

2022

## PHYSICAL EDUCATION

(General)

Paper Code : V - A & B

Health Education

(New Syllabus)

Full Marks : 50

Time : Two Hours

Paper Code : V - A

(Marks : 15)

Choose the correct answer.

Each question carries 1 Mark.

1. How many years ago the 'First Aid' word in England was accepted?

(A) 1875

(B) 1879

(C) 1870

(D) 1900

1. ইংল্যান্ডে 'প্রাথমিক চিকিৎসা' শব্দটি কত বছর আগে গৃহীত হয়েছিল?

(A) 1875

(B) 1879

(C) 1870

(D) 1900

2. Which one of the following is an example of water soluble vitamins?

(A) Vitamin 'D'

(B) Vitamin 'C'

(C) Vitamin 'A'

(D) Vitamin 'K'

2. নিচের কোনটি জলেতে দ্রবণীয় ভিটামিনের উদাহরণ?

- (A) ভিটামিন 'ডি'
- (B) ভিটামিন 'সি'
- (C) ভিটামিন 'এ'
- (D) ভিটামিন 'কে'

3. Which vitamin is called ascorbic acid?

- (A) Vitamin 'K'
- (B) Vitamin 'C'
- (C) Vitamin 'B' Complex
- (D) Vitamin 'E'

3. কোন ভিটামিনকে অ্যাসকরবিক এসিড বলা হয়?

- (A) ভিটামিন 'কে'
- (B) ভিটামিন 'সি'
- (C) ভিটামিন 'বি' কমপ্লেক্স
- (D) 'ভিটামিন 'ই'

4. Fresh vegetable and fruits are rich sources of—

- (A) Vitamins
- (B) Minerals
- (C) Fats
- (D) Both (A) & (B)

4. টাটকা শাকসবজি এবং ফলমূল এর সমৃদ্ধ উৎস—

- (A) ভিটামিন
- (B) খনিজ পদার্থ
- (C) চর্বি
- (D) (A) এবং (B) উভয়ই

5. According to WHO's definition of Health, which points are included afterward—

- (A) Social and Economic
- (B) Physical and emotion
- (C) Social and mental
- (D) Physical and economic

5. WHO এর স্বাস্থ্যের সংজ্ঞা অনুসারে, কোন পয়েন্টগুলি পরে অন্তর্ভুক্ত করা হয়েছে—

- (A) সামাজিক ও অর্থনৈতিক
- (B) শারীরিক ও আবেগ
- (C) সামাজিক ও মানসিক
- (D) শারীরিক ও অর্থনৈতিক

6. Which is a not principle of health education?

- (A) Health instruction programme should be interest on demand based
- (B) Health education should not given through artificial way
- (C) Always teaching Aids must be used during Health education
- (D) Identified the difference between healthy and unhealthy

6. কোনটি স্বাস্থ্য শিক্ষার নীতি নয়?

- (A) স্বাস্থ্য নির্দেশনা কর্মসূচী চাহিদা ভিত্তিক সুদ হওয়া উচিত
- (B) কৃত্রিম উপায়ে স্বাস্থ্য শিক্ষা দেওয়া উচিত নয়
- (C) স্বাস্থ্য শিক্ষার সময় সর্বদা টিচিং এইড ব্যবহার করতে হবে
- (D) স্বাস্থ্যকর এবং অস্বাস্থ্যকরের মধ্যে পার্থক্য চিহ্নিত করুন

7. In school, health instruction programme which person are less responsible under the following?

- (A) Teacher
- (B) Students
- (C) Health Specialized person
- (D) Guardian

7. স্কুলে, স্বাস্থ্য নির্দেশনা প্রোগ্রামে নিচের অধীনে কোন ব্যক্তি কম দায়ী?
- (A) একজন শিক্ষক  
(B) ছাত্ররা  
(C) স্বাস্থ্য বিশেষায়িত ব্যক্তি  
(D) অভিভাবক
8. For successful school health instruction programme, which one we need to take?
- (A) Health Instruction Programme  
(B) Health Check Programme  
(C) Health Service Programme  
(D) All of the above
8. সফল স্কুল হেলথ ইন্সট্রাকশন প্রোগ্রামের জন্য আমাদের কোনটি নিতে হবে?
- (A) স্বাস্থ্য নির্দেশনা প্রোগ্রাম  
(B) স্বাস্থ্য পরীক্ষা কার্যক্রম  
(C) স্বাস্থ্য সেবা কার্যক্রম  
(D) উপরের সবগুলো
9. Which is not international Health Organisation?
- (A) WHO  
(B) UNICEF  
(C) UNESCO  
(D) UNCTAD
9. কোনটি আন্তর্জাতিক স্বাস্থ্য সংস্থা নয়?
- (A) WHO  
(B) ইউনিসেফ  
(C) ইউনেস্কো  
(D) UNCTAD

