দীপক নয় ?

(1) অ্যাম্ফেটামিন (Amphetamines) (2) কোকেন (Cocaine)

(3) ডায়মরফিন (Diamorphine) (4) ক্যাফেইন (Caffeine)

8. _____ ফ্র্যাকচার ঘটে যখন হাড় বরাবর সোজা ভাবে অথবা সরলরেখা অনুযায়ী ফাটল ধরে।

(1) গ্রিনস্টিক (2) স্ট্রেন

(3) আড়াআড়ি (Transverse) (4) কমিনিউটেড (Comminuted)

SPACE FOR ROUGH WORK

9. Friction works in _____ direction of the moving object.

(1) Diagonal
(2) Opposite
(3) Same
(4) Forward

10. Flexion is a movement, which occurs in _____ plane.

(1) Sagittal
(2) Frontal
(3) Transverse
(4) Horizontal

11. In an instrumental aggression, the main aim is to _____.

(1) Cause harm to the opponent physically
(2) Attain non-aggressive goals
(3) Express your feeling of jealousy
(4) Cause harm to the opponent psychologically

12. Arrange the following stretching exercises in a sequential order from toe to head.

(A) Pectoral stretch
(B) Quadriceps stretch
(C) Thoracic extension stretch
(D) Lumbar extension stretch

Choose the correct answer from the options given below :

(1) (B), (C), (A), (D)
(2) (B), (C), (D), (A)
(3) (B), (D), (A), (C)
(4) (B), (D), (C), (A)

13. Arrange the following number of teams in a sequential order from less to more with respect to allotment of byes in a Knock-out Tournament :

(A) 05
(B) 14
(C) 32
(D) 12
(E) 63

Choose the correct answer from the options given below :

(1) (C), (E), (B), (A), (D)
(2) (E), (C), (B), (D), (A)
(3) (C), (A), (D), (B), (E)
(4) (E), (B), (C), (A), (D)

SPACE FOR ROUGH WORK

9. ঘর্ষণ চলমান বস্তুর _____ দিকে কাজ করে।

(1) তির্যক (Diagonal)
(2) বিপরীতমুখী
(3) একই
(4) সামনের দিকে

10. ফ্লেক্সিয়ন হল একটি ভঙ্গি, যা _____ তলে ঘটে।

(1) Sagittal
(2) Frontal
(3) Transverse
(4) Horizontal

11. একটি যন্ত্রগত আগ্রাসনে, মূল লক্ষ্য হল _____ ।

(1) প্রতিপক্ষের শারীরিক ক্ষতি করণ
(2) আগ্রাসী নয় এমন লক্ষ্য অর্জন করণ
(3) আপনার ঈর্ষার অনুভূতি প্রকাশ করণ
(4) প্রতিপক্ষের মানসিক ক্ষতি করণ

12. নিচের স্ট্রেচিং ব্যায়ামগুলি পায়ের আঙ্গুল থেকে মাথা পর্যন্ত ক্রমানুসারে সাজান।

(A) পেক্টোরাল স্ট্রেচ
(B) কোয়ার্ডিসেপস স্ট্রেচ
(C) থোরাসিক এক্সটেনশন স্ট্রেচ
(D) লুম্বের এক্সটেনশন স্ট্রেচ

নীচের বিকল্পগুলি থেকে **সঠিক** উত্তরটি বেছে নিনঃ

(1) (B), (C), (A), (D)
(2) (B), (C), (D), (A)
(3) (B), (D), (A), (C)
(4) (B), (D), (C), (A)

13. নকআউট টুর্নামেন্টে বাই (byes) বরাদ্দের ক্ষেত্রে নিম্নোক্ত সংখ্যক দলকে কম থেকে বেশি ক্রমানুসারে সাজান ?

(A) 05
(B) 14
(C) 32
(D) 12
(E) 63

নীচের বিকল্পগুলি থেকে সঠিক উত্তরটি বেছে নিনঃ

(1) (C), (E), (B), (A), (D)
(2) (E), (C), (B), (D), (A)
(3) (C), (A), (D), (B), (E)
(4) (E), (B), (C), (A), (D)

SPACE FOR ROUGH WORK

14. Arrange the following postural deformities in a sequential order from toe to head :

(A) Hump Back/Kyphosis

(B) Genu Varum

(C) Pes Planus

(D) Hollow Back

Choose the correct answer from the options given below :

(1) (D), (C), (B), (A)
(2) (A), (C), (D), (B)
(3) (C), (B), (D), (A)
(4) (B), (C), (D), (A)

15. Arrange the following fitness tests as per their time requirements of conducting the test in a sequential order from minimum to maximum :

(A) Walk Test (Rikli and Jones)

(B) 50 mtrs Run Test (Motor Fitness)

(C) Harvard Step Test

(D) Partial Curl Up Test (Motor Fitness)

Choose the correct answer from the options given below :

(1) (B), (D), (C), (A)
(2) (B), (D), (A), (C)
(3) (A), (C), (D), (B)
(4) (D), (B), (A), (C)

16. Which of the following statements is/are true ?

(A) Lakshmibai National Institute of Physical Education is the oldest pioneer institute of Physical Education in India.

(B) Y.M.C.A. College of Physical Education (Chennai) was established in 1920.

(C) Sports Authority of India implements various schemes of Ministry of Youth Affairs and Sports.

(D) N.S.N.I.S. facilitates training of coaches and raising technical competence of existing coaches in the country.

Choose the correct answer from the options given below :

(1) (D) only
(2) (B), (C) and (D) only
(3) (C) and (D) only
(4) (A) only

SPACE FOR ROUGH WORK

14. পায়ের আঙ্গুল থেকে মাথা পর্যন্ত ক্রমানুসারে নিম্নলিখিত অঙ্গবিন্যাসগত বিকৃতিগুলি সাজানঃ

(A) হাম্প ব্যাক (Hump Back)/কাইফোসিস

(B) জেনু ভারুম (Genu Varum)

(C) পেস প্ল্যানাস (Pes Planus)

(D) ফাঁপা পিঠ (Hollow Back)

নীচের বিকল্পগুলি থেকে সঠিক উত্তরটি বেছে নিনঃ

(1) (D), (C), (B), (A)
(2) (A), (C), (D), (B)
(3) (C), (B), (D), (A)
(4) (B), (C), (D), (A)

15. ফিটনেস পরীক্ষাগুলিকে তাদের সময়ের ব্যবহার অনুসারে ন্যূনতম থেকে সর্বোচ্চ ক্রমানুসারে সাজান :

(A) ওয়াক টেস্ট (রিকলি এবং জোন্স)

(B) 50 মিটার রান টেস্ট (মোটর ফিটনেস)

(C) হার্ভার্ড স্টেপ টেস্ট

(D) আংশিক কার্ল আপ টেস্ট (মোটর ফিটনেস)

নীচের বিকল্পগুলি থেকে সঠিক উত্তরটি বেছে নিনঃ

(1) (B), (D), (C), (A)
(2) (B), (D), (A), (C)
(3) (A), (C), (D), (B)
(4) (D), (B), (A), (C)

16. নীচের কোন উক্তিটি/উক্তিগুলি সত্য ?

