

# PHYSICAL EDUCATION

Name & Signature of the Invigilator

PAPER-III OMR Answer Sheet No. :  
AUG-17/21


Roll No. :

(in figures as in Hall Ticket)

Roll Number in words : .....

Time : 2½ Hours

No. of Printed Pages : 36

Maximum Marks : 150

## Instructions for the Candidates

- Write your Roll Number in the space provided on the top of this page.
- This paper consists of Seventy Five (75) multiple choice type of questions. All questions are compulsory.
- At the commencement of examination, the question booklet will be given to you. In the first 5 minutes, you are requested to open the booklet and compulsorily examine it as below :
  - To have access to the Question Booklet, tear off the paper seal on the edge of this cover page. Do not accept a booklet without sticker seal and do not accept an open booklet.
  - Tally the number of pages and number of questions in the booklet with the information printed on the cover page. Faulty booklets due to pages/questions missing or duplicate or not in serial order or any other discrepancy should be got replaced immediately by a correct booklet from the invigilator within the period of 5 minutes. Afterwards, neither the Question Booklet will be replaced nor any extra time will be given.
  - After this verification is over, the Test Booklet Number should be entered on the OMR Answer Sheet and the OMR Answer Sheet Number should be entered on this Test Booklet.
- Each item has four alternative responses marked (A), (B), (C) and (D). You have to darken the oval as indicated below on the correct response against each item.

Example : (A) (B) (C) (D) where (B) is the correct response.
- Your responses to the items are to be indicated on the OMR Answer Sheet under Paper - III only. If you mark your response at any place other than in the oval in the OMR Answer Sheet, it will not be evaluated.
- Read instructions given inside carefully.
- Rough Work is to be done in the end of this booklet.
- If you write your Name, Roll Number, Phone Number or put any mark on any part of the OMR Answer Sheet, except for the space allotted for the relevant entries, which may disclose your identity, or use abusive language or employ any other unfair means, such as change of response by scratching or using white fluid, you will render yourself liable to disqualification.
- You have to return the original OMR Answer Sheet to the invigilator at the end of the examination compulsorily and must not carry it with you outside the Examination Hall. You are however, allowed to carry original question booklet and duplicate copy of OMR Answer Sheet on conclusion of examination.
- Use only Blue/Black Ball point pen.
- Use of any calculator or log table etc., is prohibited.
- There shall be no negative marking.
- In case of any discrepancy in the English and Gujarati versions of questions, English version will be taken as final.

## પરીક્ષાર્થીઓ માટે સૂચનાઓ :

- આ પાનાની ટોચ પર દર્શાવેલી જગ્યામાં તમારો રોલ નંબર લખો.
- આ પ્રશ્નપત્રમાં બહુવિકલ્પિક ઉત્તરો ધરાવતા પંચોતેર (૭૫) પ્રશ્નો આપેલા છે. બધાજ પ્રશ્નો ફરજિયાત છે.
- પરીક્ષાની શરૂઆતમાં આપને પ્રશ્નપુસ્તિકા આપવામાં આવશે. પ્રથમ પાંચ (૫) મિનિટ દરમ્યાન તમારે પ્રશ્નપુસ્તિકા ખોલી અને ફરજિયાતપણે નીચે મુજબ પરીક્ષણ કરવું :
  - પ્રશ્નપુસ્તિકાનો વપરાશ કરવા માટે આ કવર પૃષ્ઠની ધાર પર આપેલ સીલ સ્ટીકર ફાડી નાખો. કોઈપણ સંજોગોમાં સીલ સ્ટીકર વગરની કે ખુલ્લી પ્રશ્નપુસ્તિકા સ્વીકારશો નહીં.
  - કવર પૃષ્ઠ પર છાપાયેલ નિર્દેશાનુસાર પ્રશ્નપુસ્તિકાના પ્રશ્નો, પૃષ્ઠો અને સંખ્યાને બરાબર ચકાસી લો. ખામીયુક્ત પ્રશ્નપુસ્તિકા કે જેમાં પ્રશ્નો/પૃષ્ઠો ઓછા હોય, બે વાર છાપાયા હોય, અનુક્રમમાં અથવા અન્ય કોઈ ફરક હોય અર્થાત કોઈપણ સંજોગોમાં ખામીયુક્ત પ્રશ્નપુસ્તિકા સ્વીકારશો નહીં. અને જો ખામીયુક્ત પ્રશ્નપુસ્તિકા મળી હોય તો નિરીક્ષક પાસેથી તુરંત જ બીજી સારી પ્રશ્નપુસ્તિકા મેળવી લેવી. આ માટે ઉમેદવારને પાંચ (૫) મિનિટનો સમયગાળો આપવામાં આવશે. પછી થી, પ્રશ્નપુસ્તિકા બદલવામાં આવશે નહીં કે કોઈ વધારાનો સમયગાળો આપવામાં આવશે નહીં.
  - આ ચકાસણી સમાપ્ત થાય પછી, પ્રશ્નપુસ્તિકાનો નંબર OMR જવાબ પત્રક પર લખવો અને OMR જવાબ પત્રકનો નંબર પ્રશ્નપુસ્તિકા પર લખવો.
- પ્રત્યેક પ્રશ્ન માટે ચાર જવાબ વિકલ્પ (A), (B), (C) અને (D) આપવામાં આવેલ છે. તમારે સાચા જવાબના ઓવલ (oval) ને નીચે આપેલ ઉદાહરણ મુજબ પેનથી ભરીને સંપૂર્ણ કાળું કરવાનું રહેશે.

ઉદાહરણ : (A) (B) (C) (D) કે જ્યાં (B) સાચો જવાબ છે.
- આ પ્રશ્નપુસ્તિકાના પ્રશ્નો ના જવાબ અલગથી આપવામાં આવેલ OMR જવાબ પત્રકમાં પેપર-III લખેલ વિભાગમાં જ અંકિત કરવા. જો આપ OMR જવાબ પત્રકમાં આપેલ ઓવલ (oval) સિવાય અન્ય સ્થાને જવાબ અંકિત કરશો તો તે જવાબનું મૂલ્યાંકન કરવામાં આવશે નહીં.
- અંદર આપેલ સૂચનાઓ ધ્યાનપૂર્વક વાંચો.
- કાંઈ કામ (Rough Work) પ્રશ્નપુસ્તિકાના અન્તિમ પૃષ્ઠ પર કરવું.
- જો આપ OMR જવાબ પત્રક નિયત જગ્યા સિવાય અન્ય કોઈપણ સ્થાને, આપનું નામ, રોલ નંબર, ફોન નંબર અથવા એવું કોઈ ચિન્હ કે જેનાથી તમારી ઓળખ થઈ શકે, અંકિત કરશો અથવા અભદ્ર ભાષાનો પ્રયોગ કરો, અથવા અન્ય કોઈ અનુચિત સાધનોનો ઉપયોગ કરો, જેમ કે અંકિત કરી દીધેલ જવાબ ભૂંસી નાખવો કે સફેદ શાહીનો ઉપયોગ કરી બદલશો તો આપને પરીક્ષા માટે અયોગ્ય જાહેર થઈ શકો છો.
- પરીક્ષા સમય પૂરો થઈ ગયા બાદ ઓરીજનલ OMR જવાબ પત્રક જે તે નિરીક્ષકને ફરજિયાત સોંપી દેવું અને કોઈ પણ સંજોગોમાં તે પરીક્ષાખંડની બહાર લઈ જવું નહીં. પરીક્ષા પૂર્ણ થયા બાદ ઉમેદવાર ઓરીજનલ પ્રશ્નપુસ્તિકા અને OMR જવાબ પત્રકની દુપ્લિકેટ કોપી પોતાની સાથે લઈ જઈ શકે છે.
- માત્ર કાળી/ભૂરી બોલ પોઈન્ટ પેન વાપરવી.
- કેલક્યુલેટર અને અન્ય ઈલેક્ટ્રોનિક યંત્રોનો ઉપયોગ કરવાની મનાઈ છે.
- ખોટા જવાબ માટે નકારાત્મક ગુણાંકન પ્રથા નથી.
- પ્રશ્નપુસ્તિકાના કોઈ પ્રશ્નમાં અનુવાદ અંગે કોઈ વિવાદ/મતભેદ જણાય તો અંગ્રેજી વર્ઝન યોગ્ય ગણાશે.

