

Sree Chaitanya Mahavidyalaya

Department of- PHYSICAL EDUCATION

NOTICE

শ্রীচৈতন্য মহাবিদ্যালয় এর শারীর শিক্ষা বিভাগের চতুর্থ সেমিস্টারের SEC Internal Practical (PEDGSEC02M) বিশ্ববিদ্যালয়ের সিলেবাস অনুসারে যে সমস্ত যোগ আসন and Gymnastics আছে তার অভ্যর্থনা (Practical Perform) মাধ্যমে ইন্টার্নাল পরীক্ষা হবে। পরীক্ষার তারিখ 03\07\2024 সময় 9.30am to 1pm। অন্য কোনদিন অন্য কোনভাবে আর পরীক্ষা নেওয়া হবে না। যারা নির্দিষ্ট সময়ে নির্দিষ্ট পরীক্ষা দেবে না তারা পরীক্ষায় অনুপস্থিত বলে গণ্য হবে। পরীক্ষার দিন প্রত্যেক ছাত্র-ছাত্রীকে রেজিস্ট্রেশন কার্ড অবশ্যই আনতে হবে রেজিস্ট্রেশন কার্ড ছাড়া পরীক্ষা নেওয়া হবে না

B.A/B.Sc, 4th Semester SEC Physical Education Practical Syllabus

Standing Position (Ardhachandrasana, Brikshasana, Padahasthasana)

Sitting Position (Ardhakurmasana, Paschimottanasana, Gomukhasana)

Supine Position (Setubandhasana, Halasana, Matsyasana)

Prone Position (Bhujangasana, Salvasana, Dhanurasana)

Inverted Position (Sarvangasana, Shirsasana, Bhagrasana)

Gymnastics (Forward Roll, Backward Roll, Cart- Wheel, T- Balance)

1. Decorated Front Page
2. Index (Proper Page Numbers)
3. Small History of Game
4. Methods of Skill Perform With Picture
5. Benefits
6. Limitation

Date:-15/06/2024

Biswabandhu Nayek.

Dr. Biswabandhu Nayek
H.O.D Dept. of Physical Education
Sree chaitanya mahavidyalaya

