



RR-0947

Third Year B. P. E. Examination  
March / April – 2010  
Principles of Coaching & Officiating

Time : Hours]

[Total Marks : 70

સૂચના :

(૧)

નીચે દર્શાવેલ નિશાનીવાળી વિગતો ઉત્તરવહી પર અવશ્ય લખવી.  
Fillup strictly the details of signs on your answer book.

Name of the Examination :  
T. Y. B. P. E.

Name of the Subject :  
Principles of Coaching & Officiating

Subject Code No. : 0 9 4 7 Section No. (1, 2,.....): Nil

Seat No. :

Student's Signature

- (૨) આ પ્રશ્નપત્રમાં કુલ પાંચ પ્રશ્નો છે.  
(૩) તમામ પ્રશ્નોના ઉત્તર લખવાના છે.  
(૪) તમામ પ્રશ્નોના ગુણ જમણી બાજુએ દર્શાવ્યા છે.

૧ નીચેના પ્રશ્નોના ટૂંકમાં જવાબ આપો : (ગમે તે સાત)

૧૪

- (૧) સ્પર્ધા દરમિયાનની પંચની કોઈ પણ ચાર ફરજો જણાવો.  
(૨) પંચકાર્યના મુખ્ય સિદ્ધાંતો જણાવો (ફક્ત ચાર).  
(૩) રાહબરનાં કોઈ પણ ચાર લક્ષણો જણાવો.  
(૪) તાલીમ અને રાહબરી વચ્ચેના બે-બે તફાવત જણાવો.  
(૫) વિશિષ્ટ ઉષ્માપ્રેરક કસરત એટલે શું ?  
(૬) સ્ટ્રેટેજીની વ્યાખ્યા લખો.  
(૭) ચપળતા એટલે શું ?  
(૮) રાહબરની રમત દરમિયાનની ચાર જવાબદારીઓ જણાવો.  
(૯) કન્ડિશનિંગ એટલે શું ? તેના પ્રકારોનાં નામ જણાવો.  
(૧૦) વોલીબોલ રમતમાં લિબ્રો ખેલાડીના નિયમ શું છે ?

૨ પંચકાર્ય એટલે શું ? સારા પંચ તરીકેનાં લક્ષણો જણાવો અને વિગતવાર ચર્ચા કરો. ૧૪

**અથવા**

૨ “રાહબર ખેલાડી માટે ડૉક્ટર, શિક્ષક, મિત્ર, સાચો માર્ગદર્શક અને સાચો સલાહકાર હોય છે.” વિધાનની ચર્ચા કરી રાહબરની જવાબદારીઓની વિગતવાર ચર્ચા કરો. ૧૪

૩ ટીચિંગ, ટ્રેનિંગ અને કોચિંગ વચ્ચે ભેદ સ્પષ્ટ કરી તાલીમના સિદ્ધાંતોની ચર્ચા કરો. ૧૪

**અથવા**

૩ સિંગલ પિરિયોડાઈઝેશન વિશે વિસ્તૃત જાણકારી આપો. ૧૪

૪ ઉખાપ્રેરક કસરતોનું મહત્ત્વ જણાવી ઉ.પ્રે.ક.ના લાભાલાભ વર્ણવો. ૧૪

**અથવા**

૪ ‘શિખવવું’ શબ્દનું અર્થઘટન કરી રાહબરનીના સિદ્ધાંતોનો ઉલ્લેખ કરી કોઈ પણ ચારની વિસ્તૃત જાણકારી આપો. ૧૪

૫ ટૂંકનોંધ લખો : (ગમે તે બે) ૧૪  
(૧) ૧૨ સ્ટેશનની સર્કિટ (ભાર સાથે) રેખાચિત્રો દોરી સ્પષ્ટતા કરો  
(૨) ઘટક પદ્ધતિ અને અખંડ-ખંડ પદ્ધતિ સમજાવો  
(૩) પંચની ફરજો  
(૪) શ્રેષ્ઠ ખેલાડીનાં લક્ષણો વિશે જણાવો.