

Academic Council: Date 26 / 04 / 2010, R. No.: (2)

Executive Council: Date 07 / 05 / 2010, R. No.: (3)

BHAVNAGAR UNIVERSITY

BHAVNAGAR

(NACC Accreditation Grade “B”)

CREDIT AND SEMESTER SYSTEM

SYLLABUS

MASTER OF PHYSICAL EDUCATION

(M.P.Ed.)

(In Force From Academic Year: 2010-2011)

तमसो मा ज्योतिर्गमय

Credit Based Semester System
Effective from June-2010
Semester - 1

Paper No	Title of the Paper	Maximum marks		Minimum Marks Required To pass		Teaching hours per week	Duration of Examination Hours	Credits
		Internal Evaluation	External Evaluation	Internal Evaluation	External Evaluation			
01	History and Philosophical Foundation of Physical Education	30	70	15	35	3	2	3
02	Health Education	30	70	15	35	3	2	3
03	Research Methods in Physical Education	30	70	15	35	3	2	3
04	Sports Sociology -- OR --	30	70	15	35	3	2	3
04	Yoga and Naturopathy							
TOTAL								12

Semester-1
Practical Lesson

Semester-1
Practical Skills

Internal	External	Total	Internal	External	Total	Credit
N.A.	N.A.	N.A.	60	190	250	12

	Practical	Theory	Total Credit
Semester-I Practical & Theory Total Credit	12	12	24

Credit Based Semester System
Effective from June-2010
Semester - 2

Paper No	Title of the Paper	Maximum marks		Minimum Marks Required To pass		Teaching hours per week	Duration of Examination Hours	Credits
		Internal Evaluation	External Evaluation	Internal Evaluation	External Evaluation			
01	Kensiology & Biomechanics	30	70	15	35	3	2	3
02	Test Mesurement and Evaluation in Physical Education	30	70	15	35	3	2	3
03	Statistics in Physical Education	30	70	15	35	3	2	3
04	Physical Fitness and well being -- OR --	30	70	15	35	3	2	3
04	Science of Diat							
TOTAL								12

Semester-2
Practical Lesson

Semester-2
Practical Skills

Internal	External	Total	Internal	External	Total	Credit
N.A.	N.A.	N.A.	60	190	250	12

	Practical	Theory	Total Credit
Semester-II Practical & Theory Total Credit	12	12	24

Credit Based Semester System
Effective from June-2010
Semester - 3

Paper No	Title of the Paper	Maximum marks		Minimum Marks Required To pass		Teaching hours per week	Duration of Examination Hours	Credits
		Internal Evaluation	External Evaluation	Internal Evaluation	External Evaluation			
01	Sports Medicine	30	70	15	35	3	2	3
02	Scientific Principles of Coaching	30	70	15	35	3	2	3
03	Philosophy of Exercise	30	70	15	35	3	2	3
04	Information Technology in Physical Education	30	70	15	35	3	2	3
TOTAL								12

Semester-3
Practical Lesson

Internal	External	Total	Internal	External	Total	Credit
N.A.	N.A.	N.A.	60	190	250	12

Semester-3
Practical Skills

	Practical	Theory	Total Credit
Semester-III Practical & Theory Total Credit	12	12	24

Credit Based Semester System
Effective from June-2010
Semester - 4

Paper No	Title of the Paper	Maximum marks		Minimum Marks Required To pass		Teaching hours per week	Duration of Examination Hours	Credits
		Internal Evaluation	External Evaluation	Internal Evaluation	External Evaluation			
01	Sports Administration	30	70	15	35	3	2	3
02	Sports Psychology	30	70	15	35	3	2	3
03	Dissertation	30	70	15	35	3	2	3
04	Programme planning and Professional Preparation	30	70	15	35	3	2	3
TOTAL								12

Semester-4
Practical Lesson

Internal	External	Total	Credit		Internal	External	Total
60	90	150	12		N.A.	N.A.	N.A.

Semester-4
Practical Skills

	Practical	Theory	Total Credit
Semester-IV Practical & Theory Total Credit	12	12	24

પ્રશ્નપત્ર-૧

વિષય : શારીરિક શિક્ષણની તાત્વિક આધારશીલાઓ અને ઇતિહાસ (History and Philosophical Foundation of Physical Education)

- એકમ-૧ : - શિક્ષણ
- શિક્ષણનો અર્થ, વ્યાખ્યાઓ, ધ્યેય, હેતુઓ.
- શારીરિક શિક્ષણનો અર્થ, વ્યાખ્યાઓ, ધ્યેય, હેતુઓ તેમજ શિક્ષણ સાથેનો સંબંધ
- શારીરિક શિક્ષણ અને તત્વજ્ઞાન
- એકમ-૨ : - શારીરિક શિક્ષણની તાત્વિક આધારશીલાઓ (પાયાગત સિધ્ધાંતો)
- મનોવૈજ્ઞાનિક રમત અને રમતના સિધ્ધાંતો/ગત્યાત્મક કૌશલ્યો (ઘટકો) શિક્ષણ સંક્રમણ, તાલીમ સંક્રમણની અસરો, જીવ વૈજ્ઞાનિક, (વૃદ્ધિ અને વિકાસ, જાતીય 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 ઉદભવ અને વિકાસ
(ક) ઓલિમ્પિક ચળવળ (Movement) પ્રાચીન અને આધુનિક ઓલિમ્પિક રમતોનો ઐતિહાસિક વિકાસ, એશિયન ગેમ્સ અને કોમનવેલ્થ ગેમ્સ

સંદર્ભ ગ્રંથો

- ૧) અજમેરસિંહ અને અન્ય, "શારીરિક શિક્ષણ તથા ઓલિમ્પિક અભિયાન" લુધિયાણા, કલ્યાણી પીબ્લશર્સ, ૨૦૦૪
- ૨) બુચર ચાર્લ્સ એ, "ફાઉન્ડેશન્સ ઓફ ફિઝિકલ એજ્યુકેશન" સેન્ટ લુઈસ : મીચોરી, મોસ્બી કોર્લેજ પબ્લિશિંગ, ૧૯૮૭
- ૩) અગ્રવાલ જે.સી., "થિયરી એન્ડ પ્રિન્સિપાલ ઓફ એજ્યુકેશન, ફિલોસોફીકલ એન્ડ સોશીયોલોજીકલ બેસીસ ઓફ એજ્યુકેશન", ન્યુ દિલ્હી : વિવેક પબ્લિશીંગ હાઉસ પ્રાઈવેટ લીમીટેડ, ૧૯૮૭
- ૪) બોર્ટો હારોલ્ડ એમ., "મેન એન્ડ મુવમેન્ટ, પ્રિન્સિપાલ ઓફ ફિઝિકલ એજ્યુકેશન એન્ડ સ્પોર્ટ્સ" ન્યુ દિલ્હી : વી.આઈ.પબ્લિકેશન પ્રાઈવેટ લીમીટેડ, ૧૯૯૨
- ૫) કમલેશ એમ.એલ. "ફિઝિકલ એજ્યુકેશન : ફેક્ટ્સ એન્ડ ફાઉન્ડેશન" ફરીદાબાદ : પી.એસ.પબ્લિકેશન પ્રા.લી., ૧૯૮૫
- ૬) કમલેશ એમ.એલ.એન્ડ સંગરાલ એમ.એચ. "પ્રિન્સિપાલ એન્ડ હિસ્ટ્રી ઓફ ફિઝિકલ એજ્યુકેશન" લુધિયાણા : વિનોદ પબ્લિકેશન, ૨૦૦૩
- ૭) ડાગર આર.કે.એસ., "ફિલોસોફીકલ ડેવલપમેન્ટ ઓફ ફિઝિકલ એજ્યુકેશન" ન્યુ દિલ્હી, ફ્રેન્ડ્સ પબ્લિકેશન
- ૮) ચૌહાન શિવકુમાર "શારીરિક શિક્ષા કા દાર્શનિક તથા ઐતિહાસિક પહલૂ" ન્યુ દિલ્હી, ફ્રેન્ડ્સ પબ્લિકેશન

પ્રશ્નપત્ર-૨
વિષય : સ્વાસ્થ્ય શિક્ષણ
(Heath Education)

- એકમ-૧ : શારીરિક શિક્ષણ, સ્વાસ્થ્ય શિક્ષણ (શારીરિક-માનસિક, સામાજિક) અને રંજનનો અર્થ, વ્યાખ્યા, હેતુઓ, ધ્યેયો, સિધ્ધાંતો, રંજનની પધ્ધતિઓ અને વિવિધ વયજુથો માટે રંજન કાર્યક્રમો
- એકમ-૨ (અ) વાતાવરણીય અવરોધ અને પ્રાથમિક સારવાર
(પ્રદુષણ જે વ્યવસાયમાં જોડાયા હોય તેની અસર દા.ત.-કિરપોલ્સવ)
(બ) સંસર્ગજન્ય રોગો તેમના પ્રતિકારક અને ઉપચારક ઉપાયો (એઈડ્સ, હવા, પાણી અને ખોરાક)
- એકમ-૩ : શાળા આરોગ્ય કાર્યક્રમ અને વ્યક્તિગત આરોગ્ય
- વ્યક્તિગત સ્વાસ્થ્યની જરૂરીયાત અને જાળવણી.
- માનસિક આરોગ્ય
- એકમ-૪ : વસ્તી શિક્ષણ (પોલીસી)
- વસ્તી વિસ્ફોટના કારણો અને પગલા)
- રાષ્ટ્રીય કુટુંબ કલ્યાણ)આહાર, સમતોલ આહાર, આહારના ઘટકો
- જાતીય શિક્ષણ અને જરૂરીયાત)

