

**PHYSICAL EDUCATION**  
(Gujarati Medium)

કેટેગરી

**A**

110-PHYSICAL EDUCATI

**A 11005326**

SEAL SEAL SEAL SEAL SEAL SEAL

પરીક્ષાર્થીનો બેઠક ક્રમાંક

--	--	--	--	--	--	--	--

પરીક્ષાનો બ્લોક નંબર

--

પરીક્ષાર્થીની સહી

--

બ્લોક સુપરવાઈઝરની સહી

--

**પરીક્ષાર્થીઓ માટે અગત્યની સૂચનાઓ**

- (1) તમને કહેવામાં ન આવે ત્યાં સુધી પ્રશ્ન પુસ્તિકા ખોલવી નહીં
- (2) પરીક્ષા દરમ્યાન પરીક્ષાર્થી પાસેથી કોઈ પણ સાહિત્ય ગાઈડ, માર્ગદર્શિકા, કાપલી, સ્લીપો, અન્ય હસ્ત લિખિત કે પ્રિન્ટેડ સાહિત્ય, મોબાઈલ ફોન, કેલક્યુલેટર, સ્માય કેમરા, હેડ ફોન કે અન્ય વીજાણું ઉપકરણો હોવાનું જણાશે તો પરીક્ષાર્થીને ગેરલાયક ગણવામાં આવશે.
- (3) ચાલુ પરીક્ષા દરમ્યાન અંદરોઅંદર વાતચીત કરવી, અવાજ કરવો કે સુપરવાઈઝરની સૂચનાઓનું ઉલ્લંઘન કરવું તે ગેરશિસ્ત ગણાશે.
- (4) પ્રશ્નપત્ર મળે કે તરત જ ઉત્તરપત્ર (OMR SHEET) માં નિયત કરેલ જગ્યાએ પોતાનો બેઠક નંબર સ્વચ્છ અક્ષરે લખવો.
- (5) ઉત્તરપત્ર (OMR SHEET) માં નિશ્ચિત જગ્યા સિવાય પરીક્ષાર્થીએ પોતાનો બેઠક ક્રમાંક લખવો નહીં તથા પોતાની આગવી ઓળખ છતી થાય તેવી નામ સહિતની અન્ય કોઈ પણ પ્રકારની નિશાની કરવાની સખ મનાઈ છે. તેમ છતાં પણ કોઈ પણ નિશાની કે ઓળખ માલુમ પડશે તો તેને સંપૂર્ણ ગેરશિસ્ત ગણવામાં આવશે અને પરીક્ષા માટે ગેરલાયક ગણવામાં આવશે.
- (6) ઉત્તરપત્ર (OMR SHEET) ના પ્રમાણપત્રમાં પરીક્ષાર્થી તથા સુપરવાઈઝર બંનેની સહી ફરજિયાત છે. બંનેની સહી વિનાના ઉત્તરપત્ર (OMR SHEET) નું મુલ્યાંકન થશે નહીં. જેથી ઉમેદવારે સુપરવાઈઝરશ્રીની સહી અવશ્ય મેળવી લેવી.
- (7) પરીક્ષાર્થીએ બ્લ્યુ/બ્લેક બોલપોઈન્ટ પેનનો ઉપયોગ કરી શકાશે. અન્ય શાહી કે પેન કે પેન્સિલ તથા સફેદ શાહીનો ઉપયોગ કરી શકશે નહીં.
- (8) પ્રશ્નપત્રમાં આપેલ વિકલ્પોમાં કોઈપણ પ્રકારની નિશાની કરવી નહીં.
- (9) આ કસોટી પત્રમાં કુલ -200 પ્રશ્નો છે. પ્રત્યેક પ્રશ્નનો ઉત્તર A, B, C અને D પૈકી કોઈ એક છે. દરેક પ્રશ્ન માટે ચાર વિકલ્પો આપવામાં આવેલ છે. તમારે બધા જ પ્રશ્નોના ઉત્તર આપવાના છે.  
ઉદાહરણ તરીકે : ગુજરાતનું પાટનગર કયું છે ?  
(A) અમદાવાદ (B) ગાંધીનગર (C) વડનગર (D) પાટણ  
અહીં જવાબ (B) ગાંધીનગર જવાબ સાચો હોય, OMR SHEET માં વિકલ્પ (B) નું વર્તુળ ઘૂંટવાનું (Encode) કરવાનું થાય.  
**A ● C D**
- (10) પ્રત્યેક સાચા જવાબદીઠ 1 (એક) ગુણ મળવાપત્ર થશે. પ્રત્યેક ખોટા ઉત્તર માટે 0.25 ગુણ કપાશે (નેગેટીવ 0.25) જો ઉમેદવાર કોઈ પ્રશ્નનો ઉત્તર આપવા માંગતા ન હોય તો વિકલ્પ E પસંદ કરવાનો રહેશે. વિકલ્પ E માટે નેગેટીવ ગુણ રહેશે નહીં.
- (11) છેકછાકવાળા જવાબ તથા એકથી વધારે વિકલ્પમાં આપેલ જવાબ તથા બ્લેડ કે રબ્બર કે વાઈટનર (સફેદ શાહી) નો ઉપયોગ કરી બદલાવેલ જવાબ માટે 0.25 નેગેટીવ ગુણ મળશે.
- (12) પરીક્ષા પૂરી થયા બાદ ઉત્તરપત્ર (OMR SHEET) બ્લોક સુપરવાઈઝરને પરત કર્યા બાદ વર્ગખંડ છોડવાનો રહેશે. તેમ કરવામાં કસૂર થયેથી શિસ્ત ભંગના પગલાં ગણી પરીક્ષા માટે જે તે ઉમેદવારને ગેરલાયક ઠેરવવામાં આવશે.
- (13) આ પરીક્ષાનો સમય 180 મિનિટનો છે.
- (14) સૌથી યોગ્ય વિકલ્પ જવાબ તરીકે ધ્યાને લેવાશે.

(1) NEP- 2020 સંદર્ભે નીચેના વિધાનો ધ્યાનમાં લો.

1. 10+2 માળખાના બદલે 5+3+3+2નું નવું માળખું
2. સર્વાંગી અને બહુ વિદ્યાશાળાકીય શિક્ષણ
3. ઓછામાં ઓછા ધો-૫ સુધીનું શિક્ષણ માતૃભાષા અથવા પ્રાદેશિક ભાષામાં આપવા પર ભાર
4. 360 ડિગ્રી પ્રોગ્રેસ કાર્ડ

ઉક્ત પૈકી કયું વિધાન / વિધાનો સાચાં છે?

- (A) ફક્ત 1, 3 (B) ફક્ત 1, 2, 4  
(C) ફક્ત 1, 2, 3 (D) 1, 2, 3, 4

(2) મહાગુજરાત ચળવળ, 1956 વિશે નીચેના વિધાનો ધ્યાનમાં લો.

1. દ્વિભાષી બૃહદ મુંબઈ રાજ્યમાંથી ગુજરાતી ભાષા બોલતા લોકો માટે અલગ ગુજરાત રાજ્ય માટે શરૂ થયેલ આંદોલન
2. 8 મે, 1956 ના દિવસે મહાગુજરાત જનતા પરિષદની રચના કરવામાં આવી.
3. મહાગુજરાત આંદોલનના મુખ્ય નેતા ઈન્દુલાલ યાજ્ઞિક હતા.
4. 1 મે, 1960 ના રોજ ગુજરાત રાજ્યની સ્થાપના થઈ.

ઉક્ત વિધાન/વિધાનો પૈકી કયું/કયા વિધાન/વિધાનો ખોટા છે?

- (A) ફક્ત 1 અને 2 (B) ફક્ત 2 અને 3 (C) ફક્ત 1 (D) ફક્ત 2

(3) વર્ષ – 2025 માટે ગ્લોબલ ઈનોવેશન ઈન્ડેક્સ (GIL) માં ભારત કયા ક્રમે રહ્યું છે?

- (A) 38માં (B) 40માં (C) 42માં (D) 45માં

(4) GST (Goods and Service Tax) સંદર્ભે નીચેના વિધાનો ધ્યાનમાં લો.

1. ભારતમાં GST નો અમલ 1 જુલાઈ, 2017માં કરવામાં આવ્યો.
2. GST કાઉન્સિલના અધ્યક્ષ નીતિ આયોગના અધ્યક્ષ હોય છે.
3. ભારતમાં GST લાવવા માટે 102 મો બંધારણીય સુધારો કરવામાં આવ્યો.
4. GST 'એક રાષ્ટ્ર એક કર' સંકલ્પના પર આધારિત છે.

ઉક્ત પૈકી કયું/કયા વિધાન/વિધાનો ખોટું/ખોટાં છે?

- (A) ફક્ત 1 અને 4 (B) ફક્ત 1, 2 અને 4  
(C) ફક્ત 2 અને 3 (D) ફક્ત 3

(5) નીચેની જોડીઓ ધ્યાનમાં લો.

1. પીઠોરા ભીંતચિત્રો – રાઠવા
2. માતાની પછેડી – આભૂષણ કલા
3. રોગન આર્ટ – કચ્છ
4. પિછવાઈ કલા – મધ્યપ્રદેશ

ઉક્ત પૈકી કઈ જોડી/જોડીઓ ખોટી રીતે જોડાયેલ છે?

- (A) ફક્ત 1, 4                      (B) ફક્ત 2 અને 4                      (C) ફક્ત 3                      (D) ફક્ત 4

(6) મહાન વૈજ્ઞાનિક સર આઈઝેક ન્યૂટનની શોધોના સંદર્ભ નીચેના વિધાનો ધ્યાનમાં લો.

