

VEER NARMAD SOUTH GUJARAT UNIVERSITY, SURAT

Syllabus

for

Master of Physical

Education

(2 Years Course)

Semester &

Credit System

WITH EFFECT FROM YEAR 2010-2011

એમ.પી.ઈ.
 એકેડમીક પ્રોગ્રામ
 અઠવાડિયાના તાસ અને ક્રેડિટ
 સેમેસ્ટર - ૧
 ભાગ-૧ સૈધ્ધાંતિક વિષયો

		અઠવાડિયાના તાસ	ક્રેડીટ
પેપર : ૧	શારીરિક શિક્ષણની તાત્વિક આધાર શીલાઓ અને ઇતિહાસ	૪	૪
પેપર : ૨	સ્વાસ્થ્ય શિક્ષણ	૪	૪
પેપર : ૩	શારીરિક શિક્ષણમાં સંશોધન પધ્ધતિઓ અને પ્રક્રિયા	૪	૪
<u>ઈલેક્ટીવ વિષય</u>			
પેપર : ૪	શારીરિક શિક્ષણમાં ઇન્ફોર્મેશન ટેકનોલોજી અથવા રમત સમાજશાસ્ત્ર	૪	૪
<u>ભાગ - ૨ અદ્યાપન ક્રિયા(ઇન્સ્ટ્રક્શનલ એક્ટીવીટી)</u>			
પ્રવૃત્તિ : ૧	ખેલકૂદ	૪	૪
પ્રવૃત્તિ : ૨	રમતો	૪	૪
પ્રવૃત્તિ : ૩	ઈતર પ્રવૃત્તિ (પ્રોજેક્ટ, સેમિનાર, વર્કશોપ, કોચીંગ કેમ્પ, ગ્રમસફાઈ)		૬

એમ.પી.ઈ.
એકેડમીક પ્રોગ્રામ
અઠવાડિયાના તાસ અને ક્રેડિટ
સેમેસ્ટર - ૨
ભાગ-૧ સૈધ્ધાંતિક વિષયો

		અઠવાડિયાના	
		તાસ	ક્રેડિટ
પેપર-૫ :	શારીરિક શિક્ષણમાં આંકડા શાસ્ત્ર	૪	૪
પેપર-૬ :	રમત મનોવિજ્ઞાન	૪	૪
પેપર-૭ :	કસરતીય શરીરવિજ્ઞાન	૪	૪
<u>ઈલેક્ટીવ વિષય</u>			
પેપર : ૮	રમતગમત પત્રકારત્વ અથવા મનોરંજનના સિધ્ધાંતો અને સંચાલન	૪	૪

ભાગ - ૨ અદ્યાપન ક્રિયા (ઈન્સ્ટ્રક્શનલ એક્ટીવીટી)

પ્રવૃત્તિ : ૪	ખેલકૂદ	૪	૪
પ્રવૃત્તિ : ૫	રમતો	૪	૪
પ્રવૃત્તિ : ૬	ઈતર પ્રવૃત્તિ (પ્રોજેક્ટ, સેમિનાર, વર્કશોપ, કોચીંગ કેમ્પ, શ્રમસફાઈ)		૬
			૩૦

એમ.પી.ઈ.
 એકેડમીક પ્રોગ્રામ
 અઠવાડિયાના તાસ અને ક્રેડિટ
 સેમેસ્ટર - ૩
ભાગ-૧ સૈધ્ધાંતિક વિષયો

		અઠવાડિયાના	
		તાસ	ક્રેડિટ
પેપર : ૯	જૈવયંત્ર શાસ્ત્ર	૪	૪
પેપર : ૧૦	રમતગમત સંચાલન	૪	૪
પેપર : ૧૧	શારીરિક શિક્ષણમાં કસોટી, માપન અને મૂલ્યાંકન	૪	૪
<u>ઈલેક્ટીવ વિષય</u>			
પેપર : ૧૨	શારીરિક ક્ષમતા અને સુખાકારી અથવા યુવા નેતૃત્વ અને સમાજ કલ્યાણ	૪	૪
ભાગ - ૨ અદ્યાપન ક્રિયા(ઈન્સ્ટ્રક્શનલ એક્ટીવીટી)			
પ્રવૃત્તિ : ૭	ખેલકૂદ	૪	૪
પ્રવૃત્તિ : ૮	રમતો	૪	૪
પ્રવૃત્તિ : ૯	ઈતર પ્રવૃત્તિ (પ્રોજેક્ટ, સેમિનાર, વર્કશોપ, કોચીંગ કેમ્પ, શ્રમસંક્રાંતિ,)		૬
			૩૦

એમ.પી.ઈ.
એકેડમીક પ્રોગ્રામ
અઠવાડિયાના તાસ અને ક્રેડિટ
સેમેસ્ટર - ૪
ભાગ-૧ સૈધ્ધાંતિક વિષયો

		અઠવાડિયાના	ક્રેડિટ
		તાસ	
પેપર : ૧૩	રમત તાલીમ અને પ્રશિક્ષણના વૈજ્ઞાનિક સિધ્ધાંતો	૪	૪
પેપર : ૧૪	રમત ચિકિત્સાશાસ્ત્ર	૪	૪
પેપર : ૧૫	યોગ વિજ્ઞાન અને કુદરતી ઉપચાર	૪	૪
<u>ઈલેક્ટીવ વિષય</u>			
પેપર : ૧૬	શોધનિબંધ અથવા વ્યવસાયિક સફળતા અને અભ્યાસક્રમ પ્રયોજના	૪	૪

ભાગ - ૨ અદ્યાપન ક્રિયા (ઈન્સ્ટ્રક્શનલ એક્ટીવીટી)

પ્રવૃત્તિ : ૧૦	આંતરિક કોચીંગ લેશન		૮
પ્રવૃત્તિ : ૧૧	પ્રોજેક્ટ		૬

એમ.પી.ઈ.

સેમેસ્ટર-૧

ભાગ-૧ સૈધ્ધાંતિક વિષયો
પરીક્ષા ગુણાંકન

		આંતરિક	ગુણ બાહ્ય
પેપર : ૧	શારીરિક શિક્ષણની તાત્વિક આધાર શીલાઓ અને ઈતિહાસ	૩૦	૭૦
પેપર : ૨	સ્વાસ્થ્ય શિક્ષણ	૩૦	૭૦
પેપર : ૩	શારીરિક શિક્ષણમાં સંશોધન પદ્ધતિઓ અને પ્રક્રિયા	૩૦	૭૦
પેપર : ૪	શારીરિક શિક્ષણમાં ઈન્ફોર્મેશન ટેકનોલોજી અથવા રમતસમાજશાસ્ત્ર	૩૦	૭૦
સૈધ્ધાંતિક આંતરિક તેમજ બાહ્ય ગુણ		૧૨૦	૨૮૦
કુલ ગુણ			૪૦૦

ભાગ - ૨ અદ્યાપન ક્રિયા (ઈન્સ્ટ્રક્શનલ એક્ટીવીટી)

પ્રવૃત્તિ : ૧	ખેલકૂદ ક્ષમતા આંક		
	૧૦૦ મી. દોડ, ૮૦૦ મી. દોડ, લાંબીકૂદ, જંપ એન્ડ રીચ (સાર્જન્ટ જંપ)	-	૫૦
	ગોળાફેંક		
પ્રવૃત્તિ : ૨	ખેલકૂદ - (દોડ)		
	કૌશલ્ય, પ્રાવીણ્ય અને પંચકાર્ય	-	૫૦
કુલ ગુણ બાહ્ય			૧૦૦
સેમેસ્ટર : ૧	સૈધ્ધાંતિક	અદ્યાપન ક્રિયા (ઈન્સ્ટ્રક્શનલ એક્ટીવીટી)	
	ગુણ	૪૦૦	૧૦૦
	કુલ ગુણ :	૫૦૦	

એમ.પી.ઈ.
સેમેસ્ટર-૨
ભાગ-૧ સૈધ્ધાંતિક વિષયો

		ગુણ	બાહ્ય
		આંતરિક	
પેપર-૫ :	શારીરિક શિક્ષણમાં આંકડા શાસ્ત્ર	૩૦	૭૦
પેપર-૬ :	રમત મનોવિજ્ઞાન	૩૦	૭૦
પેપર-૭ :	કસરતીય શરીરવિજ્ઞાન	૩૦	૭૦
પેપર-૮ :	રમત પત્રકારત્વ અથવા મનોરંજનના સિધ્ધાંતો અને સંચાલન	૩૦	૭૦
		સૈધ્ધાંતિક આંતરિક તેમજ બાહ્ય ગુણ	૧૨૦
		૨૮૦	
		કુલ ગુણ	૪૦૦

ભાગ - ૨ અદ્યાપન ક્રિયા (ઈન્સ્ટ્રક્શનલ એક્ટીવીટી)

પ્રવૃત્તિ : ૧	ખેલકૂદ - કૂદ	-	૫૦
	કૌશલ્ય, પ્રાવીણ્ય અને પંચકાર્ય		
પ્રવૃત્તિ : ૨	કબડ્ડી અથવા ખોખો , હોકી , બાસ્કેટબોલ , ક્રિકેટ , જીમ્નાસ્ટીક્સ	-	૫૦
	(કોઈ પણ બે રમતોનું કૌશલ્ય, પ્રાવીણ્ય અને પંચકાર્ય)		
		કુલ બાહ્ય ગુણ	૧૦૦

સેમેસ્ટર : ૨	સૈધ્ધાંતિક	અદ્યાપન ક્રિયા (ઈન્સ્ટ્રક્શનલ એક્ટીવીટી)
	ગુણ ૪૦૦	૧૦૦
	કુલ ગુણ :	૫૦૦

એમ.પી.ઈ.
સેમેસ્ટર - ૩
ભાગ-૧ સૈધ્ધાંતિક વિષયો

		ગુણ	
		આંતરિક	બાહ્ય
પેપર : ૯	જૈવચંત્ર શાસ્ત્ર	૩૦	૭૦
પેપર : ૧૦	રમતગમત સંચાલન	૩૦	૭૦
પેપર : ૧૧	શારીરિક શિક્ષણમાં કસોટી, માપન અને મૂલ્યાંકન	૩૦	૭૦
પેપર : ૧૨	શારીરિક ક્ષમતા અને સુખાકારી અથવા યુવા નેતૃત્વ અને સમાજ કલ્યાણ	૩૦	૭૦
સૈધ્ધાંતિક આંતરિક તેમજ બાહ્ય ગુણ		૧૨૦	૨૮૦
કુલ ગુણ		૪૦૦	

ભાગ - ૨ અદ્યાપન ક્રિયા (ઈન્સ્ટ્રક્શનલ એક્ટીવીટી)

પ્રવૃત્તિ : ૧	ખેલકૂદ : (ફેંક) કૌશલ્ય, પ્રાવીણ્ય અને પંચકાર્ય	-	૫૦
પ્રવૃત્તિ : ૨	હેન્ડબોલ, વોલીબોલ, કુટબોલ, બેડમિન્ટન અથવા ટેબલટેનિશ, સ્વીમીંગ (કોઈ પણ બે રમતોનું કૌશલ્ય, પ્રાવીણ્ય અને પંચકાર્ય)	-	૫૦
કુલ બાહ્ય ગુણ		-	૧૦૦

સેમેસ્ટર : ૩	સૈધ્ધાંતિક	અદ્યાપન ક્રિયા (ઈન્સ્ટ્રક્શનલ એક્ટીવીટી)
ગુણ	૪૦૦	૧૦૦
કુલ ગુણ :		૫૦૦

એમ.પી.ઈ.
સેમેસ્ટર - ૪
ભાગ-૧ સૈધ્ધાંતિક વિષયો

		આંતરિક	ગુણ બાહ્ય
પેપર : ૧૩	રમત તાલીમ અને પ્રશિક્ષણના વૈજ્ઞાનિક સિધ્ધાંતો	૩૦	૭૦
પેપર : ૧૪	રમત ચિકિત્સાશાસ્ત્ર	૩૦	૭૦
પેપર : ૧૫	યોગવિજ્ઞાન અને કુદરતી ઉપચાર	૩૦	૭૦
પેપર : ૧૬	શોધનિબંધ અથવા વ્યવસાયિક સજ્જતા અને અભ્યાસ પ્રયોજના	૩૦	૭૦
<u>સૈધ્ધાંતિક આંતરિક તેમજ બાહ્ય ગુણ</u>		<u>૧૨૦</u>	<u>૨૮૦</u>
કુલ ગુણ		<u>૪૦૦</u>	

ભાગ - ૨ અદ્યાપન ક્રિયા (ઈન્સ્ટ્રક્શનલ એક્ટીવીટી)

પ્રવૃત્તિ : ૧	કોચીંગ લેશન (આંતરિક - ૫)	-	-
પ્રવૃત્તિ : ૨	કોચીંગ લેશન (બાહ્ય - ૨)	-	૧૦૦
<u>કુલ બાહ્ય ગુણ</u>		<u>-</u>	<u>૧૦૦</u>

સેમેસ્ટર : ૪	સૈધ્ધાંતિક	અદ્યાપન ક્રિયા (ઈન્સ્ટ્રક્શનલ એક્ટીવીટી)
	<u>ગુણ</u>	<u>૧૦૦</u>
	કુલ ગુણ :	<u>૫૦૦</u>

