रयत शिक्षण संस्थेचे

राजर्षी छत्रपती शाहू कॉलेज

शारीरिक शिक्षण विभाग

बी. ए.- भाग ३ सेमिस्टर ५

पेपर नं. ८ शारीरिक शिक्षणातील मनोरंजन

प्रश्न १. योग्य पर्याय निवडा.

१. शारीरिक शिक्षणाचे कार्यक्रम ------- मुळे आकर्षक व आवडीचे बनतात.

अ) तालबद्धतेमुळे ब) मनोरंजनामुळे क) व्यायामामुळे ड) कसरतीमुळे

२. तालबद्धतेमुळे ------या गुणांचा विकास होतो.

अ) सहनशीलता ब) संयम क) मानसिक समतोल ड) वरील पैकी सर्व

३. लहान वयात मुलाच्या -------प्रवृत्तीस वाव देण्यास तालबद्ध हालचालींचा उपयोग होतो.

अ) भावनात्मक ब) रचनात्मक क) कार्यात्मक ड) मनोरंजनात्मक

४. हालचालींचे स्पष्टीकरण करण्याची सुप्त इच्छा प्रगट करण्याचे ------- हे एक कारण आहे.

अ) तालबद्ध हालचाली ब) मनोरंजनात्मक हालचाली क) गतिमान हालचाली

ड) नैसर्गिक हालचाली

५. तालबद्ध हालचाली मानवाच्या -------- व ------ हालचालींवर अवलंबून असतात.

अ) मुलभूत व नैसर्गिक ब) मुलभूत व कृत्रिम क) गतिमान व नैसर्गिक

ड) मुलभूत व गतिमान

६. खालीलपैकी --------- हे तालबद्धतेचे उद्दिष्ट नाही.

अ) संगीत व लय यांची आवड निर्माण करणे ब) मानवी भावनांचे उदात्तीकरण करणे क) रिकाम्या वेळेचा सदुपयोग करणे ड) मनाचा आत्म्याशी मिलाप करणे

७. टिपऱ्याचा प्रकार ----- व ------ स्त्रियांमध्ये विशेष लोकप्रिय असलेला आढळून येतो.

अ) महाराष्ट्र व गुजरात ब) महाराष्ट्र व राजस्थान क) महाराष्ट्र व गोवा

ड) गुजरात व राजस्थान

८. महाराष्ट्रात ------ हे लोकनृत्य प्रसिद्ध आहे.

अ) फुगडी ब) झिम्मा क) फेरे ड) वरील सर्व

९. ------ हे ओणवे होऊन खालीवर आवाजात टाळ्या वाजवून केले जाणारे गुजराती नृत्य आहे.

अ) झिम्मा ब) टिपरी क) गरबा ड) फुगडी

१०. जिम्नास्टीक हा प्रकार सर्वप्रथम ------ मध्ये उदयाला आला.

अ) रोम ब) ग्रीस क) फ्रांस ड) स्पेन

११. जिम्नास्टीक नृत्याच्या क्रीडा स्पर्धा ------- पासून होऊ लागल्या.

अ) १९४० ब) १९४२ क) १९४५ ड) १९५०

१२. भारतीय स्त्रियांना ------- या क्रीडा प्रकाराने अद्याप आकर्षित केले नाही.

आ)जिम्नास्टीक नृत्य ब) टिपरी क) गरबा ड) झिम्मा

१३. -------- हे शिक्षणकार्याचे उपयुक्त माध्यम आहे.

अ)खेळ ब) रंजन क) नृत्य ड) संगीत

१४. सहली, शिबिरे , फिरणे हे -------- या प्रकारात येतात.

अ) मनोरंजन ब) क्रीडा क) करमणूक ड) यापैकी एकही नाही

१५. ------- ही स्वावलंबीपणाचे शिक्षण देणाऱ्या प्रयोगशाळाच आहेत.

अ) सहली ब) शिबिरे क) सफरी ड) पर्यटन

१६. --------- हे समाजावर कोणत्याही गोष्टींचा परिणामकारक अविष्कार घडविणारे प्रभावी साधन आहे.

अ) कला ब)चित्रपट क) सांस्कृतिक कार्यक्रम ड) प्रदर्शन

१७. देशा-देशामध्ये भरविल्या जाणाऱ्या --------- मधून एकमेकांच्या संस्कृतीची , त्याचप्रमाणे इतर अनेक गोष्टींची देवाण-घेवाण होऊ शकते.

अ) क्रीडा-स्पर्धा ब) चित्रपट महोत्सव क) प्रदर्शन ड) सांस्कृतिक कार्यक्रम

१८. व्यक्तीच्या बरोबरच समाजाचाही विकास होण्याच्या दृष्टीने निरनिराळ्या वस्तीत, गावात , शहरात ------- व--------- स्थापन व्हावेत.

अ) मंडळे व क्लब ब) नाट्यगृहे व चित्रपटगृहे क) क्रीडांगणे व व्यायामशाळा ड) यापैकी एकही नाही

१९. ज्ञान-ग्रहणाचे काम ----- करीत असतो.

अ) मेंदू ब) डोळे क)मन ड)लहान मेंदू

२०. --------- मधील विविध जमातीतील लोकनृत्ये तालबद्ध जिम्नास्टीक वर आधारलेली आढळतात.

अ) स्पेन ब) ग्रीस क) फ्रांस ड) रोम

२१. हालचाल करणे व स्पष्टीकरण करणे या मुलाच्या दोन गरजा ------- हालचालीतून पूर्ण करता येतात.

अ) गतिमान ब) शारीरिक क) लयबद्ध ड) तालबद्ध

२२. ---------- म्हणजे मानसिक प्रवृत्तींना समाधान, आनंद व स्वास्थ देणारी आवडीची क्रियाशीलता होय.

अ)फुरसतीचा वेळ ब) रंजन क) लोकनृत्य ड) तालबद्धता

२३. मनुष्य निष्क्रिय राहू नये यासाठी -------- असणे जरुरीचे आहे.

अ)वाचन ब) काम क) उद्योग ड) छंद

२४. रंजनाच्या कार्यक्रमाची आखणी करताना ------ गोष्टींचा विचार करणे आवश्यक आहे.

अ) आवड ब) वय क) समाजाचा प्रकार ड) वरील सर्व

२५. भावनांची उर्मी व्यक्त करणे हा ------- चा हेतू असावा.

अ) खेळाचा ब) नृत्याचा क) लोकनृत्याचा ड) लोकगीतांचा