1. ગુરુત્વાકર્ષણનો નિયમ (Law of Gravitation)
2. કલ્ક્યુલસ (Calculus)
3. લોલકના નિયમો (Law of Pendulum)
4. પરાવર્તક ટેલિસ્કોપ (Reflecting Telescope)

ઉક્ત પૈકી કયો વિકલ્પ / વિકલ્પો સાચો / સાચાં નથી?

- (A) ફક્ત 2 અને 3                      (B) ફક્ત 2 અને 4                      (C) ફક્ત 3                      (D) ફક્ત 2, 3 અને 4

(7) હોર્મુઝની સામુદ્રધુની (Strait of Hormuz) ક્યા બે જળાશયોને જોડે છે?

- (A) ભૂમધ્ય સમુદ્ર અને એટલાન્ટિક મહાસાગર
- (B) પર્શિયન ગલ્ફ અને ઓમાનનો ગલ્ફ
- (C) લાલ સમુદ્ર અને અરબી સમુદ્ર
- (D) બંગાળની ખાડી અને આંદોમાન સમુદ્ર

(8) 'નમો લક્ષ્મી યોજના' સંદર્ભે નીચેના વિધાનો ધ્યાનમાં લો.

1. ગુજરાત સરકાર, શિ.વિ.ના તા.12/03/2024ના ઠરાવથી મા. અને ઉ.મા. શાળાઓમાં અભ્યાસ કરતી વિદ્યાર્થીનીઓ માટે 'નમો લક્ષ્મી યોજના' અમલમાં મુકવામાં આવી છે.
2. આ યોજનાના અમલીકરણ અધિકારી તરીકે નિયામકશ્રી, શાળાઓ છે.
3. નમો લક્ષ્મી યોજના અંતર્ગત ધો-9 થી 12 નો અભ્યાસ પૂર્ણ કર્યેથી પાત્રતા ધરાવનાર દરેક વિદ્યાર્થીઓને રૂ.50,000/- સુધીની સહાય મળવાપાત્ર છે.
4. યોજનાનો લાભ મેળવવા માસિક 80% હાજરી ફરજિયાત છે.

ઉક્ત પૈકી કયું વિધાન/વિધાનો સાચાં છે?

- (A) ફક્ત 2 અને 3                      (B) ફક્ત 1 અને 3                      (C) ફક્ત 1, 2 અને 3                      (D) 1, 2, 3 અને 4

- (9) ભારતમાં કયા રાજ્યએ વિદ્યાર્થીઓમાં વ્યૂહાત્મક વિચારસરણીને પ્રોત્સાહન આપવા માટે શાળા અને કોલેજના અભ્યાસક્રમમાં શતરંજ (CHESS) દાખલ કરી છે?
- (A) ગોવા (B) ગુજરાત (C) તમિલનાડુ (D) કેરાલા
- (10) DIKSHA પોર્ટલ સંદર્ભે નીચેના વિધાનો ધ્યાનમાં લો.
1. DIKSHA નું પુરું નામ 'Digital India for Knowledge Sharing' છે.
  2. DIKSHA પોર્ટલનો મુખ્ય હેતુ શિક્ષકો માટે ડિજિટલ પ્લેટફોર્મ પુરું પાડવાનો છે.
  3. PM-e-vidya કાર્યક્રમ હેઠળ DIKSHA પ્લેટફોર્મ 'એક રાષ્ટ્ર, એક ડિજિટલ પ્લેટફોર્મ' તરીકે જાહેર કરાયું છે.
  4. DIKSHA પોર્ટલનું અધિકૃત સ્લોગન 'Digital India, Developed India' છે.
- ઉક્ત પૈકી કયું વિધાન/વિધાનો સાચાં નથી?
- (A) ફક્ત 3 અને 4 (B) ફક્ત 1 અને 3 (C) ફક્ત 2, 3 અને 4 (D) ફક્ત 1 અને 4
- (11) RTE (Right to Education) સંદર્ભે નીચેના વિધાનો ધ્યાનમાં લો.
1. ભારતીય બંધારણમાં શિક્ષણનો અધિકાર કલમ 21A હેઠળ મૂળભૂત અધિકાર તરીકે સામેલ કરવામાં આવ્યો.
  2. RTE એક્ટ 1 એપ્રિલ, 2010 થી અમલમાં આવ્યો.
  3. RTEમાં કલમ 21 હેઠળ ખાનગી શાળાઓમાં ધો-1 માં 25% બેઠકો નબળા અને વંચિત વર્ગના બાળકો માટે અનામત રાખવાની જોગવાઈ છે.
  4. RTE એક્ટ મુજબ 6 થી 14 વર્ષના બાળકો માટે મફત અને ફરજિયાત શિક્ષણની જોગવાઈ છે.
- ઉક્ત પૈકી કયું/કયા વિધાન/વિધાનો સાચા છે?
- (A) ફક્ત 1 અને 3 (B) ફક્ત 1, 2 અને 3 (C) ફક્ત 2, 3 અને 4 (D) ફક્ત 1, 2 અને 4
- (12) ગ્રીનહાઉસ અસર સંદર્ભે નીચેના વિધાનો ધ્યાનમાં લો.
1. ગ્રીન હાઉસ અસરને કારણે પૃથ્વીના તાપમાનમાં વધારો થાય છે.
  2. ક્લોરોફ્લોરો કાર્બન (CFC<sub>2</sub>) ગ્રીનહાઉસ ગેસ નથી.
  3. ગ્લોબલ વોર્મિંગ માટે મુખ્યત્વે ગ્રીનહાઉસ અસર જવાબદાર છે.
  4. ગ્રીન હાઉસ વાયુઓ પૃથ્વી પરથી પરાવર્તિત થતા ગામા કિરણોને શોષી લે છે.
- ઉક્ત વિધાન/વિધાનો પૈકી કયું વિધાન/વિધાનો સાચાં છે?
- (A) ફક્ત 1 અને 2 (B) ફક્ત 1, 3 અને 4 (C) ફક્ત 1 અને 3 (D) 1, 2, 3 અને 4
- (13) નીચેનામાંથી કઈ જોડી સાચી નથી?
- (A) વિશ્વ ગુજરાતી ભાષા દિવસ – 14 સપ્ટેમ્બર (B) રાષ્ટ્રીય વિજ્ઞાન દિવસ – 28 ફેબ્રુઆરી  
(C) પૃથ્વી દિવસ – 22 એપ્રિલ (D) માનવ અધિકાર દિવસ – 10 ડિસેમ્બર

- (14) ગુજરાતમાં સસ્તુ સાહિત્ય પ્રકાશનની સ્થાપના કઈ વ્યક્તિ દ્વારા કરવામાં આવેલ હતી?
- (A) ભિક્ષુ અખંડ આનંદ (B) રવિશંકર મહારાજ  
(C) ઠક્કર બાપા (D) સ્વામી વિદ્યાનંદજી
- (15) ગુજરાત સરકારની મહત્વની એવી 'નમો લક્ષ્મી' અને 'નમો સરસ્વતી વિજ્ઞાન સાધના' યોજના માટે નીચેનામાંથી કઈ બાબત સાચી છે?
- (A) બંને યોજનાનો લાભ ધો. 9 થી 12 તમામ વિદ્યાર્થીને મળે છે.  
(B) 'નમો લક્ષ્મી' યોજનાનો લાભ ધો. 9 થી 12 ની માત્ર વિદ્યાર્થીનીને મળે છે. 'નમો સરસ્વતી વિજ્ઞાન સાધના' યોજનાનો લાભ ધો. 11 અને 12 વિજ્ઞાન પ્રવાહના તમામ વિદ્યાર્થીઓને મળે છે.  
(C) બંનેની સહાયની રકમ એકસરખી છે.  
(D) બંને યોજનામાં આવક મર્યાદા નથી.
- (16) ખંડકાવ્ય "વસંતવિજય" ના લેખક કોણ હતાં?
- (A) નર્મદ (B) બાલશંકર કંથારિયા (C) કાન્ત (D) દલપતરામ
- (17) ભારતીય સંવિધાનમાં છયાશીમાં સુધારા અધિનિયમ, 2002 ની કઈ કલમથી શિક્ષણનો હકની જોગવાઈ દાખલ કરવામાં આવેલ છે?
- (A) કલમ-4 (B) કલમ-21 (C) કલમ-86 (D) કલમ-2
- (18) ભારતીય સંવિધાનમાં રાષ્ટ્રપતિને મદદ કરવા અને સલાહ આપવા માટે આ ફરજો કોને સોંપવામાં આવેલ છે?
- (A) રાષ્ટ્રપતિનો સ્ટાફ (B) સંસદ (C) મંત્રીમંડળ (D) રાજ્યસભા
- (19) ભારતીય સંવિધાનમાં આ વ્યાખ્યા કોનાથી સંબંધિત છે?
- "ગ્રામ સ્તરે, પંચાયત વિસ્તારમાં સમાવિષ્ટ ગામને લગતી મતદાર યાદીમાં નોંધાયેલી વ્યક્તિઓનું બનેલું મંડળ"
- (A) ગ્રામસભા (B) પંચાયત (C) પંચાયત વિસ્તાર (D) ગ્રામ
- (20) "શૂન્યમ્" તખલ્લુસ કયા સાહિત્યકાર સાથે સંલગ્ન છે?
- (A) જમનાશંકર બૂચ (B) ધીરુભાઈ ઠાકર  
(C) ત્રિભુવન ભટ્ટ (D) હસમુખભાઈ પટેલ
- (21) વ્યક્તિ પોતાના ઘરથી 8 કિ.મી. પૂર્વ દિશામાં પછી ડાબી બાજુ 6 કિ.મી. જાય છે. છેલ્લે ડાબી બાજુ જઈ 8 કિ.મી. જાય છે. વ્યક્તિ પ્રારંભિક સ્થાનથી કેટલા અંતર પર અને કઈ દિશામાં છે?
- (A) 6 કિ.મી. ઉત્તર (B) 6 કિ.મી. દક્ષિણ  
(C) 5 કિ.મી. પૂર્વ (D) 4 કિ.મી. દક્ષિણ

