

Curriculum Framework

Bachelor of Physical Education and Sports

As per NEP 2020 and Learning Outcomes-based National Curriculum Framework
(Aligned with NCrf and NHEQF)

Effective From Academic Year 2025-2026



Founded by Mahatma Gandhi in 1920

Gujarat Vidyapith
Ahmedabad

Curriculum Framework

Bachelor of Physical Education and Sports

As per NEP 2020 and Learning Outcomes-based National Curriculum Framework
(Aligned with NCrF and NHEQF)

Effective From Academic Year 2025-2026



GUJARAT VIDYAPITH: AHMEDABAD

Curriculum Framework of Bachelor of Physical Education and Sports

Published by:

Dr. Himanshu Patel

Registrar

Gujarat Vidyapith

Near Income Tax Office, Ashram Road, Ahmedabad - 380009.

From the Desk of Vice Chancellor...



Dear All,

Any curriculum, at any level, must be firmly grounded in the objectives and goals that an educator or an educational institution aspires to achieve for its students. A course that trains students to solve mathematical equations must be very different from one that teaches them how to play a musical instrument, practice yoga, or conduct social research. Each subject requires its own methods, activities, and learning goals, which is why curriculum design is so important.

Therefore, curriculum is of utmost importance, as it determines how teachers and students will spend their time—in laboratories, in clinical practice, in creative endeavors, or in interactive lectures. It also reflects what a class, a department, a school, or an institution value; what it defines as its mission; and what it expects its graduates to accomplish. In this sense, the curriculum is the map that guides the essentials of learning from the classroom level to the institutional level.

The true success of any curriculum must be judged by its ability to achieve its intended objectives. It is a test of how well an institution—or an individual teacher—understands and articulates those objectives, and how effectively a pathway is created for students to attain success as defined by them. Curriculum is, in fact, a continuous chain of activities designed to translate broad educational goals into concrete practices, learning materials, and observable changes in behavior. A lesson plan, for instance, is curriculum at the classroom level, answering the critical questions: *What do I want my students to know? How can I engage them meaningfully? How will I measure what they have learned?*

For a society to achieve its educational aspirations, the curriculum must be both functional and relevant to its needs. Through careful management of curriculum, effective use of resources, and policies that bring systemic improvements, education can move society toward a more promising future. Indeed, curriculum is the very foundation of any academic institution—without it, the institution would lose its purpose and direction.

At Gujarat Vidyapith, established by Mahatma Gandhi in 1920 with its rich cultural and educational heritage, we remain committed to these ideals, and we work with well-defined objectives to prepare our students for a brighter academic and social future.

It gives me immense pride and joy to announce the unveiling of the latest curriculum of Gujarat Vidyapith. This curriculum has been carefully designed in alignment with the objectives and guiding principles of the National Education Policy (NEP) 2020. I take this opportunity to place on record my deep appreciation for the efforts of the teaching faculty of Gujarat Vidyapith, the Members of the Board of Studies, and the Members of the Academic Council. Their dedication and vision have given shape to this comprehensive neo-curriculum, which will guide our students and our institution toward continued excellence.

With best wishes,

Dr. Harshad Patel
Vice Chancellor
Gujarat Vidyapith

Curriculum Framework

Bachelor of Physical Education and Sports

Effective From Academic Year 2025-2026

Department of Physical Education
Faculty of Physical Education
Gujarat Vidyapith

Board of Studies

Chairperson:

Dr. Prabhulal Kasundra, Senior Professor & Dean,
Faculty of Physical and Sports Gujarat Vidyapith, Sadra.

External Experts:

- 1) **Dr. Jatinbhai Soni,**
Ex. Vice Chancellor, S. G. S. U., Desar, Gujarat.
- 2) **Dr. Bimal Joshi, Professor**
Member from the Faculty
Shah C. K. Municipal Commerce College, Kalol.

Members from the Department:

- 1) **Dr. Jagadish Savalia, Senior Professor**
Faculty of Physical and Sports Gujarat Vidyapith, Sadra.
- 2) **Dr. D. F. Chaudhari, Professor**
Faculty of Physical and Sports Gujarat Vidyapith, Sadra.
- 3) **Dr. Vijay Makwana, Professor**
Faculty of Physical and Sports Gujarat Vidyapith, Sadra.
- 4) **Dr. Niraj Silawat, Professor**
Faculty of Physical and Sports Gujarat Vidyapith, Sadra.
- 5) **Dr. Geetaben Patel, Professor**
Faculty of Physical and Sports Gujarat Vidyapith, Sadra.
- 6) **Dr. Nimesh Chaudhari, Associate Professor**
Faculty of Physical and Sports Gujarat Vidyapith, Sadra.
- 7) **Dr. Arvind Rami, Assistant Professor**
Faculty of Physical and Sports Gujarat Vidyapith, Sadra.

Curriculum Framework - Bachelor of Physical Education and Sports (B.P.E.S.) - 2025

PROGRAMME STRUCTURE								
Type of Course	Course Code	Course Name	Hours			Credit	Evaluations	
			Theory	Practical	Total		CCE	TEE
SEMESTER - 1								
Major	254510432001	History of Physical Education and Modern Trends શારીરિક શિક્ષણનો ઇતિહાસ અને આધુનિક પ્રવાહો	60	0	60	4	40	60
	254510232002	Specialization Game (Any One) વિશિષ્ટ રમત (કોઇપણ એક)	0	60	60	2	40	60
Minor	254510232003	Athletics ખેલક્રૂદ	0	60	60	2	40	60
	254510232004	Indigenous Activities સંઘ વ્યાયામ	0	60	60	2	40	60
MDC	254510301801	Social Science and Language સામાજિક વિજ્ઞાન અને ભાષાઓ	45	0	45	3	40	60
AEC	254510202601	Hindi હિન્દી	30	0	30	2	40	60
VAC	254510239701	Environmental Science પર્યાવરણ વિજ્ઞાન	30	0	30	2	40	60
SEC	254510316901	Gardening બાગાયત	30	30	60	3	40	60
Total			195	210	405	20	320	480
-	ACBPES 1	Community Living	Grade (A, B, C, D)					
SEMESTER - 2								
Major	254510432005	Anatomy and Physiology શરીર રચના અને શરીર વિજ્ઞાન	60	0	60	4	40	60
	254510132006	Specialization Game (Any One) વિશિષ્ટ રમત (કોઇપણ એક)	0	60	60	2	40	60
Minor	254510232007	Yoga યોગા	0	60	60	2	40	60
	254510232008	Gymnastics જીમ્નાસ્ટીક્સ	0	60	60	2	40	60
MDC	254510338801	Science in Everyday Life રોજિંદા જીવનમાં વિજ્ઞાન	45	0	60	3	40	60
AEC	254510263601	Sanskrit સંસ્કૃત	30	0	30	2	40	60
VAC	254510245701	Digital Education ડિજિટલ શિક્ષણ	30	0	30	2	40	60
SEC	264510361909	Plumbing પ્લમ્બિંગ	0	90	90	3	40	60
Total			165	270	450	20	320	480
-	ACBPES 2	Community Living	Grade (A, B, C, D)					

*CCE- Continuous Comprehensive Evaluation; **TEE- Term End Evaluation

Curriculum Framework - Bachelor of Physical Education and Sports (B.P.E.S.) - 2025

PROGRAMME STRUCTURE								
Type of Course	Course Code	Course Name	Hours			Credit	Evaluations	
			Theory	Practical	Total		CCE	TEE
SEMESTER - 3								
Major	255010432009	Sports Training રમત તાલીમ	60	0	60	4	40	60
	255010432010	Yoga Science યોગ વિજ્ઞાન	60	0	60	4	40	60
	255010132011	Specialization Game (Any One) વિશિષ્ટ રમત (કોઇપણ એક)	0	30	30	1	40	60
Minor	255010232012	Kabaddi કબડ્ડી	0	60	60	2	40	60
	255010232013	Basketball બાસ્કેટબોલ	0	60	60	2	40	60
MDC	254510301801	Social Science and Language સામાજિક વિજ્ઞાન અને ભાષા	45	0	45	3	40	60
AEC	254510201602	Gujarati ગુજરાતી	30	0	45	2	40	60
VAC	254510231701	Health, Yoga and Sports આરોગ્ય, યોગ અને રમતગમત	30	0	45	2	40	60
Total			225	150	405	20	320	480
-	ACBPES 3	Community Living	Grade (A, B, C, D)					
SEMESTER - 4								
Major	255010432015	Exercise Physiology કસરતીય શરીર વિજ્ઞાન	60	0	60	4	40	60
	255010432016	Organization and Administration in Physical Education શારીરિક શિક્ષણમાં વ્યવસ્થા અને સંચાલન	60	0	60	4	40	60
	255010132017	Specialization Game (Any One) વિશિષ્ટ રમત (કોઇપણ એક)	0	30	30	1	40	60
Minor	255010232018	Kho-Kho ખો-ખો	0	60	60	2	40	60
	255010232019	Handball હેન્ડબોલ	0	60	60	2	40	60
AEC	254510263601	Sanskrit સંસ્કૃત	30	0	30	2	40	60
VAC	254510245701	Understanding India: History, Constitution and Cultural Heritage ભારતને સમજવું: ઇતિહાસ, બંધારણ અને સાંસ્કૃતિક વારસો	30	0	30	2	40	60
SEC	264510361908	House Wiring	30	30	60	3	40	60
Total			210	180	390	20	320	480
-	ACBPES 4	Community Living	Grade (A, B, C, D)					

***CCE- Continuous Comprehensive Evaluation; **TEE- Term End Evaluation**

Curriculum Framework - Bachelor of Physical Education and Sports (B.P.E.S.) - 2025

PROGRAMME STRUCTURE								
Type of Course	Course Code	Course Name	Hours			Credit	Evaluations	
			Theory	Practical	Total		CCE	TEE
SEMESTER - 5								
Major	255510432020	Basic Principles of Physical Education શારીરિક શિક્ષણના પાયાગત સિદ્ધાંતો	60	0	60	4	40	60
	255510432021	Sports Medicine રમત ચિકિત્સાશાસ્ત્ર	45	30	75	4	40	60
	255510432022	Kinesiology and Biomechanics હલનચલન શાસ્ત્ર અને જૈવચંત્ર વિજ્ઞાન	45	30	75	4	40	60
	255510132023	Specialization Game (Any One) વિશિષ્ટ રમત (કોઇપણ એક)	0	60	60	2	40	60
Minor	255510232024	Table Tennis / Badminton (Any One) ટેબલ ટેનિસ / બેડમિન્ટન (કોઇપણ એક)	0	60	60	2	40	60
	255510232025	Volleyball / Football (Any One) વોલીબોલ / ફૂટબોલ (કોઇપણ એક)	0	60	60	2	40	60
Internship	255510332026	Internship કેન્દ્રનિવાસ	0	60	60	2	40	60
Total			150	300	450	20	280	420
-	ACBPES 5	Community Living	Grade (A, B, C, D)					
SEMESTER - 6								
Major	255510432027	Officiating and Coaching પંચકાર્ય અને રાહબરી	60	0	60	4	40	60
	255510432028	Sports Management રમત સંચાલન	60	0	60	4	40	60
	255510432029	Method and Planning in Physical Education શારીરિક શિક્ષણમાં પદ્ધતિ અને આયોજન	60	0	60	4	40	60
	255510132030	Ground Practical Coaching lesson મેદાની પ્રાયોગિક કોચિંગ લેશન	0	120	120	4	40	60
Minor	255510232031	Specialization Game and Record Book (Any One) વિશિષ્ટ રમત અને રેકૉર્ડ બુક (કોઇપણ એક)	0	60	60	2	40	60
	255510232032	Wrestling / Tennis (Any One) કુસ્તી / ટેનિસ (કોઇપણ એક)	0	60	60	2	40	60
Total			180	240	420	20	240	360
-	ACBPES 6	Community Living	Grade (A, B, C, D)					
GRAND TOTAL			1125	1350	2520	120	1800	2700

*CCE- Continuous Comprehensive Evaluation; **TEE- Term End Evaluation

Programme Contents	Credits
Major Course	60
Minor Course	24
MDC Course	09
AEC Course	08
VAC Course	08
SEC Course	09
Internship	02
Total Credits of Programme	120

Collaborating Organisations		
રમત-ગમત સંકુલ		
ક્રમ	સ્થળ	ઈન્ડોર/ આઉટડોર રમતો
1	ખોખરા સ્પોર્ટ્સ કોમ્પ્લેક્સ સુવિધા	લોન ટેનિસ, બેડમિન્ટન, જુડો, કુસ્તી, ટેબલ ટેનિસ, શૂટિંગ
2	દેવગઢ બારીયા રમતગમત સંકુલ, દાહોદ	બેડમિન્ટન, બાસ્કેટબોલ, ફેન્સીંગ, જિમ્નેસ્ટિક્સ, જુડો, ટેબલટેનિસ,કુસ્તી, એથલેટિક ટ્રેક, આર્યરી,બાસ્કેટબોલ, હોકી, કબડ્ડી, ખો-ખો, સ્વીમીંગપુલ, વોલીબોલ
3	નિકોલ સ્પોર્ટ્સ કોમ્પ્લેક્સ સુવિધા	ફૂટબોલ, એથલેટિક્સ
4	રાજપીપળા સ્પોર્ટ્સ કોમ્પ્લેક્સ, નર્મદા	બેડમિન્ટન, જિમ્નેસ્ટિક્સ, ટેબલ ટેનિસ, ટેકવન્ડો, એથલેટિક ટ્રેક, ફૂટબોલ, કબડ્ડી, ખો-ખો, વોલીબોલ
5	નરોડા સ્પોર્ટ્સ કોમ્પ્લેક્સ, અમદાવાદ	ફૂટબોલ, ફેન્સીંગ, જુડો, એથલેટિક્સ ટ્રેક ,હેન્ડબોલ, કબડ્ડી, બોક્સિંગ
6	નડિયાદ રમતગમત સંકુલ, ખેડા	જુડો, કબડ્ડી, ટેકવન્ડો, સ્વીમીંગપુલ, વોલીબોલ, કુસ્તી,આર્યરી, એથલેટિક્સ
7	હિંમતનગર રમતગમત સંકુલ, સાબરકાંઠા	એથલેટિક્સ ટ્રેક, ફૂટબોલ, વોલીબોલ, બેડમિન્ટન, બાસ્કેટબોલ, ફેન્સીંગ, જુડો, કરાટે, ટેબલ ટેનિસ, સ્વીમીંગપુલ
8	પાંચોટ સ્પોર્ટ્સ કોમ્પ્લેક્સ, મહેસાણા	લોનટેનિસ, બેડમિન્ટન, બાસ્કેટબોલ, જુડો, ટેબલ ટેનિસ, વોલીબોલ, કુસ્તી,
9	લીંબડી રમતગમત સંકુલ, સુરેન્દ્રનગર	હેન્ડબોલ, બેડમિન્ટન, ટેબલટેનિસ, એથલેટિક્સટ્રેક, વોલીબોલ, બાસ્કેટબોલ,ફૂટબોલ, હોકી, કબડ્ડી, ખોખો,
10	ગોધરા રમતગમત સંકુલ, પંચમહાલ	વોલીબોલ, બેડમિન્ટન, જુડો, ટેબલ ટેનિસ, કુસ્તી, એથલેટિક્સટ્રેક, બાસ્કેટબોલ,ફૂટબોલ,સ્વીમીંગપુલ,
11	વાઘોડિયા રોડ સ્પોર્ટ્સ કોમ્પ્લેક્સ, વડોદરા	ફૂટબોલ, કબડ્ડી, ખો-ખો, ટેનિસ, બેડમિન્ટન, જુડો, ટેબલ ટેનિસ, એથલેટિક ટ્રેક, ફૂટબોલ, કબડ્ડી, ખો-ખો, ટેનિસ
12	પાટણ રમતગમત સંકુલ	બેડમિન્ટન, જુડો, ટેબલ ટેનિસ એથલેટિક ટ્રેક , ફૂટબોલ, કબડ્ડી, ખો-ખો, ટેનિસ, સ્વીમીંગપુલ, વોલીબોલ
13	સિદસર સ્પોર્ટ્સ કોમ્પ્લેક્સ, ભાવનગર	બેડમિન્ટન, બાસ્કેટબોલ, જુડો, ટેબલ ટેનિસ, વોલીબોલ, એથલેટિક ટ્રેક, બાસ્કેટબોલ, ફૂટબોલ, સ્વીમીંગપુલ ,ટેનિસ

Programme Outcomes (POs)

After successfully completing the Bachelor of Physical Education and Sports (BPES) program, students will be able to:

PO-1	Disciplinary Knowledge વિષય સંબંધિત વિશિષ્ટ જ્ઞાન	Graduates must have in-depth knowledge of anatomy, physiology, sports sciences, kinesiology, and physical education pedagogy. This foundational understanding enables them to teach effectively and promote physical fitness in various settings. સ્નાતકોને શરીરરચના, શરીરવિજ્ઞાન, રમતગમત વિજ્ઞાન, હલનચલન શાસ્ત્ર અને શારીરિક શિક્ષણ શિક્ષણશાસ્ત્રનું ગહન જ્ઞાન હોવું આવશ્યક છે. આ પાયાની સમજ તેમને વિવિધ પરિસ્થિતિઓમાં અસરકારક રીતે શીખવવા અને શારીરિક તંદુરસ્તીને પ્રોત્સાહન આપવા સક્ષમ બનાવે છે.
PO-2	Problem Analysis સમસ્યા વિશ્લેષણ	Physical educators face challenges like injury prevention, performance improvement, or curriculum adaptation. Analyzing these issues scientifically and contextually is crucial for effective intervention and decision-making. શારીરિક શિક્ષકો ઈજા નિવારણ, પ્રદર્શન સુધારણા અથવા અભ્યાસક્રમ અનુકૂળન જેવા પડકારોનો સામનો કરે છે. અસરકારક હસ્તક્ષેપ અને નિર્ણય લેવા માટે આ મુદ્દાઓનું વૈજ્ઞાનિક અને સંદર્ભિત વિશ્લેષણ કરવું મહત્વપૂર્ણ છે.
PO-3	Experimental Skills પ્રાયોગિક કૌશલ્ય	Understanding fitness assessments, biomechanics, and research methodologies equips students with hands-on skills to test, measure, and evaluate human performance and physical activities. ફિટનેસ મૂલ્યાંકન, બાયોમેકેનિક્સ અને સંશોધન પદ્ધતિઓને સમજવાથી વિદ્યાર્થીઓને માનવ કામગીરી અને શારીરિક પ્રવૃત્તિઓનું પરીક્ષણ, માપન અને મૂલ્યાંકન કરવા માટે વ્યવહારુ કુશળતા મળે છે.
PO-4	Environment and Sustainability પર્યાવરણ અને ટકાઉપણું	Sports and outdoor activities intersect with the environment. Promoting eco-friendly sports practices and sustainable use of resources aligns with global environmental consciousness. રમતગમત અને આઉટડોર પ્રવૃત્તિઓ પર્યાવરણ સાથે સંકળાયેલી છે. પર્યાવરણને અનુકૂળ રમતગમત પ્રથાઓને પ્રોત્સાહન આપવું અને સંસાધનોનો ટકાઉ ઉપયોગ વૈશ્વિક પર્યાવરણીય ચેતના સાથે સુસંગત છે.
PO-5	Ethics and Values નીતિશાસ્ત્ર અને મૂલ્યો	Sportsmanship, integrity, fair play, and respect are central to physical education. Developing ethical behaviour in students encourages them to become responsible individuals and role models. રમતગમત, પ્રામાણિકતા, ન્યાયી રમત અને આદર શારીરિક શિક્ષણના કેન્દ્રસ્થાને છે. વિદ્યાર્થીઓમાં નૈતિક વર્તન વિકસાવવાથી તેઓ જવાબદાર વ્યક્તિઓ અને રોલ મોડેલ બનવા માટે પ્રોત્સાહિત થાય છે.
PO-6	Communication Skills સંવાદ કળા	Effective communication (verbal and non-verbal) is essential for teaching, coaching, and coordinating events. Clarity and motivation in instruction significantly enhance learner outcomes. શિક્ષણ, તાલીમ અને કાર્યક્રમોના સંકલન માટે અસરકારક સંદેશાવ્યવહાર (મૌખિક અને બિન-મૌખિક) જરૂરી છે. સૂચનામાં સ્પષ્ટતા અને પ્રેરણા શીખનારાઓના પરિણામોમાં નોંધપાત્ર વધારો કરે છે.

PO-7	Modern Technology and Innovation આધુનિક ટેકનોલોજી અને અદ્યતન સાધનોનો ઉપયોગ	Adoption of sports technology (like wearables, biomechanics tools, and video analysis) and innovative pedagogy helps in improving training efficiency, learning engagement, and sports outcomes. રમતગમત ટેકનોલોજી (જેમ કે પહેરવાલાયક ઉપકરણો, બાયોમિકેનિક્સ ટૂલ્સ અને વિડીયો વિશ્લેષણ) અને નવીન શિક્ષણશાસ્ત્રનો સ્વીકાર તાલીમ કાર્યક્ષમતા, શીખવાની સંલગ્નતા અને રમતગમતના પરિણામોને સુધારવામાં મદદ કરે છે.
PO-8	Teamwork and Leadership ટીમવર્ક અને નેતૃત્વ	Team sports and group tasks nurture leadership, collaboration, and interpersonal skills. These qualities are vital for managing sports teams, schools, and fitness centres. સાંધિક રમતો અને જૂથ કાર્યો નેતૃત્વ, સહયોગ અને આંતરવ્યક્તિત્વ કૌશલ્યોને વિકસાવે છે. રમતની ટીમો, શાળાઓ અને ફિટનેસ સેન્ટરોના સંચાલન માટે આ ગુણો મહત્વપૂર્ણ છે.
PO-9	Lifelong Learning આજીવન શિક્ષણ	The field of physical education evolves with science and trends. Encouraging a habit of continuous learning ensures that graduates stay updated and professionally competent. શારીરિક શિક્ષણનું ક્ષેત્ર વિજ્ઞાન અને વલણો સાથે વિકસિત થાય છે. સતત શીખવાની આદતને પ્રોત્સાહન આપવાથી સ્નાતકો અપડેટ અને વ્યાવસાયિક રીતે સક્ષમ રહે છે.
PO-10	Project Management પ્રકલ્પ વ્યવસ્થાપન	Planning and organizing sports events, fitness camps, and awareness drives require project management capabilities—critical for success in institutional or community settings. રમતગમતના કાર્યક્રમો, ફિટનેસ કેમ્પ અને જાગૃતિ અભિયાનનું આયોજન અને આયોજન કરવા માટે પ્રોજેક્ટ મેનેજમેન્ટ ક્ષમતાઓની જરૂર પડે છે - જે સંસ્થાકીય અથવા સમુદાયના વ્યવસ્થાની સફળતા માટે મહત્વપૂર્ણ છે.
PO-11	Innovation and Entrepreneurship નવાચાર અને ઉદ્યોગસાહસિકતા	Promoting sports-related startups, fitness centres, or wellness services helps graduates create self-employment opportunities and drive innovation in the sector. રમતગમત સંબંધિત સ્ટાર્ટઅપ્સ, ફિટનેસ સેન્ટર્સ અથવા સુખાકારી સેવાઓને પ્રોત્સાહન આપવાથી સ્નાતકોને સ્વરોજગારની તકો ઊભી કરવામાં અને ક્ષેત્રમાં નવીનતા લાવવામાં મદદ મળે છે.
PO-12	Social Contribution સામાજિક ફાળો	Physical education promotes community health, inclusivity, and empowerment. Engaging in outreach programs and inclusive activities fosters positive societal change. And reinforcing self-reliance, rural development, and the application of Gandhian ideals in scientific practice. શારીરિક શિક્ષણ સમુદાયના સ્વાસ્થ્ય, સમાવેશકતા અને સશક્તિકરણને પ્રોત્સાહન આપે છે. આઉટરીચ કાર્યક્રમો અને સમાવેશક પ્રવૃત્તિઓમાં સામેલ થવાથી સકારાત્મક સામાજિક પરિવર્તનને પ્રોત્સાહન મળે છે. અને આત્મનિર્ભરતા, ગ્રામીણ વિકાસ અને વૈજ્ઞાનિક વ્યવહારમાં ગાંધીવાદી આદર્શોના ઉપયોગને મજબૂત બનાવવામાં આવે છે.

Programme Specific Outcomes (PSOs)

After successful completion of the Bachelor of Physical Education and Sports (BPES) program with a specialization in Physical Education, students will be able to:

PSO-1	Mastery in Sports and Physical Education Disciplines (રમતગમત અને શારીરિક શિક્ષણમાં નિપુણતા)	Graduates will demonstrate in-depth subject-specific knowledge in physical education, games, and sports sciences, enabling them to apply techniques and strategies effectively in practical and theoretical contexts. સ્નાતકો શારીરિક શિક્ષણ, રમતો અને રમતગમત વિજ્ઞાનમાં ઊંડાણપૂર્વકના વિષય-વિશિષ્ટ જ્ઞાનનું પ્રદર્શન કરશે. જેનાથી તેઓ વ્યવહારિક અને સૈદ્ધાંતિક સંદર્ભોમાં તકનીકો અને વ્યૂહરચનાઓનો અસરકારક રીતે ઉપયોગ કરી શકશે.
PSO-2	Analytical and critically Competence in Physical Education & Leadership, Communication, and Technological Proficiency (શારીરિક શિક્ષણમાં વિશ્લેષણાત્મક અને વિવેચનાત્મક યોગ્યતા તેમજ નેતૃત્વ, સંવાદકળા અને તકનીકી નિપુણતા)	Graduates will be able to analyze problems and use practical skills to critically examine descriptions of sports events, evaluate sports performance, and implement solutions to enhance sports performance. Graduates will demonstrate skills in effective communication and negotiation, employ modern technology and innovation, and develop the teamwork and leadership qualities necessary for sports program management, coaching, and sports organization. સ્નાતકો સમસ્યાઓનું વિશ્લેષણ કરી શકશે અને રમતગમતની ઘટનાઓના વર્ણનોનું વિવેચનાત્મક રીતે પરીક્ષણ કરવા, રમતગમતના પ્રદર્શનનું મૂલ્યાંકન કરવા અને રમતગમતના પ્રદર્શનને વધારવા માટે ઉકેલોનો અમલ કરવા માટે વ્યવહારુ કુશળતાનો ઉપયોગ કરી શકશે. સ્નાતકો અસરકારક સંદેશાવ્યવહાર અને વાટાઘાટોમાં કુશળતા દર્શાવશે. આધુનિક ટેકનોલોજી અને નવીનતાનો ઉપયોગ કરશે. અને રમતગમત કાર્યક્રમ સંચાલન, કોચિંગ અને રમતગમત સંગઠન માટે જરૂરી ટીમવર્ક અને નેતૃત્વ ગુણો વિકસાવશે.
PSO-3	Integration of Ethics, Sustainability, and Social Responsibility in Practice (વ્યવહારમાં નૈતિકતા, ટકાઉપણું અને સામાજિક જવાબદારીનું એકીકરણ)	Graduates will incorporate ethics and values, promote environmental sustainability, and actively contribute to the social development of communities through inclusive physical education practices. And reinforcing self-reliance, rural development, and the application of Gandhian ideals in scientific practice. સ્નાતકો નૈતિકતા અને મૂલ્યોનો સમાવેશ કરશે, પર્યાવરણીય ટકાઉપણાને પ્રોત્સાહન આપશે અને સમાવિષ્ટ શારીરિક શિક્ષણ પ્રથાઓ દ્વારા સમુદાયોના સામાજિક વિકાસમાં સક્રિયપણે યોગદાન આપશે. અને આત્મનિર્ભરતા, ગ્રામીણ વિકાસ અને વૈજ્ઞાનિક વ્યવહારમાં ગાંધીવાદી આદર્શોના ઉપયોગને મજબૂત બનાવશે.

