



Teachingninja.in



Latest Govt Job updates



Private Job updates



Free Mock tests available

Visit - teachingninja.in

Gujarat TAT

**Previous Year Paper
(Physical Education)**

27 Jul, 2014



This Question Paper contains 20 printed pages.

UPDATE KEY FOR "PHYSICAL EDUCATION" SUB., DATE : 4/8/2014
Sl.No.

100599

S/TAT/340(G)/14

(JULY, 2014)

પ્રશ્નપુસ્તિકાનો કોડ
Question Paper
Booklet Code

A

Time : 80 Minutes]

[Maximum Marks : 100

સૂચનાઓ :

- આ કસોટીમાં કુલ 100 પ્રશ્નો છે. દરેક પ્રશ્નનો ગુણ 1 છે.
- તમામ કસોટીઓ બહુવિકલ્પ પ્રકારની છે. ચાર વિકલ્પોમાંથી એક જ વિકલ્પ સાચો જવાબ છે, જે ધ્યાનપૂર્વક વાંચી જવા અને OMR Sheet ઉપર નિયત સ્થળે તમારો ઉત્તર સાચા વિકલ્પની સામેના વર્તુળને ઘણ [●] કરીને નોંધવા વિનંતી છે.
- પ્રશ્નપત્રના મથાળે જમણી બાજુ ખાનામાં પ્રશ્નપુસ્તિકાનો કોડ લખવામાં આવ્યો છે. ઉમેદવારોએ આ કોડ OMR Sheet ઉપર દર્શાવવામાં આવેલી જગ્યાએ ચીવટપૂર્વક આંકડામાં તેમજ વર્તુળને ઘણ બનાવીને લખવાનો છે.
- OMR Sheet ઉપર લખવામાં આવેલો પ્રશ્નપુસ્તિકાનો કોડ અને પ્રશ્નપત્ર ઉપર લખેલો કોડ સમાન હોય તેની ખાત્રી કરી લેશો. આમાં વિસંગતતા હોય તો ખંડ નિરીક્ષકને તરત જ જણ કરી OMR Sheet અથવા પ્રશ્નપત્ર અથવા બંને બદલી આપવા માટે જણાવશો જેથી બંને સેટ એક જ કોડના થાય.
- ઉમેદવારે તેને આપવામાં આવેલા પ્રશ્નપુસ્તિકાનો કોડ હાજરીપત્રકમાં નિયત સ્થળે લખવાનો છે.
- OMR Sheet ઉપર વિગતો લખવા માટે તેમજ જવાબો નોંધવા માટે કાળી/ભૂરી બોલપોઇન્ટ પેનનો જ ઉપયોગ કરશો.
- OMR Sheet ઉપર 'હાઇટ ફ્લૂઇડ' કે કરેક્શન શાહીનો ઉપયોગ કરવાની છૂટ નથી.

1) અંતરંગ યોગમાં ક્યા ત્રણ અંગોનો સમાવેશ થાય છે ?

(A) યમ
નિયમ
આસન

(B) ધ્યાન
ધારણા
સમાધિ

(C) પ્રાણાયામ
પ્રત્યાહાર
સમાધિ

(D) આસન
ધ્યાન
ધારણા

2) હદ્ય અને નાભિયક્ષણો સમાવેશ ધારણાના ક્યા વિષયોમાં થાય છે ?

(A) શરીરના અંતરંગઝ્યુ વિષયો
(B) શરીરના બાહ્ય અંગઝ્યુ વિષયો

(C) ઇન્દ્રિયતીત વિષયો
(D) માનસિક વિષયો

3) નીચે આપેલી ષટ્કિયાઓમાંથી કોઈ એક ધારણા માટે ઉપયોગી છે ?

(A) વમન ધૌતી
(C) ત્રાક

(B) જલનેતિ
(D) વસ્ત્ર ધૌતી

4) નીચે આપેલા અંગોમાં બહિરંગ યોગમાં એક અંગનો સમાવેશ થતો નથી ? તે શોધો.

(A) સમાધિ
(B) પ્રાણાયામ

(C) પ્રત્યાહાર
(D) આસન

5) પ્રાચીન ઋષિમુનિઓએ કુદરતના અવલોકન દ્વારા શેની શોધ કરી ?

(A) આરોગ્યની
(C) અનુભૂતિની

(B) આસનોની
(D) આધ્યાત્મિક

6) ઇન્દ્રિયો ઉપર કાબૂ-અધિકાર મેળવવા માટે સાધકે યોગના અષ્ટાંગ યોગમાંથી ક્યા અંગનો અભ્યાસ કરવો જેરીએ ?

