

পশ্চিমবঙ্গ রাষ্ট্রীয় বিশ্ববিদ্যালয় ও অন্যান্য বিশ্ববিদ্যালয়ের 4 Years
Major and 3 Years MDC নতুন পাঠক্রম (NEP-2020) অনুযায়ী লিখিত

শারীরশিক্ষা ও ক্রীড়া ব্যবস্থাপনা এবং মনোবিজ্ঞান

MANAGEMENT AND PSYCHOLOGY OF
PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS

2ND SEMESTER

ড. অজিত দাস

MPEd, MPhil, PhD

অধ্যাপক, পি এন দাস কলেজ (পলতা)

শারীরশিক্ষা বিভাগ



রীতা পাবলিকেশন™

প্রকাশক ও পুস্তক বিক্রেতা

25B, বেনিয়াটোলা লেন, কলকাতা-700 009

www.ritapublication.in

পাঠ্যক্রম (Syllabus)

MANAGEMENT AND PSYCHOLOGY OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS

West Bengal State University [Semester 2]

Subject Code : PEDGCOR204P

Full Marks: 100

Total Credits : 5 [105 Hours]

[Lecture Hours 45 and Practical Hours 60]

PART-A [THEORY]

Unit- 1: *Introduction* [05 L]

- Concept and definition of Sports Management.
- Important of Sports Management.
- Purpose of Sports Management.
- Principles of Sports Management.

Unit- 2: *Tournaments* [15 L]

- Meaning and definition and types of tournaments.
- Procedure of drawing fixture (Knock-out and League).
- Method of organising Annual Athletic Meet
- Method of organising of Intramural and Extramural competition.

Unit- 3: *Facilities and Equipment's* [15 L]

- Care and maintenance of Playground and gymnasium.
- Importance of sports equipment.
- Care and maintenance of sports equipment.
- Method of calculation of Standard Athletic Track and Field marking.
- Calculation and Lay-out of Play-Field: Football, Kabaddi, Kho-Kho, Badminton and Volleyball.

Unit- 4: *Psychological Factors* [10 L]

- Meaning and definition of Psychology and Sports Psychology.
- Need for knowledge of Sports Psychology in the field of Physical Education.
- Meaning, definition, type and role of Motivation in Physical Education and Sports.
- Meaning, definition, type and role on Instinct and Emotion in Physical Education and Sports.

PART-B [PRACTICAL]

Lay out knowledge and officiating ability.

- Indian Game: Kabadi, Khoko. [30 L]
- Ball Game: Football, Badminton and Volleyball (any two). [30 L]

1. ভূমিকা (Introduction)

1-16

- 1.1. ক্রীড়া ব্যবস্থাপনার ধারণা এবং সংজ্ঞা
(Concept and Definition of Sports Management)...3
- 1.1.1. ক্রীড়া ব্যবস্থাপনার সংজ্ঞা (Definition of sports Management)...4
- 1.2. ক্রীড়া ব্যবস্থাপনার গুরুত্ব
(Importance of Sports Management) 6
- 1.3. ক্রীড়া ব্যবস্থাপনার লক্ষ্য ও উদ্দেশ্য বা অভিপ্রায়
(Aims and Objectives or purpose of Sports Management) 9
- 1.3.1. ক্রীড়া ব্যবস্থাপনার লক্ষ্য
(Aims of Sports Management) 9
- 1.3.2. ক্রীড়া ব্যবস্থাপনার উদ্দেশ্য বা অভিপ্রায়
(Objectives or purpose of Sports Management) 11
- 1.4. ক্রীড়া ব্যবস্থাপনার নীতিসমূহ
(Principles of Sports Management) 12
- 1.5. ক্রীড়া পরিচালক বা ব্যবস্থাপক এবং তার কর্তব্য বা কাজকর্ম
(Sports Manager and his Duties) 14
 - অনুশীলনী...16

2. প্রতিযোগিতা (Tournament)

....

17-50

- 2.1. প্রতিযোগিতার অর্থ, সংজ্ঞা এবং শ্রেণিবিভাগ
(Meaning, Definition and Types of Tournaments)...17
- 2.1.1. প্রতিযোগিতার অর্থ (Meaning of Tournaments)...17
- 2.1.2. প্রতিযোগিতার উদ্দেশ্য (Objectives of Tournament)...17
- 2.1.3. প্রতিযোগিতার শ্রেণিবিভাগ (Types of Tournament)...18
- 2.2. বার্ষিক ক্রীড়া প্রতিযোগিতার পরিচালনা পদ্ধতি
(Methods of Organising Annual Athletic Meet)...34
- 2.3. ক্রীড়া দিবস (Play Day)...39
- 2.3.1. ক্রীড়া দিবস উদ্‌যাপনের উদ্দেশ্য (Objectives of Play Day)...40
- 2.3.2. ক্রীড়া দিবসের গুরুত্ব (Importance of Play Day)...40
- 2.3.3. ক্রীড়া দিবস পরিচালনা পদ্ধতি
(Methods of Organising Play Day)...40
- 2.4. আন্তঃপ্রাচীর এবং বহিঃপ্রাচীর প্রতিযোগিতা
(Intramural and Extramural Competition)...42