SEAL



## PHYSICAL EDUCATION

### PAPER - III

## શારીરિક શિક્ષણ

### પેપર-III

**Note :** This paper contains **Seventy Five (75)** multiple-choice/Assertion and Reasoning/matching questions/carrying **TWO (2)** marks each. Attempt **All** the questions.

**નોંધ :** આ પ્રશ્નપત્રમાં પંચોતેર (૭૫) બહુવિકલ્પીય પ્રશ્નો, સાચું-ખોટું અને જોડકાં બનાવવાના પ્રશ્નો છે. તમામ પ્રશ્નોના જવાબ લખવાના છે. પ્રત્યેક પ્રશ્નના બે (૨) ગુણ છે.

1. Match List I with List II and select the *correct* answer from the codes given below the lists :

#### List I

- (i) An activity undertaken for pleasure and satisfaction
- (ii) An area where awareness about health through verbal and non-verbal means is created in people
- (iii) The major instruments of bodily movement
- (iv) A state of well being and not merely absence of diseases

#### List II

- (1) Health
- (2) Movement
- (3) Recreation
- (4) Muscular and Nerves
- (5) Health Education

#### Codes :

- |     |      |       |      |     |
|-----|------|-------|------|-----|
| (i) | (ii) | (iii) | (iv) |     |
| (A) | (2)  | (3)   | (5)  | (4) |
| (B) | (3)  | (5)   | (4)  | (1) |
| (C) | (1)  | (4)   | (3)  | (2) |
| (D) | (3)  | (5)   | (2)  | (4) |

1. યાદી I ને યાદી II સાથે મેળવો અને નીચે આપેલા કોડમાંથી સાચો જવાબ પસંદ કરો :

#### યાદી I

- (i) આનંદ અને સંતોષ માટે પસંદ કરેલ પ્રવૃત્તિ
- (ii) એક વિસ્તાર જ્યાં લોકોમાં આરોગ્ય વિશે મૌખિક અને બિનમૌખિક રીતે જાગૃતિ કેળવવામાં આવે છે
- (iii) શારીરિક હલનચલનનું મુખ્ય સાધન
- (iv) સંપૂર્ણ શારીરિક માનસિક અને સામાજિક સુખાકારીની સ્થિતિ અને ફક્ત રોગોની ગેરહાજરી નહીં

#### યાદી II

- (1) આરોગ્ય
- (2) હલનચલન
- (3) મનોરંજન
- (4) સ્નાયુઓ અને જ્ઞાનતંતુઓ
- (5) આરોગ્ય શિક્ષણ

#### કોડ :

- |     |      |       |      |     |
|-----|------|-------|------|-----|
| (i) | (ii) | (iii) | (iv) |     |
| (A) | (2)  | (3)   | (5)  | (4) |
| (B) | (3)  | (5)   | (4)  | (1) |
| (C) | (1)  | (4)   | (3)  | (2) |
| (D) | (3)  | (5)   | (2)  | (4) |

2. Match List I with List II and select the *correct* answer from the codes given below the lists :

**List I**

- (i) Hinge joints  
(ii) Saddle joints  
(iii) Ball and socket joints  
(iv) Gliding joints

**List II**

- (1) Shoulders and Hips  
(2) Pivot Joints  
(3) Wrists and Ankles  
(4) Knees and Elbow  
(5) Thumb

**Codes :**

- (i) (ii) (iii) (iv)  
(A) (2) (3) (5) (4)  
(B) (1) (2) (4) (3)  
(C) (4) (5) (1) (3)  
(D) (3) (4) (1) (2)

2. યાદી I અને II મેળવો અને નીચે આપેલા કોડમાંથી સાચો જવાબ પસંદ કરો :

**યાદી I**

- (i) મિજગરા સાંધા  
(ii) સેડલ સાંધા  
(iii) ઉખળી સાંધા  
(iv) લપસતા સાંધા

**યાદી II**

- (1) ખભાઓ અને થાપા  
(2) ખીલ સાંધા  
(3) કાંડા અને ઘૂંટી  
(4) ઘૂંટણ અને કોણી  
(5) અંગૂઠો

**કોડ :**

- (i) (ii) (iii) (iv)  
(A) (2) (3) (5) (4)  
(B) (1) (2) (4) (3)  
(C) (4) (5) (1) (3)  
(D) (3) (4) (1) (2)

3. Match the List I with List II and select the *correct* answer from the codes given below the lists :

**List I**

- (i) Nutrition  
(ii) Fat  
(iii) Proteins  
(iv) Food

**List II**

- (1) The source of all body energy  
(2) Richest source of energy  
(3) Key to good health  
(4) Structural material of the body  
(5) Essence of health

**Codes :**

- (i) (ii) (iii) (iv)  
(A) (1) (3) (4) (2)  
(B) (3) (4) (5) (1)  
(C) (5) (2) (4) (3)  
(D) (3) (2) (4) (1)

3. યાદી I અને II મેળવો અને નીચે આપેલા કોડામાંથી સાચો જવાબ પસંદ કરો :

**યાદી I**

- (i) પોષણ  
(ii) ચરબી  
(iii) પ્રોટીન્સ  
(iv) ખોરાક

**યાદી II**

- (1) આખા શરીરની શક્તિનો સ્ત્રોત  
(2) શક્તિનો સમૃદ્ધ સ્ત્રોત  
(3) સારા આરોગ્યની ચાવી  
(4) શરીરની બંધારણીય સામગ્રી  
(5) આરોગ્યનું સારતત્વ

**કોડ :**

- (i) (ii) (iii) (iv)  
(A) (1) (3) (4) (2)  
(B) (3) (4) (5) (1)  
(C) (5) (2) (4) (3)  
(D) (3) (2) (4) (1)