- (22) 17 માર્ચ, 2005ના રોજ બુધવાર હોય તો 12 સપ્ટેમ્બર, 2005ના રોજ કયો વાર હશે?  
 (A) સોમવાર (B) રવિવાર (C) શુક્રવાર (D) શનિવાર
- (23) ગુપ્ત ભાષામાં 'EDITION' ને 389165 લખવામાં આવેલ છે, તો ગુપ્ત ભાષામાં "TIED" ને કઈ રીતે લખવામાં આવશે?  
 (A) 1586 (B) 1983 (C) 3819 (D) 1839
- (24) શબ્દકોષ પ્રમાણે વિકલ્પમાંથી કયો શબ્દ ચોથા સ્થાને હશે?  
 (A) Sanatorium (B) Sanction  
 (C) Sanskrit (D) Sanctity
- (25) જેમ રાષ્ટ્રપતિ ભવન ભારતમાં હોય છે, ડાઉનીંગ સ્ટ્રીટ યુનાઈટેડ કિંગડમમાં, વ્હાઈટ હાઉસ યુ.એસ.એ. માં હોય છે. તેવી રીતે કેમલીન કયા દેશમાં હોય છે?  
 (A) રૂસ (B) નોર્વે  
 (C) જર્મની (D) રૂમાનિયા
- (26) ક, ગ, છ, ઠ, ....., બ. (ખાલી જગ્યામાં નીચે પૈકી કયો વર્ણ આવશે?)  
 (A) દ (B) થ (C) ધ (D) ત
- (27) પિતા અને પુત્રની હાલની ઉંમરનો સરવાળો ૩૫ થાય છે. 20 વર્ષ બાદ પિતાની ઉંમર પુત્રની ઉંમર કરતાં બમણી થાય છે તો પિતાની હાલની ઉંમર કેટલી?  
 (A) 20 વર્ષ (B) 25 વર્ષ (C) 30 વર્ષ (D) 27 વર્ષ
- (28) 10, 29, 66, 127, ? ( પ્રશ્નાર્થના સ્થાને નીચે પૈકી કઈ સંખ્યા આવશે?)  
 (A) 218 (B) 226 (C) 193 (D) 324
- (29) જો ઈશાન ખૂણો દક્ષિણ બને તો અગ્નિ ખૂણો શું બને?  
 (A) પશ્ચિમ (B) પૂર્વ (C) ઉત્તર (D) દક્ષિણ
- (30) \*\*\*\* = 24  
 \*\*ΔΔ = 22  
 Δ ⊗ ⊗ ⊗ = 14  
 \*Δ ⊗ ? = 23  
 અહીં પ્રશ્નાર્થની જગ્યાએ કઈ સંખ્યા આવે?  
 (A) 6 (B) 7 (C) 8 (D) 9

- (31) મુક્ત શિસ્તની હિમાયત કઈ વિચારધારા કરે છે?  
 (A) વાસ્તવવાદ (B) વ્યવહારવાદ (C) આદર્શવાદ (D) પ્રકૃતિવાદ
- (32) કઈ વિચારધારા અનુસાર અધ્યયન – અધ્યાપન પ્રક્રિયામાં પ્રશ્નોત્તરી પદ્ધતિ પર ભાર મુકવામાં આવે છે?  
 (A) આદર્શવાદ (B) વ્યવહારવાદ (C) વાસ્તવવાદ (D) પ્રકૃતિવાદ
- (33) કઈ વિચારધારા અનુસાર મૂલ્યો સાપેક્ષ છે?  
 (A) વ્યવહારવાદ (B) આદર્શવાદ (C) પ્રકૃતિવાદ (D) અસ્તિત્વવાદ
- (34) સંરચનાવાદી અધ્યયનમાં કઈ પ્રક્રિયા સૌથી વધુ મહત્વની છે?  
 (A) વર્તન-પરિવર્તન (B) અર્થગ્રહણ (C) અર્થસર્જન (D) જ્ઞાનસંક્રમણ
- (35) પેન્સિલ બનાવતી કંપનીમાં 480 પેકેટ બનાવતા રમેશને 6 દિવસ અને મનોજને 12 દિવસ લાગે છે, બંને સાથે મળીને 480 પેકેટ બનાવે, તો કેટલા દિવસમાં બનાવી શકે?  
 (A) 8 દિવસ (B) 4 દિવસ (C) 3 દિવસ (D)  $5\frac{1}{2}$  દિવસ
- (36) તત્ત્વજ્ઞાની Peters એ આપેલા કેળવણીના માપદંડોમાં નીચેના પૈકી કયા માપદંડનો સમાવેશ થતો નથી?  
 (A) INPUT – ઉચિત Content નાખવું (B) OUTPUT – પરિણામ  
 (C) ASSESSMENT - મૂલ્યાંકન (D) PROCESS – પ્રક્રિયા
- (37) ‘બાલકેન્દ્રિય શિક્ષણ’ – કેળવણીની કઈ વિચારધારાની દેણ છે?  
 (A) આદર્શવાદ (B) પ્રયોજનવાદ/વ્યવહારવાદ  
 (C) માનવતાવાદ (D) પ્રકૃતિવાદ
- (38) વિલિયમ જેમ્સ, જહોન ડ્યૂઈ, કિલપેટ્રીક જેવા તત્ત્વચિંતકો કેળવણીની કઈ વિચારધારાને સમર્થન આપે છે?  
 (A) આદર્શવાદ (B) વ્યવહારવાદ (C) પ્રકૃતિવાદ (D) માનવતાવાદ
- (39) પ્રોજેક્ટ પદ્ધતિ કેળવણીની કઈ વિચારધારાની અમૂલ્ય ભેટ છે?  
 (A) આદર્શવાદ (B) પ્રકૃતિવાદ (C) વ્યવહારવાદ (D) માનવતાવાદ
- (40) શિક્ષકના વ્યવસાય માટે જરૂરી વિશિષ્ટ શક્તિ કે ક્ષમતાને શું કહેશે?  
 (A) શિક્ષક અભિયોગ્યતા (B) શિક્ષક અભિરૂચિ  
 (C) શિક્ષક સજ્જતા (D) શિક્ષક પ્રવિણતા
- (41) શિક્ષકના વ્યવસાય પ્રત્યે સંમતિ કે અસંમતિ દર્શાવતા તમારા મનના પ્રતિચારોને શું કહેશે?  
 (A) માન્યતા (B) મનોવલણ (C) અભિયોગ્યતા (D) અભિરૂચિ

- (42) ગિલફર્ડના બુદ્ધિના ત્રિપરિમાણ મોડલ અનુસાર નીચે પૈકી કઈ નીપજ છે?  
 (A) બોધ (B) વર્તન (C) મૂલ્યાંકન (D) એકમ
- (43) વિદ્યાર્થી કઈ કાર્યનો આંતરિક સંતોષ પામવા માટે કોઈ કાર્ય કરે તો તે કયા પ્રકારની પ્રેરણા છે?  
 (A) હકારાત્મક પ્રેરણા (B) સિધ્ધિ પ્રેરણા  
 (C) આંતરિક પ્રેરણા (D) બાહ્ય પ્રેરણા
- (44) માનસિક વિકાસના પિયાજેના સિદ્ધાંત અનુસાર બાળક કઈ અવસ્થામાં સમસ્યાઓ ઉકેલતા શીખે છે?  
 (A) સંવેદન-સ્નાયુલક્ષી અવસ્થા (B) પૂર્વ - પ્રક્રિયાત્મક અવસ્થા  
 (C) મૂર્ત - પ્રક્રિયાત્મક અવસ્થા (D) ઔપચારિક - પ્રક્રિયાત્મક અવસ્થા
- (45) ક્રોધ, ભય, ઈર્ષ્યાનું નિયંત્રણ કયા પ્રકારના વિકાસ સાથે સંકળાયેલ છે?  
 (A) સાંવેગિક વિકાસ (B) માનસિક વિકાસ (C) શારીરિક વિકાસ (D) ચેષ્ટાવિકાસ
- (46) નીચેનામાંથી કયુ લક્ષણ વૃદ્ધિ સાથે બંધબેસતું નથી?  
 (A) વૃદ્ધિ મર્યાદિત કાળ સાથે જોડાયેલી છે. (B) વૃદ્ધિને અંતે શારીરિક પરિપક્વતા આવે છે.  
 (C) વૃદ્ધિનું માપન સરળ છે. (D) વૃદ્ધિ એ વિકાસ પર આધારિત છે.
- (47) વ્યક્તિત્વનો સ્વ-સિદ્ધાંત કયા મનોવૈજ્ઞાનિકે આપ્યો છે?  
 (A) ફ્રોઈડ (B) ઓલપોર્ટ (C) એરિક્સન (D) કાર્લ રોજર્સ
- (48) નીચેનામાંથી કયુ લક્ષણ મનોવૈજ્ઞાનિક કસોટીનું નથી?  
 (A) વસ્તુલક્ષીતા (B) તુલનાત્મકતા (C) યથાર્થતા (D) વિશ્વસનીયતા
- (49) વિલિયમ સ્ટર્ન એ આપેલ બુદ્ધિ ક્ષમતા માપન માટેનું સૂત્ર કયુ છે?

