Signature of Invigilators

1. ....

2. ....

Roll No. ☐☐☐☐☐

(In figures as in Admit Card)

PHYSICAL EDUCATION

Paper III

Roll No. ....

....

(In words)

D/03/21

Name of Areas/Section (if any) ....

Time Allowed : $2\frac{1}{2}$ Hours]

[Maximum Marks : 200

Instructions for the Candidates

1. Write your Roll number in the space provided on the top of this page.
2. Write name of your Elective/Section if any.
3. Answer to short answer/essay type questions are to be written in the space provided below each question or after the questions in test booklet itself. No additional sheets are to be used.
4. Read instructions given inside carefully.
5. Last page is attached at the end of the test booklet for rough work.
6. If you write your name or put any special mark on any part of the test booklet which may disclose in any way your identity, you will render yourself liable to disqualification.
7. Use of calculator or any other Electronics Devices are prohibited.
8. There is no negative marking.
9. You should return the test booklet to the invigilator at the end of the examination and should not carry any paper outside the examination hall.

પરીક્ષાર્થીઓ માટે સૂચનાઓ :

૧. આ પૃષ્ઠના ઉપલા ભાગે આપેલી જગ્યામાં તમારી ક્રમાંક સંખ્યા (રોલ નંબર) લખો.

૨. તમે જે વિકલ્પનો ઉત્તર આપો તેનો સ્પષ્ટ નિર્દેશ કરો.

૩. ટૂંક નોંધ કે નિબંધ પ્રકારના પ્રશ્નોના ઉત્તર દરેક પ્રશ્નની નીચે આપેલી જગ્યામાં જ લખો. વધારાના કોઈ કાગળનો ઉપયોગ કરશો નહી.

૪. અંદર આપેલી સૂચનાઓ ધ્યાનથી વાંચો.

૫. આ ઉત્તરપોથીને અંતે આપેલું પૃષ્ઠ કાચા કામ માટે છે.

૬. આ ઉત્તરપોથીમાં કયાંય પણ તમારી ઓળખ કરાવી દે એવી રીતે તમારું નામ કે કોઈ ચોકકસ નિશાની કરી હશે તો તમે આ પરીક્ષા માટે ગેરલાયક સાબીત થશો.

૭. કેલકયુલેટર અથવા ઈલેકટ્રોનિકસ સાધનો જેવાનો ઉપયોગ કરવો નહીં.

૮. નકારાત્મક ગુણાંક પદ્ધતિ નથી.

૯. પ્રશ્નપત્ર લખાઈ રહે એટલે આ ઉત્તરપોથી તમારા નિરીક્ષકને આપી દેવી. પરીક્ષાખંડની બહાર કોઈ પણ પ્રશ્નપત્ર લઈ જવું નહીં.

FOR OFFICE USE ONLY
Marks Obtained

Question Number	Marks Obtained	Question Number	Marks Obtained	Question Number	Marks Obtained
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					
11					

Total Marks Obtained................................
Signature of the co-ordinator....................
(Evaluation)

SEAL

PHYSICAL EDUCATION
શારીરિક શિક્ષણ
PAPER-III
પ્રશ્નપત્ર-III

Note :— This paper has two parts A and B. *All* questions are compulsory.

નોંધ :– આ પ્રશ્નપત્રના **બે** વિભાગ છે (અ અને બ). બધા પ્રશ્નો ફરજીયાત છે.

PART 'A'
વિભાગ 'અ'

Note :— This part has *ten* short essay type questions of **16** marks each to be answered in about **300** words each.

નોંધ :– આ વિભાગમાં કુલ **દસ** પ્રશ્નો ટુંકા નિબંધ સ્વરૂપના છે. તે પૈકી પ્રત્યેક પ્રશ્નના **૧૬** ગુણ છે. પ્રત્યેક પ્રશ્નનો જવાબ લગભગ 300 શબ્દોમાં આપવાનો છે.

1. Define Philosophy of pragmatism and explain its relation to Physical Education and Sports.
   પ્રેગનેટિઝમના તત્વજ્ઞાનની વ્યાખ્યા આપી શારીરિક શિક્ષણ અને રમતગમત સાથેના સંબંધ વિગતે સમજાવો.

Or

અથવા

Define Philosophy of Idealism. Explain its relation to Physical Education and Sports.
આદર્શવાદ તત્વજ્ઞાનની વ્યાખ્યા આપી શારીરિક શિક્ષણ અને રમતગમત સાથેના સંબંધ વિગતે સમજાવો.