સંદર્ભ ગ્રંથો

- ૧) અજમેરસિંહ અને અન્ય, "શારીરિક શિક્ષણ તથા ઓલિમ્પિક અભિયાન" લુધિયાણા, કલ્યાણી પબ્લિશર્સ, ૨૦૦૪
- ૨) મિલર, ડેવિડ કે એન્ડી. અર્બ એલન, "ફિટનેશ એ લાઈફ ટાઈમ કમીટમેન્ટ" દિલ્હી : સુરજીત પબ્લિકેશન, ૧૯૮૨
- ૩) કુલ દેવેન્દ્રસિંહ, "શરીર રચના ક્રિયાવિજ્ઞાન અને સ્વાસ્થ્ય શિક્ષણ" દિલ્હી : ફ્રેન્ડ્ઝ પબ્લિકેશન, ૧૯૯૮
- ૪) ચારુ, સપરા, યોગરાજ થાની, "સ્વાસ્થ્ય શિક્ષણ જ્ઞાનકોષ" દિલ્હી : સ્પોર્ટ્સ પબ્લિકેશન, ૨૦૦૩
- ૫) વર્મા, કે.કે., "સ્વાસ્થ્ય શિક્ષણ" દિલ્હી : ફ્રેન્ડ્ઝ પબ્લિકેશન
- ૬) પ્રજાપતિ બી.એ.પંડયા અને મહેતા વિરૂબેન, "માનવ શરીર અને વ્યાયામ" ગાંધીનગર : ગુજરાત રાજ્ય પાઠ્ય પુસ્તક મંડળ, ૨૦૦૦
- ૭) સરવૈયા જી.ટી., "સ્વાસ્થ્ય શિક્ષણ અને રમત ચિકિત્સાશાસ્ત્ર" ગાંધીનગર : ગુજરાત રાજ્ય પાઠ્ય પુસ્તક મંડળ, ૨૦૦૧
- ૮) ભટ્ટ ગિરીશ આર., ભટ્ટ પ્રધુમન આર., "શરીર વિજ્ઞાન આરોગ્ય શાસ્ત્ર અને રમત વિજ્ઞાન" અમદાવાદ, ઘવલ પ્રકાશન, ૨૦૦૬

પ્રશ્નપત્ર-૩

વિષય : શારીરિક શિક્ષણમાં સંશોધન પધ્ધતિઓ

(Research Methods in Physical Education)

- એકમ-૧ : શારીરિક શિક્ષણમાં સંશોધનનો અર્થ, વ્યાખ્યા, પ્રકૃતિ, મહત્વ અને ક્ષેત્રો
- એકમ-૨ : સમસ્યાનો અર્થ, વ્યાખ્યા, પસંદગીના ધોરણો, સમસ્યા પ્રાપ્તિના સ્ત્રોત અને શોધ, ઉત્કલ્પના સંબંધિત સાહિત્યનું અધ્યયન, લાયબ્રેરી ટેકનીક
- એકમ-૩ (અ) નમુનાનો અર્થ, વ્યાખ્યા, લક્ષણો, પ્રકારો, મહત્વ
(બ) સંશોધન ઉપકરણો, પ્રશ્નાવલી, મુલાકાત, વલણ માપદંડ, લાક્ષણિકતાઓ અને પ્રકારો
- એકમ-૪ : સંશોધન પધ્ધતિ અને પ્રક્રિયા
સ્થાનો,
- ઐતિહાસિક સંશોધનનો અર્થ, વ્યાખ્યા અને મહત્વ, પ્રાથમિક સંદર્ભ સ્થાનો અને ગૌણ સંદર્ભ બાહ્ય વિવેચન, આંતરિક વિવેચન
- વર્ણનાત્મક સંશોધન, સર્વેક્ષણ અભ્યાસનો અર્થ, વ્યાખ્યા, અગત્યતા
- વ્યક્તિગત અભ્યાસ
- પ્રાયોગિક સંશોધનનો અર્થ, વ્યાખ્યા, જરૂરિયાત અને યોજના (પ્રાયોગિક)
- સંશોધન પ્રાસ્તાવિક રૂપરેખા અને અહેવાલ

સંદર્ભ ગ્રંથો

- ૧) પટેલ આત્મારામ કે., સોલંકી દેજેન્દ્રસિંહ બી., "શારીરિક શિક્ષણમાં સંશોધન પધ્ધતિઓ" અમદાવાદ, ભારત ઈન્સ્ટિટ્યુટ, ૧૯૯૭
- ૨) પારેખ સુરેશ સી., દીક્ષિત એસ. કે., "મનોવૈજ્ઞાનિક સંશોધનોમાં આંકડાશાસ્ત્રીય પ્રક્રિયા" જૂનાગઢ, ચંપા પ્રકાશન, ૧૯૯૫
- ૩) મદન કમલેશ, "મેથડોલોજી ઓફ રિસર્ચ ઈન ફિઝિકલ એજ્યુકેશન એન્ડ સ્પોર્ટ્સ" ન્યુ દિલ્હી, મેટ્રોપોલિટન, ૧૯૮૬
- ૪) કલાર્ક એચ. હેરિસન, "રિસર્ચ પ્રોસેસ ઈન ફિઝિકલ એજ્યુકેશન, હેલ્થ એજ્યુકેશન એન્ડ રિક્રીએશન" ન્યુજર્સી પ્રિન્ટર્સ હોલ ઈન્ક., ૧૯૭૯
- ૫) ચનિયારા એન.જે., કાસુન્દ્રા પી.એમ. અને સાવલિયા જગદીશ કે., "સંશોધન અહેવાલ" અમદાવાદ, ઓમ પ્રિન્ટર્સ, ૨૦૦૭
- ૬) ઉચાટ દિનેશચંદ્ર એ., "સંશોધન સમસ્યા પસંદગીના સૈધ્ધાંતિક અને વ્યવહારૂ આધારો" રાજકોટ, પારસ પ્રકાશન, ૧૯૯૭
- ૭) ઉચાટ ડી.એ., "સંશોધન વિશિષ્ટ પધ્ધતિઓ" રાજકોટ, અમીન માર્ગ, 'શાંત', ૨૦૦૪
- ૮) થોમસ જેરી આર., નેલશન જેક કે., "રિસર્ચ મેથડ્સ ઈન ફિઝિકલ એક્ટિવિટી" યુ.એસ.એ., હ્યુમન કાઈનેટીક્સ, ૧૯૯૬

પ્રશ્નપત્ર-૪

વિષય : રમત સમાજશાસ્ત્ર

(Sports Sociology)

- એકમ-૧ : સમાજશાસ્ત્ર
- સમાજશાસ્ત્રનો અર્થ, વ્યાખ્યા અને અગત્યતા
- રમત સમાજશાસ્ત્રનો અર્થ, વ્યાખ્યા અને અગત્યતા
- એકમ-૨ (અ) વારસો અને વાતાવરણનો અર્થ, વ્યાખ્યા, રમત સમસ્યાઓને અસર કરતા પરિબળો, વાતાવરણ, પ્રેક્ષકો, પ્રતિસ્પર્ધક અને મેદાન
(બ) રમતનો અર્થ, વ્યાખ્યા અને સિધ્ધાંતો, રમત-ગમતમાં સ્પર્ધા, સહકાર અને સમુહ ગતિશીલતા (ટુકડીગત ઐક્ય)
- એકમ-૩ : રમત-ગમત અને સામાજીકરણ (ઘર, શાળા અને શિક્ષણનો રોલ)
- સામાજીકકરણમાં રમતની ભૂમિકા
- રમતો ધ્વારા સમાજમાં સારા સંબંધો સ્થાપિત કરવા માટે નેતૃત્વની ભૂમિકા (નેતૃત્વનો ખ્યાલ)
- એકમ-૪ : માનવની સામાજિક પ્રકૃતિ અને શારીરિક પ્રવૃત્તિ, માનવજાતનો રમત-ગમત એક સાંસ્કૃતિક વારસો
- રિવાજો અને પ્રણાલિકાઓ
- રમત-ગમતમાં આર્થિકતા અને રાજકારણ

સંદર્ભ ગ્રંથો

- ૧) અજમેરસિંહ અને અન્ય, "શારીરિક શિક્ષણ તથા ઓલિમ્પિક અભિયાન" લુધિયાણા, કલ્યાણી પબ્લિશર્સ, ૨૦૦૪
- ૨) એન્થોનીય લાકેર, "ધ સોશિયોલોજી ઓફ સ્પોર્ટ્સ એન્ડ ફિઝિકલ એજ્યુકેશન" રાઉટલેન્ગ ટેયલોર એન્ડ ફ્રાન્સીક શુપ, ૨૦૦૨
- ૩) એડવર્ડ એન્ડ લર્સીમ, "સોશિયોલોજી ઓફ સ્પોર્ટ્સ" ઈલીન્યોસ, ધ ડોરસી પ્રેસ, ૧૯૭૩
- ૪) લોય જહોન એન્ડ ડબલ્યુ, એમ.સ.ફેરસન, "સ્પોર્ટ્સ એન્ડ સોસિયલ સીસ્ટમ" લંડન એડીશન વેસલી પબ્લિશન ટુ, ૧૯૭૮
- ૫) શર્મા એસ.આર. "સોશિયોલોજીકલ ફાઉન્ડેશન ઈન ફિઝિકલ એજ્યુકેશન એન્ડ સ્પોર્ટ્સ" ન્યુ દિલ્હી, ફ્રેન્ડ્સ પબ્લિકેશન, પોબુ એ. "સોશિયોલોજી ઓફ સ્પોર્ટ્સ" દિલ્હી, ફ્રેન્ડ્સ પબ્લિકેશન.

— અથવા —

પ્રશ્નપત્ર-૪

વિષય : યોગ અને કુદરતી ઉપચાર

(Yoga and Naturopathy)

- એકમ-૧ (અ) યોગ, પ્રાણાયામ, અર્થ, મહત્વ, ધ્યાનમાં રાખવાની બાબતો, કસરત અને યોગનો તફાવત.
(બ) આસનના પ્રકારો અને મહત્વ, સુર્યનમસ્કાર.
- એકમ-૨ : અષ્ટાંગ યોગ
- પ્રાણાયામના પ્રકારો અને મહત્વ
ઓમકાર પ્રાણાયામ, કપાલભાતિ પ્રાણાયામ, ભ્રામરિ પ્રાણાયામ, ભસ્ત્રીકા પ્રાણાયામ,
અનુલોપ-વિલોમ પ્રાણાયામ, ઉજ્જયી પ્રાણાયામ, શીતલી પ્રાણાયામ, શીતકારી
- એકમ-૩ : - કુદરતી ઉપચાર
- કુદરતી ઉપચારનો અર્થ, ઈતિહાસ અને મહત્વ
- કુદરતી ઉપચારના સિધ્ધાંતો
- એકમ-૪ : કુદરતી ઉપચારના માધ્યમો (પ્રકારો)
(અ) આહાર
(બ) પાણી
(ક) માટી
(ડ) માલીસ
(ઈ) ચુંબકીય ચિકિત્સા
(ઈ) સૂર્યસ્નાન
(ઉ) ઉપવાસ
(ઊ) એક્યુપ્રેસર