CO Attainment Levels (OBE & NEP 2020 Aligned)

COs Attainment Levels	Level	Description	Attainment Criteria			
	Level 3	High	$\geq 80\%$ of students score above a set performance benchmark			
	Level 2	Moderate	60%–79% of students meet the performance benchmark			
	Level 1	Low	40%–59% of students meet the performance benchmark			
	Level 0	Not Attained	< 40% of students achieve the desired learning outcome			
Target Attainment (Benchmark)	COs		CO-1	CO-2	CO-3	CO-4
	Target Level (%)		60	65	65	60

Program – B.P.E.S. (Bachelor of Physical Education and Sports)		
Semester - 1		
Course Code 254510432001	Name of Course History of Physical Education and Modern Trends શારીરિક શિક્ષણનો ઇતિહાસ અને આધુનિક પ્રવાહો (Major)	Compulsory
Credit: 04	Teaching Scheme: Theory (60) - Practical (0)	Teaching Hours: 60
Course Outcomes (COs)		
After completing this course, students will be able to		
CO-1	ભારતમાં વૈદિકકાળમાં ચાલતી શારીરિક શિક્ષણની પ્રવૃત્તિઓ તેમજ રામાયણ, મહાભારત, બ્રિટીશકાળ અને પ્રાચીન ગ્રીસમાં ચાલતી શારીરિક શિક્ષણની પ્રવૃત્તિઓ જાણે.	
CO-2	પ્રાચીન ઓલિમ્પિક, એશિયન અને કોમનવેલ્થ રમતોત્સવના ઉદ્ભવ અને વિકાસની જાણકારી પ્રાપ્ત કરે.	
CO-3	ભારતમાં ચાલતી શારીરિક શિક્ષણ અને રમત ગમતની સંસ્થાઓ ઉદ્ભવ અને વિકાસની જાણકારી પ્રાપ્ત કરે.	
CO-4	ભારતમાં ચાલતા શારીરિક શિક્ષણના વિવિધ અભ્યાસક્રમો અને રમતગમત ક્ષેત્રે વિવિધ પારિતોષિકો વિશે માહિતી પ્રાપ્ત કરે.	
Detailed Syllabus		
Unit-1. શારીરિક શિક્ષણનો ઐતિહાસિક વિકાસ		
1.1. વૈદિકકાળ, રામાયણ અને મહાભારત કાળમાં શારીરિક શિક્ષણની પ્રવૃત્તિ અને વિકાસ		
1.2. પ્રાચીન ગ્રીસ તથા બ્રિટિશકાળમાં શારીરિક શિક્ષણની પ્રવૃત્તિ અને વિકાસ		
Unit-2. આંતરરાષ્ટ્રીય અને રાષ્ટ્રીય રમતોત્સવોનો ઉદ્ભવ અને વિકાસ		
2.1. પ્રાચીન ઓલિમ્પિક રમતોત્સવનો ઉદ્ભવ અને વિકાસ		
2.2. આધુનિક ઓલિમ્પિક રમતોત્સવનો ઉદ્ભવ અને વિકાસ		
2.3. કોમનવેલ્થ રમતોત્સવનો ઉદ્ભવ અને વિકાસ		
2.4. એશિયન રમતોત્સવનો ઉદ્ભવ અને વિકાસ		
2.5. ખેલમહાકુંભ રમતોત્સવનો ઉદ્ભવ અને વિકાસ		
2.6. ખેલો ઇન્ડિયા રમતોત્સવનો ઉદ્ભવ અને વિકાસ		
2.7. જિલા કક્ષા રમત-ગમત શાળા (DLSS) યોજનાનો ઉદ્ભવ અને વિકાસ		
2.8. જિલા કક્ષા રમત-ગમત મહાશાળા (DLSC) યોજનાનો ઉદ્ભવ અને વિકાસ		
2.9. ખેલસહાયક યોજનાનો ઉદ્ભવ અને વિકાસ		
Unit-3. ભારતમાં શારીરિક શિક્ષણ અને રમતગમતની સંસ્થાઓ		
3.1. ભારતમાં ચાલતી શારીરિક શિક્ષણ અને રમતગમતની વિવિધ સંસ્થાઓનો પરિચય, ઉદ્ભવ અને વિકાસ		
3.2. LNIPE – ગ્વાલિયર, YMCA – મદ્રાસ, HVPM – અમરાવતી, NSNIS – પતિયાલા, IOA, SAG, SAI, IOC.		
Unit-4. શારીરિક શિક્ષણના અભ્યાસક્રમો અને રમતગમતના પારિતોષિકો		
4.1. એન.સી.ટી.ઈ. અને યુ.જી.સી.નાં પ્રમાણે ભારતમાં ચાલતા શારીરિક શિક્ષણ અને રમતગમતના વિવિધ અભ્યાસક્રમો (બી.પી.ઈ.એસ.,બી.પી.એડ.,એમ.પી.એડ.,એમ.પી.ઈ.એસ.અને પીએચ.ડી.).		
4.2. રમત-ગમત ક્ષેત્રે અપાતા રાજ્ય કક્ષા અને રાષ્ટ્રીય કક્ષાના વિવિધ પારિતોષિકો.		
4.3. એકલવ્ય પારિતોષિક, સરદાર પટેલ પારિતોષિક, જયદિપસિંહ બારીયા પારીતોષિક, અર્જુન પારિતોષિક, મેજર ધ્યાનચંદ પારિતોષિક, દ્રોણાચાર્ય પારિતોષિક, મૌલાના અબુલ કલામ આઝાદ ટ્રોફી.		

Mapping Matrix of POs, PSOs, and COs																	
COs	POs													PSOs			
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	Avg	1	2	3	Avg
CO-1	3	2	1	1	2	1	1	1	2	1	1	2	1.5	3	2	2	1.7
CO-2	3	2	1	1	2	1	1	1	2	1	1	2	1.5	3	2	2	1.7
CO-3	3	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2.2
CO-4	3	2	2	1	2	2	2	2	2	2	3	2	2.1	3	3	3	2.2
Avg	3	2	1.5	1	2	1.5	1.5	1.5	2	1.5	1.8	2	1.8	3	2.5	2.5	1.9

3 = Strong Contribution, 2 = Moderate Contribution, 1 = Slight Contribution, --- = No Significant Contribution

Teaching Pedagogy																	
નિરીક્ષણ (અવલોકન) પદ્ધતિ, ચર્ચા પદ્ધતિ, વર્કશોપ પદ્ધતિ, સેમિનાર પદ્ધતિ, વ્યાખ્યાન પદ્ધતિ, પ્રવાસ – પર્યટન પદ્ધતિ, સ્વાધ્યાય પદ્ધતિ, પ્રોજેક્ટ પદ્ધતિ, મિશ્ર પદ્ધતિ, બ્લેક બોર્ડ અને ચૉકનો ઉપયોગ કરીને પ્રત્યક્ષ શિક્ષણ, માહિતી સંચાર ટેકનોલોજીનો ઉપયોગ, મલ્ટીમીડિયાનો ઉપયોગ.																	

Assessment Method					
Continuous Comprehensive Evaluation 40 Marks	COs	Marks	Exam Component		
			Theoretical Exam	Assignment	Presentation
	CO-1	10	5	5	--
	CO-2	10	5	--	5
	CO-3	10	5	5	--
	CO-4	10	5	--	5
Term-End Evaluation 60 Marks	COs	Marks	Exam Component		
			Theoretical Exam	Assignment	Presentation
	CO-1	15	15	-	-
	CO-2	15	15	-	-
	CO-3	15	15	-	-
	CO-4	15	15	-	-

CO Attainment Levels (OBE & NEP 2020 Aligned)					
COs Attainment Levels	Level	Description	Attainment Criteria		
	Level 3	High	≥ 80% of students score above a set performance benchmark		
	Level 2	Moderate	60%–79% of students meet the performance benchmark		
	Level 1	Low	40%–59% of students meet the performance benchmark		
	Level 0	Not Attained	< 40% of students achieve the desired learning outcome		
Target Attainment (Benchmark)	COs		CO-1	CO-2	CO-3
	Target Level (%)		60	65	65
					CO-4
					60

Program – B.P.E.S. (Bachelor of Physical Education and Sports)		
Semester - 1		
Course Code 254510232002	Name of Course - Specialization Game (Any One) વિશિષ્ટ રમત (કોઇપણ એક) (Basketball, Volleyball, Handball, Kabaddi, Kho-Kho) (બાસ્કેટબોલ, વોલીબોલ, હેન્ડબોલ, કબડ્ડી, ખો-ખો) (Major)	Compulsory
Credit: 02	Teaching Scheme: Theory (0) - Practical (60)	Teaching Hours: 60
Course Outcomes (COs)		
After completing this course, students will be able to		
CO-1	બાસ્કેટબોલ, વોલીબોલ, હેન્ડબોલ, કબડ્ડી, ખો-ખો મેદાન અંકન અને રમતના સાધનો વિષે સમજ કેળવે.	
CO-2	બાસ્કેટબોલ, વોલીબોલ, હેન્ડબોલ, કબડ્ડી, ખો-ખો રમતના મૂળભૂત કૌશલ્ય શીખે.	
CO-3	બાસ્કેટબોલ, વોલીબોલ, હેન્ડબોલ, કબડ્ડી, ખો-ખો રમતના નિયમો વિષેની જાણકારી પ્રાપ્ત કરે.	
CO-4	બાસ્કેટબોલ, વોલીબોલ, હેન્ડબોલ, કબડ્ડી, ખો-ખો રમતનું પંચકાર્ય કરતાં શીખે.	
Detailed Syllabus		
રમત 1 - બાસ્કેટબોલ		
Unit-1. બાસ્કેટબોલ મેદાન અને સાધનોની રચના		
1.1. મેદાન અંકન, માપ અને ઉપકરણો		
Unit-2. બાસ્કેટબોલ રમતના મૂળભૂત કૌશલ્યો		
2.1 બાસ્કેટબોલ રમતના મૂળભૂત કૌશલ્યો પાસિંગ : ટૂ હેન્ડ ચેસ્ટ પાસ, ટૂ હેન્ડ બાઉન્સ પાસ, ઓવર હેડ પાસ, હૂક પાસ, વન હેન્ડ બેઝબોલ પાસ, સાઈડ આર્મ પાસ, ટુ હેન્ડ રિસીવિંગ, વન હેન્ડ રિસીવિંગ, ડ્રિબલીંગ: મધ્યમ ઊંચું, નીચું. શૂટિંગ: લેઅપ શોટ, જમ્પ શોટ, સેટ શોટ, ફ્રી થ્રો, અટકવું રિબાઉન્ડિંગ, પિવોટિંગ.		
Unit-3. બાસ્કેટબોલના નિયમો		
3.1 બાસ્કેટબોલ રમતના નિયમોની જાણકારી		
Unit-4. બાસ્કેટબોલમાં પંચકાર્ય (Officiating)		
4.1 બાસ્કેટબોલ રમતમાં પંચકાર્ય વિશે જાણકારી		
રમત 2 - વોલીબોલ		
Unit-1. વોલીબોલ મેદાન અને સાધનોની રચના		
1.1. મેદાન અંકન, માપ અને ઉપકરણો		
Unit-2. વોલીબોલ રમતના મૂળભૂત કૌશલ્યો		
2.1. સર્વિસ - અન્ડર હેન્ડ સર્વિસ, સાઈડ આર્મ સર્વિસ, ટેનિસ સર્વિસ અને ફ્લોટિંગ સર્વિસ		
2.2. પાસીંગ – અન્ડર હેન્ડ પાસ, ઓવર હેડ પાસ		
2.3. સ્મેશિંગ – ટુ લેગ ટેઈક ઓફ સ્ટેટ આર્મ હેન્ડ સ્મેશ, રાઉન્ડ આર્મ સ્મેશ		
2.4. ફ્રાઈવ – એલિમેન્ટરી ફ્રાઈવ, ફ્લાઈઈંગ ફ્રાઈવ		
2.5. બ્લોકિંગ – વન મેન બ્લોક, ટુ મેન બ્લોક, થ્રી મેન બ્લોક		
Unit-3. વોલીબોલના નિયમો		
3.1. વોલીબોલ રમતના નિયમોની જાણકારી		
Unit-4. વોલીબોલમાં પંચકાર્ય (Officiating)		
4.1 વોલીબોલ રમતમાં પંચકાર્ય વિશે જાણકારી		

રમત ૩ - હેન્ડબોલ	
Unit-1. હેન્ડબોલ મેદાન અને સાધનોની રચના	
1.1. મેદાન અંકન, માપ અને ઉપકરણો	
Unit-2. હેન્ડબોલ રમતના મૂળભૂત કૌશલ્યો	
2.1. ડ્રિબલીંગ : મધ્યમ, ઊંચું, નીચું	
2.2. પાસિંગ : ચેસ્ટ પાસ, ઓવર હેડ પાસ, રિસ્ટ પાસ, બાઉન્સ પાસ, પુશ પાસ	
2.3. શુટિંગ : જમ્પ શૂટ લોંગ, જમ્પ શૂટ હાઈ, ફાલ શૂટ, જમ્પ ફાલ શૂટ, લોંગ શૂટ, સ્ટ્રેટ શોટ, શર્ટ વીથ બ્લોકિંગ સ્ટેપ, સ્ટ્રેટ શોટ વીધાઉટ બ્લોકિંગ સ્ટેપ, ગોલકિપીંગ	
Unit-3. હેન્ડબોલના નિયમો	
3.1 હેન્ડબોલ રમતના નિયમોની જાણકારી	
Unit-4. હેન્ડબોલમાં પંચકાર્ય (Officiating)	
4.1 હેન્ડબોલ રમતમાં પંચકાર્ય વિશે જાણકારી	
રમત ૪ - કબડ્ડી	
Unit-1. કબડ્ડી મેદાન અને સાધનોની રચના	
1.1. મેદાન અંકન, માપ અને ઉપકરણો	
Unit-2. કબડ્ડી રમતના મૂળભૂત કૌશલ્યો	
2.1. આક્રમણ પક્ષના કૌશલ્યો - શ્વાસ નિયંત્રણ, ફૂટવર્ક, લંઘન રેખા ઓળંગવી, બોનસ પ્રાપ્ત કરવું, છાપો મારવો, હેન્ડ ટચ, ટો ટચ, ડુબકી, સ્કોર્પિયન કિક, સાઈડ કિક, ઘેરો તોડવો, પગ છોડાવવો, હાથ છોડાવવો, છાપો મારવો, ડાઈવ મારી ઘેરો તોડી મધ્ય રેખા ટચ કરવી.	
2.2. બચાવ પક્ષના કૌશલ્યો – ફૂટવર્ક, એન્કલ હોલ્ડ, થાઈ હોલ્ડ, ની હોલ્ડ, બ્લોક, ઘેરો બનાવવો, હાથ પકડવો	
Unit-3. કબડ્ડીના નિયમો	
3.1. કબડ્ડી રમતના નિયમોની જાણકારી	
Unit-4. કબડ્ડીમાં પંચકાર્ય (Officiating)	
4.1 કબડ્ડી રમતમાં પંચકાર્ય વિશે જાણકારી	
રમત ૫ – ખો-ખો	
Unit-1. ખો-ખો મેદાન અને સાધનોની રચના	
1.1. મેદાન અંકન, માપ અને ઉપકરણો	
Unit-2. ખો-ખો રમતના મૂળભૂત કૌશલ્યો	
2.1. રમનારના કૌશલ્યો – સિંગલ ચેઈન, ડબલ ચેઈન, ગોળ રમત, પલટી મારવી, ડોઝીંગ કરવું	
2.2. મારનારના કૌશલ્યો – પગે સ્પર્શ કરવો, ફૂક મારવી, ડાઈવ મારવી, 45° ના ખૂણે માર કરવો, સાચી ખો	
Unit-3. ખો-ખો ના નિયમો	
3.1. ખો-ખો રમતના નિયમોની જાણકારી	
Unit-4. ખો-ખો માં પંચકાર્ય (Officiating)	
1.1. ખો-ખો રમતમાં પંચકાર્ય વિશે જાણકારી	

Mapping Matrix of POs, PSOs, and COs

COs	POs													PSOs			
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	Avg	1	2	3	Avg
CO-1	3	2	3	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1.6	3	2	2	2.3
CO-2	3	2	2	0	1	1	2	2	1	1	1	1	1.4	3	3	2	2.7
CO-3	2	2	2	0	2	2	1	2	1	1	1	1	1.4	2	3	2	2.3
CO-4	2	3	2	0	2	2	1	2	1	2	1	1	1.6	2	3	2	2.3
Avg	2.5	2.3	2.3	0.3	1.5	1.5	1.5	1.8	1	1.5	1	1	1.5	2.5	2.8	2	2.4

3 = Strong Contribution, 2 = Moderate Contribution, 1 = Slight Contribution, --- = No Significant Contribution

Teaching Pedagogy

- અધ્યાપનશાસ્ત્ર, શિક્ષણ પદ્ધતિઓ અને શૈક્ષણિક સાધનો
- નિદર્શન પદ્ધતિ, દાર્શનિક પદ્ધતિ, ખંડ-અખંડ પદ્ધતિ, વર્ણન પદ્ધતિ, ઐચ્છિક પદ્ધતિ, પ્રાયોગિક પદ્ધતિ, ચાર્ટ અને મોડ્યુલ, રમતનાં પ્રાયોગિક સાધનો.

Assessment Method

Continuous Comprehensive Evaluation 40 Marks	COs	Marks	Exam Component		
			Practical Exam	Project	Oral Viva
	CO-1	10	5	5	--
	CO-2	10	5	--	5
	CO-3	10	5	--	5
	CO-4	10	5	5	--
Term-End Evaluation 60 Marks	COs	Marks	Exam Component		
			Practical Exam	Project	Oral Viva
	CO-1	15	10	5	--
	CO-2	15	10	--	5
	CO-3	15	10	--	5
	CO-4	15	10	5	--

CO Attainment Levels (OBE & NEP 2020 Aligned)

COs Attainment Levels	Level	Description	Attainment Criteria			
	Level 3	High	≥ 80% of students score above a set performance benchmark			
	Level 2	Moderate	60%–79% of students meet the performance benchmark			
	Level 1	Low	40%–59% of students meet the performance benchmark			
	Level 0	Not Attained	< 40% of students achieve the desired learning outcome			
Target Attainment (Benchmark)	COs		CO-1	CO-2	CO-3	CO-4
	Target Level (%)		60	65	65	60

References

Online Resources & Tools:

- બાસ્કેટબોલ - <https://www.fiba.basketball/en>
- વોલીબોલ - <https://www.fivb.com/>
- હેન્ડબોલ - <https://www.ihf.info/>
- કબડ્ડી - <https://www.kabaddiikf.com/>
- ખો-ખો - <https://www.khokho.net/>

Program – B.P.E.S. (Bachelor of Physical Education and Sports)		
Semester - 1		
Course Code 254510232003	Name of Course - Athletics (ખેલકૂદ) Minor	Compulsory
Credit: 02	Teaching Scheme: Theory (0) - Practical (60)	Teaching Hours: 60
Course Outcomes (COs)		
After completing this course, students will be able to		
CO-1	મેદાન અંકન અને રમતના સાધનો વિષે સમજ કેળવે.	
CO-2	ખેલકૂદના મૂળભૂત કૌશલ્યની પ્રવૃત્તિઓ શીખે.	
CO-3	ખેલકૂદના નિયમોની પ્રવૃત્તિઓથી વાકેફ થાય.	
CO-4	ખેલકૂદનું પંચકાર્ય કરતા શીખે.	
Detailed Syllabus		
Unit-1. ખેલકૂદ મેદાન, અંકન, પામન, અને સાધનો		
1.1. દોડ, કૂદ અને ફેંક રમતોનાં મેદાન અંકન, માપ, સાધનો		
Unit-2. ખેલકૂદ રમતના મૂળભૂત કૌશલ્યો		
2.1. દોડ		
2.1.1. ટૂંકા, મધ્યમ અને લાંબા અંતરની દોડનો ખ્યાલ		
2.1.2. ચોપગું પ્રસ્થાન - ટૂંકું પ્રસ્થાન, મધ્યમ પ્રસ્થાન, લંબ પ્રસ્થાન		
2.1.3. પ્રસ્થાન – ચો પગું પ્રસ્થાન, (ટૂંકું, મધ્યમ અને લાંબુ), ખડું પ્રસ્થાન, જગહ પે, સજ્જ, જાઓ- નો સંપૂર્ણ ખ્યાલ		
2.1.4. દોડ કદમોનો ખ્યાલ - શરૂઆતના કદમો, અંતરાલ કદમો, સૌથી ઝડપી કદમો		
2.1.5. વિજયરેખા પસારનો ખ્યાલ – રન થુ, ચેષ્ટ ફીનીશીંગ, શોલ્ડર ફીનીશીંગ		
2.1.6. ટપ્પા દોડ (રીલે દોડ)નો ખ્યાલ - બેટન બદલ પ્રદેશ, બેટન બદલ પદ્ધતિ (પ્રત્યક્ષ અને પરોક્ષ પદ્ધતિ)		
2.1.7. વિધ્ન દોડ – પ્રસ્થાન, પહેલા વિધ્ન સુધીની આગમ દોડ, વિધ્ન પસાર, બે વિધ્નો વચ્ચેના કદમો, છેલ્લા કદમો અને ફીનીશીંગ.		
2.1.8. સ્ટીપલ ચેઈઝ - મેદાનની રચના અને અંકન સાધન સુવિધાઓ સ્ટીપલ ચેઈઝની શૈલી (ખડું પ્રસ્થાન, દોડ કદમો, વિધ્ન પસાર, ફીનીશીંગ)		
2.2. કૂદ		
2.2.1. લાંબીકૂદ- 1. હવાતર પદ્ધતિ, 2. હવાચાલ પદ્ધતિ, 3. લટક પદ્ધતિ (શૈલી, પેશકદમી, ઠેક, ઉડ્યન ખૂણો, ઠેકપગની સ્થિતિ, શરીરની સ્થિતિ, ઉડ્યન, શરીરની ક્રિયાઓ, ઉતરાણ)		
2.2.2. લંગડી ફાળ કૂદ (શૈલી, પેશકદમી, ઠેક, ઉડ્યન ખૂણો, ઠેકપગની સ્થિતિ, શરીરની સ્થિતિ, ઉડ્યન, શરીરની ક્રિયાઓ, ઉતરાણ)		
2.2.3. ઉંચીકૂદ – 1. પલાણ પદ્ધતિ, 2. ફોસબરી ફ્લોપ પદ્ધતિ (શૈલી, પેશકદમી, ઠેક, ઉડ્યન ખૂણો, ઠેકપગની સ્થિતિ, શરીરની સ્થિતિ, ઉડ્યન, વાંસ પસાર, શરીરની ક્રિયાઓ, ઉતરાણ)		
2.2.4. વાંસકૂદ (શૈલી, પેશકદમી સાથે વાંસ વાહન, વાંસ રોપણી, ઉડ્યન ખૂણો, શરીરની સ્થિતિ, ઉડ્યન, વાંસ પસાર, શરીરની ક્રિયાઓ, ઉતરાણ)		
2.3. ફેંક		
2.3.1. ચક્રફેંક - શૈલી, પકડ, ચક્રની સ્થિતિ, ઊભણી, ફિરકી અને ફેંક દરમિયાનની ક્રિયા		

- 2.3.2. ગોળાફેંક - 1. પેરી-ઓબ્રાયન પદ્ધતિ - શૈલી, પકડ, ઉભણી, ટી, કાઉચ, સરક અને લેગ ક્રિક, ફેંક, પગ બદલ.
 2. ડિસ્કોપટ પદ્ધતિ - શૈલી, પકડ, ઉભણી, બોડી ટર્ન, ફિરકી, ફેંક, પગ બદલ.
- 2.3.3. હથોડા ફેંક - શૈલી, પકડ, ઉભણી, પ્રાથમિક ઝોલા, ઝોલા સાથેની ગતિ, ફિરકી, ફેંક અને પગ બદલ
- 2.3.4. બરછી ફેંક - શૈલી, પકડ (ફીનીશ, અમેરિકન, હંગેરિયન), વહન, આગળની બાજુ કોસ લેગ સાથે પાંચ કદમો, ફેંક અને સમતોલન

Unit-3. દોડ, કૂદ અને ફેંક રમતના નિયમોની જાણકારી

Unit-4. દોડ, કૂદ અને ફેંક રમતના પંચકાર્ય વિષે જાણકારી (Officiating)

Mapping Matrix of POs, PSOs, and COs

COs	POs													PSOs			
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	Avg	1	2	3	Avg
CO-1	3	2	3	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1.6	3	2	2	2.3
CO-2	3	2	2	0	1	1	2	2	2	2	1	1	1.6	3	3	2	2.7
CO-3	2	2	2	0	2	2	1	2	2	1	1	1	1.5	2	3	2	2.3
CO-4	2	3	2	0	2	2	1	2	2	2	1	1	1.7	2	3	3	2.7
Avg	2.5	2.5	2.3	0.8	2	2	1.8	2.3	2.3	2	1.5	1.5	1.9	2.5	3	2.5	2.7

3 = Strong Contribution, 2 = Moderate Contribution, 1 = Slight Contribution, --- = No Significant Contribution

Teaching Pedagogy

- અધ્યાપનશાસ્ત્ર, શિક્ષણ પદ્ધતિઓ અને શૈક્ષણિક સાધનો
- નિદર્શન પદ્ધતિ, દાર્શનિક પદ્ધતિ, ખંડ-અખંડ પદ્ધતિ, વર્ણન પદ્ધતિ, ઐચ્છિક પદ્ધતિ, પ્રાયોગિક પદ્ધતિ, ચાર્ટ અને મોડ્યુલ, રમતનાં પ્રાયોગિક સાધનો.