(A) লক্ষ্মীবাঈ ন্যাশনাল ইনস্টিটিউট অফ ফিজিক্যাল এডুকেশন হল ভারতের প্রাচীনতম অগ্রগামী শারীরিক শিক্ষা প্রতিষ্ঠান।

(B) ওয়াই.এম.সি.1920 সালে প্রতিষ্ঠিত একটি শারীরিক শিক্ষা কলেজ (চেন্নাই)।

(C) ভারতীয় ক্রীড়া কর্তৃপক্ষ (SAI) যুব বিষয়ক ও ক্রীড়া মন্ত্রকের বিভিন্ন প্রকল্প রূপায়ণ করেছে।

(D) এন..এস.এন..আই.এস.কোচদের প্রশিক্ষণ সহজতর করা এবং দেশে বিদ্যমান কোচদের শিক্ষামূলক দক্ষতা বৃদ্ধি করার ক্ষেত্রে কাজ করে।

নীচের বিকল্পগুলি থেকে **সঠিক** উত্তরটি বেছে নিনঃ

(1) শুধুমাত্র (D)
(2) শুধুমাত্র (B), (C) এবং (D)
(3) শুধুমাত্র (C) এবং (D) only
(4) শুধুমাত্র (A)

SPACE FOR ROUGH WORK

17. Causes of disabilities can be broadly classified into which of the following categories ?

(A) Pre-Natal
(B) Post-Natal
(C) Pro-Natal
(D) Perinatal

Choose the correct answer from the options given below :

(1) (A) and (C) only
(2) (C) and (D) only
(3) (A), (B) and (C) only
(4) (A), (B) and (D) only

18. Which of the following are the characteristics of Endomorph body type ?

(A) Narrow Hips
(B) Round, Fat and Thick
(C) Pear-Shaped
(D) Thin
(E) Under developed muscles

Choose the correct answer from the options given below :

(1) (A), (B) and (D) only
(2) (A) and (E) only
(3) (B), (C) and (E) only
(4) (A), (C) and (D) only

19. Match the sportspersons listed in **List-I** with their associated games listed in **List-II** :

List-I (Sportspersons)	**List-II (Associated Games)**
(A) Manpreet Singh	(I) Football
(B) Anup Kumar	(II) Wrestling
(C) Sunil Chhetri	(III) Hockey
(D) Bajrang Punia	(IV) Kabaddi

Choose the correct answer from the options given below :

(1) (A) - (III), (B) - (II), (C) - (I), (D) - (IV)
(2) (A) - (I), (B) - (II), (C) - (III), (D) - (IV)
(3) (A) - (III), (B) - (IV), (C) - (I), (D) - (II)
(4) (A) - (II), (B) - (III), (C) - (I), (D) - (IV)

SPACE FOR ROUGH WORK

17. অক্ষমতার কারণগুলিকে নিম্নলিখিত বিভাগগুলির মধ্যে কোনগুলিতে বিস্তৃতভাবে শ্রেণীবদ্ধ করা যেতে পারেঃ

(A) প্রাক-জন্ম (Pre-Natal)
(B) প্রসবোত্তর (Post-Natal)
(C) প্রো-নাটাল (Pro-Natal)
(D) প্রসবকালীন (Perinatal)

নীচের বিকল্পগুলি থেকে **সঠিক** উত্তরটি বেছে নিনঃ

(1) শুধুমাত্র (A) এবং (C)
(2) শুধুমাত্র (C) এবং (D)
(3) শুধুমাত্র (A), (B) এবং (C)
(4) শুধুমাত্র (A), (B) এবং (D)

18. নিম্নলিখিতগুলির মধ্যে কোনটি এন্ডোমোর (Endomorph) দেহের প্রকারের বৈশিষ্ট্য ?

(A) সংকীর্ণ হিপ্স (Narrow Hips)
(B) গোলাকার, মোটা এবং পুরু (Round, Fat and Thick)
(C) অর্ধ গোলাকার আকার (Pear-Shaped)
(D) পাতলা (Thin)
(E) কম বিকশিত পেশী

নীচের বিকল্পগুলি থেকে **সঠিক** উত্তরটি বেছে নিনঃ

(1) শুধুমাত্র (A), (B) এবং (D)
(2) শুধুমাত্র (E) এবং (A)
(3) শুধুমাত্র (B), (C) এবং (E)
(4) শুধুমাত্র (A), (C) এবং (D)

19. তালিকাভুক্ত ক্রীড়াবিদদের **তালিকা-I** সাথে **তালিকা-II** মিল করুন

তালিকা-I (ক্রীড়াবিদ)	**তালিকা-II (অ্যাসোসিয়েটেড গেমস)**
(A) মনপ্রীত সিং	(I) ফুটবল
(B) অনুপ কুমার	(II) কুস্তি
(C) সুনীল ছেত্রী	(III) হকি
(D) বজরং পুনিয়া	(IV) কাবাডি

নীচের বিকল্পগুলি থেকে **সঠিক** উত্তরটি বেছে নিনঃ

(1) (A) - (III), (B) - (II), (C) - (I), (D) - (IV)
(2) (A) - (I), (B) - (II), (C) - (III), (D) - (IV)
(3) (A) - (III), (B) - (IV), (C) - (I), (D) - (II)
(4) (A) - (II), (B) - (III), (C) - (I), (D) - (IV)

20. Match the postural deformities listed in **List-I** with their corrective measures listed in **List-II**.

	List-I (Postural Deformities)		**List-II (Corrective Measures)**
(A)	Knock Knees	(I)	Walking on inner edge of feet
(B)	Round Shoulders	(II)	Horse Riding
(C)	Kyphosis	(III)	Wall stretch, Pull Ups
(D)	Bow Legs	(IV)	Swimming, Gym ball exercises

Choose the correct answer from the options given below :

(1) (A) - (II), (B) - (III), (C) - (IV), (D) - (I)

(2) (A) - (I), (B) - (II), (C) - (III), (D) - (IV)

(3) (A) - (III), (B) - (II), (C) - (I), (D) - (IV)

(4) (A) - (I), (B) - (II), (C) - (IV), (D) - (III)

21. Match the traits listed in **List-I** with their explanation listed in **List-II**.

	List-I (Traits)		**List-II (Explanation)**
(A)	Cardinal Traits	(I)	Based on 3 factors
(B)	Central Traits	(II)	That reflect only in certain circumstances
(C)	Assessment of Traits	(III)	Building blocks that shape most of our behaviour
(D)	Secondary Traits	(IV)	Dominant behaviour

Choose the correct answer from the options given below :

(1) (A) - (IV), (B) - (III), (C) - (I), (D) - (II)

(2) (A) - (IV), (B) - (II), (C) - (I), (D) - (III)

(3) (A) - (III), (B) - (I), (C) - (II), (D) - (IV)

(4) (A) - (I), (B) - (II), (C) - (III), (D) - (IV)

