

U.G. 1st Semester Internal Assignment – 2023

PHYSICAL EDUCATION

(MULTIDISCIPLINARY)

Course Code: PEDS-MU-T-1

Multidisciplinary Course: Health and Wellness

(NEP-2020)

1. যে কোনো দুটি প্রশ্নের উত্তর দাও:

5×2=10

- a) স্বাস্থ্য ও সুস্থতা বলতে কী বোঝো? স্বাস্থ্য ও সুস্থতার উপর প্রভাব বিস্তারকারী বিষয়/উপাদান গুলি সংক্ষেপে আলোচনা কর।
 - b) মানসিক স্বাস্থ্য বলতে কী বোঝো? মানসিক স্বাস্থ্যের উপর প্রভাব বিস্তারকারী বিষয়গুলি সংক্ষেপে আলোচনা কর।
 - c) শারীরিক সক্ষমতা বলতে কী বোঝো শারীরিক সক্ষমতা ও সুস্থতার মধ্যে সম্পর্ক আলোচনা কর।
 - d) স্বাস্থ্য ও সুস্থতা রক্ষায় যোগাসনের গুরুত্ব আলোচনা কর।
-