(A) ધ્યાન
(C) સમાધિ

(B) ધારણા
(D) પ્રત્યાહાર

7) શિયાળાની ઋતુમાં શરીરમાં ગરમી પેદા કરવા માટે ક્યો પ્રાણાયામ કરવો જોઈએ ?
(A) ચંદ્રભેદન (B) શીતલી
 (C) સૂર્યભેદન (D) શીતકારી

8) વર્ષોથી બંધ નસકોરાથી પીડાતી વ્યક્તિઓએ કઈ ઘટકિયા કરીને રાહત મેળવી શકે છે ?
(A) ત્રાટક (B) વમન ધૌતિ
 (C) સૂત્રનેતિ (D) કપાલ ભાતિ

9) થાઈરોઇડ અને પેરાથાઇરોઇડ ગંથિઓના સ્વાસ્થ્યમાં નીચેના માંથી ક્યો બંધ ઉપયોગી છે ?
 (A) જલંધર બંધ (B) ઉહ્કિયાન બંધ
(C) મૂલબંધ (D) ત્રિબંધ

10) પ્રાણાયામના અભ્યાસમાં કચા વિશેષ સૂચનોનો સમાવેશ કરવામાં આવેલો છે ?
(A) જલનેતિ અને સૂત્રનેતિ
 (B) વમન ધૌતિ અને વસ્ત્ર ધૌતિ
(C) યમ અને નિયમ
(D) ભામરી અને ઊંકાર

11) સંપ્રક્ષાત સમાધિમાં સાધક કઈ ભૂમિકામાં પ્રવેશ પામે છે ?
(A) ચિત્તમાં ગણ રહસ્યોનું જ્ઞાન
 (B) મનથી પર પ્રજાની
(C) ધ્યેય વસ્તુનું અવબંધન છૂટી જાય
(D) કલેશ અને કર્માની નિવૃત્તિ થાય

12) સમાધિનું સર્વોચ્ચ સ્વરૂપ કયું છે ?
(A) સબીજ (B) જિર્ભીજ
(C) સંપ્રક્ષાત (D) ઘર્મભેદ

13) જીવાત્મા અને પરમાત્માના એકતાના જ્ઞાનના ઉદ્દ્દ્યને શું કહે છે ?

(A) प्रत्याहार (B) ध्यान
(C) समाधि (D) धारणा

14) નિયમિત ધારણા કરવાથી શામાં પરિવર્તન આવે છે ?

(A) સ્મૃતિ (B) નકારાત્મક
 (C) હકારાત્મક (D) શૌચ

15) સૂર્યનમસ્કારની નીચે આપેલ સ્થિતિઓમાં કઈ સ્થિતિમાં કયો મંત્ર બોલાય છે. તે દરેક સ્થિતિમાં બોલાતો સાચો મંત્ર શોધી સાચો જવાબ બનાવો.

	स्थितिओं		बोलातो भंत्र
a)	त्रीणि स्थिति	i)	ॐ भरीचये नमः
b)	पांचभी स्थिति	ii)	ॐ भूर्याय नमः
c)	छठी स्थिति	iii)	ॐ अगाय नमः
d)	आठभी स्थिति	iv)	ॐ पुष्टे नमः

(A) a - i, b - ii, c - iii, d - iv (B) a - ii, b - iii, c - iv, d - i
(C) a - iii, b - iv, c - i, d - ii (D) a - iv, b - ii, c - i, d - iii

16) પાણીની અશુદ્ધિને કારણે અશોકને જાડા-ઊલટી થાય છે તો શરીરના કયા અવયવને ચેપ લાગ્યો છે તેમ કહી શકાય ?

(A) યકૃતને (B) ફેફસાંને
(C) આંતરડાને (D) કીડનીને

17) રમત દરમ્યાન એક ખેલાડીને હાથે વાગે છે અને ખૂબ જ રક્તસ્ત્રાવ થાય છે તો તે સમયે તત્કાલિક શંકુરવું જોઈએ ?

(A) હાથે પાટો બાંધી દેવો.
(B) હાથને ઊંચો રાખવો.
(C) હાથને ઢીકો રાખવો.
(D) હાથ ઉપર દવા લગાડવી.

18) નીચેનામાંથી સાચો અક્સમાત કોને કહી શકાય ?
 (A) કર્ણલાગવાથી (B) ગાયે મારવાથી
 (C) મધમાખીકરડવાથી (D) વિજળી પડવાથી

19) દરિયામાં નાહવાજવા માટે ક્યારે ન જવું જોઈએ ?
 (A) ભરતીના સમયે (B) ઓટના સમયે
 (C) સવારના સમયે (D) બપોરના સમયે

20) દવાની ખૂલ જ ઓછી માત્રા કર્દી ચિકિત્સા-પદ્ધતિમાં મળે છે ?
 (A) આયુર્વેદ (B) નેચરોપથી
 (C) હોમિયોપેથિક (D) એલોપથી

21) હવા, પાણી, કીટકો, માખીઓ દ્વારા સામાન્ય રીતે ક્યા રોગો ફેલાતા હોય છે ?
 (A) હવા જન્ય રોગો (B) પાણી જન્ય રોગો
 (C) ચેપી રોગો (D) બિન ચેપી રોગો

22) રોગપ્રતિકારક શક્તિનો ધીરે ધીરે ક્ષય થતો જય છે તો તે ક્યો ચેપી રોગ છે ?
 (A) ટી.બી. (B) ઇન્ફલુઅન્ઝા
 (C) એઈડ્સ (D) ન્યુમોનિયા