4. Match the List I with List II and select the *correct* answer from the codes given below the lists :

**List I**

- (i) Tactical preparation
- (ii) Transitional period
- (iii) Interval training
- (iv) Training load

**List II**

- (1) High degree of speed and strength
- (2) Aerobic endurance
- (3) Athlete's abilities, skills, tech and Tectics
- (4) Recovery and relaxation
- (5) Improvement in performance capacity

**Codes :**

- |     |      |       |         |
|-----|------|-------|---------|
| (i) | (ii) | (iii) | (iv)    |
| (A) | (3)  | (4)   | (2) (5) |
| (B) | (4)  | (3)   | (5) (4) |
| (C) | (1)  | (2)   | (3) (4) |
| (D) | (3)  | (5)   | (1) (2) |

4. યાદી I અને II મેળવો અને નીચે આપેલા કોડમાંથી સાચો જવાબ પસંદ કરો :

**યાદી I**

- (i) વ્યુહાત્મક તૈયારી
- (ii) પરિવર્તીનીય સમય
- (iii) ઈન્ટરવલ તાલિમ
- (iv) તાલીમ ભાર

**યાદી II**

- (1) ઝડપ અને બળની ઉચી માત્રા
- (2) એરોબીક સહનશક્તિ (ઓકિસજન યુક્ત સહનશક્તિ)
- (3) રમતવીરની ક્ષમતાઓ, કૌશલ્ય, જ્ઞાન અને વ્યુહરચનાઓ
- (4) પુનઃસ્થિતિ પ્રાપ્તિ અને વિશ્રામ
- (5) સિદ્ધિ ક્ષમતામાં સુધારો

**કોડ :**

- |     |      |       |         |
|-----|------|-------|---------|
| (i) | (ii) | (iii) | (iv)    |
| (A) | (3)  | (4)   | (2) (5) |
| (B) | (4)  | (3)   | (5) (4) |
| (C) | (1)  | (2)   | (3) (4) |
| (D) | (3)  | (5)   | (1) (2) |

5. In acquisition of motor skills "trial and error" is an important :

- (A) Philosophy
- (B) Principles
- (C) Paradigm
- (D) Theory

6. Men and women differ with each other in almost everything, *except* :

- (A) Mental ability
- (B) Sexual anatomy
- (C) Physical feature
- (D) Physiological functioning

7. Cryotherapy is the first-aid treatment for :

- (A) Dislocation
- (B) Cut
- (C) Bleeding
- (D) Sprain

5. "પ્રયત્ન અને ભૂલ" દ્વારા ગત્યાત્મક કૌશલ્યોની પ્રાપ્તિ અગત્યની છે :

- (A) ફિલસૂફી (તત્ત્વજ્ઞાન)
- (B) સિદ્ધાંતો
- (C) દૃષ્ટાંત
- (D) વાદ

6. પુરુષ અને સ્ત્રી મોટા ભાગે બધી બાબતોમાં જુદા હોય છે. સિવાય કે :

- (A) માનસિક ક્ષમતા
- (B) જાતિય શરીર રચના
- (C) શારીરિક લક્ષણો
- (D) શરીર વિજ્ઞાનીય કાર્ય કરવામાં

7. શીતોપચાર એ પ્રાથમિક સારવાર માટેની છે :

- (A) સાંધો ખસી જવો
- (B) કપાઈ જવું
- (C) લોહી વહેવું
- (D) મચકોડ

8. Upward portion of a body part is called as :

- (A) Anterior part
- (B) Posterior part
- (C) Inferior part
- (D) Superior part

9. Match the List I with List II and select the correct combination from the codes given below the lists :

**List I**

- (i) Obesity
- (ii) Linearity
- (iii) Muscularity
- (iv) Flexibility

**List II**

- (1) Mesomorphy
- (2) Endomorphy
- (3) Goniometry
- (4) Ectomorphy

**Codes :**

- |     |      |       |         |
|-----|------|-------|---------|
| (i) | (ii) | (iii) | (iv)    |
| (A) | (2)  | (3)   | (1) (4) |
| (B) | (4)  | (1)   | (3) (2) |
| (C) | (1)  | (3)   | (2) (4) |
| (D) | (3)  | (2)   | (4) (1) |

8. શરીર ઉપરના ભાગને કહે છે :

- (A) એન્ટીરીયર ભાગ
- (B) પોસ્ટીરીયર ભાગ
- (C) ઈન્ફીરીયર ભાગ
- (D) સુપીરીયર ભાગ

9. યાદી I અને II ગોઠવી, નીચે કોડમાં આપેલા યોગ્ય જવાબ પસંદ કરો :

**યાદી I**

- (i) ઓબિસીટી (મદસ્વેતા)
- (ii) લિનિયારીટી (પાતળા પશુ)
- (iii) મસ્ક્યુલારીટી (સ્નાયુબઘતા)
- (iv) ફેલેક્સીબીલીટી (લચકતા)

**યાદી II**

- (1) મેસોમોર્ફી
- (2) ઈન્ડોમોર્ફી
- (3) ગોનિયોમેટ્રી
- (4) એક્ટ્રોમોર્ફી

**કોડ :**

- |     |      |       |         |
|-----|------|-------|---------|
| (i) | (ii) | (iii) | (iv)    |
| (A) | (2)  | (3)   | (1) (4) |
| (B) | (4)  | (1)   | (3) (2) |
| (C) | (1)  | (3)   | (2) (4) |
| (D) | (3)  | (2)   | (4) (1) |



10. Given below are two statements, one is labelled as Assertion (A) and other is labelled as Reason (R) :

**Assertion (A) :** Plane moves around the axis.

**Reason (R) :** There is not plane without axis.

Select the *correct* answer from the codes given below :

**Codes :**

- (A) Both (A) and (R) are true and (R) is the correct explanation of (A)
- (B) Both (A) and (R) are true and (R) is not the correct explanation of (A)
- (C) (A) is true but (R) is false
- (D) (A) is false but (R) is true

10. નીચે આપેલા બે નિવેદન પૈકી એક વિધાન (A) અને બીજું કારણ (R) છે.

**વિધાન (A) :** સપાટી ધરીની આજુબાજુ ફરે છે.

**કારણ (R) :** ધરી વગર સપાટી નથી.

નીચે આપેલા કોડમાંથી યોગ્ય જવાબ પસંદ કરો :

**કોડ :**

- (A) (A) અને (R) બંને સાચાં છે અને (R) એ (A) ને સાચી રીતે સમજાવે છે
- (B) (A) અને (R) બંને સાચા છે અને (R) એ (A) ને સાચી રીતે સમજાવતો નથી
- (C) (A) સાચું છે પરંતુ (R) ખોટું છે
- (D) (A) ખોટું છે પરંતુ (R) સાચું છે

11. A behaviour which involves the use of legitimate physical or verbal force to achieve one's goal but no intent to harm the opponents is termed as :

- (A) Assertive behaviour
- (B) Violent behaviour
- (C) Proactive behaviour
- (D) Reactive behaviour

12. First teachers' training college in India was started in Physical Education at :

- (A) H.V.P.M. Amravati
- (B) B.P.C.A.'s Mumbai
- (C) L.N.I.P. Gwalior
- (D) Y.M.C.A. Madras (Chennai)

11. એક એવું વર્તન કે જે ન્યાયયુક્ત શારીરિક અથવા મૌખિક બળનો ઉપયોગ ધ્યેય પ્રાપ્તિ માટે કરે છે પરંતુ તેનો ઈરાદો વિરોધીને નુકશાન કરવાનો હોતો નથી જેનો નિર્દેશ કરે છે :

- (A) આગ્રહી વર્તન
- (B) હિંસાત્મક વર્તન
- (C) સક્રિય વર્તન
- (D) પ્રતિક્રિયાત્મક વર્તન

12. ભારતમાં સૌ પ્રથમ શિક્ષકોને તાલીમ આપતી શારીરિક શિક્ષણની સંસ્થા ક્યાં શરૂ થઈ ?