22. Which training method is another variation of variable pace method ?

(1) Fartlek method

(2) Interval method

(3) Repetition method

(4) Continuous method

20. নীচের বিকল্পগুলি থেকে **সঠিক** উত্তরটি বেছে নিনঃ

	তালিকা-I (অঙ্গবিন্যাসগত বিকৃতি)		**তালিকা-II (সংশোধনমূলক ব্যবস্থা)**
(A)	Knock Knees	(I)	পায়ের ভিতরের প্রান্তের সাহায্যে হাঁটা
(B)	গোলাকার কাঁধ (Round Shoulders)	(II)	ঘোড়ায় চড়া
(C)	কাইফোসিস (Kyphosis)	(III)	Wall stretch, পুল আপ
(D)	ধনুকাকার পা (Bow Legs)	(IV)	সাঁতার, জিম বল ব্যায়াম

নীচের বিকল্পগুলি থেকে **সঠিক** উত্তরটি বেছে নিনঃ

(1) (A) - (II), (B) - (III), (C) - (IV), (D) - (I)
(2) (A) - (I), (B) - (II), (C) - (III), (D) - (IV)
(3) (A) - (III), (B) - (II), (C) - (I), (D) - (IV)
(4) (A) - (I), (B) - (II), (C) - (IV), (D) - (III)

21. তালিকা-I-এ তালিকাভুক্ত বৈশিষ্ট্যগুলির সঙ্গে তালিকা-II-এ তালিকাভুক্ত ব্যাখ্যার মিল করুন।

	তালিকা-I (বৈশিষ্ট্য)		**তালিকা-II (ব্যাখ্যা)**
(A)	কার্ডিনাল বৈশিষ্ট্য	(I)	3টি বিষয়ের উপর ভিত্তি করে
(B)	কেন্দ্রীয় বৈশিষ্ট্য	(II)	এটি শুধুমাত্র নির্দিষ্ট পরিস্থিতিতে প্রতিফলিত হয়।
(C)	বৈশিষ্ট্যের মূল্যায়ন	(III)	বিল্ডিং ব্লক যা আমাদের বেশিরভাগ আচরণকে রূপ দেয়
(D)	গৌণ বৈশিষ্ট্য	(IV)	প্রভাবশালী আচরণ

নীচের বিকল্পগুলি থেকে সঠিক উত্তরটি বেছে নিনঃ

(1) (A) - (IV), (B) - (III), (C) - (I), (D) - (II)
(2) (A) - (IV), (B) - (II), (C) - (I), (D) - (III)
(3) (A) - (III), (B) - (I), (C) - (II), (D) - (IV)
(4) (A) - (I), (B) - (II), (C) - (III), (D) - (IV)

22. পরিবর্তনশীল গতি পদ্ধতির (variable pace method) আরেকটি বৈচিত্র্য হল কোন প্রশিক্ষণ পদ্ধতি ?

(1) ফার্টলেক পদ্ধতি
(2) বিরতি পদ্ধতি (Interval method)
(3) পুনরাবৃত্তি পদ্ধতি (Repetition method)
(4) ধারাবাহিক পদ্ধতি (Continuous method)

23. Identify the movement of the exercise shown in the picture given below :

(1) Isometric ankle plantar flexion

(2) Isometric ankle flexion

(3) Isotonic ankle flexion

(4) Isotonic ankle plantar flexion

24. Maintenance of plank position is an example of which type of strength development exercise. Choose from the following :

(1) Isometric (2) Isotonic

(3) Isokinetic (4) Isonomic

25. Venue of Olympic Games is decided by which of the following body ?

(1) International Olympic Academy

(2) International Sports Association

(3) International Olympic Committee

(4) International Olympic Association

26. Which is the governing body responsible for Deaflympics ?

(1) World Deaf Committee (WDC)

(2) International Paralympic Committee (IPC)

(3) International Committee of Sports for the Deaf (ICSD)

(4) Special Olympic Committee (SOC)

SPACE FOR ROUGH WORK

23. নীচের ছবিতে দেখানো ব্যায়ামের ভঙ্গিটি চিহ্নিত করুনঃ

(1) আইসোমেট্রিক গোড়ালি প্ল্যান্টারফ্লেক্সিয়ন

(2) আইসোমেট্রিক গোড়ালি ফ্লেক্সেন

(3) আইসোটোনিক গোড়ালি ফ্লেক্সেন

(4) আইসোটোনিক গোড়ালি প্ল্যান্টারফ্লেক্সিয়ন

24. তক্তার (plank) অবস্থানের রক্ষণাবেক্ষণ হল কোন ধরনের শক্তি বিকাশের অনুশীলনের একটি উদাহরণ ? নিচের বিষয়গুলো থেকে বেছে নিনঃ

(1) আইসোমেট্রিক (2) আইসোটোনিক

(3) আইসোকাইনেটিক (4) আইসোনামিক

25. অলিম্পিক গেমসের ভেনু নিম্নলিখিত কোন সংস্থা দ্বারা নির্ধারিত হয় ?

(1) আন্তর্জাতিক অলিম্পিক অ্যাকাডেমি (2) আন্তর্জাতিক ক্রীড়া সংস্থা

(3) আন্তর্জাতিক অলিম্পিক কমিটি (4) আন্তর্জাতিক অলিম্পিক অ্যাসোসিয়েশন

26. বধির অলিম্পিক পরিচালনার কোন পর্ষদটি করে ?

(1) বিশ্ব বধির কমিটি (ডব্লিউ. ডি. সি)

(2) আন্তর্জাতিক প্যারালিম্পিক কমিটি (আই. পি. সি)

(3) ইন্টারন্যাশনাল কমিটি অফ স্পোর্টস ফর দ্য ডেফ (আই. সি. এস. ডি)

(4) বিশেষ অলিম্পিক কমিটি (এস. ও. সি)

SPACE FOR ROUGH WORK

27. Identify the correct type of postural disorder from the picture given below :

(1) Knock Knee (2) Bow leg

(3) Scoliosis (4) Lordosis

28. Which of the following is ***not*** a cause of sports injury during training ?

(1) Sudden increase of load (2) Lack of proper sports facilities

(3) Poor exercise technique (4) Proper Warm-Up

29. Which of the following is ***not*** a soft tissue injury ?

(1) Contusion (2) Sprain

(3) Dislocation (4) Strain

30. Which one of the following is ***not*** a symptom of a dislocated shoulder joint ?

(1) Pain (2) Swelling

(3) Instability of joint (4) Visible bleeding

31. A tear-like wound caused by either the skin hitting an adjacent object or an object hitting the skin with force will be called _____.

(1) Abrasion (2) Contusion

(3) Incision (4) Laceration

32. What is the weight of medicine ball for boys in Barrow Motor Ability Test ?

(1) 2 kg (2) 3 kg

(3) 6 kg (4) 1 kg

SPACE FOR ROUGH WORK

27. নীচের ছবি থেকে সঠিক ধরনের অঙ্গবিন্যাসগত ব্যাধি চিহ্নিত করুনঃ

(1) হাঁটুর আঘাত
(2) ধনুকের আকৃতির পা
(3) স্কোলিওসিস
(4) লর্ডোসিস

28. নীচের কোনটি প্রশিক্ষণের সময় ঘটে যাওয়া স্পোর্টস ইনজুরির কারণ নয় ?