Assessment Method

	COs	Marks	Exam Component		
			Practical Exam	Project	Oral Viva
Continuous Comprehensive Evaluation 40 Marks	CO-1	10	5	5	--
	CO-2	10	5	--	5
	CO-3	10	5	--	5
	CO-4	10	5	5	--
Term-End Evaluation 60 Marks	CO-1	15	10	5	--
	CO-2	15	10	--	5
	CO-3	15	10	--	5
	CO-4	15	10	5	--

CO Attainment Levels (OBE & NEP 2020 Aligned)

COs Attainment Levels	Level	Description	Attainment Criteria			
	Level 3	High	≥ 80% of students score above a set performance benchmark			
	Level 2	Moderate	60%–79% of students meet the performance benchmark			
	Level 1	Low	40%–59% of students meet the performance benchmark			
	Level 0	Not Attained	< 40% of students achieve the desired learning outcome			
Target Attainment (Benchmark)	COs		CO-1	CO-2	CO-3	CO-4
	Target Level (%)		60	65	65	60

References

Online Resources & Tools:

- ખેલકૂદ - <https://worldathletics.org/>

Program – B.P.E.S. (Bachelor of Physical Education and Sports)		
Semester - 1		
Course Code 254510232004	Name of Course - Indigenous Activities (સંઘ વ્યાયામ) (Minor)	Compulsory
Credit: 02	Teaching Scheme: Theory (0) - Practical (60)	Teaching Hours: 60
Course Outcomes (COs)		
After completing this course, students will be able to		
CO-1	સંઘ વ્યાયામની પ્રવૃત્તિઓ વિશે સમજ કેળવે.	
CO-2	સંઘ વ્યાયામના વિવિધ દાવ વિશે સમજ કેળવે.	
CO-3	સંઘ વ્યાયામના વિવિધ દાવની ફોર્મેશનોથી વાકેફ થાય.	
CO-4	સંઘ વ્યાયામના વિવિધ દાવના આદેશો આપતા શીખે.	
Detailed Syllabus		
Unit-1. સંઘ વ્યાયામની વિવિધ પ્રવૃત્તિના મેદાન અંકન, માપ, સાધનો		
1.1. કેલેસ્થનીક, ડમ્બેલ્સ, વોલ્ડ, ધ્વજ કવાયત, લાઠી, મગદળ, વાંસ કવાયત, લેઝિમ (હિન્દુસ્તાની અને ઘાટી) પ્રવૃત્તિઓના મેદાન અંકન, માપ, સાધનો		
Unit-2. સંઘ વ્યાયામની વિવિધ પ્રવૃત્તિઓ		
2.1. કેલેસ્થનીક - સિનાકાસ, આગે બાજુ હસ્ત, આગે ઉપે બાજુ હસ્ત, આગે પાવ સ્કંધ હસ્ત, કમર ઝુક, કમર મરોડ, અંગુઠા પકડ, આગે પાંવ પવિત્રા, ની બેઠક, કુદન તાલી.		
2.2. ડમ્બેલ્સ - ઉપે નિચે ઠોક, કમર ઝુક ઠોક, પીછે આગે ઠોક, બાંચે દાહીને ઠોક, આગે અડંગા ઠોક, બાજુ અડંગા ઠોક, પેટ ધૂંટણ ઠોક, ચોકેર ઠોક.		
2.3. વોલ્ડ - બાજુ પાંવ સ્કંધ હસ્ત, આગે પાંવ કમર ઝુક, આગે બાજુ પાંવ, બાજુ પાંવ આંટી લગાવ, પીછે પાંવ, પેડિતાણ, પીછે આગે પાંવ. (વોલ્ડ હોશિયાર, વોલ્ડ અરમ સે, વોલ્ડ લપેટ)		
2.4. ધ્વજ કવાયત – સિના બાજુ હાથ, ઉપે બાજુ હાથ, તિછે પવિત્રા, ઉપે હાથ બાજુ વળાંક, બાજુ હાથ કમર મરોડ, કમર ઝુક, આગે બાજુ પવિત્રા, ગુંઠન બેઠક. (ધ્વજ હોશિયાર, ધ્વજ અરમ સે)		
2.5. લાઠી - સુલટી લાઠી, ઉલ્ટી લાઠી, ઉલ્ટી સુલટી મિલ્લત, આગે ફાલંગ, પીછે ફાલંગ, દો રૂખ. (લાઠી હોશિયાર, લાઠી અરમ સે, લાઠી લપેટ)		
2.6. મગદળ – ઝોલે હાથ, સીના, એકેરી શિરે સીધે, દોહેરી શિરે સીધે, બાહુ એક, બાહુ દો, એકેરે વજેદાર સીધે, દોહેરી વજેદાર સીધે. (મગદળ હોશિયાર, મગદળ અરમ સે)		
2.7. વાંસ કવાયત - બાજુ વાંસ, ઉપે વાંસ, બાજુ આગે વાંસ, ઝોલા વાંસ, બાજુ પવિત્ર વાંસ, બગલ વાંસ, બેઠક વાંસ, બાજુ ઝુક વાંસ, (વાંસ ઉઠાન, વાંસ જમીન પે)		
2.8. લેઝિમ		
2.8.1. હિન્દુસ્તાની લેઝિમ - ચાર આવાઝ, કમર ઝુક, કમર મરોડ, આંટી લગવ, આગે ફાલંગ, પીછે ફાલંગ, બેઠક દો રૂખ. (લેઝિમ હોશિયાર, લેઝિમ અરમ સે, લેઝિમ લપેટ)		
2.8.2. ઘાટી લેઝિમ - ચાર આવાજ, આંઠ અવાજ, તાલ સે કદમ, આગે પાંવ, પીછે પાંવ, પાંવ કુદન, પાંવ ચક્ર. (લેઝિમ હોશિયાર, લેઝિમ અરમ સે, લેઝિમ લપેટ)		
Unit-3. સંઘ વ્યાયામના વિવિધ દાવની ફોર્મેશનો		
Unit-4. સંઘ વ્યાયામના વિવિધ દાવના આદેશો		

Mapping Matrix of POs, PSOs, and COs

COs	POs													PSOs			
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	Avg	1	2	3	Avg
CO-1	3	2	3	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1.6	3	2	2	2.3
CO-2	3	2	2	0	1	1	2	2	2	2	1	1	1.6	3	3	2	2.7
CO-3	2	2	2	0	2	2	1	2	2	1	1	1	1.5	2	3	2	2.3
CO-4	2	3	2	0	2	2	1	2	2	2	1	1	1.7	2	3	3	2.7
Avg	2.5	2.5	2.3	0.8	2	2	1.8	2.3	2.3	2	1.5	1.5	1.9	2.5	3	2.5	2.7

3 = Strong Contribution, 2 = Moderate Contribution, 1 = Slight Contribution, --- = No Significant Contribution

Teaching Pedagogy

- હુકમ પદ્ધતિ, દર્પણ પદ્ધતિ, નિદર્શન પદ્ધતિ, દાર્શનિક પદ્ધતિ, ખંડ-અખંડ પદ્ધતિ, વર્ણન પદ્ધતિ, વર્ણન રૂકાવટ અને રૂકાવટ વર્ણન, મિલ્લત પદ્ધતિ, ઐચ્છિક પદ્ધતિ, તાલ સે પદ્ધતિ, સંઘ વ્યાયામનાં પ્રાયોગિક સાધનો

Assessment Method

	COs	Marks	Exam Component		
			Practical Exam	Project	Oral Viva
Continuous Comprehensive Evaluation 40 Marks	CO-1	10	5	--	5
	CO-2	10	5	--	5
	CO-3	10	5	5	--
	CO-4	10	5	5	--
	COs	Marks	Exam Component		
			Practical Exam	Project	Oral Viva
Term-End Evaluation 60 Marks	CO-1	15	10	--	5
	CO-2	15	10	--	5
	CO-3	15	10	5	--
	CO-4	15	10	5	--

CO Attainment Levels (OBE & NEP 2020 Aligned)

COs Attainment Levels	Level	Description	Attainment Criteria			
	Level 3	High	≥ 80% of students score above a set performance benchmark			
	Level 2	Moderate	60%–79% of students meet the performance benchmark			
	Level 1	Low	40%–59% of students meet the performance benchmark			
	Level 0	Not Attained	< 40% of students achieve the desired learning outcome			
Target Attainment (Benchmark)	COs		CO-1	CO-2	CO-3	CO-4
	Target Level (%)		60	65	65	60

References

Books:

- ઇલાબેન એસ. શુક્લ, અંબાલાલ કે. પટેલ અને અન્યો., શારીરિક શિક્ષણ સાધન કૌશલ્ય કલા, તેજસ પ્રકાશન : અમદાવાદ.

Program – B.P.E.S. (Bachelor of Physical Education and Sports)		
Semester - 2		
Course Code 254510432005	Name of Course - Anatomy and Physiology શરીર રચના અને શરીર વિજ્ઞાન (Major)	Compulsory
Credit: 04	Teaching Scheme: Theory (60) - Practical (0)	Teaching Hours: 60
Course Outcomes (COs)		
After completing this course, students will be able to		
CO-1	માનવ શરીરની સંરચના, શરીર રચના, શરીર ક્રિયા અને અસ્થિતંત્ર વિશે માહિતી પ્રાપ્ત કરે.	
CO-2	સ્નાયુતંત્ર વિશે માહિતી પ્રાપ્ત કરે.	
CO-3	રૂધિરાભિસરણતંત્ર વિશે માહિતી પ્રાપ્ત કરે.	
CO-4	શ્વસનતંત્ર વિશે માહિતી પ્રાપ્ત કરે.	
Detailed Syllabus		
Unit-1. શરીર રચના અને અસ્થિતંત્રનો પરિચય 1.1. શરીર રચનાનો અર્થ અને વ્યાખ્યા 1.2. કોષો અને કોષોની રચના 1.3. અસ્થિતંત્રનો અર્થ, ભાગો, પ્રકારો, રચના અથવા બંધારણ, કાર્યો, વૃદ્ધિ અને વિકાસ 1.4. હાડકાના સાંધા અને પ્રકારો		
Unit-2. સ્નાયુતંત્ર અને સ્નાયુઓની રચના 2.1. સ્નાયુતંત્ર (Muscular system), સ્નાયુતંત્રનો અર્થ 2.2. સ્નાયુઓના પ્રકારો, સ્નાયુઓની બનાવટ અને સ્નાયુબંધની બનાવટ 2.3. માનવશરીરમાં આવેલા કેટલાંક મહત્વનાં સ્નાયુઓ અને તેના કાર્યો 2.4. 1. માથું 2. ગળું 3. હાથ 4. પગ 5. છાતી અને પેટના સ્નાયુઓ		
Unit-3. રૂધિરાભિસરણ અને શ્વસનતંત્ર 3.1. રૂધિરાભિસરણ તંત્ર (Circulatory System) – અર્થ, લોહીનો રંગ, સ્વાદ, ધર્મીયતા, ઘટકો, કાર્યો, વર્ગીકરણ (રૂધિરરસ, રૂધિરકોષ, શ્વેતકોષ) 3.2. હૃદયનું સ્થાન, વજન, કદ, આંતરિક અને બાહ્ય રચના, ધમની, શિરા, કેશવાહિની, લોહીનું દબાણ અને હૃદયના ધબકારા 3.3. શ્વસનતંત્ર (Respiratory System) - શ્વસનતંત્રનો અર્થ, વ્યાખ્યા, ભાગ લેતા અવયવો (નાક, ગળું, સ્વરયંત્ર, શ્વાસનળી, શ્વાસવાહિની, ફેફસા અને ઉદરપટલ), શ્વાસોચ્છવાસની પ્રક્રિયા 3.4. લોહીનું ઓક્સીકરણ અને કોષજાળનું શ્વસન.		
Unit-4. પ્રાયોગિક કાર્ય 4.1. વિવિધ પ્રાયોગિક લેબના વિવિધ ચાર્ટ અને સાધનોનું પ્રાયોગિક કાર્ય 4.2. હાડકાં, સ્નાયુ અને રૂધિરાભિસરણ તંત્ર વિષે ચાર્ટ દ્વારા માહિતી 4.3. સ્પાયરોમીટર, સ્ટ્રીગ્મોમેનોમીટરનું પ્રાયોગિક ઉપયોગ		

Mapping Matrix of POs, PSOs, and COs

COs	POs													PSOs			
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	Avg	1	2	3	Avg
CO-1	3	2	2	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1.5	3	2	1	3
CO-2	3	2	3	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1.6	3	2	1	3
CO-3	3	2	3	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1.6	3	2	1	3
CO-4	3	2	3	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1.6	3	2	1	3
Avg	3	2	2.8	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1.6	3	2	1	3

3 = Strong Contribution, 2 = Moderate Contribution, 1 = Slight Contribution, --- = No Significant Contribution

Teaching Pedagogy

- નિરીક્ષણ (અવલોકન) પદ્ધતિ, ચર્ચા પદ્ધતિ, વર્કશોપ પદ્ધતિ, સેમિનાર પદ્ધતિ, વ્યાખ્યાન પદ્ધતિ, પ્રવાસ – પર્યટન પદ્ધતિ, સ્વાધ્યાય પદ્ધતિ, પ્રોજેક્ટ પદ્ધતિ, મિશ્ર પદ્ધતિ, બ્લેક બોર્ડ અને ચોકનો ઉપયોગ કરીને પ્રત્યક્ષ શિક્ષણ, માહિતી સંચાર ટેકનોલોજીનો ઉપયોગ, મલ્ટીમીડિયાનો ઉપયોગ.

Assessment Method

	COs	Marks	Exam Component		
			Theoretical Exam	Assignment	Presentation
Continuous Comprehensive Evaluation 40 Marks	CO-1	10	5	5	--
	CO-2	10	5	--	5
	CO-3	10	5	5	--
	CO-4	10	5	--	5
	COs	Marks	Exam Component		
			Theoretical Exam	Assignment	Presentation
Term-End Evaluation 60 Marks	CO-1	15	15	-	-
	CO-2	15	15	-	-
	CO-3	15	15	-	-
	CO-4	15	15	-	-

CO Attainment Levels (OBE & NEP 2020 Aligned)

COs Attainment Levels	Level	Description	Attainment Criteria			
	Level 3	High	≥ 80% of students score above a set performance benchmark			
	Level 2	Moderate	60%–79% of students meet the performance benchmark			
	Level 1	Low	40%–59% of students meet the performance benchmark			
	Level 0	Not Attained	< 40% of students achieve the desired learning outcome			
Target Attainment (Benchmark)	COs		CO-1	CO-2	CO-3	CO-4
	Target Level (%)		60	65	65	60

References

Books:

- મિલર ડેવિડ કે. એન્ડ અર્લ એલન, ફિટનેશ એ લાઈફ ટાઈમ એચિવમેન્ટ, દિલ્હી: સુરજિત પબ્લિ., 1982.
- મુલર જે. પી., હેલ્થ એક્સરસાઈઝ એન્ડ ફિટનેશ, દિલ્હી સ્પોર્ટ્સ પબ્લિ., 2000.
- હરકિશન ગાંધી, શરીર રચના અને શરીર વિજ્ઞાન, અનડા પ્રકાશન, અમદાવાદ, 1995.
- બી. એ. પ્રજાપતિ અને અન્ય, માનવ શરીર અને વ્યાયામ, ગુજરાત રાજ્ય પાઠ્ય પુસ્તક મંડળ, ગાંધીનગર, 2002, પા. નં. 1, 14 થી 19, 23 થી 33, 36 થી 43.
- દેવેન્દ્રસિંહ ઢુલ, શરીર રચના ક્રિયાવિજ્ઞાન અને સ્વાસ્થ્ય શિક્ષણ, ફેન્સ પબ્લિકેશન, દિલ્હી, 1998, પા. નં. 12 થી 16.
- હરીભાઈ પટેલ અને અન્ય, શરીર રચના વ્યાયામ અને સ્વાસ્થ્ય શિક્ષણ, ઉ. ગુ. યુનિવર્સિટી પાટણ 2006 પા. નં. 1 થી 23, 24 થી 32.

Program – B.P.E.S. (Bachelor of Physical Education and Sports)		
Semester - 2		
Course Code 254510132006	Name of Course - Specialization Game (Any One) વિશિષ્ટ રમત (કોઈપણ એક) (Basketball, Volleyball, Handball, Kabaddi, Kho-Kho) (બાસ્કેટબોલ, વોલીબોલ, હેન્ડબોલ, કબડ્ડી, ખો-ખો) (Major)	Compulsory
Credit: 02	Teaching Scheme: Theory (0) - Practical (60)	Teaching Hours: 60
Course Outcomes (COs)		
After completing this course, students will be able to		
CO-1	બાસ્કેટબોલ, વોલીબોલ, હેન્ડબોલ, કબડ્ડી, ખો-ખો મેદાન અંકન અને રમતના સાધનો વિષે સમજ કેળવે.	
CO-2	બાસ્કેટબોલ, વોલીબોલ, હેન્ડબોલ, કબડ્ડી, ખો-ખો રમતના મૂળભૂત કૌશલ્ય શીખે.	
CO-3	બાસ્કેટબોલ, વોલીબોલ, હેન્ડબોલ, કબડ્ડી, ખો-ખો રમતના નિયમો વિષેની જાણકારી પ્રાપ્ત કરે.	
CO-4	બાસ્કેટબોલ, વોલીબોલ, હેન્ડબોલ, કબડ્ડી, ખો-ખો રમતનું પંચકાર્ય કરતાં શીખે.	
Detailed Syllabus		
રમત 1 - બાસ્કેટબોલ		
Unit-1. બાસ્કેટબોલ મેદાન અને સાધનોની રચના		
1.1. મેદાન અંકન, માપ અને ઉપકરણો		
Unit-2. બાસ્કેટબોલ રમતના મૂળભૂત કૌશલ્યો		
2.1. બાસ્કેટબોલ રમતના મૂળભૂત કૌશલ્યો પાસિંગ : ટૂ હેન્ડ ચેસ્ટ પાસ, ટૂ હેન્ડ બાઉન્સ પાસ, ઓવર હેડ પાસ, હૂક પાસ, વન હેન્ડ બેઝબોલ પાસ, સાઈડ આર્મ પાસ, ટુ હેન્ડ રિસીવિંગ, વન હેન્ડ રિસીવિંગ, ટ્રિબલીંગ: મધ્યમ ઊંચું, નીચું. શૂટિંગ: લેઅપ શોટ, જમ્પ શોટ, સેટ શોટ, ફ્રી થ્રો, અટકવું રિબાઉન્ડિંગ, પિવોટિંગ.		
Unit-3. બાસ્કેટબોલના નિયમો		
3.1. બાસ્કેટબોલ રમતના નિયમોની જાણકારી		
Unit-4. બાસ્કેટબોલમાં પંચકાર્ય (Officiating)		
4.1. બાસ્કેટબોલ રમતમાં પંચકાર્ય વિશે જાણકારી		
રમત 2 - વોલીબોલ		
Unit-1. વોલીબોલ મેદાન અને સાધનોની રચના		
1.1 મેદાન અંકન, માપ અને ઉપકરણો		
Unit-2. વોલીબોલ રમતના મૂળભૂત કૌશલ્યો		
2.1. સર્વિસ - અન્ડર હેન્ડ સર્વિસ, સાઈડ આર્મ સર્વિસ, ટેનિસ સર્વિસ અને ફ્લોટિંગ સર્વિસ		
2.2. પાસીંગ – અન્ડર હેન્ડ પાસ, ઓવર હેડ પાસ		
2.3. સ્પેશિંગ – ટુ લેગ ટેઈક ઓફ સ્ટેટ આર્મ હેન્ડ સ્પેશ, રાઉન્ડ આર્મ સ્પેશ		
2.4. ફ્રાઈવ – એલિમેન્ટરી ફ્રાઈવ, ફ્લાઈઈંગ ફ્રાઈવ		
2.5. બ્લોકિંગ – વન મેન બ્લોક, ટુ મેન બ્લોક, થ્રી મેન બ્લોક		
Unit-3. વોલીબોલના નિયમો		
3.1. વોલીબોલ રમતના નિયમોની જાણકારી		
Unit-4. વોલીબોલમાં પંચકાર્ય (Officiating)		
4.1. વોલીબોલ રમતમાં પંચકાર્ય વિશે જાણકારી		

રમત ૩ - હેન્ડબોલ	
Unit-1. હેન્ડબોલ મેદાન અને સાધનોની રચના	
1.1. મેદાન અંકન, માપ અને ઉપકરણો	
Unit-2. હેન્ડબોલ રમતના મૂળભૂત કૌશલ્યો	
2.1. ડ્રિબલીંગ : મધ્યમ, ઊંચું, નીચું	
2.2. પાસિંગ : ચેસ્ટ પાસ, ઓવર હેડ પાસ, રિસ્ટ પાસ, બાઉન્સ પાસ, પુશ પાસ	
2.3. શુટિંગ : જમ્પ શૂટ લોંગ, જમ્પ શૂટ હાઈ, ફાલ શૂટ, જમ્પ ફાલ શૂટ, લોંગ શૂટ, સ્ટ્રેટ શોટ, શર્ટ વીથ બ્લોકિંગ સ્ટેપ, સ્ટ્રેટ શોટ વીધાઉટ બ્લોકિંગ સ્ટેપ, ગોલકિપીંગ	
Unit-3. હેન્ડબોલના નિયમો	
3.1. હેન્ડબોલ રમતના નિયમોની જાણકારી	
Unit-4. હેન્ડબોલમાં પંચકાર્ય (Officiating)	
4.1. હેન્ડબોલ રમતમાં પંચકાર્ય વિશે જાણકારી	
રમત ૪ - કબડ્ડી	
Unit-1. કબડ્ડી મેદાન અને સાધનોની રચના	
1.1. મેદાન અંકન, માપ અને ઉપકરણો	
Unit-2. કબડ્ડી રમતના મૂળભૂત કૌશલ્યો	
2.1. આક્રમણ પક્ષના કૌશલ્યો - શ્વાસ નિયંત્રણ, ફૂટવર્ક, લંઘન રેખા ઓળંગવી, બોનસ પ્રાપ્ત કરવું, છાપો મારવો, હેન્ડ ટચ, ટો ટચ, ડુબકી, સ્કોપિયન કિક, સાઈડ કિક, ઘેરો તોડવો, પગ છોડાવવો, હાથ છોડાવવો, છાપો મારવો, ડાઈવ મારી ઘેરો તોડી મધ્ય રેખા ટચ કરવી.	
2.2. બચાવ પક્ષના કૌશલ્યો - ફૂટવર્ક, એન્કલ હોલ્ડ, થાઈ હોલ્ડ, ની હોલ્ડ, બ્લોક, ઘેરો બનાવવો, હાથ પકડવો	
Unit-3. કબડ્ડીના નિયમો	
3.1. કબડ્ડી રમતના નિયમોની જાણકારી	
Unit-4. કબડ્ડીમાં પંચકાર્ય (Officiating)	
4.1. કબડ્ડી રમતમાં પંચકાર્ય વિશે જાણકારી	
રમત ૫ - ખો-ખો	
Unit-1. ખો-ખો મેદાન અને સાધનોની રચના	
1.1. મેદાન અંકન, માપ અને ઉપકરણો	
Unit-2. ખો-ખો રમતના મૂળભૂત કૌશલ્યો	
2.1. રમનારના કૌશલ્યો - સિંગલ ચેઈન, ડબલ ચેઈન, ગોળ રમત, પલટી મારવી, ડોર્ઝીંગ કરવું	
2.2. મારનારના કૌશલ્યો - પગે સ્પર્શ કરવો, ફૂક મારવી, ડાઈવ મારવી, 45° ના ખૂણે માર કરવો, સાચી ખો	
Unit-3. ખો-ખો ના નિયમો	
3.1. ખો-ખો રમતના નિયમોની જાણકારી	
Unit-4. ખો-ખો માં પંચકાર્ય (Officiating)	
4.1. ખો-ખો રમતમાં પંચકાર્ય વિશે જાણકારી	

Mapping Matrix of POs, PSOs, and COs																	
COs	POs													PSOs			
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	Avg	1	2	3	Avg
CO-1	3	2	3	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1.6	3	2	2	2.3
CO-2	3	2	2	0	1	1	2	2	1	1	1	1	1.4	3	3	2	2.7
CO-3	2	2	2	0	2	2	1	2	1	1	1	1	1.4	2	3	2	2.3
CO-4	2	3	2	0	2	2	1	2	1	2	1	1	1.6	2	3	2	2.3
Avg	2.5	2.3	2.3	0.3	1.5	1.5	1.5	1.8	1	1.5	1	1	1.5	2.5	2.8	2	2.4
3 = Strong Contribution, 2 = Moderate Contribution, 1 = Slight Contribution, --- = No Significant Contribution																	
Teaching Pedagogy																	
- અધ્યાપનશાસ્ત્ર, શિક્ષણ પદ્ધતિઓ અને શૈક્ષણિક સાધનો - નિદર્શન પદ્ધતિ, દાર્શનિક પદ્ધતિ, ખંડ-અખંડ પદ્ધતિ, વર્ણન પદ્ધતિ, ઐચ્છિક પદ્ધતિ, પ્રાયોગિક પદ્ધતિ, ચાર્ટ અને મોડ્યુલ, રમતનાં પ્રાયોગિક સાધનો.																	
Assessment Method																	
Continuous Comprehensive Evaluation 40 Marks	COs	Marks	Exam Component														
			Practical Exam						Project						Oral Viva		
	CO-1	10	5						5						--		
	CO-2	10	5						--						5		
	CO-3	10	5						--						5		
Term-End Evaluation 60 Marks	COs	Marks	Exam Component														
			Practical Exam						Project						Oral Viva		
	CO-1	15	10						5						--		
	CO-2	15	10						--						5		
	CO-3	15	10						--						5		
CO Attainment Levels (OBE & NEP 2020 Aligned)	Level	Description	Attainment Criteria														
	Level 3	High	≥ 80% of students score above a set performance benchmark														
	Level 2	Moderate	60%–79% of students meet the performance benchmark														
	Level 1	Low	40%–59% of students meet the performance benchmark														
	Level 0	Not Attained	< 40% of students achieve the desired learning outcome														
Target Attainment (Benchmark)	COs									CO-1	CO-2	CO-3	CO-4				
	Target Level (%)									60	65	65	60				
References																	
Online Resources & Tools:																	
- બાસ્કેટબોલ - https://www.fiba.basketball/en - વોલીબોલ – https://www.fivb.com/ - હેન્ડબોલ - https://www.ihf.info/ - કબડ્ડી – https://www.kabaddiikf.com/ - ખો-ખો - https://www.khokho.net/																	

Program – B.P.E.S. (Bachelor of Physical Education and Sports)																	
Semester - 2																	
Course Code 254510232007				Name of Course – Yoga (યોગ) (Minor)										Compulsory			
Credit: 02				Teaching Scheme: Theory (0) - Practical (60)										Teaching Hours: 60			
Course Outcomes (COs)																	
After completing this course, students will be able to																	
CO-1		યોગ અને આસનો, વિશેના ખ્યાલ પ્રાપ્ત કરે.															
CO-2		પ્રાણાયામ વિષેના ખ્યાલ પ્રાપ્ત કરે.															
CO-3		યૌગિક ક્રિયાઓનું પ્રાયોગિક જ્ઞાન પ્રાપ્ત કરે.															
CO-4		સૂર્ય – નમસ્કારની સ્થિતિઓ વિશે જાણે.															
Detailed Syllabus																	
Unit-1. યોગનો પરિચય અને વિવિધ આસનો અભ્યાસ																	
1.1. આસનો																	
1.1.1. બેઠક પરના આસનો – પદ્માસન, વજ્રાસન, અર્ધમત્સ્યેન્દ્રાસન, પાશ્ચિમોત્તાનાસન, વક્રાસન, કોણાસન,																	
1.1.2. પીઠ પરના આસનો - સર્વાંગાસન, હલાસન, મત્સ્યાસન, ચક્રાસન, સવાસન, વિપરિતકર્ણી, પવનમુક્તાસન,																	
1.1.3. પેટ પરના આસનો - શલભાસન, પૂર્ણ શલભાસન, ભુંજંગાસન, ધનુરાસન, મક્રાસન																	
1.1.4. હાથ પરના આસનો – મથુરાસન, બકાસન																	
1.1.5. ઢીંચણ પરના આસનો - સુપ્ત વજ્રાસન, ઉષ્ઠ્રાસન																	
1.1.6. પગ પરના આસનો – તાડાસન, વૃક્ષાસન																	
1.1.7. માથા પરના આસનો - શીર્ષાસન																	
Unit-2. પ્રાણાયામનો પરિચય અને અભ્યાસ																	
2.1. પ્રાણાયામ - સૂર્ય ભેદન, ઉજ્જયી, સીત્કારી, શીતલી, ભસ્ત્રિકા, ભ્રામરી અને કપાલભાતિ																	
Unit-3. યૌગિક ક્રિયાઓનો પરિચય અને અભ્યાસ																	
3.1. યૌગિક ક્રિયાઓ - નૌલિક્રિયા, જલનૈતિ અને કુંજલ																	
Unit-4. સૂર્યનમસ્કારનો પરિચય અને અભ્યાસ																	
4.1. સૂર્યનમસ્કારની વિવિધ સ્થિતિઓ – પ્રણામ આસન, હસ્ત ઉત્તાનાસન, પાદહસ્તાસન, અશ્વ સંચાલનાસન, પર્વતાસન, અષ્ટાંગ નમસ્કાર, ભુંજંગાસન, પર્વતાસન, અશ્વ સંચાલનાસન, પાદહસ્તાસન હસ્ત ઉત્તાનાસન, પ્રણામ આસન.																	
Mapping Matrix of POs, PSOs, and COs																	
COs	POs													PSOs			
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	Avg	1	2	3	Avg
CO-1	3	2	2	1	2	2	1	1	2	1	1	2	1.7	3	2	3	3
CO-2	3	2	2	1	2	2	1	1	2	1	1	2	1.7	3	2	3	3
CO-3	3	2	3	1	2	2	2	1	2	1	1	2	1.8	3	3	3	3
CO-4	3	1	2	0	2	1	1	1	2	1	1	2	1.4	2	2	3	3
Avg	3	1.8	2.3	0.8	2	1.8	1.3	1	2	1	1	2	1.7	2.8	2.3	3	3