કુલ ગુણ

	સૈધ્ધાંતિક	અદયાપન ક્રિયા (ઇન્સ્ટ્રક્શનલ એક્ટીવીટી)	કુલગુણ
સેમેસ્ટર-૧	૪૦૦	૧૦૦	૫૦૦
સેમેસ્ટર-૨	૪૦૦	૧૦૦	૫૦૦
સેમેસ્ટર-૩	૪૦૦	૧૦૦	૫૦૦
સેમેસ્ટર-૪	૪૦૦	૧૦૦	૫૦૦
કુલ ગુણ	૧૬૦૦	૪૦૦	૨૦૦૦

પ્રશ્નપત્ર : ૧

વિષય : શારીરિક શિક્ષણની તાત્વિક આધાર શીલાઓ અને ઇતિહાસ

- એકમ : ૧ – શિક્ષણ
– શિક્ષણનો અર્થ, વ્યાખ્યાઓ, ધ્યેય, હેતુઓ
– શારીરિક શિક્ષણનો અર્થ, વ્યાખ્યાઓ, ધ્યેય, હેતુઓ તેમજ શિક્ષણ સાથે સંબંધ
– શારીરિક શિક્ષણ અને તત્વજ્ઞાન
- એકમ : ૨ શારીરિક શિક્ષણની તાત્વિક આધારશીલાઓ (પાયગત સિધ્ધાંતો)
– મનોવિજ્ઞાન,
રમત અને રમતના સિધ્ધાંતો / ગત્યાત્મક કૌશલ્યો (ઘટકો) અધ્યયન સંક્રમણ, તાલીમ સંક્રમણની
અસરો
– જીવ વૈજ્ઞાનિક
વૃદ્ધિ અને વિકાસ, જાતિય તફાવતો, શરીરબંધના પ્રકારો
– સામાજિક અને શૈક્ષણિક આધાર શિલાઓ
- એકમ : ૩ શારીરિક શિક્ષણને લગતું શૈક્ષણિક તત્વજ્ઞાન તથા વિવિધ વાદો જેવા કે આદર્શવાદ, પ્રાકૃતિવાદ,
વાસ્તવવાદ, પ્રેગમેટિઝમ, અસ્તિત્વવાદ, અને માનવતાવાદ
- એકમ : ૪ (અ) પ્રાચીન ગ્રીસ, રોમ, સમકાલીન જર્મની, સ્વીડન, ડેન્માર્ક અને રશિયામાં શારીરિક શિક્ષણ
(બ) ભારતમાં શારીરિક શિક્ષણનો ઉદ્ભવ અને વિકાસ
(ક) ઓલમ્પિક ચળવળ (Movement), પ્રાચીન અને આધુનિક ઓલમ્પિક રમતોનો ઐતિહાસિક
વિકાસ, એશિયન ગેમ્સ અને કોમનવેલ્થ ગેમ્સ.

સંદર્ભ ગ્રંથો

- અજમેરસિંહ, અને અન્ય, “ શારીરિક શિક્ષણ તથા ઓલમ્પિક અભિયાન” લુધિયાણા કલ્યાણી પબ્લિશર્સ, ૨૦૦૪
- બુશર ચાર્લ્સ એ., “ફાઉન્ડેશન ઓફ ફિઝિકલ એજ્યુકેશન” સેંટ લુઈસ : મીચૌરી, મોસ્બી કોલેજ પબ્લિશિંગ, ૧૯૮૭
- અગ્રવાલ જે.સી., “થિઅરી એન્ડ પ્રિન્સીપાલ ઓફ એજ્યુકેશન, ફિલોસોફિકલ, એન્ડ સોસીયોલોજિકલ બેસીસ ઓફ
એજ્યુકેશન”, “ન્યુ દિલ્હી : વિવેક પબ્લિશીંગ હાઉસ પ્રાઈવેટ લીમીટેડ, ૧૯૮૭
- બાર્ટો હારોલ્ડ એમ., “મેન એન્ડ મુવમેન્ટ, પ્રિન્સિપાલ ઓફ ફિઝિકલ એજ્યુકેશન”, ફિલોસોફિકા એન્ડ ફેબીગર, ૧૯૯૩
- બુચર ચાર્લ્સ એ. એન્ડ વુએસ્ટ ડિબ્રોહ એ. “ફાઉન્ડેશન એન્ડ ફિઝિકલ એજ્યુકેશન” ન્યુ દિલ્હી : વી.આઈ.પી. પબ્લિકેશન
પ્રાઈવેટ લીમીટેડ, ૧૯૯૨
- કમલેશ, એમ. એલ. “ફિઝિકલ એજ્યુકેશન : ફેક્ટસ એન્ડ ફાઉન્ડેશન” ફરિદાબાદ : પી.એસ. પબ્લિકેશન પ્રા.લી. ૧૯૮૫
- કમલેશ, એમ.એલ. એન્ડ સંગરાલ એમ.એચ. “ પ્રિન્સીપાલ એન્ડ હિસ્ટ્રી ઓફ ફિઝિકલ એજ્યુકેશન” લુધિયાણા :
વિનોદ પબ્લિકેશન, ૨૦૦૩
- ડાંગર આર.કે.એસ., “ ફિલોસોફિકલ ડેવલપમેન્ટ ઓફ ફિઝિકલ એજ્યુકેશન”, ન્યુ દિલ્હી, ફ્રેન્ડ્સ પબ્લિકેશન,
ચૌહાન વિ. કુમાર, “શારીરિક શિક્ષા કા દાર્શનિક તથા ઐતિહાસિક પહલુ” ન્યુ દિલ્હી, ફ્રેન્ડ્સ પબ્લિકેશન

પ્રશ્નપત્ર — ૨

વિષય : સ્વાસ્થ્ય શિક્ષણ

- એકમ : ૧ શારીરિક શિક્ષણ, સ્વાસ્થ્ય શિક્ષણ (શારીરિક — માનસિક, સામાજિક) અને રંજનનો અર્થ, વ્યાખ્યા, હેતુઓ, ધ્યેયો, સિધ્ધાંતો, રંજનની પદ્ધતિઓ અને વિવિધ વયજૂથો માટે રંજન કાર્યક્રમો
- એકમ : ૨ (અ) વાતાવરણીય અને વ્યવસાયિક અવરોધની સ્વાસ્થ્ય પર થતી અસરો.
(પ્રદુષણ: જે વ્યવસાયમાં જોડાયા હોય તેની અસર દા.ત. — કિરણોત્સર્ગ)
(બ) જાહેર આરોગ્ય અને ચેપી રોગો — હવા મારફત, પાણી મારફત અને જંતુ મારફતે ફેલાતા રોગો
— લક્ષણો, સારવાર અને પ્રતિબંધ ઉપાયો .
(ક) સંસર્ગજન્ય રોગો, લક્ષણો, સારવાર અને પ્રતિબંધ ઉપાયો .
- એકમ : ૩ શાળા સ્વાસ્થ્ય અને વ્યક્તિગત આરોગ્ય :
(અ) શાળા સ્વાસ્થ્યના કાર્યક્રમના અંગો અથવા સ્વરૂપ.
— આરોગ્યપ્રદ શાળા જીવન
— આરોગ્ય સેવાઓ
— વિદ્યાર્થી આરોગ્ય તપાસ અને મુલ્યાંકન
(બ) વ્યક્તિગત આરોગ્ય :
— સુટેવો
— વ્યક્તિગત આરોગ્યપ્રદ ટેવો
— માનસિક આરોગ્ય
— કુટેવો
- એકમ : ૪ વસ્તી શિક્ષણ (નીતિ)
— વસ્તી વિસ્ફોટના કારણો અને વસ્તી નિયંત્રણ — અટકાયતી પગલાં
— રાષ્ટ્રીય કુટુંબ કલ્યાણ યોજના
— જાતિય શિક્ષણ અને જરૂરીયાત
— આહાર, સમતોલ આહાર, આહારના ઘટકો

સંદર્ભ ગ્રંથો

- અજમેર સિંહ, અને અન્ય, “શારીરિક શિક્ષણ તથા ઓલમ્પિક અભિયાન” લુધિયાણા, કલ્યાણી પબ્લિશર્સ, ૨૦૦૪
મિલર, ડેવિડ કે એન્ડી. અર્બ એલન, “ ફિટનેશ એ લાઈફ કમીટમેન્ટ” દિલ્હી : સુરજીત પબ્લિકેશન, ૧૯૮૨.
કુલ, દેવેન્દ્રસિંહ, “શરીર રચના ક્રિયાવિજ્ઞાન અને સ્વાસ્થ્ય શિક્ષણ” દિલ્હી : ફ્રેન્ડ્ઝ પબ્લિકેશન, ૧૯૮૨.
ચારૂ, સપરા, યોગરાજથાની, “ સ્વાસ્થ્ય શિક્ષણ જ્ઞાનકોષ” દિલ્હી : સ્પોર્ટ્સ પબ્લિકેશન, ૨૦૦૩
વર્મા, કે.કે., “સ્વાસ્થ્ય શિક્ષણ” દિલ્હી : ફ્રેન્ડ્ઝ પબ્લિકેશન.
પ્રજાપતિ, બી.એ., પંડયા અને મહેતા વિરૂબેન, “માનવ શરીર અને વ્યાયામ”, ગાંધીનગર : ગુજરાત રાજ્ય

પાઠ્ય પુસ્તક મંડળ, ૨૦૦૦

સરવેયા જી.ટી., “સ્વાસ્થ્ય શિક્ષણ અને રમત ચિકિત્સાશાસ્ત્ર” ગાંધીનગર : ગુજરાત રાજ્ય પાઠ્ય પુસ્તક મંડળ, ૨૦૦૧
ભટ્ટ, ગિરીશ આર., ભટ્ટ પ્રદ્યુમન આર. “શરીર વિજ્ઞાન આરોગ્ય શાસ્ત્ર અને રમત વિજ્ઞાન” અમદાવાદ, ધવલ પ્રકાશન,

૨૦૦૬

પાર્ક, જે.ઈ. પાર્ક કે. ટેકસ્ટ બુક ઓફ પ્રીવેન્ટીવ એન્ડ સોશીયલ મેડીસીન ટર્નર, સી.ઈ. ધી સ્કુલ ઓફ હેલ્થ એન્ડ હેલ્થ
એજ્યુકેશન

પ્રશ્નપત્ર-૩

વિષય : શારીરિક શિક્ષણમાં સંશોધન પદ્ધતિઓ અને પ્રક્રિયા

- એકમ : ૧ — શારીરિક શિક્ષણમાં સંશોધનનો અર્થ, વ્યાખ્યા, સ્વરૂપ, મહત્વ અને ક્ષેત્રો
- એકમ : ૨ — સમસ્યાનો અર્થ, વ્યાખ્યા, પસંદગીના ધોરણો, સમસ્યા પ્રાપ્તિના સ્ત્રોત અને શોધ, ઉત્કલ્પના
— સંબંધિત સાહિત્યનું અધ્યયન, લાયબ્રેરી ટેકનિક
- એકમ : ૩ (અ) નમુનાનો અર્થ, વ્યાખ્યા લક્ષણો, પ્રકારો, મહત્વ
(બ) સંશોધન ઉપકરણો, પ્રશ્નાવલિ, મુલાકાત, વલણ માપદંડ, લાક્ષણિકતાઓ અને પ્રકારો
- એકમ : ૪ સંશોધનની પદ્ધતિ અને પ્રક્રિયા
— ઐતિહાસિક સંશોધનનો અર્થ, વ્યાખ્યા અને મહત્વ, પ્રાથમિક સંદર્ભ સ્થાનો અને ગૌણ સંદર્ભ સ્થાનો, બાહ્ય વિવેચન, આંતરિક વિવેચન
— વર્ણનાત્મક સંશોધન, સર્વેક્ષણ અભ્યાસનો અર્થ, વ્યાખ્યા, અગત્યતા
— વ્યક્તિગત અભ્યાસ
— પ્રાયોગિક સંશોધન : અર્થ, વ્યાખ્યા, જરૂરિયાત અને પ્રયોગ રચનાઓ (EXPERIMENTAL DESIGN)
પ્રયોગશાળાની રચના
- એકમ : ૫ સંશોધન દરખાસ્ત અને સંશોધન અહેવાલ
માળખું — અહેવાલ લેખન.

સંદર્ભ ગ્રંથો

પટેલ, આત્મારામ જે., સોલંકી દેવેન્દ્રસિંહ બી., “ શારીરિક શિક્ષણ સંશોધન પદ્ધતિઓ” અમદાવાદ, ભારત ઈન્સ્ટીટ્યુટ, ૧૯૯૭.

મદન, કમલેશ, “મેથડોલોજી ઓફ રિસર્ચ ઈન ફિઝિકલ એજ્યુકેશન એન્ડ સ્પોર્ટ્સ” ન્યુ દિલ્હી, મેટ્રોપોલિટન, ૧૯૮૬.
કલાર્ક, એચ. હેરિસન, “રિસર્ચ પ્રોસેસ ઈન ફિઝિકલ એજ્યુકેશન, હેલ્થ એજ્યુકેશન એન્ડ રિક્રીએશન” ન્યુજર્સી પ્રિન્ટીસ હોલ ઈન્ક, ૧૯૭૯.