- (A) H.V.P.M. અમરાવતી
- (B) B.P.C.A.'s મુંબઈ
- (C) L.N.I.P. ગવાલિયર
- (D) Y.M.C.A. મદ્રાસ (ચેન્નઈ)

13. Immunity is the power to resist :
- (A) Germs  
(B) Sickness  
(C) Health  
(D) Diseases.
14. In Isometric exercises the length of muscles :
- (A) Remain same  
(B) Shortens  
(C) Increase  
(D) Change in size and shape of muscle
15. Duration of each bouts in wrestling :
- (A) 2 minutes  
(B) 3 minutes  
(C) 3.5 minutes  
(D) 4 minutes
13. ચેપ મુક્તિ એ પ્રતિકાર શક્તિ છે :
- (A) જંતુઓ  
(B) માંદગી  
(C) તંદુરસ્તી  
(D) રોગ
14. આઈસોમેટ્રીક (ગતિજન્ય) કસરતોમાં સ્નાયુની લંબાઈ :
- (A) અચળ રહે છે  
(B) ટૂંકું થાય છે  
(C) લાંબુ થાય છે  
(D) સ્નાયુના આકાર અને કદમાં પરિવર્તન
15. કુસ્તીમાં દરેક 'બાઉટ' નો સમયગાળો :
- (A) 2 મિનિટ  
(B) 3 મિનિટ  
(C) 3.5 મિનિટ  
(D) 4 મિનિટ્સ

16. Formulation of hypothesis may *not* be necessary in :

- (A) Survey studies
- (B) Historical studies
- (C) Experimental studies
- (D) None of the above

17. The mid-point of a distribution is :

- (A) Mean
- (B) Median
- (C) Mode
- (D) Standard Deviation

18. Health related physical fitness is measured by testing :

- (A) Blood pressure, pulse rate, blood glucose level
- (B) Co-ordination, power, reaction time and speed
- (C) Blood proteins, lipids, stool test and urinary examination
- (D) Cardio-respiratory endurance, muscular strength, joint flexibility and body composition

16. ઉત્કલ્પનાં રચનાની જરૂરિયાત ..... માં હોઈ શકે નહિ :

- (A) સર્વેક્ષણ અભ્યાસ
- (B) ઐતિહાસિક અભ્યાસ
- (C) પ્રાયોગિક અભ્યાસ
- (D) ઉપરનામાંથી કોઈ નહિ

17. વિતરણનું મધ્યબિંદુ છે :

- (A) મધ્યક
- (B) મધ્યસ્થ
- (C) બહુલક
- (D) પ્રમાણિત વિચલન

18. આરોગ્યલક્ષી શારીરિક ક્ષમતાનું માપન ..... ની કસોટી દ્વારા થાય છે :

- (A) લોહીનું દબાણ, નાડીના ધબકારા અને લોહીમાં ગ્લુકોઝનું પ્રમાણ
- (B) ગતિસુમેળ, શક્તિ, પ્રતિક્રિયા સમય અને ઝડપ
- (C) લોહીમાં પ્રોટીન, ચરબી અને પેશાબ સંબંધી પરિક્ષણ
- (D) રૂધિરાભિસરણ શ્વસન સહનશક્તિ, સ્નાયુનું બળ અને, સાંધાની નમનિયતા અને શરીરનું બંધારણ

19. Motivation, competitive anxiety and self concept are measured by :

- (A) Reaction time test
- (B) Feedback test
- (C) Questionnaire test
- (D) Anthropometric test

20. Which of the following is *not* a basic function of the management process ?

- (A) Working
- (B) Organizing
- (C) Controlling
- (D) Leading

21. Modern Olympic Games in 2020 will be held at :

- (A) New York
- (B) Tokyo
- (C) London
- (D) Athens

19. પ્રેરણા સ્પર્ધાકીય ચિંતા અને 'સ્વ' ખ્યાલ માપન થાય છે :

- (A) પ્રતિક્રિયા સમય કસોટી
- (B) પ્રતિપોષણ કસોટી
- (C) પ્રશ્નાવલી કસોટી
- (D) શરીર પરિમિતિ માપન કસોટી

20. વ્યવસ્થાપન પ્રક્રિયાનું નીચે પૈકીનું કયું પાયાગત કાર્ય નથી :

- (A) કામ કરવું
- (B) આયોજન કરવું
- (C) નિયંત્રણ કરવું
- (D) નેતૃત્વ પુરૂ પાડવું

21. આધુનિક ઓલિમ્પિક રમતોનું ૨૦૨૦ માં આયોજન કરવામાં આવશે :

- (A) ન્યુયોર્ક
- (B) ટોકિયો
- (C) લંડન
- (D) અથેન્સ

22. Which of the following is against the principles of organization ?

- (A) Overlapping of authority
- (B) Proper decentralization
- (C) Delegation of power
- (D) Proper communication

23. The ancient Romans were known for :

- (A) Athletics
- (B) Wrestlings
- (C) Gymnastics
- (D) Gladiatorial

24. The structure that separates thoracic organs from abdominal cavity is :

- (A) Rib Cage
- (B) Diaphragm
- (C) Peritoneum
- (D) Pelvic

22. નીચેના પૈકી કયું વ્યવસ્થાના સિદ્ધાંતોની વિરુદ્ધ છે?