3 = Strong Contribution, 2 = Moderate Contribution, 1 = Slight Contribution, --- = No Significant Contribution

Teaching Pedagogy						
- અધ્યાપનશાસ્ત્ર, શિક્ષણ પદ્ધતિઓ અને શૈક્ષણિક સાધનો - નિદર્શન પદ્ધતિ, દાર્શનિક પદ્ધતિ, ખંડ-અખંડ પદ્ધતિ, વર્ણન પદ્ધતિ, ઐચ્છિક પદ્ધતિ, પ્રાયોગિક પદ્ધતિ, ચાર્ટ અને મોડ્યુલ, રમતનાં પ્રાયોગિક સાધનો.						
Assessment Method						
Continuous Comprehensive Evaluation 40 Marks	COs	Marks	Exam Component			
	CO-1	10	Practical Exam	Project	Oral Viva	
	CO-2	10	5	--	5	
	CO-3	10	5	5	--	
	CO-4	10	5	5	--	
Term-End Evaluation 60 Marks	COs	Marks	Exam Component			
	CO-1	15	Practical Exam	Project	Oral Viva	
	CO-2	15	10	--	5	
	CO-3	15	10	--	5	
	CO-4	15	10	5	--	
CO Attainment Levels (OBE & NEP 2020 Aligned)						
COs Attainment Levels	Level	Description	Attainment Criteria			
	Level 3	High	≥ 80% of students score above a set performance benchmark			
	Level 2	Moderate	60%–79% of students meet the performance benchmark			
	Level 1	Low	40%–59% of students meet the performance benchmark			
	Level 0	Not Attained	< 40% of students achieve the desired learning outcome			
Target Attainment (Benchmark)	COs		CO-1	CO-2	CO-3	CO-4
	Target Level (%)		60	65	65	60
References						
Books:						
- પી. ડી. શર્મા,યોગાસન, પ્રાણાયામ કરો અને નિરોગી રહો,અમદાવાદ: નવનીત પબ્લિકેશન, 2017. - દુશ્યન્ત મોદી,વિવિધ રોગોમાં યોગાસનો,અમદાવાદ: નવનીત પબ્લિકેશન, 2013. - હરિઓમ ઉપાધ્યાય,યોગ વિજ્ઞાન,રાવત પ્રકાશન, નઈ દિલ્લી-110002. પબ્લિકેશન, 2013. - સ્વામી આધ્યાત્માનંદ,યોગ એજ જીવન,પુનર્મુદ્રણ; અમદાવાદ: ગુર્જર પ્રકાશન,2014. - ભાણદેવ,સંપૂર્ણ પ્રાણાયામ,પ્રથમ આવૃત્તિ; અમદાવાદ: ગુર્જર પ્રકાશન, 2014. - બીમાનપાલ,યોગાસન રહસ્ય,અમદાવાદ: પ્રજ્ઞા પ્રકાશન, 2004.						

Program – B.P.E.S. (Bachelor of Physical Education and Sports)		
Semester - 2		
Course Code 254510232008	Name of Course – Gymnastics (જીમ્નાસ્ટીક્સ) (Minor)	Compulsory
Credit: 02	Teaching Scheme: Theory () - Practical (60)	Teaching Hours: 60
Course Outcomes (COs)		
After completing this course, students will be able to		
CO-1	જીમ્નાસ્ટીક્સમાં ઉપયોગમાં આવતા સાધનોની બનાવટ અને માપ વિશે જાણે.	
CO-2	જીમ્નાસ્ટીક્સના કૌશલ્ય વિશે સમજે.	
CO-3	જીમ્નાસ્ટીક્સના નિયમોથી વાકેફ થાય.	
CO-4	જીમ્નાસ્ટીક્સના પંચકાર્ય કરતા શીખે.	
Detailed Syllabus		
Unit-1. જીમ્નાસ્ટીક્સમાં ઉપયોગમાં આવતા એપ્રેટર્સ, સાધનો, મેદાનની બનાવટ, માપ અને અંક		
Unit-2. જીમ્નાસ્ટીક્સના વિવિધ કૌશલ્ય		
2.1. ફ્લોર એક્સરસાઈઝ		
2.1.1. કૌશલ્યો: ફોરવર્ડ રોલ, બેકવર્ડ રોલ, એસ્ટ્રાઈડ ફોરવર્ડ/બેકવર્ડ રોલ, કાર્ટ વ્હીલ, વી-સ્કેલ, હેન્ડ સ્ટેન્ડ, હેડ સ્ટેન્ડ, હેન્ડ સ્ટેન્ડ ફોરવર્ડ રોલ, બેકવર્ડ રોલ ટુ હેન્ડ સ્ટેન્ડ, રાઉન્ડ ઓફ, સાઈડ સ્પ્લિટ, કમાન		
2.2. વોલ્ટીંગ ટેબલ		
2.2.1. એપ્રોચ રન અને જમ્પ, બીટવીન વોલ્ટ, એસ્ટ્રાઈડ વોલ્ટ, સાઈડ વોલ્ટ, વુલ્ફ વોલ્ટ, ફ્રન્ટ વોલ્ટ, ડાઈવ એન્ડ રોલ, હેન્ડ સ્પ્રિંગ, જમ્પ ઓન		
2.3. પેરેલલ બાર		
2.3.1. સ્વીંગ, સ્ક્રુ ચેઈઝ, સ્ટ્રેટ આર્મ રેસ્ટ, સ્ટ્રેડલ સીટ, હાફ ટર્ન, ફોરવર્ડ માર્ચ, સોલ્ડર સ્ટેન્ડ, ચેસ્ટ બેલેન્સ, એકહરી/દોહરી ફ્લૂય, આડી/ઊભી ખાટલી, ફ્રન્ટ ઓન બેક, રોલ ઓન ધ બાર		
2.4. સિંગલ બાર		
2.4.1. ની-અપ સ્ટાર્ટ, ની-સર્કલ, સર્કલ એબોવ/અન્ડર બાર, હાફ ટર્ન, નેસ્ટ હેન્ગ, એલ્બો સર્કલ		
2.5. અનઈવન બાર		
2.5.1. સ્ટ્રેટ આર્મ સપોર્ટ, ક્રોસ સીટ, વી-સ્કેલ, વન લેગ સ્કવોટ, ઓવર હાઈ બાર, સ્ટ્રેડલ સ્ટ્રેચ, હેન્ડ સ્ટેન્ડ અને ફોરવર્ડ રોલ.		
2.6. રોમન રીંગ		
2.6.1. સ્વીંગ, સર્કલ અન્ડર રીંગ, નેસ્ટ હેન્ગ, આર્મ પોઝિશન, સ્ટ્રાઈડ આર્મ		
2.7. પોમેલ હોર્સ		
2.7.1. સર્કલ, સિંગલ લેગ હાફ સર્કલ, ફુલ સર્કલ, બોથ લેગ સર્કલ, સીઝર		
2.8. બેલેન્સીંગ બીમ		
2.8.1. સ્ટેટ આર્મ માઉન્ટ, સિમ્પલ વોક, ટી-સ્કેલ, ઝાઈડ વોક, ફ્રન્ટ સ્કેલ, ની-સ્કેલ, વન લેગ માઉન્ટ, જમ્પ વોક, સિમ્પલ ડિસમાઉન્ટ		
Unit-3. જીમ્નાસ્ટીક્સમાં વાપરતા એપ્રેટર્સના વિવિધ કૌશલ્યોના નિયમોની જાણકારી		
Unit-4. જીમ્નાસ્ટીક્સમાં વાપરતા એપ્રેટર્સના વિવિધ કૌશલ્યોનું પંચકાર્ય		

Mapping Matrix of POs, PSOs, and COs

COs	POs													PSOs			
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	Avg	1	2	3	Avg
CO-1	3	2	3	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1.6	3	2	2	2.3
CO-2	3	2	2	0	1	1	2	2	2	2	1	1	1.6	3	3	2	2.7
CO-3	2	2	2	0	2	2	1	2	2	1	1	1	1.5	2	3	2	2.3
CO-4	2	3	2	0	2	2	1	2	2	2	1	1	1.7	2	3	3	2.7
Avg	2.5	2.3	2.3	0.3	1.5	1.5	1.5	1.8	1.8	1.8	1	1	1.6	2.5	2.8	2.3	2.5

3 = Strong Contribution, 2 = Moderate Contribution, 1 = Slight Contribution, --- = No Significant Contribution

Teaching Pedagogy

- અધ્યાપનશાસ્ત્ર, શિક્ષણ પદ્ધતિઓ અને શૈક્ષણિક સાધનો
- નિદર્શન પદ્ધતિ, દાર્શનિક પદ્ધતિ, ખંડ-અખંડ પદ્ધતિ, વર્ણન પદ્ધતિ, ઐચ્છિક પદ્ધતિ, પ્રાયોગિક પદ્ધતિ, ચાર્ટ અને મોડ્યુલ, રમતનાં પ્રાયોગિક સાધનો.

Assessment Method

	COs	Marks	Exam Component		
			Practical Exam	Project	Oral Viva
Continuous Comprehensive Evaluation 40 Marks	CO-1	10	5	5	--
	CO-2	10	5	--	5
	CO-3	10	5	--	5
	CO-4	10	5	5	--
	COs	Marks	Exam Component		
			Practical Exam	Project	Oral Viva
Term-End Evaluation 60 Marks	CO-1	15	10	5	--
	CO-2	15	10	--	5
	CO-3	15	10	--	5
	CO-4	15	10	5	--

CO Attainment Levels (OBE & NEP 2020 Aligned)

COs Attainment Levels	Level	Description	Attainment Criteria			
	Level 3	High	≥ 80% of students score above a set performance benchmark			
	Level 2	Moderate	60%–79% of students meet the performance benchmark			
	Level 1	Low	40%–59% of students meet the performance benchmark			
	Level 0	Not Attained	< 40% of students achieve the desired learning outcome			
Target Attainment (Benchmark)	COs		CO-1	CO-2	CO-3	CO-4
	Target Level (%)		60	65	65	60

References

Online Resources & Tools:

- <https://www.gymnastics.sport/site/>

Program – B.P.E.S. (Bachelor of Physical Education and Sports)		
Semester - 3		
Course Code 255010432009	Name of Course - Sports Training (રમત તાલીમ) (Major)	Compulsory
Credit: 04	Teaching Scheme: Theory (60) - Practical (0)	Teaching Hours: 60
Course Outcomes (COs)		
After completing this course, students will be able to		
CO-1	રમત તાલીમનો અર્થ, લાક્ષણિકતાઓ અને રમત તાલીમના સિદ્ધાંતો વિશે જાણકારી પ્રાપ્ત કરે.	
CO-2	રમત તાલીમમાં અનુકૂળન, ભાર, અતિભાર અને તેના સિદ્ધાંતો વિશે જાણે.	
CO-3	યુક્તિ-પ્રયુક્તિ, ભૂલ થવાના કારણો, ભૂલ સુધાર, ઉષ્મા પ્રેરક અને પ્રશમન વિશે જાણે.	
CO-4	રમત –તાલીમની જુદી – જુદી પદ્ધતિઓ વિશે માહિતી પ્રાપ્ત કરે.	
Detailed Syllabus		
Unit-1. રમત તાલીમના મૂળભૂત તત્વો		
1.1. રમત તાલીમનો અર્થ, વ્યાખ્યા, ધ્યેય, લાક્ષણિકતાઓ, કર્યો અને સિદ્ધાંતો		
Unit-2. તાલીમભાર, અનુકૂળન		
2.1. રમત તાલીમમાં અનુકૂળન અને ભાર.		
2.2. તાલીમભારનો અર્થ, વ્યાખ્યા, પ્રકારો, સિદ્ધાંતો		
2.3. અતિભાર અને તેના સિદ્ધાંતો,		
Unit-3. યુક્તિ, પ્રયુક્તિ અને ઉષ્માપ્રેરક–પ્રશમન		
3.1. યુક્તિ – અર્થ, વ્યાખ્યા		
3.2. પ્રયુક્તિ – અર્થ, વ્યાખ્યા		
3.3. ભૂલ થવાના કારણો અને ભૂલ સુધાર		
3.4. ઉષ્માપ્રેરકનો અર્થ, વ્યાખ્યા, મહત્વ, પ્રકાર, ફાયદા અને ગેરફાયદા		
3.5. પ્રશમનનો અર્થ, વ્યાખ્યા અને મહત્વ		
Unit-4. રમતની વિવિધ તાલીમની પદ્ધતિઓ - પ્રાયોગિક		
4.1. રમત તાલીમની પદ્ધતિઓ - સર્કીટ ટ્રેનીંગ, વેઈટ ટ્રેનીંગ, આઈસોમેટ્રીક ટ્રેનીંગ, આઈસોકાયનેટિક ટ્રેનીંગ, ઈન્ટરવલ ટ્રેનીંગ, ફાઈલેક ટ્રેનીંગ, પ્રેશર ટ્રેનીંગ.		

Mapping Matrix of POs, PSOs, and COs																	
COs	POs													PSOs			
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	Avg	1	2	3	Avg
CO-1	3	2	2	1	2	1	2	1	2	1	1	1	1.6	3	2	2	2.3
CO-2	3	3	3	2	2	1	2	1	2	1	1	1	1.8	3	2	2	2.3
CO-3	3	3	3	1	2	1	3	2	2	2	2	1	2.1	3	3	2	2.7
CO-4	3	3	2	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2.2	3	3	3	3
Avg	3	2.8	2.5	1.3	2.3	1.3	2.3	1.5	2	1.5	1.5	1.3	1.9	3	2.5	2.3	2.6

3 = Strong Contribution, 2 = Moderate Contribution, 1 = Slight Contribution, --- = No Significant Contribution

Teaching Pedagogy
નિરીક્ષણ (અવલોકન) પદ્ધતિ, ચર્ચા પદ્ધતિ, વર્કશોપ પદ્ધતિ, સેમિનાર પદ્ધતિ, વ્યાખ્યાન પદ્ધતિ, પ્રવાસ – પર્યટન પદ્ધતિ, સ્વાધ્યાય પદ્ધતિ, પ્રોજેક્ટ પદ્ધતિ, મિશ્ર પદ્ધતિ, બ્લેક બોર્ડ અને ચોક્કસ ઉપયોગ કરીને પ્રત્યક્ષ શિક્ષણ, માહિતી સંચાર ટેકનોલોજીનો ઉપયોગ, મલ્ટીમીડિયાનો ઉપયોગ.

Assessment Method						
Continuous Comprehensive Evaluation 40 Marks	COs	Marks	Exam Component			
			Theoretical Exam	Assignment	Presentation	
	CO-1	10	5	5	--	
	CO-2	10	5	--	5	
	CO-3	10	5	5	--	
	CO-4	10	5	--	5	
Term-End Evaluation 60 Marks	COs	Marks	Exam Component			
			Theoretical Exam	Assignment	Presentation	
	CO-1	15	15	-	-	
	CO-2	15	15	-	-	
	CO-3	15	15	-	-	
	CO-4	15	15	-	-	
CO Attainment Levels (OBE & NEP 2020 Aligned)						
COs Attainment Levels	Level	Description	Attainment Criteria			
	Level 3	High	≥ 80% of students score above a set performance benchmark			
	Level 2	Moderate	60%–79% of students meet the performance benchmark			
	Level 1	Low	40%–59% of students meet the performance benchmark			
	Level 0	Not Attained	< 40% of students achieve the desired learning outcome			
Target Attainment (Benchmark)	COs		CO-1	CO-2	CO-3	CO-4
	Target Level (%)		60	65	65	60
References						
Books:						
• શર્મા આર. કે., ખેલ ટ્રેનીંગ કે વૈજ્ઞાનિક સિધ્ધાંત, ન્યુ દિલ્હી: ક્રીડા સાહિત્ય પ્રકાશન, 2000. • પટેલ કાંતિભાઈ આર., રમત તાલીમના વૈજ્ઞાનિક સિદ્ધાંતો, ગાંધીનગર: રમા પ્રકાશન, 2001. • સિંગ હરદયાલ, સાયન્સ ઓફ સ્પોર્ટ્સ ટ્રેનીંગ, ન્યુ દિલ્હી: ડી. એ. વી. પબ્લિકેશન, 1991. • બીલ ફોરન, હાઈ પરફોર્મન્સ સ્પોર્ટ્સ ટ્રેનીંગ સ્પોર્ટ્સ, યુ.એસ.એ.: હ્યુમન કાઇનેટીક્સ, પબ્લિકેશન, 2001. • ટુડોર ઓ. બામ્પા, પિરીઓડાઇઝેશન ટ્રેનીંગ સ્પોર્ટ્સ, યુ.એસ.એ.: હ્યુમન કાઇનેટીક્સ, પબ્લિકેશન, 1999. • ડીક્ક, ફ્રેન્ક ડબલ્યુ., સ્પોર્ટ્સ પ્રિન્સીપલ, લંડન: લી ટ્યુસ 1880.						

Program – B.P.E.S. (Bachelor of Physical Education and Sports)		
Semester - 3		
Course Code 255010432009	Name of Course - Yoga Science (યોગ વિજ્ઞાન) (Major)	Compulsory
Credit: 04	Teaching Scheme: Theory (60) - Practical (0)	Teaching Hours: 60
Course Outcomes (COs)		
After completing this course, students will be able to		
CO-1	યોગનો અર્થ, પરિભાષા, મહત્વ, અને યોગની વિવિધ સંસ્થાઓથી વાકેફ થાય.	
CO-2	આસનનો અર્થ, પરિભાષા અને મહત્વથી વાકેફ કરવા, તેમજ આસન અને કસરતોના તફાવતથી વાકેફ થાય.	
CO-3	પ્રાણાયામના પ્રકારો, મહત્વ અને પ્રાણાયામ કરતી વખતે ધ્યાનમાં રાખવાની બાબતોથી વાકેફ થાય.	
CO-4	બંધના પ્રકારો, મુદ્રાના પ્રકારો તેમજ વિવિધ તંત્રો પર થતી અસરોથી વાકેફ થાય.	
Detailed Syllabus		
Unit-1. યોગનો પરિચય અને અષ્ટાંગ યોગ		
1.1. યોગનો અર્થ અને પરિભાષા		
1.2. અષ્ટાંગ (યમ, નિયમ, આસન, પ્રાણાયામ, પ્રત્યાહાર, ધારણા, ધ્યાન અને સમાધિ)		
1.3. યોગનું દૈનિક જીવનમાં મહત્વ		
1.4. યોગની વિવિધ સંસ્થાઓ અને તેનો પરિચય		
1.5. ગૂજરાત વિદ્યાપીઠ - અમદાવાદ, કેવલ્યધામ યોગ સંસ્થા - લોનાવાલા, દેવ સંસ્કૃતિ વિશ્વવિદ્યાલય - હરિદ્વાર, લકુલીશ યોગ યુનિવર્સિટી - અમદાવાદ, જૈન વિશ્વ વિશ્વવિદ્યાલય - લાડનું.		
1.6. યોગાસનની વિવિધ સ્પર્ધાઓની માહિતી		
Unit-2. આસન અને સૂર્યનમસ્કાર		
2.1. આસનનો અર્થ અને પરિભાષા		
2.2. આસનના પ્રકારો અને મહત્વ		
2.3. આસન કરતી વખતે ધ્યાનમાં રાખવાની બાબતો,		
2.4. સૂર્યનમસ્કાર અને તેની બાર સ્થિતિઓ.		
Unit-3. યોગની શારીરિક અસરો		
3.1. આસન અને કસરતો વચ્ચેનો તફાવત		
3.2. શરીરના વિવિધ તંત્રો પર થતી યોગની અસરો - સ્નાયુતંત્ર, શ્વસનતંત્ર, અને રુધિરાભિસરણ		
Unit-4. પ્રાણાયામ, બંધ અને મુદ્રાઓ		
4.1. પ્રાણાયામનો અર્થ અને પરિભાષા અને મહત્વ		
4.2. પ્રાણાયામના પ્રકારો - અનુલોમ વિલોમ, કપાલભાતિ, સીત્કારી, શીતલી, ભસ્ત્રિકા, ભ્રામરી		
4.3. પ્રાણાયામ કરતી વખતે ધ્યાનમાં રાખવાની બાબતો..		
4.4. બંધનો અર્થ અને વ્યાખ્યાઓ અને પ્રકારો		
4.5. મુદ્રાનો અર્થ અને વ્યાખ્યાઓ અને પ્રકારો		

Mapping Matrix of POs, PSOs, and COs

COs	POs													PSOs			
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	Avg	1	2	3	Avg
CO-1	3	2	1	1	2	1	1	1	2	1	1	2	1.5	3	2	2	2.3
CO-2	3	2	2	1	3	1	1	1	2	1	1	1	1.6	3	2	2	2.3
CO-3	3	2	2	1	3	1	2	1	2	1	1	1	1.7	3	2	2	2.3
CO-4	3	2	2	1	3	1	2	1	2	1	1	2	1.8	3	2	3	2.7
Avg	3	2	1.8	1	2.8	1	1.5	1	2	1	1	1.5	1.6	3	2	2	2.3

3 = Strong Contribution, 2 = Moderate Contribution, 1 = Slight Contribution, --- = No Significant Contribution

Teaching Pedagogy

- નિરીક્ષણ (અવલોકન) પદ્ધતિ, ચર્ચા પદ્ધતિ, વર્કશોપ પદ્ધતિ, સેમિનાર પદ્ધતિ, વ્યાખ્યાન પદ્ધતિ, પ્રવાસ – પર્યટન પદ્ધતિ, સ્વાધ્યાય પદ્ધતિ, પ્રોજેક્ટ પદ્ધતિ, મિશ્ર પદ્ધતિ, બ્લેક બોર્ડ અને ચોકનો ઉપયોગ કરીને પ્રત્યક્ષ શિક્ષણ, માહિતી સંચાર ટેકનોલોજીનો ઉપયોગ, મલ્ટીમીડિયાનો ઉપયોગ.

Assessment Method

	COs	Marks	Exam Component		
			Theoretical Exam	Assignment	Presentation
Continuous Comprehensive Evaluation 40 Marks	CO-1	10	5	5	--
	CO-2	10	5	--	5
	CO-3	10	5	5	--
	CO-4	10	5	--	5
	COs	Marks	Exam Component		
			Theoretical Exam	Assignment	Presentation
Term-End Evaluation 60 Marks	CO-1	15	15	-	-
	CO-2	15	15	-	-
	CO-3	15	15	-	-
	CO-4	15	15	-	-

CO Attainment Levels (OBE & NEP 2020 Aligned)

COs Attainment Levels	Level	Description	Attainment Criteria			
	Level 3	High	≥ 80% of students score above a set performance benchmark			
	Level 2	Moderate	60%–79% of students meet the performance benchmark			
	Level 1	Low	40%–59% of students meet the performance benchmark			
	Level 0	Not Attained	< 40% of students achieve the desired learning outcome			
Target Attainment (Benchmark)	COs		CO-1	CO-2	CO-3	CO-4
	Target Level (%)		60	65	65	60

References

Books:

- પી. ડી. શર્મા, યોગાસન પ્રાણાયામ કરો અને નીરોગી રહો, નવનિત પબ્લિકેશન, અમદાવાદ.
- બીમાનપાલ, યોગાસન રહસ્ય, પ્રજ્ઞા પ્રકાશન, અમદાવાદ. 2004.
- એન. સરીન, યોગ શિક્ષા અને યોગ દ્વારા રોગ નિવારણ, ખેલ સાહિત્ય કેન્દ્ર, દિલ્હી, 1995.
- સત્યપાલ, હોલનદાસ અગ્રવાલ, યોગ આસન એવમ સાધના, ભારતીય યોગ સંસ્થા, દિલ્હી, 1989.
- બ્રહ્મચારી, નરેશકુમાર, સાધારણ રોગની યૌગિકી તથા પ્રાકૃતિક ચિકિત્સા, નવી દિલ્હી, 1998.
- ગોડ ગંગાપ્રસાદ, પ્રાકૃતિક આયુર્વિજ્ઞાન, આરોગ્ય સેવા પ્રકાશન, મોરીનગર, ઉત્તર પ્રદેશ, 1994.