(1) হঠাৎ করে লোড বৃদ্ধি
(2) যথাযথ ক্রীড়া সুবিধার অভাব
(3) দুর্বল ব্যায়ামের কৌশল
(4) সঠিক ওয়ার্ম-আপ

29. নীচের কোনটি নরম টিস্যুর আঘাত (soft tissue injury) নয় ?

(1) কন্টুসিয়ন (Contusion)
(2) মচকে যাওয়া
(3) স্থানচ্যুতি
(4) স্ট্রেন

30. নিচের কোনটি কাঁধের গাঁটের স্থানচ্যুতির লক্ষণ নয় ?

(1) ব্যথা
(2) ফোলাভাব
(3) জয়েন্টের অস্থিরতা
(4) দৃশ্যমান রক্তপাত

31. ত্বক পার্শ্ববর্তী কোনও বস্তুতে আঘাত করলে বা কোনও বস্তু ত্বকে জোর করে আঘাত করলে টিয়ার মতো ক্ষতকে _____ বলা হবে।

(1) ঘর্ষণ (Abrasion)
(2) কন্টুসিয়ন (Contusion)
(3) ছেদন (Incision)
(4) ছিদ্রকরণ (Laceration)

32. ব্যারো মোটর অ্যাবিলিটি টেস্টে ছেলেদের জন্য মেডিসিন বলের ওজন কত ?

(1) 2 কেজি
(2) 3 কেজি
(3) 6 কেজি
(4) 1 কেজি

SPACE FOR ROUGH WORK

33. Identify the test item of Senior Citizen's Fitness Test in the picture given below :

(1) Chair sit and reach test
(2) Back Scratch test
(3) Arm curl test
(4) 30 second Chair stand test

34. Which of the following will be called as the study of motion of the body with respect to the time, displacement, velocity and speed of movement either in a straight line or in a rotary direction ?

(1) Statics
(2) Dynamics
(3) Kinematics
(4) Kinetics

35. Which of the following options is ***not*** the importance of Sports Biomechanics ?

(1) Performance enhancement
(2) Technique improvement
(3) Equipment improvement
(4) Tactical enhancement

36. What will be the correct sequence of the management of abrasion ?

(A) Visit a doctor
(B) Use sterilized gauze to wipe the dirt and clean the affected area
(C) Application of ointment
(D) Cover the injured part

Choose the correct answer from the options given below :

(1) (C), (D), (B), (A)
(2) (B), (C), (D), (A)
(3) (A), (B), (C), (D)
(4) (D), (C), (A), (B)

SPACE FOR ROUGH WORK

33. নীচের ছবিতে সিনিয়র সিটিজেনস ফিটনেস টেস্টের পরীক্ষার আইটেমটি চিহ্নিত করুন।

(1) চেয়ার সিট এন্ড রিচ টেস্ট
(2) ব্যাক স্ক্র্যাচ পরীক্ষা
(3) বাহু কার্ল পরীক্ষা (Arm curl test)
(4) 30 সেকেন্ড চেয়ার স্ট্যান্ড টেস্ট

34. নিচের কোনটিকে সরলরেখায় বা ঘূর্ণমান দিকের গতির সময়, স্থানচ্যুতি, বেগ এবং গতির সাপেক্ষে বস্তুর গতির অধ্যয়ন বলা হবে ?

(1) স্ট্যাটিক্স (স্থিতিবিদ্যা)
(2) ডায়নামিক্স (Dynamics)
(3) গতিসূত্র বিদ্যা (Kinematics)
(4) গতিবিদ্যা (Kinetics)

35. স্পোর্টস বায়োমেকানিক্সে নিম্নলিখিত বিকল্পগুলির মধ্যে কোনটি গুরুত্বপূর্ণ নয় ?

(1) কর্মক্ষমতা বৃদ্ধি
(2) প্রযুক্তিগত উন্নতি
(3) সরঞ্জামের উন্নতি
(4) কৌশলগত উন্নতি

36. ঘর্ষণজনিত আঘাত নিরাময়ের সঠিক ক্রম কী হবে ?

(A) ডাক্তারের কাছে যান।
(B) ময়লা মুছে ফেলার জন্য এবং আক্রান্ত এলাকা পরিষ্কার করার জন্য জীবাণুমুক্ত গজ ব্যবহার করুন।
(C) মলম প্রয়োগ
(D) আহত অংশটি ঢেকে দিন।

নীচের বিকল্পগুলি থেকে সঠিক উত্তরটি বেছে নিনঃ

(1) (C), (D), (B), (A)
(2) (B), (C), (D), (A)
(3) (A), (B), (C), (D)
(4) (D), (C), (A), (B)

SPACE FOR ROUGH WORK

37. Arrange the following procedural steps to conduct Harvard Step Test in a sequential order from first to last :

(A) Start at command Go

(B) Stepping up and down in a four count sequence on the bench

(C) Measure heart beat from one to one and a half minutes

(D) Compute fitness index score

(E) Sit down after completion of exercise

Choose the correct answer from the options given below :

(1) (A), (B), (C), (D), (E)
(2) (A), (B), (D), (C), (E)
(3) (E), (D), (C), (B), (A)
(4) (A), (B), (E), (C), (D)

38. Which of the following postural deformities are ***not*** related to spine ?

(A) Pes Planus

(B) Kyphosis

(C) Genu Valgum

(D) Lordosis

(E) Genu Varum

Choose the correct answer from the options given below :

(1) (A), (B) and (D) only
(2) (B), (D) and (E) only
(3) (A), (C) and (E) only
(4) (A), (B) and (C) only

39. Which of these personality traits were proposed by modern trait theorist Gordon Allport in 1936 ?

(A) Central traits

(B) Primary traits

(C) Cardinal traits

(D) Approach traits

(E) Secondary traits

Choose the correct answer from the options given below :

(1) (A), (C) and (E) only
(2) (A), (C) and (D) only
(3) (A), (B) and (C) only
(4) (B), (C) and (E) only

SPACE FOR ROUGH WORK

37. হার্ভার্ড স্টেপ টেস্ট প্রথম থেকে শেষ পর্যন্ত ক্রমানুসারে পরিচালনা করার জন্য নিম্নলিখিত পদ্ধতিগত পদক্ষেপগুলি সাজানঃ

(A) গো কমান্ড দিয়ে শুরু করুন

(B) বেঞ্চে চারটি গণনা ক্রমে উপরে ও নিচে নামতে থাকা

(C) এক থেকে দেড় মিনিটের মধ্যে হৃদস্পন্দন পরিমাপ করুন

(D) ফিটনেস সূচক স্কোর গণনা করুন

(E) ব্যায়াম শেষ করার পর বসুন।

নীচের বিকল্পগুলি থেকে **সঠিক** উত্তরটি বেছে নিনঃ

(1) (A), (B), (C), (D), (E)
(2) (A), (B), (D), (C), (E)
(3) (E), (D), (C), (B), (A)
(4) (A), (B), (E), (C), (D)

38. নীচের কোন অঙ্গবিন্যাসগত বিকৃতটি মেরুদণ্ডের সঙ্গে সম্পর্কিত নয় ?