ચનિયારા, એન.જે. કાસુન્દ્રા પી.એમ. અને સાવલિયા જગદિશ કે., “સંશોધન અહેવાલ”, અમદાવાદ, ઓમ પ્રિન્ટર્સ, ૨૦૦૭
ઉચાટ દિનેશચંદ્ર એ., સંશોધન સમસ્યા પસંદગીના સૈધ્ધંતિક અને વ્યવહારુ આધારો” રાજકોટ, પારસ પ્રકાશન, ૧૯૯૭
ઉચાટ ડી.એ. “સંશોધન વિશિષ્ટ પદ્ધતિઓ” રાજકોટ, અમીન માર્ગ 'શાંત', ૨૦૦૪

થોમસ, જેરી આર., નેશનલ જેક કે., “રિસર્ચ મેથડ્સ ઈન ફિઝિકલ એક્ટિવિટી”, યુ.એસ.એ., 'હ્યુમન કાર્નેટીકલ, ૧૯૯૬

એમ.એલ.કમલેશ, મેથડોલોજી ઓફ રીસર્ચ ઈન ફિઝિકલ એજ્યુકેશન એન્ડ સ્પોર્ટ્સ, મેટ્રોપોલીટન બુક કંપની પ્રા.લિ.ન્યુ દિલ્હી ૧૯૯૪

પ્રશ્નપત્ર-૪

વિષય : શારીરિક શિક્ષણમાં ઈન્ફોર્મેશન ટેકનોલોજી

એકમ : ૧

લોકલ એરીયા નેટવર્ક અને ઈન્ટરનેટ

(અ) નેટવર્કિંગ

– નેટ વર્કનો ખ્યાલ અને વર્ગીકરણ.

– લોકલ એરીયા નેટવર્ક (લેન) ના લક્ષણો અને નેટવર્કની જરૂરીયાત, અગત્યતા.

લેન ટોપોલોજી – રિંગ, સ્ટાર, બસ, પીયર, ટુ પીયર

લેન ના પાસાઓ, સર્વે, વર્ક સ્ટેશન, કનેક્શન, કેબલ

(બ) ઈન્ટરનેટ

– ઈન્ટરનેટનો અર્થ, ઇતિહાસ, એપ્લીકેશન એપ્લેસ.

– મોડેમનો પરિચય, વેલકલાયન્ટ, વેલ સર્વર TCP-IP, HTTP, FTP AND URL

– ડાયલઅપ, એસેસ, ડાયરેક્ટ એસેસ

– WWW નો પરિચય, વેલ બ્રોસરનો ઉપયોગ (રમતગમતની પ્રવૃત્તિ માટે વિશેષ)

– સર્ચ એન્જિનનો પરિચય, સર્ચ એન્જિનના હેતુઓ અને ઉપયોગો, સર્ચ એન્જિનના પ્રકારો.

– ફાયર વોલ અને ગેટ વે નો અર્થ અને વ્યાખ્યાઓ

– (ક) ઈ-મેઇલ

– ઈ-મેઇલનો ખ્યાલ, કેવી રીતે કાર્ય કરે, કેવી રીતે મોકલાય અને રીસીવ કરાય, એપ્લેસ બુક વગેરે.

એકમ : ૨

HTML નો ઉપયોગ કરીને વેબ ડિઝાઇન

– સામાન્ય ખ્યાલ

– વેબ બ્રાઉસર અને HTML કાર્યક્રમનો પરિચય

– કાર્યક્રમની રચના, પેર, ટેગ, ડોક્યુમેન્ટ, હેડ અને બોડી ટેગ

– લીકીંગ ડોક્યુમેન્ટ, આંતરિક બાહ્ય ડોક્યુમેન્ટ

– હેડીંગ લાઇન, ડ્રોઇંગ લાઇન

– પેરેગ્રાફ બ્રેક – ફોન્ટ સ્ટાઇલ (બોલ્ડ, ઇટાલિક, અન્ડરલાઇન)

– લિસ્ટના પ્રકારો – ઓર્ડર અને અનઓર્ડર

– ગ્રાફિક્સ, ઇમેજિસ, સાઉન્ડ, વિડિયો

– ટુલ્સ, હેડર, ડાયા, રો, કેપ્ટન ટેગ વીડથનો ઉપયોગ, બોર્ડર, વર્ડીંગ, સેલ સ્પેસીંગ બીજી કલર કોલમ

અને રો, સ્પાય એલાઇમેન્ટ (કોલમ વગેરે)

ફાર્મનો પરિચય

ફોર્મની ડિઝાઇન, ફોર્મનું સર્જન (વિવિધ રીતોથી) ચેક બોક્સ, કંટ્રોલ ટેક્સ બોક્સ, ડ્રોપ ડાઉન, લિસ્ટ બોક્સ, કમાન્ડ બટન અને એપ્શન બટન

એકમ : ૩

મલ્ટીમિડિયા અને પ્રેઝન્ટેશન પેકેજ

મલ્ટીમિડિયા

ફ્લાયઅઉટ, એપ્લિકેશન (રમતોમાં) સાધનો, 3D ગ્રાફિક્સનો પરિચય, એનિમેશન, મોર્ફિંગ

સાઉન્ડ અને મ્યુઝિક

પ્રેઝન્ટેશન પેકેજ

—પરિચય, સામાન્ય ખ્યાલ હેતુઓ, અસરકારક પ્રેઝન્ટેશનની યુક્તિઓ, પ્રેઝન્ટેશનના પાસાઓ

—પ્રેઝન્ટેશનના પેકેજ

—ઓપનિંગ / ક્લિએટીવ પ્રેઝન્ટેશન, ક્લિએટીવ ટેબલ, મેકિંગ ચાર્ટ, સેવ એન્ડ કલોઝ, નવી સ્લાઇડ ચેક

કરવી,

—સ્લાઇડચેન્જ કરવી, બ્લેક પ્રેઝન્ટેશનનું સર્જન, ટેક્સ, ફોન્ટ સાઇઝ બદલવી, ગ્રાફિક્સ ટુલ્સ, સ્લાઇડ શો,

એક્શન બટન સાથે વર્કીંગ

એકમ : ૪

રમત પ્રવૃત્તિઓનું આયોજન

માઇક્રોસોફ્ટ પ્રોજેક્ટનો ઉપયોગ કરીને વિવિધ રમતો માટેના વિવિધ પેકેજો તૈયાર કરવા.

પ્રેક્ટીકલ

નીચેના પ્રેક્ટીકલ કોમ્પ્યુટર લેબોરેટરીમાં કરાવવા.

— રમત સોફ્ટવેરનો પરિચય

—માઇક્રોસોફ્ટ પ્રોજેક્ટ મેનેજર પર એક રમત પ્રવૃત્તિ ડેવેલોપ કરવી.

—ઇન્ટરનેટનો પરિચય..

—ઇ-મેઇલનો અભ્યાસ.

— ઇન્ટરનેટ પર રમત પ્રવૃત્તિનો બ્રાઉઝ

— પાવરપોઇન્ટમાં સ્લાઇડ શો તૈયાર કરવાં.

— મલ્ટીમિડિયામાં સ્લાઇડ શો તૈયાર કરવા.

— મલ્ટીમિડિયામાં પેકેજ શીખવવું.

વેબ ડિઝાઇન (HTML નો ઉપયોગ)

સંદર્ભ ગ્રંથો

કોમ્પ્યુટર નેટવર્ક્સ – ટેનેન્હોપ અને એન્ડયુલ એલ પ્રેન્ટીસ હોલ ઓફ ઇન્ડિયા – ન્યુ દિલ્હી

એમ.એસ. ઓફિસ ૨૦૦૦– કોમ્પ્યુટર વર્લ્ડ

ઇન્ટરનેટ બેઝીક રેફરન્સફોમ એ ટુ ઝેડ – ફોક બીપીપી

માસ્ટરીંગ વેબ ડિઝાઇન – મેકરોય – બીપીપી

ટીચ યોર સેલ્ફ HTML IN 24 hrs. – ઓલિવર ટેક મિડિયા

G.W.W. ડિઝાઇન વીથ HTML CP ઝેવીયર્સ, ટાટા મેક હીલ – દિલ્હી

પ્રશ્નપત્ર – ૪

રમત સમાજ શાસ્ત્ર

- એકમ : ૧ (અ) :અર્થ, કાર્યક્ષેત્ર, પધ્ધતિ અને ઉપયોગિતા
(બ) રમતનું સમાજશાસ્ત્રીય પૃથકકરણ.
❖ સમાજશાસ્ત્રીય ખ્યાલ અને વર્ગીકરણ.
❖ રમત શોધખોળ
❖ રમતનો ખ્યાલ અને સમજણ
- એકમ : ૨ રમતજૂથ અને રમત સંચાલન .
(અ) જુથ નેતાગિરી, બંધારણ, પ્રક્રિયા અને દેખાવ
(બ) સંચાલન નેતાગિરી, બંધારણ, પ્રક્રિયા.
- એકમ : ૩ રમતો અને સામાજીક સંસ્થાઓ
❖ કુટુંબનો ફાળો
❖ રમતમાં શૈક્ષણિક પધ્ધતિઓ.
❖ રમતમાં સામાજીકરણનો ફાળો.
❖ રમતગમત દ્વારા સામાજીકરણ.
- એકમ : ૪ રમત અને સામાજીક સ્તર (Stratification)
❖ રમત Participation અને સિધ્ધિ પર મર્યાદા Extent
❖ જ્ઞાતિય અને ethic, જાતિ, ઉંમર અને સમાજીક – આર્થિક સ્તરની અસર અને મર્યાદા.
❖ સમાજમાં રમત સંબંધિત સમસ્યા અને પ્રવાહો.
રમત અને આક્રમકતા, રમતમાં હિંસા, ધંધાકીય રમત, રમતમાં મહિલા અને બાળકો.

પ્રશ્નપત્ર - ૫

વિષય : શારીરિક શિક્ષણમાં આંકડાશાસ્ત્ર

- એકમ : ૧ (અ) આકડાંશાસ્ત્ર : અર્થ, વ્યાખ્યા, સ્વરૂપ અને અગત્યતા.
(બ) આવૃત્તિ વિતરણ:
- કાચા પ્રાપ્તિઓ, ખંડિત શ્રેણી, અખંડિત શ્રેણી, આવૃત્તિ વિતરણ, કોષ્ટકની રચના અને ગણતરી,
- આવૃત્તિ વિતરણની આલેખાત્મક રજૂઆત, સ્તંભ આલેખન, આવૃત્તિ બહુકોણ, આવૃત્તિ વક્ર,
સંચયી આવૃત્તિ આલેખ
(ક) મધ્યવર્તી સ્થિતિના માપો :—મદ્યક, મદ્યસ્થ અને બહુલક : અર્થ, વ્યાખ્યા , ઉપયોગીતા,
ગુણ-દોષ.
-મદ્યક, મદ્યસ્થની ગણતરી, વર્ગીકૃત અને અવર્ગીકૃત માહિતી પરથી
-કાચો બહુલક અને આવૃત્તિ વિતરણ પરથી બહુલકની ગણતરી
- એકમ : ૨ પ્રસારમાનના માપો : — દશાંશકો, શતાંશકો અને ચતુર્થકો : અર્થ , ઉપયોગીતા
-દશાંશકો, શતાંશકો અને ચતુર્થકોની ગણતરી
-વિસ્તાર, ચતુર્થક વિચલન, સરેરાંશ વિચલન, પ્રમાણિત વિચલન : વ્યાખ્યા, અર્થ , ઉપયોગીતા
- વર્ગીકૃત અને અવર્ગીકૃત માહિતી પરથી ચતુર્થક વિચલન, સરેરાંશ વિચલન, પ્રમાણિત વિચલનની
ગણતરી
- એકમ : ૩ સહસંબંધાંક :
(અ) અર્થ , પ્રકારો
(બ) કાર્લ પિયરસન ગુણાંત પ્રઘાત, સ્પીયરમેન ક્રમાંક સહસંબંધાંકની રીતે ગણતરી
- એકમ : ૪ પ્રમાણ્ય વક્ર : અર્થ , સિધ્ધાંતો — નિયમો ,ગુણધર્મો, ઉપયોગ
-દિવપદી વિતરણ સાથે પ્રમાણ્ય વક્રનો સંબંધ,
-પ્રમાણ્ય વક્રનું ક્ષેત્રફળ,
-પ્રમાણ્ય વક્રથી વિષમતા (ડાયવર્જન ફ્રોમ નોર્મલીટી)કારણો, વિરુપતા કકુદ્દતા
- ઝેડ સ્કેલ, ટી સ્કેલ, સીગ્મા સ્કેલ, હલ (HULL) સ્કેલ ગણતરી
- એકમ : ૫ વિશ્વસનીયતા : (રીલાયાબીલીટી)
- અર્થ , વિશ્વસનીયતાને અસરકરતા પરિબળો, યદ્યચ્છિકતા
- અદ્યકો વચ્ચે તફાવત
- ટી કસોટી અને એફ કસોટી — અર્થ , ઉપયોગીતા
- ટી કસોટીની ગણતરી
- પ્રકાર એક (ટાઈપ-૧) અને પ્રકાર બે (ટાઈપ-૨) ની ભુલો
- એક પુચ્છી (વન ટેઈલ્ડ) અને દિવપુચ્છી (ટુ ટેઈલ્ડ) કસોટી
- શૂન્ય ઉત્કલ્પના.