23) શરીરમાં રોગ કે તકલીફ ન હોય તે માત્ર સ્વાસ્થ્ય નથી. પરંતુ શારીરિક, માનસિક અને સામાજિક રીતે સક્ષમ હોય તેને સ્વાસ્થ્ય કહે છે. આ વ્યાખ્યા કોણે આપી છે ?
 (A) OWN (B) OWC
 (C) OWH (D) WHO

24) ડીસ્પોઝેબલ ઈન્જેક્શન કે જંતુમુક્ત સોય કે નવી સોયથી ઈન્જેક્શન લેવાથી ક્યા રોગથી બચી શકાય ?
 (A) કેન્સર (B) ટી.બી.
 (C) એઈડ્સ (D) મેનેજમેન્ટિસ

25) સ્વાસ્થ્ય પરીક્ષણ નિયમિત કરાવવું શા માટે જરૂરી છે ?

(A) સારવારના સારા પરિણામ માટે (B) યેપી રોગથી રક્ષણ માટે
 (C) રોગ ન થાય તે માટે (D) રોગપ્રતિકારક શક્તિ વિકસાવવા

26) આંતરરાષ્ટ્રીય કક્ષાએ સ્પર્ધા કરવા માટે 200 મી દોડનું પ્રસ્થાન રેખા કર્દ દિશામાં હોય છે ?

(A) ઉત્તર-પૂર્વ (B) દક્ષિણ-પૂર્વ
 (C) ઉત્તર-પશ્ચિમ (D) દક્ષિણ-પશ્ચિમ

27) ગલી આપવાનું કાર્ય કોન કરે છે ?

(A) પ્રસ્થાનકાર (B) સહ પ્રસ્થાનકાર
 (C) મુખ્ય પંચ (D) રાહ કારકુન

28) 110 મી વિધન દોડની સ્પર્ધામાં પાંચમા વિધનની ઊંચાઈ કેટલી હોય છે ?

(A) એક મીટર છડસઠ સે.મી. (B) એક મીટર સાઈઠ સે.મી.
 (C) એક મીટર છડસઠ મીલી મીટર (D) એક મીટર અડસઠ મીલી મીટર

29) 4×100 મીટર ટાપ્પા દોડ સ્પર્ધામાં ટાપ્પા બદલ પ્રેદેશનું માપ કેટલું હોય છે ?

(A) દસ મીટર (B) વીસ મીટર
 (C) પંદર મીટર (D) પચ્ચીસ મીટર

30) દોડની સ્પર્ધા માટે બીજા નંબર માટેના સમયપંચોના ઘડિયાળોમાં તફાવત જેવા મળે છે. તો પરિણામ પત્રકમાં ક્યો સમય નોંધવામાં આવશે ?

(A) સૌથી ઓછો હોય તે (B) સરાસરી અનુસાર જે આવે તે
 (C) વચ્ચેનો હોય તે (D) સૌથી વધુ હોય તે

31) 3000 મી દોડની સ્પર્ધા માટે ખેલાડીએ કેટલી વખત વિજય રેખા ઓળંગવી પડશે ?
 (A) સાત વખત (B) આઠ વખત
 (C) તેર વખત (D) બાર વખત

32) કેંદ્ર લોન અને પેન્ટેથ લોન સ્પર્ધામાં ખેલાડીના કેટલા સ્ટાર્ટ ફાઉલ કરશે તો તેને બાકાત કરવામાં આવશે ?
 (A) એક કરતાં વધારે (B) બે કરતાં વધારે
 (C) ત્રણ કરતાં વધારે (D) બાકાત કરવામાં આવતો નથી.

33) હેટ્ટેથલોન સ્પર્ધાના બીજ દિવસની પ્રથમ પ્રવૃત્તિ કઈ હોય છે ?
 (A) બરછી ફૂદ (B) ઊંચી ફૂદ
 (C) લાંબી ફૂદ (D) 200 મીટર દોડ

34) 1500 મીટર દોડની સ્પર્ધા માટે પ્રસ્થાનકાર કથા પ્રકારનો હુકમ આપીને પ્રસ્થાન આપશે ?
 (A) ઓન યોર માર્ક્સ, સેટ, ગો (B) ઓન યોર માર્ક્સ, સેટ, કલેપરનો અવાજ
 (C) સેટ કલેપરનો અવાજ (D) ફક્ત ગો

35) ટાપા બદલ પ્રદેશની રેખાઓથી પ્રસ્થાન રેખા કેટલી મીટરના અંતરે આવેલી હોય છે ?
 (A) આઠ મીટર (B) દસ મીટર
 (C) વીસ મીટર (D) પાંચ મીટર

36) નીચે મુજબના ઊંચી ફૂદના પરિણામ પત્રક અનુસાર ખેલાડીઓનો વિનેતા કમ નક્કી કરો.

ખેલાડી	ઊંચાઈ					
	a	xo	xxo	xxo	xxx	
b	o	xo	xo	xo	xo	xxx
c	o	xxo	o	xxo	xxx	
d	xo	xo	xo	o	xxo	

(A) dabc (B) dcba
 (C) dbca (D) dacb

37) લાંબી કૂદની સ્પર્ધામાં એક ખેલાડી આંખો બંધ કરીને કૂદવા પ્રયત્ન કરે છે. પંચ તરીકે તમે શું કરશો ?