(A) Pes Planus
(B) Kyphosis
(C) Genu Valgum
(D) Lordosis
(E) Genu Varum

নীচের বিকল্পগুলি থেকে সঠিক উত্তরটি বেছে নিনঃ

(1) শুধুমাত্র (A), (B) এবং (D)
(2) শুধুমাত্র (B), (D) এবং (E)
(3) শুধুমাত্র (A), (C) এবং (E)
(4) শুধুমাত্র (A), (B) এবং (C)

39. 1936 সালে আধুনিক বৈশিষ্ট্য তত্ত্ববিদ গর্ডন অলপোর্ট এই ব্যক্তিত্বের বৈশিষ্ট্যগুলির মধ্যে কোনটি প্রস্তাব করেছিলেন ?

(A) কেন্দ্রীয় বৈশিষ্ট্য (Central traits)
(B) প্রাথমিক বৈশিষ্ট্য (Primary traits)
(C) কার্ডিনাল বৈশিষ্ট্য (Cardinal traits)
(D) পদ্ধতিগত বৈশিষ্ট্য (Approach traits)
(E) গৌণ বৈশিষ্ট্য (Secondary traits)

নীচের বিকল্পগুলি থেকে সঠিক উত্তরটি বেছে নিনঃ

(1) শুধুমাত্র (A), (C) এবং (E)
(2) শুধুমাত্র (A), (C) এবং (D)
(3) শুধুমাত্র (A), (B) এবং (C)
(4) শুধুমাত্র (B), (C) এবং (E)

SPACE FOR ROUGH WORK

40. Match the types/steps involved in organising of a tournament listed in **List-I** with their correct associations listed in **List-II**.

List-I (Types/Steps involved in organising a tournament)	**List-II (Associations)**
(A) Bye	(I) $\frac{\text{Number of teams} + 1}{2}$
(B) Knock-out	(II) Next highest power of 2 – number of teams
(C) Number of byes	(III) Team once deafeated is out of tournament
(D) Number of teams in upper half of a knock-out tournament when number of teams are odd	(IV) Advantage given to team in which team will not play first round and directly reaches next round

Choose the correct answer from the options given below :

(1) (A) - (I), (B) - (II), (C) - (III), (D) - (IV)
(2) (A) - (II), (B) - (IV), (C) - (III), (D) - (I)
(3) (A) - (III), (B) - (I), (C) - (II), (D) - (IV)
(4) (A) - (IV), (B) - (III), (C) - (II), (D) - (I)

Read the passage carefully and answer the next five questions strictly as per the passage :

Women's sports, both amateur and professional, have existed throughout the world for centuries in all varieties of sports. There is a rich record of sports participation of women in India. In the days of Mahabharata, Shakuntala, Madhuri, Kunti all chose physical activties as recreation. As time passed, Indian women were deprived of participation in sports for a number of reasons, despite having the potential and talent. They were put on the back seat, and were not allowed to participate in sports. However, female participation and popularity in sports increased dramatically in the last quarter of the 20th century, reflecting changes that emphasize gender parity. Although the level of participation and performance can still be improved, women's participation in sports is generally accepted and promoted today. Although women have shown a dramatic rise in sports participation, there is still a large disparity in participation rates between women and men. These disparities continue to hinder equality in sports. Many institutions and programs still remain conservative and do not contribute to gender equity in sports. Some research in the physical domain lists constraints like heavy limbs, pear-shaped body structure and postural deformities like flat foot, knock knees etc., and physiological constraints including low level of RBCs, smaller heart and lung, high fat percentage, menstrual disorders, etc. as reasons for women's non-participation in sports. There are certain psychological constraints like low self-confidence and self-esteem, higher level of stress and anxiety and social causes like lack of support or positive reinforcement from the family and the male dominated social structure that affect women's participation in sports. Religious and economic factors also play a negative role that affect women's participation in sports.

41. When did the dramatic rise of female sports participation occur ?

(1) First quarter of 21st century
(2) Last quarter of 20th century
(3) Last decade of 18th century
(4) Beginning of 17th century

SPACE FOR ROUGH WORK

40. তালিকা-I -এ তালিকাভুক্ত টুর্নামেন্ট আয়োজনের সাথে জড়িত প্রকার/পদক্ষেপগুলি তালিকা-II-এ তালিকাভুক্ত তাদের সঠিক সংগঠনগুলির সাথে মেলান।

তালিকা-I (টুর্নামেন্ট আয়োজনের সাথে জড়িত প্রকার/পদক্ষেপ)	**তালিকা-II (অ্যাসোসিয়েশন)**
(A) বাই	(I) $\frac{\text{Number of teams} + 1}{2}$
(B) নক আউট	(II) পরবর্তী সর্বোচ্চ শক্তি 2 – দলের সংখ্যা
(C) বাই-এর সংখ্যা	(III) একবার হেরে গেলে দলটি টুর্নামেন্ট থেকে ছিটকে যায়।
(D) নকআউট টুর্নামেন্টের উপরের অংশে দলগুলির সংখ্যা যখন দলগুলির সংখ্যা বিজোড় হয়	(IV) যে দল প্রথম রাউন্ডে খেলবে না এবং সরাসরি পরবর্তী রাউন্ডে পৌঁছাবে, সেই দলকে সুবিধা দেওয়া হয়েছে

নীচের বিকল্পগুলি থেকে **সঠিক** উত্তরটি বেছে নিনঃ

(1) (A) - (I), (B) - (II), (C) - (III), (D) - (IV)
(2) (A) - (II), (B) - (IV), (C) - (III), (D) - (I)
(3) (A) - (III), (B) - (I), (C) - (II), (D) - (IV)
(4) (A) - (IV), (B) - (III), (C) - (II), (D) - (I)

অনুচ্ছেদটি সাবধানে পড়ুন এবং বিষয়বস্তু অনুসারে কঠোরভাবে পাঁচটি প্রশ্নের উত্তর দিনঃ

মহিলাদের খেলাধুলা, অপেশাদার এবং পেশাদার উভয়ই, শতাব্দী ধরে সারা বিশ্বে সমস্ত ধরনের খেলাধুলায় বিদ্যমান। ভারতে মহিলাদের খেলাধুলায় অংশগ্রহণের একটি সমৃদ্ধ ইতিহাস রয়েছে। মহাভারতের দিনে, শকুন্তলা, মাধুরী, কুন্তী সকলেই বিনোদন হিসাবে শারীরিক ক্রিয়াকলাপ বেছে নেন। সময়ের সঙ্গে সঙ্গে ভারতীয় মহিলারা সম্ভাবনা ও প্রতিভা থাকা সত্ত্বেও বিভিন্ন কারণে খেলাধুলায় অংশগ্রহণ থেকে বঞ্চিত ছিলেন। তাদের পিছনের আসনে বসানো হয়েছিল এবং খেলাধুলায় অংশগ্রহণের অনুমতি দেওয়া হয়নি। যাইহোক, বিংশ শতাব্দীর শেষ চতুরার্ধ শেষে ত্রৈমাসিকে খেলাধুলায় মহিলাদের অংশগ্রহণ এবং জনপ্রিয়তা নাটকীয়ভাবে বৃদ্ধি পেয়েছে, যা লিঙ্গ সমতার উপর জোর দেওয়া পরিবর্তনগুলিকে প্রতিফলিত করে। যদিও অংশগ্রহণ এবং পারফরম্যান্সের মাত্রা এখনও উন্নত করা যেতে পারে, তবে খেলাধুলায় মহিলাদের অংশগ্রহণ আজ সাধারণভাবে গৃহীত এবং প্রচারিত হয়।

