

**B.Sc. Semester-VI Examination, 2022-23****PHYSIOLOGY [Programme]****Course ID : 62518 Course Code : SP/PHY/601/DSE-1B(T)****Course Title : Exercise and Sports Physiology**

Time : 1 Hour 15 Minutes

Full Marks : 25

*The figures in the right-hand margin indicate marks.**Candidates are required to give their answers in their own words as far as practicable.*

দক্ষিণ-প্রান্তস্থ সংখ্যাগুলি প্রশ্নের মান নির্দেশক।

পরীক্ষার্থীদের যথাসম্ভব নিজের ভাষায় উত্তর দিতে হবে।

1. Answer any **five** questions of the following:

1×5=5

নিম্নলিখিত যে-কোনো পাঁচটি প্রশ্নের উত্তর দাও :

a) Give two examples of anaerobic exercise.

দুটি অবায়বীয় অনুশীলনের উদাহরণ দাও।

b) What is oxygen pulse?

অক্সিজেন পালস কি?

c) Define doping.

Doping-এর সংজ্ঞা দাও।

d) What do you mean by lactate tolerance?

ল্যাক্টেট টলারেন্স বলতে কি বোঝ?

e) What is phosphagen system?

ফসফাজেন সিস্টেম কি?

f) What do you mean by athlete's heart?

Athlete's heart বলতে কি বোঝ?

g) Why does isometric exercise increase blood pressure?

আইসোমেট্রিক অনুশীলনের ফলে রক্তচাপ বৃদ্ধি পায় কেন?

h) What is isokinetic work?

আইসোকাইনেটিক শ্রম কী?

2. Answer any **two** questions of the following:

5×2=10

নিম্নলিখিত যে-কোনো দুটি প্রশ্নের উত্তর দাও :

a) What is VO<sub>2</sub> max? State the factors affecting VO<sub>2</sub> max. 1+4VO<sub>2</sub> max কী? VO<sub>2</sub> max এর উপর প্রভাব বিস্তারকারী শর্তগুলি উল্লেখ কর।

b) Discuss about importance of regular exercise on health and wellbeing. 5

স্বাস্থ্য ও সুস্থতা রক্ষায় দৈনন্দিন অনুশীলনের গুরুত্ব আলোচনা কর।

- c) Write the different types of sports injuries and discuss their management. 2+3

বিভিন্ন প্রকার ক্রীড়া আঘাত সম্বন্ধে লেখ এবং তাদের ম্যানেজমেন্ট আলোচনা করো।

- d) Mention the causes of physiological fatigue. What is post-exercise recovery? 3+2

শারীরবৃত্তীয় ক্লান্তির কারণগুলি উল্লেখ কর। অনুশীলন পরবর্তীকালীন রিকভারী কি?

3. Answer any **one** question of the following:

$$10 \times 1 = 10$$

নিম্নলিখিত নিম্নলিখিত যে-কোনো একটি প্রশ্নের উত্তর দাও :

- a) Write a brief description on EPOC and discuss its significance on sports performance. 5+5

EPOC এর উপর সংক্ষিপ্ত বর্ণনা লেখ এবং ক্রীড়া-দক্ষতার উপর এর গুরুত্ব আলোচনা কর।

- b) Explain about the cardio-respiratory changes during graded exercise. 5+5

গ্রেডেড অনুশীলনের ফলে হৃদ-সংবহনতন্ত্র ও শ্বসনতন্ত্রের পরিবর্তনগুলি ব্যাখ্যা কর।

-----