સંદર્ભ ગ્રંથો

- ૧) સરીન, એન. "યોગ શિક્ષા એવમ યોગ ધ્વારા રોગ નિવારણ " ખેલ સાહિત્ય કેન્દ્ર, ૧૯૯૫
- ૨) સત્યપાલ, ઢોલનદાસ અગ્રવાલ, "યોગ આસન એવમ સાધના " દિલ્હી: ભારતીય યોગ સંસ્થાન, ૧૯૮૯
- ૩) કરમેબલકર, પી.વી. " પતંજલી યોગ સૂત્ર " લોનાવાલ : કેવલ્યધામ મુદ્રણાલય યોગમીમાંસા.
- ૪) બ્રમચારી, નરેશકુમાર, "સાધારણ રોગોની યૌગિક તથા પ્રાકૃતિક ચિકિત્સા " નવી દિલ્હી કેન્દ્રીય યોગ તથા પ્રાકૃતિક ચિકિત્સા અનુસંધાન પરિષદ, ભારત સરકાર, જવાહરલાલ નેહરુ ભારતીય ચિકિત્સા તથા હોમિયોપેથી અનુસંધાન ભવન, ૧૯૯૮.
- ૫) ગૌડ, પ્રસાદ, "પ્રાકૃતિક આયુર્વિજ્ઞાન " શાન્તાનંદનગર: આરોગ્ય સેવા પ્રકાશન : મોરીનગર, ઉત્તર પ્રદેશ, ૧૯૯૪

M.P.Ed.
માસ્ટર ઓફ ફિઝીકલ એજ્યુકેશન
સેમેસ્ટર –૨
પરીક્ષા ગુણાંકન

પેપર નંબર	ભાગ –૧ સૈદ્ધાંતિક પેપર (વિષયો)	આંતરિક	બાહ્ય
૫	હલનચલન શાસ્ત્ર અને જીવ યંત્ર વિજ્ઞાન	૩૦	૭૦
૬	શારીરિક શિક્ષણમાં કસોટી, માપન, અને મૂલ્યાંકન	૩૦	૭૦
૭	શારીરિક શિક્ષણમાં આંકડાશાસ્ત્ર	૩૦	૭૦
૮	શારીરિક યોગ્યતા અને સુસ્થિતી અથવા આહાર વિજ્ઞાન	૩૦	૭૦
		૧૨૦	૨૮૦
	સૈદ્ધાંતિક, આંતરિક/ બાહ્ય કુલ ગુણ	૪૦૦	

ભાગ-૨
પ્રાયોગિક

પ્રવૃત્તિ			
૪	ખેલકૂદ –જપિંગ (ઈવન્ટો) (કૌશલ્ય પ્રવિણ્ય, પંચકાર્ય અને મૌખિક પરિક્ષા)	૩૦	૭૦
૫	રમતો–હેન્ડ બોલ, બેડમિંગટન, કુસ્તી, ક્રિકેટ (કોઈ પણ બે રમતોનું કૌશલ્ય પ્રવિણ્ય અને પંચ કાર્ય)– મૌખિક	૩૦	૭૦
૬	ખેલકૂદ ક્ષમતા આંક ૧૦૦, ૮૦૦, મીટર દોડ, લાંબી કુદ, ઉચી કૂદ, ગોળા ફેક (દરેક ઈવન્ટના ૧૦ ગુણ)	--	૫૦
		૬૦	૧૮૦
	પ્રાયોગિક, આંતરિક/ બાહ્ય કુલ ગુણ	૨૫૦	

ભાગ-૧ સૈદ્ધાંતિક + ભાગ –૨ પ્રાયોગિક
 ૪૦૦ + ૨૫૦ = ૬૫૦ કુલ ગુણ

પ્રશ્નપત્ર-૫

વિષય: હલનચલન શાસ્ત્ર અને જીવચંત્ર વિજ્ઞાન

(Kensiology & Biomechanics)

- એકમ-૧ (અ) હલનચલન શાસ્ત્ર અને જીવચંત્ર વિજ્ઞાનનો અર્થ, વ્યાખ્યાઓ, મહત્વ.
- (બ) શરીર રચનાના મૂળભૂત આધારો, સાંધાઓ અને તેમનું હલનચલન તથા સપાટીઓ અને ધરીઓ (axes)
- એકમ-૨ – બળયુક્ત ગતિવિજ્ઞાન (kinetics)
– બળવિહીન ગતિવિજ્ઞાન (kinematics)
– સુરેખ અને કોણીયગતિ.
- એકમ-૩ : ગતિના નિયમો, સમતોલન અને બળ(force)ના સિધ્ધાંતો, ભ્રમણ((spin) અને સ્થિતિસ્થાપકતા, ઉચ્ચાલન
- એકમ-૪ : સ્નાયુના ગત્યાત્મક હલનચલનનું પૃથકકરણ, વિવિધ રમતમાં કૌશલ્યનું યાંત્રિક પૃથકકરણ, દોડવું, કૂંદવું, ફેંકવું, ખેંચવું અને ધકેલવું, રમત કૌશલ્ય, યાંત્રિક પૃથકકરણ-ખેલકૂદ, વોલીબોલ, બાસ્કેટબોલ, હેન્ડબોલ, ક્રિકેટ, ફૂટબોલ, હોકી, ખો-ખો, કબડ્ડી

સંદર્ભ ગ્રંથો

- ૧) પટેલ હર્ષદ આઈ, પરમાર ઉદાજી, "શારીરિક હલનચલનશાસ્ત્ર " અમદાવાદ, અનડા બુક ડેપો
- ૨) પટેલ કાંતિભાઈ આર., "શરીર હલનચલનશાસ્ત્ર" ગાંધીનગર, રમા પ્રકાશન, ૨૦૦૮,
- ૩) અજમેરસિંહ અને અન્ય "શારીરિક શિક્ષા તથા ઓલિમ્પિક અભિયાન" લુધિયાણા, કલ્યાણિ પબ્લિશર્સ, ૨૦૦૪
- ૪) વિએરિમર એમ. ઝેડ. "કાઈનેટીક ઓફ હુમન મોસન, હુમન કાઈનેટિક્સ, ૨૦૦૨
- ૫) વિલિયમ્સ સી.ડબલ્યુ એન્ડ સ્ક્રુટ, "ડાયનાટોમી-ડાયનામિક્સ-હુમન એનાટોમી" હુમન કાઈનેટિક્સ, ૨૦૦૬
- ૬) એ.કે.ઉપ્પલ એન્ડ વી. લાવરેન્સ, "કિનેસિયોલોજી ઈન િઝિકલ એજ્યુકેશન એન્ડ એક્સરસાઈઝ સાયન્સ" દિલ્હી ફ્રેન્ડ્સ પબ્લિકેશન, ૨૦૦૪.
- ૭) પેટેર એમ.સી.ગીનીસ, " બાયોમેકેનિકલ ઓફ સ્પોર્ટ્સ એન્ડ એક્સરસાઈઝ, "દિલ્હી, ફ્રેન્ડ્સ પબ્લિકેશન, ૨૦૦૫
- ૮) કેર, ગેરીય " સ્પોર્ટ્સ મેકેનિકલ ફોર કોચ" ન્યુસ્કો હુમન કાઈનેટિકલ, ૨૦૦૪
- ૯) કુમાર રમેશ, "ખેલ જૈવયાંત્રિકી વિજ્ઞાન" દિલ્હી, ફ્રેન્ડ્સ પબ્લિકેશન

પ્રશ્નપત્ર — ૬

વિષય : શારીરિક શિક્ષણમાં કસોટી, માપન અને મૂલ્યાંકન
(Test Measurement and Evaluation in Physical Education)

- એકમ-૧ (અ) કસોટી, માપન અને મૂલ્યાંકનનો અર્થ, વ્યાખ્યા અને મહત્વ અને મહત્વ માપન અને મૂલ્યાંકનના અધતન પ્રવાહો
(બ) કસોટીનું વર્ગીકરણ, કસોટી પસંદગીના ધોરણો, શરીર બંધારણ (બી.એમ.આઈ., ચરબી માપન)
- એકમ-૨ (અ) શારીરિક યોગ્યતા અને ગત્યાત્મક યોગ્યતાની કસોટીઓ
(૧) આહપર યુવા શારીરિક યોગ્યતા કસોટી
(૨) રાષ્ટ્રીય શારીરિક યોગ્યતા કસોટી
(૩) ઈન્ડિયાના ગત્યાત્મક યોગ્યતા કસોટી
(૪) જે.સી.આર.કસોટી
(બ) સામાન્ય ગત્યાત્મક શક્તિ કસોટીઓ
(૧) બેરો - સામાન્ય ગત્યાત્મક શક્તિ કસોટી
(૨) ન્યુટન ગત્યાત્મક શક્તિ કસોટી
(૩) કોઝન ખેલકૂદ શક્તિ કસોટી
(૪) "લાર્સન" કસોટી
(ક) રૂધિરાભિસરણ અને બળ માપન કસોટીઓ
(૧) હાવર્ડ સ્ટેપ કસોટી
(૨) કૂપરની ૧૨ મિનિટ દોડ/ચાલ કસોટી
(૩) ક્રકોસ - વેબર બળમાપન કસોટી
(૪) રોજર્સની બળમાપન કસોટી
- એકમ-૩ : રમત કૌશલ્યની કસોટી:-
- બેડમિંટન :- (૧) લોખાઈ અને મેકફર્શન કસોટી
(૨) મીલર વોલ - વોલી કસોટી
- બાસ્કેટબોલ :- (૧) જોનસન બાસ્કેટબોલ કસોટી
(૨) લીલીય બાસ્કેટબોલ કસોટી
- હોકી :- (૧) હરબનસિંગ હોકી કસોટી
- ટેનિસ :- (૧) ડાયર ટેનિસ કસોટી
(૨) હેવીટ ટેનિસ કસોટી
- વોલીબોલ :- (૧) રસેલ / લનજ કસોટી
(૨) બ્રેડી વોલીબોલ કસોટી
- ફુટબોલ :- (૧) મેકનોનાલ્ડ
- એકમ-૪ : - સામાજિક મનોવૈજ્ઞાનિક કસોટીઓનો ખ્યાલ
- સ્વખ્યાલ માપન કસોટી (સામાજિક)
- પીટર્સનનું સામાજિક ક્ષમતા માપન
- ચિંતા કસોટી (સ્કેટ)
- શરીર પરિમિતી માપન

