

FAKIR CHAND COLLEGE

Sub:- PEDG, class - SEM-6, DSE-AB,

Internal Assessment - 2021, Time:- 30m, Pm 40

(A) যে কোন নাঁচটি (৫) প্রশ্নের উত্তর দাও:-

৫x2=10

- (i) কীভাবে প্রশিক্ষণ (sports training) কি?
- (ii) উষ্ণীকরণ (warming up) কি?
- (iii) চক্রাকার প্রশিক্ষণ (circuit training) কি?
- (iv) Sports training এর বৈশিষ্ট্য কি?
- (v) ওজন নিয়ে কীভাবে প্রশিক্ষণ (weight training) কাকে বলে?
- (vi) লোড (load) কি?
- (vii) বিচ্ছিন্ন প্রশিক্ষণ (Interval training) কী বলা হয়?

Project :- Uploaded the project with PDF format.