



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

# NP-110

November-2025

B.A., Sem.-III

## MDC-PSY-234 : Psychology (Sports Psychology)

Time : 2:00 Hours]

[Max. Marks : 50

1. રમત-ગમતના મનોવૈજ્ઞાનિક સિદ્ધાંતો જણાવો. 10  
અથવા
1. રમત-ગમત મનોવિજ્ઞાનનું ક્ષેત્ર સ્પષ્ટ કરો. 10
2. આનુવંશિકતા અને પર્યાવરણનું સાપેક્ષ મહત્ત્વ સમજાવો. 10  
અથવા
2. રમત-ગમત પર્યાવરણનો ખ્યાલ સ્પષ્ટ કરો. 10
3. વ્યક્તિત્વનો અર્થ આપી, વ્યક્તિત્વને અસર કરતા ઘટકો સમજાવો. 10  
અથવા
3. રમત-ગમતનું વ્યક્તિત્વ વિકાસમાં મહત્ત્વ સ્પષ્ટ કરો. 10
4. પ્રેરણાનો અર્થ આપી, રમત-ગમતમાં પ્રેરણાને અસર કરતા ઘટકો સમજાવો. 10  
અથવા
4. તણાવનો અર્થ આપી, તણાવ અને ચિંતાની રમત-ગમત પ્રદર્શન પર અસર સમજાવો. 10
5. યોગ્ય વિકલ્પ પસંદ કરી જવાબ આપો : (કોઈપણ દસ) 10
  - (1) ભારતમાં રાષ્ટ્રીય રમત-ગમત દિવસ \_\_\_\_\_ ઉજવવામાં આવે છે. (29 સપ્ટેમ્બર, 21 જૂન)
  - (2) અતિરિક્ત શક્તિનો સિદ્ધાંત \_\_\_\_\_ એ આપ્યો છે. (હર્બર્ટ સ્પોન્સરે, ફેડ્રીક શિલર)
  - (3) મનુષ્યના આત્માને શુદ્ધ કરનાર સિદ્ધાંત \_\_\_\_\_ છે. (પુન:શક્તિ-પ્રાપ્તિ સિદ્ધાંત, ભાવવિરેચન સિદ્ધાંત)

- (4) “રમત-ગમત જ જીવન છે” આ વાક્ય \_\_\_\_\_ આપ્યું છે.  
(જહોન ડેવીએ, કો અને કોએ)
- (5) શરીરના વિકાસમાં યોગદાન આપે તેને \_\_\_\_\_ કહેવાય છે.  
(ઉત્પાદક-કોષ, કાયાકોષ)
- (6) આનુવંશિકતાઓ પર આત્મકથાઓ અસર કરે છે, તેના પ્રયોગ \_\_\_\_\_ કર્યો છે.  
(ફ્રાંસિસ ગાલ્ટને, લેમાર્કે)
- (7) અંતઃસ્ત્રાવી ગ્રંથિઓ \_\_\_\_\_ છે. (8, 5)
- (8) શરીરમાં વ્યાપ્ત રસાયણોના આધારે વ્યક્તિના સ્વભાવનું નિરૂપણ \_\_\_\_\_ કર્યું છે.  
(હિપોક્રેટીઝ, કેશ્મર અને શેલ્ડને)
- (9) જ્યારે ચિંતા કે ઉત્તેજનાના સ્તરો ઈષ્ટતમથી વધુ હોય છે. ત્યારે પરિણામ પ્રદર્શનમાં \_\_\_\_\_  
જોવા મળે છે. (વધારો, ઘટાડો)
- (10) જાતીય ભિન્નતાનો સર્વપ્રથમ અભ્યાસ \_\_\_\_\_ કર્યો છે. (ગાલ્ટને, ફીમેને)
- (11) ભારતમાં રાષ્ટ્રીય રમત-ગમત દિવસ કોના જન્મ દિવસથી ઉજવાય છે.  
(ધ્યાનચંદ, હેનરી રેને)
- (12) કોના મત અનુસાર “ક્રિયાશીલતા જીવનનો સાર છે”  
(કો અને કો, જી. સ્ટેનલે હોલ)

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

# NP-110

November-2025

B.A., Sem.-III

## MDC-PSY-234 : Psychology (Sports Psychology)

Time : 2:00 Hours]

[Max. Marks : 50

1. Explain the psychological principles of Sports. 10

**OR**

1. Discuss the scope of sports psychology. 10

2. Elucidate the relative importance of heredity and environment. 10

**OR**

2. Elucidate the concept of sports environment. 10

3. Define Personality and explain the factors affecting personality. 10

**OR**

3. Specify the importance of sports in personality development. 10

4. Give the meaning of motivation, explain the factors affecting motivation in sports. 10

**OR**

4. Give the meaning of stress, explain the effects of stress and anxiety on sports performance. 10

5. Choose the correct option and answer : (Any ten) 10

(1) National Sports Day is celebrated in India on \_\_\_\_\_.

(29 September, 21 June)

(2) The theory of Surplus Energy is given by \_\_\_\_\_.

(Herbert Spencer, Friedrich Schiller)

(3) The principle that purifies the human soul is \_\_\_\_\_.

(Principle of Regeneration, Principle of Dissipation)

- (4) The sentence “Sports is life” is given by \_\_\_\_\_.  
(John Dewey, Crow and Crow)
- (5) The cell that contributes to the development of the body is called \_\_\_\_\_.  
(Producer cell, Body cell)
- (6) The effect of autobiographies on heredity has been experimentally demonstrated by \_\_\_\_\_.  
(Francis Galton, Lamarck)
- (7) There are \_\_\_\_\_. endocrine glands in the human body. (8, 5)
- (8) The nature of a person is described by the chemicals present in the body. This was discovered by \_\_\_\_\_. (Hippocrates, Cashmer and Sheldon)
- (9) When the levels of anxiety or arousal are above optimum, the result is \_\_\_\_\_ in performance.  
(Increase, Decrease)
- (10) The first study of sexual differences was done by \_\_\_\_\_.  
(Galton, Feynman)
- (11) National Sports Day is celebrated in India on whose birthday.  
(Dhyanchanda, Henry Rainey)
- (12) According to whom “activity is the essence of life”  
(Crow and Crow, G. Stanley Hall)
-