સંદર્ભ ગ્રંથો

- ૧) પી.એમ. કાસુન્દ્રા, પટેલ કાંતિભાઈ, "શારીરિક શિક્ષણમાં કસોટીઓ" માપન અને મૂલ્યાંકન"ગાંધીનગર, ૨મા પ્રકાશન, ૨૦૦૮
- ૨) કંસલ દેવિન્દર કે, "ટેસ્ટ એન્ડ મેઝરમેન્ટ ઈન સ્પોર્ટ્સ એન્ડ િઝિકલ એજ્યુકેશન" ન્યુ દિલ્હી, ડી.વી.એસ.પબ્લિકેશન ૧૯૬૬.
- ૩) અસનારે એમ.એચ., "શારીરિક શિક્ષામે પરીક્ષા એવમ માપન " અમરાવતી, અસનારે પ્રકાશન.
- ૪) કલાર્ક એચ.હેરિસન એન્ડ કલાર્ક એચ. ડેવિડ, "એપ્લિકેશન ઓફ મેઝરમેન્ટ ટુ િઝિકલ એજ્યુકેશન" ન્યુજર્સી, પ્રેન્ટીસ હોલ ઈન્ક, ૧૯૮૭
- ૫) સેફિટ માર્ગારેટ જે. " ઈન્ટ્રોડક્શન ટુ મેઝરમેન્ટ ઈન િઝિકલ એજ્યુકેશન એન્ડ એક્સરસાલઝ સાયન્સ" સેન્ટ લૂઈસ મીસૌરી, ટાઈમ્સ મીટર કોલેજ પબ્લિશિંગ, ૧૯૯૦
- ૬) જોન્સન બેરીયએલ, નેલસન જેક કે., "પ્રેક્ટિકલ મેઝરમેન્ટ ફોર ઈવેલ્યુશન ઈન િઝિકલ એજ્યુકેશન" દિલ્હી, સુરજિત પબ્લિકેશન, ૧૯૮૬.
- ૭) કોરબન ચાર્લ્સ બી., રુથ એન્ડ સી, "કોન્સેક્ટ ઓફ િઝિકલ વીથ લેબોરેટરીઝ " ડબલ્યુ એમ.સી. બ્રોન પબ્લિશર, લોવા, ૧૯૮૯.
- ૮) બોમગ્રાટનર ટેડ એ., જેક્સન એન્ડ એસ., "મેઝરમેન્ટ ફોર ઈવેલ્યુએશન ઈન િઝિકલ એજ્યુકેશન એન્ડ એક્સરસાઈઝ સાયન્સ" ડબલ્યુ સી.બી.બ્રાઉન એન્ડ બેન્યમાર્ક પબ્લિશર, લોવા, ૨૦૦૧.
- ૯) હસ્ટ્રડ ડગ્લાસ એન., લેચી એલન િ, "મેઝરમેન્ટ એન્ડ ઈવેલ્યુએશન ઈન િઝિકલ એજ્યુકેશન એન્ડ એક્સરસાઈઝ સાયન્સ " એરીઝોના ૧૯૯૪.
- ૧૦) મિશ્રા, સુરજ ચંદ્રા, " ટેસ્ટ એન્ડ મેઝરમેન્ટ ઈન િઝિકલ એજ્યુકેશન" ન્યુ દિલ્હી, સ્પોર્ટ્સ પબ્લિકેશન, ૨૦૦૫
- ૧૧) સિંગ રાજ, " ટેકનિક ઓફ મેઝરમેન્ટ એન્ડ ઈવેલ્યુએશન, ન્યુ દિલ્હી, કોમનવેલ્થ પબ્લિશર્સ, ૧૯૯૪
- ૧૨) જે. આર. મોરો અને અન્ય, " મેઝરમેન્ટ એન્ડ ઈવેલ્યુએશન ઈન હુમન પરફોર્મનસ" હુમન કાઈનેટીક, યુ.એસ.એ., ૨૦૦૦.

પ્રશ્નપત્ર-૭

વિષય : શારીરિક શિક્ષણમાં આંકડાશાસ્ત્ર

(Statistics in Physical Education)

- એકમ-૧ : આંકડાશાસ્ત્રનો અર્થ, વ્યાખ્યા અને અગત્યતા.
- એકમ-૨ : આવૃત્તિ વિતરણ, મધ્યવર્તી, સ્થિતિનાં માપ, મધ્યક, મધ્યસ્થ, બહુલક, ચતુર્થકો, દશાંશકો અને અવર્ગીકૃત અને માહિતીની ગણતરી અને ઉપયોગ.
- એકમ-૩ (અ) પ્રચાર માનના માપો, વિસ્તાર, સરેરાશ વિચલન, ચતુર્થક વિચલન, પ્રમાણિત વિચલન
(બ) આલેખનો અર્થ, વ્યાખ્યા, ઉપયોગિતા, પ્રકાર
- એકમ-૪ (અ) સહસંબંધાંક/ (૧)ગુણાંકન પ્રઘાતની રીત (૨)ક્રમાંક સહ સંબંધની રીત
(બ) પ્રમાય વર્ક, અર્થ, ગુણધર્મો, વિરૂપતા, કુદુદતા
(ક) Z સ્કેલ, T સ્કેલ, O સ્કેલ T રેશિયો

સંદર્ભ ગ્રંથો

- ૧) પારેખ, ભગવાનલાલ, ઉ., ત્રિવેદી મનુભાઈ દ., "શિક્ષણમાં આંકડાશાસ્ત્ર", અમદાવદ, યુનિવર્સિટી ગ્રંથ નિર્માણ બોર્ડ, ગુજરાત રાજ્ય, ૧૯૯૪.
- ૨) પટેલ, આત્મારામ જે. સોલંકી દેવેન્દ્રસિંહ બી., "શારીરિક શિક્ષણમાં સંશોધન પદ્ધતિઓ", અમદાવદ ભાવી ઈન્સ્ટિટ્યુટ, ૧૯૯૭
- ૩) પારેખ, સુરેશ સી., દીક્ષીત એસ. કે., "મનોવૈજ્ઞાનિક સંશોધનમાં આંકડાશાસ્ત્રીય પ્રક્રિયા", જુનાગઢ, ચંપા પ્રકાશન, ૧૯૯૫.
- ૪) પારેખ, સેરશ સી., "અપ્રાયલીય આંકડાશાસ્ત્ર", જુનાગઢ, ગુજરાત, ૧૯૯૮.
- ૫) વર્મા, પ્રકાશ જે., "એ ટેક્સ બુક ઓફ સ્પોર્ટ્સ સ્ટેટિસ્ટિકલ" ગ્વાલિયર વિનસ પબ્લિકેશન, ૨૦૦૪.
- ૬) મદન, કમલેશ, "મેથડોલોજી ઓફ રિસર્ચ ઈન ફિઝિકલ એજ્યુકેશન સ્પોર્ટ્સ" ન્યુદિલ્હી, મેટ્રોપોલિટન, ૧૯૮૬.
- ૭) હોલ્લીડાય મીટાલે, એન્ડ લુઈસ ક્રોહેન, "સ્ટેટિસ્ટિકલ ફોર એજ્યુકેશન એન્ડ ફિઝિકલ એજ્યુકેશન" લેડેન હાર્પર એન્ડ રો પબ્લિશર્સ, ન્યુયોર્ક, ૧૯૭૯.
- ૮) કલાર્ક, એચ.હેરિસન, "રિસર્ચ પ્રોસેસ ઈન ફિઝિકલ એજ્યુકેશન હેલ્થ એજ્યુકેશન એન્ડ રિક્રિએશન" ન્યુજર્સી પ્રિન્ટીસ હોલ ઈન્ક, ૧૯૭૯.
- ૯) ચનિયારા, એન. જે., "સંશોધન અહેવાલ", અમદાવદ, ઓમ પ્રિન્ટર્સ, ૨૦૦૭.
- ૧૦) ઉચાટ, દિનેશચંદ્ર એ., "સંશોધન સમસ્યા પસંદગીના સૈધાંતિક અને વ્યવહારુ આધારો" રાજકોટ, પારસ પ્રકાશન, ૧૯૯૭.
- ૧૧) પટેલ, કાંતિભાઈ, કાસુન્દ્રા પ્રભુલાલ, ગોઠી જગદીશચંદ્ર, "શારીરિક શિક્ષણ અને રમત-ગમતમાં આંકડાશાસ્ત્ર" ગાંધીનગર, રમા પ્રકાશન, ૨૦૦૪.
- ૧૨) ઉચાટ, ડી.એ.સંશોધન વિશિષ્ટ પદ્ધતિઓ" અમીન માર્ગ 'શાંત', રાજકોટ, ૨૦૦૪.
- ૧૩) થોમસ જેરી આર., નેલશન જેક કે., "રિસર્ચ મેથડ્સ ઈન ફિઝિકલ એક્ટીવિટી" હુમન કાઈનેટીકલ, યુએસ.એ., ૧૯૯૬.
- ૧૪) શીવ રામક્રિષ્ના એસ., "સ્ટેટિસ્ટિક ફોર ફિઝિકલ એજ્યુકેશન", ન્યુ દિલ્હી, ફ્રેન્ડ્સ પબ્લિકેશન.

પ્રશ્નપત્ર - ૮

વિષય : શારીરિક યોગ્યતા અને સુસ્થિતી (Physical Fitness and Weell being)

- એકમ-૧ : શારીરિક યોગ્યતાના ઘટકો (સ્વાસ્થ્ય અને પ્રદર્શન સંબંધિત યોગ્યતા)
: સ્વાસ્થ્ય અને સુસ્થિતિ, શારીરિક પ્રવૃત્તિઓ પ્રચાર, શારીરિક સક્રિય જીવન શૈલીમાં વિધ્નો,
: વૈદકીય મૂલ્યાંકન, યોગ્યતા મૂલ્યાંકન, યોગ્યતા કાર્યક્રમમાં ભાગ લેવા માટે વિકાસ
કાર્યક્રમના તબક્કાઓ
- એકમ-૨ : કસરતના સિદ્ધાંતો, આદર્શ કાર્યક્રમ, યોગ્યતાનો ખ્યાલ (Concept)
: બાળકો તરૂણો, યુવાનો અને ખાસ જૂથો માટે કસરતો અંગેની માર્ગદર્શક રેખા. યોગ્ય કસરતીય
કાર્યક્રમની રચના, મુશ્કેલ પરિસ્થિતિમાં કસરતો, મુસાફરી (ઓછી જગ્યા, ઈજા દરમ્યાન
વ્યસ્તતામાં)
- એકમ-૩ : યોગ્યતાની પ્રવૃત્તિઓ : એરોબિક ડાન્સ, પાણીની કસરતો, મગજની તાલિમ, ચપળતા અને
સમતોલન તાલીમ, આઈસોમેટ્રિક તાલીમ, સાયકલિંગ, સીડી ચઢ-ઉતર, ટ્રેડમીલ, ચાલવું,
શારીરિક પ્રવૃત્તિઓ, આરોગ્યપ્રદ ફાયદાઓ
- એકમ-૪ (અ) આજીવન યોગ્યતા માટે કાર્યક્રમની રૂપરેખા, યોગ્યતાના ધ્યેયનો ઓળખાણ - સ્વાસ્થ્યન ઉત્તેજન
અને રોગોની અટકાયત, ઘરગથ્થુ કસરતના સાધનો, શારીરિક ખોડ-ખાંપણવાળા તથા વિશિષ્ટ
બાળકો માટે યોગ્યતા, વૃદ્ધો માટે કસરતો.
(બ) શારીરિક યોગ્યતા અને તણાવ વ્યવસ્થાપન, તણાવ સંબંધિત ખ્યાલ, તણાવના નમૂના, તણાવ
વ્યવસ્થાપનમાં કસરતનો ફાળો, સમયનું વ્યવસ્થાપન