10. Which is the disease caused by water born bacteria?
- (A) Hepatitis  
(B) Cholera  
(C) Diarrhoea  
(D) Typhoid
10. জলবাহিত ব্যাকটেরিয়া দ্বারা সৃষ্ট রোগ কোনটি?
- (A) হেপাটাইটিস  
(B) কলেরা  
(C) ডায়রিয়া  
(D) টাইফয়েড
11. Milk, butter and ghee provider—
- (A) Vitamin B and C  
(B) Vitamin E and K  
(C) Vitamin A and B  
(D) Vitamin A and D
11. দুধ, মাখন ও ঘি প্রদানকারী—
- (A) ভিটামিন 'বি' এবং 'সি'  
(B) ভিটামিন 'ই' এবং 'কে'  
(C) ভিটামিন 'এ' এবং 'বি'  
(D) ভিটামিন 'এ' এবং 'ডি'
12. The immediate source of energy in the body is—
- (A) Fat  
(B) Carbohydrate  
(C) ATP  
(D) Protein

12. শরীরে শক্তির তাৎক্ষণিক উৎস হল—

- (A) মোটা
- (B) কার্বোহাইড্রেট
- (C) ATP
- (D) প্রোটিন

13. Which is not communicable disease?

- (A) Kyphosis
- (B) Loardosis
- (C) Scoliosis
- (D) None of these

13. কোনটি সংক্রামক রোগ নয়?

- (A) কাইফোসিস
- (B) লর্ডোসিস
- (C) স্কোলিওসিস
- (D) এগুলোর কোনোটিই নয়

14. Which of the following ergogenic aid is not a stimulant?

- (A) Caffeine
- (B) Morphine
- (C) Amphetamine
- (D) Alcohol

14. নিচের কোনটি Ergogenic সাহায্য একটি উদ্দীপক নয়?

- (A) ক্যাফেইন
- (B) মরফিন
- (C) অ্যামফিটামিন
- (D) অ্যালকোহল

15. A substance needed by the body for growth, energy, repair and maintenance is called—

- (A) Nutrient
- (B) Carbohydrate
- (C) Calories
- (D) Fatty acid

15. শরীরের বৃদ্ধি, শক্তি, মেরামত এবং রক্ষণাবেক্ষণের জন্য প্রয়োজনীয় পদার্থকে বলা হয়—

- (A) পুষ্টি
  - (B) কার্বোহাইড্রেট
  - (C) ক্যালোরি
  - (D) ফ্যাটি অ্যাসিড
-

**Paper Code : V - B**

(Marks : 35)

*The figures in the margin indicate full marks.  
Candidates are required to give their answers  
in their own words as far as practicable.*

**Group-A**

**(Answer any two question of the following—each question carrying 10 marks) 10×2=20**

1. Define Health Education. Explain the importance of Health Education on Sports and Games.
2. Define communicable disease. What are the preventive measure will you take to prevent malaria?
3. Discuss the health environment in the educational institution.
4. Define First-Aid. Explain the First-Aid management of any two sports injuries.
5. Define Postural deformities. Write Causes and corrective exercise of Kyphosis and Lordosis.

**Group-B**

**(Answer any three question of the following—each question carrying 5 marks) 5×3=15**

**Write Short Note :**

6. Personal Hygiene
7. Balance Diet
8. Health disorders due to deficiencies of Vitamins and Minerals
9. Knock Knees and Flat Foot
10. Obesity and Diabetes
11. Fracture and Dislocation
12. Tobacco and sports performance

**বঙ্গানুবাদ**

**বিভাগ-ক**

(নিম্নলিখিত যেকোনো দুটি প্রশ্নের উত্তর দাও—প্রতিটি প্রশ্নে 10 নম্বর থাকবে)

**10×2=20**

1. স্বাস্থ্য শিক্ষার সংজ্ঞা দাও। খেলাধুলা ও খেলায় স্বাস্থ্য শিক্ষার গুরুত্ব ব্যাখ্যা কর।

P.T.O.



2. সংক্রামক রোগের সংজ্ঞা দাও। ম্যালেরিয়া প্রতিরোধে আপনি কী কী প্রতিরোধমূলক ব্যবস্থা নেবেন?
3. শিক্ষা প্রতিষ্ঠানের স্বাস্থ্য পরিবেশ আলোচনা কর।
4. প্রাথমিক চিকিৎসার সংজ্ঞা দাও। যেকোনো দুটি ক্রীড়া আঘাতের প্রাথমিক চিকিৎসা ব্যবস্থাপনা ব্যাখ্যা কর।
5. পোস্টুরাল বিকৃতি সংজ্ঞায়িত করুন। কাইফোসিস এবং লর্ডেসিসের কারণ ও সংশোধনমূলক ব্যায়াম লিখ।

বিভাগ-খ

(নিম্নলিখিত যেকোনো তিনটি প্রশ্নের উত্তর দাও—প্রতিটি প্রশ্নে 5 নম্বর থাকবে)

5×3=15

সংক্ষিপ্ত নোট লিখ :

6. ব্যক্তিগত স্বাস্থ্যবিধি
  7. ব্যালেন্স ডায়েট
  8. ভিটামিন এবং খনিজগুলির ঘাটতির কারণে স্বাস্থ্যের ব্যাধি
  9. নক নি এবং ফ্ল্যাট ফুট
  10. স্থূলতা এবং ডায়াবেটিস
  11. ফ্যাক্টর এবং স্থানচ্যুতি
  12. তামাক এবং ক্রীড়া কর্মক্ষমতা
-