Program – B.P.E.S. (Bachelor of Physical Education and Sports)		
Semester - 3		
Course Code 255010132011	Name of Course - Specialization Game (Any One) વિશિષ્ટ રમત (કોઈપણ એક) (Basketball, Volleyball, Handball, Kabaddi, Kho-Kho) (બાસ્કેટબોલ, વોલીબોલ, હેન્ડબોલ, કબડ્ડી, ખો-ખો) (Major)	Compulsory
Credit: 01	Teaching Scheme: Theory (0) - Practical (30)	Teaching Hours: 30
Course Outcomes (COs)		
After completing this course, students will be able to		
CO-1	બાસ્કેટબોલ, વોલીબોલ, હેન્ડબોલ, કબડ્ડી, ખો-ખો મેદાન અંકન અને રમતના સાધનો વિષે સમજ કેળવે.	
CO-2	બાસ્કેટબોલ, વોલીબોલ, હેન્ડબોલ, કબડ્ડી, ખો-ખો રમતના મૂળભૂત કૌશલ્ય શીખે.	
CO-3	બાસ્કેટબોલ, વોલીબોલ, હેન્ડબોલ, કબડ્ડી, ખો-ખો રમતના નિયમો વિષેની જાણકારી પ્રાપ્ત કરે.	
CO-4	બાસ્કેટબોલ, વોલીબોલ, હેન્ડબોલ, કબડ્ડી, ખો-ખો રમતનું પંચકાર્ય કરતાં શીખે.	
Detailed Syllabus		
રમત 1 - બાસ્કેટબોલ		
Unit-1. બાસ્કેટબોલ મેદાન અને સાધનોની રચના		
1.1. મેદાન અંકન, માપ અને ઉપકરણો		
Unit-2. બાસ્કેટબોલ રમતના મૂળભૂત કૌશલ્યો		
2.1 બાસ્કેટબોલ રમતના મૂળભૂત કૌશલ્યો પાસિંગ: ટૂ હેન્ડ ચેસ્ટ પાસ, ટૂ હેન્ડ બાઉન્સ પાસ, ઓવર હેડ પાસ, હૂક પાસ, વન હેન્ડ બેઝબોલ પાસ, સાઈડ આર્મ પાસ, ટુ હેન્ડ રિસીવિંગ, વન હેન્ડ રિસીવિંગ, ટ્રિબલીંગ: મધ્યમ ઊંચું, નીચું. શૂટિંગ: લેઅપ શોટ, જમ્પ શોટ, સેટ શોટ, ફ્રી થ્રો, અટકવું રિબાઉન્ડિંગ, પિવોટિંગ.		
Unit-3. બાસ્કેટબોલના નિયમો		
3.1 બાસ્કેટબોલ રમતના નિયમોની જાણકારી		
Unit-4. બાસ્કેટબોલમાં પંચકાર્ય (Officiating)		
4.1. બાસ્કેટબોલ રમતમાં પંચકાર્ય વિશે જાણકારી		
રમત 2 - વોલીબોલ		
Unit-1. વોલીબોલ મેદાન અને સાધનોની રચના		
1.1. મેદાન અંકન, માપ અને ઉપકરણો		
Unit-2. વોલીબોલ રમતના મૂળભૂત કૌશલ્યો		
2.1. સર્વિસ - અન્ડર હેન્ડ સર્વિસ, સાઈડ આર્મ સર્વિસ, ટેનિસ સર્વિસ અને ફ્લોટિંગ સર્વિસ		
2.2. પાસીંગ – અન્ડર હેન્ડ પાસ, ઓવર હેડ પાસ		
2.3. સ્મેશિંગ – ટુ લેગ ટેઈક ઓફ સ્ટેટ આર્મ હેન્ડ સ્મેશ, રાઉન્ડ આર્મ સ્મેશ		
2.4. ડ્રાઈવ – એલિમેન્ટરી ડ્રાઈવ, ફ્લાઈંગ ડ્રાઈવ		
2.5. બ્લોકિંગ – વન મેન બ્લોક, ટુ મેન બ્લોક, થ્રી મેન બ્લોક		
Unit-3. વોલીબોલના નિયમો		
3.1. વોલીબોલ રમતના નિયમોની જાણકારી		
Unit-4. વોલીબોલમાં પંચકાર્ય (Officiating)		
4.1 વોલીબોલ રમતમાં પંચકાર્ય વિશે જાણકારી		

રમત ૩ - હેન્ડબોલ

Unit-1. હેન્ડબોલ મેદાન અને સાધનોની રચના

1.1. મેદાન અંકન, માપ અને ઉપકરણો

Unit-2. હેન્ડબોલ રમતના મૂળભૂત કૌશલ્યો

2.1. ડ્રિબલીંગ : મધ્યમ, ઊંચું, નીચું

2.2. પાસિંગ : ચેસ્ટ પાસ, ઓવર હેડ પાસ, રિસ્ટ પાસ, બાઉન્સ પાસ, પુશ પાસ

2.3. શુટિંગ : જમ્પ શૂટ લોંગ, જમ્પ શૂટ હાઈ, ફાલ શૂટ, જમ્પ ફાલ શૂટ, લોંગ શૂટ, સ્ટ્રેટ શોટ, શર્ટ વીથ બ્લોકિંગ સ્ટેપ, સ્ટ્રેટ શોટ વીધાઉટ બ્લોકિંગ સ્ટેપ, ગોલકિપીંગ

Unit-3. હેન્ડબોલના નિયમો

3.1. હેન્ડબોલ રમતના નિયમોની જાણકારી

Unit-4. હેન્ડબોલમાં પંચકાર્ય (Officiating)

4.1. હેન્ડબોલ રમતમાં પંચકાર્ય વિશે જાણકારી

રમત 4 - કબડ્ડી

Unit-1. કબડ્ડી મેદાન અને સાધનોની રચના

1.1. મેદાન અંકન, માપ અને ઉપકરણો

Unit-2. કબડ્ડી રમતના મૂળભૂત કૌશલ્યો

2.1. આક્રમણ પક્ષના કૌશલ્યો - શ્વાસ નિયંત્રણ, ફૂટવર્ક, લંઘન રેખા ઓળંગવી, બોનસ પ્રાપ્ત કરવું, છાપો મારવો, હેન્ડ ટચ, ટો ટચ, ડુબકી, સ્કોપિયન કિક, સાઈડ કિક, ઘેરો તોડવો, પગ છોડાવવો, હાથ છોડાવવો, છાપો મારવો, ડાઈવ મારી ઘેરો તોડી મધ્ય રેખા ટચ કરવી.

2.2. બચાવ પક્ષના કૌશલ્યો - ફૂટવર્ક, એન્કલ હોલ્ડ, થાઈ હોલ્ડ, ની હોલ્ડ, બ્લોક, ઘેરો બનાવવો, હાથ પકડવો

Unit-3. કબડ્ડીના નિયમો

3.1. કબડ્ડી રમતના નિયમોની જાણકારી

Unit-4. કબડ્ડીમાં પંચકાર્ય (Officiating)

4.1. કબડ્ડી રમતમાં પંચકાર્ય વિશે જાણકારી

રમત 5 - ખો-ખો

Unit-1. ખો-ખો મેદાન અને સાધનોની રચના

1.1. મેદાન અંકન, માપ અને ઉપકરણો

Unit-2. ખો-ખો રમતના મૂળભૂત કૌશલ્યો

2.1. રમનારના કૌશલ્યો - સિંગલ ચેઈન, ડબલ ચેઈન, ગોળ રમત, પલટી મારવી, ડોઝીંગ કરવું

2.2. મારનારના કૌશલ્યો - પગે સ્પર્શ કરવો, ફૂક મારવી, ડાઈવ મારવી, 45° ના ખૂણે માર કરવો, સાચી ખો

Unit-3. ખો-ખો ના નિયમો

3.1. ખો-ખો રમતના નિયમોની જાણકારી

Unit-4. ખો-ખો માં પંચકાર્ય (Officiating)

4.1. ખો-ખો રમતમાં પંચકાર્ય વિશે જાણકારી

Mapping Matrix of POs, PSOs, and COs																	
COs	POs													PSOs			
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	Avg	1	2	3	Avg
CO-1	3	2	3	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1.6	3	2	2	2.3
CO-2	3	2	2	0	1	1	2	2	1	1	1	1	1.4	3	3	2	2.7
CO-3	2	2	2	0	2	2	1	2	1	1	1	1	1.4	2	3	2	2.3
CO-4	2	3	2	0	2	2	1	2	1	2	1	1	1.6	2	3	2	2.3
Avg	2.5	2.3	2.3	0.3	1.5	1.5	1.5	1.8	1	1.5	1	1	1.5	2.5	2.8	2	2.4

3 = Strong Contribution, 2 = Moderate Contribution, 1 = Slight Contribution, --- = No Significant Contribution

Teaching Pedagogy																	
- અધ્યાપનશાસ્ત્ર, શિક્ષણ પદ્ધતિઓ અને શૈક્ષણિક સાધનો - નિદર્શન પદ્ધતિ, દાર્શનિક પદ્ધતિ, ખંડ-અખંડ પદ્ધતિ, વર્ણન પદ્ધતિ, ઐચ્છિક પદ્ધતિ, પ્રાયોગિક પદ્ધતિ, ચાર્ટ અને મોડ્યુલ, રમતનાં પ્રાયોગિક સાધનો.																	

Assessment Method					
Continuous Comprehensive Evaluation 40 Marks	COs	Marks	Exam Component		
			Practical Exam	Project	Oral Viva
	CO-1	10	5	5	--
	CO-2	10	5	--	5
	CO-3	10	5	--	5
	CO-4	10	5	5	--
Term-End Evaluation 60 Marks	COs	Marks	Exam Component		
			Practical Exam	Project	Oral Viva
	CO-1	15	10	5	--
	CO-2	15	10	--	5
	CO-3	15	10	--	5
	CO-4	15	10	5	--

CO Attainment Levels (OBE & NEP 2020 Aligned)						
COs Attainment Levels	Level	Description	Attainment Criteria			
	Level 3	High	≥ 80% of students score above a set performance benchmark			
	Level 2	Moderate	60%–79% of students meet the performance benchmark			
	Level 1	Low	40%–59% of students meet the performance benchmark			
	Level 0	Not Attained	< 40% of students achieve the desired learning outcome			
Target Attainment (Benchmark)	COs		CO-1	CO-2	CO-3	CO-4
	Target Level (%)		60	65	65	60

References																	
Online Resources & Tools:																	
- બાસ્કેટબોલ - https://www.fiba.basketball/en - વોલીબોલ - https://www.fivb.com/ - હેન્ડબોલ - https://www.ihf.info/ - કબડ્ડી - https://www.kabaddiikf.com/ - ખો-ખો - https://www.khokho.net/																	

Program – B.P.E.S. (Bachelor of Physical Education and Sports)																	
Semester - 3																	
Course Code 255010232012				Name of Course - Kabaddi (કબડ્ડી) (Minor)										Compulsory			
Credit: 02				Teaching Scheme: Theory (0) - Practical (60)										Teaching Hours: 60			
Course Outcomes (COs)																	
After completing this course, students will be able to																	
CO-1		કબડ્ડી મેદાન અંકન અને રમતના સાધનો વિષે સમજ કેળવે.															
CO-2		કબડ્ડી રમતના મૂળભૂત કૌશલ્ય શીખે.															
CO-3		કબડ્ડી રમતના નિયમો વિષેની જાણકારી પ્રાપ્ત કરે.															
CO-4		કબડ્ડી રમતનું પંચકાર્ય કરતાં શીખે.															
Detailed Syllabus																	
Unit-1. કબડ્ડી મેદાન અને સાધનોની રચના																	
1.1. મેદાન અંકન, માપ અને ઉપકરણો																	
Unit-2. કબડ્ડી રમતના મૂળભૂત કૌશલ્યો																	
2.1. આક્રમણ પક્ષના કૌશલ્યો - શ્વાસ નિયંત્રણ, ફૂટવર્ક, લંઘન રેખા ઓળંગવી, બોનસ પ્રાપ્ત કરવું, છાપો મારવો, હેન્ડ ટચ, ટો ટચ, ડુબકી, સ્કોર્પિયન કિક, સાઈડ કિક, ઘેરો તોડવો, પગ છોડાવવો, હાથ છોડાવવો, છાપો મારવો, ડાઈવ મારી ઘેરો તોડી મધ્ય રેખા ટચ કરવી.																	
2.2. બચાવ પક્ષના કૌશલ્યો – ફૂટવર્ક, એન્કલ હોલ્ડ, થાઈ હોલ્ડ, ની હોલ્ડ, બ્લોક, ઘેરો બનાવવો, હાથ પકડવો																	
Unit-3. કબડ્ડી નિયમો																	
3.1. કબડ્ડી રમતના નિયમોની જાણકારી																	
Unit-4. કબડ્ડીમાં પંચકાર્ય (Officiating)																	
4.1. કબડ્ડીમાં પંચકાર્ય વિશે જાણકારી																	
Mapping Matrix of POs, PSOs, and COs																	
COs	POs													PSOs			
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	Avg	1	2	3	Avg
CO-1	3	2	3	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1.6	3	2	2	2.3
CO-2	3	2	2	0	1	1	2	2	1	1	1	1	1.4	3	3	2	2.7
CO-3	2	2	2	0	2	2	1	2	1	1	1	1	1.4	2	3	2	2.3
CO-4	2	3	2	0	2	2	1	2	1	2	1	1	1.6	2	3	2	2.3
Avg	2.5	2.3	2.3	0.3	1.5	1.5	1.5	1.8	1	1.5	1	1	1.5	2.5	2.8	2	2.4
3 = Strong Contribution, 2 = Moderate Contribution, 1 = Slight Contribution, --- = No Significant Contribution																	
Teaching Pedagogy																	
- અધ્યાપનશાસ્ત્ર, શિક્ષણ પદ્ધતિઓ અને શૈક્ષણિક સાધનો - નિદર્શન પદ્ધતિ, દાર્શનિક પદ્ધતિ, ખંડ-અખંડ પદ્ધતિ, વર્ણન પદ્ધતિ, ઐચ્છિક પદ્ધતિ, પ્રાયોગિક પદ્ધતિ, ચાર્ટ અને મોડ્યુલ, રમતનાં પ્રાયોગિક સાધનો.																	

Assessment Method						
Continuous Comprehensive Evaluation 40 Marks	COs	Marks	Exam Component			
			Practical Exam	Project	Oral Viva	
	CO-1	10	5	5	--	
	CO-2	10	5	--	5	
	CO-3	10	5	--	5	
	CO-4	10	5	5	--	
Term-End Evaluation 60 Marks			Exam Component			
	COs	Marks	Practical Exam	Project	Oral Viva	
	CO-1	15	10	5	--	
	CO-2	15	10	--	5	
	CO-3	15	10	--	5	
	CO-4	15	10	5	--	
CO Attainment Levels (OBE & NEP 2020 Aligned)						
COs Attainment Levels	Level	Description	Attainment Criteria			
	Level 3	High	≥ 80% of students score above a set performance benchmark			
	Level 2	Moderate	60%–79% of students meet the performance benchmark			
	Level 1	Low	40%–59% of students meet the performance benchmark			
	Level 0	Not Attained	< 40% of students achieve the desired learning outcome			
Target Attainment (Benchmark)	COs		CO-1	CO-2	CO-3	CO-4
	Target Level (%)		60	65	65	60
References						
Online Resources & Tools:						
કબડ્ડી – https://www.kabaddiikf.com/						

Program – B.P.E.S. (Bachelor of Physical Education and Sports)																	
Semester - 3																	
Course Code 255010232013				Name of Course – Basketball (બાસ્કેટબોલ) (Minor)										Compulsory			
Credit: 02				Teaching Scheme: Theory (0) - Practical (60)										Teaching Hours: 60			
Course Outcomes (COs)																	
After completing this course, students will be able to																	
CO-1		બાસ્કેટબોલ મેદાન અંકન અને રમતના સાધનો વિષે સમજ કેળવે.															
CO-2		બાસ્કેટબોલ રમતના મૂળભૂત કૌશલ્ય શીખે.															
CO-3		બાસ્કેટબોલ રમતના નિયમો વિષેની જાણકારી પ્રાપ્ત કરે.															
CO-4		બાસ્કેટબોલ રમતનું પંચકાર્ય કરતાં શીખે.															
Detailed Syllabus																	
Unit-1. બાસ્કેટબોલ મેદાન અને સાધનોની રચના																	
1.1. મેદાન અંકન, માપ અને ઉપકરણો																	
Unit-2. બાસ્કેટબોલ રમતના મૂળભૂત કૌશલ્યો																	
2.1. બાસ્કેટબોલ રમતના મૂળભૂત કૌશલ્યો - પાસિંગ : ટૂ હેન્ડ ચેસ્ટ પાસ, ટૂ હેન્ડ બાઉન્સ પાસ, ઓવર હેડ પાસ, હૂક પાસ, વન હેન્ડ બેઝબોલ પાસ, સાઈડ આર્મ પાસ, ટ્રુ હેન્ડ રિસીવિંગ, વન હેન્ડ રિસીવિંગ, ડ્રિબલીંગ: મધ્યમ ઊંચું, નીચું. શૂટિંગ: લેઅપ શોટ, જમ્પ શોટ, સેટ શોટ, ફ્રી થ્રો, અટકવું રિબાઉન્ડિંગ, પિવોટિંગ																	
Unit-3. બાસ્કેટબોલના નિયમો																	
3.1. બાસ્કેટબોલ રમતના નિયમોની જાણકારી																	
Unit-4. બાસ્કેટબોલમાં પંચકાર્ય (Officiating)																	
4.1. બાસ્કેટબોલ રમતમાં પંચકાર્ય વિશે જાણકારી																	
Mapping Matrix of POs, PSOs, and COs																	
COs	POs													PSOs			
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	Avg	1	2	3	Avg
CO-1	3	2	3	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1.6	3	2	2	2.3
CO-2	3	2	2	0	1	1	2	2	1	1	1	1	1.4	3	3	2	2.7
CO-3	2	2	2	0	2	2	1	2	1	1	1	1	1.4	2	3	2	2.3
CO-4	2	3	2	0	2	2	1	2	1	2	1	1	1.6	2	3	2	2.3
Avg	2.5	2.3	2.3	0.3	1.5	1.5	1.5	1.8	1	1.5	1	1	1.5	2.5	2.8	2	2.4
3 = Strong Contribution, 2 = Moderate Contribution, 1 = Slight Contribution, --- = No Significant Contribution																	
Teaching Pedagogy																	
- અધ્યાપનશાસ્ત્ર, શિક્ષણ પદ્ધતિઓ અને શૈક્ષણિક સાધનો - નિદર્શન પદ્ધતિ, દાર્શનિક પદ્ધતિ, ખંડ-અખંડ પદ્ધતિ, વર્ણન પદ્ધતિ, ઔચ્છિક પદ્ધતિ, પ્રાયોગિક પદ્ધતિ, ચાર્ટ અને મોડ્યુલ, રમતનાં પ્રાયોગિક સાધનો.																	

Assessment Method						
Continuous Comprehensive Evaluation 40 Marks	COs	Marks	Exam Component			
			Practical Exam	Project	Oral Viva	
	CO-1	10	5	5	--	
	CO-2	10	5	--	5	
	CO-3	10	5	--	5	
	CO-4	10	5	5	--	
Term-End Evaluation 60 Marks			Exam Component			
	COs	Marks	Practical Exam	Project	Oral Viva	
	CO-1	15	10	5	--	
	CO-2	15	10	--	5	
	CO-3	15	10	--	5	
	CO-4	15	10	5	--	
CO Attainment Levels (OBE & NEP 2020 Aligned)						
COs Attainment Levels	Level	Description	Attainment Criteria			
	Level 3	High	≥ 80% of students score above a set performance benchmark			
	Level 2	Moderate	60%–79% of students meet the performance benchmark			
	Level 1	Low	40%–59% of students meet the performance benchmark			
	Level 0	Not Attained	< 40% of students achieve the desired learning outcome			
Target Attainment (Benchmark)	COs		CO-1	CO-2	CO-3	CO-4
	Target Level (%)		60	65	65	60
References						
Online Resources & Tools:						
• બાસ્કેટબોલ - https://www.fiba.basketball/en						

Program – B.P.E.S. (Bachelor of Physical Education and Sports)		
Semester - 4		
Course Code 255010432015	Name of Course - Exercise Physiology કસરતીય શરીર વિજ્ઞાન (Major)	Compulsory
Credit: 04	Teaching Scheme: Theory (60) - Practical (0)	Teaching Hours: 60
Course Outcomes (COs)		
After completing this course, students will be able to		
CO-1	કસરતીય શરીર વિજ્ઞાનનો અર્થ, મહત્વ, વ્યાપ, મૂળભૂત ખ્યાલો અને તાલીમની જુદા-જુદા તંત્રો પર થતી અસરો વિશે જાણે.	
CO-2	માદક દવાઓનો ઇતિહાસ અને વર્ગીકરણ વિશે માહિતી પ્રાપ્ત કરે.	
CO-3	શારીરિક યોગ્યતાનો અર્થ અને પ્રકારો વિશે જાણે.	
CO-4	આહારનો અર્થ અને ઘટકો વિશે જાણકારી પ્રાપ્ત કરે.	
Detailed Syllabus		
Unit-1. કસરતીય શરીર વિજ્ઞાન અને શરીરતંત્ર પર કસરતની અસરો		
1.1. કસરતીય શરીર વિજ્ઞાનનો અર્થ અને વ્યાખ્યાઓ		
1.2. શારીરિક શિક્ષણ અને રમતગમતમાં તેની આવશ્યકતા		
1.3. શારીરિક શિક્ષણ અને રમતગમતમાં તેનું મહત્વ		
1.4. શારીરિક શિક્ષણ અને રમતગમતમાં તેનો વ્યાપ		
1.5. સ્નાયુના પ્રકારો અને સ્નાયુકોષના પ્રકારો		
1.6. સ્લાઈડીંગ ફિલામેન્ટ થિયરી		
Unit-2. માદક દવાઓ અને ડોપિંગ		
2.1. સ્નાયુ કાર્ય માટે શક્તિ (ઈંધણ)		
2.2. કસરત અને તાલીમની રુધિરાભિસરણ તંત્ર પર થતી અસર		
2.3. કસરત અને તાલીમની સ્નાયુતંત્ર પર થતી અસર		
2.4. કસરત અને તાલીમની શ્વસનતંત્ર પર થતી અસર		
Unit-3. શારીરિક યોગ્યતા અને કસરતના તત્વો		
3.1. માદક દવાઓ / ડોપિંગનો અર્થ અને વ્યાખ્યા		
3.2. માદક દવાઓનો ઇતિહાસ		
3.3. માદક દવાઓનું વર્ગીકરણ		
Unit-4. રમતગમતમાં આહાર અને પોષણ		
4.1. શારીરિક યોગ્યતાનો અર્થ અને વ્યાખ્યા		
4.2. શારીરિક યોગ્યતાના પ્રકારો, ઘટકો અને તેનું મહત્વ		
4.3. ઉષ્માપ્રેરક વ્યાયામ અને પ્રશમન (કુલીન ડાઉન)		
4.4. સેકન્ડ વિંડ, પ્રાણવાયુનું દેવું, વાઈટલ કેપેસિટી		
4.5. મિનટ વેન્ટીલેશન અને વિઓ ટુ મેક્સ (Vo2 to Max.)		

Mapping Matrix of POs, PSOs, and COs																	
COs	POs													PSOs			
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	Avg	1	2	3	Avg
CO-1	3	2	3	2	2	1	2	1	3	1	1	2	1.9	3	2	2	2.3
CO-2	3	2	2	2	3	1	1	1	2	1	1	2	1.8	3	2	2	2.3
CO-3	3	2	2	1	2	1	1	1	2	1	2	2	1.7	3	2	2	2.3
CO-4	3	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	2	1.4	3	1	2	2
Avg	3	1.8	2	1.5	2.3	1	1.3	1	2.3	1	1.3	2	1.7	3	1.8	2	2.3
3 = Strong Contribution, 2 = Moderate Contribution, 1 = Slight Contribution, --- = No Significant Contribution																	
Teaching Pedagogy																	
નિરીક્ષણ (અવલોકન) પદ્ધતિ, ચર્ચા પદ્ધતિ, વર્કશોપ પદ્ધતિ, સેમિનાર પદ્ધતિ, વ્યાખ્યાન પદ્ધતિ, પ્રવાસ – પર્યટન પદ્ધતિ, સ્વાધ્યાય પદ્ધતિ, પ્રોજેક્ટ પદ્ધતિ, મિશ્ર પદ્ધતિ, બ્લેક બોર્ડ અને ચોકનો ઉપયોગ કરીને પ્રત્યક્ષ શિક્ષણ, માહિતી સંચાર ટેકનોલોજીનો ઉપયોગ, મલ્ટીમીડિયાનો ઉપયોગ.																	
Assessment Method																	
Continuous Comprehensive Evaluation 40 Marks	COs	Marks	Exam Component														
			Theoretical Exam					Assignment					Presentation				
	CO-1	10	5					5					--				
	CO-2	10	5					--					5				
	CO-3	10	5					5					--				
Term-End Evaluation 60 Marks	COs	Marks	Exam Component														
			Theoretical Exam					Assignment					Presentation				
	CO-1	15	15					-					-				
	CO-2	15	15					-					-				
	CO-3	15	15					-					-				
CO Attainment Levels (OBE & NEP 2020 Aligned)	Level	Description	Attainment Criteria														
	Level 3	High	≥ 80% of students score above a set performance benchmark														
	Level 2	Moderate	60%–79% of students meet the performance benchmark														
	Level 1	Low	40%–59% of students meet the performance benchmark														
	Level 0	Not Attained	< 40% of students achieve the desired learning outcome														
Target Attainment (Benchmark)	COs									CO-1	CO-2	CO-3	CO-4				
	Target Level (%)									60	65	65	60				
References																	
Books:																	
- સંઘ્યાબેન તિવારી, એકસરસાઈઝ ફિઝિયોલોજી, સ્પોર્ટ્સ પબ્લિકેશન, પાના નં-1-13, 113-159, 38-84, 166-178. - શરદચન્દ્ર મિશ્રા, ફિઝિયોલોજી ઈન સ્પોર્ટ્સ, સ્પોર્ટ્સ પબ્લિકેશન, પાના નં-83-109, 435-442. - અજમેરસિંહ અને અન્ય શારીરિક શિક્ષા તથા ઓલિમ્પિક અભિયાન, નવીદિલ્હી, કલ્યાણી પબ્લિકેશન પાના નં. 249-259, 263-276, 277-286, 295-314, 328-331, 210-218.																	