સદર્ભ ગ્રંથો

- ૧) એલન ડબલ્યુ. જેક્સન, "ફિઝિકલ એક્ટિવિટી ફોર એન્ડ ફિટનેસ " યુ.એસ.એ. હુમન કાર્દનેટિક્સ, ૧૯૯૯
- ૨) જેરોલ્ડ એસ.ગ્રીનબર્ગ, "ફિઝિકલ ફિટનેસ એન્ડ વેલનેસ" (ત્રીજી આવૃત્તિ), યુ.એસ.એ.હુમન કાર્દનેટિક્સ, ૨૦૦૪
- ૩) જોસેફ પી. વીત્રીક એન્ડ ફ્રાન્સીક એલ. શોર્ટ, ફિઝિકલ ફિટનેસ ટ્રેનિંગ ગાઈડ" યુ.એસ.એ., હુમન કાર્દનેટિક્સ,
૧૯૯૯.
- ૪) અનગુનડ આર.બ્રુકે, "હોમ ફિટનેસ હેન્ડબુક " યુ.એસ.એ. અુમન કાર્દનેટિક્સ, ૧૯૯૬.
- ૫) લેયત્રે બ્રકક, "ફિટનેસ એરોબિક્સ", યુ.એસ.એ. હુમન કાર્દનેટિક્સ, ૧૯૯૬.
- ૬) માર્થ વાઈટ, "વોટર એક્સરસાઈઝ" યુ.એસ.એ. હુમન કાર્દનેટિક્સ, ૧૯૯૬.
- ૭) ડેબી પીલ્લરેલા એન્ડ સ્કુટ ઓ. રોબર્ટ, "ફિટનેસ સ્ટેપીંગ " યુ.એસ.એ. હુમન કાર્દનેટિક્સ, ૧૯૯૬.
- ૮) ગુડરુન પાઉલ, "એરોબિક ટ્રેનિંગ " મેયર એન મેયર સ્પોર્ટ્સ: યુ.કે., ૨૦૦૪.
- ૯) બીટીના એમ. જાંફાપર, "ટ્રેઈન યોર બ્રેઈન " મેયર એન મેયર સ્પોર્ટ્સ: યુ.કે., ૧૯૯૯
- ૧૦) સાવલિયા જમનાદાસ, સોની જતીનકુમાર, સાવલિયા જગદીશ, "રમત વિજ્ઞાન "પાટણ, હેમચંદ્રાચાર્ય ઉતર
ગુજરાત યુનિવર્સિટી, ૨૦૦૬
- ૧૧) અજમેરસિંહ અને અન્ય, "શારીરિક શિક્ષા તથા ઓલિમ્પિક અભિયાન", લુધિયાણા, કલ્યાણી પબ્લિશર્સ ૨૦૦૪.
- ૧૨) કિરટાણી રિમા, "ફિઝિકલ ફિટનેસ " દિલ્હી, ખેલ સાહિત્ય કેન્દ્ર, ૧૯૯૮.
- ૧૩) શીઓકાન ડેઈજી, "ફિઝિયોલોજી ઓફ ફિઝિકલ ફિટનેસ", ન્યુદિલ્હી, સ્પોર્ટ્સ પબ્લિકેશન, ૨૦૦૭.
- ૧૪) ઉપ્પલ એ.કે., "ફિઝિકલ ફિટનેસ એન્ડ વેલનેસ", દિલ્હી, ફ્રેન્ડ્સ પબ્લિકેશન

M.P.Ed.
માસ્ટર ઓફ ફિઝીકલ એજ્યુકેશન
સેમેસ્ટર –૩
પરીક્ષા ગુણાંકન :-

પેપર નંબર	ભાગ –૧ સૈદ્ધાંતિક પેપર (વિષયો)	આંતરિક	બાહ્ય
૯	રમત ચિકિત્સા શાસ્ત્ર	૩૦	૭૦
૧૦	રમત તાલિમના વૈજ્ઞાનિક સિદ્ધાંતો (Scientific Prinples of Coachings)	૩૦	૭૦
૧૧	કસરતીય શરીર વિજ્ઞાન	૩૦	૭૦
૧૨	શારીરિક શિક્ષણમાં ઈન્ફોર્મેશન ટેકનોલોજી	૩૦	૭૦
		૧૨૦	૨૮૦
	સૈદ્ધાંતિક, આંતરિક/ બાહ્ય કુલ ગુણ	૪૦૦	

ભાગ-૨
પ્રાયોગિક

પ્રવૃત્તિ		આંતરિક	બાહ્ય
૪	ખેલકૂદ –ગ્રોઈંગ (ઈવન્ટો) (કૌશલ્ય પ્રવિણ્ય, પંચકાર્ય અને મૌખિક પરિક્ષા)	૩૦	૭૦
૫	રમતો- ફૂટબોલ, ખો-ખો, બાસ્કેટબોલ, હોકી (કોઈ પણ બે રમતોનું કૌશલ્ય પ્રવિણ્ય અને પંચ કાર્ય)- મૌખિક	૩૦	૭૦
૬	ખેલકૂદ ક્ષમતા આંક ૧૦૦, ૮૦૦, મીટર દોડ, લાંબી કુદ, ઉચી કૂદ, ગોળા ફેક (દરેક ઈવન્ટના ૧૦ ગુણ)	—	૫૦
		૬૦	૧૮૦
	પ્રાયોગિક, આંતરિક/ બાહ્ય કુલ ગુણ	૨૫૦	

ભાગ-૧ સૈદ્ધાંતિક + ભાગ -૨ પ્રાયોગિક
 ૪૦૦ + ૨૫૦ = ૬૫૦ કુલ ગુણ

પ્રશ્નપત્ર-૯

વિષય : રમત ચિકિત્સાશાસ્ત્ર

(Sports Medicine)

- એકમ-૧ : રમત ચિકિત્સાશાસ્ત્રનો અર્થ, વ્યાખ્યા, ધ્યેય, હેતુઓ આધુનિક ખ્યાલ અને અગત્યતા.
- એકમ-૨ (અ) રમત ગમતમાં ઈજાઓ અને પ્રાથમિક સારવાર.
ઘા, જખમ, છોલવુ, સ્નાયુખેચાણ, મચક, હાડકાનું ખસી જવું, ટેનીસ એલ્બો, અસ્થિતંત્રભંગ.
(બ) ઈજાઓ થવાના કારણો, ઈજા રોકવાના ઉપાયો, પુનઃસ્થિતી પ્રાપ્તિ અંગે પ્રાથમિક સારવાર.
(ક) માલીશ અને ઉપચાર પદ્ધતિઓનો અર્થ, વ્યાખ્યા, પ્રકાર અને મહત્વ.
હાઈડ્રોથેરાપી, ઈલેક્ટ્રોથેરાપી, એકસરસાઈઝ થેરાપી, ક્રાયોથેરાપી અને થર્મોથેરાપી.
- એકમ-૩ : આહાર-સમતોલ આહારનો અર્થ, વ્યાખ્યા, આહારના ઘટકો તેમજ ખેલાડીઓ માટે આહારની અગત્યતા.
- જીવ શક્તિ ઉત્પાદકો (બાયોએનર્જીટિક), અર્થ, વ્યાખ્યા અને અગત્યતા.
- એકમ-૪ : કુત્રિમ શક્તિવર્ધક દવાઓ (ડોપીંગ)
- અર્થ, પ્રકારો, તેમજ રમત ગમતના ધોરણો પર થતી અસરો.
- ધ્રુમપાન અને મધપાનની રમત ગમતના ધોરણો પર થતી અસરો.
- વર્લ્ડ એન્ટી ડોપીંગ એજન્સી ધ્વારા પ્રતિબંધિત દવાઓ તેમજ તેના ધ્વારા થતી આડ અસરો.

સંદર્ભ ગ્રંથો

- ૧) કલાર્ક નેન્સી, "સ્પોર્ટ્સ ન્યુટ્રિશન ગાઈડબુક" હુમન કાર્બોનેટિક્સ, લીઈઝયોર પ્રેસ, ચેમ્પેઈન, ૧૯૮૦.
- ૨) ડ્રીસ્ટેલ જુડી એ., "સ્પોર્ટ્સ ન્યુટ્રીશન " વોશિંગટન, ડી.સી. ૨૦૦૦.
- ૩) પાઠક જે.ડી., "પોષણ ઉદ્યોગ" અમદાવાદ, યુનિ.ગ્રંથ નિર્માણ બોર્ડ, ગુજરાત રાજ્ય, ૧૯૭૪.
- ૪) પાન્ડે પી.કે., "નો હાઉ સ્પોર્ટ્સ મેડિસિન", જલંધર બુક માર્કેટ, ૧૯૮૮.
- ૫) હેરીસ, માર્ક સ્લાઈડ વિલિયમ્સ, વિલિયમ્સ ડી સ્ટેનીશ એન્ડ લાઈમ જે. મીસેલ, "ઓક્સફર્ડ ટેક્સ બુક ઓફ સ્પોર્ટ્સ મેડિસિન" ન્યુયોર્ક હ ઓક્સફર્ડ યુનિ. પ્રેસ, ૧૯૮૬.
- ૭) પટેલ હર્ષદ આઈ., ચનિયારા નવીનચંદ્ર જે., "રમત વિજ્ઞાન", અમદાવાદ, અનડા પ્રકાશન, ૧૯૮૭.
- ૮) સાવલિયા જમનાદાસ, સોની જતીનકુમાર, સાવલિયા જગદીશ, "રમત વિજ્ઞાન", પાટણ, હેમચંદ્રચાર્ય ઉત્તર ગુજરાત યુનિવર્સિટી, ૨૦૦૬.
- ૯) પટેલ મુકેશભાઈ જી., "રમત વિજ્ઞાન", વિસનગર: ગુજરાત, ૨૦૦૫.
- ૧૦) સિંહ વિજય, "શારીરિક શિક્ષા મેં ખેલ ચિકિત્સા" ન્યુદિલ્હી, ફ્રેન્ડ્સ પબ્લિકેશન.