2.4.1. আন্তঃপ্রাচীর প্রতিযোগিতা (Intramural Competition)...24

2.4.2. বহিঃপ্রাচীর প্রতিযোগিতা (Extramural Competition)...47

■ অনুশীলনী...80

3. সুযোগসুবিধা এবং ক্রীড়া সরঞ্জাম (Facilities and Equipments)

.... 51-69

3.1. স্ট্যান্ডার্ড অ্যাথলেটিক ট্র্যাক তৈরির পদ্ধতি (Method of calculation of standard Athletic Track marking)...51

3.1.1. শটপাট, ডিসকাস ও হ্যামার থ্রো সেক্টরের কোণ বিন্যাস (Layout of Shot Put, Discus and Hammer Throw Sector Angle)...55

3.1.2. জ্যাভলিন থ্রো সেক্টরের কোণ বিন্যাস (Layout of Javelin Throw Sector Angle)...57

3.2. খেলার মাঠ এবং জিমনাসিয়ামের পরিচর্যা ও রক্ষণাবেক্ষণ (Care and Maintenance of Playground and Gymnasium)...58

3.2.1. খেলার মাঠের পরিচর্যা এবং রক্ষণাবেক্ষণ (Care and Maintenance of Playground)...58

3.2.2. জিমনাসিয়ামের পরিচর্যা এবং রক্ষণাবেক্ষণ (Care and Maintenance of the Gymnasium)...60

3.3. ক্রীড়া সরঞ্জামের গুরুত্ব, পরিচর্যা এবং রক্ষণাবেক্ষণ (Importance, Care and Maintenance of Sports Equipments)...61

3.3.2. ক্রীড়া সরঞ্জামের পরিচর্যা এবং রক্ষণাবেক্ষণ (Care and Maintenance of Sports Equipment)...62

3.4. সময়সূচি বা সময়সারণি এবং তার অর্থ (Time-table and its Meaning)...66

3.4.1. বিদ্যালয় শারীরশিক্ষায় সময়সূচির গুরুত্ব (Importance of Time-table in School's Physical Education)...67

3.4.2. বিদ্যালয় শারীরশিক্ষা সময়সূচির উপর প্রভাব সৃষ্টিকারী বিষয় (Factor Affecting School's Physical Education Time-table)...68

■ অনুশীলনী...69

4. মনোবিদ্যা বা মনোবিজ্ঞানের উপাদানসমূহ

(Psychological Factors)

.... 70-87

4.1. ক্রীড়া মনোবিদ্যা বা মনোবিজ্ঞানের অর্থ

(Meaning of Sports Psychology)...70

- 4.1.1. ক্রীড়া মনোবিদ্যা বা মনোবিজ্ঞানের অর্থ সংজ্ঞা
(Definition of Sports Psychology)...70
- 4.1.2. মনোবিদ্যা বা মনোবিজ্ঞানের গুরুত্ব (Importance of Psychology)...72
- 4.1.3. শারীরশিক্ষার ক্ষেত্রে ক্রীড়া মনোবিদ্যা বা মনোবিজ্ঞানের জ্ঞানের প্রয়োজনীয়তা
(Need for Knowledge of Sports Psychology in the field of Physical Education)...74

4.2. প্রেযণার অর্থ, সংজ্ঞা, প্রকারভেদ এবং শারীরশিক্ষা ও ক্রীড়া ক্ষেত্রে এর ভূমিকা

(Meaning, Definition, Type and Role of Motivation in Physical Education and Sports)...75

- 4.2.1. প্রেযণা (Motivation)...75
- 4.2.2. প্রেযণার শ্রেণিবিভাগ (Types of Motivation)...75
- 4.2.3. প্রেযণার বিভিন্ন পদ্ধতি (Techniques of Motivation)...76
- 4.2.4. শারীরশিক্ষায় প্রেযণার ভূমিকা (Role of Motivation in Physical Education)...78
- 4.2.5. শারীরশিক্ষায় প্রেযণার গুরুত্ব (Importances of Motivation in Physical Education)...79

4.3. ক্রীড়াক্ষেত্রে প্রবৃত্তি ও প্রক্ষোভের অর্থ, সংজ্ঞা, শ্রেণিভাগ এবং ভূমিকা (Meaning, Definition, Type and Role on Instinct and Emotion in Physical Education and Sports)...80

- 4.3.1. প্রবৃত্তি (Instinct)...80
- 4.3.2. প্রবৃত্তির প্রকৃতি (Nature of Instinct)...81
- 4.3.3. প্রবৃত্তির শ্রেণিবিভাগ (Classification of Instinct)...82
- 4.3.4. শারীরশিক্ষায় প্রবৃত্তির গুরুত্ব (Importance of the Study of Instinct in Physical Education)...82
- 4.3.5. প্রক্ষোভ (Emotion)...85
- 4.3.6. প্রক্ষোভের বৈশিষ্ট্য (Characteristics of Emotion)...85
- 4.3.7. শারীরশিক্ষায় প্রক্ষোভের গুরুত্ব
(Importance of Emotion in the field of Physical Education)...87

■ ব্যবহারিক (Practicum)

.... 88-142