- (A) ઓવરલેપીંગ ઓફ ઓથોરીટી (સત્તાની પરસ્પર વ્યાપતી)
- (B) યોગ્ય વિકેન્દ્રીકરણ
- (C) સત્તાનું પ્રતિનિધ મંડળ
- (D) યોગ્ય પ્રત્યાયન

23. પ્રાચીન રોમનો તેઓની પ્રિય રમત માટે જાણીતા હતા :

- (A) ખેલકૂદ
- (B) ફૂટી
- (C) જીમ્નાસ્ટીક્સ
- (D) મલયુદ્ધોની હરિકાઈ

24. ઢાંચો કે જે પેટના પોલાણમાંથી છાતીના અવયવો જુદા પાડે છે :

- (A) પાસળીઓનું પાંજરું
- (B) ડાયાફ્રમ
- (C) પેરીટોન્યુમ
- (D) પેલવીક

25. Other than propulsive force the aerial motion of a body is influenced by :

(A) Its weight

(B) Spin

(C) Elasticity

(D) Air resistance

26. Motivation that comes from positive and negative reinforcement from outside is called :

(A) Intrinsic

(B) Locus of control

(C) Extrinsic

(D) Direct

27. Carbohydrate loading used by athletes means :

(A) Getting energy from the blood

(B) Storing energy in muscles

(C) Spending energy during physical work

(D) Generating energy per unit of time

25. આગળ તરફ ધક્કાના બળ સિવાય પદાર્થની હવા ગતિ અસર પામે છે :

(A) તેનું વજન

(B) ધમ્મર ગતિ

(C) સ્થિતિસ્થાપકતા

(D) હવાનો અવરોધ

26. સાચો જવાબ પસંદ કરો પ્રેરણા કે જે હકારાત્મક અને નકારાત્મક બાહ્ય દૃઢીકરણમાંથી આવે છે. તે કહેવાય છે :

(A) આંતરીત

(B) નિયંત્રણનું પદ

(C) બાહ્ય

(D) પ્રત્યક્ષ

27. યોગ્ય વિકલ્પ પસંદ કરો એથ્લેટ દ્વારા કાર્બોહાઈડ્રેટ ભારનો ઉપયોગ કરવાનો અર્થ છે :

(A) લોહીમાંથી શક્તિ મેળવવી

(B) સ્નાયુમાં શક્તિનો સંચય કરવો

(C) સખત શારીરિક કાર્ય દરમિયાન શક્તિનો ખર્ચ કરવો

(D) સમયના એકમમાં શક્તિનું ઉત્પાદન કરવું

28. Which of the following is *not* considered a component of school health education ?

- (A) Health instruction
- (B) Health supervision
- (C) Health services
- (D) Health training

29. Factors associated with cohesion are :

- (i) Team satisfaction
- (ii) Individual performance
- (iii) Team ranking in competition
- (iv) Social support

Find the *correct* combination :

- (A) (i) and (iv)
- (B) (ii) and (iii)
- (C) (iv) and (iii)
- (D) (i) and (ii)

28. નીચેના પૈકી કયુ ઘટક શાળા આરોગ્ય શિક્ષણ કાર્યક્રમમાં ધ્યાનમાં લેવામાં આવતું નથી?

- (A) આરોગ્ય સૂચના
- (B) આરોગ્ય નિરીક્ષણ
- (C) આરોગ્ય સેવાઓ
- (D) આરોગ્ય તાલીમ

29. સંયોગ સાથે ઘટકો જોડાયેલા છે :

- (i) ટીમ સંતોષ
- (ii) વ્યક્તિગત દેખાવ
- (iii) સ્પર્ધામાં ટીમ રેન્કીંગ
- (iv) સામાજિક સમર્થન

સાચો ઉત્તર શોધો :

- (A) (i) અને (iv)
- (B) (ii) અને (iii)
- (C) (iv) અને (iii)
- (D) (i) અને (ii)



30. A popular research study for the first time Researchers is :

- (A) Case studies
- (B) Experimental studies
- (C) Historical studies
- (D) Survey type studies

31. The difference between the value of the smallest item and the value of the largest item included in distribution is :

- (A) Range
- (B) Inter-quartile range
- (C) Mean deviation
- (D) Standard deviation

32. Which is the best method of administration in sports ?

- (A) Laissez faire method
- (B) Autocratic method
- (C) Democratic method
- (D) Dictatorial method

30. પહેલીવાર સંસોધકો માટે પ્રખ્યાત સંસોધન અભ્યાસ છે :

- (A) વ્યક્તિગત અભ્યાસ
- (B) પ્રાયોગિક અભ્યાસ
- (C) ઐતિહાસિક અભ્યાસ
- (D) સર્વેક્ષણ પ્રકારનો અભ્યાસ

31. સૌથી નાની વસ્તુની કિંમત અને સૌથી મોટી વસ્તુની કિંમત વચ્ચેના તફાવતનો વિતરણમાં સમાવેશ થાય છે :

- (A) વિસ્તરણ
- (B) ઈન્ટર ક્વાર્ટલ વિસ્તરણ
- (C) મધ્યક વિચલન
- (D) પ્રમાણિત વિચલન

32. રમતગમતનાં વહીવટ માટે સૌથી શ્રેષ્ઠ પદ્ધતિ કઈ છે?

- (A) લેસેસફેર (સ્વૈરવિહાર) પદ્ધતિ
- (B) અમલદારશાહી પદ્ધતિ
- (C) લોકશાહી પદ્ધતિ
- (D) સરમુખત્યારશાહી પદ્ધતિ

33. Which of the following is a key factor in man's socialization process ?
- (A) Social understanding  
(B) Social courtesies  
(C) Social interaction among people  
(D) Social visits
34. Nature of Vitamin A and Vitamin C can be expressed as :
- (A) Both Vitamins A and C are fat soluble  
(B) Both Vitamins A and C are water soluble  
(C) Vitamin A is fat soluble and Vitamin C is water soluble  
(D) Vitamin A is water soluble and Vitamin C is fat soluble
33. નીચેના પૈકી કયુ માણસની સામાજિક પ્રક્રિયાનું મુખ્ય ઘટક છે?
- (A) સામાજિક સમજણ  
(B) સામાજિક શિષ્ટાચાર  
(C) લોકો વચ્ચેની સામાજિક આંતરક્રિયા  
(D) સામાજિક મુલાકાત
34. વિટામીન 'એ' અને વિટામીન 'સી' ની પ્રકૃતિ નીચે પ્રમાણે દર્શાવી શકાય :
- (A) વિટામીન 'એ' અને વિટામીન 'સી' બંને ચરબીમાં દ્રાવ્ય છે  
(B) વિટામીન 'એ' અને વિટામીન 'સી' પાણીમાં દ્રાવ્ય છે  
(C) વિટામીન 'એ' ચરબીમાં દ્રાવ્ય છે અને વિટામીન 'સી' પાણીમાં દ્રાવ્ય છે  
(D) વિટામીન 'એ' પાણીમાં દ્રાવ્ય છે અને વિટામીન 'સી' ચરબીમાં દ્રાવ્ય છે

35. Match the List I with List II and select the *correct* option using the codes given below the lists :

**List I**

- (i) Classification theory of management
- (ii) Administrative theory
- (iii) Human resource theory
- (iv) Scientific management theory

**List II**

- (1) Henri Fayol
- (2) F.W. Taylor
- (3) Max Weber
- (4) Elton Mayo

**Codes :**

- (i) (ii) (iii) (iv)
- (A) (1) (2) (3) (4)
- (B) (3) (1) (4) (2)
- (C) (2) (3) (1) (4)
- (D) (4) (2) (3) (1)

35. યાદી I સાથે યાદી II સાથે જોડો અને નીચે આપેલા કોડમાંથી યોગ્ય વિકલ્પ પસંદ કરો :

**યાદી I**

- (i) સંચાલનનો વર્ગીકરણ સિદ્ધાંત
- (ii) સંચાલનનો સિદ્ધાંત
- (iii) માનવ સંશોધનનો સિદ્ધાંત
- (iv) વૈજ્ઞાનિક વ્યવસ્થાનો સિદ્ધાંત

