

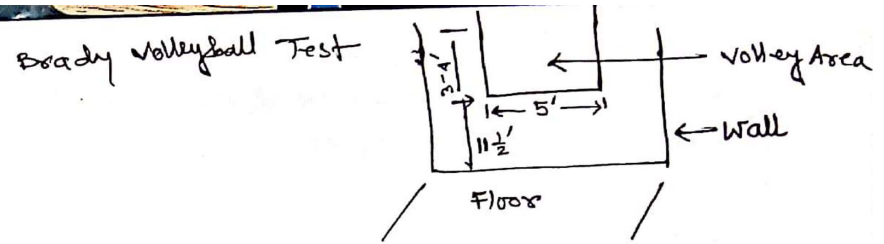
SEMESTER-2
 SUBJECT: PHYSICAL EDUCATION
 PAPER: CC-102T: APPLICATION OF PHYSICAL EDUCATION
 UNIT-1: TEST, MEASUREMENT, EVALUATION AND
 MANAGERIAL ASPECTS IN PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS
 1.5: SPORTS SKILL TEST- MC DONALD SOCCER TEST AND
 BRADY VOLLEYBALL TEST

BRADY VOLLEYBALL TEST
 (ত্রয়টি ভলিবল পরীক্ষণ)

উদ্দেশ্য: ভলিবল খেলার আবিষ্কার দক্ষতার পরিমাপ
 উপকরণ: প্রত্যেক ভলিবল খেলার ৩০' ৩০" যুগের দেওয়াল ও একটি stop watch.

পদ্ধতি: ৩০' ৩০" যুগে উচ্চতায় ও যুগে উড়ান একটি দাগ
 টানতে হবে। দাগের দুই প্রান্তে ৯০° কোণে
 ৩-৪ যুগে উচ্চতা বিস্তার দাগে দাগ টানতে হবে।
 এ প্রক্রিয়ায় কয়েক দিন করতে হবে। ধীরে দিনে
 প্রথম থেকে শুরু হবে।

সংক্রান্তি: বাল অথবা ৩০' ৩০" কোণে দিনে করতে হবে।



Macdonald Volleying Soccer Test

উদ্দেশ্য: খুঁটবল খেলার দক্ষতার পরিমাপ
 উপকরণ: একটি দেওয়াল, দেওয়ালটি ৩০' ৩০" যুগে উচ্চতা হবে।
 দেওয়াল থেকে ৯ যুগে দু'দিকে একটি দেওয়ালের সমান্তরাল
 দাগ টানতে হবে। এ দাগের সমান্তরালে ৯ যুগে দু'দিকে
 আবার একটি দাগ টানতে হবে।
 তিনটি খুঁটবল ও একটি stop watch.

পদ্ধতি: দেওয়ালের কক্ষের দাগটিতে একটি বল থাকবে,
 দু'দিকে দাগে দুটি বল থাকবে। ৩০ সেকেন্ডে সমস্ত
 কয়েকটি দেওয়ালে বিকর করতে হবে। যিকোনো ভঙ্গি
 বল হাত দিয়েও ধরা যাবে, বল বিকর না পারলে
 পিছনের মাথার বল পান খিঁকি করতে হবে।

সংক্রান্তি: ৩০ সেকেন্ডে ২০ কয়েক খিঁকি হবে। ৩০' ৩০" যুগে
 দাগে রাখতে হবে।

