

2020
BPED
1st Semester Examination
TRACK AND FIELD

PAPER—PC-101

(PRACTICAL)

Full Marks : 70

Time : 3 Hours

The figures in the right-hand margin indicate full marks.

Illustrate the answers wherever necessary.

Group – A

(Answer any *three* questions) 20×3

- 1.** Classify starting techniques in athletics. Write in detail about Medium Start. 5+15
- 2.** Distinguish between Run Through and Shoulder Shrug. Describe the different phases of Shoulder Shrug in finishing. 8+12

(Turn Over)

3. Explain different phases of 100 mt. race. Describe a technique in detail about Hurdles Race. 8+12
4. Write in detail the process of marking in 100 mt. Hurdles Race. 20
5. Draw clear pictures of Baton Exchange Zone for different distances. How to lay out a 4×100 mt. Baton Exchange Zone? 6+14
6. Write in detail about finish technique of Forward Lunging. 20

Group – B

(Answer any *one* question) 10×1

7. Describe about Standing start in Athletics. 10
8. What do you mean by visible and non-visible exchange? Explain about application and uses of visible and non-visible exchange. 4+6

—

বঙ্গানুবাদ

দক্ষিণ প্রান্তস্থ সংখ্যাগুলি প্রশ্নমান নির্দেশক।

পরীক্ষার্থীদের যথাসম্ভব নিজের ভাষায় উত্তর দেওয়া প্রয়োজন।

বিভাগ-ক

যেকোনো তিনটি প্রশ্নের উত্তর দাও :

২০×৩

- ১। অ্যাথলেটিক্সে দৌড় শুরুর কৌশলগুলির শ্রেণীবিভাগ কর। Medium Start-সম্পর্কে বিস্তারিতভাবে লেখ।
৫+১৫
- ২। Run Through এবং Shoulder Shrug-এর মধ্যে পার্থক্য নিরূপণ কর। দৌড় সমাপ্তির Shoulder Shrug কৌশলটির বিভিন্ন দশাগুলি বর্ণনা কর।
৮+১২
- ৩। ১০০ মি. দৌড়ের বিভিন্ন দশাগুলি বর্ণনা কর। Hardles Race সম্পাদন করার যেকোনো একটি পদ্ধতি বিস্তারিতভাবে বর্ণনা কর।
৮+১২
- ৪। ১০০ মি. Hardles Race-এর অঙ্কন পদ্ধতি বর্ণনা কর।
২০

- ৫। বিভিন্ন দূরত্বের Baton Exchange Zone-এর পরিচ্ছন্ন ছবিগুলি অঙ্কন কর। কিভাবে একটি ৪ × ১০০ মিটার দৌড়ের Baton Exchange Zone অঙ্কন করা হয়। ৬+১৪
- ৬। Forward Lunging দৌড় সমাপ্তির কৌশলটি বিস্তারিত ভাবে বর্ণনা কর। ২০

বিভাগ-খ

- যেকোনো একটি প্রশ্নের উত্তর দাও : ১০×১
- ৭। অ্যাথলেটিক্সের Standing start সম্পর্কে বিস্তারিতভাবে লেখ। ১০
- ৮। দৃশ্যমান ও অদৃশ্যমান পরিবর্তন বলতে কী বোঝো? দৃশ্যমান ও অদৃশ্যমান পরিবর্তনের প্রয়োগ এবং ব্যবহার ব্যাখ্যা কর। ৪+৬