**યાદી II**

- (1) હેનરી ફેયોલ
- (2) એફ.ડબલ્યુ. ટેલર
- (3) મેક્સ વેબર
- (4) ઈલિટન માયો

**કોડ :**

- (i) (ii) (iii) (iv)
- (A) (1) (2) (3) (4)
- (B) (3) (1) (4) (2)
- (C) (2) (3) (1) (4)
- (D) (4) (2) (3) (1)

36. Practical works based on interactive meeting of professional people are known as :

- (A) Orientation programme
- (B) Seminar
- (C) Workshop
- (D) Refresher course

37. Curriculum should be based on :

- (1) Guided experience
- (2) Placement opportunities
- (3) Plans for learning
- (4) Methods for achieving the objectives
- (5) Knowledge, skill, and understanding

Find the *correct* combination using codes given below :

**Codes :**

(i) (ii) (iii) (iv)

- (A) (1) (2) (5) (4)
- (B) (2) (3) (4) (5)
- (C) (1) (3) (4) (5)
- (D) (1) (3) (4) (2)

36. વ્યવસાયિક લોકોની એકબીજા પ્રેક્ટીકલ કામ આધારિત મીટીંગોને ઓળખવામાં આવે છે :

- (A) નવીનીકરણ
- (B) સેમીનાર
- (C) વર્કશોપ
- (D) રિફ્રેશર કોર્સ

37. અભ્યાસક્રમ આધારિત હોવા જોઈએ :

- (1) માર્ગદર્શીય અનુભવ
- (2) રોજગારની તકો
- (3) શીખવાની યોજના
- (4) હેતુ પ્રાપ્તિની રીતો
- (5) જ્ઞાન, કૌશલ્ય અને સમજ

યોગ્ય વિકલ્પ શોધો :

**કોડ :**

(i) (ii) (iii) (iv)

- (A) (1) (2) (5) (4)
- (B) (2) (3) (4) (5)
- (C) (1) (3) (4) (5)
- (D) (1) (3) (4) (2)

38.  $\alpha$  (alpha) probability indicates : 38.  $\alpha$  આલ્ફા સંભવ દર્શાવે છે :
- (A) Variability (A) પરિવર્તનશીલતા
- (B) Level of significance (B) સાર્થકતાનું લેવલ
- (C) Magnitude of type II error (C) ટાઈપ II ની ભુલનું પરિમાણ
- (D) Standard error (D) પ્રમાણિત ભૂલ
39. Blood gets de-oxygenated in : 39. લોહીનું શુદ્ધિકરણ ..... માં થાય છે.
- (A) Lungs (A) ફેફસાં
- (B) Heart (B) હૃદય
- (C) Muscle (C) સ્નાયુ
- (D) Nerve (D) જ્ઞાનતંતુ
40. In which of the following activities, 40. નીચેની પ્રવૃત્તિઓ પૈકી કઈ પ્રવૃત્તિમાં ગુરુત્વ મધ્યબિંદુ ઓછામાં ઓછો ફેરફાર થાય છે?
- (A) Standing Broad Jump (A) ખડી લાંબીકૂદ
- (B) Shuttle Run (B) શટલ રન
- (C) Crawling (C) ક્રાઉલીંગ
- (D) Somersault (D) સમરસોલ્ટ

41. Gestalt theory of learning is based on :

- (A) Reinforcement of the response by the learner
- (B) Organising and reorganising by learner with interaction with his environment
- (C) The process of building new bonds and organising them into system
- (D) Ability of the mind to join things which comes to it approximately at the same time

41. અધ્યયનની ગેસ્ટોલ્ટ થિયરી ..... પર આધારિત છે.

- (A) શીખનાર પ્રતિભાવની મજબુતાઈ
- (B) શીખનાર દ્વારા આંતરક્રિયા પોતાના વાતાવરણ સાથે આયોજન અને પુનઃ આયોજન
- (C) નવી બાંહેધરી રચનાની પ્રક્રિયા અને પદ્ધતિમાં તેમનું આયોજન
- (D) વસ્તુઓને જોડવાની માનસિક ક્ષમતા કે જે લગભગ એ જ સમયે આવે છે

42. It is necessary for the curriculum

to be responsive to :

- (A) Exigencies of time and place
- (B) Global educational trends
- (C) Need of community
- (D) Social and technological change

43. Allotment of 7 to 10 days of periods sequencing instruction, practice participation and competition indicate :

- (A) Macro plan
- (B) Micro plan
- (C) Off campus training
- (D) Academic calendar

42. અભ્યાસક્રમ માટે એ જરૂરી છે કે જવાબદાર

હોવું જોઈએ :

- (A) સમય અને સ્થળની આવશ્યકતા
- (B) વૈશ્વિક શૈક્ષણિક પ્રવાહો
- (C) સમાજની જરૂરિયાતો
- (D) સામાજિક અને ટેકનોલોજીકલ બદલાવ

43. 7 થી 10 દિવસ વહેંચણી ક્રમ શિક્ષણ કાર્ય મહાવરો ભાગ લેવો અને સ્પર્ધા દર્શાવે છે :

- (A) મેક્રો પ્લાન
- (B) માઈક્રો પ્લાન
- (C) ઓફ કેમ્પસ ટ્રેનીંગ
- (D) એકેડેમિક કલેન્ડર

44. Match List I with List II and select the *correct* answer using the codes given below the lists :

List I	List II
(i) Fosbury flop	(1) Relay Race
(ii) Glide technique	(2) Long Jump
(iii) Hang style	(3) Shot-put
(iv) Acceleration zone	(4) High Jump

**Codes :**

- (i) (ii) (iii) (iv)
- (A) (4) (3) (2) (1)
- (B) (4) (2) (1) (3)
- (C) (3) (2) (4) (1)
- (D) (3) (2) (1) (4)

44. યાદી I અને યાદી II મેળવીને નીચે આપેલ કોડનો ઉપયોગ કરી સાચો જવાબ પસંદ કરો :

યાદી I	યાદી II
(i) ફોસબરી ફ્લોપ	(1) ટપ્પા દોડ
(ii) ગ્લાઈડ ટેકનિક	(2) લાંબી કૂદ
(iii) હાંગ સ્ટાઇલ	(3) ગોળા ફેંક
(iv) સ્નેચ એટન પાસ	(4) ઉચી કૂદ

**કોડ :**

- (i) (ii) (iii) (iv)
- (A) (4) (3) (2) (1)
- (B) (4) (2) (1) (3)
- (C) (3) (2) (4) (1)
- (D) (3) (2) (1) (4)



45. Hewit skill test measures :

- (A) Table Tennis Skill
- (B) Lawn Tennis Skill
- (C) Volleyball Skill
- (D) Badminton Skill

46. Percentage of body fat measurement is needed to know :

- (A) Obesity status of overweight people
- (B) Performance capacity of overweight people
- (C) All the above
- (D) None of the above