(A) ફાઉલ અપીશ (B) તક સાચી ગણીશ
 (C) કૂદતો રોકીશ (D) ઉપરનામાંથી એકપણ છિયા નહીં કરું.

38) નીચે આપેલ કોઠામાં કૂદના પ્રકારને સુસંગત આંક દર્શાવતો વિકલ્પ પસંદ કરો.

	A		B
a)	લાંબી કૂદ	i)	2.10 મીટર
b)	ઉંચી કૂદ	ii)	5.50 મીટર
c)	વાંસ કૂદ	iii)	1.20 મીટર
d)	લંગડી ફાળ કૂદ	iv)	7.70 મીટર

(A) a - ii, b - iii, c - i, d - iv (B) a - iv, b - i, c - ii, d - iii
 (C) a - i, b - iii, c - iv, d - ii (D) a - iii, b - i, c - ii, d - iv

39) નીચેના કૌશલ્યોમાંથી ક્યથું કૌશલ્ય લાંબી કૂદ સાથે સંબંધ ધરાવે છે ?

(A) ટેક ઓફ (B) કાઉચ સ્ટાર્ટ
 (C) પીવોટિંગ (D) શૂટિંગ

40) નીચેનામાંથી કઈ પદ્ધતિ ઉંચી કૂદ સાથે સંકળાયેલ છે ?

(A) હવાતર (B) પશ્ચિમી ગબડ
 (C) ફિરકી (D) લટક

41) ગોળા ફેંક પ્રવૃત્તિના કૌશલ્યોને યોગ્ય કભમાં દર્શાવતો વિકલ્પ પસંદ કરો.

(a) કાઉચ (b) ઉભણી
 (c) પક્કડ (d) ખાલાત
 (A) c - a - b - d (B) a - b - c - d
 (C) c - b - a - d (D) c - d - a - b

42) ચક ફેકની સ્પર્ધા દરમ્યાન ખેલાડીએ ફેકલ ચક ફેક રેખા ઉપર પડે તો શું નિર્ણય આપશે ?

(A) ફાઉલ ગણવામાં આવશે
 (B) સાચી તક ગણવામાં આવશે
 (C) ફરી તક આપવામાં આવશે
 (D) ઉપરનામાંથી એકપણ નહિ

43) બહેનો માટેની બરછી ફેકની સ્પર્ધા માટે વાપરવામાં આવતી બરછીનું વજન કેટલું હોય છે ?

(A) 500 ગ્રામ
 (B) 80 ગ્રામ
 (C) 600 ગ્રામ
 (D) 800 ગ્રામ

44) હથોડા ફેકની સ્પર્ધામાં ખેલાડીઓએ પ્રાપ્ત કરેલ અંક દર્શાવતો કોઈ નીચે મુજબનો છે. તેમાંથી સાચાં વિજેતા ક્રમ નક્કી કરો.

ખેલાડી	મેળવેલ અંક			
a	13.20	14.15	13.67	14.50
b	12.60	F	13.10	13.65
c	12.70	12.75	13.00	13.09
d	13.10	12.80	13.65	12.45

(A) a - d - c - b
 (B) a - b - c - d
 (C) a - b - d - c
 (D) a - d - b - c

45) ચક ફેકનું ફેક વર્તુળ ગોળા ફેકના ફેક વર્તુળથી કેટલું મોટું હોય છે ?

(A) 36.5 સે.મી.
 (B) 35.6 સે.મી.
 (C) 36.6 સે.મી.
 (D) 35.5 સે.મી.

46) કબુદ્ધીની સ્પર્ધામાં ચાર્ટર કરનાર પક્ષને બોન્સ ગુણ ક્યારે મળે છે ?
 (A) સામા પક્ષના પાંચ ખેલાડી હોય અને બોન્સ રેખા ઓળંગે ત્યારે
 (B) બોન્સ રેખા ઓળંગે ત્યારે
 (C) બોન્સ રેખા ઓળંગે અને બચાવ પક્ષનાં પાંચ કરતાં વધુ ખેલાડી હોય ત્યારે
 (D) બચાવ પક્ષના છ કે સાત ખેલાડી હોય અને લંઘન રેખા ઓળંગે ત્યારે

47) કબુદ્ધી રમતના કૌશલ્યોને ચાર્ટર કરી માં ગોઠવો.
 (a) લંઘનરેખા ઓળંગવી (b) પગથી પગે સ્પર્શ કરવો
 (c) દમ ધૂંટવો (d) છાપો મારવો
 (A) c - a - d - b (B) c - d - a - b
 (C) c - a - b - d (D) c - b - a - d

48) કબુદ્ધીની સ્પર્ધા માટે બહેનોનો સમય કેટલો હોય છે ?
 (A) પંદર - બે - પંદર મિનિટ (B) પંદર - પાંચ - પંદર મિનિટ
 (C) વીસ - પાંચ - પંદર મિનિટ (D) વીસ - પાંચ - વીસ મિનિટ

49) ખો-ખો રમતમાં બે વાર સ્પર્ધા કરવા છતાં પણ બન્ને ટુકડીઓના ગુણ સરખા થાય છે વિજેતા નક્કી કરવા નીચે પૈકી ક્યો વિકલ્પ અપનાવશો.
 (A) બજ્જેને સરખો વિજેતા કર આપવો.
 (B) સિક્કો ઉછાળીને વિજેતા કર આપવો.
 (C) બજ્જે ટુકડીના એક એક ખેલાડીનો સમય લઈને.
 (D) આલ્ફાબેટિક ઓર્ડર મુજબ.

