

**Physical Fitness and Social Awareness****[NEP]****B.A./B.Sc. First Semester End Examination-2024****PAPER: VAC1****Full Marks: 20****Time: 01 Hr.***The figures in the right hand margin indicate marks.**Candidates are required to give their answers in their own words as far as practicable.**Illustrate the answers wherever necessary.***Group-A****1. Answer any five questions from the following: 5x2= 10****যে কোন পাঁচটি প্রশ্নের উত্তর দাও :****a) What do you mean by social service?****সমাজসেবা বলতে কি বোঝ ?****b) Write the full form of the following:****i) MGNREGA                      ii) PMAY****নিদের পূর্ণাঙ্গ রূপটি লেখ:****i) MGNREGA                      ii) PMAY****c) What are the types of NGO?****NGO কত প্রকার ?****d) Define physical fitness?****শারীরিক সক্ষমতার সংজ্ঞা দাও ?**

- e) Classification of physical fitness?  
শারীরিক সক্ষমতার শ্রেণীবিভাগ কর।
- f) What is WHR?  
WHR কি ?
- g) What are the exercises to strengthen your leg muscles?  
পায়ের পেশী শক্তিশালী করার জন্য সর্বোত্তম ব্যায়ামগুলি কি  
কি ?
- h) Which exercises can improve strength in the abdominal  
muscles?  
পেটের পেশীর শক্তি বাড়াতে পারে এমন ব্যায়ামের নাম লেখ।

**Group-B**

2. Answer any two questions from the following: 2x5=10

যে কোন দুটি প্রশ্নের উত্তর দাও :

- a) What are the causes of female foeticider?  
নারীভ্রূণ হত্যা কি ?
- b) Write how to measure flexibility of hamstrings and lower  
back.  
হ্যামস্ট্রিং এবং নিম্ন পিঠের নমনীয়তা কীভাবে পরিমাপ করে- তা  
লেখ।
- c) How to measure strength of abdominal and lower back?  
পেট এবং নিম্ন পিঠের শক্তি কীভাবে পরিমাপ করে – তা লেখ।
-