যদিও খেলাধুলায় মহিলাদের অংশগ্রহণ নাটকীয়ভাবে বৃদ্ধি পেয়েছে, তবুও মহিলা ও পুরুষদের মধ্যে অংশগ্রহণের হারে এখনও একটি বড় ঘাটতি রয়েছে। এই বৈষম্যগুলির জন্য খেলাধুলায় সমতা বাধাগ্রস্ত হয়ে চলেছে, অনেক প্রতিষ্ঠান এবং কর্মসূচি এখনও রক্ষণশীল রয়ে গেছে এবং খেলাধুলায় লিঙ্গ সমতায় ভুমিকা রাখে না। শারীরিক ক্ষেত্রে কিছু গবেষণায় ভারী অঙ্গপ্রত্যঙ্গ, অর্ধ গোলাকার দেহের - কাঠামো এবং সমতল পা, নক হাঁটু ইত্যাদির মতো অঙ্গবিন্যাসগত বাধাগুলির মতো সীমাবদ্ধতাগুলি তালিকাভুক্ত করা হয়েছে। মহিলাদের খেলাধুলায় অংশগ্রহণ না করার কারণ হিসাবে, এবং কম RBC's সংখ্যা, ছোট হৃদয় এবং ফুসফুস, উচ্চ চর্বির শতাংশ, মাসিকের ব্যাধি ইত্যাদি সহ শারীরবৃত্তীয় সীমাবদ্ধতা। কিছু মনস্তাত্ত্বিক সীমাবদ্ধতা রয়েছে যেমন কম আত্মবিশ্বাস এবং আত্মসম্মান, উচ্চ স্তরের চাপ এবং উদ্বেগ এবং সামাজিক কারণ যেমন পরিবারের সমর্থন বা ইতিবাচক শক্তিবৃদ্ধির অভাব এবং পুরুষ অধ্যুষিত সামাজিক কাঠামো যা খেলাধুলায় মহিলাদের অংশগ্রহণকে প্রভাবিত করে। ধর্মীয় ও অর্থনৈতিক কারণগুলিও নেতিবাচক ভূমিকা পালন করে যা খেলাধুলায় মহিলাদের অংশগ্রহণকে প্রভাবিত করে।

41. কখন মহিলাদের খেলাধুলায় অংশগ্রহণের নাটকীয় বৃদ্ধি ঘটেছিল ?

(1) একবিংশ শতাব্দীর প্রথম চতুরার্ধে
(2) বিংশ শতাব্দীর শেষ চতুরার্ধে
(3) অষ্টাদশ শতাব্দীর শেষ দশকে
(4) 17শ শতাব্দীর সূচনায়

SPACE FOR ROUGH WORK

42. Which of the following is ***not*** a psychological constraint for women's participation in sports ?

(1) Self-confidence
(2) Positive Reinforcement
(3) Stress and Anxiety
(4) Self-Esteem

43. What may be the hindrance of equality in sports among women and men ?

(1) Increase of popularity of women in sports
(2) Increase of women sports officials
(3) Institutions and programmes are conservative
(4) Promotion of women's participation in India

44. Which of the following is a physiological reason for women's non-participation in sports ?

(1) Pear-shaped body
(2) Heavy limbs
(3) Smaller hearts and lungs
(4) Oblique femur bone

45. What kind of record does India have in participation of women in sports ?

(1) Below average
(2) Rich
(3) Low
(4) Intermediate

Read the passage carefully and answer the next five questions strictly as per the passage :

In the beginning of the annual academic planning for the school, a physical education committee meeting was held which included the school principal, teachers and students, almuni and parents. The agenda of the discussion was to plan for a comprehensive program for physical education and sports for all age groups and prepare a schedule of events along with recommendations for various sub-committees to conduct sports events. The team released the schedule of the events to be conducted in the current academic year. As per the interest and capabilities of students and teachers, various sub-committees were recommended. The sub-committee consisting of house-teachers and students provided feedback about concerns regarding draws and fixtures in intramural school tournament where the best teams competed against each other in the initial round itself. The students also felt that sometimes the teams were not cohesive and did not display sportsman-like behaviour on or off the field. They felt such situations were unseemly and could be avoided through a systematic process. There was also a need to increase the coordination among the committees with more defined roles and responsibilities of each member. To provide exposure to the potential atheletes and for talent development, a proposal was put forward for hosting a state-level inter-school competition at the school. To this end, the committees would need human resources, technical support and financial assistance. A new feature to the annual physical education programme, was the conducting of a mass run for crowd funding.

SPACE FOR ROUGH WORK

42. নিচের কোনটি খেলাধুলায় মহিলাদের অংশগ্রহণের জন্য মনস্তাত্ত্বিক বাধা নয় ?

(1) আত্মবিশ্বাস (2) ইতিবাচক reinforcement

(3) চাপ এবং উদ্বেগ (4) আত্মসম্মান (Self-Esteem)

43. নারী ও পুরুষের মধ্যে খেলাধুলায় সমতার ক্ষেত্রে কী বাধা হতে পারে ?

(1) খেলাধুলায় মহিলাদের জনপ্রিয়তা বৃদ্ধি

(2) মহিলা ক্রীড়া আধিকারিকদের সংখ্যা বৃদ্ধি

(3) প্রতিষ্ঠান ও কর্মসূচিগুলি রক্ষণশীল

(4) ভারতে মহিলাদের অংশগ্রহণের প্রচার

44. নিম্নলিখিতগুলির মধ্যে কোনটি মহিলাদের খেলাধুলায় অংশগ্রহণ না করার একটি শারীরবৃত্তীয় কারণ ?

(1) অর্ধগোলাকৃতিকার শরীর (2) ভারী অঙ্গপ্রত্যঙ্গ

(3) ছোট হৃদয় এবং ফুসফুস (4) Oblique ফিমার হাড়

45. খেলাধুলায় মহিলাদের অংশগ্রহণের ক্ষেত্রে ভারতের কী ধরনের রেকর্ড রয়েছে ?