50) ખો-ખોની રમતમાં પ્રથમક્રમે માર કરનાર ખેલાડી અને પાંચમા કર્મે માર કરવા બેઠેલ ખેલાડી વચ્ચેનું અંતર કેટલું થશે ?
 (A) દસ મીટર અને પંદર સેન્ટીમિટર (B) દસ મીટર અને શૂન્ય સેન્ટીમિટર
 (C) દસ મીટર અને વીસ સેન્ટીમિટર (D) દસ મીટર અને દસ સેન્ટીમિટર

51) નીચેના પૈકી ક્યું કૌશલ્ય ખો-ખો રમત સાથે સંબંધ ધરાવે છે ?
 (A) બુલી (B) સ્મેરિંગ
 (C) પલટી મારવી (D) પગથી પગને સ્પર્શ કરવો.

52) વોલીબોલની રમતમાં નીચેનામાંનું ક્યું કૌશલ્ય બચાવ પક્ષનું નથી ?
 (A) ટુ હેન્ડ અંડર હેન્ડ પાસ (B) અપર હેન્ડ પાસ
 (C) બ્લોકિંગ (D) સર્વિસ

53) વોલીબોલની રમતમાં એક ખેલાડી પંચ દ્વારા વિસ્તા વગાડ્યા પહેલાં સર્વિસ કરે છે. તો તમે શું કરશો ?
 (A) સર્વિસ ફાઉલ આપવામાં આવશે.
 (B) વિસ્તા વગાડીને દડો ચાલું રાખવામાં આવશે.
 (C) તે ખેલાડીને રમતમાંથી બાદ કરવામાં આવશે.
 (D) દડો ચાલું રાખીને વિસ્તાની રાહ જેવાની સૂચના આપવામાં આવશે.

54) વોલીબોલમાં નેટ ઉપર લગાવવામાં આવતા એન્ટેનાની ઊંચાઈ કેટલી હોય છે ?
 (A) 1 મીટર 80 સે.મી. (B) 1 મીટર 22 સે.મી.
 (C) 2 મીટર 24 સે.મી. (D) 1 મીટર 25 સે.મી.

55) બુલી કૌશલ્યનો રમતમાં ક્યારે ઉપયોગ કરવામાં આવે છે ?
 (A) જ્યારે ખેલાડીનો પગ દડાને અડકે ત્યારે
 (B) ખેલાડીની સ્ટીકનો પાછળનો ભાગ અડકે ત્યારે
 (C) બન્ને પક્ષના ખેલાડીઓ વચ્ચે સંઘર્ષ થાય ત્યારે
 (D) જ્યારે વિરુદ્ધ ટુકડીના ખેલાડીઓ વચ્ચે હોકી અથડાય ત્યારે

56) મહાભારતના કાળમાં હોકી રમત કયા નામથી ઓળખાતી હતી ?
 (A) ગોબી-દડો (B) ગુલ્લી-દડો
 (C) ગેરી-દડો (D) ઉપરનામાંથી એકપણ નહિ.

57) નીચેનામાંથી ક્યા ખેલાડીને હોકીનો "જદુગર" ગણવામાં આવતો હતો ?

(A) ધનરાજ પીલાઈ (B) જ્યાનચંદ
 (C) મીતખાસિંગ (D) કે.પી.એસ. ગીત

58) હેન્ડબોલ રમતમાં ગોલ રેખાઓની ઝડપ કેટલી રાખવામાં આવે છે ?

(A) આંદોલન સે. મીટર (B) પાંચ સે. મીટર
 (C) સાત સે. મીટર (D) દરસે. મીટર

59) કંધુ કોશાલ્ય હેન્ડ બોલ સાથે જોડાવેલું નથી ?

(A) હીટિંગ (B) રૂટિંગ
 (C) ગ્રોઉંગ (D) પીઓટિંગ

60) કઈ રમતની શરૂઆત "થ્રો ઓફ" થી કરવામાં આવે છે ?

(A) બાસ્કેટ બોલ (B) કોલી બોલ
 (C) હોકી (D) હેન્ડ બોલ

61) ફૂટબોલ રમતનો સમય શો હોઈ શકે ?

(A) 20 - 5 - 20 (B) 40 - 5 - 40
 (C) 45 - 10 - 45 (D) 55 - 5 - 55

62) ફૂટબોલની રૂપર્ધી માટે વાપરવામાં આવતાં ફૂટબોલનું વજન વધું કેટલું હોય છે ?