સંદર્ભગ્રંથો

ગૈઈલફોર્ડ, જૈ.પી. ફન્ડામેન્ટલ સ્ટેટસ્ટીકસ ઈન સાયકોલોજી એન્ડ એજયુકેશન, ન્યુયોર્ક, મેક ગ્રો હિલ બુક ઈક ૧૯૫૬
વર્મા, જૈ.પી., સ્ટેટસ્ટીકસ ઈન ક્લિનિકલ એજયુકેશન

* એચ.ડી. શાહ , ગાણિતીક આંકડાશાસ્ત્ર , યુનિવર્સિટી ગ્રંથ નિર્માણ બોર્ડ, ગુજરાત રાજ્ય, ૧૯૯૪.

* મનુભાઈ ઢ. ત્રિવેદી અને ભગવાનલાલ ઉ.પારેખ, શિક્ષણમાં આંકડાશાસ્ત્ર , યુનિવર્સિટી ગ્રંથ નિર્માણ બોર્ડ,
ગુજરાત રાજ્ય, ૧૯૯૯.

પ્રશ્નપત્ર—૬

વિષય : રમત મનોવિજ્ઞાન

- એકમ : ૧ રમત મનોવિજ્ઞાનનો અર્થ, વ્યાખ્યા અને અગત્યતા, કાર્યક્ષેત્ર
- એકમ : ૨ શીખવાની પ્રક્રિયા, અર્થ વ્યાખ્યા, સિધ્ધાંતો, નિયમો અને તેનું અમલીકરણ
(અ) વૈયક્તિક ભિન્નતાનો અર્થ, વ્યાખ્યા પ્રકારો અને કારણો
— શરીર પ્રકાર પ્રમાણે રમત પ્રવૃત્તિ, વૈયક્તિક ભિન્નતા અને તેમના કૌશલ્ય શિક્ષણ અને રમત દેખાવ ઉપર પ્રભાવ
- એકમ : ૩ (અ) સંવેગ : અર્થ, વ્યાખ્યા, પ્રકાર અને લક્ષણો
— રમતગમત સિધ્ધિ પ્રાપ્તિને અસર કરતા મનોવૈજ્ઞાનિક પરીબળો જેવા કે ભારણ, ચિંતા, તણાવ અને આક્રમકતા
(બ) પ્રેરણા : અર્થ, વ્યાખ્યા, પ્રકારો, રમતગમતના ઉચ્ચ દેખાવમાં પ્રેરણાનું મહત્વ
- એકમ : ૪ (અ) વ્યક્તિત્વ : અર્થ, વ્યાખ્યા અને સિધ્ધાંતો, વ્યક્તિત્વના આયામ, વ્યક્તિત્વ અને દેખાવ, શારીરિક અને રમતો ધ્વારા વ્યક્તિત્વ વિકાસ.
(બ) સ્પર્ધાનું મનોવૈજ્ઞાનિક પાસું :
રમતગમતમાં મનો-નિયમન (સાઈકોલો રેગ્યુલેટીવ) રીત, ઉત્તેજના, અને માનસિક રાહત (રીલેક્સેશન) માટેની મનો-નિયમન પદ્ધતિ.
— પ્રેક્ષકો અને તેમના દ્વારા ખેલાડીના દેખાવ પર થતી અસરો
— સ્પર્ધાની મનોવૈજ્ઞાનિક તૈયારી : ટુંકાગાળાની મનોવૈજ્ઞાનિક તૈયારી તેમજ લાંબાગાળાની મનોવૈજ્ઞાનિક તૈયારી.

સંદર્ભગ્રંથો

- સિંગર રિચાર્ડ એમ., "સાયકોલોજી ઈન સ્પોર્ટ્સમેથડ્સ એન્ડ એપ્લિકેશન" દિલ્હી, સુરજિત પબ્લિકેશન, ૧૯૬૨
- કમલેશ એમ.એલ., "સાયકોલોજી ઈન ફિઝિકલ એજ્યુકેશન એન્ડ સ્પોર્ટ્સ" ન્યુદિલ્હી, મેટ્રોપોલિટન બુક કંપની, ૧૯૮૮
- કંવર આર.સી. "શિક્ષા એવમ ક્રિકેટ મનોવિજ્ઞાન" દાંતોલી, નાગપુર, અમીત બ્રધર્સ પબ્લિકેશન, ૨૦૦૨
- ત્રિપાઠી પ્રેમચંદ્ર, મિશ્રા સુર્યપ્રસાદ, "શારીરિક શિક્ષા એવમક્રિકેટ મનોવિજ્ઞાન", ભોપાલ હિન્દી ગ્રંથ એકાદમી, ૧૯૮૬
- પટેલ આત્મારામ, સોલંકી દેવેન્દ્રસિંહ, 'રમત મનોવિજ્ઞાન', અમદાવાદ, ભારત ઈન્સ્ટીટ્યુટ, ૧૯૮૭
- પટેલ ચંદ્રકાંત પી., "સામાન્ય મનોવિજ્ઞાન" અમદાવાદ, યુનિવર્સિટી ગ્રંથ નિર્માણ બોર્ડ, ગુજરાત રાજ્ય, ૧૯૮૧

પ્રશ્નપત્ર - ૭

વિષય : કસરતીય શરીરવિજ્ઞાન

- એકમ : ૧ કસરતીય શરીર વિજ્ઞાનનો અર્થ, વ્યાખ્યા, અગત્યતા અને વ્યાપ.
- એકમ : ૨ સ્નાયુ, સ્નાયુના પ્રકારો અને સ્નાયુકોષના પ્રકારો
- ઐચ્છિક તેમજ અનૈચ્છિક સ્નાયુઓના ગુણધર્મો , રચના, કાર્યો, સ્નાયુ કાર્ય માટે શક્તિ
- સ્નાયુ સંક્રોચન દરમિયાન સ્નાયુમાં થતા રાસાયણિક ફેરફારો.
- એકમ : ૩ શરીરના વિવિધ તંત્રોની રચના અને કાર્યો તથા તંત્રો પર થતી વ્યાયામની અસરો.
(સ્નાયુતંત્ર, રૂધિરાભિસરણ તંત્ર, શ્વસનતંત્ર, ચેતા તંત્ર, પાચનતંત્ર)
- એકમ : ૪ સેકન્ડ વિન્ડ અને પ્રાણવાયુનું દેવુ, ઉષ્માપ્રેરક વ્યાયામ, કન્ડિશનિંગ થાક અને પ્રશમ (COOL DOWN)
જુદા જુદા વાતાવરણીય સ્થિતિમાં ખેલાડીની કાર્ય શક્તિ
-ગરમ, ઠંડુ , ભેજવાળું, સમુદ્રની સપાટીથી ઉચાઈ.(High Attitude)
- એકમ : ૫ રમત અને પોષક આહાર :
- સમતોલ આહારનો ખ્યાલ
-રમત પહેલાં, દરમિયાન અને ત્યાર બાદ ખેલાડીનો આહાર
-રમતગમત દેખાવ પર ધૂમ્રપાન, મધપાન, અને પ્રતિબંધક દવાઓની અસર.

સંદર્ભ ગ્રંથો

શર્મા, આર.કે., "વ્યાયામ દ્વિયા વિજ્ઞાન એવમ ખેલ ચિકિત્સા શાસ્ત્ર"નવી દિલ્હી, ક્રિડા સાહિત્ય પ્રકાશન, ૧૯૮૯

સાવલિયા જમનાદાસ, સોની જતીનકુમાર, સાવલિયા જગદીશ, "રમત વિજ્ઞાન", પાટણ, હેમચંદ્રાચાર્ય ઉત્તર

ગુજરાત યુનિ. ૨૦૦૬

પટેલ હર્ષદભાઈ આઈ., "કસરતીય શરીર વિજ્ઞાન ", અનડા બુક ડિપો, અમદાવાદ ૧૯૯૪

ફોકસ, એડવર્ડ એલ., બોવર્સ રીચાર્ડ ડબલ્યુ, ફોસ મીર્લે એલ., "ધી ફિઝિયોલોજિકલ બેસીસ ઓફ ફિઝિકલ એજ્યુકેશન એન્ડ એથ્લેટીક્સ" બ્રાઉન પબ્લિશર , લોવા ૧૯૮૯.

બોવર્સ, રીચાર્ડ ડબલ્યુ. એન્ડ ફોકલ એડવર્ડ એલ. "સ્પોર્ટ્સ ફિઝિયોલોજી" બ્રાઉન પબ્લિશર લોવા, ૧૯૮૨

બ્રાઉને જી.એચ. ધી સ્ટ્રક્ચર એન્ડ ફંક્શન ઓફ મસલ્સ, એકેડમીક પ્રેસ, લંડન ૧૯૭૬

મેથ્યુ ડી.કે. એન્ડ ફોક્ષ ઈ.એલ. "ધી ફિઝિયોલોજિકલ બેસીસ ઓફ ફિઝિકલ એજ્યુકેશન એન્ડ એથ્લેટીક્સ, ડબલ્યુ બી.

સોન્ડર્સ કુ. ફિલાડેલ્ફીયા, ૧૯૭૬.

પ્રશ્નપત્ર – ૦૮

વિષય : રમત પત્રકારત્વ

- એકમ : ૧ ભારતમાં પત્રકારત્વનો વિકાસ
- ભારતમાં શરૂઆતના સમાચારપત્રોનું પ્રકાશન
 - પ્રેસ, સાહિત્ય, નવજાગૃતિ
 - સમૂહ માધ્યમો, સમાચારપત્રો, સામયિકો, ટેલિવિઝન, રેડિયો, ઈન્ટરનેટ– લક્ષણો લાભ અને ગેરલાભો

મહત્વ, ભાષાશૈલી અને રજૂઆત

- રમત પત્રકારત્વનું મહત્વ
- ભાષા કૌશલ્ય લેખન અને સંપાદન
 - શિર્ષક અથવા મથાળા, તસવીર , સમુલાગ્ર આલેખન (લે આઉટ), રૂપરેખા(ડીઝાઈન), વ્યંગ ચિત્ર (કાર્ટૂન), ચિત્રકામ(ગ્રાફીક્સ) ,રેખાકૃતિ, (ગ્રાફ)ની પસંદગી

- એકમ : ૨ રમત પત્રકારની ગુણવત્તા અને સમાચારોનું એકત્રીકરણ :

(અ)ગુણવત્તા

- રમત વિશેનું જ્ઞાન ,રમતગમતમાં નિષ્ણાંત,
- શોધક્રિય અભિગમ , આલોચના અને સમાલોચનાની સામર્થ્યતા
- વ્યક્તિગત તૈયારી (સજ્જતા) અને સહકાર
- જનસંપર્કમાં વિશેષજ્ઞતા
- રમતના પારિભાષિક શબ્દો તેમજ રમતોના નિયમોનું જ્ઞાન અને જાણકારી
- નવું જાણવાની જિજ્ઞાસા

(બ) સમાચારોનું એકત્રીકરણ

- વ્યક્તિગત માધ્યમો ધ્વારા – ધંધાદારી સંસ્થા (એજન્સી) ધ્વારા
- અખબારી યાદી દ્વારા, અધિવેશન કે પરિષદ ધ્વારા,
- રેડિયો અને ટેલીવિઝન ધ્વારા – ઈન્ટરનેટ ધ્વારા

- એકમ : ૩ સમાચાર પત્રો અને સામાયિકોના સંપાદન વચ્ચેનો તફાવત

- સમાચાર પત્રો અને સામાયિકની સામગ્ર વચ્ચેનો તફાવત
- લેખન શૈલીઓ વચ્ચેનો તફાવત

- રજૂઆત માં તફાવત
- સમાચાર પસંદગીમાં તફાવત
- વિશિષ્ટ કૌશલ્યો
- તસવીરોની પસંદગી

ઈન્ટ્રો રાયટીંગ

- સમકાલીન ઘટના કે બનાવો તેમજ રમત પરનું ઈન્ટ્રો લખાણ
- ખાસ પ્રસંગો ઉપરની તત્કાલ ટીપ્પણી

એકમ : ૪ રમત સંચાલન અને વ્યવસ્થા

— સત્તામંડળોના સ્તર : જુદી જુદી રમતોના સંગઠનો, વિશ્વવિદ્યાલયો, મહાવિદ્યાલયો, શાળાઓ વગેરે

- આમંત્રિત / બિન સત્તાવાર સ્તર :સંગઠનો, મંડળો, ક્લબ, કોર્પોરેશન, સામાજિક સંસ્થાઓ, સમાજ વગેરે

કલ્યાણકારી યોજનાઓ :

- રમતવીરોને સરકારી એવોર્ડ : અર્જુન, પદ્મશ્રી, ખેલરત્ન, એકલવ્ય, વગેરે
- સરકારી નોકરીઓમાં અગ્રીમતા
- ઉત્તમ દેખાવ બદલ પ્રોત્સાહન અને ઈનામો
- બેનિફિટ મેચ
- કોલેજ પ્રવેશ માટે વધારાના ગુણની પ્રાધાન્યતા.

સંદર્ભગ્રંથો

ઓલ મેગેઝીન્સ એન્ડ ન્યુઝ પેપર્સ રીલેટેડ ટુ સ્પોર્ટ્સ

સ્પોર્ટ્સ બ્રોડકાસ્ટીંગ, બ્રેડ સ્કુલ્સ ફોકલ પ્રેસ, ઓક્સફોર્ડ

કેવલ જે. કુમાર, માસ કોમ્યુનિકેશન ઈન ઈન્ડિયા, જયકો પબ્લિશીંગ હાઉસ, મુંબઈ

કે.એમ. શ્રીવાસ્તવ, ન્યુઝ રીપોર્ટીંગ એન્ડ એડીટીંગ,

ખેલ પત્રકારિતા : સુશીલ દોશી

ખેલ પત્રકારિતા : હરિવંશસિંહ, હરિયાળા, સાહિત્ય અકાદમી,.