(1) গড়ের নিচে (2) খুব ভালো (3) খারাপ (4) মাঝামাঝি

অনুচ্ছেদটি সাবধানে পড়ুন এবং অনুচ্ছেদ অনুসারে পাঁচটি প্রশ্নের কঠোর উত্তর দিনঃ

বিদ্যালয়ের বার্ষিক একাডেমিক পরিকল্পনার শুরুতে একটি শারীরিক শিক্ষা কমিটির সভা অনুষ্ঠিত হয়েছিল যার মধ্যে বিদ্যালয়ের অধ্যক্ষ, শিক্ষক ও শিক্ষার্থী, প্রাক্তনীরা এবং অভিভাবকদের অন্তর্ভুক্ত ছিল, আলোচনার এজেন্ডা ছিল সমস্ত বয়সের জন্য শারীরিক শিক্ষা এবং খেলাধুলার জন্য ব্যাপক কর্মসূচির পরিকল্পনা করা এবং ক্রীড়া ইভেন্ট পরিচালনার জন্য বিভিন্ন উপ-কমিটির সুপারিশ সহ ইভেন্টের একটি সময়সূচী প্রস্তুত করা। দলটি চলতি শিক্ষাবর্ষে পরিচালিত ইভেন্টগুলির সময়সূচী প্রকাশ করেছে।.

শিক্ষার্থী ও শিক্ষকদের আগ্রহ ও সক্ষমতা অনুযায়ী বিভিন্ন উপ-কমিটির সুপারিশ করা হয়েছিল। গৃহশিক্ষক এবং শিক্ষার্থীদের নিয়ে গঠিত উপ-কমিটি শেষ অন্তস্কুল টুর্নামেন্টে ড্র এবং ফিক্সচার সম্পর্কিত উদ্বেগ সম্পর্কে প্রতিক্রিয়া জানিয়েছিল যেখানে সেরা দলগুলি প্রাথমিক রাউন্ডেই একে অপরের বিরুদ্ধে প্রতিদ্বন্দ্বিতা করেছিল।.শিক্ষার্থীরা এও অনুভব করেছিল যে, কখনও কখনও দলগুলি ঐক্যবদ্ধ ছিল না এবং মাঠে বা মাঠের বাইরে ক্রীড়াবিদের মতো আচরণ প্রদর্শন করত না। তাঁরা মনে করেছিলেন যে, এই ধরনের পরিস্থিতি অযৌক্তিক এবং প্রথাবদ্ধ প্রক্রিয়ার মাধ্যমে তা এড়ানো যেতে পারে। প্রতিটি সদস্যের আরও সুনির্দিষ্ট ভূমিকা ও দায়িত্ব সহ কমিটিগুলির মধ্যে সমন্বয় বাড়ানোরও প্রয়োজন ছিল। সম্ভাব্য ক্রীড়াবিদদের সঙ্গে পরিচয় করিয়ে দিতে এবং প্রতিভা বিকাশের জন্য, বিদ্যালয়ে রাজ্য-স্তরের আন্তঃ-বিদ্যালয় প্রতিযোগিতা আয়োজনের জন্য একটি প্রস্তাব পেশ করা হয়েছিল। এই লক্ষ্যে কমিটিগুলির মানবসম্পদ, প্রযুক্তিগত সহায়তা এবং আর্থিক সহায়তার প্রয়োজন হবে। বার্ষিক শারীরিক শিক্ষা কর্মসূচির একটি নতুন কার্যাবলী ছিল জনসাধারনের তহবিলের জন্য একটি গণ দৌড় পরিচালনা করা।

SPACE FOR ROUGH WORK

46. What kind of proposal was forwarded by the committees in order to provide exposure to potential athletes ?

(1) Hosting state-level inter-school competition at school

(2) Hosting annual day

(3) Hosting intramural

(4) Hosting cultural programme in school

47. In what manner is the situation of unsportsman-like behaviour can be avoided ?

(1) Guidelines

(2) Systematic behaviour

(3) Systematic process

(4) Instruction

48. On what basis were the various sub-committees recommended ?

(1) Economic status

(2) Interest and capabilites

(3) Seniority

(4) Potential

49. What was the agenda of discussion in the physical education committee meeting ?

(1) To organise annual day

(2) To plan a comprehensive program

(3) Finalized guidelines for sports meet

(4) To promote extramural activity

50. In which meeting were the school principal, teachers and alumni included ?

(1) Physical education committee

(2) Academic planning

(3) Intramural

(4) Extramural

SPACE FOR ROUGH WORK

46. সম্ভাবনাময় যোগ্য ক্রীড়াবিদদের এক্সপোজার দেওয়ার জন্য কমিটিগুলি কী ধরনের প্রস্তাব পাঠিয়েছিল ?

(1) বিদ্যালয়ে রাজ্য স্তরের আন্তঃবিদ্যালয় প্রতিযোগিতার আয়োজন

(2) annual day পালন

(3) অন্তবিদ্যালয় অনুষ্ঠান পালন

(4) বিদ্যালয়ে সাংস্কৃতিক অনুষ্ঠানের আয়োজন

47. খেলোয়াড় অসুলভ আচরণের পরিস্থিতি কীভাবে এড়ানো যেতে পারে ?

(1) নির্দেশাবলী

(2) প্রথাবদ্ধ আচরণ

(3) প্রথাবদ্ধ প্রক্রিয়া

(4) নির্দেশনা

48. কোন ভিত্তিতে বিভিন্ন উপকমিটির সুপারিশ করা হয়েছিল ?

(1) অর্থনৈতিক অবস্থা

(2) আগ্রহ ও সক্ষমতা

(3) বেশি অনুভবী

(4) সম্ভাবনাময়

49. শারীরিক শিক্ষা কমিটির বৈঠকে আলোচনার বিষয়বস্তু কী ছিল ?

(1) বার্ষিক দিবসের আয়োজন

(2) একটি ব্যাপক কর্মসূচি পরিকল্পনা করা

(3) ক্রীড়া প্রতিযোগিতার জন্য চূড়ান্ত নির্দেশিকা

(4) বহির্মুখী কার্যকলাপকে উৎসাহিত করা

50. কোন বৈঠকে বিদ্যালয়ের অধ্যক্ষ, শিক্ষক এবং প্রাক্তন ছাত্রদের অন্তর্ভুক্ত করা হয়েছিল ?

(1) শারীরিক শিক্ষা কমিটি

(2) একাডেমিক পরিকল্পনা

(3) Intramural

(4) Extramural

SPACE FOR ROUGH WORK

SPACE FOR ROUGH WORK

SPACE FOR ROUGH WORK

Read carefully the following instructions :

8. No candidate will be allowed to leave the OMR Answer Sheet blank. If any OMR Answer Sheet is found blank, it shall be crossed by the Invigilator with his/her signature, mentioning “Cancelled” on it.

9. Do not tear or fold any page of the Test Booklet and OMR Answer Sheet.

10. Candidates are advised to ensure that they fill the correct particulars on the OMR Answer Sheet, i.e., Application No., Roll No., Test Booklet No., Name, Mother’s Name, Father’s Name and Signature.

11. In case of any discrepancy in any question between English and Hindi/Regional language version, the English version will be considered as the final version for evaluation.