(A) 430 ગ્રામ (B) 460 ગ્રામ
 (C) 425 ગ્રામ (D) 450 ગ્રામ

63) ફૂટબોલ રમતમાં લાણીખુલ્લને પ્રતિસ્પદ્ધ ખેલાડી પર પાછળથી આકાશા કરે તો ...

(A) પ્રતિસ્પદ્ધને કોર્નર કીક આપવામાં આવે છે.
 (B) પ્રતિસ્પદ્ધને ઈનડાયરેક્ટ ફી કીક આપવામાં આવે છે.
 (C) પ્રતિસ્પદ્ધ ટુકડીને ફી કીક આપવામાં આવે છે.
 (D) થ્રો ઈન આપવામાં આવે છે.

64) બાસ્કેટ બોલની રમત દરમ્યાન કોઈ એક ટુકડીનો ખેલાડી પ્રતિબંધિત પ્રદેશમાં દડા ઉપર વધુમાં વધુ કેટલો સમય રમી શકે ?
 (A) ફાર્થ સેકન્ડ (B) શ્રી સેકન્ડ
 (C) થાર્ડી સેકન્ડ (D) ટેન સેકન્ડ

65) બાસ્કેટ બોલની રમતની શરૂઆત કેવી રીતે કરવામાં આવે છે ?
 (A) શ્રોટિન (B) જરૂર બોલ
 (C) બેક પાસ (D) શ્રો ઓફ

66) બાસ્કેટ બોલ રમતમાં ટુકડીના કોઈપણ ખેલાડીને દડો મળ્યા પછી આગળના અર્ધ મેદાનમાં જે દડો ન લઈ જવામાં આવે તો કયો નિયમ ભંગ ગણવામાં આવશે ?
 (A) દશ સેકન્ડ (B) પાંચ સેકન્ડ
 (C) ત્રીસ સેકન્ડ (D) ત્રણ સેકન્ડ

67) કબ્દીની સ્પર્ધામાં બે વખત રમત રમાડ્યા પછી ખન્ને ટુકડીના ગુણ સરખા હોય તો શું નિર્ણય આપશો ?
 (A) સણન રેટ (B) ગોલ્ડન રેટ
 (C) ફાર્થ રેટ (D) એકપણ નહિ

68) બેઠમિન્ટન રમતમાં બે થાંબલાની વર્ચ્યે બાંધવામાં આવતી નેટની ઊંચાઈ, થાંબલા પાસે અને બે થાંબલાની મધ્યમાં કેટલી ઊંચાઈ ધરાવે છે ?
 (A) 1.55 મીટર, 1.50 મીટર (B) 1.52 મીટર, 1.55 મીટર
 (C) 1.50 મીટર, 1.55 મીટર (D) 1.55 મીટર, 1.52 મીટર

69) બેઠમિન્ટનના રેકેટની લંબાઈ વધુમાં વધુ કેટલી હોય છે ?
 (A) સણસણ સેન્ટીમીટર (B) અડસણ સેન્ટીમીટર
 (C) અડસણ મીલીમીટર (D) પાંસણ સેન્ટીમીટર

70) બેઠમિન્ટનના શાટલકોકનું વજન વધુમાં વધુ કેટલું હોય છે ?
 (A) પાંચસો પચાસ મીલીગ્રામ (B) પાંચસો પીસ્તાળીસ મીલીગ્રામ
 (C) પાંચસો ચાળીસ મીલીગ્રામ (D) પાંચસો પંચાવન મીલીગ્રામ

71) અંજુ બોબી જ્યોર્જ કદ્ય એથલેટિક્સ પ્રવૃત્તિ સાથે સંકળાયેલી આંતરરાષ્ટ્રીય કક્ષાની ખેતરી છે ?
 (A) વાંસ ફૂદ (B) લંગડી ફાળ ફૂદ
 (C) ઉંચી ફૂદ (D) લાંબી ફૂદ

72) સૌથી પહેલો ઓલિમ્પિક રમતોત્સવ ક્યા દેશમાં યોજવામાં આવેલો હતો ?
 (A) ફ્રાન્સ (B) ગ્રીસ
 (C) અમેરિકા (D) ભારત

73) પ્રથમ એશિયન રમતોત્સવમાં ભારતના ક્યા રાષ્ટ્રપતિએ હાજરી આપેલ હતી ?
 (A) ડેવલિંગ (B) ડૉ. વી. વી. ગીરી
 (C) ડૉ. અભદુલ કલામ (D) ઉપરનામાંથી કોઈપણ નહીં

74) દ્રોણાચાર્ય એવોડની શરૂઆત ક્યારે કરવામાં આવી હતી ?
 (A) 1981 (B) 1985
 (C) 1988 (D) 1980

75) 2006 નો એશિયન રમતોત્સવ ક્યા યોજવામાં આવેલો હતો ?
 (A) બેંગકોંગ (B) હિરોશિમા
 (C) દોહા (D) દિલ્હી

76) પ્રાચીન ઓલિમ્પિક રમતોત્સવની શરૂઆત ક્યારે થઈ હતી ?
 (A) ઈ.સ. પૂર્વે 786 (B) ઈ.સ. પૂર્વે 776
 (C) ઈ.સ. પૂર્વે 780 (D) ઈ.સ. પૂર્વે 791

77) “શારીરિક શિક્ષણ એ માનવીની વૃદ્ધિ, વિકાસ અને વર્તનમાં મૂલ્યોને અનુલક્ષીને પસંદ કરાયેલી તથા સંચાલિત થયેલી પ્રવૃત્તિઓ દ્વારા શિક્ષણ આપવાની રીત છે.” આ વ્યાખ્યા કોણે આપી છે ?
 (A) જે. પી. થોમસ (B) સી. એ. બુચર
 (C) આહ્પર (AAHPER) (D) જે. બી. નેથ

78) નીચેનામાંથી કયો ખેલાડી કિક્ટેની રમત સાથે સંબંધ ધરાવે છે ?