$$(A) \text{ બુદ્ધિ લઘ્વિ (IQ) } = \frac{\text{માનસિક વય (MA) Mental Age}}{\text{શારીરિક વય (Chronological Age)}} \times 100$$

$$(B) \text{ બુદ્ધિ લઘ્વિ (IQ) } = \frac{\text{શારીરિક વય (Chronological Age)}}{\text{માનસિક વય (MA) Mental Age}} \times 100$$

$$(C) \text{ બુદ્ધિ લઘ્વિ (IQ) } = \frac{\text{શારીરિક વય (Chronological Age)}}{100} \times \text{માનસિક વય}$$

$$(D) \text{ બુદ્ધિ લઘ્વિ (IQ) } = \frac{\text{માનસિક વય (MA) Mental Age}}{100} \times \text{શારીરિક વય}$$

- (50) ક્યુ વિધાન મનોવલણ સાથે સુસંગત નથી?
- (A) મનોવલણો એ વારસાગત કે આનુવંશિક હોય છે.  
 (B) મનોવલણો મોટા ભાગે કાયમી હોય છે.  
 (C) મનોવલણો વ્યક્તિ કે વસ્તુના સંદર્ભમાં જ હોઈ શકે છે.  
 (D) મનોવલણ વ્યક્તિ તરફથી જૂથ તરફ વિકસે છે.
- (51) નીચેનામાંથી ધ્યાનનું આંતરિક ઘટક કયું છે?
- (A) તીવ્રતા (B) કદ (C) રસ (D) ગતિ
- (52) યોગ્ય રીતે જોડો.
- |                 |                |
|-----------------|----------------|
| X               | Y              |
| 1. વોટસન        | a. સંરચનાવાદ   |
| 2. વિલિયમ વુન્ટ | b. વર્તનવાદ    |
| 3. વિલિયમ જેમ્સ | c. અભિસંધાનવાદ |
| 4. હલ           | d. કાર્યવાદ    |
- (A) 1-b, 2-a, 3-d, 4-c (B) 1-a, 2-b, 3-c, 4-d  
 (C) 1-c, 2-d, 3-a, 4-b (D) 1-d, 2-c, 3-b, 4-a
- (53) ક્યુ વિધાન વૃદ્ધિ સંબંધિત છે?
- (A) તેને વારસો અને વાતાવરણ બંને અસર કરે છે.  
 (B) તે સંકુલ પ્રક્રિયા છે.  
 (C) તેને વર્તન સાથે પરોક્ષ સંબંધ છે.  
 (D) તે સમગ્ર પરિવર્તન સૂચવે છે.
- (54) 80 થી 90 બુદ્ધિ આંક ધરાવનારને કઈ કક્ષામાં મૂકી શકાય?
- (A) મૂર્ખ (B) અલ્પબુદ્ધિ  
 (C) મંદબુદ્ધિ (D) શ્રેષ્ઠ બુદ્ધિ
- (55) ચાર રસ્તા પર લાલ રંગની ટ્રાફિક લાઈટ દેખાતા વાહન થોભાવી દેવું – આ શાનું ઉદાહરણ છે?
- (A) શાસ્ત્રીય અભિસંધાન (B) કારક અભિસંધાન  
 (C) નિરભિસંધાન (D) સ્વયંસ્ફુરિત પુનરભિસંધાન

- (56) આવૃત્તિ વિતરણને આલેખ દ્વારા દર્શાવવાની કઈ રીત ખોટી છે?
- (A) આવૃત્તિ બહુકોણ (B) સંગ્રહિત આવૃત્તિ આલેખ  
(C) સંગ્રહિત શતમાન આલેખ (D) આવૃત્તિ લઘુકોણ
- (57) સાડીના વેપારીને દુકાનમાં કઈ સાડીનું વેચાણ વધુ છે, તે જાણવા માટે મધ્યવર્તી સ્થિતિમાનના કયા માપનો ઉપયોગ કરવો પડે?
- (A) મધ્યસ્થ (B) મધ્યક (C) બહુલક (D) વિસ્તાર
- (58) ભૌતિક વિજ્ઞાનમાં આવતા લંબાઈ, વજન, સમય વગેરે માપન માટેનું કઈ માપન પદ્ધતિના ઉદાહરણ છે?
- (A) ઓળખ અંક માપ પદ્ધતિ (B) ગુણોત્તર માપ પદ્ધતિ  
(C) અંતર અંક માપ પદ્ધતિ (D) ક્રમાંક માપ પદ્ધતિ
- (59) પ્રક્રિયાના મૂલ્યાંકનમાં કઈ બાબતના મૂલ્યાંકનનો સમાવેશ થાય છે?
- (A) હેતુની પ્રાપ્તિ (B) અધ્યયન પદ્ધતિ - પ્રયુક્તિ  
(C) અપેક્ષિત વર્તન - પરિવર્તન (D) સિદ્ધિ
- (60) વર્ગ વ્યવહારમાં શિક્ષકની પરોક્ષ અસરમાં નીચેનામાંથી કયું ઘટક સમાવિષ્ટ થતું નથી?
- (A) લાગણીનો સ્વીકાર (B) વખાણ - પ્રોત્સાહન  
(C) વિચારનો સ્વીકાર (D) સૂચના આપવી
- (61) નેડ ફલેન્ડર્સના વર્ગ વ્યવહાર વર્ગીકરણ મોડલ અનુસાર નીચેના પૈકી કયો ઘટક શિક્ષકની પરોક્ષ અસર નથી?
- (A) વખાણ - પ્રોત્સાહન (B) વ્યાખ્યાન - કથન  
(C) લાગણીઓનો સ્વીકાર (D) વિચારનો સ્વીકાર
- (62) મનોવૈજ્ઞાનિક કસોટીઓ દ્વારા થતું માપન એ કયા પ્રકારનું માપન છે?
- (A) નિરપેક્ષ માપન (B) સાપેક્ષ માપન  
(C) પ્રત્યક્ષ માપન (D) પરોક્ષ માપન
- (63) નીચેના પૈકી કઈ ક્રિયાત્મક સંશોધનની લાક્ષણિકતા નથી?
- (A) શાળાકીય વ્યવહારની સુધારણા  
(B) પરીણામોની ઓછી વ્યાપકતા  
(C) વર્ગખંડની સમસ્યાઓનો ઉકેલ  
(D) શિક્ષણની સાંપ્રત સમસ્યાઓનો ઉકેલ

(64) મૂલ્યાંકન પ્રક્રિયાનો સાચો ક્રમ જણાવો.

(A) અનુભવ → અમલીકરણ → મૂલ્યાંકન

(B) શૈક્ષણિક હેતુઓ → અધ્યયન અનુભવો → મૂલ્યાંકન

(C) અધ્યાપન અનુભવો → પ્રતિપોષણ → મૂલ્યાંકન

(D) અધ્યયન અનુભવો → પ્રતિપોષણ → મૂલ્યાંકન

(65) વિદ્યાર્થીઓને વાસ્તવિક જેવા આભાસી અનુભવ આપવા માટેની ટેકનોલોજી કયા નામથી ઓળખાય છે?

(A) બ્લેન્ડેડ લર્નિંગ

(B) ઓનલાઇન એજ્યુકેશન

(C) વર્ચ્યુઅલ એજ્યુકેશન

(D) વર્ચ્યુઅલ રીયાલિટી

(66) જો PIPE નું અંક કોડિંગ 169165 કરવામાં આવે તો, SWAN નું અંક કોડિંગ કરતા છેલ્લો અંક કયો આવે?

(A) 6

(B) 4

(C) 5

(D) 3

(67) નીચેના સમીકરણમાં જો '+' અને '-' ની અદલાબદલી તેમજ 'x' અને '=' ની અદલાબદલી કરીએ તો '?' ના સ્થાને શું આવે?

$$35 + 30 - 3 \times 3 \div 17 = ?$$

(A) 24

(B) 22

(C) 20

(D) 23

(68) X એ Y કરતા ઉંચો છે. Z એ X કરતા ઉંચો છે, પરંતુ T કરતા નીચો છે. W એ X કરતા નીચો છે પણ Y કરતા ઉંચો છે તો ઉપરોક્ત તમામને ઉંચાઈને ધ્યાને રાખીને ચઢતા ક્રમમાં ગોઠવો.

(A) T-Z-X-W-Y

(B) Z-X-W-Y-T

(C) T-X-Z-W-Y

(D) Y-W-X-Z-T

(69) 1. કેટલાક ફૂલ ગુલાબી છે.

2. બધા ગુલાબી ફૂલ સુંદર છે.

ઉપરોક્ત બે વાક્ય પરથી શું નિષ્કર્ષ નિકળે?

(A) બધા ફૂલ સુંદર છે.

(B) કેટલાક ફૂલ સુંદર છે.

(C) કોઈ ફૂલ સુંદર નથી.

(D) કઈ કહી શકાય નહીં.

(70) 40 છોકરાં એક જ હારમાં ઉભા છે. આ હારમાં વેદાંત જમણેથી 14મા ક્રમે છે, તો ડાબેથી તે કયા ક્રમ પર આવે?

(A) 25

(B) 24

(C) 27

(D) 26

(71) નીચે વિકલ્પોમાં આપેલા શબ્દોમાંથી સામાસિક શબ્દ ન હોય તે ઓળખી બતાવો.