પ્રશ્નપત્ર - ૮

મનોરંજનના સિધ્ધાંતો અને સંચાલન

એકમ : ૧

મનોરંજનનો વિચાર :

- ❖ મનોરંજનની પરિભાષા, મનોરંજનની થીયરી પદ્ધતિ અને રમત
- ❖ મનોરંજનના વિચાર અને તત્વજ્ઞાન પર વિવિધ તત્વજ્ઞાનની સ્કુલનો પ્રભાવ
- ❖ કાર્ય, કુરસદ અને મનોરંજન
- ❖ વ્યક્તિ, સમુદાય, (ગ્રુપ) સમાજ રાષ્ટ્ર અને આંતરરાષ્ટ્રીય ભાઈચારા માટે મનોરંજનનું મહત્વ, મનોરંજનાત્મક પ્રવૃત્તિનો સ્વભાવ.

એકમ : ૨

મનોરંજનનો ઇતિહાસ

- ❖ વિવિધ પ્રવૃત્તિ અને વિવિધ યુગની જીવનશૈલીનો ઇતિહાસ, મનોરંજન પ્રવૃત્તિને વેગ આપવો. વૈદિક યુગ, મહાકાવ્ય યુગ, બૌદ્ધ યુગ, મુરલીય યુગ, બ્રિટીશ યુગ, આઝાદી પછીના ભારતમાં વિવિધ યુગની પ્રવૃત્તિઓનો જીવનશૈલીનો ઇતિહાસ.
- ❖ ગામડાંની પ્રવૃત્તિઓ અને મનોરંજનના રસ્તાઓ.
- ❖ ભારતમાં મનોરંજન પ્રવૃત્તિઓનું આયોજનાત્મક વેગ, પ્રો.સી. ડી. સાંધી, મનોરંજન અને શૈક્ષણિક સંસ્થાઓ અને ઔદ્યોગિક એકમો પર પ્રભાવ. વાય.એમ.સી.એ. બાલકાનજી બાટી, સર્વિસ એન્ડ ઓસ્પલ કલબ, બાલ ભવનો, ઈન્ડિયન નેશન અસોસીએશન, નેશનલ અને ઈન્ટર નેશનલ મનોરંજન સંસ્થાઓ.
- ❖ મનોરંજનનો તુલનાત્મક અભ્યાસ - યુ.કે.,યુ.એસ.એ., યુ.એસ.એસ.આર.,જાપાન ફ્રાન્સ અને જર્મનીમાં મનોરંજનની ચળવળ અને તેની ભારતમાં મનોરંજનની ચળવળ ઉપર અસર.
- ❖ રાજ્ય સરકાર, કેન્દ્ર સરકાર અને વ્યવસાયિક સંસ્થાઓની મનોરંજન અંગેની નિતિઓ અને યોજનાઓ.

એકમ : ૩

મનોરંજનના કાર્યને અસર કરતા પરિબલો.

- ❖ વસ્તી વધારો તેને અસર કરતા પરિબલો. ઉંમર, જાતિ, અને સામાજીક દરજ્જો.
- ❖ સમુદાયનો પ્રકાર, શહેરી, અર્ધ શહેરી, ગામડું અને ઝુંપડ પટ્ટી. અને ધંધાનો પ્રકાર.
- ❖ ભૌગોલિક પરિબલ – વાતાવરણ, શારીરિક વાતાવરણ
- ❖ સમુદાયનો ટેકનોલોજી અને સ્વયં સંચાલિત સાધનોનો ઉપયોગ.
- ❖ લોકોની આર્થિક પરિસ્થિતિ અને મનોરંજન પ્રવૃત્તિને વેગ આપનાર સાધનો.
- ❖ મનોરંજનની સંસ્થાઓ— મનોરંજનની પ્રવૃત્તિને વેગ આપનાર સંસ્થાઓ, નેતૃત્વ અને તાલીમ સગવડની પ્રાપ્યતા.
- ❖ ધર્મ, જ્ઞાતિ, અભ્યાસ અને સમુદાયની પરંપરાઓની અસરો.

એકમ : ૪

આયોજન અને વ્યવસ્થા.

- ❖ જરૂરીયાતો અને સ્તોત્રોનો સર્વે
- ❖ હેતુઓ અને દ્યેય નક્કી કરવા, કાર્યક્રમનું આયોજન, નાણાંનું આયોજન
- ❖ મનોરંજનનાં કૌશલ્યમાં ટ્રેનીંગનું સ્થાન,
- ❖ મનોરંજનમાં – ખરીદી, સાચવણી અને સાધનોની વહેંચણી.
મુલ્યાંકન પદ્ધતિની સ્થાપના.

પ્રશ્નપત્ર - ૯

વિષય : જૈવયંત્રશાસ્ત્ર

એકમ : ૧ (અ) જૈવ યંત્ર શાસ્ત્ર અને હલનચલન શાસ્ત્ર :

—અર્થ, મહત્વ અને સ્વરૂપ.

(બ) શારીરિક ક્રિયાઓમાં સપાટી તથા ધરી વિશેના સિધ્ધાંતો.

અસ્થિર સાંધા ઉપર થતાં વિવિધ પ્રકારનાં હલન ચલનો

એકમ : ૨

બળયુક્ત ગતિ વિધા અથવા ગતિજ (કાઈનેટીક્સ) બળવિહિન ગતિ વિજ્ઞાન (કાઈનેમેટીક્સ)

૧. ગતિ : સુરેખ ગતિ, વર્તુળાકાર અથવા ચક્રિય ગતિ, કોણીય ગતિ, સ્થાનોત્તર ગતિ, વક્ર ગતિ,

સમતોલન, ન્યૂટનના ગતિના નિયમો, પ્રવેગ, વેગ, ઝડપ.

૨. બળ, કાર્ય, શક્તિ, ઉર્જા.

વજન, પ્રક્ષેપણ

૩. ઉચ્ચાલન — સિધ્ધાંતો , પ્રકારો

૪. ઘર્ષણ — અવરોધ, પાણીનો હવાનો

૫. સ્થિતિસ્થાપકતા

૬. ભ્રમણ

૭. કેન્દ્રગામી બળ, કેન્દ્રત્યામી બળ,

એકમ : ૩

મૂળભૂત ક્રિયાઓનું યાંત્રિક પૃથ્થકરણ

ચાલવું, દોડવું, કૂદવું, ફેંકવું, પકડવું, ખેંચવું, ચઢવું, ઉચકવું, હીચવું, સરકવું,

એકમ : ૪

રમતોના કૌશલ્યોનું યાંત્રિક પૃથ્થકરણ.

— એથ્લેટીક્સ(દોડ, કૂદ, ફેંક)

— જીમ્નાસ્ટીક્સ

—સ્વીમીંગ

—ફૂટબોલ

—બાસ્કેટબોલ

—વોલીબોલ

—ક્રિકેટ

સંદર્ભ ગ્રંથો

બન જહોન ડબલ્યુ., સાયન્ટીફિક પ્રિન્સીપલ્સ ઓફ કોચીંગ

બ્રોઅર મેરીયન આર. ઇફિસીઅન્સી ઓફ હ્યુમન મુવમેન્ટ લંડન : ડબલ્યુ બી. સન્ડર્સ કું.

ડાયસન જયોફી, એચ.જી મીકેનીક્સ ઓફ એથ્લેટીક્સ લંડન યુનિવર્સિટી ઓફ લંડન પ્રેસ લી.

સો ધનંજય મેકેનીકલ બેસીઝ ઓફ સ્પોર્ટ્સ પબ્લિકેશન : દિલ્હી

રેડી પી.ચીનપ્પા સાયન્ટીફિક પ્રિન્સીપલ્સ ઓફ બાયોમિકેનિક્સ : ફ્રેન્ડ્ઝ પબ્લીકેશનસ (ઈન્ડીયા) ન્યુદિલ્હી

પટેલ, કગથરા, ચનિયારા, "શારીરિક શિક્ષણમાં જૈવયંત્રશાસ્ત્ર, અનડાબુક ડેપો, અમદાવાદ, ૨૦૦૫

પ્રશ્નપત્ર - ૧૦

વિષય : રમત ગમત સંચાલન

- એકમ : ૧
- (અ) રમત સંચાલન: અર્થ, વ્યાખ્યા, મહત્વ, કાર્યો, સિધ્ધાંતો
- (બ) વ્યવસ્થાતંત્ર: અર્થ , વ્યવસ્થાતંત્રના પ્રકારો
- શૈક્ષણિક વિભાગનું વ્યવસ્થાતંત્ર અને તેના કાર્યો
- સ્કૂલ ગેઈમ્સ ફેડરેશન ઓફ ઈન્ડિયા
 - સ્ટેટ એજ્યુકેશન સ્પોર્ટ્સ વીગ - શાળાનું વ્યવસ્થાતંત્ર
 - એસોસીએશન ઓફ ઈન્ડિયન યુનિવર્સિટીસ
 - યુનિવર્સિટી ડીપાર્ટમેન્ટ ઓફ ફિઝિકલ એજ્યુકેશન
 - કોલેજ ફિઝિકલ એજ્યુકેશન ડીપાર્ટમેન્ટ
- બિન શૈક્ષણિક વિભાગનું વ્યવસ્થાતંત્ર અને તેના કાર્યો
- યુવક કલ્યાણ અને રમતગમત વિભાગ
 - સ્પોર્ટ્સ ઓથોરીટી ઓફ ઈન્ડિયા
 - ભારતીય ઓલિમ્પિક સંઘ અને ભારતીય ખેલ મંડળો
 - રાજ્ય રમતગમત વિભાગ
- એકમ : ૨
- રમતગમત સગવડો અને સુવિધાઓ, સાધનો, નાણાંકીય અને કર્મચારી સંચાલન :
- (અ) સુવિધાઓ : આયોજન, સુવિધાના પ્રકારો, જરૂરીયાત, મેદાનો બનાવવા અને તેની માવજત, ઈનડોર સગવડો (જીમ્નેશીયમ, તરણકુંડ)
- (બ) સાધનો : મહત્વ, સાધનોના પ્રકાર, જરૂરીયાત, સાધનોની ખરીદી, જાળવણી અને સારસંભાળ , સ્ટોક ગણતરી અને સાધનોનો નિકાલ
- (ક) નાણાંકીય : અંદાજપત્રનો હેતુ, અંદાજપત્રની રચનાના સિધ્ધાંતો, આદર્શ અંદાજપત્રના લક્ષણો, અંદાજપત્રની રચના, અંદાજપત્રની કાર્યશીલતા.
- (ડ) કર્મચારી સંચાલન : નેતૃત્વ, કર્મચારી સંચાલનના સિધ્ધાંતો, કર્મચારી સંચાલનની આવશ્યકતા, શિક્ષક તાલીમ, શિક્ષક તાલીમ સુધારણા કાર્યક્રમ.
- એકમ : ૩
- શારીરિક શિક્ષણમાં પાઠઆયોજન અને નિરીક્ષણ :
- (૧) પાઠ આયોજન - સિધ્ધાંતો
- (૨) નિરીક્ષણ : વ્યાખ્યા, સ્વરૂપ, કાર્યક્ષેત્ર, સિધ્ધાંતો , નિરીક્ષકની ફરજો, નિરીક્ષકની લાક્ષણિકતાઓ, નિરીક્ષણની પ્રક્રિયા - અસરકારક નિરીક્ષણ.

એકમ : ૪

જનસંપર્ક :

- વ્યાખ્યા , હેતુઓ, જરૂરીયાત,
- જનસંપર્કની માર્ગદર્શિકા અથવા સિધ્ધાંતો
- જનસંપર્ક કાર્યક્રમનું આયોજન અને વ્યવસ્થાપન.
- શારીરિક શિક્ષણના શિક્ષકની જવાબદારી અને ભૂમિકા
- જનસંપર્કના માધ્યમો
- ગુણવત્તાયુક્ત અને અસરકારક જનસંપર્ક સુધારણા પગલાં

સંદર્ભગ્રંથો

રોય એસ.એસ., "સ્પોર્ટ્સ મેનેજમેન્ટ" ન્યુ દિલ્હી, ફ્રેન્ડ્સ પબ્લિકેશન.

નંદા એસ.એમ., "સ્પોર્ટ્સ મેનેજમેન્ટ" ન્યુ દિલ્હી ફ્રેન્ડ્સ પબ્લિકેશન.

મોર્ગન ડી.જે. "સ્પોર્ટ્સ માર્કેટીંગ", ન્યુદિલ્હી ફ્રેન્ડ્સ પબ્લિકેશન.

એમ.એલ.કમલેશ, મેનેજમેન્ટ કોનસેપ્ટ્સ ઈન ફિઝિકલ એજ્યુકેશન એન્ડ સ્પોર્ટ, મેટ્રોપોલીટન બુક કંપની પ્રા.લિ.

ન્યુદિલ્હી, ૨૦૦૦.