(A) કિર્તિ આજાદ (B) મિલખા સિંહ
(C) કાર્લ લૂધિશ (D) ધનરાજ પિલ્લાઈ

79) એમ.સી.સી. (M.C.C.) ની સ્થાપના 1787 માં થઈ હતી. M.C.C. નું પુરું નામ જાણાબો.

(A) મધ્યપ્રાદેશ કિક્ટેટ કલબ (B) મહારાષ્ટ્ર કિક્ટેટ કલબ
(C) મેલબોર્ન કિક્ટેટ કલબ (D) મહારાજ સયાજિરાવ કિક્ટેટ કલબ

80) મેરેથોન વ્યક્તિ કરી રમત સાથે જોડાયેલો હતો ?

(A) ફૂદ સાથે (B) ફેંક સાથે
(C) દોડ સાથે (D) થોગ સાથે

81) નીચેની શારીરિક શિક્ષણની શૈક્ષણિક પદ્ધતિઓને કમમાં ગોઠવો.

(A) હૂકમ પદ્ધતિ / તાલસે પદ્ધતિ / વર્ણન પદ્ધતિ / દાર્શનિક પદ્ધતિ
(B) તાલસે પદ્ધતિ / હૂકમ પદ્ધતિ / દાર્શનિક પદ્ધતિ / વર્ણન પદ્ધતિ
(C) હૂકમ પદ્ધતિ / દાર્શનિક પદ્ધતિ / વર્ણન પદ્ધતિ / તાલસે પદ્ધતિ
(D) વર્ણન પદ્ધતિ / તાલસે પદ્ધતિ / દાર્શનિક પદ્ધતિ / હૂકમ પદ્ધતિ

82) સ્પર્ધામાં ઓછી ટુકડીઓએ ભાગ લીધો હોય પરંતુ સ્પર્ધામાં વધુ વખત રમવાની તક કરી પદ્ધતિમાં મળે છે ?

(A) બાતલ પદ્ધતિ (B) નિસરણી
(C) ચક્ક પદ્ધતિ (D) કોસ વેબર પદ્ધતિ

83) બાતલ સ્પર્ધા પદ્ધતિએ 13 ટુકડીઓએ ભાગ લીધો હોય તો કેટલી ટુકડીઓને પ્રથમ રાઉન્ડમાં બાય આપવામાં આવશે ?

(A) બાર ટુકડી

(B) ત્રણ ટુકડી

(C) બેટુકડી

(D) ચાર ટુકડી

84) અંતરરાષ્ટ્રીય કક્ષાએ પ્રમાણભૂત ટ્રેકમાં કેટલી ગતીઓ રાખવામાં આવે છે ?

(A) છ ગતી

(B) ચાર ગતી

(C) આઠ ગતી

(D) દસ ગતી

85) 90 મીટર સીધ ધરાવતા પ્રમાણભૂત દોડ રાહની દોરવાની નિયમ કેટલી હોય છે ?

(A) 34.70 મીટર

(B) 35.00 મીટર

(C) 31.70 મીટર

(D) 36.10 મીટર

86) ઔપચારિક પાઠમાં શિક્ષણાત્મક વિભાગના પગથિયાંનો કમ ગોઠવો.

(a) ઘટક

(b) તાલસે

(c) ડ્રાવટ્સે વર્ઝન

(d) મિલ્લત

(A) a / b / c / d

(B) c / a / b / d

(C) b / d / c / a

(D) d / c / b / a

87) બાતલ સ્પર્ધા પદ્ધતિમાં સાચો પ્રથમ નંબર મેળવવા માટે કઈ સ્પર્ધા પદ્ધતિએ સ્પર્ધા કરવી જોઈએ ?

(A) ટેબ્યુલર ટુન્ડરમેન્ટ

(B) રાઉન્ડ રોબિન ટુન્ડરમેન્ટ

(C) ડબલ નોક-આઉટ ટુન્ડરમેન્ટ

(D) લિન્ગાલ્ડ વાઈલ્ડ ટુન્ડરમેન્ટ

88) સી. એચ. મેકલોય દ્વારા કરવામાં આવેલું વિદ્યાર્થીઓનું વર્ગિક્લરણ કર્યા આધારો મૂજબ કરેલું છે ?