(A) પોસ્ટ ઓફિસ

(B) પોસ્ટકાર્ડ

(C) રાત-દિવસ

(D) અનુપમ

- (72) બે ફાંટ પતીરા રિયા - મતીરા શબ્દનો અર્થ જણાવો.
- (A) કાકડી (B) ચીભડા  
(C) કારેલાં (D) કંકોડા
- (73) કાર ખોટકાઈ પડે તો એનો માલિક થોડો શરમાય છે.  
વાક્યમાં થોડો શબ્દ નીચે પૈકી શું છે?
- (A) પ્રમાણસૂચક ક્રિયા વિશેષણ  
(B) માત્રાસૂચક વિશેષણ  
(C) સમયવાચક ક્રિયા વિશેષણ  
(D) પ્રમાણસૂચક ક્રિયા વિશેષણ
- (74) રોગના મૂળમાં સમજણ સાથેના છૂટાછેડા રહેલા છે - વાક્યનો ભાવાર્થ દર્શાવતું વાક્ય નીચેના વિકલ્પમાંથી શોધો.
- (A) ડોક્ટર રોગની જાળવણી માટે છે કે આરોગ્યની?  
(B) રોગ થાય તે માટે સુખી લોકો સ્થૂળ સાધના કરે છે.  
(C) પોતાના શરીરને ન સમજે તે વળી બીજાને શું સમજે?  
(D) તંદુરસ્ત સમાજ એટલે હોસ્પિટલ, અનાથ આશ્રમ, વૃદ્ધાશ્રમની વૃદ્ધિ.
- (75) સમાન અર્થ ધરાવતા શબ્દની જોડી નીચેના વિકલ્પોમાંથી ઓળખી બતાવો.
- (A) આદિમ - પ્રારંભ, અંત (B) છાંક - નશો, કેફ  
(C) ઓથ - સહારો, સાયુજ્ય (D) ગિરા - મીઠાંશ, કર્કસતા
- (76) વિરામ ચિહ્ન નક્કી કરો.
- વાચન સમજ માટે વપરાય છે.  
- કોઈના કથનને દર્શાવતા પહેલા મૂકાય છે.  
- સંબોધનના પદ પછી મૂકાય છે.
- (A) પૂર્ણવિરામ (B) અર્ધવિરામ  
(C) અલ્પવિરામ (D) ગુરુવિરામ
- (77) અર્થની સ્પષ્ટતા કરવા માટે વપરાય છે.
- (A) નાનો કૌસ (B) મોટો કૌસ  
(C) છગડિયો કૌસ (D) બેવડું અવતરણ

- (78) સાચી જોડણી ઓળખો.
- (A) કીર્તિ (B) કિર્તિ  
(C) કીર્તી (D) કિર્તી
- (79) કવિ - લેખકના તખલ્લુસની યોગ્ય જોડ બનાવો.
- |                  |            |
|------------------|------------|
| A                | B          |
| 1. ગૌરીશંકર જોષી | A. બેફામ   |
| 2. મણિશંકર ભટ્ટ  | B. વાસુકી  |
| 3. બરકર વિરાણી   | C. ધૂમકેતુ |
| 4. ઉમાશંકર જોષી  | D. કાન્ત   |
- (A) 1-B, 2-D, 3-A, 4-C (B) 1-C, 2-D, 3-B, 4-A  
(C) 1-C, 2-B, 3-A, 4-D (D) 1-C, 2-D, 3-A, 4-B
- (80) જરઠ - નો સમાનાર્થી શબ્દ શોધો.
- (A) પિતા (B) જઠર  
(C) યુવાન (D) વૃદ્ધ
- (81) પૂર્વા, મને તારું સરનામું લખાવ તો ! વાક્યમાં નિપાત શોધો.
- (A) તો (B) મને  
(C) તારું (D) લખાવ
- (82) ચોઘડિયું - સમાસ ઓળખાવો.
- (A) દંઢ (B) દ્વિગુ  
(C) તત્પુરુષ (D) મધ્યમપદલોપી
- (83) અલંકાર ઓળખાવો - "રવિને પોતાનો તડકો ન ગમે તો ક્યાં જાય?"
- (A) વ્યાજસ્તુતિ (B) અનન્વય (C) વ્યતિરેક (D) શ્લેષ
- (84) વિભક્તિનો પ્રકાર જણાવો. તે રાજકોટ સુધી અમારી સાથે હતા.
- (A) દ્વિતીયા (B) તૃતીયા (C) પંચમી (D) સપ્તમી
- (85) શબ્દકોશના ક્રમમાં ગોઠવો. કૌસ, કૃપા, કાંચન, કાગળ
- (A) કાગળ, કાંચન, કૌસ, કૃપા (B) કાગળ, કાંચન, કૃપા, કૌસ  
(C) કાગળ, કૃપા, કાંચન, કૌસ (D) કાગળ, કૌસ, કાંચન, કૃપા

- 86) Quinine tastes bitter. Find the correct passive sentence.
- (A) Quinine is bitter when it is tasted. (B) Quinine is bitter tasted.  
 (C) The taste of quinine is bitter. (D) Quinine is tasted bitter.
- 87) When he was working with full concentration, \_\_\_\_\_ angle appeared and commented.  
 (Put proper article)
- (A) a (B) an  
 (C) the (D) none
- 88) You must \_\_\_\_\_ God, the greatest. (put proper phrase)
- (A) trust on (B) trust to  
 (C) trust in (D) trust
- 89) For 25 years, the residents of Taj Nagar Village near Gurgaon lobbied \_\_\_\_\_ a railway station in their village.
- (A) to (B) for  
 (C) towards (D) on
- 90) Few people turned up for the show, \_\_\_\_\_? (Select proper Question Tag)
- (A) did they (B) didn't they  
 (C) aren't they (D) won't they
- 91) Which is not the sub skill of Listening Skills?
- (A) Global understanding (B) Specific information  
 (C) Scanning (D) Infer attitude
- 92) Which conjunction is preferable to indicate the reason and result?
- (A) Although (B) Though  
 (C) So that (D) Either....nor
- 93) Find out the nearest meaning of "haze".
- (A) near (B) for  
 (C) gaze (D) gain



- (101) ખો-ખો રમત માટે સૌ પ્રથમ SAF એ કોલકાતામાં રમતનું આયોજન ક્યારે કર્યું હતું?
- (A) ઈ.સ. 1985માં (B) ઈ.સ. 1986માં  
(C) ઈ.સ. 1987માં (D) ઈ.સ. 1988માં
- (102) ખો-ખો ની રમતમાં સૌ પહેલા નિયમો કઈ સંસ્થાએ ઘડ્યા હતાં?
- (A) ઉત્તર જમખાના (B) પૂર્વ જમખાના  
(C) દક્ષિણ જમખાના (D) પશ્ચિમ જમખાના
- (103) વોલીબોલની રમતમાં ખાસ રક્ષક ખેલાડીને શું કહેવામાં આવે છે?
- (A) સ્પેશર (B) બ્લોકર  
(C) લિબરો (D) કેપ્ટન
- (104) ક્રિકેટ રમતમાં સ્ટમ્પની ઊંચાઈ જમીનની સપાટીથી કેટલી હોવી જોઈએ?
- (A) 71.10 સે.મી. (B) 71.15 સે.મી.  
(C) 71.12 સે.મી. (D) 71.20 સે.મી.
- (105) ક્રિકેટ રમતમાં બેટની લંબાઈ વધારેમાં વધારે કેટલી હોય છે?
- (A) 96.5 સે.મી. (B) 90.5 સે.મી.  
(C) 92.5 સે.મી. (D) 94.5 સે.મી.
- (106) બેડમિન્ટન રમતમાં શટલકોકનું વજન કેટલું હોય છે?
- (A) 4.70 થી 5.25 ગ્રામ (B) 4.74 થી 5.50 ગ્રામ  
(C) 5.00 થી 5.50 ગ્રામ (D) 4.90 થી 5.00 ગ્રામ
- (107) ગોળાકેંક ફેંક અને છૂટની ક્રિયા પછી ખેલાડી કયું કૌશલ્ય લે છે?
- (A) પગબદલ (B) પગઝોલા  
(C) સરક (D) છૂટ
- (108) 'સાંકળ ઘેરો' કૌશલ્યનો ઉપયોગ કઈ રમતમાં થાય છે?
- (A) ખો-ખો (B) ક્રિકેટ  
(C) બાસ્કેટબોલ (D) કબડી

- (109) 'પેરીઓ બ્રાઈન' પદ્ધતિ કઈ રમત સાથે જોડાયેલ છે?
- (A) બરછી ફેંક (B) ગોળા ફેંક  
(C) ચક્ર ફેંક (D) લાંબી કૂદ
- (110) 'બેક ફૂટ ડ્રાઈવ' કૌશલ્ય કઈ રમતમાં ઉપયોગમાં લેવામાં આવે છે?
- (A) વોલીબોલ (B) ક્રિકેટ  
(C) બાસ્કેટબોલ (D) હેન્ડબોલ
- (111) 'મિશ્ર પદ્ધતિ' કઈ રમતમાં રમવામાં આવે છે?
- (A) ઊંચી કૂદ (B) લાંબી કૂદ  
(C) ખો-ખો (D) કબડ્ડી
- (112) 'એસ્કેટેમાઈન' દવા કેવા પ્રકારના વ્યક્તિઓને આપવામાં આવે છે?
- (A) ખૂબ ઓછી ઊંઘ આવતી હોય તેવા (B) ખૂબ જ ઊંઘ આવતી હોય તેવા  
(C) બીમાર વ્યક્તિઓને (D) વ્યસન કરતી વ્યક્તિઓને
- (113) જો કોઈ વ્યક્તિ ઓફિસના સમયમાં અંગત કામ માટે ઓફિસની પેન કે કાગળનો ઉપયોગ કરે છે તો તે કયા યમન ઉલ્લંઘન ગણાશે?
- (A) અસ્તેય (B) અહિંસા  
(C) બ્રહ્મચર્ય (D) સત્ય
- (114) ઊંચાઈ વધારવા માટે કયું આસન અસરકારક માનવામાં આવે છે?
- (A) પદ્માસન (B) તાડાસન  
(C) ગોમુખાસન (D) શવાસન
- (115) યોગાસન સ્પર્ધામાં જૂથ - A નું આસન કયું છે?
- (A) સર્વાંગાસન (B) ચક્રાસન  
(C) શીર્ષાસન (D) તમામ
- (116) કયાં આસનથી સાથળના અંદરના સ્નાયુઓને ખૂબ આરામ મળે છે?
- (A) ભદ્રાસન (B) શવાસન  
(C) પૂર્ણ તિતલી આસન (D) ગોમુખાસન