પ્રશ્નપત્ર - ૧૧

વિષય : શારીરિક શિક્ષણમાં કસોટી, માપન અને મૂલ્યાંકન

એકમ : ૧

(અ) કસોટી, માપન અને મૂલ્યાંકનનો અર્થ વ્યાખ્યા અને મહત્વ

માપન અને મૂલ્યાંકનના અદ્યતન પ્રવાહો

(બ) કસોટી મૂલ્યાંકન :

—કસોટી પસંદગીના ધોરણો, હેતુલક્ષીતા, વિશ્વસનીયતા, પ્રમાણભૂતતા માપદંડ

—કસોટીનું વર્ગીકરણ : પ્રમાણભૂત કસોટીઓ, શિક્ષક રચિત કસોટીઓ, વિષયાત્મક કસોટીઓ,

હેતુલક્ષી કસોટીઓ

—જ્ઞાનાત્મક કસોટી અને કૌશલ્ય કસોટીઓની રચના

—જ્ઞાનાત્મક કસોટી અને કૌશલ્ય કસોટીઓની રચનાના પગથિયાં

એકમ : ૨

(અ) શારીરિક યોગ્યતા અને ગત્યાત્મક યોગ્યતાની કસોટીઓ

૧) આહપર યુવા શારીરિક ક્ષમતા કસોટી

૨) રાષ્ટ્રીય શારીરિક ક્ષમતા કસોટી

૩) ઈન્ડીયાના ગત્યાત્મક ક્ષમતા કસોટી

૪) ફિલીપની જે.સી.આર. કસોટી

(બ) સામાન્ય ગત્યાત્મક શક્તિ કસોટીઓ

૧) બેરોની – સામાન્ય ગત્યાત્મક શક્તિ કસોટી

૨) ન્યુટન ગત્યાત્મક શક્તિ કસોટી

૩) કોઝન ખેલકૂદ શક્તિ કસોટી

૪) મેકલોવની સામાન્ય ગત્યાત્મક શક્તિ કસોટી

(ક) રૂધિરાભિસરણ અને બળ માપન કસોટીઓ

૧) હાવર્ડ સ્ટેપ કસોટી

૨) કુપરની ૧૨ મિનિટ દોડ / ચાલ કસોટી

૩) ક્રોસ-વેબર બળમાપન કસોટી

૪) રોજર્સની બળ કસોટી

એકમ : ૩

રમત કૌશલ્યની કસોટી : ઉપયોગિતા અને જરૂરીયાત

બેડમિંટન (૧) લોકહાર્ટ અને મેકફર્શન બેડમિંટન કૌશલ્ય કસોટી

(૨) મીલર વોલ – વોલી કસોટી

બાસ્કેટબોલ	(૧) જોન્સન બાસ્કેટબોલ કૌશલ્ય કસોટી
	(૨) લીલીય બાસ્કેટબોલ કૌશલ્ય કસોટી
હોકી	(૧) હરબનસીંગ હોકી કસોટી
ટેનીસ	(૧) ડાયર ટેનિસ કૌશલ્ય કસોટી
	(૨) હેવીટ ટેનિસ કૌશલ્ય કસોટી
વોલીબોલ	(૧) રસેલ / લેન્જ કસોટી
	(૨) બ્રેડી વોલીબોલ કૌશલ્ય કસોટી
ફૂટબોલ	(૧) મેકડોનાલ્ડ ફૂટબોલ કૌશલ્ય કસોટી
	(૨) સાંઈ ફૂટબોલ કૌશલ્ય કસોટી

- એકમ : ૪ – સામાજિક અને મનો વૈજ્ઞાનિક કસોટીઓ :
- મેકલોવનુ વર્તણૂક કક્ષા માપન
 - કોવેલની સામાજિક વર્તણૂક વલણ યાદી
 - પીટર્સનનું સામાજિક ક્ષમતા માપન
 - સ્વપ્ચાલ માપન કસોટી

- એકમ : ૫ – શરીર પરિમિતિ માપન :
- શરીર પરિમિતિ માપન સાધનો
 - શરીર ચરબી માપન ,સામાન્ય શરીર માપનો
 - શરીર વ્યાસ માપનો,શરીર પરીઘ માપનો
 - ચામડી જાડાઈ માપનો

સંદર્ભ ગ્રંથો

પી.એમ. કાસુન્દ્રા, પટેલ કાંતિભાઈ, શારીરિક શિક્ષણમાં કસોટીઓ, માપન અને મૂલ્યાંકન " ગાંધીનગર,

રમા પ્રકાશન, ૨૦૦૮

કંસલ દેવિન્દર કે., "ટેસ્ટ એન્ડ મેઝરમેન્ટ ઈન સ્પોર્ટ્સ એન્ડ ફિઝિકલ એજ્યુકેશન" ન્યુ દિલ્હી ડી.વી.એસ.

પબ્લિકેશન, ૧૯૮૬

કલાર્ક એચ. હેરિસન એન્ડ કલાર્ક એચ. ડેવિડ, "એપ્લિકેશન ઓફ ઓફ મેઝરમેન્ટ ટુ ફિઝિકલ

એજ્યુકેશન"ન્યુજર્સી પ્રેન્ટીસ હોલ ઈન્ક ૧૯૮૭

હસ્ટ્રડ ડગ્લાસ એન., લીચી એલન ટ, 'મેઝરમેન્ટ એન્ડ ઈવેલ્યુએશન ઈન ફિઝિકલ એજ્યુકેશન એન્ડ

એક્સરસાઈઝ સાયન્સ" એરીઝોના ૧૯૮૪

મિશ્રા, સુરજ ચંદ્રા, 'ટેકનિક ઓફ મેઝરમેન્ટ ઈન ફિઝિકલ એજ્યુકેશન" ન્યુ દિલ્હી સ્પોર્ટ્સ પબ્લિકેશન, ૨૦૦૫

મેથ્યુ ડોનાલ્ડ ,મેઝરમેન્ટ ઈન ફિઝિકલ એજ્યુકેશન" લંડન : ડબલ્યુ બી. સોન્ડર્સ કુ.૧૯૭૩

વિષય : શારીરિક ક્ષમતા અને સુખાકારી

- એકમ : ૧ શારીરિક ક્ષમતાના ઘટકો (સ્વાસ્થ્ય અને પ્રદર્શન સંબંધિત યોગ્યતા)
સ્વાસ્થ્ય અને સુસ્થિતિ પ્રવૃત્તિઓ, પ્રચાર, શારીરિક સક્રિય જીવન શૈલીમાં વિધ્નો,
વૈદકીય મૂલ્યાંકન, યોગ્યતા કાર્યક્રમમાં ભાગ લેવા માટે વિકાસ કાર્યક્રમના તબક્કાઓ
- એકમ : ૨ કસરતાના સિધ્ધાંતો, આદર્શ કાર્યક્રમ, ક્ષમતા નો ખ્યાલ (Concept), વ્યાયામ શાળા તેમજ
હેલ્થ કલબની અગત્યતા, બાળકો, તરૂણો, યુવાનો, અને ખાસ જુથોમાટે કસરતો અંગેની માર્ગદર્શક
રેખા, યોગ્ય કસરતીય કાર્યક્રમની રચના, મુશ્કેલ પરિસ્થિતિમાં કસરતો, મુસાફરી (ઓછી જગ્યા,
ઈજા દરમિયાન વ્યવસ્તતામાં)
- એકમ : ૩ શારીરિકક્ષમતા ની પ્રવૃત્તિઓ : એરોબિક ડાન્સ , પાંણીની કસરતો, મગજની તાલીમ, ચપળતા
અને સમતોલન તાલીમ, આઈસોમેટ્રિક તાલીમ, સાયકલિંગ, સીડી ચઢ-ઉતર, ટ્રેડમિલ, ચાલવુ,
શારીરિક પ્રવૃત્તિઓ, આરોગ્યપ્રદ ફાયદાઓ.
- એકમ : ૪ (અ) આજીવન ક્ષમતા માટે કાર્યક્રમની રૂપરેખા, ક્ષમતા ના ધ્યેયનો ઓળખાણ સ્વાસ્થ્યને ઉત્તેજન
અને રોગોની અટકાયત, ઘરગથ્થુ કસરતના સાધનો, શારીરિક ખોડખાપણવાળા તથા વિશિષ્ટ
બાળકો માટે ક્ષમતા , વૃધ્ધો માટે કસરતો.
(બ) શારીરિક ક્ષમતા અને તણાવમાં વ્યવસ્થાપન, તણાવ સંબંધિત ખ્યાલ, તણાવ નમુના, તણાવ
વ્યવસ્થાપનમાં કસરતોનો ફાળો, સમયનું વ્યવસ્થાપન.

સંદર્ભગ્રંથો

એલન ડબલ્યુ, જેકશન, "ફિઝિકલ અક્ટિવીટી ફોર હેલ્થ એન્ડ ફિટનેશ" યુ.એસ.એ. હ્યુમન કાર્દનેટિક્સ ૧૯૯૯
જેરોલ્ડ એસ. ગ્રીનબર્ગ, " ફિઝિકલ ફિટનેશ એન્ડ વેલનેશ" (ત્રીજી આવૃત્તિ), યુ.એસ.એ. હ્યુમન કાર્દનેટિક્સ,
૨૦૦૪

જોસેફ પી. વીન્નીક એન્ડ ફ્રાન્સીક એલ. શોર્ટ, "ફિઝિકલ ફિટનેશ ટ્રેનીંગ ગાઈડ" યુ.એસ.એ. :

હ્યુમન કાર્દનેટિક્સ ૧૯૯૯

અનગુન્ડ આર. બુકે, " હોમ ફિટનેશ હેન્ડબુક", યુ.એસ.એ. હ્યુમન કાર્દનેટિક્સ ૧૯૯૬

લેયન્ને બ્રિક્ક, "ફિટનેશ એરોબિક્સ", યુ.એસ.એ. હ્યુમન કાર્દનેટિક્સ ૧૯૯૬

માર્થ વાઈટ, "વોટર એક્સરસાઈઝ", યુ.એસ.એ. હ્યુમન કાર્દનેટિક્સ ૧૯૯૬

ગુડરૂન પાઉલ, "એરોબિક ટ્રેનીંગ" મેયર એન્ડ મેયર સ્પોર્ટ્સ : યુ.કે. ૨૦૦૪

ઉપ્પલ એ.કે., "ફિઝિકલ ફિટનેશ એન્ડ વેલનેશ", દિલ્હી ફ્રેન્ડ્સ પબ્લિકેશન.

યુવા નેતૃત્વ અને સમાજ કલ્યાણ

- એકમ : ૧ (અ) સમાજ કલ્યાણનો ખ્યાલ અને સામાજીક -આર્થિક ફેરફારના સંદર્ભમાં તેનો વિકાસ, આધુનિક ઔદ્યોગિક સામાજીક આર્થિક ફેરફાર, આધુનિક ઔદ્યોગિક સમાજ અને વ્યવસ્થા કલ્યાણ કાર્યક્રમની જરૂરીયાત.
- (બ) ભારતમાં સમાજ વ્યવસ્થા - ઈતિહાસ અને સિધ્ધાંતોની સમાજ વિકાસ કાર્યક્રમમાં સામાજીક જીવન પર અસર. (ગામડું અને શહેર)
- એકમ : ૨ (અ) યુવા કલ્યાણની જરૂરીયાત અને મહત્વ, તેઓની વિશિષ્ટ સમસ્યા, તેનાં કારણો અને ઉપચાર.
- (બ) ભારતમાં યુવા આંદોલનોનો ટૂંકો ઈતિહાસ, યુવા ચળવળના ક્ષેત્રમાં કામ કરતી સંસ્થાઓ.
- એકમ : ૩ (અ) ગ્રામ્ય કાર્યક્રમો માટે યુવા નેતાઓના તાલીમની અગત્યતા
- (બ) યુવા કલ્યાણ પ્રવૃત્તિમાં સમાવિષ્ટ સીમા બહારનાં તાલીમ કાર્યક્રમો, રમતગમત અને સામાજીક મનોરંજન, અન્ય સાંસ્કૃતિક પ્રવૃત્તિઓ અને વિવિધ પ્રકારની સંસ્થાકીય પ્રવૃત્તિઓની ચર્ચા, વિચારણા, માર્ગદર્શન અને યુવા મંડળો માટે.
- એકમ : ૪ (અ) ગુનાહીત પ્રવૃત્તિઓ અટકાવવા માટે કોર્ટ અને સામાજીક સંસ્થાઓ, યુવાનો માટે મેદાનો અને યુવા કલ્યાણ સંસ્થાઓ.
- (બ) આંતર રાષ્ટ્રીય સમાજ કલ્યાણ, ઈતિહાસ અને વિકાસમાં યુનોનો ફાળો અને આ ક્ષેત્રમાં અન્ય સરકારી અને બિનસરકારી સંસ્થાઓ.

વિષય : રમત તાલીમ અને પ્રશિક્ષણનાં વૈજ્ઞાનિક સિધ્ધાંતો

એકમ : ૧

(અ) રમત તાલીમ :

- રમત તાલીમ અને પ્રશિક્ષણની વ્યાખ્યા, અર્થ,
- રમત તાલીમનાં દ્યેય અને કાર્યો
- રમત તાલીમના લક્ષણો
- રમત તાલીમના સિધ્ધાંતો

(બ) તાલીમભાર :

- તાલીમભારના ઘટકો,
- તાલીમભારના સિધ્ધાંતો
- અતિભાર : અર્થ, કારણો ,લાક્ષણિકતાઓ, અતિભાર દૂર કરવાના ઉપાયો.
- અનુકૂલન પ્રક્રિયા :: અર્થ, અનુકૂલન પ્રક્રિયાની સ્થિતિઓ.