47. Physical growth is indicated by increase in height, weight and size of the body :

- (A) Right
- (B) Wrong
- (C) Partially Wrong
- (D) Partially Right

45. હેવીટ સ્કીલ ટેસ્ટ માપે છે :

- (A) ટેબલ ટેનિસ કૌશલ્ય
- (B) લોન ટેનિસ કૌશલ્ય
- (C) વોલીબોલ કૌશલ્ય
- (D) બેડમિન્ટન કૌશલ્ય

46. શરીર ચરબીના માપનની ટકાવારી જાણવા માટે જરૂરી છે :

- (A) અતિ વજનવાળા લોકોની મેદસ્વિતાનું સ્તર
- (B) વધુ વજનવાળા લોકોની દેખાવ શક્તિ
- (C) ઉપરના બધા જ
- (D) ઉપરમાંથી કોઈ નહીં

47. ઉંચાઈમાં વધારો, વજનમાં વધારો, શરીર બાધામાં વધારો એ શારીરિક વિકાસ દર્શાવે છે :

- (A) સાચુ
- (B) ખોટુ
- (C) અર્ધ અસત્ય
- (D) અર્ધ સત્ય

48. Acquisition of motor skill mainly depends on :
- (A) Coordinative ability  
(B) Flexibility  
(C) Speed  
(D) Endurance
49. What % of skeletal muscle consists of body weight ?
- (A) 10%  
(B) 20%  
(C) 30%  
(D) 40%
50. The principal salivary glands are :
- (A) Parotid  
(B) Submandibular  
(C) Sublingual  
(D) All of the above
48. કાર્યક્ષમતા પ્રાપ્ત કરવાને આધારિત છે :
- (A) કોડીનેટ એબીલીટી (સંકલન શક્તિ)  
(B) ફ્લેક્સીબીલીટી (લચકતા શક્તિ)  
(C) સ્પીડ (ઝડપ શક્તિ)  
(D) ઈન્ડ્યુરન્સ (સહન શક્તિ)
49. શરીરમાં હાડકાનાં મસલ્સનું વજન કેટલાં ટકા હોય છે?
- (A) 10%  
(B) 20%  
(C) 30%  
(D) 40%
50. શરીરની મુખ્ય સલવરી ગ્રંથિઓ કઈ છે?
- (A) પેરોટાઈડ  
(B) સબમાન્ડીબ્યુલર  
(C) સબલીંગ્વઅલ  
(D) ઉપરના બધી

51. Maximal volume of the air forcefully expired after maximal inspiration is called :

- (A) Tidal air
- (B) Lung capacity
- (C) Vital capacity
- (D) None of the above

52. Aerobic capacity contributes to :

- (A) Endurance development
- (B) Strength development
- (C) Agility development
- (D) Power development

53. Fast twitch muscle fibers also known as :

- (A) White muscle fibers
- (B) Red muscle fibers
- (C) Both of the above
- (D) None of the above

51. મહત્તમ અંદર શ્વાસ લીધા બાદ વધારેમાં વધારે ઉચ્છ્વાસ બહાર કાઢવાની પ્રક્રિયાને શું કહે છે?

- (A) ટાઈડલ એર
- (B) ફેફસાંની તાકાત
- (C) વાઈટલ કેપેસિટી
- (D) ઉપરમાંથી એક પણ નહીં

52. એરોબીક શક્તિનો આધાર છે :

- (A) સહનશક્તિ વિકાસ
- (B) તાકાત વિકાસ
- (C) એજીલીટીનો (ચપળતા) વિકાસ
- (D) ક્ષમતાનો વિકાસ

53. ફાસ્ટ ટવીચ સ્નાયુ ..... નામથી ઓળખાય છે :

- (A) સફેદ મસલ્સ તાંતણા
- (B) લાલ મસલ્સ તાંતણા
- (C) ઉપરના બન્ને
- (D) ઉપરનામાંથી એક પણ નહીં

54. Parabola is :

- (A) Path of object projected into free air
- (B) Path of object formed with air resistance
- (C) Path of object falling vertically down
- (D) None of the above

55. The removal and examination of tissue from the living cell is called :

- (A) M.R.J.
- (B) X-Ray
- (C) Biopsy
- (D) None of the above

54. પેરાબોલા ..... છે.

- (A) સાધનનો ખુલ્લી હવામાં થતો માર્ગ
- (B) સાધનનો હવા દ્વારા થતાં અવરોધનો માર્ગ
- (C) સાધનનો નીચે આવવાનો માર્ગ
- (D) ઉપરમાંથી એક પણ નહીં

55. જીવંતકોષમાંથી ટીશ્યુને બહાર કાઢીને તેનું પરિક્ષણ કરવાને ..... કહે છે.

- (A) એમ.આર.જે.
- (B) 'X' રે
- (C) બાયોપ્સી
- (D) ઉપરમાંથી એક પણ નહીં

56. Which of the following games has no separate time-keepers ?

- (A) Basketball
- (B) Kabaddi
- (C) Kho-kho
- (D) Football

57. How many seconds may a Basketball player stay in his own restricted area ?

- (A) 3 seconds
- (B) 5 seconds
- (C) 10 seconds
- (D) None of the above

58. For the speed work the intensity of load is measured in terms of :

- (A) Min/sec. or km
- (B) Meters/feet or inch
- (C) Both of the above
- (D) None of the above

56. નીચેનામાંથી કઈ રમતમાં ટાઈમ કીપર અલગથી હોય છે?

- (A) બાસ્કેટબોલ
- (B) કબડ્ડી
- (C) ખો-ખો
- (D) ફૂટબોલ

57. બાસ્કેટબોલનાં ખેલાડી પોતાનાં પ્રતિબંધિત વિસ્તારમાં કેટલો સમય રહી શકે છે?

- (A) 3 સેકન્ડ
- (B) 5 સેકન્ડ
- (C) 10 સેકન્ડ
- (D) ઉપરમાંથી એક પણ નહીં

58. ઝડપનો વિકાસ માટે મહત્તમ લોડ (ભાર) કઈ રીતે માપવામાં આવે છે?

- (A) મીનીટ/સેકન્ડ અથવા કિલોમીટર
- (B) મીટર્સ/ફીટ અથવા ઈંચ
- (C) ઉપરના બન્ને
- (D) ઉપરના બન્નેમાંથી એક પણ નહીં

59. During competition period intensity of training load shall be :

- (A) High
- (B) Low
- (C) Moderate
- (D) All of the above

60. Adaptation to training load at high altitude is known as :

- (A) Thermoregulation
- (B) Super compensation
- (C) Acclimatization
- (D) None of the above

61. In power lifting event consist of :

- (A) Squat, Bench press and Dead lift
- (B) Squat, Pull ups and Curls
- (C) Dead lift, Bench press and Chin ups
- (D) None of the above

59. હરિફાઈનાં સમયે તાલીમ ભાર ..... પ્રમાણે હોવો જોઈએ :

- (A) વધારે
- (B) ઓછો
- (C) મધ્યમ
- (D) ઉપરના બધાજ

60. ખૂબજ ઉંચાઈએ તાલિમ ભારને ગ્રહણ કરવાની ક્રિયાને ..... છે.

