

B.A Semester - 2 (NEP-2020) Examination
JUNE – 2024
Sports and Fitness (Value Added Course)

Time: 1:00 Hours

Marks: 25

Instructions:

1. All questions are compulsory.
2. Figures to the right indicate marks.

-
- પ્રશ્ન-૧ રમત અને તંદુરસ્તીનો અર્થ આપી તેનો ખ્યાલ સમજાવો. (૧૦)
 અથવા
- પ્રશ્ન-૧ રમત ગમત અને ફિટનેસનું મહત્વ જણાવો.
- પ્રશ્ન-૨ સામાન્ય અને વિશિષ્ટ વોર્મ અપ વિગતે સમજાવો. (૧૦)
 અથવા
- પ્રશ્ન-૨ પરંપરાગત, લોક અને સ્વદેશી રમતો અંગે ચર્ચા કરો.
- પ્રશ્ન-૩ ટૂંકનોંધ લખો. (ગમે તે એક) (૦૫)
 (1) ફિટનેસ અને મનોરંજનના ઉદ્દેશ્યો.
 (2) વિવિધ ઈન્ડોર રમતો.

ENGLISH VERSION

- Que-1 Explain the meaning and concept of Sports and Fitness. (10)
 OR
- Que-1 Discuss the importance of Sports and Fitness.
- Que-2 Explain general and specific warm up in detail. (10)
 OR
- Que-2 Discuss traditional, folk and indigenous Games.
- Que-3 Write a short note. (Any one) (05)
 (1) Fitness and recreational purposes.
 (2) Various indoor sports