એકમ : ૨

શારીરિક યોગ્યતાના ઘટકો ની તાલીમ :

- (અ) બળ – અર્થ, પ્રકારો ,લાક્ષણિકતાઓ, બળતાલીમના સિધ્ધાંતો , બળતાલીમની પદ્ધતિઓ, બળકો અને મહિલાઓ માટેની બળતાલીમ.
- (બ)સહનશક્તિ – અર્થ, પ્રકારો ,લક્ષણો, સહનશક્તિ તાલીમની પદ્ધતિઓ,
- (ક) ઝડપ– અર્થ, પ્રકારો ,લાક્ષણિકતાઓ, ઝડપ તાલીમની પદ્ધતિઓ,
- (ડ) નમનિયતા – અર્થ, પ્રકારો ,લાક્ષણિકતાઓ, નમનીયતા વિકાસની તાલીમી પદ્ધતિઓ,
- (ઈ)ગતિસુમેળતા : અર્થ, ,લાક્ષણિકતાઓ, ગતિ સુમેળતાનું વર્ગીકરણ, મહત્વ, ગતિ સુમેળતા પ્રાપ્તિની તાલીમી પદ્ધતિઓ

એકમ :૩

- (અ) પ્રવિધિ (ટેકનિક) – અર્થ, જુદી જુદી રમતોમાં પ્રવિધિ, તાલીમનું મહત્વ, પ્રવિધિ તાલીમને અસર કરતા પરિબળો, પ્રવિધિ તાલીમના તબક્કાઓ અને તેનાથી થતી તાલીમી અસરો, ભૂલ સુધારણા– કૌશલ્ય, શૈલી કે છટા (સ્ટાઈલ)
- (બ) યુક્તિ પ્રયુક્તિ (ટેકટીક્સ) : અર્થ, દ્યેયો, યુક્તિ પ્રયુક્તિની તાલીમ, યુક્તિ પ્રયુક્તિ તેયારીના સિધ્ધાંતો, યુક્તિ પ્રયુક્તિ અને વ્યૂહ રચના (સ્ટ્રેટેજી) નો તફાવત.

એકમ : ૪ તાલીમ આયોજન અને સ્પર્ધા :

(અ)તાલીમ આયોજન – અર્થ, મહત્વ, સિધ્ધાંતો, પ્રકારો

(બ) સમયાવધિ (પીરીયોડાઈઝેશન) – અર્થ, ઉચ્ચ દેખાવ અને સમયાવધિ ,સમયાવધિ ગાળો, સમયાવધિ ના પ્રકારો

(બ) સ્પર્ધા– અર્થ , મહત્વ, કાર્યો , પદ્ધતિ , આવૃત્તિ, (ફ્રીકવન્સી), સ્પર્ધાકીય તૈયારી.

સંદર્ભગ્રંથો

શર્મા, આર. કે. "ખેલ ટ્રેનીંગ કે વૈજ્ઞાનિક સિધ્ધાંત નવી દિલ્હી, ક્રિડા સાહિત્ય પ્રકાશન, ૨૦૦૦

પટેલ, કાંતિભાઈ આર., "રમતતાલમીના વૈજ્ઞાનિક સિધ્ધાંતો" ગાંધીનગર, રમાપ્રકાશન, ૨૦૦૧

સિંગ,હરદયાલ, "સાયન્સ ઓફ સ્પોર્ટ્સ ટ્રેનીંગ" ન્યુદિલ્હી : ડી.એ.વી. પબ્લિકેશન, ૧૯૯૧

ટુડોર ઓ.બોમ્પા, "પિરીયોડાઈઝેશનટ્રેનીંગ સ્પોર્ટ્સ" યુ.એસ.એ. હ્યુમેન કાઈનેટિક્સ પબ્લિકેશન, ૧૯૯૯

ડીક્ક, ફ્રેન્ક ડબલ્યુ., સ્પોર્ટ્સ ટ્રેનીંગ પ્રિન્સીપાલ, લંડન લીટ્યુશ બુક ૧૯૮૦.

વિષય : રમત ચિકિત્સાશાસ્ત્ર

- એકમ : ૧
- (અ) રમતચિકિત્સાશાસ્ત્ર : અર્થ, વ્યાખ્યા, ધ્યેય, હેતુઓ આધુનિક ખ્યાલ અને અગત્યતા
- (બ) ખેલાડીઓની સારસંભાળ અને પુનરુત્થાનમાં (રીહેબીલીટેશન) :
- શારીરિક શિક્ષણના શિક્ષકો અને પ્રશિક્ષકોનો ફાળો.
- (ક) રમતચિકિત્સક અને તાલીમબાજની જરૂરીયાત
- એકમ : ૨
- રમતગમતમાં ઈજાઓ અને તેની સારવાર
- (અ) ઈજાઓ :
૧. સામાન્ય ઈજા : ઘા, જખમ, છોલવું, સ્નાયુ ખેચાણ, મચકોડ, અસ્થિભંગ
૨. ખાસ કે વિશિષ્ટ ઈજા:
- કમર, પીઠ, પેટના ભાગ, જાંઘ, ઘૂંટણ, ધૂંટી, પગ, પંજાની ઈજા
- (બ) ઈજાના કારણો, ઈજા રોકવાના ઉપાયો, પુનઃ સ્થિતિ પ્રાપ્તિ ની સારવાર
- (ક) માલીશ અને વિવિધ ઉપચાર પદ્ધતિઓ:
૧. જલોપચાર, (હાઈડ્રોથેરાપી), કોન્ટ્રાસ્ટ બાથ, સોના બાથ, પાણીથી માલીશ, વર્લ પુલથી માલીશ
૨. શીતોપચાર (ક્રાયોથેરાપી) : બરફની પોટલી, જેલી અને રાસાયણિક ઠંડી પોટલી, બરફનું માલીશ, પીગળતા બરફથી શીતોપચાર
૩. ઈલેક્ટ્રોથેરાપી : - શોર્ટ વેવ ડાયથેરમી, અલ્ટ્રાસાઈન્ડ, ઈલેક્ટ્રીક મસલ્સ, સ્ટીમ્યુલન્ટ, ઈન્ફ્રારેડ અને અલ્ટ્રાવાયોલેટ વિદ્યુત તરંગો,
૪. એક્સરસાઈઝ થેરાપી - આઈસોટોનિક, આઈસોમેટ્રીક, આઈસોકાઈનેટીક કસરતો અને તાલીમ.
૫. મસાજ - અર્થ, મહત્વ અને પ્રકારો
- એકમ : ૩
- ખેલાડીનો પૌષ્ટિક આહાર અને કૃત્રિમ શક્તિવર્ધક દવાઓ :
- (અ) ખેલાડીનો પૌષ્ટિક આહાર :
- પૌષ્ટિક આહારને અસર કરતા પરિબલો ,
- જુદી જુદી રમતો પ્રમાણે ખેલાડીઓનો આહાર
- ખેલાડીઓમાં કુ-પોષણ (માલ ન્યુટ્રીશન) અને તેની માવજત

- (બ) ડોપીંગ – અર્થ, ઈતિહાસ, વ્યાખ્યા, વર્ગીકરણ, પ્રકારો
– કૃત્રિમ શક્તિવર્ધક દવાઓનો ઉપયોગ અને તેની આડ અસરો
– ડોપ સમસ્યા હલ કરવામાં પ્રશિક્ષક અને મેનેજરનો ફાળો.

એકમ : ૪ મહિલા ખેલાડીઓ :

- શરીર રચના અને શરીર વિજ્ઞાન સંબંધી તફાવતો
– સ્વાસ્થ્ય સમસ્યા : ઋતુસ્ત્રાવ, ગર્ભધારણ, વિશેષ સમસ્યાઓ

સંદર્ભગ્રંથો

કલાર્ક નેન્સી, "સ્પોર્ટ્સ ન્યુટ્રિશન ગાઈડબુક" હ્યુમન કાર્બોનેટીક, લીઈઝયોરપ્રેસ, ૧૯૯૦

ડ્રીસ્કેડ જુડી એ., "સ્પોર્ટ્સ ન્યુટ્રીશન"વોશીંગ્ટન, ડી.સી.૨૦૦૦

પાઠક જે.ડી, "પોષણ ઉદ્યોગ",અમદાવાદ, યુનિ. ગ્રંથ નિર્માણ બોર્ડ, ગુજરાત રાજ્ય, ૧૯૭૪

પાન્ડે પી.કે., "નો હાઉ સ્પોર્ટ્સ મેડિસીન", જલંધર બુક માર્કેટ, ૧૯૮૯

હેરીસ, માર્ક સ્લાઈડ વિલિયમ્સ, વિલિયમ્સ ડી. સ્ટેનીંગ એન્ડ લાઈમ જે. મીસેલ, "ઓક્સફોર્ડ ટેક્સ બુક ઓફ સ્પોર્ટ્સ મેડિસીન" ન્યુયોર્ક, ઓક્સફોર્ડ યુનિ.૧૯૯૬

પ્રશ્નપત્ર:૧૫

વિષય : યોગ વિજ્ઞાન અને કુદરતી ઉપચાર

- એકમ : ૧ (અ) યોગનો અર્થ, મહત્વ, યોગના વિવિધ માર્ગો તેમજ ધ્યાનમાં રાખવાની બાબતો, કસરતો અને યોગ વચ્ચેનો તફાવત – આસનના પ્રકારો અને સુર્યનમસ્કાર
- (બ) અષ્ટાંગ યોગ – પ્રાણાયમના પ્રકારો અને તેનું મહત્વ, ક્રિયાઓ, બંધો અને મુદ્રા વિજ્ઞાન અન્ય નાડીઓ – ચંદ્રનાડી, સુર્યનાડી, અગ્નિનાડી
- એકમ : ૨ (અ) શોધનકર્મનું યોગમાં સ્થાન યાંત્રિક શોધનકર્મનું વિશિષ્ટ સ્વરૂપ / વર્ગીકરણ
- (બ) યોગ ધ્વારા વિવિધ ગ્રંથીઓ, તંત્રો પર થતી અસરોનો પ્રભાવ, સપ્તચંદ્રો, કુડલીની, યોગાસનોનું વૈજ્ઞાનિકનું સર્વેક્ષણ
- એકમ : ૩ (અ) યોગ ફિલોસોફી, સાંખ્ય યોગનું તત્ત્વદર્શ, યોગનું મનોવિજ્ઞાન, યોગનું વિભૂતિ વિજ્ઞાન, યોગનું પ્રાણવિજ્ઞાન.
- (બ) પંચપ્રાણ – ઉપપ્રાણ અને પ્રાણાયમની માત્રા નક્કી કરનારા પરિબળો
- (ક) રોગ ઉપચાર માટેના આસનો અને પ્રાણાયમ, પ્રાણાયામથી ક્રિયાત્મક અને આધ્યાત્મિક

મૂલ્ય

- એકમ : ૪ (અ) કુદરતી ઉપચારનો અર્થ, ઇતિહાસ, મહત્વ અને કુદરતી ઉપચારના માધ્યમો (પ્રકારો)
- (બ) કુદરતી ઉપચારના સિધ્ધાંતો
- (ક) કુદરતી ઉપચારથી થતી વિવિધ સારવાર પદ્ધતિઓ
- (ડ) શિવામ્બુ ઉપચાર પદ્ધતિ, એક્યુપ્રેશર અને એક્યુપંચર પદ્ધતિ, લોહચુબકીય સારવાર

સંદર્ભ ગ્રંથો

સ્વામી દિગંબર જા., "હઠપ્રદિપિકા", સ્વાત્મારામ-કૃત, લોનાવલા, પુના, પ્રકાશિત કેવલ્યા ધામ, ૧૯૮૦

"વશિષ્ટ સંહિતા", "યોગકાંડ" ૧૯૮૪.

ભાણદેવ, "યોગવિદ્યા", પ્રવિણ પ્રકાશન, રાજકોટ, ૧૯૯૪

સ્વામી શિવાનંદ સરસ્વતી, "પ્રાણાયામ વિજ્ઞાન", દિવ્યજીવન સંઘ, અમદાવાદ

એમ.એમ.ઘરોટે, "એનાટોમી એન્ડ ફિઝિયોલોજી ઓફ યોગીક પ્રેક્ટીશીઝ", લોનાવલા, ૧૯૮૪

પ્રા.એમ.જી.વાઘ, વિગેરે "વ્યાયામ વિજ્ઞાન કોષ", યોગા એન્ડ નેચરોપેથી, પ્રકાશીત ગુજરાત વ્યાયામ

પ્રચારક મંડળ, ૨૦૦૪

ઓ.પી.તિવારી, "આસનાં વાય એન્ડ હાઉ", કેવલ્યા ધામ, ૧૯૯૧

યોગાચાર્ય, સ્વામી કૃપાલ્વાનંદા, "આસન અને મુદ્રા", કાયાવરોહણ, વડોદરા, ૧૯૬૮

વિષય : વ્યવસાયિક સફળતા અને અભ્યાસક્રમ પ્રયોજના

એકમ : ૧

(અ) વ્યવસાયિક સફળતાનો આધાર :

—ભારતીય લોકશાહીના આદર્શો : શારીરિક શિક્ષણનો ફાળો.

—શૈક્ષણિક નીતિઓ અને કાર્યક્રમને અસર કરતાં પરિબળો જેવાં કે— સામાજીક, ધાર્મિક, આર્થિક અને રાજકીય,

— શારીરિક શિક્ષણમાં શૈક્ષણિક અને વ્યવસાયિક સફળતા.