2. Explain the effects of training on muscular system.
સ્નાયુતંત્ર ઉપર તાલીમની અસર જણાવો.

Or

અથવા

Explain the preventive measures to be adopted to avoid sports injuries on the playgrounds.
રમતના મેદાન ઉપર થતી ઈજાઓને અટકાવવા માટેના રક્ષણાત્મક ઉપાયો વર્ણવો.

3. Explain the process of attaining supercompensation in sports training.
રમત તાલીમમાં સુપર કમ્પનસેસન પ્રાપ્ત કરવા માટેની પ્રક્રિયા વર્ણવો.

Or

અથવા

List *five* Ergogenic aids and explain their effect on sports performance.
પાંચ ઈરગોજેનિક એઈડ્સના નામ આપો અને રમત દેખાવ ઉપરની અસર વર્ણવો.

4. Discuss the ill-effects of Doping on sportspersons.
ખેલાડીઓ ઉપર ડોપીંગની ખરાબ અસરોની ચર્ચા કરો.

Or

અથવા

Discuss the effects of endurance training on Cardio-respiratory System.
સહનશક્તિ તાલીમની હૃદય-શ્વસન તંત્ર ઉપરની અસરોની ચર્ચા કરો.

5. What is the sports training ? What are the principles of sports training ?
રમત તાલીમ એટલે શું ? રમત તાલીમના સિદ્ધાંતો જણાવો.

Or

અથવા

Explain the role and duties of Basket-ball officials.
બાસ્કેટબોલના પંચોની ફરજો અને ભૂમિકા સમજાવો.

6. What are the major considerations in selection of good research problem in Physical Education ?
શારીરિક શિક્ષણમાં સારા સંશોધન સમસ્યાની પસંદગી માટેની મુખ્ય ધ્યાનમાં રાખવાની બાબતો જણાવો.

Or

અથવા

What are the different tools used in data collection in Research ?
સંશોધન માટેના આંકડા (માહિતી) મેળવવા માટે ઉપયોગમાં લેવાતા વિવિધ સાધનો જણાવો.

7. Explain the sociological factors affecting women participation in sports.
મહિલાઓના રમતગમતમાં ભાગ લેવા બાબતે સામાજિક પરિબળોની અસર જણાવો.

Or

અથવા

Explain the effects of stress and anxiety on sports performance.
તાણ અને ચિંતાની રમતગમતના દેખાવ ઉપર અસર જણાવો.

8. What is the individual difference ? Explain its importance in Physical Education and Sports.
વ્યક્તિગત તફાવત શું છે ? શારીરિક શિક્ષણ અને રમતગમતમાં તેની અગત્યતા જણાવો.

Or

અથવા

Discuss Pavlov's theory of learning and explain its application in sports.
પાવલોવનો શીખવાનો સિદ્ધાંત ચર્ચો અને રમતગમત ક્ષેત્રે તેનું અમલીકરણ સમજાવો.

9. Explain the qualities of Physical Education personnel.
શારીરિક શિક્ષણના કાર્યકરોની ગુણવત્તાઓ જણાવો.

Or

અથવા

What are the principles of construction of time-table for a school ?
શાળાનું સમયપત્રક તૈયાર કરવાના સિદ્ધાંતો જણાવો.

10. What is the physical fitness ? What is the difference between health and motor-skill related physical fitness components ?
શારીરિક ક્ષમતા એટલે શું ? સ્વાસ્થ્ય અને ગત્યાત્મક કૌશલના શારીરિક ક્ષમતા પરિબળો સંબંધે તફાવત જણાવો.

Or

અથવા

Explain any *five* communicable diseases and their preventive measures.
કોઈપણ પાંચ ચેપી રોગો જણાવી તેના અટકાવવાના ઉપાયો જણાવો.

PART 'B'
વિભાગ 'બ'

Note :— This part has only *one* question of **40** marks to be answered in about **800** words.

નોંધ :— આ વિભાગમાં ફક્ત **એક** પ્રશ્ન છે તેના કુલ ૪૦ ગુણ છે. તેનો જવાબ લગભગ ૮૦૦ શબ્દોમાં આપો.

11. What are the Newton's laws of motion ? Explain giving example from sports.
ન્યુટનના ગતિના નિયમો રમતગમતના દૃષ્ટાંત આપી સમજાવો.

Or

અથવા

What are the different postural defects ? Explain corrective measures for different postural defects.
વિવિધ શારીરિક વિકૃતિઓ જણાવો ? વિવિધ શારીરિક વિકૃતિઓ સુધારવા માટેના ઉપાયો જણાવો.