Program – B.P.E.S. (Bachelor of Physical Education and Sports)		
Semester - 4		
Course Code 255010432016	Name of Course - Organization and Administration in Physical Education શારીરિક શિક્ષણમાં વ્યવસ્થા અને સંચાલન (Major)	Compulsory
Credit: 04	Teaching Scheme: Theory (60) - Practical (0)	Teaching Hours: 60
Course Outcomes (COs)		
After completing this course, students will be able to		
CO-1	શારીરિક શિક્ષણની વિવિધ સંસ્થાઓમાં, વ્યવસ્થા, સંચાલન અને વ્યવસ્થાતંત્રની માહિતી મેળવે.	
CO-2	શારીરિક શિક્ષણમાં મેદાન રચના અને જાળવણી વિશે સમજ કેળવાય.	
CO-3	શારીરિક શિક્ષણમાં નેતૃત્વ માટેના ગુણોની સમજ કેળવાય.	
CO-4	શાળામાં ઉપયોગી થતાં પત્રકો, સાધનોની જાળવણી, ખરીદી અને સ્પર્ધાઓ વિશે જાણે.	
Detailed Syllabus		
Unit-1. શારીરિક શિક્ષણમાં વિવિધ વ્યવસ્થાઓ અને સંચાલન 1.1. વ્યવસ્થા અને સંચાલનનો અર્થ, વ્યાખ્યાઓ, મહત્વ અને તેના ક્ષેત્રો 1.2. રમતોમાં વ્યવસ્થા તંત્ર, અર્થ અને વ્યાખ્યા 1.3. મહાવિદ્યાલયનું વ્યવસ્થાતંત્ર 1.4. યુનિવર્સિટીનું વ્યવસ્થાતંત્ર 1.5. રાજ્યનું વ્યવસ્થાતંત્ર		
Unit-2. વિવિધ પત્રકો અને સાધન વ્યવસ્થાપન 2.1. સમયપત્રકનો અર્થ, વ્યાખ્યા, મહત્વ, પ્રકાર અને સિદ્ધાંતો 2.2. વિવિધ શાળા પત્રકો અને રજીસ્ટરનું મહત્વ અને પ્રકાર - હાજરીપત્રક, પ્રગતિપત્રક, ડેડસ્ટોકપત્રક 2.3. સાધનોની ખરીદી પ્રક્રિયા, ખરીદી અંગેના સિદ્ધાંતો, સાધનો ખરીદીની પદ્ધતિઓ, સાધનોની જાળવણી માટેની બાબતો, ખાસ સાધનોની જાળવણી		
Unit-3. નેતૃત્વ અને શારીરિક શિક્ષણના શિક્ષકની ભૂમિકા 3.1. નેતૃત્વનો અર્થ અને વ્યાખ્યા 3.2. શારીરિક શિક્ષણમાં નેતૃત્વ 3.3. નેતૃત્વની અગત્યતા 3.4. શારીરિક શિક્ષણના શિક્ષકની શૈક્ષણિક અને વ્યાવસાયિક લાયકાત 3.5. શારીરિક શિક્ષણના શિક્ષકના લક્ષણો 3.6. ગુજરાતમાં શિક્ષકોની તાલીમ માટેની સગવડો		
Unit-4. શારીરિક શિક્ષણમાં સગવડો અને આયોજન 4.1. શારીરિક શિક્ષણમાં સગવડો અને આયોજન 4.2. મેદાનની રચના કરતી વખતે ધ્યાનમાં રાખવાની બાબતો 4.3. મેદાનની જાળવણી માટે ધ્યાનમાં રાખવાની બાબતો 4.4. શારીરિક શિક્ષણમાં સાધન અને સુવિધાઓની આવશ્યકતા 4.5. બિન ઉપયોગી સાધનોની મરામત, જાળવણી અને નિકાલ		

Mapping Matrix of POs, PSOs, and COs																	
COs	POs													PSOs			
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	Avg	1	2	3	Avg
CO-1	3	3	2	1	2	2	2	2	2	3	2	2	2.2	3	3	2	2.7
CO-2	3	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2	1.9	3	2	2	2.3
CO-3	2	3	2	1	3	2	2	3	2	2	2	2	2.2	3	3	2	2.7
CO-4	3	2	2	1	2	2	2	2	2	3	2	2	2.1	3	2	2	2.3
Avg	2.8	2.5	2	1.3	2.3	1.8	2	2	2	2.5	2	2	2.1	3	2.5	2	2.5

3 = Strong Contribution, 2 = Moderate Contribution, 1 = Slight Contribution, --- = No Significant Contribution

Teaching Pedagogy																	
નિરીક્ષણ (અવલોકન) પદ્ધતિ, ચર્ચા પદ્ધતિ, વર્કશોપ પદ્ધતિ, સેમિનાર પદ્ધતિ, વ્યાખ્યાન પદ્ધતિ, પ્રવાસ – પર્યટન પદ્ધતિ, સ્વાધ્યાય પદ્ધતિ, પ્રોજેક્ટ પદ્ધતિ, મિશ્ર પદ્ધતિ, બ્લેક બોર્ડ અને ચૉકનો ઉપયોગ કરીને પ્રત્યક્ષ શિક્ષણ, માહિતી સંચાર ટેકનોલોજીનો ઉપયોગ, મલ્ટીમીડિયાનો ઉપયોગ.																	

Assessment Method					
Continuous Comprehensive Evaluation 40 Marks	COs	Marks	Exam Component		
			Theoretical Exam	Assignment	Presentation
	CO-1	10	5	5	--
	CO-2	10	5	--	5
	CO-3	10	5	5	--
	CO-4	10	5	--	5
Term-End Evaluation 60 Marks	COs	Marks	Exam Component		
			Theoretical Exam	Assignment	Presentation
	CO-1	15	15	-	-
	CO-2	15	15	-	-
	CO-3	15	15	-	-
	CO-4	15	15	-	-

CO Attainment Levels (OBE & NEP 2020 Aligned)

COs Attainment Levels	Level	Description	Attainment Criteria			
	Level 3	High	≥ 80% of students score above a set performance benchmark			
	Level 2	Moderate	60%–79% of students meet the performance benchmark			
	Level 1	Low	40%–59% of students meet the performance benchmark			
	Level 0	Not Attained	< 40% of students achieve the desired learning outcome			
Target Attainment (Benchmark)	COs		CO-1	CO-2	CO-3	CO-4
	Target Level (%)		60	65	65	60

References						
Books: - શારીરિક શિક્ષણમાં વ્યવસ્થા અને સંચાલન, હે.ઉ.ગુ.યુનિવર્સિટી પાટણ પાના નં. 1-3, 6-8, 10-12, 48, 49, 51, 45-54, 68-74, 77-78 અને 39-44. - શારીરિક શિક્ષણ અને રમતમાં વ્યવસ્થાપન અને સંચાલન, ગુજરાત રાજ્ય શાળા પાઠ્યપુસ્તક મંડળ, સેક્ટર-10/એ, ગાંધીનગર-382010 પાના નં. 70-84, 102-107, 108-110.						

Program – B.P.E.S. (Bachelor of Physical Education and Sports)		
Semester - 4		
Course Code 255010132017	Name of Course - Specialization Game (Any One) વિશિષ્ટ રમત (કોઈપણ એક) (Basketball, Volleyball, Handball, Kabaddi, Kho-Kho) (બાસ્કેટબોલ, વોલીબોલ, હેન્ડબોલ, કબડ્ડી, ખો-ખો) (Major)	Compulsory
Credit: 01	Teaching Scheme: Theory (0) - Practical (30)	Teaching Hours: 30
Course Outcomes (COs)		
After completing this course, students will be able to		
CO-1	બાસ્કેટબોલ, વોલીબોલ, હેન્ડબોલ, કબડ્ડી, ખો-ખો મેદાન અંકન અને રમતના સાધનો વિષે સમજ કેળવે.	
CO-2	બાસ્કેટબોલ, વોલીબોલ, હેન્ડબોલ, કબડ્ડી, ખો-ખો રમતના મૂળભૂત કૌશલ્ય શીખે.	
CO-3	બાસ્કેટબોલ, વોલીબોલ, હેન્ડબોલ, કબડ્ડી, ખો-ખો રમતના નિયમો વિષેની જાણકારી પ્રાપ્ત કરે.	
CO-4	બાસ્કેટબોલ, વોલીબોલ, હેન્ડબોલ, કબડ્ડી, ખો-ખો રમતનું પંચકાર્ય કરતાં શીખે.	
Detailed Syllabus		
રમત 1 - બાસ્કેટબોલ		
Unit-1. બાસ્કેટબોલ મેદાન અને સાધનોની રચના		
1.1. મેદાન અંકન, માપ અને ઉપકરણો		
Unit-2. બાસ્કેટબોલ રમતના મૂળભૂત કૌશલ્યો		
2.1. બાસ્કેટબોલ રમતના મૂળભૂત કૌશલ્યો પાસિંગ : ટૂ હેન્ડ ચેસ્ટ પાસ, ટૂ હેન્ડ બાઉન્સ પાસ, ઓવર હેડ પાસ, હૂક પાસ, વન હેન્ડ બેઝબોલ પાસ, સાઈડ આર્મ પાસ, ટુ હેન્ડ રિસીવિંગ, વન હેન્ડ રિસીવિંગ, ડ્રિબલીંગ: મધ્યમ ઊંચું, નીચું. શૂટિંગ: લેઅપ શોટ, જમ્પ શોટ, સેટ શોટ, ફ્રી થ્રો, અટકવું રિબાઉન્ડિંગ, પિવોટિંગ.		
Unit-3. બાસ્કેટબોલના નિયમો		
3.1. બાસ્કેટબોલ રમતના નિયમોની જાણકારી		
Unit-4. બાસ્કેટબોલમાં પંચકાર્ય (Officiating)		
4.1. બાસ્કેટબોલ રમતમાં પંચકાર્ય વિશે જાણકારી		
રમત 2 - વોલીબોલ		
Unit-1. વોલીબોલ મેદાન અને સાધનોની રચના		
1.1. મેદાન અંકન, માપ અને ઉપકરણો		
Unit-2. વોલીબોલ રમતના મૂળભૂત કૌશલ્યો		
2.1. સર્વિસ - અન્ડર હેન્ડ સર્વિસ, સાઈડ આર્મ સર્વિસ, ટેનિસ સર્વિસ અને ફ્લોટિંગ સર્વિસ		
2.2. પાસીંગ – અન્ડર હેન્ડ પાસ, ઓવર હેડ પાસ		
2.3. સ્પેશિંગ – ટુ લેગ ટેઈક ઓફ સ્ટેટ આર્મ હેન્ડ સ્પેશ, રાઉન્ડ આર્મ સ્પેશ		
2.4. ડ્રાઈવ – એલિમેન્ટરી ડ્રાઈવ, ફ્લાઈંગ ડ્રાઈવ		
2.5. બ્લોકિંગ – વન મેન બ્લોક, ટુ મેન બ્લોક, થ્રી મેન બ્લોક		
Unit-3. વોલીબોલના નિયમો		
3.1. વોલીબોલ રમતના નિયમોની જાણકારી		
Unit-4. વોલીબોલમાં પંચકાર્ય (Officiating)		
4.1. વોલીબોલ રમતમાં પંચકાર્ય વિશે જાણકારી		

રમત ૩ - હેન્ડબોલ	
Unit-1. હેન્ડબોલ મેદાન અને સાધનોની રચના	
1.1. મેદાન અંકન, માપ અને ઉપકરણો	
Unit-2. હેન્ડબોલ રમતના મૂળભૂત કૌશલ્યો	
2.1. ડ્રિબલીંગ : મધ્યમ, ઊંચું, નીચું	
2.2. પાસિંગ : ચેસ્ટ પાસ, ઓવર હેડ પાસ, રિસ્ટ પાસ, બાઉન્સ પાસ, પુશ પાસ	
2.3. શુટિંગ : જમ્પ શૂટ લોંગ, જમ્પ શૂટ હાઈ, ફાલ શૂટ, જમ્પ ફાલ શૂટ, લોંગ શૂટ, સ્ટ્રેટ શોટ, શર્ટ વીથ બ્લોકિંગ સ્ટેપ, સ્ટ્રેટ શોટ વીધાઉટ બ્લોકિંગ સ્ટેપ, ગોલકિપીંગ	
Unit-3. હેન્ડબોલના નિયમો	
3.1. હેન્ડબોલ રમતના નિયમોની જાણકારી	
Unit-4. હેન્ડબોલમાં પંચકાર્ય (Officiating)	
4.1. હેન્ડબોલ રમતમાં પંચકાર્ય વિશે જાણકારી	
રમત ૪ - કબડ્ડી	
Unit-1. કબડ્ડી મેદાન અને સાધનોની રચના	
1.1. મેદાન અંકન, માપ અને ઉપકરણો	
Unit-2. કબડ્ડી રમતના મૂળભૂત કૌશલ્યો	
2.1. આક્રમણ પક્ષના કૌશલ્યો - શ્વાસ નિયંત્રણ, ફૂટવર્ક, લંઘન રેખા ઓળંગવી, બોનસ પ્રાપ્ત કરવું, છાપો મારવો, હેન્ડ ટચ, ટો ટચ, ડુબકી, સ્કોપિયન કિક, સાઈડ કિક, ઘેરો તોડવો, પગ છોડાવવો, હાથ છોડાવવો, છાપો મારવો, ડાઈવ મારી ઘેરો તોડી મધ્ય રેખા ટચ કરવી.	
2.2. બચાવ પક્ષના કૌશલ્યો - ફૂટવર્ક, એન્કલ હોલ્ડ, થાઈ હોલ્ડ, ની હોલ્ડ, બ્લોક, ઘેરો બનાવવો, હાથ પકડવો	
Unit-3. કબડ્ડીના નિયમો	
3.1. કબડ્ડી રમતના નિયમોની જાણકારી	
Unit-4. કબડ્ડીમાં પંચકાર્ય (Officiating)	
4.1. કબડ્ડી રમતમાં પંચકાર્ય વિશે જાણકારી	
રમત ૫ - ખો-ખો	
Unit-1. ખો-ખો મેદાન અને સાધનોની રચના	
1.1. મેદાન અંકન, માપ અને ઉપકરણો	
Unit-2. ખો-ખો રમતના મૂળભૂત કૌશલ્યો	
2.1. રમનારના કૌશલ્યો - સિંગલ ચેઈન, ડબલ ચેઈન, ગોળ રમત, પલટી મારવી, ડોઝીંગ કરવું	
2.2. મારનારના કૌશલ્યો - પગે સ્પર્શ કરવો, ફૂક મારવી, ડાઈવ મારવી, 45° ના ખૂણે માર કરવો, સાચી ખો	
Unit-3. ખો-ખો ના નિયમો	
3.1. ખો-ખો રમતના નિયમોની જાણકારી	
Unit-4. ખો-ખો માં પંચકાર્ય (Officiating)	
4.1. ખો-ખો રમતમાં પંચકાર્ય વિશે જાણકારી	

Mapping Matrix of POs, PSOs, and COs																	
COs	POs													PSOs			
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	Avg	1	2	3	Avg
CO-1	3	2	3	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1.6	3	2	2	2.3
CO-2	3	2	2	0	1	1	2	2	1	1	1	1	1.4	3	3	2	2.7
CO-3	2	2	2	0	2	2	1	2	1	1	1	1	1.4	2	3	2	2.3
CO-4	2	3	2	0	2	2	1	2	1	2	1	1	1.6	2	3	2	2.3
Avg	2.5	2.3	2.3	0.3	1.5	1.5	1.5	1.8	1	1.5	1	1	1.5	2.5	2.8	2	2.4

3 = Strong Contribution, 2 = Moderate Contribution, 1 = Slight Contribution, --- = No Significant Contribution

Teaching Pedagogy																	
- અધ્યાપનશાસ્ત્ર, શિક્ષણ પદ્ધતિઓ અને શૈક્ષણિક સાધનો - નિદર્શન પદ્ધતિ, દાર્શનિક પદ્ધતિ, ખંડ-અખંડ પદ્ધતિ, વર્ણન પદ્ધતિ, ઐચ્છિક પદ્ધતિ, પ્રાયોગિક પદ્ધતિ, ચાર્ટ અને મોડ્યુલ, રમતનાં પ્રાયોગિક સાધનો.																	

Assessment Method					
Continuous Comprehensive Evaluation 40 Marks	COs	Marks	Exam Component		
			Practical Exam	Project	Oral Viva
	CO-1	10	5	5	--
	CO-2	10	5	--	5
	CO-3	10	5	--	5
	CO-4	10	5	5	--
Term-End Evaluation 60 Marks	COs	Marks	Exam Component		
			Practical Exam	Project	Oral Viva
	CO-1	15	10	5	--
	CO-2	15	10	--	5
	CO-3	15	10	--	5
	CO-4	15	10	5	--

CO Attainment Levels (OBE & NEP 2020 Aligned)																	
COs Attainment Levels	Level	Description	Attainment Criteria														
	Level 3	High	≥ 80% of students score above a set performance benchmark														
	Level 2	Moderate	60%–79% of students meet the performance benchmark														
	Level 1	Low	40%–59% of students meet the performance benchmark														
	Level 0	Not Attained	< 40% of students achieve the desired learning outcome														
Target Attainment (Benchmark)	COs									CO-1	CO-2	CO-3	CO-4				
	Target Level (%)									60	65	65	60				

References																	
Online Resources & Tools: - બાસ્કેટબોલ - https://www.fiba.basketball/en - વોલીબોલ - https://www.fivb.com/ - હેન્ડબોલ - https://www.ihf.info/ - કબડ્ડી - https://www.kabaddiikf.com/ - ખો-ખો - https://www.khokho.net/																	

Program – B.P.E.S. (Bachelor of Physical Education and Sports)																	
Semester - 4																	
Course Code 255010232018				Name of Course - Kho-Kho (ખો-ખો) (Minor)										Compulsory			
Credit: 02				Teaching Scheme: Theory (0) - Practical (60)										Teaching Hours: 60			
Course Outcomes (COs)																	
After completing this course, students will be able to																	
CO-1		ખો-ખો મેદાન અંકન અને રમતના સાધનો વિષે સમજ કેળવે.															
CO-2		ખો-ખો રમતના મૂળભૂત કૌશલ્ય શીખે.															
CO-3		ખો-ખો રમતના નિયમો વિષેની જાણકારી પ્રાપ્ત કરે.															
CO-4		ખો-ખો રમતનું પંચકાર્ય કરતાં શીખે.															
Detailed Syllabus																	
Unit-1. ખો-ખો મેદાન અને સાધનોની રચના																	
1.1. મેદાન અંકન, માપ અને ઉપકરણો																	
Unit-2. ખો-ખો રમતના મૂળભૂત કૌશલ્યો																	
2.1. રમનારના કૌશલ્યો – સિંગલ ચેઇન, ડબલ ચેઇન, ગોળ રમત, પલટી મારવી, ડોઝીંગ કરવું																	
2.2. મારનારના કૌશલ્યો – પગે સ્પર્શ કરવો, ફૂક મારવી, ડાઈવ મારવી, 45° ના ખૂણે માર કરવો, સાચી ખો																	
Unit-3. ખો-ખોના નિયમો																	
3.1. ખો-ખો રમતના નિયમોની જાણકારી																	
Unit-4. ખો-ખોમાં પંચકાર્ય (Officiating)																	
4.1. ખો-ખોમાં પંચકાર્ય વિશે જાણકારી																	
Mapping Matrix of POs, PSOs, and COs																	
COs	POs													PSOs			
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	Avg	1	2	3	Avg
CO-1	3	2	3	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1.6	3	2	2	2.3
CO-2	3	2	2	0	1	1	2	2	1	1	1	1	1.4	3	3	2	2.7
CO-3	2	2	2	0	2	2	1	2	1	1	1	1	1.4	2	3	2	2.3
CO-4	2	3	2	0	2	2	1	2	1	2	1	1	1.6	2	3	2	2.3
Avg	2.5	2.3	2.3	0.3	1.5	1.5	1.5	1.8	1	1.5	1	1	1.5	2.5	2.8	2	2.4
3 = Strong Contribution, 2 = Moderate Contribution, 1 = Slight Contribution, --- = No Significant Contribution																	
Teaching Pedagogy																	
- અધ્યાપનશાસ્ત્ર, શિક્ષણ પદ્ધતિઓ અને શૈક્ષણિક સાધનો - નિદર્શન પદ્ધતિ, દાર્શનિક પદ્ધતિ, ખંડ-અખંડ પદ્ધતિ, વર્ણન પદ્ધતિ, ઐચ્છિક પદ્ધતિ, પ્રાયોગિક પદ્ધતિ, ચાર્ટ અને મોડ્યુલ, રમતનાં પ્રાયોગિક સાધનો.																	

Assessment Method						
Continuous Comprehensive Evaluation 40 Marks	COs	Marks	Exam Component			
			Practical Exam	Project	Oral Viva	
	CO-1	10	5	5	--	
	CO-2	10	5	--	5	
	CO-3	10	5	--	5	
	CO-4	10	5	5	--	
Term-End Evaluation 60 Marks	COs	Marks	Exam Component			
			Practical Exam	Project	Oral Viva	
	CO-1	15	10	5	--	
	CO-2	15	10	--	5	
	CO-3	15	10	--	5	
	CO-4	15	10	5	--	
CO Attainment Levels (OBE & NEP 2020 Aligned)						
COs Attainment Levels	Level	Description	Attainment Criteria			
	Level 3	High	≥ 80% of students score above a set performance benchmark			
	Level 2	Moderate	60%–79% of students meet the performance benchmark			
	Level 1	Low	40%–59% of students meet the performance benchmark			
	Level 0	Not Attained	< 40% of students achieve the desired learning outcome			
Target Attainment (Benchmark)	COs		CO-1	CO-2	CO-3	CO-4
	Target Level (%)		60	65	65	60
References						
Online Resources & Tools:						
બો-બો - https://www.khokho.net/						

Program – B.P.E.S. (Bachelor of Physical Education and Sports)																	
Semester - 4																	
Course Code 255010232019				Name of Course – Handball (હેન્ડબોલ) (Minor)										Compulsory			
Credit: 02				Teaching Scheme: Theory (0) - Practical (60)										Teaching Hours: 60			
Course Outcomes (COs)																	
After completing this course, students will be able to																	
CO-1		હેન્ડબોલ મેદાન અંકન અને રમતના સાધનો વિષે સમજ કેળવે.															
CO-2		હેન્ડબોલ રમતના મૂળભૂત કૌશલ્ય શીખે.															
CO-3		હેન્ડબોલ રમતના નિયમો વિષેની જાણકારી પ્રાપ્ત કરે.															
CO-4		હેન્ડબોલ રમતનું પંચકાર્ય કરતાં શીખે.															
Detailed Syllabus																	
Unit-1. હેન્ડબોલ મેદાન અને સાધનોની રચના																	
1.1 મેદાન અંકન, માપ અને ઉપકરણો																	
Unit-2. હેન્ડબોલ રમતના મૂળભૂત કૌશલ્યો																	
2.1. ડ્રિબલીંગ : મધ્યમ, ઊંચું, નીચું																	
2.2. પાસિંગ : ચેસ્ટ પાસ, ઓવર હેડ પાસ, રિસ્ટ પાસ, બાઉન્સ પાસ, પુશ પાસ																	
2.3. શુટિંગ : જમ્પ શૂટ લોંગ, જમ્પ શૂટ હાઈ, ફાલ શૂટ, જમ્પ ફાલ શૂટ, લોંગ શૂટ, સ્ટ્રેટ શોટ, શર્ટ વીથ બ્લોકિંગ સ્ટેપ, સ્ટ્રેટ શોટ વીધાઉટ બ્લોકિંગ સ્ટેપ, ગોલકિપીંગ																	
Unit-3. હેન્ડબોલના નિયમો																	
3.1. હેન્ડબોલ રમતના નિયમોની જાણકારી																	
Unit-4. હેન્ડબોલમાં પંચકાર્ય (Officiating)																	
4.1. હેન્ડબોલ રમતમાં પંચકાર્ય વિશે જાણકારી																	
Mapping Matrix of POs, PSOs, and COs																	
COs	POs													PSOs			
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	Avg	1	2	3	Avg
CO-1	3	2	3	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1.6	3	2	2	2.3
CO-2	3	2	2	0	1	1	2	2	1	1	1	1	1.4	3	3	2	2.7
CO-3	2	2	2	0	2	2	1	2	1	1	1	1	1.4	2	3	2	2.3
CO-4	2	3	2	0	2	2	1	2	1	2	1	1	1.6	2	3	2	2.3
Avg	2.5	2.3	2.3	0.3	1.5	1.5	1.5	1.8	1	1.5	1	1	1.5	2.5	2.8	2	2.4
3 = Strong Contribution, 2 = Moderate Contribution, 1 = Slight Contribution, --- = No Significant Contribution																	
Teaching Pedagogy																	
- અધ્યાપનશાસ્ત્ર, શિક્ષણ પદ્ધતિઓ અને શૈક્ષણિક સાધનો - નિદર્શન પદ્ધતિ, દર્શનિક પદ્ધતિ, ખંડ-અખંડ પદ્ધતિ, વર્ણન પદ્ધતિ, ઐચ્છિક પદ્ધતિ, પ્રાયોગિક પદ્ધતિ, ચાર્ટ અને મોડ્યુલ, રમતનાં પ્રાયોગિક સાધનો.																	

Assessment Method						
Continuous Comprehensive Evaluation 40 Marks	COs	Marks	Exam Component			
			Practical Exam	Project	Oral Viva	
	CO-1	10	5	5	--	
	CO-2	10	5	--	5	
	CO-3	10	5	--	5	
	CO-4	10	5	5	--	
Term-End Evaluation 60 Marks	COs	Marks	Exam Component			
			Practical Exam	Project	Oral Viva	
	CO-1	15	10	5	--	
	CO-2	15	10	--	5	
	CO-3	15	10	--	5	
	CO-4	15	10	5	--	
CO Attainment Levels (OBE & NEP 2020 Aligned)						
COs Attainment Levels	Level	Description	Attainment Criteria			
	Level 3	High	≥ 80% of students score above a set performance benchmark			
	Level 2	Moderate	60%–79% of students meet the performance benchmark			
	Level 1	Low	40%–59% of students meet the performance benchmark			
	Level 0	Not Attained	< 40% of students achieve the desired learning outcome			
Target Attainment (Benchmark)	COs		CO-1	CO-2	CO-3	CO-4
	Target Level (%)		60	65	65	60
References						
Online Resources & Tools:						
• હેસબોલ - https://www.ihf.info/						

Program – B.P.E.S. (Bachelor of Physical Education and Sports)		
Semester - 5		
Course Code 255510432020	Name of Course - Basic Principles of Physical Education શારીરિક શિક્ષણના પાયાગત સિદ્ધાંતો (Major)	Compulsory
Credit: 04	Teaching Scheme: Theory (60) - Practical (0)	Teaching Hours: 60
Course Outcomes (COs)		
After completing this course, students will be able to		
CO-1	શિક્ષણ અને શારીરિક શિક્ષણનો જુદા-જુદા ક્ષેત્રો સાથેનો સંબંધ અને વૃદ્ધિ વિકાસના તફાવતો વિશે જાણે.	
CO-2	શારીરિક શિક્ષણમાં કારકિર્દી ઘડતરની તકો અને તેની ભૂમિકા વિશે જાણે.	
CO-3	સમાજશાસ્ત્રીય સિદ્ધાંતો અને રાષ્ટ્રીય એકતામાં શારીરિક શિક્ષણના ફાળા વિશે માહિતી પ્રાપ્ત કરે.	
CO-4	રમત-ગમતમાં મનોવૈજ્ઞાનિક સિદ્ધાંતોના ઉપયોજનનું કૌશલ્ય કેળવે.	
Detailed Syllabus		
Unit-1. શિક્ષણ, શારીરિક શિક્ષણ અને વિકાસના મૂળભૂત તત્વો. 1.1. શિક્ષણનો અર્થ, વ્યાખ્યાઓ, પ્રકારો અને મહત્વ 1.2. શારીરિક શિક્ષણનો અર્થ, વ્યાખ્યાઓ, ધ્યેયો અને હેતુઓ 1.3. શારીરિક શિક્ષણ પ્રત્યેની ખોટી માન્યતાઓ 1.4. શારીરિક શિક્ષણનો શિક્ષણ, સ્વાસ્થ્ય શિક્ષણ અને રંજનાત્મક શિક્ષણ સાથેના સંબંધો 1.5. શારીરિક શિક્ષણના જૈવયાંત્રિક સિદ્ધાંતો 1.6. વૃદ્ધિ અને વિકાસ - અર્થ, વ્યાખ્યા અને તફાવત		
Unit-2. શારીરિક શિક્ષણમાં જાતિ તફાવત અને કારકિર્દી 2.1. જાતિ તફાવત અને રમતોમાં તેની અગત્યતા 2.2. શારીરિક શિક્ષણમાં કારકિર્દી ઘડતરની તકો 2.3. શારીરિક શિક્ષણ અને રમત-ગમત ક્ષેત્રે ભૂમિકા - શિક્ષક, રાહબર, જીમ ઈન્સ્ટ્રક્ટર, ફિઝીયોથેરાપિસ્ટ		
Unit-3. શારીરિક શિક્ષણના સમાજશાસ્ત્રીય પાસાઓ 3.1. સમાજશાસ્ત્રીય સિદ્ધાંતો (સામાજિક સિદ્ધાંતો) 3.2. વ્યક્તિના વિકાસમાં સમાજનો ફાળો 3.3. સામાજિકરણની વિવિધ સંસ્થાઓ (કુટુંબ અને શાળા) 3.4. શારીરિક શિક્ષણ દ્વારા સામાજિક મૂલ્યોનું ઘડતર 3.5. રાષ્ટ્રીય એકતામાં શારીરિક શિક્ષણ અને રમત ગમતનો ફાળો		
Unit-4. શારીરિક શિક્ષણના માનસશાસ્ત્રીય પાસાઓ 4.1. માનસશાસ્ત્રીય સિદ્ધાંતો (મનોવૈજ્ઞાનિક સિદ્ધાંતો) 4.2. રમત દેખાવને અસર કરનારાં મનોવૈજ્ઞાનિક પરિબલો 4.3. મનોશારીરિક સંબંધ 4.4. શારીરિક શિક્ષણના સામાજિક સિદ્ધાંતો 4.5. પરંપરા, તેનું મહત્વ અને વ્યક્તિત્વના આચરણ પર તેની અસર(સામાજિક વંશાનુક્રમ) 4.6. સ્પર્ધા અને સહયોગ		