— શૈક્ષણિક અને વ્યવસાયિક સફળતામાં કેન્દ્ર સરકારની ભૂમિકા.

— વ્યવસાયિક મંડળો

(બ) શારીરિક શિક્ષણમાં વ્યવસાયિક સફળતા :

—ભારતમાં શારીરિક શિક્ષણમાં વ્યવસાયિક સફળતાની ઐતિહાસિક સમીક્ષા

— ભારત અને અન્ય દેશો જેવા કે : યુ.એસ.એ., યુ.કે. રશિયા વચ્ચે શારીરિક શિક્ષણમાં વ્યવસાયિક સફળતાનો તુલનાત્મક અભ્યાસ.

એકમ : ૨

(અ) સ્નાતકકક્ષા સંબંધી વ્યવસાયિક સફળતા:

—સ્વાસ્થ્ય શિક્ષણ, શારીરિક શિક્ષણ અને રંજન,

—પ્રવેશ પ્રક્રિયા

— અભ્યાસક્રમ પ્રયોજના, પ્રયોગશાળાનો અનુભવ, શૈક્ષણિક અનુભવ, મેદાની અનુભવ, વ્યવસાયિક ગુણવત્તાઓનો વિકાસ, લાયબ્રેરી તેમજ અન્ય સગવડો.

(બ) અનુસ્નાતક સંબંધી વ્યવસાયિક સફળતા:

—પ્રવેશ પ્રક્રિયા, રમતોમાં પ્રાવીણ્ય અને નિપુણતા.

—સંશોધકીય અભિગમ, માહિતી આપણેની પધ્ધતિઓ.

એકમ : ૩

અભ્યાસક્રમ પ્રયોજના :

(૧) અભ્યાસક્રમ પ્રયોજના વિકાસનું મહત્વ, — અભ્યાસક્રમને અસર કરતા પરિબળો, વિદ્યાર્થીઓની જરૂરીયાત મુજબ , રાષ્ટ્રીય અને વ્યવસાયિક નીતિઓને અનુસરીને.

(૨) અભ્યાસક્રમ પ્રયોજનામાં શિક્ષકની ભૂમિકા.

(૩) અભ્યાસક્રમ પ્રાયોજનાના સિધ્ધાંતો – શીખનારની જરૂરીયાત તેમજ સામર્થ્યતાને

અનુલક્ષીને, મૂલ્યાંકન અને અનુસરણ.

(૪) માહિતી આપણેમાં યોગ્ય સાધનોની પસંદગી – વિદ્યાર્થીઓની ઉંમર અને જાતિ પ્રમાણેની લાક્ષણિકતાઓ અને પ્રવૃત્તિઓની પસંદગી.

(૫) સહ શિક્ષણ – જરૂરીયાત, કઈ ઉંમરે તેમજ છોકરીઓ માટે વિશિષ્ટ કાર્યક્રમની જોગવાઈ

એકમ : ૪ (૧) શીખવવાની પધ્ધતિઓની પસંદગી – જૂથમાં શિક્ષણ, વ્યાખ્યાન, પ્રોજેક્ટ પ્રવૃત્તિ, શૈક્ષણિક સાધનો.

(૨) શારીરિક શિક્ષણ અને રમત પ્રવૃત્તિઓ માટે શાળા તેમજ વર્ગખંડના સમયપત્રકની રચના

(૩) શારીરિક શિક્ષણમાં નિરીક્ષણ – નિરીક્ષણની વિવિધ પધ્ધતિઓ

(૪) એન.સી.ઈ.આર.ટી., સી.બી.એસ.ઈ., યુ.જી.સી., એન.સી.ટી.ઈ. વગેરેએ શારીરિક શિક્ષણના

અભ્યાસક્રમ અંગે કરેલી ભલામણો.

સંદર્ભ ગ્રંથો

જેમ્સ જોસ, "કરીક્યુલમ ડિઝાઇન ઇન ફિઝિકલ એજ્યુકેશન એન્ડ સ્પોર્ટ્સ" ન્યુ દિલ્હી, ફ્રેન્ડ્સ પબ્લિકેશન

ગુપ્તા રાક, "હેન્ડ બુક ઓફ રીસર્ચ ટ્રેનીંગ ઇન ફિઝિકલ એજ્યુકેશન એન્ડ સ્પોર્ટ્સ", ન્યુદિલ્હી ફ્રેન્ડ્સ પબ્લિકેશન

વનાઈકલ અનીલ, "મેથડ ઇન ફિઝિકલ એજ્યુકેશન" ન્યુ દિલ્હી, ફ્રેન્ડ્સ પબ્લિકેશન.

અથવા

લઘુ શોધનિબંધ

ભાગ – ૨

અધ્યાપન ક્રિયા (ઈન્સ્ટ્રક્શનલ એક્ટીવીટી)

સેમેસ્ટર – ૪

કોચીંગ લેશન

(અ) આંતરિક પાઠ : કુલ – ૫

(૧) એથ્લેટીક્સ (દોડ, કૂદ અને ફેંક પૈકી કોઈ એક પસંદ કરી આંતરિક પાઠ આપવો) ૧ પાઠ

(૨) રમત સ્પેશીયલાઈઝેશન ૩ પાઠ

કબડ્ડી અથવા ખો – ખો , હોકી , બાસ્કેટ બોલ , ક્રિકેટ , હેન્ડ બોલ, વોલીબોલ, કુટબોલ , બેડમિન્ટન અથવા ટેબલ ટેનિસ , જીમ્નાસ્ટીક્સ, સ્વીમીંગ.
(ઉપરોક્ત પૈકી કોઈ એક રમત પસંદ કરી તેના આંતરિક પાઠ કુલ ૩ આપવા.)

(૩) રમત સ્પેશીયલાઈઝેશનમાં ઉપર ક્રમાંક – ૨ માં પસંદ કરેલ રમત સિવાયની બાકી કોઈ એક રમત પસંદ કરી આંતરિક પાઠ આપવો. ૧ પાઠ

(બ) બાહ્ય પાઠ : કુલ – ૨

(૧) એથ્લેટીક્સ (દોડ, કૂદ અને ફેંક પૈકી કોઈ એક પસંદ કરી બાહ્ય પાઠ આપવો) ૧ પાઠ

(૨) રમત સ્પેશીયલાઈઝેશન ૧ પાઠ

નોંધ : રમત સ્પેશીયલાઈઝેશન બાહ્ય પાઠની પસંદગીમાં આંતરિક પાઠમાં રમત સ્પેશીયલાઈઝેશનની જે રમત પસંદ કરી હશે તે જ રમત પસંદ કરવાની રહેશે.

Veer Narmad South Gujarat University, Surat.

Master Of Physical Education

(Two years Regular Course with Four Semester)

GENERAL RULES

1. The duration of the course shall be total 4 semesters, each semester consisting of 90 working days, exclusive of days of examination at the conclusion of semester. Normally in an academic year the First / Third semester shall be from 1st July to 30th November, and the Second / Fourth semester from 1st December to 30th April.
2. A candidate who (a) after taking a Bachelor's degree in Physical Education of this University or of an Indian University recognized by the Syndicate or (b) after obtaining a post-graduate Diploma in Physical Education of at least one year's duration awarded by the Education Department of a State, or (c) after obtaining Indian or Foreign qualification recognized as equivalent to those mentioned in (a) or (b) above by the Syndicate of this University , has completed a regular course of study for one semester shall be admitted to the First Semester examination for the degree of Master of Physical Education subject to being selected on the basis of Admission Tests prevailing in the year when admission is sought in this course.

A candidate who, after passing the First, Second and Third Semester Examinations of this University has completed a regular course of study for one semester, shall be admitted to the Second, Third and Fourth semester examination respectively, for the degree of Master of Physical Education.

However, a candidate failing in any paper or all papers shall be permitted to join the next semester, in which case he shall have to appear in the papers in which he had failed in the immediately previous semester along-with the papers for the current semester. No candidate shall be allowed to join the next semester if he has not passed in all the papers of the semester proceeding the immediately previous semester i.e. no candidate shall be admitted to the Third semester unless he has passed in all the papers of the First Semester. Similarly, no candidate shall be admitted to the Fourth Semester unless he has passed in all the papers of the Second Semester.

3. The medium of instruction shall be Gujarati.
4. The examination for Master of Physical Education shall consist of 16 Theory papers, Four papers shall be offered in each of the four semesters. Besides the University examination, internal marks will be added to each paper separately. A candidate must obtain for passing at least 45% marks in each theory paper in the University examination and also obtain at least 45% marks in the aggregate marks of the paper including the internal marks in each paper of each semester.

In First, Second and Third semester there shall be a final examination in part- II (Instructional Activity) and in Fourth semester a final examination of Coaching Specialization to be conducted by the Internal and external examiner and each candidate must obtain for passing at least 50% marks in this examination. M.P.E. examination part – II shall be considered to be equivalent to the theory paper .

5. The University examination in Thesis for Semester IV shall consist of the examination of the thesis by one external examiner who shall evaluate the thesis out of maximum of 70 marks. There shall be viva-voce examination of maximum of 30 marks.
6. The marks obtained by a candidate in all papers of all semesters shall count together for a place on the pass list of the final semester examination. No division shall be assigned on the result of each semester. Division for M.P.E. shall be awarded on the basis of cumulative marks in Part I and Part II (Theory , Instructional Activity and Sport Specialisation) together.
7. *A candidate shall pass the final semester within 5 years from the date of the commencement of his first semester.*

8. Internal marks obtained by a candidate shall be carried over if a candidate fails in the final examination in any or all papers of any semester and appears as an ex-student. If the candidate seeks readmission as a regular student, the internal marks previously obtained for those papers shall stand cancelled.

When a candidate has failed in the examination but has obtained pass marks in the thesis, the thesis marks may be carried forward to the prescribed limits of 5 years as specified above. If candidate fails in thesis but secures pass marks in theory papers, the candidate shall be permitted to complete his requirement for thesis within the required period of 5 years. When a candidate seeks fresh assignment of thesis, his marks previously obtained shall stand cancelled. The advisor for the thesis shall be the internal examiner for the thesis.. The candidates of M.P.E. shall submit three copies of thesis before 15 days of the commencement of final examination failing which they shall be declared failed in thesis and such candidates shall have to submit the thesis in the next examination as ex student.

9. The candidates who opt for thesis, they have to submit Research proposal in 3 copies within one and half month from the commencement of the Third semester. The Research committee at college level conduct the viva-voce and approve the proposed research proposal..

પ્રતિ,
કુલસચિવશ્રી,
વીર નર્મદ દક્ષિણ ગુજરાત યુનિવર્સિટી,
સુરત.

વિષય: શૈક્ષણિક વર્ષ ૨૦૧૦-૧૧થી અમલમાં આવનાર એમ.પી.ઈ. સેમેસ્ટર અભ્યાસક્રમમાં
સુધારા કરવા બાબત...
સંદર્ભ : યુનિ.પત્રક્રમાંક: એકે/પરિપત્ર/ફિલિ.એજયુ./૩૫૮૦/૧૦, તા.૮/૪/૧૦.

માનનીય સાહેબ,

સવિનય ઉપરોક્ત વિષય અને સંદર્ભ અન્વયે જણાવવાનું કે આગામી શૈક્ષણિક વર્ષ ૨૦૧૦-૧૧થી માસ્ટર ઓફ ફિલિકલ એજ્યુકેશનના સેમેસ્ટર અભ્યાસક્રમનો અમલ કરવા માટે એકેડમીક કાઉન્સિલે મંજૂર કરેલ છે. આ અભ્યાસક્રમને ચાર સેમેસ્ટરમાં વહેંચવામાં આવેલ છે. પરંતુ વિદ્યાર્થીઓના હિતને દયાનમાં રાખતાં આ સેમેસ્ટર અભ્યાસક્રમમાં નીચે પ્રમાણે સુધારો કરવા ભલામણ કરીએ છીએ.

૧. એકથી ચાર સેમેસ્ટરમાં દરેક વિષય દીઠ અઠવાડિયાના ત્રણને બદલે ચાર તાસ કરવા.
૨. દરેક વિષય દીઠ ત્રણને બદલે ચાર ક્રેડિટ કરવા.
૩. દરેક સેમેસ્ટરમાં ભાગ એકથી ચાર અદ્યાપન ક્રિયામાં અઠવાડિયાના ત્રણને બદલે ચાર તાસ કરવા અને ત્રણને બદલે ચાર ક્રેડિટ કરવા.
૪. એકથી ત્રણ સેમેસ્ટરમાં જણાવ્યા પ્રમાણે ઈલેક્ટીવ વિષય દાખલ કરવા.

સેમે.૧ રમત સમાજશાસ્ત્ર
સેમે.૨ મનોરંજનના સિધ્ધાંતો
સેમે.૩ યુવા નેતૃત્વ અને સમાજ કલ્યાણ

ઉપરોક્ત સુધારા આ સાથે સામેલ અભ્યાસક્રમમાં સૂચવેલ છે.
આભાર સહ.

(ડો.જે.પી.ગોહિલ)
અદ્યક્ષ
શિક્ષણ વિદ્યાશાખા,
વી.ન.દ.ગુજરાત યુનિ.

(પ્રિ.ડો.સી.બી.કગથરા)
ચેરમેન
બોર્ડ ઓફ સ્ટડીઝ
વી.ન.દ.ગુજરાત યુનિ.