પ્રશ્નપત્ર-૧૦

વિષય : રમત તાલીમના વૈજ્ઞાનિક સિધ્ધાંતો

(Scientific Principles of Coaching)

- એકમ-૧ : રમત તાલીમ -
- સિધ્ધાંતો
- (અ) અનુકૂલન :તાલીમ અને કોર્ચીંગની પરિભાષા, રમત તાલીમનો ઉદ્દેશ, કાર્ય, વિશેષતાઓ અને
- (બ) તાલીમભાર :તાલીમભારનો અર્થ, વ્યાખ્યા, પ્રકાર અને સિધ્ધાંતો, અધિકભારની પરિભાષા, કારણ લક્ષણ અને સિધ્ધાંતભાર અને અનુકૂલન સંબંધ.
- એકમ-૨ : શારીરિક લાક્ષણિકતાઓના ઘટકો / પાસાંઓ માટે તાલીમ -
- બળ, સહનશક્તિ, ઝડપ, નમનીયતા, ગતિસુમેળ, પ્રસ્તાવના, પરિભાષા, સ્વરૂપ, વિશેષતા અને વિકાસ માટે તાલીમ પધ્ધાંતો
- એકમ-૩ : તકનીક ટ્રેનિંગ યુકિત ટ્રેનિંગ (યુકિત પ્રયુકિત જ્ઞાન), પરિભાષા વિશેષતાઓ તકનીક તાલીમ પધ્ધતિઓ ભૂલોનું કારણ અને સુધાર, યુકિત પ્રયુકિત તાલીમની પધ્ધાંતિ અને સિધ્ધાંત.
- એકમ-૪ : તાલીમ યોજના નિર્માણ અને સંગઠન. તાલીમ યોજના નિર્માણનું મહત્વ, સિધ્ધાંત, અવધિ કાલિનતા (periodisation)અને તેના પ્રકાર-
- રમત તાલીમ નિયંત્રણ યોજના નિર્માણ, પ્રણાલી, રમત પ્રતિભાશોધ પ્રક્રિયા અને પધ્ધતિઓ
- સ્પર્ધાલક્ષી તૈયારીઓ -રમત પ્રતિભા શોધ - પ્રક્રિયા પધ્ધતિ

સંદર્ભ ગ્રંથો

- ૧) શર્મા, આર.કે., "ખેલ ટ્રેનિંગ કે વૈજ્ઞાનિક સિધ્ધાંત ", નવી દિલ્હી, ટ્રિડા સાહિત્ય પ્રકાશન, ૨૦૦૦.
- ૨) પટેલ, કાંતિભાઈ આર., "રમત તાલીમના વૈજ્ઞાનિક સિધ્ધાંતો "ગાંધીનગર, રમા પ્રકાશન, ૨૦૦૧.
- ૩) સિંગ, હરદયાલ, " સાયન્સ ઓફ સ્પોર્ટ્સ ટ્રેનિંગ " ન્યુદિલ્હી :ડી.એ.વી.પબ્લિકેશન, ૧૯૯૧.
- ૪) બીલ ફોરેન, "હાઈ પરફોર્મન્સ સ્પોર્ટ્સ કન્ડિશનિંગ " યુ.એસ.એ., હુમેન કાઈનેટિક્સ પબ્લિકેશન, ૨૦૦૧.
- ૫) ટુડરો ઓ. બોમ્પા, " પિરિયોડાયઝેશન ટ્રેનિંગ સ્પોર્ટ્સ " યુ.એસ.એ., હુમેન કાઈનેટિક્સ પબ્લિકેશન, ૧૯૯૯.
- ૬) ડીકક, ફ્રેન્ડ ડબલ્યુ., સ્પોર્ટ્સ ટ્રેનિંગ પ્રિન્સીપાલ, લંડન: લીટયુશ બુક ૧૯૮૦.
- ૭) ટુડરો ઓ. બોમ્પા, " પિટયોડાયઝેશન " યુ.એસ.એ., હુમેન કાઈનેટિક્સ પબ્લિકેશન, ૧૯૯૯.

પ્રશ્નપત્ર-૧૧

વિષય : કસરતીય શરીર વિજ્ઞાન

(Philosophy of Exercise)

- એકમ-૧ : કસરતીય શરીર વિજ્ઞાનનો અર્થ, વ્યાખ્યા, અગત્યતા અને વ્યાપ.
- એકમ-૨ : સ્નાયુ, સ્નાયુના પ્રકારો અને સ્નાયુકોષના પ્રકારો
- ઐથિયક સ્નાયુઓના ગુણધર્મો, રચના, કાર્યો, સ્નાયુ કાર્ય માટે શક્તિ.
- સ્નાયુ સંકોચન દરમિયાન સ્નાયુમાં થતાં ફેરફારો.
- એકમ-૩ : શરીરના વિવિધ તંત્રો રચના અને કાર્યો તથા તંત્રો પર થતી વ્યાયામની અસરો
(સ્નાયુતંત્ર, રૂધિરાભિસરણ તંત્ર, શ્વસનતંત્ર, પાચનતંત્ર)
- એકમ-૪ : સેકન્ડ વિન્ડ અને પ્રાણવાયુનું દેવું, ઉષ્માપ્રેરક વ્યાયામ, કન્ડિશનિંગ થાક અને કુલીન ડાઉન

સંદર્ભ ગ્રંથો

- ૧) ચામ્પે, પામેલા સી. એન્ડ હેરી રીચાર્ડ એ., "બાયોકેમેસ્ટ્રી" ન્યુજર્સી, રાવેન પબ્લિશર, હેમપ્ટોન, ૧૯૪૮.
- ૨) ડીસ્ટ્રેલ જુડી એ., "સ્પોર્ટ્સ ન્યુટ્રીશન" લંડન, ન્યુયોર્ક, વોશિંગ્ટન, ડી.સી., સી.આર.સી.પ્રેસ., બોકા રેટોન, ૨૦૦૦.
- ૩) શર્મા આર. કે., "વ્યાયામ ક્રિયા વિજ્ઞાન એવમ ખેલ ચિકિત્સા શાસ્ત્ર" નવી દિલ્હી, ક્રિડા સાહિત્ય પ્રકાશન, ૧૯૯૯.
- ૪) સાવલિયા જમનાદાસ, સોની જતીનકુમાર, સાવલિયા જગદીશ, "રમત વિજ્ઞાન" પાટણ, હેમચંદ્રચાર્ય ઉત્તર ગુજરાત યુનિ.૨૦૦૬
- ૫) પટેલ હર્ષદ આઈ., ચનિયારા નવીનચદ્ર જે., "રમત વિજ્ઞાન", અમદાવાદ, અનડા પ્રકાશન, ૧૯૮૭.
- ૬) પટેલ મુકેશભાઈ જી., "રમત વિજ્ઞાન", વિસનગર: ગુજરાત, ૨૦૦૫.
- ૭) પટેલ હર્ષદ આઈ., પરમાર ઉદાજી, "શારીરિક હલનચલન શાસ્ત્ર", અમદાવાદ, અનડા બુક ડિપો.
- ૮) પટેલ હર્ષદ આઈ., "કસરતીય શરીર વિજ્ઞાન", અનડા બુક ડિપો, અમદાવાદ, ૧૯૯૪.
- ૯) પટેલ કાંતિભાઈ રા., "શરીર હલનચલનશાસ્ત્ર" ગાંધીનગર, રમા પ્રકાશન, ૨૦૦૬,
- ૧૦) પાન્ડે પી.કે., "નો હાઉ સ્પોર્ટ્સ મેડિસિન", જલંધર, એ.પી.પબ્લિશર, ૧૯૮૯.
- ૧૧) ફોકસ, એડવર્ડ એલ., બોવર્સ રીચાર્ડ ડબલ્યુ. ફોસ મીર્લે એલ., "ધી ફિઝિયોલોજીકલ બેસીસ ઓફ ફિઝિકલ એજ્યુકેશન એન્ડ એથ્લેટિક્સ" બ્રાઉન પબ્લિશર, લોવા ૧૯૮૯.
- ૧૨) બોવર્સ, રીચાર્ડ ડબલ્યુ, એન્ડ ફોકલ એડવર્ડ એલ., "સ્પોર્ટ્સ ફિઝિયોલોજી", બ્રાઉન પબ્લિશર, લોવા ૧૯૮૨.
- ૧૩) અજમેરસિંહ અને અન્ય "શારીરિક શિક્ષા તથા ઓલિમ્પિક અભિયાન" લુધિયાણા, કલ્યાણિ પબ્લિશર્સ, ૨૦૦૪
- ૧૪) શર્મા, આર.કે., "ખેલ ટ્રેનિંગ કે વૈજ્ઞાનિક સિધ્ધાંત", નવી દિલ્હી, ક્રિડા સાહિત્ય પ્રકાશન, ૨૦૦૦.
- ૧૫) ગૌરે, ક્રિસ્ટોફર જહોન, "ફિઝિયોલોજીકલ ટેસ્ટ ફોર ઈલાઈટ એથ્લેટ્સ" હુમન કાઈનેટિક્સ, ઓસ્ટ્રેલિયા સ્પોર્ટ્સ કમિશન, ૨૦૦૦

પ્રશ્નપત્ર-૧૨

વિષય : શારીરિક શિક્ષણમાં ઈનફર્મેશન ટેકનોલોજી

(Information Technology in Physical Education)