(A) ઉંમર / વજન / ઊંચાઈ

(B) જાતિ / વજન / ઉંમર

(C) ઊંચાઈ / ઉંમર / જાતિ

(D) વજન / ઊંચાઈ / ધર્મ

89) ઓલિમ્પિક રમતોત્સવમાં પૂર્ણાંહુતિ કાર્યક્રમની વિધિ ક્રમમાં ગોઠવો.

(a) ધ્વનિવત્તરણ
 (b) પરિણામ જહેરાત
 (c) પૂર્ણાંહુતિ ઘોષણા
 (d) મહેમાનનું ઉદ્ભોધન

(A) a / d / b / c
 (B) b / d / a / c
 (C) c / a / b / d
 (D) d / a / b / c

90) હાવડ્-સ્ટેપ ટેસ્ટ દ્વારા શરીરના કયા તંત્રોનું માપન કરવામાં આવે છે ?

(A) મસ્ક્યુલર સ્ટ્રેન્થ
 (B) માઈન્ડ પાવર
 (C) કાર્ડિયોવાસ્ક્યુલર સિસ્ટમ
 (D) રેસ્પેરેટીવ સિસ્ટમ

91) કુરસદના સમયનો સદ ઉપયોગ કરીને રચનાત્મક પ્રવૃત્તિઓમાં જોડાવા માટે કઈ કલબો હોય છે ?

(A) હેલ્થકલબ
 (B) ફેન્ડસ કલબ
 (C) રિકીઅશન કલબ
 (D) સોસિયલ કલબ

92) 200 મીટર દોડમાં ચોથી ગતીનું અર્ધચકાવા પ્રસ્થાન અંતર કેટલું હોય છે ?

(A) 10.35 મીટર
 (B) 7.14 મીટર
 (C) 10.45 મીટર
 (D) 13.71 મીટર

93) 400 મીટર વિધન દોડ સ્પર્ધામાં પાંચમા અને છંઠા વિધનો વચ્ચેનું અંતર કેટલું હોય છે ?

(A) 40.00 મીટર
 (B) 35.70 મીટર
 (C) 34.80 મીટર
 (D) 35.00 મીટર

94) તિરછે પવિત્રા દાવ ક્યા સાધન વ્યાયામ સાથે જોડાયેલ દાવ છે ?

(A) ડંબેલ્સ
(B) દવજ કવાયત
(C) મગદળ
(D) વોંડ

95) ઓપચારિક પાઠમાં રંજનાત્મક વિભાગમાં નીચેના પૈકી કઈ રમતનો સમાવેશ થાય છે ?

(A) વર્તુળ પસાર રીલે
(B) અનુકરણ દોડ
(C) વિવિધ દોડ
(D) સર્કિટ ટ્રેનિંગ

96) હાથના કંડાની તાકાત માપવા માટે ક્યું ઉપકરણ ઉપયોગમાં લેવામાં આવે છે ?

(A) સ્કીન કેલીપર્સ
(B) સ્પાઈરોમીટર
(C) ગ્રીપ ડાયનેમો મીટર
(D) ઉપરનામાંથી કોઈ નહિ

97) ફેફસાંની શ્વસન ક્ષમતા માપવા માટે ક્યા યંત્રનો ઉપયોગ કરવામાં આવે છે ?

(A) સાયકલ ઈરંગો મીટર
(B) ગ્રીપ ડાયનેમો મીટર
(C) ડાયનેમો મીટર
(D) સ્પાયરો મીટર

98) શારીરિક શિક્ષણમાં તાલીમ દરમ્યાન કસોટીનું મહત્વ શું છે ?

(A) તાલીમમાં રાહત મેળવવા માટે
(B) આપેલી અને મેળવેલ તાલીમની ચકાસણી માટે
(C) અગામી તાલીમની સરખામણી માટે
(D) તાલીમાર્થી ઓના મનોરંજન માટે

99) શાળાના બાળકો માસ ડ્રિલના તાસમાં પ્રવૃત્તિ ન કરવાના આશઅથી શાળામાં મોડા આવે છે શિક્ષક તરીકે તમે શું કરશો ?

(A) મોડા આવતાં બાળકોને શિક્ષા કરવામાં આવશે.

(B) મોડા આવતાં બાળકો માટે આચાર્યને ફરીયાદ કરીશ.

(C) બાળકોને વ્યાયામનું મહત્વ સમજાવીશ.

(D) બાળકોના વાતીને ફરીયાદ કરવામાં આવશે.

100) નીચે આપેલા કોઠાના 'A' વિભાગમાં દર્શાવેલ સાધન-વ્યાયામની પ્રવૃત્તિને 'B' વિભાગમાં દર્શાવેલ સુસંગત દાવ સાથે દર્શાવતો વિકલ્પ પણંદ કરો.

A		B	
a)	ટુબેલ્સ	i)	સીનાબાજુ દાવ
b)	મગદળ	ii)	અડંગા આગે
c)	વોન્ડ	iii)	આગે ઉપે દાવ
d)	દવજ કવાયત	iv)	એકેરી શિરે સીધી દાવ

(A) a - ii , b - iv , c - iii , d - i

(B) a - ii , b - i , c - iii , d - iv

(C) a - iv , b - ii , c - iii , d - i

(D) a - ii , b - i , c - iii , d - iv

