

**Srikrishna College**  
**Department of Physical Education**  
**6<sup>th</sup> Semester**  
**Internal and Practical Assessment- 2021**  
**Course Code: DSE 1B**  
**(Psychology in Physical Education and Sports)**

**Full marks- 30**

Answer all the questions:

1. What is stress? Explain any three causes of stress. Write the meaning of anxiety. What are the types of anxiety? 2+3+3+2= 10  
পীড়ন কি? পীড়নের তিনটি কারণ ব্যাখ্যা কর। মানসিক দুশ্চিন্তার অর্থ লেখো। মানসিক দুশ্চিন্তা কয় প্রকার ও কি কি?
2. Elaborate the management of anxiety and stress through physical activity & sports. 10  
শারীরিক কার্যাবলী এবং খেলাধুলার মাধ্যমে মানসিক দুশ্চিন্তা এবং পীড়ন কমানো যায়- ব্যাখ্যা কর।
3. Write the classification of personality. How to develop personality through physical education? 2+8= 10  
ব্যক্তিত্বের প্রকারভেদ লিখো। শরীর শিক্ষার মাধ্যমে কিভাবে ব্যক্তিত্বের বিকাশ করা যায়?

এই assignment টি আগামী **09.08.2021** তারিখের মধ্যে নিম্নলিখিত mail id অথবা whatsapp গ্রুপ এ pdf file তৈরি করে পাঠাতে হবে:

[Physicaleducation.pass@srikrishnacollegebagula.ac.in](mailto:Physicaleducation.pass@srikrishnacollegebagula.ac.in)

Or

<https://chat.whatsapp.com/JCvrpcCEptb9Nx4R5Bgmy>

পেপারের heading এ অবশ্যই লিখতে হবে- College name, name, department, Semester, University registration number, subject, Admit Card roll no, session