- એકમ-૧ : લોકલ એરિયા નેટવર્ક અને ઈન્ટર નેટ
- (અ) નેટ વર્કીંગ
- નેટ વર્કનો ખ્યાલ વર્ગીકરણ.
- લોકલ એરિયા નેટવર્ક (LAN) ના લક્ષણો અને નેટવર્કની જરૂરીયાત, અગત્યતા.
- LAN Topology -રિંગ, બસ, પીચર, ટુ પીચર
- LAN ના પાસાઓ, સર્વે, વર્ક સ્ટેશન, કેબલ
- (બ) ઈન્ટર નેટ
- ઈન્ટર નેટનો અર્થ, ઈતિહાસ, એપ્લિકેશન, એપ્રેસ.
- મોડેમન પરિચય, વેલ ક્લાયન્ટ, વેલ સર્વર TCP-IP, HTTP, FIP and
- URL
- ડાયલ અપ, એસેસ, ડાયરેક્ટ એસેસ
- WWW નો પરિચય, વેલ બ્રોસરનો ઉપયોગ (રમત ગમતની પ્રવૃત્તિ માટે વિશેષ)
- સર્ચ એન્જિનનો પરિચય, સર્ચ એન્જિનના હેતુઓ અને ઉપયોગો, સર્ચ એન્જિનના
- પ્રકારો
- ફાયર વોલ અને ગેટવેનો અર્થ અને વ્યાખ્યાઓ
- (ક) ઈ-મેઈલ
- ઈ-મેઈલ ખ્યાલ, કેવી રીતે કાર્ય કરે, કેવી રીતે મોકલાય અને રીસીવ કરાય, એપ્રેસ વગેરે.
- બુક
- એકમ-૨ : HTML નો ઉપયોગ કરીને વેબ ડિઝાઈન
- સામાન્ય ખ્યાલ
- વેબ બ્રોસર અને HTML કાર્યક્રમનો પરિચય
- HTML કાર્યક્રમની રચના, પેર, ડોક્યુમેન્ટ, હેડ અને બોડી ટેગ
- લીકીંગ ડોક્યુમેન્ટ, આંતરીક -બાહ્ય ડોક્યુમેન્ટ
- હેડીંગ લાઈન, ડ્રોઈંગ લાઈન
- પેરેગ્રાફ બ્રેક-ફોન્ટ સ્ટાઈલ (બોલ્ડ, ઈટાલિક, અન્ડરલાઈન વગેરે)
- લિસ્ટના પ્રકારો - ઓર્ડર અને અન ઓર્ડર
- ગ્રાફિક્સ, ઈમેઈજ, સાઉન્ડ, વિડીયો
- ટુલ્સ, હેડર, ડાયા, રો, કેપ્ટન ટેગ width નો ઉપયોગ, બોર્ડર, વર્કીંગ, સેલ સ્પેસીંગ BG કોલમ એન રો, સ્પાન એલાઈમેન્ટ (કોલમ વગેરે)
- ફોર્મનો પરિચય
- ફોર્મની ડિઝાઈન, ફોર્મનું સર્જન (વિવિધ રીતોથી)બેક બોક્સ, કન્ટ્રોલ ટેક્સ બોક્સ, ડ્રોપ ડાઉન, બોક્સ, કમાન્ડ બટન અને એપ્શન બટન.
- કલર
- લિસ્ટ

એકમ-૩ : મલ્ટીમીડીયા પ્રેઝન્ટેશન પેકેજ

– મલ્ટીમીડીયા

– ફ્લાયબેન્ટલ, એપ્લિકેશન (રમતોમાં) સાધનો, ૩ D ગ્રાફિક્સનો પરિચય, એનિમેશન, મોર્ફિંગ, સાઉન્ડ અને મ્યુઝીક

પ્રેઝન્ટેશન પેકેજ

– પરિચય, સામાન્ય ખ્યાલ, હેતુઓ, અસરકારક પ્રેઝન્ટેશનની યુક્તિઓ, પ્રેઝન્ટેશનના શારીરિક પાસાઓ

– પ્રેઝન્ટેશન પેકેજ starting & quitting

– ઓપનિંગ / ક્લોઝિંગ પ્રેઝન્ટેશન, ક્લોઝિંગ ટેબલ, મેકીંગ ચાર્ટ, સેવ અને કલોઝ, નવી સ્લાઈડ ચેક કરવી, સ્લાઈડ ચેન્જ કરવી બ્લેક પ્રેઝન્ટેશનનું સર્જન, ટેક્સ, ફોન્ટ સાઈઝ બદલવી, ગ્રાફિક્સ ટુલ્સ, સ્લાઈડ શો, એક્શન બટન સાથે Working

એકમ-૪ : રમત પ્રવૃત્તિઓનું આયોજન

– માઈક્રોસોફ્ટ પ્રોજેક્ટનો ઉપયોગ કરીને વિવિધ રમતો માટેના વિવિધ પેકેજો તૈયાર કરવા

• પ્રેક્ટીકલ

નીચેના પ્રેક્ટીકલ કોમ્પ્યુટર લેબોરેટરીમાં કરાવવા

- રમત સોફ્ટવેરનો પરિચય
- માઈક્રોસોફ્ટ પ્રોજેક્ટ મેનેજર રમત પ્રવૃત્તિ develop કરવી
- ઈન્ટરનેટનો પરિચય.
- ઈ-મેઈલનો અભ્યાસ.
- ઈન્ટર નેટ પર રમત પ્રવૃત્તિનો browse
- પાવર પોઈન્ટમાં સ્લાઈડ શો તૈયાર કરવા.
- મલ્ટીમીડીયામાં સ્લાઈડ શો તૈયાર કરવા.
- મલ્ટીમીડીયામાં પેકેજ શીખવવું.
- વેબ ડિઝાઈન (HTML નો ઉપયોગ)

સંદર્ભ ગ્રંથો

- ૧) કોમ્પ્યુટર નેટવર્ક્સ-ટેનેલ્લોપ અને એન્ડયુ એલ પ્રેન્ટીસ હોલ ઓફ ઈન્ડિયા – ન્યુ દિલ્હી
- ૨) એમ.એસ.ઓફિસ ૨૦૦૦- કોમ્પ્યુટર વર્લ્ડ
- ૩) ઈન્ટરનેટ બેઝિક રેફરન્સ ફોમ એ ટુ ઝેડ – ફોક બીપીપી
- ૪) માસ્ટરિંગ વેબ ડિઝાઈન – મેકરોય –બીપીપી
- ૫) ટીચ યોર સેલ્ફ HTML in 24 hrs. ઓલિવર મીડિયા
- ૬) જી.ડબલ્યુ. ડબલ્યુ. ડિઝાઈન વીથ HTML સી. ઝેવીયર્સ, ટાટા મેક હીલ-દિલ્હી

M.P.Ed.
માસ્ટર ઓફ ફિઝીકલ એજ્યુકેશન
સેમિસ્ટર - ૪
પરીક્ષા ગુણાંકન

પેપર નંબર	ભાગ - ૧ સૈદ્ધાંતિક પેપર (વિષયો)	આંતરિક	બાહ્ય
૧૩	રમત સંચાલન	૩૦	૭૦
૧૪	શારીરિક શિક્ષણ અને રમત મનોવિજ્ઞાન	૩૦	૭૦
૧૫	લઘુશોધ નિબંધ	---	૧૦૦
૧૬	ઈલેક્ટીવ પેપર, વ્યવસાયિક સુસજ્જતા અને અભ્યાસક્રમ રચના	૩૦	૭૦
	સૈદ્ધાંતિક, આંતરિક/ બાહ્ય કુલ ગુણ	૪૦૦	

ભાગ-૨
પ્રાયોગિક

પ્રવૃત્તિ			
૧૦	કોચિંગ લેશન, (આંતરિક - ૬) - એથલેટિક્સના - ૩ લેશન, રમતના - ૩ લેશન-કુલ - ૬ લેશન	૬૦	---
	કોચિંગ લેશન, (બાહ્ય - ૨) - એથલેટિક્સના - ૧ લેશન, રમતના - ૧ લેશન-કુલ - ૨ લેશન	---	૮૦
		૬૦	૮૦
	પ્રાયોગિક, આંતરિક/ બાહ્ય કુલ ગુણ	૧૫૦	

ભાગ-૧ સૈદ્ધાંતિક + ભાગ -૨ પ્રાયોગિક
 ૪૦૦ + ૧૫૦ = ૫૫૦ કુલ ગુણ

પ્રશ્નપત્ર-૧૩
વિષય:-૨મત સંચાલન
Sports Administration

- એકમ-૧: (અ)૨મત સંચાલનનો અર્થ, વ્યાખ્યા, સિધ્ધાંતો, મહત્વ અને કાર્યો.
(બ)વ્યવસ્થાતંત્રનો અર્થ, વ્યાખ્યા, ૨મત મંડળોનું વ્યવસ્થાતંત્ર અને તેમના કાર્યો.
(સ્કુલ, કોલેજ, યુનિવર્સિટી, અને સરકાર)
- એકમ-૨: જન સંપર્ક-વ્યાખ્યા, અર્થ, સંકલ્પના, માધ્યમો
જનસંપર્કના સિધ્ધાંતો -શારીરિક શિક્ષણના શિક્ષણકનો ફાળો અને જવાબદારીઓ.
ગુણવતાયુક્ત અસરકારક જનસંપર્ક માટે ચાવીઓ.
- એકમ-૩: ૨મત-ગમત સુવિધાઓ, સાધનો, નાણા (બજેટ)અને કર્મચીરઓનું સંચાલન
- એકમ-૪: શૈક્ષણિક પધ્ધતિ, કૌશલ્યો, નીરીક્ષણના પ્રકારો શારીરિક શિક્ષણના પાઠ આયોજન અને તેના સિધ્ધાંતો, વિદ્યાર્થી શિક્ષણ આંતર પ્રક્રિયા અને સંબધ

સંદર્ભગ્રંથો

- રોય એસ.એસ., "સ્પોર્ટ્સ મેનેજમેન્ટ" ન્યુ દિલ્હી, ફ્રેન્ડ્સ પબ્લિકેશન.
નંદા એસ.એમ., "સ્પોર્ટ્સ મેનેજમેન્ટ" ન્યુ દિલ્હી, ફ્રેન્ડ્સ પબ્લિકેશન. ન્યુ દિલ્હી.
મોર્ગન ડી.જે., સ્પોર્ટ્સ માકેટીંગ " ન્યુ દિલ્હી, ફ્રેન્ડ્સ પબ્લિકેશન., ન્યુ દિલ્હી

