

Seat No. : \_\_\_\_\_

**JA-121**

**January-2016**

**B.A., Sem.-I**

**Elective (EC-II) 105 : Physical Education  
(Physical Education and Sports Science)**

**Time : 3 Hours]**

**[Max. Marks : 70**

સૂચના : (1) બધા જ પ્રશ્નો ફરજિયાત છે.

(2) જમણી બાજુ દર્શાવેલ અંક ગુણ દર્શાવે છે.

1. શારીરિક શિક્ષણ એટલે શું ? સમજાવી, શારીરિક શિક્ષણના હેતુઓ જણાવો. 14
- અથવા**
- (અ) આધુનિક સમાજમાં શારીરિક શિક્ષણનું મહત્ત્વ જણાવો. 7
- (બ) શારીરિક શિક્ષણના કાર્યક્ષેત્રની ચર્ચા કરો. 7
2. રમત મનોવિજ્ઞાનનો અર્થ સ્પષ્ટ કરી, શારીરિક શિક્ષણનાં શિક્ષક માટે રમતોમાં મનોવિજ્ઞાનનું મહત્ત્વ જણાવો. 14
- અથવા**
- (અ) શારીરિક દેખાવને અસર કરનારા મનોવૈજ્ઞાનિક પરિબલોની ચર્ચા કરો. 7
- (બ) નેતૃત્વનો અર્થ સમજાવી, રમતોમાં સારા નેતાનાં ગુણો જણાવો. 7
3. વ્યવસ્થાતંત્ર એટલે શું ? રમત વ્યવસ્થાતંત્રના પ્રકારો સવિસ્તાર સમજાવો. 14
- અથવા**
- (અ) શારીરિક શિક્ષણ અને રમતોમાં વ્યવસ્થાતંત્રનું મહત્ત્વ જણાવો. 7
- (બ) રમત વ્યવસ્થાતંત્રના ક્ષેત્રો અને કાર્યોની ટૂંકમાં ચર્ચા કરો. 7
4. શારીરિક યોગ્યતા એટલે શું ? શારીરિક યોગ્યતાના ઘટકો વિશે વિસ્તારથી જણાવો. 14
- અથવા**
- (અ) શારીરિક યોગ્યતાની જાળવણી કઈ રીતે કરશો તે જણાવો. 7
- (બ) શારીરિક યોગ્યતાને અસર કરનારા પરિબલોની ચર્ચા કરો. 7

5. (અ) યોગ્ય વિકલ્પ પસંદ કરી જવાબ આપો :

7

- (1) \_\_\_\_\_ બે કે તેથી વધુ વ્યક્તિઓની સહકારી પ્રવૃત્તિઓનું બનેલું તંત્ર છે.  
(a) વ્યવસ્થાતંત્ર (b) સંચાલન (c) રમત મનોવિજ્ઞાન
- (2) નેતાગીરી એ \_\_\_\_\_ નું અવિભાજ્ય અંગ છે.  
(a) દોરવણી (b) જાળવણી (c) સાચવણી
- (3) તંદુરસ્ત \_\_\_\_\_ તંદુરસ્ત શરીરમાં રહે છે.  
(a) મન (b) જન (c) ધન
- (4) તંદુરસ્ત માણસના હૃદયના ધબકારાની સંખ્યા \_\_\_\_\_ હોય છે.  
(a) 64 (b) 54 (c) 72
- (5) તંદુરસ્ત વ્યક્તિનું ઉપરનું લોહીનું દબાણ \_\_\_\_\_ હોય છે.  
(a) 110 (b) 100 (c) 120
- (6) રમત મનોવિજ્ઞાનની આંતરરાષ્ટ્રીય સોસાયટીની સ્થાપના \_\_\_\_\_ ના દાયકામાં થઈ હતી.  
(a) 1980 (b) 1960 (c) 1990
- (7) રમત મનોવિજ્ઞાન ખેલાડીના \_\_\_\_\_ નો અભ્યાસ કરે છે.  
(a) શરીર (b) વર્તન (c) તાલીમ

(બ) યોગ્ય જોડકાં બનાવો :

7

- | (અ)   | (બ)                       |
|---|---------------------------|
| (1) ગુજરાતમાં શારીરિક શિક્ષણની તાલીમ આપતી સંસ્થા            | (a) મનોવિજ્ઞાન            |
| (2) આજીવન નિરંતર ચાલનારી પ્રક્રિયા                          | (b) કોલમેન ગ્રિફીથ        |
| (3) કસોટીમાં શયોત્થાન કરવાના હોય છે.                        | (c) શારીરિક શિક્ષણ નિયામક |
| (4) રમત મનોવિજ્ઞાનના જનેતા કહેવાય છે.                       | (d) એસ.એ.જી.              |
| (5) યુનિવર્સિટીનાં શારીરિક શિક્ષણના વડાના હોદ્દાનું નામ છે. | (e) સી.પી.વી.એમ.          |
| (6) ગુજરાતમાં રમતોનો રાજ્ય સ્તરે સંચાલન કરતી સંસ્થા         | (f) આર્ડ                  |
| (7) બે ગ્રીક ભાષાના શબ્દોની મદદથી બનેલ વિષય છે.             | (g) શિક્ષણ                |