

B. A. (Part-I) (Semester – II)
Examination October/November 2021
Physical Education (Optional) Paper No- II
Introduction of Physical Education and Sports – II (CBCS)
Sub. Code: 71281

- * प्रत्येक प्रश्नाला 2 गुण आहेत
* योग्य उत्तराचा पर्याय लगतच्या चौकोनात लिहा (उदा. अ, ब, क, ड)

योग्य पर्याय निवडा.

1. चालण्याचा व्यायाम किती मिनिटे करावा ?
अ) 30 मिनिटे ब) 35 मिनिटे क) 40 मिनिटे ड) 45 मिनिटे
2. पुनरावृत्तीचा सिद्धांत कोणी मांडला?
अ) हार्वट पेन्सर ब) फेर्डिक सिलर क) स्टॅनले हॉल ड) कार्ल गुस
3. आहार कसा असावा ?
अ) समतोल ब) मांसाहारी क) थंड ड) यापैकी नाही
4. व्यायाम म्हणजे काय ?
अ) शरीर व मनाची प्रगती ब) मनाची प्रगती क) शरीराची प्रगती ड) यापैकी नाही
5. मानवाची जन्मजात सहज प्रवृत्ती कोणती?
अ) खेळणे ब) चालणे क) बोलणे ड) उड्या मारणे
6. शारीरिक शिक्षण कशाचा अविभाज्य घटक आहे ?
अ) शिक्षणाचा ब) योगाचा क) कुस्तीचा ड) यापैकी नाही
7. साधारणपणे वयाच्या कितव्या वर्षापर्यंत कौशल्य जलद आत्मसात होतात ?
अ) 12 वर्ष ब) 13 वर्ष क) 14 वर्ष ड) 15 वर्ष
8. शरीर व मनास आनंद देणाऱ्या गोष्टीला काय म्हणतात?
अ) धावणे ब) मनोरंजन क) बोलणे ड) यापैकी नाही
9. शारीरिक शिक्षणाचा पाया कोणता?
अ) काम ब) खेळ क) हालचाल ड) व्यायाम
10. नियमांचे पालन करून दोन संघांमध्ये यशापयश ठरविणे म्हणजे काय?
अ) स्पर्धा ब) नाणेफेक क) खेळ ड) यापैकी नाही

11. ज्यादा शक्तीचा सिद्धांत कोणी मांडला ?
 अ) फेर्डिक सिलर ब) कार्ल गूस क) स्टॅनले हॉल ड) हार्बर्ट पेन्सर
12. मनुष्य हा कसा आहे?
 अ) एकलकोंडा ब) समाजप्रिय क) निरोगी ड) यापैकी नाही
13. खेळातून कोणती वृत्ती/भावना वाढीस लागते?
 अ) एकाकिपणा ब) स्वार्थिभावना क) राष्ट्रीयत्व ड) यापैकी नाही
14. समतोल आहारात अन्नघटक किती प्रमाणात असतात?
 अ) योग्य प्रमाणात ब) कमी प्रमाणात क) जास्त प्रमाणात ड) यापैकी नाही
15. शारीरिक शिक्षणाचे ध्येय कोणते?
 अ) भौतिक विकास ब) एकांगी विकास क) सर्वांगीण विकास ड) यापैकी नाही
16. तंबाखू सेवनाने होणारा आजार कोणता ?
 अ) हृत्तरोग ब) क्षयरोग क) कॅन्सर ड) अतिसार
17. चालण्याच्या व्यायामाचे वेळी गणवेश कसा असावा ?
 अ) घट्ट व रंगीत ब) सुती व सैलसर क) वरीलपैकी दोन्ही ड) यापैकी नाही
18. शरीर धारणेतील एक प्रकार कोणता ?
 अ) गोरा ब) काळा क) सडपातळ ड) बुटका
19. पूर्वतयारीचा सिद्धांत कोणी मांडला ?
 अ) हरिवंशराय बच्चन ब) डार्विन क) थिवोडिसीज ड) कार्ल गूस
20. शरीर धारणेतील दोष कोणता ?
 अ) व्यसनाधीनता ब) प्रामाणिकपणा क) सपाट पाऊल ड) यापैकी नाही
21. शरीराच्या नैसर्गिक सहज व योग्य प्रमाणाच्या वाढीला काय म्हणतात?
 अ) शरीर विकास ब) शरीरधारणा क) शारीरिक प्रगती ड) यापैकी नाही
22. स्त्रियांच्या तुलनेत पुरुषांची उंची कशी असते ?
 अ) जास्त ब) कमी क) समान ड) यापैकी नाही
23. स्त्रिया पुरुषांच्या मानाने वजनाने कश्या असतात ?
 अ) जास्त ब) कमी क) समान ड) यापैकी नाही
24. खालीलपैकी जास्त लवचिकता कोणामध्ये असते ?
 अ) पुरुष ब) स्त्रिया क) वरीलपैकी दोन्ही ड) यापैकी नाही

25. 400 मीटर स्टॅण्डर्ड ट्रॅकमध्ये कीर्ति लेन (धावपट्ट्या) असतात?

- अ) 5 ब) 6 क) 8 ड) 7

योग्य पर्याय

1. ड) 45 मिनिटे
2. क) स्टॅनले हॉल
3. अ) समतोल
4. अ) शरीर व मनाची प्रगती
5. अ) खेळणे
6. अ) शिक्षणाचा
7. अ) 12 वर्ष
8. ब) मनोरंजन
9. क) हालचाल
10. अ) स्पर्धा
11. अ) फेडीक सिलर
12. ब) समाजप्रिय
13. क) राष्ट्रीयत्व
14. अ) योग्य प्रमाणात
15. क) सर्वांगीण विकास
16. क) कॅन्सर
17. ब) सुती व सैलसर
18. क) सडपातळ
19. ड) कार्ल गूस
20. क) सपाट पाऊल
21. अ) शरीर विकास
22. अ) जास्त
23. ब) कमी
24. ब) स्त्रिया
25. क) 8