





**PHYSICAL EDUCATION**

**શારીરિક શિક્ષણ**

**PAPER-III**

**પ્રશ્નપત્ર-III**

- Note :-** (1) All questions from Section 'A' are compulsory.  
(2) The total marks of Section 'A' are 160.  
(3) Each question of Section 'A' carries 16 marks.  
(4) The question of Section 'B' is compulsory and carries 40 marks.

- સૂચના :-** (૧) વિભાગ 'અ' ના તમામ પ્રશ્નો ફરજિયાત છે.  
(૨) વિભાગ 'અ' ના કુલ ગુણ 160 છે.  
(૩) વિભાગ 'અ' નો પ્રત્યેક પ્રશ્ન 16 ગુણનો છે.  
(૪) વિભાગ 'બ' નો પ્રશ્ન ફરજિયાત છે અને તેના 40 ગુણ છે.

**SECTION 'A'**

**વિભાગ 'અ'**

1. Give any one definition of Physical Education and explain any three objectives.  
શારીરિક શિક્ષણની ગમે તે એક વ્યાખ્યા આપી તેના કોઈ પણ ત્રણ હેતુઓ સમજાવો.

Or

**અથવા**

Describe Sheldon's classification of body types.  
શેલ્ડનના શરીરબંધના પ્રકારો વર્ણવો.





2. List the types of muscles and explain the effect of exercise on muscular system.  
સ્નાયુઓના પ્રકારોની યાદિ આપી, સ્નાયુતંત્ર ઉપર થતી કસરતની અસરો વર્ણવો.

Or

અથવા

List the injuries sustained during games and explain remedial measures for any four.

રમતગમત દરમ્યાન થતી ઇજાઓની યાદિ આપી, ગમે તે ચારની સારવાર વર્ણવો.







3. Write Newton's laws of motion. Explain their use in Physical Education and Sports with examples.

ન્યુટનના ગતિના નિયમો લખો. શારીરિક શિક્ષણ અને રમતગમતમાં તેની ઉપયોગિતા ઉદાહરણો સહિત સમજાવો.

Or

અથવા

Define Posture. Write the types of Postural deformities and give corrective exercises to improve any one of them.

અંગઢંગની વ્યાખ્યા આપો. વિકૃત અંગઢંગના પ્રકારો જણાવી ગમે તે એકની સુધારણા માટેની કસરતો લખો.





4. What is Personality ? Explain the characteristics of the Personality of a sportsman.

વ્યક્તિત્વ એટલે શું ? રમતવીરના વ્યક્તિત્વનાં લક્ષણો વર્ણવો.

Or

અથવા

Explain the role of mass media in the development of sports in India.

ભારતમાં રમતગમતના વિકાસમાં પ્રચાર માધ્યમોની ભૂમિકા વર્ણવો.





5. Write the principles of curriculum planning and describe any *two*.  
અભ્યાસક્રમ આયોજનના સિદ્ધાંતો જણાવી ગમે તે બે ની સમજૂતિ આપો.

Or

**અથવા**

“Professional Ethics is a must to develop any profession.” Discuss the statement in relation to Physical Education.

“વ્યવસાયિક નૈતિકતા કોઈ પણ વ્યવસાયના વિકાસ માટે અનિવાર્ય છે.” આ વિધાનની શારીરિક શિક્ષણના સંદર્ભમાં ચર્ચા કરો.







6. Describe the relationship between Health and Health Education.  
સ્વાસ્થ્ય અને સ્વાસ્થ્ય શિક્ષણ વચ્ચેના સંબંધો વર્ણવો.

Or

અથવા

List the communicable diseases and describe their preventive measures.  
ચેપી રોગોની યાદિ આપી આવા રોગો થતા અટકાવવાના ઉપાયો વર્ણવો.





7. Write the parts of Periodization and explain its importance in sports training.  
પિરિયોડાઇઝેશનના વિભાગો જણાવી રમત તાલીમમાં તેની અગત્યતા સમજાવો.

Or

અથવા

Explain the difference between Tactics and Strategy and describe their importance in sports competition.

યુક્તિ પ્રયુક્તિઓ અને વ્યૂહરચના વચ્ચેનો તફાવત સમજાવી રમતની સ્પર્ધામાં તેમની અગત્યતા વર્ણવો.





8. Explain the importance of Research in improving the sports performance of the players.

રમતગમતમાં ખેલાડીઓનું રમતનું સ્તર ઊંચુ લાવવામાં સંશોધનનું મહત્વ સમજાવો.

Or

અથવા

Explain the importance of Statistics in Research in Physical Education.  
શારીરિક શિક્ષણમાં સંશોધનમાં આંકડાશાસ્ત્રનું મહત્વ સમજાવો.







9. Clarify the inter-relationship between Test, Measurement and Evaluation in the field of Physical Education.  
શારીરિક શિક્ષણના ક્ષેત્રે કસોટી, માપન અને મુલ્યાંકન વચ્ચેનો આંતર સંબંધ સ્પષ્ટ કરો.

Or

અથવા

Explain any *two* standardized skill tests of volleyball.  
વોલીબોલની ગમે તે બે પ્રમાણભૂત કૌશલ્ય કસોટીઓ વર્ણવો.





10. Explain the concept and importance of management in sports and games.  
રમતગમતમાં પ્રબંધનની સંકલ્પના અને મહત્વ સમજાવો.

Or

અથવા

Write the structure and functions of any *one* National Sports Federation in India.

ભારતના કોઈ પણ એક રમત મહામંડળની રચના અને કાર્યો વિશે લખો.







**SECTION 'B'**

**વિભાગ 'બ'**

11. Write the development of modern Olympic Games from its origin till today.  
આધુનિક ઓલિમ્પિક રમતોના ઉદભવથી આજદિન સુધીનો વિકાસ લખો.

*Or*

**અથવા**

Describe the existing courses in Physical Education and sports in India and evaluate them in present situation.

ભારતમાં પ્રવર્તમાન શારીરિક શિક્ષણ અને રમતગમતના અભ્યાસક્રમોની માહિતી આપી વર્તમાન પરિસ્થિતિના સંદર્ભમાં તેની સમીક્ષા કરો.

*Or*

**અથવા**

Describe the different methods of training in sports and prepare a training schedule for a sprinter.

રમતતાલીમની વિવિધ પદ્ધતિઓ વર્ણવો અને ટૂંકીદોડના દોડવીર માટે તાલીમી કાર્યક્રમ તૈયાર કરો.