Mapping Matrix of POs, PSOs, and COs																	
COs	POs													PSOs			
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	Avg	1	2	3	Avg
CO-1	3	2	2	1	2	1	1	1	2	1	1	2	1.6	3	2	2	2.3
CO-2	3	2	1	1	2	1	1	2	2	2	3	2	1.8	3	2	2	2.3
CO-3	3	2	1	2	3	1	1	2	2	1	2	3	1.9	3	2	3	2.7
CO-4	3	2	2	1	2	2	1	1	2	1	1	2	1.7	3	2	2	2.3
Avg	3	2	1.5	1.3	2.3	1.3	1	1.5	2	1.3	1.8	2.3	1.8	3	2	2.3	2.4
3 = Strong Contribution, 2 = Moderate Contribution, 1 = Slight Contribution, --- = No Significant Contribution																	
Teaching Pedagogy																	
નિરીક્ષણ (અવલોકન) પદ્ધતિ, ચર્ચા પદ્ધતિ, વર્કશોપ પદ્ધતિ, સેમિનાર પદ્ધતિ, વ્યાખ્યાન પદ્ધતિ, પ્રવાસ – પર્યટન પદ્ધતિ, સ્વાધ્યાય પદ્ધતિ, પ્રોજેક્ટ પદ્ધતિ, મિશ્ર પદ્ધતિ, બ્લેક બોર્ડ અને ચૉકનો ઉપયોગ કરીને પ્રત્યક્ષ શિક્ષણ, માહિતી સંચાર ટેકનોલોજીનો ઉપયોગ, મલ્ટીમીડિયાનો ઉપયોગ.																	
Assessment Method																	
Continuous Comprehensive Evaluation 40 Marks	COs	Marks	Exam Component														
	CO-1	10	Theoretical Exam					Assignment					Presentation				
	CO-2	10	5					5					--				
	CO-3	10	5					5					--				
	CO-4	10	5					--					5				
Term-End Evaluation 60 Marks	COs	Marks	Exam Component														
	CO-1	15	Theoretical Exam					Assignment					Presentation				
	CO-2	15	15					-					-				
	CO-3	15	15					-					-				
	CO-4	15	15					-					-				
CO Attainment Levels (OBE & NEP 2020 Aligned)																	
COs Attainment Levels	Level	Description	Attainment Criteria														
	Level 3	High	≥ 80% of students score above a set performance benchmark														
	Level 2	Moderate	60%–79% of students meet the performance benchmark														
	Level 1	Low	40%–59% of students meet the performance benchmark														
	Level 0	Not Attained	< 40% of students achieve the desired learning outcome														
Target Attainment (Benchmark)	COs									CO-1	CO-2	CO-3	CO-4				
	Target Level (%)									60	65	65	60				
References																	
Books:																	
- ગુણવંત શાહ, શિક્ષણ દર્શન, બી.એસ.શાહ પ્રકાશન અમદાવાદ પાન.નં.1-9 - જયેન્દ્ર દવે, શિક્ષણ ચિંતકોનું શિક્ષણ, બી.એસ.શાહ પ્રકાશન અમદાવાદ - પાનનં. 59-60 - જી. ટી. સરવૈયા, શારીરિક શિક્ષણના સિદ્ધાંતો અને પ્રવાહો, હે.ઉ.ગુ. યુનિવર્સિટી પાટણ પાનનં. 1-28, 29-35, 48-53. - આત્મારામભાઈ પટેલ અને શ્રી દેવેન્દ્રભાઈ સોલંકી, રમત મનોવિજ્ઞાન, નવભારત પ્રકાશન અમદાવાદ પાનનં. 13-22 - જી. ટી. સરવૈયા, શારીરિક શિક્ષણના સિદ્ધાંતો અને પ્રવાહો, હે.ઉ.ગુ. યુનિવર્સિટી પાટણ પાનનં. 84-95, - જી.ટી.સરવૈયા, શૈક્ષણિક મનોવિજ્ઞાન અને શિક્ષણ, ગુજરાત રાજ્ય શાળા પાઠ્યપુસ્તક મંડળ ગાંધીનગર - અજમેરસિંહ અને અન્ય શારીરિક શિક્ષા તથા ઓલિમ્પિક અભિયાન નવીદિલ્હી, કલ્યાણી પબ્લિકેશન 2004 પાનનં. 372-375, 376-381,385-394																	

Program – B.P.E.S. (Bachelor of Physical Education and Sports)		
Semester - 5		
Course Code 255510432021	Name of Course - Sports Medicine (રમત ચિકિત્સાશાસ્ત્ર) (Major)	Compulsory
Credit: 04	Teaching Scheme: Theory (60) - Practical (0)	Teaching Hours: 60
Course Outcomes (COs)		
After completing this course, students will be able to		
CO-1	રમત ચિકિત્સાશાસ્ત્રના મૂળભૂત તત્વો અને રમતવીરોની સંભાળ સમજશે.	
CO-2	માદક દવાઓની અસર અને નિવારણ વિશે જ્ઞાન પ્રાપ્ત કરશે.	
CO-3	રમતગમતની ઇજાઓ અને પ્રાથમિક સારવારનું જ્ઞાન પ્રાપ્ત કરશે.	
CO-4	ફિઝિયોથેરાપીની વિવિધ સારવાર પદ્ધતિઓ સમજશે.	
Detailed Syllabus		
Unit-1. રમત ચિકિત્સાશાસ્ત્રના આધારભૂત તત્વો અને રમતવીરોની સંભાળ		
1.1. રમત ચિકિત્સાશાસ્ત્રનો અર્થ, વ્યાખ્યાઓ, ધ્યેયો, હેતુઓ અને અગત્યતા		
1.2. રમત ચિકિત્સકની ભૂમિકા અને કાર્યો		
1.3. રમતવીરોની સંભાળ અને પુનર્વસનમાં શારીરિક શિક્ષણના શિક્ષકોનું અને કોચનું યોગદાન		
Unit-2. માદક દવાઓ અને રમતગમત પર તેની આડઅસરો		
2.1. માદક દવાઓનો ઇતિહાસ, અર્થ, વ્યાખ્યા અને વર્ગીકરણ.		
2.2. રમતગમત પૃત્તિઓમાં માદક દવાઓની થતી આડ અસરો.		
2.3. રમતગમત પૃત્તિઓમાં માદક દવાઓના વધતા ઉપયોગને ઘટાડવાના ઉપાયો.		
Unit-3. રમતગમતની ઇજાઓ, પ્રાથમિક સારવાર અને સુરક્ષા ઉપાયો		
3.1. રમતગમતમાં થતી સામાન્ય ઇજાઓ : કારણો અને પ્રકારો (નાજુક પેશી, હાડકાં, સાંધા, સ્નાયુ અને લિગામેન્ટ સંબંધિત ઇજાઓ)		
3.2. રમતગમત દરમિયાન આપાતકાલીન સંભાળ અને પ્રાથમિક સારવાર		
3.3. ઇજાઓની અટકાયત, સુરક્ષા સાધનો અને સાવચેતીઓ		
Unit-4. ફિઝિયોથેરાપી અને ઉપચારની વિવિધ આધુનિક પદ્ધતિઓ		
4.1. ઇલેક્ટ્રો થેરાપી – ટેન્સ થેરાપી, અલ્ટ્રા સાઉન્ડ થેરાપી, IFT (ઇન્ટરફ્રેક્વેન્સિયલ થેરાપી), મસલ્સ સ્ટીમ્યુલેટર, શોર્ટવેવ ડાયથેર્મી, લોંગવેવ ડાયથેર્મી, ઇન્ફ્રારેડ કિરણો		
4.2. કાયો થેરાપી - આઈસ પેક, આઈસ મસાજ, કોલ્ડ વોટર ઇમર્શન		
4.3. હીટ થેરાપી - હોટ પેક, ઇન્ફ્રારેડ થેરાપી, સ્ટીમ થેરાપી		
4.4. હાઇડ્રો થેરાપી – વ્હર્લપૂલબાથ, કોન્ટ્રાસ્ટ બાથ, સ્પ્રે અથવા જેટ બાથ		
4.5. વિવિધ બાથ - સોના બાથ, સ્ટીમ બાથ, મડ બાથ, સન બાથ, પેરાફીન બાથ		
4.6. મસાજ થેરાપી – સ્ટ્રોકિંગ, નીડિંગ, ફ્રિક્શન મસાજ, ટેપોટમેન્ટ, વાયબ્રેશન મસાજ, સ્પોટ મસાજ, ડીપ ટીસ્યુ મસાજ		
4.7. ટ્રેક્શન થેરાપી		
4.8. કપીંગ થેરાપી		

Mapping Matrix of POs, PSOs, and COs																	
COs	POs													PSOs			
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	Avg	1	2	3	Avg
CO-1	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2.3	3	3	3	3
CO-2	3	2	2	1	3	1	1	1	2	1	2	2	1.8	3	2	2	2.3
CO-3	3	1	2	1	2	1	1	1	2	1	1	2	1.5	3	2	2	2.3
CO-4	3	2	3	1	2	1	2	1	3	1	1	2	1.9	3	2	2	2.3
Avg	3	2	2.5	1.3	2.5	1.3	1.5	1.3	2.3	1.3	1.5	2	1.9	3	2.3	2.3	2.5

3 = Strong Contribution, 2 = Moderate Contribution, 1 = Slight Contribution, --- = No Significant Contribution

Teaching Pedagogy																	
નિરીક્ષણ (અવલોકન) પદ્ધતિ, ચર્ચા પદ્ધતિ, વર્કશોપ પદ્ધતિ, સેમિનાર પદ્ધતિ, વ્યાખ્યાન પદ્ધતિ, પ્રવાસ – પર્યટન પદ્ધતિ, સ્વાધ્યાય પદ્ધતિ, પ્રોજેક્ટ પદ્ધતિ, મિશ્ર પદ્ધતિ, બ્લોક બોર્ડ અને ચોકનો ઉપયોગ કરીને પ્રત્યક્ષ શિક્ષણ, માહિતી સંચાર ટેકનોલોજીનો ઉપયોગ, મલ્ટીમીડિયાનો ઉપયોગ.																	

Assessment Method					
Continuous Comprehensive Evaluation 40 Marks	COs	Marks	Exam Component		
			Theoretical Exam	Assignment	Presentation
	CO-1	10	5	5	--
	CO-2	10	5	--	5
	CO-3	10	5	5	--
	CO-4	10	5	--	5
Term-End Evaluation 60 Marks	COs	Marks	Exam Component		
			Theoretical Exam	Assignment	Presentation
	CO-1	15	15	-	-
	CO-2	15	15	-	-
	CO-3	15	15	-	-
	CO-4	15	15	-	-

CO Attainment Levels (OBE & NEP 2020 Aligned)

COs Attainment Levels	Level	Description	Attainment Criteria			
	Level 3	High	≥ 80% of students score above a set performance benchmark			
	Level 2	Moderate	60%–79% of students meet the performance benchmark			
	Level 1	Low	40%–59% of students meet the performance benchmark			
	Level 0	Not Attained	< 40% of students achieve the desired learning outcome			
Target Attainment (Benchmark)	COs		CO-1	CO-2	CO-3	CO-4
	Target Level (%)		60	65	65	60

References																	
Books: ઓ. પી. સોની ખેલ ચિકિત્સા તથા પુનર્વસન, ખેલ સાહિત્ય કેન્દ્ર, નવી દિલ્હી. - હોશિયાર સિંહ, ખેલ ચિકિત્સા એવં વ્યાયામ ક્રિયા વિજ્ઞાન, ખેલ સાહિત્ય કેન્દ્ર, નવી દિલ્હી. - પટેલ હર્ષદ આઈ., ચનિયારા નવીનચંદ્ર જે., રમત વિજ્ઞાન, અમદાવાદ: અનડા પ્રકાશન, 1987. - સાવલિયા જમનાદાસ, સોની જતીનકુમાર, સાવલિયા જગદીશ, રમત વિજ્ઞાન, પાટણ: હેમચંદ્રાચાર્ય ઉત્તર ગુજરાત યુનિ. 2006. - પટેલ મુકેશભાઈ જી., રમત વિજ્ઞાન, વિસનગર: ગુજરાત, 2005. - સિંહ વિજય, શારીરિક શિક્ષા મેં ખેલ ચિકિત્સા, ન્યુ દિલ્હી: ફ્રેન્ડ્સ પબ્લિકેશન.																	

Program – B.P.E.S. (Bachelor of Physical Education and Sports)		
Semester - 5		
Course Code 255510432022	Name of Course - Kinesiology and Biomechanics હલનચલન શાસ્ત્ર અને જૈવચંત્ર વિજ્ઞાન (Major)	Compulsory
Credit: 04	Teaching Scheme: Theory (60) - Practical (0)	Teaching Hours: 60
Course Outcomes (COs)		
After completing this course, students will be able to		
CO-1	હલનચલનશાસ્ત્રનો અર્થ, વ્યાખ્યાઓ, શારીરિક શિક્ષણ અને રમત ગમતમાં તેની અગત્યતા જાણે.	
CO-2	સપાટી તથા ધરી તેમજ સાંધાઓ પર થતા વિવિધ પ્રકારના હલનચલનની જાણકારી મેળવે.	
CO-3	ગતિ અને તેના પ્રકારો અને ઉચ્ચાલન તેમજ બળના સિદ્ધાંતોની સમજ કેળવે.	
CO-4	ખેલક્રૂદ અને રમત કૌશલ્યોમાં વાપરતા ગતિના પ્રકારો અને યાંત્રિક પૃથક્કરણ ની જાણકારી મેળવે.	
Detailed Syllabus		
Unit-1. હલનચલનશાસ્ત્ર અને જૈવચંત્ર વિજ્ઞાનના મૂળભૂત તત્વો. 1.1. હલનચલનશાસ્ત્રનો અર્થ, વ્યાખ્યાઓ, શારીરિક શિક્ષણ અને રમત ગમતમાં તેની અગત્યતા. 1.2. જૈવચંત્ર વિજ્ઞાનનો અર્થ, વ્યાખ્યાઓ, શારીરિક શિક્ષણ અને રમત ગમતમાં તેની અગત્યતા. 1.3. શરીરની પ્રાથમિક સ્થિતિઓ, શારીરિક ક્રિયાઓમાં સપાટી તથા ધરી વિશેની સમજ. 1.4. ગુરુત્વ-મધ્યબિંદુ અને ગુરુત્વરેખા વિશેની સમજ.		
Unit-2. સાંધાઓ અને સ્નાયુઓનું વર્ગીકરણ તથા હલનચલન 2.1. સાંધાઓના પ્રકારો - ચલ સાંધાઓ, અચલ સાંધાઓ, અંશતઃ ચલ સાંધાઓ. 2.2. અસ્થિર સાંધાઓ પર થતા વિવિધ પ્રકારના હલનચલન - સામાન્ય હલનચલન, વિશિષ્ટ હલનચલન. 2.3. સ્નાયુઓના તંતુઓની રચનાના આધારે વર્ગીકરણ. 2.4. સ્નાયુઓના કાર્યના આધારે વર્ગીકરણ.		
Unit-3. ગતિ અને બળની સમજ 3.1. ગતિ અને તેના પ્રકારો. 3.2. ગતિને અસર કરતા પરિબળો. 3.3. ન્યુટનના ગતિના નિયમો 3.4. ઉચ્ચાલનના પ્રકારો 3.5. કેન્દ્રગામી બળ અને કેન્દ્ર ત્યાગી બળ		
Unit-4. રમત કૌશલ્યોનું યાંત્રિક પૃથક્કરણ 4.1. ખેલક્રૂદ (દોડ, લાંબીક્રૂદ અને ગોળાક્રૂદ) 4.2. વોલીબોલ (સ્મેશિંગ અને બ્લોકિંગ) 4.3. બાસ્કેટબોલ (લે-અપ-શોટ અને પીવોટીંગ) 4.4. ખો-ખો (ફૂક મારવી અને 45° ના ખૂણે માર) 4.5. કબડ્ડી (સાઈડ કીક અને પગ પકડવો) 4.6. હેન્ડબોલ (જમ્પ શૂટ લોંગ અને ગોલ કિર્પીંગ)		

Mapping Matrix of POs, PSOs, and COs																	
COs	POs													PSOs			
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	Avg	1	2	3	Avg
CO-1	3	1	2	0	0	1	1	0	1	0	0	0	0.8	3	1	0	1.3
CO-2	3	2	3	0	0	1	2	1	0	0	0	0	1.1	3	2	0	1.7
CO-3	2	3	3	0	1	0	2	1	0	0	0	0	1.1	2	3	1	2
CO-4	2	3	3	0	1	1	3	1	0	0	0	0	1.3	2	3	1	2
Avg	2.5	2.3	2.8	0	0.5	0.8	2	0.8	0.3	0	0	0	1.1	2.5	2.3	0.5	1.8

3 = Strong Contribution, 2 = Moderate Contribution, 1 = Slight Contribution, --- = No Significant Contribution

Teaching Pedagogy																	
નિરીક્ષણ (અવલોકન) પદ્ધતિ, ચર્ચા પદ્ધતિ, વર્કશોપ પદ્ધતિ, સેમિનાર પદ્ધતિ, વ્યાખ્યાન પદ્ધતિ, પ્રવાસ – પર્યટન પદ્ધતિ, સ્વાધ્યાય પદ્ધતિ, પ્રોજેક્ટ પદ્ધતિ, મિશ્ર પદ્ધતિ, બ્લેક બોર્ડ અને ચૉકનો ઉપયોગ કરીને પ્રત્યક્ષ શિક્ષણ, માહિતી સંચાર ટેકનોલોજીનો ઉપયોગ, મલ્ટીમીડિયાનો ઉપયોગ.																	

Assessment Method					
Continuous Comprehensive Evaluation 40 Marks	COs	Marks	Exam Component		
			Theoretical Exam	Assignment	Presentation
	CO-1	10	5	5	--
	CO-2	10	5	--	5
	CO-3	10	5	5	--
	CO-4	10	5	--	5
Term-End Evaluation 60 Marks	COs	Marks	Exam Component		
			Theoretical Exam	Assignment	Presentation
	CO-1	15	15	-	-
	CO-2	15	15	-	-
	CO-3	15	15	-	-
	CO-4	15	15	-	-

CO Attainment Levels (OBE & NEP 2020 Aligned)						
COs Attainment Levels	Level	Description	Attainment Criteria			
	Level 3	High	≥ 80% of students score above a set performance benchmark			
	Level 2	Moderate	60%–79% of students meet the performance benchmark			
	Level 1	Low	40%–59% of students meet the performance benchmark			
	Level 0	Not Attained	< 40% of students achieve the desired learning outcome			
Target Attainment (Benchmark)	COs		CO-1	CO-2	CO-3	CO-4
	Target Level (%)		60	65	65	60

References																	
Books: - પટેલ હર્ષદ આઈ., ચનિયારા નવીનચંદ્ર જે., રમત વિજ્ઞાન, અમદાવાદ: અનડા પ્રકાશન, 1987સિંહ વિજય, શારીરિક શિક્ષા મેં ખેલ ચિકિત્સા, ન્યુ દિલ્હી: ફ્રેન્ડ્સ પબ્લિકેશન. - સાવલિયા જમનાદાસ, સોની જતીનકુમાર, સાવલિયા જગદીશ, રમત વિજ્ઞાન, પાટણ: હેમચંદ્રાચાર્ય ઉત્તર ગુજરાત યુનિવર્સિટી, 2006. ઓ. પી. સોની ખેલ ચિકિત્સા તથા પુનર્વસન, ખેલ સાહિત્ય કેન્દ્ર, નવી દિલ્હી. - હોશિયાર સિંહ, ખેલ ચિકિત્સા એવં વ્યાયામ ક્રિયા વિજ્ઞાન, ખેલ સાહિત્ય કેન્દ્ર, નવી દિલ્હી. - પટેલ મુકેશભાઈ જી., રમત વિજ્ઞાન, વિસનગર: ગુજરાત, 2005.																	

Program – B.P.E.S. (Bachelor of Physical Education and Sports)		
Semester - 5		
Course Code 255510132023	Name of Course - Specialization Game (Any One) વિશિષ્ટ રમત (કોઈપણ એક) (Basketball, Volleyball, Handball, Kabaddi, Kho-Kho) (બાસ્કેટબોલ, વોલીબોલ, હેન્ડબોલ, કબડ્ડી, ખો-ખો) (Major)	Compulsory
Credit: 02	Teaching Scheme: Theory (0) - Practical (60)	Teaching Hours: 60
Course Outcomes (COs)		
After completing this course, students will be able to		
CO-1	બાસ્કેટબોલ, વોલીબોલ, હેન્ડબોલ, કબડ્ડી, ખો-ખો મેદાન અંકન અને રમતના સાધનો વિષે સમજ કેળવે.	
CO-2	બાસ્કેટબોલ, વોલીબોલ, હેન્ડબોલ, કબડ્ડી, ખો-ખો રમતના મૂળભૂત કૌશલ્ય શીખે.	
CO-3	બાસ્કેટબોલ, વોલીબોલ, હેન્ડબોલ, કબડ્ડી, ખો-ખો રમતના નિયમો વિષેની જાણકારી પ્રાપ્ત કરે.	
CO-4	બાસ્કેટબોલ, વોલીબોલ, હેન્ડબોલ, કબડ્ડી, ખો-ખો રમતનું પંચકાર્ય કરતાં શીખે.	
Detailed Syllabus		
રમત 1 - બાસ્કેટબોલ		
Unit-1. બાસ્કેટબોલ મેદાન અને સાધનોની રચના		
1.1. મેદાન અંકન, માપ અને ઉપકરણો		
Unit-2. બાસ્કેટબોલ રમતના મૂળભૂત કૌશલ્યો		
2.1. બાસ્કેટબોલ રમતના મૂળભૂત કૌશલ્યો પાસિંગ : ટૂ હેન્ડ ચેસ્ટ પાસ, ટૂ હેન્ડ બાઉન્સ પાસ, ઓવર હેડ પાસ, હૂક પાસ, વન હેન્ડ બેઝબોલ પાસ, સાઈડ આર્મ પાસ, ટુ હેન્ડ રિસીવિંગ, વન હેન્ડ રિસીવિંગ, ડ્રિબલીંગ: મધ્યમ ઊંચું, નીચું. શૂટિંગ: લેઅપ શોટ, જમ્પ શોટ, સેટ શોટ, ફ્રી થ્રો, અટકવું રિબાઉન્ડિંગ, પિવોટિંગ.		
Unit-3. બાસ્કેટબોલના નિયમો		
3.1. બાસ્કેટબોલ રમતના નિયમોની જાણકારી		
Unit-4. બાસ્કેટબોલમાં પંચકાર્ય (Officiating)		
4.1. બાસ્કેટબોલ રમતમાં પંચકાર્ય વિશે જાણકારી		
રમત 2 - વોલીબોલ		
Unit-1. વોલીબોલ મેદાન અને સાધનોની રચના		
1.1. મેદાન અંકન, માપ અને ઉપકરણો		
Unit-2. વોલીબોલ રમતના મૂળભૂત કૌશલ્યો		
2.1. સર્વિસ - અન્ડર હેન્ડ સર્વિસ, સાઈડ આર્મ સર્વિસ, ટેનિસ સર્વિસ અને ફ્લોટિંગ સર્વિસ		
2.2. પાસીંગ – અન્ડર હેન્ડ પાસ, ઓવર હેડ પાસ		
2.3. સ્મેશિંગ – ટુ લેગ ટેઈક ઓફ સ્ટેટ આર્મ હેન્ડ સ્મેશ, રાઉન્ડ આર્મ સ્મેશ		
2.4. ફ્રાઈવ – એલિમેન્ટરી ફ્રાઈવ, ફ્લાઈઈંગ ફ્રાઈવ		
2.5. બ્લોકિંગ – વન મેન બ્લોક, ટુ મેન બ્લોક, થ્રી મેન બ્લોક		
Unit-3. વોલીબોલના નિયમો		
3.1. વોલીબોલ રમતના નિયમોની જાણકારી		
Unit-4. વોલીબોલમાં પંચકાર્ય (Officiating)		
4.1. વોલીબોલ રમતમાં પંચકાર્ય વિશે જાણકારી		

રમત ૩ - હેન્ડબોલ	
Unit-1. હેન્ડબોલ મેદાન અને સાધનોની રચના	
1.1. મેદાન અંકન, માપ અને ઉપકરણો	
Unit-2. હેન્ડબોલ રમતના મૂળભૂત કૌશલ્યો	
2.1. ડ્રિબલીંગ : મધ્યમ, ઊંચું, નીચું	
2.2. પાસિંગ : ચેસ્ટ પાસ, ઓવર હેડ પાસ, રિસ્ટ પાસ, બાઉન્સ પાસ, પુશ પાસ	
2.3. શુટિંગ : જમ્પ શૂટ લોંગ, જમ્પ શૂટ હાઈ, ફાલ શૂટ, જમ્પ ફાલ શૂટ, લોંગ શૂટ, સ્ટ્રેટ શોટ, શર્ટ વીથ બ્લોકિંગ સ્ટેપ, સ્ટ્રેટ શોટ વીધાઉટ બ્લોકિંગ સ્ટેપ, ગોલકિપીંગ	
Unit-3. હેન્ડબોલના નિયમો	
3.1. હેન્ડબોલ રમતના નિયમોની જાણકારી	
Unit-4. હેન્ડબોલમાં પંચકાર્ય (Officiating)	
4.1. હેન્ડબોલ રમતમાં પંચકાર્ય વિશે જાણકારી	
રમત ૪ - કબડ્ડી	
Unit-1. કબડ્ડી મેદાન અને સાધનોની રચના	
1.1. મેદાન અંકન, માપ અને ઉપકરણો	
Unit-2. કબડ્ડી રમતના મૂળભૂત કૌશલ્યો	
2.1. આક્રમણ પક્ષના કૌશલ્યો - શ્વાસ નિયંત્રણ, ફૂટવર્ક, લંઘન રેખા ઓળંગવી, બોનસ પ્રાપ્ત કરવું, છાપો મારવો, હેન્ડ ટચ, ટો ટચ, ડુબકી, સ્કોપિયન કિક, સાઈડ કિક, ઘેરો તોડવો, પગ છોડાવવો, હાથ છોડાવવો, છાપો મારવો, ડાઈવ મારી ઘેરો તોડી મધ્ય રેખા ટચ કરવી.	
2.2. બચાવ પક્ષના કૌશલ્યો - ફૂટવર્ક, એન્કલ હોલ્ડ, થાઈ હોલ્ડ, ની હોલ્ડ, બ્લોક, ઘેરો બનાવવો, હાથ પકડવો	
Unit-3. કબડ્ડીના નિયમો	
3.1. કબડ્ડી રમતના નિયમોની જાણકારી	
Unit-4. કબડ્ડીમાં પંચકાર્ય (Officiating)	
4.1. કબડ્ડી રમતમાં પંચકાર્ય વિશે જાણકારી	
રમત ૫ - ખો-ખો	
Unit-1. ખો-ખો મેદાન અને સાધનોની રચના	
1.1. મેદાન અંકન, માપ અને ઉપકરણો	
Unit-2. ખો-ખો રમતના મૂળભૂત કૌશલ્યો	
2.1. રમનારના કૌશલ્યો - સિંગલ ચેઈન, ડબલ ચેઈન, ગોળ રમત, પલટી મારવી, ડોર્ઝીંગ કરવું	
2.2. મારનારના કૌશલ્યો - પગે સ્પર્શ કરવો, ફૂક મારવી, ડાઈવ મારવી, 45° ના ખૂણે માર કરવો, સાચી ખો	
Unit-3. ખો-ખો ના નિયમો	
3.1. ખો-ખો રમતના નિયમોની જાણકારી	
Unit-4. ખો-ખો માં પંચકાર્ય (Officiating)	
4.1. ખો-ખો રમતમાં પંચકાર્ય વિશે જાણકારી	

Mapping Matrix of POs, PSOs, and COs																	
COs	POs													PSOs			
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	Avg	1	2	3	Avg
CO-1	3	2	3	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1.6	3	2	2	2.3
CO-2	3	2	2	0	1	1	2	2	1	1	1	1	1.4	3	3	2	2.7
CO-3	2	2	2	0	2	2	1	2	1	1	1	1	1.4	2	3	2	2.3
CO-4	2	3	2	0	2	2	1	2	1	2	1	1	1.6	2	3	2	2.3
Avg	2.5	2.3	2.3	0.3	1.5	1.5	1.5	1.8	1	1.5	1	1	1.5	2.5	2.8	2	2.4

3 = Strong Contribution, 2 = Moderate Contribution, 1 = Slight Contribution, --- = No Significant Contribution

Teaching Pedagogy																	
- અધ્યાપનશાસ્ત્ર, શિક્ષણ પદ્ધતિઓ અને શૈક્ષણિક સાધનો - નિદર્શન પદ્ધતિ, દાર્શનિક પદ્ધતિ, ખંડ-અખંડ પદ્ધતિ, વર્ણન પદ્ધતિ, ઐચ્છિક પદ્ધતિ, પ્રાયોગિક પદ્ધતિ, ચાર્ટ અને મોડ્યુલ, રમતનાં પ્રાયોગિક સાધનો.																	