- (117) આપણા પૂર્વજો એટલે કે પ્રાચીન માનવો ખોરાકની શોધ માટે, આનંદ માટે અને સ્વરક્ષણ માટે શું કરતા હતા?
- (A) જમવા, રહેવા અને સૂવાની ક્રિયા  
 (B) દોડવા કૂદવાની અને ફેંકવાની ક્રિયા  
 (C) નાચવા, કૂદવા અને મજા કરવાની ક્રિયા  
 (D) ઝાડ ઉપર ચઢવા, ઊતરવા અને ફળો ખાવાની ક્રિયા

- (118) જો કોઈ વ્યક્તિને ગંભીર રીતે દાઝી જવાથી ફોલ્લા પડ્યા હોય તો પ્રાથમિક સારવાર તરીકે તમારે શું કરવું જોઈએ.
- (A) તરત જ તેના પર ધી અથવા માખણ લગાવવું.  
 (B) દાઝેલા ભાગ પર ઠંડુ વહેતુ પાણી રેડવું.  
 (C) દાઝેલા ભાગ પર કડક પાટો બાંધી દેવો.  
 (D) ફોલ્લાઓને સોયથી ફોડી નાખવા જેથી પાણી નીકળી જાય.

- (119) મધમાખી કરડે ત્યારે ડંખ લાગેલા ભાગ પર શું ઘસવું જોઈએ?
- (A) બરફ  
 (B) ગરમ પાણીનું પોતુ  
 (C) ટિક્કર આયોડિન  
 (D) ટિક્કર બેન્ઝોઈન

- (120) બાળકના જન્મના બીજા દિવસે બી.સી.જી.ની રસી આપવામાં આવે છે. આ રસી બાળકને કયા ગંભીર રોગ સામે રક્ષણ આપવા માટે તૈયાર કરે છે.
- (A) પોલિયો  
 (B) ક્ષય  
 (C) ધનુર  
 (D) ઓરી

- (121) ચોપગા પ્રસ્થાનમાં જગલૂ પે (ઓનયોર માર્ક્સ) વખતે કેટલા અંગો જમીનને અડેલા હોય છે?
- (A) છ અંગો  
 (B) પાંચ અંગો  
 (C) ચાર અંગો  
 (D) ત્રણ અંગો

- (122) પ્રાચીન સમયથી ભારતના મહારાષ્ટ્રમાં રમાતી ખો-ખો રમતને કયા નામથી ઓળખાતી હતી?
- (A) ચિરોઈટ  
 (B) પકડદાવ  
 (C) આમલી પીપડી  
 (D) હુતૂ...તૂ...

- (123) ક્રિકેટમાં ફોલોઓન શું છે?
- (A) બીજા ઈનિંગ્સ શરૂ કરવી.  
 (B) વિરોધી ટીમને તરત ફરી બેટિંગ કરવા કહેવું.  
 (C) મેચ બંધ કરવી.  
 (D) બોલિંગ બદલી દેવી.

- (124) પ્રાથમિક સારવાર એટલે શું?
- (A) પોતાને આવડતી હોય તેવી કોઈ પદ્ધતિની સારવાર
- (B) પ્રાથમિક સારવાર એટલે અકસ્માત્ બાદ ઈજા પામનારને, દાક્તરી સારવાર મળે તેની વચ્ચે આપવામાં આવતી સારવાર
- (C) પ્રાથમિક સારવાર એટલે માનવને થતા શારીરિક અને આર્થિક નુકસાનમાંથી બચાવવાની કરેલી મદદ
- (D) પ્રાથમિક સારવાર એટલે દર્દને લોકોના ટોળાથી કે બનેલી પરિસ્થિતિથી બચાવવા માટે કોઈ તજજ્ઞની સેવા
- (125) 800 મીટરની દોડ માટે પ્રસ્થાન ક્યાંથી આપવામાં આવે છે?
- (A) વિજયરેખા પાસેથી (B) વળાંક રેખા
- (C) સ્ટાર્ટીંગ રેખા (D) બંધન રેખા
- (126) ફીનીશ રેખા પસાર કરવાના મુખ્ય ત્રણ પ્રકારો પૈકી કયો પ્રકાર અસરકારક ગણાય છે?
- (A) દોડીને (B) ધડને આગળ ઝુકાવીને
- (C) કોઈ એક ખભો આગળ લંબાવીને (D) લાંબો કૂદકો મારીને
- (127) ઊંચી કુદની ખાડાની લંબાઈ અને પહોળાઈ કેટલી હોય છે?
- (A) લંબાઈ 8 મીટર અને પહોળાઈ 2.50 મીટર
- (B) લંબાઈ 5 મીટર અને પહોળાઈ 4 મીટર
- (C) લંબાઈ 15 મીટર અને પહોળાઈ 10 મીટર
- (D) લંબાઈ 25 મી અને પહોળાઈ 20 મી
- (128) ઊંચીકૂદના કૌશલ્યોમાં મૂખ્યત્વે અનુક્રમે \_\_\_\_\_ મુજબ સાચા છે.
- (A) આગમદોડ - ઠેક - ઊતરાણ - વાંસઓળંગ
- (B) આગમદોડ - ઠેક - વાંસ ઓળંગ - ઊતરાણ
- (C) આગમદોડ - વાંસ ઓળંગ - ઠેક - ઊતરાણ
- (D) ઊતરાણ - ઠેક - વાંસ ઓળંગ - આગમદોડ
- (129) દોડમાં અગત્યનું ચેસ્ટ ફીનીશ કે વિજયરેખા પસારનું શું મહત્વ હોય છે?
- (A) ફોટોગ્રાફી કરવા માટે.
- (B) સામેના પ્રેક્ષકોને ખુશ કરવા.
- (C) પ્રત્યેક દોડમાં વિજયરેખા પસાર કરતો પૂર્વે દોડવીર 10 મીટર છેટેથી અત્યંત તીવ્ર ગતિએ છાતી અને ખભા સિવાયના શરીરથી વિજયરેખા રસ્તાથી પસાર કરે ત્યારે ઘણી જૂજ સેકન્ડોના ક્ષણોનો લાભ મળે છે.
- (D) અન્યની સાથે વાટાઘાટો કરવા

- (130) કબડ્ડીની રમતમાં પ્રતીક્ષા પ્રદેશ  $6 \times 1$  મી. બંને છેડે 2 મી. દૂર - દોરવામાં આવે છે. કારણકે
- (A) અંતિમ રેખાથી પ્રતીક્ષા પ્રદેશ નજીક હોય કબડ્ડીના મેદાનની બહાર ઘટકો અને પુર્ણાંગ કરતા જે જો પડી જાય તો બેઠેલા ખેલાડીને નુકશાન થતું નથી.
- (B) પ્રતીક્ષા પ્રદેશમાં આઉટ થનાર ખેલાડી ખસતા હોવાથી
- (C) પ્રતીક્ષા પ્રદેશ દૂર રાખવાથી સજીવન થતા ખેલાડીની યોગ્ય ક્રમમાં રમતમાં ઝાંકલી શકાય.
- (D) પ્રતીક્ષા પ્રદેશને બાદ થયેલા તમામ સ્પર્ધકોને બેસવા

- (131) લાંબીકૂદ ઠેક પાટિયાથી 45 મી  $\times$  1.25 મીટરની આગમ દોડ માર્ગ કેવો હોય છે?
- (A) ખરબચડો (B) સમતલ
- (C) ઢોળાવવાળો (D) ટેકરાવાળો

- (132) લાંબીકૂદ એ સમગ્ર ક્રિયાને ધ્યાને લેતા તેના કૌશલ્યો કયા ક્રમના સાચા છે?
- (A) પેશ કદમી - આગમદોડ / ઉડ્ડયન / પગ ઠેક / ઉતરણ
- (B) ઉતરણ - પગ ઠેક - ઉડ્ડયન - આગમદોડ
- (C) ઉડ્ડયન - ઉતરણ - આગમદોડ - પગ ઠેક
- (D) આગમદોડ - ઉડ્ડયન - પગ ઠેક - આગમદોડ

- (133) બાસ્કેટબોલ લોખંડની ગોળ રીંગનો અંદરનો વ્યાસ કેટલો હોય છે?
- (A) 45 સેમી (B) 40 સેમી
- (C) 42 સેમી (D) 50 સેમી

- (134) ગોળાની પકડ બાદ ગોળો \_\_\_\_\_ આસડીની લગોલગ રાખે છે.
- (A) માથાની (B) ગળાની
- (C) કાનની (D) કમરની

- (135) જીમ્નાસ્ટિક કોચ માસ્ટર કાનરેડ એ કઈ રમતની શોધ કરી છે?
- (A) વોલીબોલ (B) હેન્ડબોલ
- (C) ફૂટબોલ (D) બાસ્કેટબોલ

