

U.G. 2nd Semester Internal Assignment – 2024

PHYSICAL EDUCATION

(MULTIDISCIPLINARY)

Course Code: PEDS-MU-T-1

Multidisciplinary Course: Health and Wellness

(NEP-2020)

1. যে কোনো একটি প্রশ্নের উত্তর দাও:

5×1=5

- a) স্বাস্থ্য ও সুস্থতা (Health and wellness) বলতে কি বোঝো? স্বাস্থ্যশিক্ষার গুরুত্ব আলোচনা কর।
 - b) স্বাস্থ্য ও সুস্থতা রক্ষায় যোগা ও মেডিটেশনের ভূমিকা আলোচনা কর।
 - c) শারীরিক সক্ষমতা বলতে কি বোঝো? শারীরিক সক্ষমতার উপাদান গুলি কি কি বিস্তারিত আলোচনা কর।
-