પ્રશ્નપત્ર -૧૪

વિષય:-૨મત મનોવિજ્ઞાન Sports Psychology

- એકમ-૧: ૨મત મનોવિજ્ઞાનનો અર્થ, વ્યાખ્યા અને અગત્યતા-કાર્યક્ષેત્ર
- એકમ-૨: (અ)શીખવવાની પ્રક્રિયા, અર્થ, વ્યાખ્યા, સિધ્ધાંતો, નિયમો અને તેનું અમલીકરણ
(બ)વૈયકતિક ભિન્નતાનો અર્થ, વ્યાખ્યા, પ્રકારો અને કારણો
-શરીર પ્ર(1૨ પ્રમાણે) ૨મત પ્રવૃત્તિ, વૈયકતિક ભિન્નતા અને તેમના કૌશલ્ય શિક્ષણ અને ૨મત દેખાવ ઉપર પ્રભાવ
- એકમ-૩: (અ)સંવેગનો અર્થ, વ્યાખ્યા, પ્રકારો અને લક્ષણો
-૨મત -ગમત સિધ્ધિ પ્રાપ્તિને અસર કરતા મનોવૈજ્ઞાનિક પરીબળો જેવા કે ભારણ, ચિંતા, તનાવ અને આક્રમકતા
(બ)પ્રેરણાનો અર્થ, વ્યાખ્યા, પ્રકારો, ૨મત-ગમતમાં પ્રેરણાની ગતિશીલતા અને પધ્ધતિઓ
- એકમ-૪: (અ)વ્યકિતત્વનો અર્થ, વ્યાખ્યા, સિધ્ધાંતો, વ્યકિતત્વનાં આયામ, વ્યકિતત્વ અને દેખાવ, શારીરિક અને ૨મતો ધ્વારા વ્યકિતત્વ વિકાસ.
(બ)સ્પર્ધાની મનોવૈજ્ઞાનિક તૈયારી, વ્યાખ્યા, સિધ્ધાંત, ધ્યેય, મનોવૈજ્ઞાનિક તૈયારીને પ્રભાવિત કરતા ઘટકો, ટૂંકાગાળાની મનોવૈજ્ઞાનિક તૈયારી, લાંબાગાળાની મનોવૈજ્ઞાનિક તૈયારી

સંદર્ભ ગ્રંથો

- અજમેરસિંહ અને અન્ય "શારીરિક શિક્ષા તથા ઓલિમ્પિક અભિયાન" લુધિયાણા, કલ્યાણિ પબ્લિશર્સ, ૨૦૦૪
- સિંગર રિચાર્ડ એમ., "સાયકોલોજી ઈન સ્પોર્ટ્સ મેડિસ એન્ડ એપ્લિકેશન", દિલ્હી, સુરજિત પબ્લિકેશન, ૧૯૬૨.
- સિંગર રોબટે, "મોટર બેનિંગ એન્ડ હુમન પરફોર્મન્સ", ન્યુયોર્ક, મેકમિલન પબ્લિશિંગ કંપની, ૧૯૭૫
- કમલેશ, એમ.એલ., "સાયકોલોજી ઈન ફિઝિકલ એજ્યુકેશન એન્ડ સ્પોર્ટ્સ", ન્યુ દિલ્હી, મેટ્રોપોલિટન બુક કંપની, ૧૯૯૮.
- કંવર આર.સી., "શિક્ષા એવમ ક્રિકેટ મનોવિજ્ઞાન " દાંતોલી, નાગપુર, અમીત બ્રધર્સ પબ્લિકેશન, ૨૦૦૨.
- ત્રિપાઠી પ્રેમચંદ્ર, મિશ્રા સૂર્યપ્રસાદ, " શારીરિક શિક્ષા એવમ ક્રિકેટ મનોવિજ્ઞાન ", ભોપાલ, હિન્દી ગ્રંથ અકાદમી, ૧૯૯૬.
- કમલેશ મદન, "વ્યાયામ એવમ ક્રિકેટ મનોવિજ્ઞાન " ન્યુ દિલ્હી, મેટ્રોપોલીટન બુક કંપની, ૧૯૯૮
- પટેલ આત્મારામ, સોલંકી દેવેન્દ્રસિંહ, " ૨મત મનોવિજ્ઞાન ", અમદાવાદ, ભારત ઈન્સ્ટિટ્યુટ, ૧૯૯૭
- રવિન્દ્ર અંધારિયા અને અન્ય, "શૈક્ષણિક અને ૨મત મનોવિજ્ઞાન ", ગાંધીનગર, ગુજરાત રાજ્ય પાઠ્ય પુસ્તક મંડળ, ૨૦૦૨.
- પાંડવ પી.ડી., "શિક્ષા મનોવિજ્ઞાન" આગ્રા, વિનોદ પુસ્તક મંદિર, ૧૯૭૯.
- પટેલ ચંદ્રકાંત પી., "સામાન્ય મનોવિજ્ઞાન " અમદાવાદ યુનિવર્સિટી ગ્રંથ નિર્માણ બોર્ડ, ગુજરાત રાજ્ય, ૧૯૯૧.
- પટેલ મોતીલાઈ અને અન્ય, "અશ્વેતા -સવરૂપ અને વિકાસ " અમદાવાદ, બી.એસ.શાહ પ્રકાશન, ૨૦૦૩-૨૦૦૪.
- જે.કે.એમ.લીયુવીબી, જયુડી એ બ્લકઈવ, " સાયકોલોજી ઓફ કોચિંગ થીયરી એન્ડ એપ્લિકેશન", દિલ્હી, સુરજિત પબ્લિકેશન, ૧૯૮૨.
- ટુનીટ મારટીન, "કોચિંગ ગાઈડ ટુ સ્પોર્ટ્સ સાયકોલોજી " હુમન કાર્નેટિક્સ, ૧૯૮૭.
- સમેરીન ચક્રવર્તી, " સ્પોર્ટ્સ સાયકોલોજી " દિલ્હી, સ્પોર્ટ્સ પબ્લિકેશન, ૧૯૯૮
- પંચોરી એસ.કે., " સ્પોર્ટ્સ સાયકોલોજી " કોમનવેલ્થ પબ્લિશર, ૧૯૯૮.
- કોહેન રોનાલ્ડ જેપ, " સાયકોલોજી ટેસ્ટિંગ એન્ડ એસેસમેન્ટ " મેફિલ પબ્લિશિંગ કંપની
- કમલેશ એમ.એલ., " ધી આઈડિયા ઈન સ્પોર્ટ્સ સાયકોલોજી " ન્યુ દિલ્હી, ફ્રેન્ડ્સ પબ્લિકેશન.

પ્રશ્નપત્ર –૧૫
વિષય:– ડેઝર્ટેશન
Dissertation

પ્રશ્નપત્ર –૧૬
વિષય:–વ્યવસાયિક સુસજ્જતા અને અભ્યાસક્રમ રચના
Progamme planning and Proffessional Preparation

- એકમ-૧: (અ)શારીરિક શિક્ષણમાં શિક્ષણ, શિક્ષણનો વિકાસ તેમજ ભારતમાં રમત –ગમત અને શારીરિક શિક્ષણના વ્યવસાયિક અભ્યાસક્રમો.
(બ)વ્યવસાયિક નિતીમતા અથવા આચારસંહિતા તેમજ શારીરિક શિક્ષણના શિક્ષકની લાક્ષણિકતાઓ અને લાયકાતો.
- એકમ-૨: શૈક્ષણિક અને વ્યવસાયિક અભ્યાસક્રમોમાં સમાવિષ્ટ બાબતો તેમજ અભ્યાસક્રમ આયોજનના સિધ્ધાંતો તેમજ પ્રશ્ન આયોજનના સિધ્ધાંતો.
- એકમ-૩: વિદ્યાર્થીઓની ઉંમર પ્રમાણેની લાક્ષણિકતાઓ અને પ્રવૃત્તિઓની પસંદગી
- એકમ-૪: શારીરિક શિક્ષણ અને રમત પ્રવૃત્તિઓ માટે શાળા તેમજ વર્ગખંડના સમય પત્રકની રચના અને નિરીક્ષણની પદ્ધતિનો ખ્યાલ.

સંદર્ભ ગ્રંથ

- જેમ્સ જોસ, "કરીક્યુલમ ડિઝાઈન ઈન ફિઝિકલ એજ્યુકેશન એન્ડ સ્પોર્ટ્સ " ન્યુ દિલ્હી, ફ્રેન્ડ્સ પબ્લિકેશન.
–જિંગલર અરલે એફ, " A Way cut of Ethical Confusion ન્યુ દિલ્હી, ફ્રેન્ડ્સ પબ્લિકેશન.
–ગુપ્તા રાકેશ, "હેન્ડ બુક ઓફ રિસર્ચ ટ્રેનિંગ ઈન ફિઝિકલ એજ્યુકેશન એન્ડ સ્પોર્ટ્સ", ન્યુ દિલ્હી, ફ્રેન્ડ્સ પબ્લિકેશન.
–વનાઈક અનીલ, "મેથડ ઈન ફિઝિકલ એજ્યુકેશન" ન્યુ દિલ્હી, ફ્રેન્ડ્સ પબ્લિકેશન.

	સૈદ્ધાંતિક	પ્રાયોગિક
સેમિસ્ટર -૧	૪૦૦	૨૫૦
સેમિસ્ટર -૨	૪૦૦	૨૫૦
સેમિસ્ટર -૩	૪૦૦	૨૫૦
સેમિસ્ટર -૪	૪૦૦	૧૫૦
કુલ:—	૧૬૦૦	+ ૮૦૦ = ૨૫૦૦

Semester-I

- (૧)શારીરિક શિક્ષણની તાત્વિક આધારશિલાઓ અને ઈતિહાસ
(History and Phylosophical Foundation of physical Foundation of Physical Education)
- (૨)સ્વાસ્થ્ય શિક્ષણ (Health Education)
- (૩)શારીરિક શિક્ષણમાં સંશોધન પધ્ધતિઓ (Research Methods in Physical Education)
- (૪)રમત સમાજશાસ્ત્ર અથવા યોગ અને નિસર્ગોપચાર (Sports Sociology or Yoga and Naturopathy)

Semester-II

- (૫)હલનચલન શાસ્ત્ર અને જીવયંત્ર વિજ્ઞાન (Kensiology & Biomechanics)
- (૬)શારીરિક શિક્ષણમાં કસોટી, માપન અને મૂલ્યાંકન (Test Measurement and Evaluation in Physical education)
- (૭)શારીરિક શિક્ષણમાં આંકડાશાસ્ત્ર (Statistics in Physical Education)
- (૮)શારીરિક યોગ્યતા અને સુસ્થિતી અથવા આહાર વિજ્ઞાન
(Physical Fitness and well being or Science of Diat)

Sememster-III

- (૯)રમતચિકિત્સા શાસ્ત્ર (Sports Medicine)
- (૧૦)રમત તાલીમના વૈજ્ઞાનિક સિધ્ધાંતો (Scientific Principels of Coaching)
- (૧૧)કસરતીય શરીર વિજ્ઞાન (Philosophy of Exercise)
- (૧૨)શારીરિક શિક્ષણમાં ઈન્ફર્મેશન ટેકનોલોજી (Information Technology in Physical Education)

Sememster-IV

- (૧૩)રમત સંચાલન (Sports Administration)
- (૧૪)શારીરિક શિક્ષણ અને રમત મનોવિજ્ઞાન (Physical Education and Sports Psychology)
- (૧૫)લઘુશોધ નિબંધ (Dissertation)
- (૧૬)વ્યવસાયિક સુસજ્જતા અને અભ્યાસક્રમ રચના (Programme planning and Proffessional Preparation)