- (136) બર્લિનમાં ભારતના મહારાષ્ટ્રના કયા વ્યાયામ પ્રચારક મંડળ દ્વારા વિશ્વ કક્ષાની હરીફાઈ માટે નિદર્શન યોજ્યું હતું.
- (A) શ્રી ધર વ્યા. પ્રચા. મંડળ લખનૌ  
 (B) સરસ્વતી વ્યા. પ્રચા. મંડળ, સાદરા  
 (C) હનુમાન વ્યા. પ્રચા. મંડળ, અમરાવતી  
 (D) ગુજરાત વ્યા. પ્રચા. મંડળ, રાજપીપળા
- (137) બોનસ રેખાથી અંતરેખા સુધીનું અંતર કેટલું હોય છે?
- (A) 1.45 મી. (B) 1.75 મી.  
 (C) 1.65 મી. (D) 1.85 મી.
- (138) હેન્ડબોલમાં ગોલકીપર કયા એરિયામાં સ્થાન લે છે?
- (A) ગોલ પોસ્ટની બહાર (B) ગોલ પોસ્ટની જાળીની પાસે  
 (C) ગોલ પોસ્ટ નીચે (D) ગોલ એરિયા
- (139) ખો – ખોની રમતમાં કેટલા ખેલાડીઓ ચોરસમાં બેસે છે?
- (A) ચાર (B) પાંચ  
 (C) સાત (D) આઠ
- (140) હોકી રમતમાં હોકી સ્ટીકની લંબાઈ કેટલી હોય છે?
- (A) 75 થી 93 સે.મી. (B) 80 થી 85 સે.મી.  
 (C) 85 થી 90 સે.મી. (D) 70 થી 75 સે.મી.
- (141) કયો બંધ નિયમીત કરવાથી ગળાથી ઉપરના તમામ રોગોમાં ખુબ જ ફાયદો થાય છે?
- (A) જાલંધર બંધ (B) મૂલ બંધ  
 (C) ઉડિયાન બંધ (D) લોલાસન
- (142) જો કોઈ વિસ્તારમાં અચાનક ટાઈફોઈડના કેસોમાં વધારો થાય છે, તો આરોગ્ય અધિકારીએ સૌથી પહેલા કયા પરિબલની તપાસ કરવી જોઈએ?
- (A) વિસ્તારમાં રહેતા લોકોનો આહાર (B) વિસ્તારમાં પાણી પુરવઠાની સ્વચ્છતા  
 (C) લોકોની શારીરિક કસરતનું પ્રમાણ (D) વાતાવરણમાં પ્રદૂષણનું સ્તર

- (143) પંચકર્મ શબ્દનો ઉપયોગ કઈ ચિકિત્સા પદ્ધતિમાં કરવામાં આવે છે?
- (A) હોમિયોપેથી (B) એલોપેથી  
(C) આયુર્વેદ (D) યૂનાની ઉપચાર
- (144) રીલે દોડમાં ટપ્પા બદલ પ્રદેશની લંબાઈ કેટલા મીટર હોય છે?
- (A) 10 મીટર (B) 15 મીટર  
(C) 20 મીટર (D) 25 મીટર
- (145) રીલે દોડમાં ટપ્પાનું વજન ઓછામાં ઓછું કેટલું હોય છે?
- (A) 30 ગ્રામ (B) 40 ગ્રામ  
(C) 45 ગ્રામ (D) 50 ગ્રામ
- (146) ચક્ર કયા સેક્ટરમાં પડે તો જ તે માન્ય ગણાય છે?
- (A) 90° ડિગ્રી (B) 45° ડિગ્રી  
(C) 180° ડિગ્રી (D) 34.92° ડિગ્રી
- (147) ભારતમાં બાસ્કેટબોલ ફેડરેશન ઓફ ઈન્ડિયાની સ્થાપના કઈ સાલમાં કરવામાં આવી?
- (A) ઈ.સ. 1932 (B) ઈ.સ. 1950  
(C) ઈ.સ. 1951 (D) ઈ.સ. 1945
- (148) બાસ્કેટબોલ રમતનો સમય કેટલો હોય છે?
- (A) (20 + 2 + 20) + 20 + (20 + 2 + 20)  
(B) (15 + 5 + 15) + 15 + (15 + 5 + 15)  
(C) (10 + 2 + 10) + 15 + (10 + 2 + 10)  
(D) (7 + 5 + 7) + 9 + (7 + 5 + 7)
- (149) હેન્ડબોલની રમતમાં પેનલ્ટી રેખા ગોલ રેખાના મધ્યબિંદુથી કેટલા મીટર દૂર રાખવામાં આવે છે?
- (A) 6 મીટર (B) 7 મીટર  
(C) 9 મીટર (D) 3 મીટર

(150) હેન્ડબોલ રમતની શરૂઆત કયા ધ્રો દ્વારા કરવામાં આવે છે?

(A) ધ્રો-ઈન

(B) ધ્રો-ઓફ

(C) ફી ધ્રો

(D) પેનલ્ટી - ધ્રો

(151) વોલીબોલમાં પુરુષ ખેલાડીઓ માટે નેટની ઊંચાઈ કેટલા મીટર હોય છે?

(A) 2.24 મીટર

(B) 2.43 મીટર

(C) 2.34 મીટર

(D) 2.40 મીટર

(152) ફૂટબોલમાં દડો રમતા રમતા ખેલાડીની બાજુ હદ રેખાની બહાર જાય ત્યારે વિરુદ્ધ ટુકડીને શું મળશે?

(A) ગોલકીક

(B) ધ્રો ઈન

(C) પેનલ્ટી કીક

(D) ડાયરેક્ટ કીક

(153) મહર્ષિ પતંજલિ કઈ વિદ્યાપીઠના પ્રાચાર્ય હતા?

(A) ગુજરાત વિદ્યાપીઠ

(B) નાલંદા વિદ્યાપીઠ

(C) તક્ષશિલા વિદ્યાપીઠ

(D) વલ્લભી વિદ્યાપીઠ

(154) અષ્ટાંગ યોગમાં પ્રથમ પાંચ અંગોને કયા નામે ઓળખવામાં આવે છે?

(A) બહિરંગ

(B) બહિર્મુખ

(C) અંતરંગ

(D) અંતઃકરણ

(155) શ્વાસ બહાર કાઢવાની (છોડવાની) ક્રિયાને શું કહે છે?

(A) પૂરક

(B) આંતઃકુંભક

(C) બાહ્યકુંભક

(D) રેચક

(156) કયા આસનમાં શરીરની સ્થિતિ પતંગિયા જેવી થાય છે?

(A) પાદહસ્તાસન

(B) પૂર્ણ તિતલી આસન

(C) પદ્માસન

(D) ઉત્તાનપાદાસન

(157) કયા આસનથી પેટમાં રહેલો ગેસ દૂર થાય છે?

(A) લોલાસન

(B) પવન મુક્તાસન

(C) ઉષ્ટ્રાસન

(D) સેતુકાસન

158) મૃત્યુદર ઘટાડવા કઈ યોજના શરૂ કરવામાં આવી છે?

- (A) મુખ્યમંત્રી આરોગ્ય સુરક્ષા યોજના
- (B) આરોગ્યમંત્રી આરોગ્ય સુરક્ષા યોજના
- (C) વડાપ્રધાન આરોગ્ય સુરક્ષા યોજના
- (D) મૃત્યુદર નિવારણ યોજના

159) ચોપગા પ્રસ્થાનના પ્રકારો પૈકી કયો પ્રકાર ખોટો છે?

- (A) ટૂંકુ પ્રસ્થાન
- (B) મધ્યમ પ્રસ્થાન
- (C) લંબ પ્રસ્થાન
- (D) ખડું પ્રસ્થાન

160) લાંબી કૂદમાં ઠેક લીધા પછી હવામાં ઉડાણની નીચેની ક્રિયાઓમાં કઈ ક્રિયા (પદ્ધતિ) ખોટી છે?

- (A) પલાણ પદ્ધતિ
- (B) હવાતર પદ્ધતિ
- (C) લટક પદ્ધતિ
- (D) હવાચલ પદ્ધતિ

161) ગોળા ફેંકમાં અટક પાટિયાની લંબાઈ કેટલી હોય છે?

- (A) 2.22 મીટર
- (B) 1.22 મીટર
- (C) 1.20 મીટર
- (D) 2.00 મીટર

162) રીલે દોડમાં ટુકડીના પ્રથમ નંબરના ખેલાડીએ કયા પ્રકારનું પ્રસ્થાન લેવાનું હોય છે?

- (A) લંબ પ્રસ્થાન
- (B) ચોપગું પ્રસ્થાન
- (C) ખડુ પ્રસ્થાન
- (D) ગમે તે પ્રસ્થાન

163) ફોસ્બરી ફ્લોપ પદ્ધતિ કઈ રમત સાથે જોડાયેલ છે?

- (A) લાંબી કૂદ
- (B) ઊંચી કૂદ
- (C) ગોળા ફેંક
- (D) ચક્ર ફેંક

164) ઓલિમ્પિક અથવા આંતરરાષ્ટ્રીય સ્પર્ધાઓમાં ઊંચીકૂદમાં દોડમાર્ગની લંબાઈ કેટલા મીટર રાખવામાં આવે છે?