- (A) થર્મોરેગ્યુલેશન
- (B) સુપર કમ્પનસેશન
- (C) અક્લિમાઈઝેશન
- (D) ઉપરમાંથી એક પણ નહીં

61. વજન ઉચકવાની રમતમાં નીચેમાંથી શું હોય છે?

- (A) સ્કવેટ, બેન્ચપ્રેસ અને ડેડ લીફ્ટ
- (B) સ્કવેટ, પુલઅપ્સ અને કર્લ્સ
- (C) ડેડ લીફ્ટ, બેન્ચ પ્રેસ અને ચીન અપ્સ
- (D) ઉપરમાંથી એક પણ નહીં

62. Opening command to start the Judo is :
- (A) Hajime  
(B) Koka  
(C) Ippon  
(D) Wazari
63. Which of the following is *not* the method of flexibility training ?
- (A) Static training method  
(B) Ballistic training method  
(C) Assisted training method  
(D) Circuit training method
64. The range of correlation between two variables extended from :
- (A) -1.00 to +1.00  
(B) -1.00 to -1.00  
(C) +1.00 to +1.00  
(D) None of the above
62. જૂડોની રમત ચાલુ કરવા માટેનો હુકમ ..... છે.
- (A) હજાઈમે  
(B) કોકા  
(C) ઈપોન  
(D) વઝારી
63. નીચેનામાંથી કઈ રીતે લચકતા તાલીમ માટે નથી :
- (A) સ્ટેટીક તાલીમ પદ્ધતિ  
(B) બેલેસ્ટીક તાલીમ પદ્ધતિ  
(C) આસીસ્ટેડ તાલીમ પદ્ધતિ  
(D) સરકીટ તાલીમ પદ્ધતિ
64. બે પ્રકારનાં વેરીએબલ (સામ્યતાની) રેઈન્જ :  
..... છે.
- (A) -1.00 to +1.00  
(B) -1.00 to -1.00  
(C) +1.00 to +1.00  
(D) ઉપરમાંથી એક પણ નહીં

65. The questionnaire in which sequence of questions is followed, is called :

- (A) Disguised
- (B) Undisguised
- (C) Unstructured
- (D) Structured

66. Contribution of recreation sports is :

- (A) Development of health
- (B) Feeling of self worth
- (C) Development of skill and social qualities
- (D) All of the above

65. ક્રમીક પ્રશ્નોને પ્રશ્નોતરીમાં શું કહે છે?

- (A) ડીસ્ગ્યુઈસ્ડ (આડકતરુ)
- (B) અનડીસ્ગ્યુઈસ્ડ (આડકતરુ નહિ)
- (C) અનસ્ટ્રક્ચર્ડ (અવ્યવસ્થીત)
- (D) સ્ટ્રક્ચર્ડ (વ્યવસ્થીત)

66. મનોરંજનાત્મક રમતોનો ફાળો :

- (A) સ્વાસ્થ્યનો વિકાસ
- (B) જાતને યોગ્ય સમજવાની ભાવનાં
- (C) ઉચ્ચ સામાજિક કૌશલ્યનો વિકાસ
- (D) ઉપરની બધીજ



67. Free hand activity, generally done in group, is called :
- (A) Plyometrics  
(B) Calisthenics  
(C) Drill and marching  
(D) Weight training
68. For low back rehabilitation the means are :
- (A) Stretching exercise  
(B) Strength exercise  
(C) Both of the above  
(D) None of the above
69. Which penalty is given in the game of Hockey ?
- (A) Free hit  
(B) Penalty corner  
(C) Penalty stroke  
(D) All of the above
67. સમુહમાં થતી મુક્ત હાથ પ્રવૃત્તિને ..... છે.
- (A) પ્લાયોમેટ્રીક્સ  
(B) કલેસ્થેનીક્સ  
(C) ડ્રીલ અને માર્ચીંગ  
(D) વેઈટ ટ્રેઈનીંગ
68. કમરના નીચેના દુખાવાને દૂર કરવાની રીતો :
- (A) સ્ટ્રેચીંગ કસરતો  
(B) તાકાત કસરતો  
(C) ઉપરની બંને  
(D) ઉપરમાંથી કોઈ પણ નહીં
69. હોકીની રમતમાં કયા પ્રકારની પેનલ્ટી આપવામાં આવે છે?
- (A) ફ્રી હીટ  
(B) પેનલ્ટી કોર્નર  
(C) પેનલ્ટી સ્ટ્રોક  
(D) ઉપરના બધા જ

70. The type of lever is most effective in sports movements :
- (A) Third class lever  
(B) Second class lever  
(C) First class lever  
(D) None of the above
70. રમતમાં સૌથી ઉપયોગી ઉચ્ચાલન ..... છે.
- (A) ત્રીજા પ્રકારનું ઉચ્ચાલન  
(B) બીજા પ્રકારનું ઉચ્ચાલન  
(C) પ્રથમ પ્રકારનું ઉચ્ચાલન  
(D) ઉપરમાંથી એક પણ નહિ
71. Alignometer is used to measure :
- (A) Speed  
(B) Strength  
(C) Posture  
(D) Weight
71. એલીગોમીટર ..... માપવામાં ઉપયોગી થાય છે.
- (A) ઝડપ  
(B) તાકાત  
(C) શરીરનું પોસ્ટર (અંગ વિન્યાસ)  
(D) વજન
72. Blue print of the team competition plan is called :
- (A) Tactics  
(B) Skill  
(C) Techniques  
(D) Strategy
72. ટીમ હરિકાઈ માટે બનાવેલ પ્લાનને ..... કહે છે.
- (A) ટેકટીક (યુક્તીઓ)  
(B) કૌશલ્ય  
(C) ટેકનિક  
(D) સ્ટ્રેટેજી (યુક્તિ-પ્રયુક્તિ)

73. Study of joint is called :

- (A) Kinesiology
- (B) Biology
- (C) Anthropology
- (D) Anthology

74. Bones in human body are classified on the basis of :

- (A) Structure and function
- (B) Location and attachment
- (C) Size and shape
- (D) Joint and movement

75. Outdoor recreation activity is :

- (A) Picnic
- (B) Walk for pleasure
- (C) Tracking
- (D) All of the above

73. સાંધાઓના અભ્યાસને કહેવામાં આવે છે :

- (A) કીન્સીઓલોજી
- (B) બાયોલોજી
- (C) એન્થ્રોપોલોજી
- (D) એન્થોલોજી

74. માનવ શરીરમાં હાડકાઓની નીચે આધારે વિભાજિત કરવામાં આવે છે :

- (A) આકાર અને કાર્ય
- (B) જગ્યા અને જોડાણ
- (C) પ્રકાર અને આકાર
- (D) સાંધા અને કાર્ય

75. આઉટડોર મનોરંજન પ્રવૃત્તિ ..... છે.

- (A) પીકનીક (પર્યટન)
- (B) આનંદ માટે ચાલવું
- (C) ટ્રેકીંગ
- (D) ઉપરની બધીજ

**ROUGH WORK**

**SEAL**