12. Rough work is to be done in the space provided for this purpose in the Test Booklet only.

13. The answers will be evaluated through electronic scanning process. Incomplete or incorrect entries may render the OMR Answer Sheet invalid.

14. Candidates are advised not to fold or make any stray marks on the OMR Answer Sheet. Use of Eraser, Nail, Blade, White Fluid/Whitener, etc., to smudge, scratch or damage in any manner the OMR Answer Sheet during examination is strictly prohibited. Candidature and OMR Answer Sheet of candidates using Eraser, Nail, Blade or White Fluid/Whitener to smudge, scratch or damage in any manner shall be cancelled.

15. There will be one copy of OMR Answer Sheet i.e., the Original Copy. After the examination is over, the candidate shall hand over the OMR Answer Sheet to the Invigilator. The candidate can take away the Test Booklet after the examination is over. If the candidate does not hand over the OMR Answer Sheet to the Invigilator and goes away with the OMR Answer Sheet, his/her candidature shall be cancelled and criminal proceedings shall also be initiated against him/her.

16. Candidates are advised strictly not to carry handkerchief, any mobile phone, any type of watch, belt or wear ornaments like ring, chain, ear-ring, etc., electronic or communication device, pen, pencil, eraser, sharpener and correction fluid to the Examination Centre. If any candidate is found possessing any such item, he/she will not be allowed to enter the examination centre. Possession of a mobile phone or any other aiding material as mentioned above by the candidate in the examination room will be treated as a serious violation and it may lead to cancellation of the candidature and debarring him/her from future examinations.

17. If a candidate violates any instructions or shows any indiscipline or misbehaviour, appropriate action will be taken including cancellation of candidature and debarring from future examinations.

18. Use of electronic/manual calculator is **not** allowed.

নিম্নলিখিত নির্দেশাবলী মন দিয়ে পড়ুন :

8. কোনো প্রার্থীকে ওএমআর উত্তরপত্র খালি রাখতে দেওয়া হবে না। যদি কোনো OMR উত্তরপত্র খালি পাওয়া যায়, তাহলে তা পরিদর্শক তার স্বাক্ষরসহ এটিতে "বাতিল" বলে উল্লেখ করে ক্রস করবেন।

9. টেস্ট বুকলেটের ও ওএমআর উত্তরপত্র এর কোনো পৃষ্ঠা ছিঁড়বেন না বা ভাঁজ করবেন না।

10. প্রার্থীদের ওএমআর উত্তরপত্রে সঠিক বিবরণ যেমন, আবেদন নং, রোল নং, টেস্ট বুকলেট নং, নাম, মায়ের নাম, পিতার নাম এবং স্বাক্ষর সঠিক ভাবে পূরণ করার পরামর্শ দেওয়া হচ্ছে।

11. ইংরেজি এবং হিন্দি/আঞ্চলিক ভাষার প্রশ্নপত্রের সংস্করণের মধ্যে কোনো প্রশ্নে কোনো অমিল হলে, ইংরেজি প্রশ্নটিকে মূল্যায়নের জন্য চূড়ান্ত সংস্করণ হিসেবে বিবেচনা করা হবে।

12. পরীক্ষার পুস্তিকাতে ফাঁকা যায়গাটি রাফ কাজের জন্য দেওয়া হয়েছে।

13. উত্তরগুলি ইলেকট্রনিক স্ক্যানিং প্রক্রিয়ার মাধ্যমে মূল্যায়ন করা হবে। অসম্পূর্ণ বা ভুল এন্ট্রি হলে OMR উত্তর পত্র অবৈধ হিসাবে ধরা হতে পারে।

14. প্রার্থীদের ওএমআর উত্তরপত্রে ভাঁজ বা বিভ্রান্তিকর চিহ্ন না ব্যবহার করার পরামর্শ দেওয়া হচ্ছে। পরীক্ষার সময় ওএমআর উত্তরপত্রে যেকোনও উপায়ে দাগ, আঁচড় বা ক্ষতি করার জন্যই রেজার, পেরেক, ব্লেড, সাদাতরল/হোয়াইটনার ইত্যাদি ব্যবহার করা কঠোর ভাবে নিষিদ্ধ। ইরেজার, পেরেক, ব্লেড বা হোয়াইট ফ্লুইড/হোয়াইটনার ব্যবহার করে যেকোনো উপায়ে দাগ, আঁচড় বা ক্ষতিকরার জন্য প্রার্থীদের প্রার্থীতা এবং OMR উত্তরপত্র বাতিল করা হবে।

15. ওএমআর উত্তরপত্রের একটিই কপি থাকবে, অর্থাৎ মূলকপি। পরীক্ষা শেষ হওয়ার পরে, প্রার্থীকে ওএমআর উত্তরপত্রটি পরিদর্শকের কাছে হস্তান্তর করতে হবে। পরীক্ষা শেষ হওয়ার পর পরীক্ষার্থী পরীক্ষা পুস্তিকাটি নিয়ে যেতে পারেন। যদি পরীক্ষার্থী পরীক্ষকের কাছে OMR উত্তর পত্র হস্তান্তর না করে এবং OMR উত্তর পত্র নিয়ে চলে যায়, তবে তার পরীক্ষার্থীকে বাতিল করা হবে এবং তার বিরুদ্ধে ফৌজদারি মামলাও শুরু করা হবে।

16. পরীক্ষাকেন্দ্রে প্রার্থীদেরকে রুমাল, কোনো মোবাইল ফোন, কোনো ধরনের ঘড়ি, বেল্ট বা অলঙ্কার যেমন রিং, চেইন, কানের রিং ইত্যাদি, ইলেকট্রনিক বা যোগাযোগের যন্ত্র, কলম, পেন্সিল, ইরেজার, শার্পনার এবং সংশোধন তরল বহন না করার জন্য কঠোর ভাবে নির্দেশ দেওয়া হচ্ছে। কোনো পরীক্ষার্থীর কাছে এ ধরনের কোনো জিনিস পাওয়া গেলে তাকে পরীক্ষা কেন্দ্রে প্রবেশ করতে দেওয়া হবে না। পরীক্ষাকক্ষে প্রার্থীর দ্বারা উপরে উল্লিখিত জিনিস, মোবাইল ফোন বা অন্য কোন সাহায্যকারী সামগ্রী রাখা একটি গুরুতর নিয়ম লঙ্ঘন হিসাবে বিবেচিত হবে এবং এটি পরীক্ষা থেকে তাকে বাতিল এবং ভবিষ্যতের পরীক্ষা থেকেও তাকে বঞ্চিত করতে পারে।

17. যদি কোনো প্রার্থী কোনো নির্দেশ লঙ্ঘন করে বা কোনো বিশৃঙ্খলা বা অসদাচরণ দেখায়, তাহলে প্রার্থীকে বাতিল করা হবে এবং ভবিষ্যত পরীক্ষা থেকে বিরত থাকা সহ যথাযথ ব্যবস্থা নেওয়া হবে।

18. ইলেকট্রনিক/ম্যানুয়াল ক্যালকুলেটর ব্যবহার অনুমোদিত ***নয়***।