- (A) 10 થી 15 મીટર
- (B) 15 થી 20 મીટર
- (C) 20 થી 25 મીટર
- (D) 20 થી 30 મીટર

- (165) ચક્ર ફેંક સ્પર્ધામાં 6 ખેલાડીઓએ ભાગ લીધો છે તો દરેક ખેલાડીને કુલ કેટલી તક મળશે?
- (A) 3 (B) 6  
(C) 5 (D) 8
- (166) ભાઈઓ માટેના કબડ્ડીના મેદાનમાં લંઘનરેખા મધ્યરેખાથી કેટલી દૂર હોય છે?
- (A) 3.75 મીટર (B) 4 મીટર  
(C) 3.50 મીટર (D) 4.50 મીટર
- (167) બાસ્કેટબોલની રમતમાં રમનાર ખેલાડી અને અવેજી ખેલાડી કેટલા હોય છે?
- (A) 5 રમનાર 5 અવેજી (B) 5 રમનાર 7 અવેજી  
(C) 7 રમનાર 7 અવેજી (D) 7 રમનાર 5 અવેજી
- (168) હેન્ડબોલ રમતમાં દડાનો ઘેરાવો ભાઈઓ માટે કેટલો હોય છે?
- (A) 58 થી 60 સે.મી. (B) 60 થી 62 સે.મી.  
(C) 55 થી 60 સે.મી. (D) 62 થી 65 સે.મી.
- (169) બહેનો માટે હેન્ડબોલના દડાનું વજન કટલું હોય છે?
- (A) 225 થી 270 ગ્રામ (B) 325 થી 400 ગ્રામ  
(C) 270 થી 295 ગ્રામ (D) 295 થી 325 ગ્રામ
- (170) ફૂટબોલ રમતમાં મધ્ય વર્તુળ (સેન્ટર સર્કલ)ની ત્રિજ્યા કેટલી લેવામાં આવે છે?
- (A) 8 વાર (B) 9 વાર  
(C) 11 વાર (D) 10 વાર
- (171) ભગવદ્ ગીતાના કયા અધ્યાયમાં ધ્યાનમાં ક્યાં બેસવું, કેવી રીતે બેસવું તેની સમજૂતી આપેલ છે?
- (A) 1 થી 3 માં (B) 18 માં  
(C) 16 માં (D) 6 માં
- (172) કયા દર્દી માટે ચંદ્રભેદન પ્રાણાયામ અતિ ઉત્તમ છે?
- (A) ધનુર્વા (B) મેલેરીયા  
(C) કોલેરા (D) બી.પી.

અપાનવાયુના ઉર્ધ્વાકરણ માટે \_\_\_\_\_ એ ઉત્તમ ક્રિયા છે.

- (A) મૂળબંધ  
(B) ઉડિયાનબંધ  
(C) જાલંધરબંધ  
(D) અનુબંધ

ધનુષ્ય ખેંચતી વખતે ધનુષ્યનો જેવો આકાર થાય તેના જેવા થતા આકારના આસનને શું કહેવામાં આવે છે?

- (A) સંતુકાસન  
(B) ધનુરાસન  
(C) આકર્ષા ધનુરાસન  
(D) ઉષ્ટ્રાસન

ઉત્થીત પદ્માસન કોને કહે છે?

- (A) ધનુરાસન  
(B) ઉષ્ટ્રાસન  
(C) લોલાસન  
(D) વજ્રાસન

નૌકાસન કરતી વખતે બંને પગ અને જમીન વચ્ચે કેટલા અંશનો ખૂણો રાખવો જોઈએ?

- (A) 40°  
(B) 45°  
(C) 42°  
(D) 41°

શલભાસન કરવાથી નીચેના વિકલ્પમાંથી કયા દર્શાવેલ છે. તેમાં કયો ખોટો છે?

- (A) હરસ દૂર થાય છે.  
(B) વધારાની ચરબી દૂર થાય છે.  
(C) કબજિયાત અને ગેસ દૂર થાય છે.  
(D) ક્ષયરોગ દૂર થાય છે.

ભારતમાં એઈડ્ઝ ફેલાતો રોકવા સરકારે ક્યારે રાષ્ટ્રીય નિયંત્રણ કાર્યક્રમ શરૂ કર્યો?

- (A) એપ્રિલ-1993  
(B) એપ્રિલ-1992  
(C) એપ્રિલ-1997  
(D) એપ્રિલ-1998

પ્રાથમિક સ્વાસ્થ્ય સુરક્ષાના ભાગરૂપે સરકારે \_\_\_\_\_ અને \_\_\_\_\_ જેવી તાત્કાલિક સેવા ઉપલબ્ધ કરાવી છે.

- (A) 108 અને કિલકિલાટ  
(B) 112 અને મહિલા સંરક્ષણ  
(C) 111 અને અગ્નિશામક  
(D) 100 અને પોલિસ સેવા

સૂર્યપ્રકાશમાં રહેલા પારજાંબલી કિરણોની મદદથી વિટામીન \_\_\_\_\_ ની પ્રાપ્ત થાય છે.

- (A) વિટામીન - C  
(B) વિટામીન - D  
(C) વિટામીન - B  
(D) વિટામીન - A

- (181) દર્પણ પદ્ધતિનો ઉપયોગ કરવા માટે ખૂબ જ અનુકૂળ પ્રવૃત્તિ
- (A) કબડી (B) ખો-ખો  
(C) ડંબેલ્સ (D) હોકી
- (182) હાર્વર્ડ સ્ટેપ ટેસ્ટ દ્વારા શાનું માપન થાય છે?
- (A) પગની તાકત (B) પાચન ક્ષમતા  
(C) ફેફસાંની ક્ષમતા (D) હૃદયની ક્ષમતા
- (183) ગત્યાત્મક કૌશલ્યો આત્મસાત કરવા માટે શું જરૂરી છે?
- (A) અનુકરણ (B) મહાવરો  
(C) નિરીક્ષણ (D) આરામ
- (184) આઈસોમેટ્રિક ટ્રેનિંગ શું છે?
- (A) ગતિ સાથે કસરત (B) ગતિ વગર પેશીઓમાં તાણ  
(C) માત્ર દોડવું (D) આરામ કરવો
- (185) રસેલ – લેગ ટેસ્ટ કઈ રમત સાથે જોડાયેલી છે?
- (A) ફૂટબોલ (B) વોલીબોલ  
(C) ક્રિકેટ (D) દોડ
- (186) પ્રદર્શન પદ્ધતિમાં શિક્ષક શું ધ્યાનમાં રાખે તે જરૂરી છે?
- (A) ઝડપથી બતાવવું (B) માત્ર બોલવું  
(C) સ્પષ્ટતા અને યોગ્ય ટેકનિક (D) કોઈ તૈયાર નહીં
- (187) કૂલિંગ ડાઉનનો મુખ્ય હેતુ શું છે?
- (A) થાક વધારવો (B) શરીરને સામાન્ય સ્થિતિમાં લાવવું  
(C) ઝડપ વધારવી (D) શક્તિ વધારવી
- (188) 'પૂર્વીય કાપ પદ્ધતિ' કઈ રમત સાથે જોડાયેલ છે?
- (A) ગોળા ફેંક (B) ચક્ર ફેંક  
(C) હથોડા ફેંક (D) ઊંચી કૂદ

(189) સેટ શોટ' કૌશલ્ય કઈ રમત સાથે જોડાયેલ છે?

(A) બાસ્કેટબોલ

(B) હેન્ડબોલ

(C) વોલીબોલ

(D) ફૂટબોલ

(190) 'ફોલ શૂટ' કૌશલ્ય કઈ રમતમાં ઉપયોગ કરવામાં આવે છે?

(A) બાસ્કેટબોલ

(B) વોલીબોલ

(C) ફૂટબોલ

(D) હેન્ડબોલ

(191) 'વન લેગ ટેઈક ઓફ' કૌશલ્ય કઈ રમત સાથે જોડાયેલ છે?

(A) ફૂટબોલ

(B) વોલીબોલ

(C) ક્રિકેટ

(D) કબડ્ડી

(192) પુશિંગ (સ્ટ્રેઈટ પુશ) કૌશલ્યનો ઉપયોગ નીચેનામાંથી કઈ રમતમાં ઉપયોગ કરવામાં આવે છે?

(A) હોકી

(B) ક્રિકેટ

(C) કબડ્ડી

(D) બાસ્કેટબોલ

(193) 'ડ્રિબલિંગ' કૌશલ્યનો ઉપયોગ નીચેની કઈ રમતમાં થતો નથી?

(A) બાસ્કેટબોલ

(B) હેન્ડબોલ

(C) હોકી

(D) વોલીબોલ

(194) આસનો કરવાથી શું સ્થિતિસ્થાપક બને છે?

(A) હાડકા

(B) ફેફસા

(C) હૃદય

(D) કરોડરજ્જુ

(195) ગુજરાતમાં પહેલી ફિઝીકલ એજ્યુકેશન સંસ્થા ક્યાં સ્થાપવામાં આવી હતી?

(A) અમદાવાદ

(B) સૂરત

(C) વડોદરા

(D) રાજકોટ

(196) ફાર્ટલેક ટ્રેનિંગ શું છે?

(A) ઝડપ અને ધીમું દોડવાનું મિશ્રણ

(B) ધીમું દોડવું

(C) માત્ર ચાલવું અને આરામ કરવું

(D) કસરત ન કરવી

(197) એરોબિક એક્સરસાઈઝ કઈ ક્ષમતા વધારે છે?

(A) લવચીકતા

(B) દ્રષ્ટિ

(C) સહનશક્તિ

(D) સાંભળવાની શક્તિ

(198) ફૂલિંગ ડાઉનમાં કઈ પ્રવૃત્તિઓ સમાવેશ થાય છે?

(A) ભારે કસરત

(B) હળવી કસરત અને સ્ટ્રેચિંગ

(C) દોડ

(D) કૂદકાઓ

(199) ફૂટબોલમાં ડ્રિબ્લિંગ માટે કઈ ટેસ્ટ પ્રચલિત છે?

(A) શટલ રન ટેસ્ટ

(B) કૂપર ટેસ્ટ

(C) મોર-ક્રિશ્ચયન ટેસ્ટ

(D) હારવર્ડ ટેસ્ટ

(200) 'નિસર્ગોપચાર' પદ્ધતિ નીચેનામાંથી કયા તત્ત્વો દ્વારા કરવામાં આવે છે?

(A) કુદરતી તત્ત્વો દ્વારા

(B) બહારની દવાઓ દ્વારા

(C) ઈન્જેક્શન દ્વારા

(D) રસાયણીક ઉપયોગ દ્વારા

