

B.Sc. Semester - 2 (NEP-2020) Examination
MARCH/APRIL-2025
Sports and Fitness (Value Added Course)

Time: 1 Hours

Marks: 25

Instructions:

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

પ્રશ્ન.૧	રમત ગમત અને તંદુરસ્તીનો ખ્યાલ વિગતે સમજાવો.	(૧૦)
	અથવા	
પ્રશ્ન.૧	વિવિધ ઈન્ડોર રમતો ટૂંકમાં સમજાવો.	
પ્રશ્ન.૨	તંદુરસ્તી (ફિટનેસ) અને મનોરંજનના ઉદ્દેશ્યો વિગતે સમજાવો.	(૧૦)
	અથવા	
પ્રશ્ન.૨	સામાન્ય અને વિશિષ્ટ વોર્મ અપ અંગે ચર્ચા કરો.	
પ્રશ્ન.૩	પરંપરાગત અને સ્વદેશી રમતો	(૦૫)
	અથવા	
પ્રશ્ન.૩	રમત ગમત અને ફિટનેસનું મહત્વ.	

ENGLISH VERSION

Que.1	Define and discuss the concept of sports and fitness detail.	(10)
	OR	
Que.1	Briefly explain various indoor sports.	
Que.2	Explain fitness and recreational purposes in detail.	(10)
	OR	
Que.2	Discuss general and specific warm ups.	
Que.3	Traditional and indigenous games.	(05)
	OR	
Que.3	Importance of sports and fitness.	