Assessment Method					
Continuous Comprehensive Evaluation 40 Marks	COs	Marks	Exam Component		
			Practical Exam	Project	Oral Viva
	CO-1	10	5	5	--
	CO-2	10	5	--	5
	CO-3	10	5	--	5
	CO-4	10	5	5	--
Term-End Evaluation 60 Marks	COs	Marks	Exam Component		
			Practical Exam	Project	Oral Viva
	CO-1	15	10	5	--
	CO-2	15	10	--	5
	CO-3	15	10	--	5
	CO-4	15	10	5	--

CO Attainment Levels (OBE & NEP 2020 Aligned)						
COs Attainment Levels	Level	Description	Attainment Criteria			
	Level 3	High	≥ 80% of students score above a set performance benchmark			
	Level 2	Moderate	60%–79% of students meet the performance benchmark			
	Level 1	Low	40%–59% of students meet the performance benchmark			
	Level 0	Not Attained	< 40% of students achieve the desired learning outcome			
Target Attainment (Benchmark)	COs		CO-1	CO-2	CO-3	CO-4
	Target Level (%)		60	65	65	60

References																	
Online Resources & Tools:																	
- બાસ્કેટબોલ - https://www.fiba.basketball/en - વોલીબોલ - https://www.fivb.com/ - હેન્ડબોલ - https://www.ihf.info/ - કબડ્ડી - https://www.kabaddiikf.com/ - ખો-ખો - https://www.khokho.net/																	

Program – B.P.E.S. (Bachelor of Physical Education and Sports)		
Semester - 5		
Course Code 255510232024	Name of Course - Table Tennis / Badminton (Any One) ટેબલ ટેનિસ / બેડમિન્ટન (કોઇપણ એક) (Minor)	Choice Based
Credit: 2	Teaching Scheme: Theory (0) - Practical (60)	Teaching Hours: 60
Course Outcomes (COs)		
After completing this course, students will be able to		
CO-1	ટેબલ ટેનિસ અને બેડમિન્ટન મેદાન અંકન અને રમતના સાધનો વિષે સમજ કેળવે.	
CO-2	ટેબલ ટેનિસ અને બેડમિન્ટન રમતના મૂળભૂત કૌશલ્ય શીખે.	
CO-3	ટેબલ ટેનિસ અને બેડમિન્ટન રમતના નિયમો વિષેની જાણકારી પ્રાપ્ત કરે.	
CO-4	ટેબલ ટેનિસ અને બેડમિન્ટન રમતનું પંચકાર્ય કરતાં શીખે.	
Detailed Syllabus		
ટેબલ ટેનિસ		
Unit-1. ટેબલ ટેનિસ મેદાન અને સાધનોની રચના		
1.1. મેદાન અંકન, માપ અને ઉપકરણો		
Unit-2. ટેબલ ટેનિસ રમતના મૂળભૂત કૌશલ્યો		
2.1. ટેબલ ટેનિસ રમતના મૂળભૂત કૌશલ્યો – ગ્રીપ (શેક હેન્ડ ગ્રીપ, પેન હોલ્ડ ગ્રીપ) ફોરહેન્ડ અને બેક હેન્ડ સર્વિસ અને રીસીવિંગ (સાઈ સર્વિસ અને રિસીવિંગ, સાઈડ સ્પિન સર્વિસ અને રિસીવિંગ, બેક સ્પિન સર્વિસ અને રિસીવિંગ) ફોરહેન્ડ અને બેક હેન્ડ એટેક અને ડિફેન્સ (ટોપ સ્પિન અને કાઉન્ટર)		
Unit-3. ટેબલ ટેનિસના નિયમો		
3.1. ટેબલ ટેનિસ રમતના નિયમોની જાણકારી		
Unit-4. ટેબલ ટેનિસમાં પંચકાર્ય (Officiating)		
4.1. ટેબલ ટેનિસમાં પંચકાર્ય વિશે જાણકારી		
બેડમિન્ટન		
Unit-1. બેડમિન્ટન મેદાન અને સાધનોની રચના		
1.1. મેદાન અંકન, માપ અને ઉપકરણો		
Unit-2. બેડમિન્ટન રમતના મૂળભૂત કૌશલ્યો		
2.1. ગ્રીપ - ફેધર ગ્રીપ, મિડ ગ્રીપ, બેસ હોલ્ડ ગ્રીપ		
2.2. સર્વિસ - ફોરહેન્ડ હાઈ સર્વિસ, ફોરહેન્ડ લો સર્વિસ, બેક હેન્ડ હાઈ સર્વિસ બેકહેન્ડ લો સર્વિસ		
2.3. સ્ટ્રોક - ફોરહેન્ડ સ્ટ્રોક, બેકહેન્ડ સ્ટ્રોક, ઓવરહેડ સ્ટ્રોક		
2.4. ડ્રોપ શોટ - ફોરહેન્ડ ડ્રોપ, , બેકહેન્ડ ડ્રોપ		
2.5. ડ્રાઈવ - ફોરહેન્ડ ડ્રાઈવ, બેકહેન્ડ ડ્રાઈવ		
2.6. સ્મેશ - ફોરહેન્ડ સ્મેશ, બેકહેન્ડ સ્મેશ, જમ્પ સ્મેશ		
Unit-3. બેડમિન્ટનના નિયમો		
3.1. બેડમિન્ટન રમતના નિયમોની જાણકારી		
Unit-4. બેડમિન્ટનમાં પંચકાર્ય (Officiating)		
4.1. બેડમિન્ટનમાં પંચકાર્ય વિશે જાણકારી		

Mapping Matrix of POs, PSOs, and COs

COs	POs													PSOs			
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	Avg	1	2	3	Avg
CO-1	3	2	3	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1.6	3	2	2	2.3
CO-2	3	2	2	0	1	1	2	2	1	1	1	1	1.4	3	3	2	2.7
CO-3	2	2	2	0	2	2	1	2	1	1	1	1	1.4	2	3	2	2.3
CO-4	2	3	2	0	2	2	1	2	1	2	1	1	1.6	2	3	2	2.3
Avg	2.5	2.3	2.3	0.3	1.5	1.5	1.5	1.8	1	1.5	1	1	1.5	2.5	2.8	2	2.4

3 = Strong Contribution, 2 = Moderate Contribution, 1 = Slight Contribution, --- = No Significant Contribution

Teaching Pedagogy

- અધ્યાપનશાસ્ત્ર, શિક્ષણ પદ્ધતિઓ અને શૈક્ષણિક સાધનો
- નિદર્શન પદ્ધતિ, દાર્શનિક પદ્ધતિ, ખંડ-અખંડ પદ્ધતિ, વર્ણન પદ્ધતિ, ઐચ્છિક પદ્ધતિ, પ્રાયોગિક પદ્ધતિ, ચાર્ટ અને મોડ્યુલ, રમતનાં પ્રાયોગિક સાધનો.

Assessment Method

Continuous Comprehensive Evaluation 40 Marks	COs	Marks	Exam Component		
			Practical Exam	Project	Oral Viva
	CO-1	10	5	5	--
	CO-2	10	5	--	5
	CO-3	10	5	--	5
	CO-4	10	5	5	--
Term-End Evaluation 60 Marks	COs	Marks	Exam Component		
			Practical Exam	Project	Oral Viva
	CO-1	15	10	5	--
	CO-2	15	10	--	5
	CO-3	15	10	--	5
	CO-4	15	10	5	--

CO Attainment Levels (OBE & NEP 2020 Aligned)

COs Attainment Levels	Level	Description	Attainment Criteria			
	Level 3	High	≥ 80% of students score above a set performance benchmark			
	Level 2	Moderate	60%–79% of students meet the performance benchmark			
	Level 1	Low	40%–59% of students meet the performance benchmark			
	Level 0	Not Attained	< 40% of students achieve the desired learning outcome			
Target Attainment (Benchmark)	COs		CO-1	CO-2	CO-3	CO-4
	Target Level (%)		60	65	65	60

References

Online Resources & Tools:

- ટેબલ ટેનિસ - <https://www.ttfi.org/>
- બેડમિન્ટન - <https://bwfbadminton.com/>

Program – B.P.E.S. (Bachelor of Physical Education and Sports)		
Semester - 5		
Course Code 255510232025	Name of Course - Volleyball / Football (Any One) વોલીબોલ / ફૂટબોલ (કોઈપણ એક) (Minor)	Choice Based
Credit: 02	Teaching Scheme: Theory (0) - Practical (60)	Teaching Hours: 60
Course Outcomes (COs)		
After completing this course, students will be able to		
CO-1	વોલીબોલ અને ફૂટબોલ મેદાન અંકન અને રમતના સાધનો વિષે સમજ કેળવે.	
CO-2	વોલીબોલ અને ફૂટબોલ રમતના મૂળભૂત કૌશલ્ય શીખે.	
CO-3	વોલીબોલ અને ફૂટબોલ રમતના નિયમો વિષેની જાણકારી પ્રાપ્ત કરે.	
CO-4	વોલીબોલ અને ફૂટબોલ રમતનું પંચકાર્ય કરતાં શીખે.	
Detailed Syllabus		
વોલીબોલ		
Unit-1. વોલીબોલ મેદાન અને સાધનોની રચના		
1.1. મેદાન અંકન, માપ અને ઉપકરણો		
Unit-2. વોલીબોલ રમતના મૂળભૂત કૌશલ્યો		
2.1. સર્વિસ - અન્ડર હેન્ડ સર્વિસ, સાઈડ આર્મ સર્વિસ, ટેનિસ સર્વિસ અને ફ્લોટિંગ સર્વિસ		
2.2. પાસીંગ – અન્ડર હેન્ડ પાસ, ઓવર હેડ પાસ		
2.3. સ્મેશિંગ – ટુ લેગ ટેઈક ઓફ સ્ટેટ આર્મ હેન્ડ સ્મેશ, રાઉન્ડ આર્મ સ્મેશ		
2.4. ડ્રાઈવ – એલિમેન્ટરી ડ્રાઈવ, ફ્લાઈંગ ડ્રાઈવ		
2.5. બ્લોકિંગ – વન મેન બ્લોક, ટુ મેન બ્લોક, થ્રી મેન બ્લોક		
Unit-3. વોલીબોલના નિયમો		
3.1. વોલીબોલ રમતના નિયમોની જાણકારી		
Unit-4. વોલીબોલમાં પંચકાર્ય (Officiating)		
4.1. વોલીબોલમાં પંચકાર્ય વિશે જાણકારી		
ફૂટબોલ		
Unit-1. ફૂટબોલ મેદાન અને સાધનોની રચના		
1.1. મેદાન અંકન, માપ અને ઉપકરણો		
Unit-2. ફૂટબોલ રમતના મૂળભૂત કૌશલ્યો		
2.1 ફૂટબોલ રમતના મૂળભૂત કૌશલ્યો - ડ્રિબલીંગ, પાસ (ટુ મેન, થ્રી મેન, થ્રીમેન વિવિંગ) કિક (હાફવોલી કિક, ફૂલ વોલી કિક, લોફ્ટેડ કિક, પંટ કિક, બનાના કિક, કોર્નર કિક, પેનલ્ટી કિક), થ્રો ઈન, હેડીંગ, ટ્રેપિંગ (થાઈ ટ્રેપ, ચેસ્ટ ટ્રેપ, એન્કલ ટ્રેપ) ગોલકીપીંગ		
Unit-3. ફૂટબોલના નિયમો		
3.1. ફૂટબોલ રમતના નિયમોની જાણકારી		
Unit-4. ફૂટબોલમાં પંચકાર્ય (Officiating)		
4.1. ફૂટબોલમાં પંચકાર્ય વિશે જાણકારી		

Mapping Matrix of POs, PSOs, and COs																	
COs	POs													PSOs			
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	Avg	1	2	3	Avg
CO-1	3	2	3	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1.6	3	2	2	2.3
CO-2	3	2	2	0	1	1	2	2	1	1	1	1	1.4	3	3	2	2.7
CO-3	2	2	2	0	2	2	1	2	1	1	1	1	1.4	2	3	2	2.3
CO-4	2	3	2	0	2	2	1	2	1	2	1	1	1.6	2	3	2	2.3
Avg	2.5	2.3	2.3	0.3	1.5	1.5	1.5	1.8	1	1.5	1	1	1.5	2.5	2.8	2	2.4

3 = Strong Contribution, 2 = Moderate Contribution, 1 = Slight Contribution, --- = No Significant Contribution

Teaching Pedagogy																	
- અધ્યાપનશાસ્ત્ર, શિક્ષણ પદ્ધતિઓ અને શૈક્ષણિક સાધનો - નિદર્શન પદ્ધતિ, દર્શનિક પદ્ધતિ, ખંડ-અખંડ પદ્ધતિ, વર્ણન પદ્ધતિ, ઐચ્છિક પદ્ધતિ, પ્રાયોગિક પદ્ધતિ, ચાર્ટ અને મોડ્યુલ, રમતનાં પ્રાયોગિક સાધનો.																	

Assessment Method					
Continuous Comprehensive Evaluation 40 Marks	COs	Marks	Exam Component		
			Practical Exam	Project	Oral Viva
	CO-1	10	5	5	--
	CO-2	10	5	--	5
	CO-3	10	5	--	5
	CO-4	10	5	5	--
Term-End Evaluation 60 Marks	COs	Marks	Exam Component		
			Practical Exam	Project	Oral Viva
	CO-1	15	10	5	--
	CO-2	15	10	--	5
	CO-3	15	10	--	5
	CO-4	15	10	5	--

CO Attainment Levels (OBE & NEP 2020 Aligned)

COs Attainment Levels	Level	Description	Attainment Criteria			
	Level 3	High	≥ 80% of students score above a set performance benchmark			
	Level 2	Moderate	60%–79% of students meet the performance benchmark			
	Level 1	Low	40%–59% of students meet the performance benchmark			
	Level 0	Not Attained	< 40% of students achieve the desired learning outcome			
Target Attainment (Benchmark)	COs		CO-1	CO-2	CO-3	CO-4
	Target Level (%)		60	65	65	60

References																	
Online Resources & Tools:																	
- વોલીબોલ – https://www.fivb.com/ - ફૂટબોલ – https://www.fifa.com/en																	

Program – B.P.E.S. (Bachelor of Physical Education and Sports)		
Semester - 5		
Course Code 255510332026	Name of Course – Internship (કેન્દ્રનિવાસ)	Compulsory
Credit: 02	Teaching Scheme: Theory (0) - Practical (60)	Teaching Hours: 60
Course Outcomes (COs)		
After completing this course, students will be able to		
CO-1	સમૂહ કાર્ય કરતાં શીખે અને આત્મવિશ્વાસમાં વધારો કરતાં શીખે.	
CO-2	વ્યાવસાયિક તૈયારીથી સભાન બને.	
CO-3	કેન્દ્ર નિવાસ દરમિયાન કૌશલ્ય લક્ષી પ્રશિક્ષણની માહિતી પ્રાપ્ત થાય.	
CO-4	શિક્ષણની લાક્ષણિકતાનો પરિચય કેળવે	
Detailed Syllabus		
Unit-1. સમૂહ કાર્ય અને વ્યક્તિત્વ વિકાસ 1.1. સમૂહમાં કાર્ય કરવાની પદ્ધતિ, ટીમ વર્ક અને નેતૃત્વ કૌશલ્ય 1.2. આત્મવિશ્વાસ વિકાસ માટેની પ્રવૃત્તિઓ 1.3. રમતગમત દ્વારા સહકાર અને સંવાદ કૌશલ્ય 1.4. શાળા/સંસ્થા સ્તરે સમૂહ પ્રવૃત્તિ આયોજન 1.5. સહભાગી અભ્યાસ અને જવાબદારીની સમજ		
Unit-2. વ્યાવસાયિક તૈયારી અને શૈક્ષણિક જવાબદારીઓ 2.1. શિક્ષક તરીકેની વ્યાવસાયિક આચાર સંહિતા 2.2. સમયપાલન, શિસ્ત અને જવાબદારી, શારીરિક શિક્ષકની ભૂમિકા અને ફરજો 2.3. પાઠ આયોજન (Lesson Planning) ની સમજ 2.4. શાળા વહીવટ અને રમતગમત આયોજન 2.5. સંવાદ અને વ્યવહાર કુશળતા વિકાસ		
Unit-3. નિર્દેશાત્મક અને પ્રાયોગિક અધ્યાપન પ્રશિક્ષણ 3.1. પ્રાયોગિક શિક્ષણની પદ્ધતિઓ, વર્ગખંડ અને મેદાન પરિસ્થિતિનું નિરીક્ષણ 3.2. રમતગમત અને કસરતોનું પ્રદર્શન કૌશલ્ય 3.3. શિક્ષણ સહાયક સાધનોનો ઉપયોગ 3.4. માઇક્રો ટીચિંગ અને પ્રેક્ટિસ ટીચિંગ 3.5. વિદ્યાર્થીઓના મૂલ્યાંકન અને પ્રતિસાદ પદ્ધતિ		
Unit-4. શિક્ષણની લાક્ષણિકતાઓ અને શૈક્ષણિક અનુભવ 4.1. શિક્ષણના મૂળભૂત સિદ્ધાંતો, અસરકારક શિક્ષકની લાક્ષણિકતાઓ 4.2. વિદ્યાર્થી કેન્દ્રિત શિક્ષણ પદ્ધતિ 4.3. શાળા પર્યાવરણ અને શૈક્ષણિક સંસ્કૃતિ 4.4. શારીરિક શિક્ષણમાં મૂલ્યો અને વ્યક્તિત્વ નિર્માણ 4.5. ઇન્ટર્નશિપ અનુભવ લેખન અને અહેવાલ તૈયારી		

Mapping Matrix of POs, PSOs, and COs

COs	POs													PSOs			
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	Avg	1	2	3	Avg
CO-1	2	2	1	0	3	3	1	3	2	1	0	2	1.9	2	3	2	2.3
CO-2	2	2	1	0	2	2	2	2	2	2	1	1	1.6	2	2	1	1.7
CO-3	3	3	3	0	2	3	2	2	2	2	1	1	2	3	3	2	2.7
CO-4	2	1	1	1	3	2	1	1	2	1	0	2	1.4	2	2	3	2.3
Avg	2.3	2	1.5	0.3	2.5	2.5	1.5	2	2	1.5	0.5	1.5	1.7	2.3	2.5	2	2.3

3 = Strong Contribution, 2 = Moderate Contribution, 1 = Slight Contribution, --- = No Significant Contribution

Teaching Pedagogy

- અધ્યાપનશાસ્ત્ર, શિક્ષણ પદ્ધતિઓ અને શૈક્ષણિક સાધનો
- નિદર્શન પદ્ધતિ, દાર્શનિક પદ્ધતિ, ખંડ-અખંડ પદ્ધતિ, વર્ણન પદ્ધતિ, ઐચ્છિક પદ્ધતિ, પ્રાયોગિક પદ્ધતિ, ચાર્ટ અને મોડ્યુલ, રમતનાં પ્રાયોગિક સાધનો.

Assessment Method

	COs	Marks	Exam Component		
			Practical Work	Internship Report Writing	Professional Conduct and Participation
Continuous Comprehensive Evaluation 40 Marks	CO-1	10	5	-	5
	CO-2	10	5	-	5
	CO-3	10	5	-	5
	CO-4	10	5	-	5
	COs	Marks	Exam Component		
			Power Point Presentation	Internship Report Writing	Viva-Voce Examination
Term-End Evaluation 60 Marks	CO-1	15	5	5	5
	CO-2	15	5	5	5
	CO-3	15	5	5	5
	CO-4	15	5	5	5

CO Attainment Levels (OBE & NEP 2020 Aligned)

COs Attainment Levels	Level	Description	Attainment Criteria			
	Level 3	High	≥ 80% of students score above a set performance benchmark			
	Level 2	Moderate	60%–79% of students meet the performance benchmark			
	Level 1	Low	40%–59% of students meet the performance benchmark			
	Level 0	Not Attained	< 40% of students achieve the desired learning outcome			
Target Attainment (Benchmark)	COs		CO-1	CO-2	CO-3	CO-4
	Target Level (%)		60	65	65	60

References

Books:

- થોમસ, જે. પી., લી, એ. એમ., અને થોમસ, કે. ટી. (2008). વર્ગખંડ શિક્ષકો માટે શારીરિક શિક્ષણ પદ્ધતિઓ (૩જી આવૃત્તિ). માનવ ગતિશાસ્ત્ર.
- કોચર, એસ. કે. (2011). શિક્ષણની પદ્ધતિઓ અને તકનીકો. સ્ટર્લિંગ પબ્લિશર્સ.
- શિક્ષક શિક્ષણ માટે રાષ્ટ્રીય પરિષદ. (2014). ફક્ત શિક્ષણ કાર્યક્રમો માટે ધોરણો અને માર્ગદર્શિકા. NCTE.
- યુનિવર્સિટી ગ્રાન્ટ કમિશન. (2020). લર્નિંગ આઉટકમ આધારિત અભ્યાસ ક્રમખંડ (LOCF). યુજીસી.
- શિક્ષણ કેન્દ્ર, ભારત સરકાર. (2020). શિક્ષણ નીતિ 2020. ભારત સરકાર.

Program – B.P.E.S. (Bachelor of Physical Education and Sports)		
Semester - 6		
Course Code 255510432027	Name of Course - Officiating and Coaching પંચકાર્ય અને રાહબરી (Major)	Compulsory
Credit: 04	Teaching Scheme: Theory (60) - Practical (0)	Teaching Hours: 60
Course Outcomes (COs)		
After completing this course, students will be able to		
CO-1	પંચકાર્યનો અર્થ, મહત્વ, સિદ્ધાંતો, ફરજો અને પંચની શૈક્ષણિક લાયકાત વિશે સમજ કેળવે.	
CO-2	રમતગમતમાં પંચોની ફરજો, પંચોના સંબંધો અને તેની જવાબદારીઓ વિશે સમજ કેળવે.	
CO-3	રાહબરનો અર્થ, સિદ્ધાંતો, લક્ષણો અને તેની યોગ્યતા વિશે જાણકારી મેળવે અને સારા ખેલાડીને પસંદગી કરવાની રીતથી વાકેફ થાય તથા રમત સુરક્ષા વિશે જાણે.	
CO-4	પ્રાયોગિક દ્વારા સ્પર્ધા આયોજન અને પંચકાર્ય વિશે જાણે.	
Detailed Syllabus		
Unit-1. પંચકાર્યના મૂળભૂત તત્વો.		
1.1. પંચકાર્યનો અર્થ અને વ્યાખ્યાઓ		
1.2. પંચકાર્યનું મહત્વ		
1.3. પંચકાર્યના સિદ્ધાંતો		
1.4. પંચકાર્યને અસર કરતાં પરિબળો		
1.5. પંચની શૈક્ષણિક લાયકાત અને યોગ્યતાઓ		
Unit-2. પંચની ફરજો, લક્ષણો અને જવાબદારીઓ.		
2.1. પંચના લક્ષણો		
2.2. પંચની ફરજો (રમત પેહલા, રમત દરમિયાન, રમત પછી)		
2.3. પંચોના સંબંધો (વ્યવસ્થાપક, રાહબર, કેપ્ટન, ખેલાડી, પ્રેક્ષકો અને પંચો સાથેના સંબંધો)		
2.4. ભારતમાં પંચકાર્યનું ધોરણ સુધારવા માટેનાં પગલાં		
2.5. રમતગમતનાં પંચો અને તેની જવાબદારીઓ		
Unit-3. રાહબરી, ખેલાડી પસંદગી અને રમત સુરક્ષા.		
3.1. રાહબરનો અર્થ, વ્યાખ્યા-રાહબરીના સિદ્ધાંતો-સારા રાહબરનાં લક્ષણો		
3.2. રાહબરને ધ્યાનમાં રાખવાની બાબતો-રાહબરની યોગ્યતા (શૈક્ષણિક, ચારિત્રિક અને વ્યાવસાયિક યોગ્યતા)		
3.3. સારા ખેલાડીનાં લક્ષણો, ખેલાડીની પસંદગી વખતે ધ્યાનમાં રાખવાની બાબતો		
3.4. રમત સુરક્ષા: અર્થ, મહત્વ, ઉપાયો અને સાધનો		
Unit-4. પ્રાયોગિક - સ્પર્ધા આયોજન અને પંચકાર્ય.		
4.1. પ્રાયોગિક કાર્ય - સ્પર્ધા આયોજન અને જવાબદારી		
4.2. સ્પર્ધા પૂર્વની તૈયારી		
4.3. સ્પર્ધા દરમિયાનની તૈયારી		
4.4. સ્પર્ધા પછીની તૈયારી		

Mapping Matrix of POs, PSOs, and COs

COs	POs													PSOs			
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	Avg	1	2	3	Avg
CO-1	3	2	2	0	1	1	1	2	1	2	1	1	1.4	3	2	2	2.3
CO-2	2	3	2	0	2	2	1	3	1	3	2	2	2	2	3	2	2.3
CO-3	2	2	1	0	2	2	1	3	2	2	1	1	1.7	2	3	2	2.3
CO-4	2	2	2	1	2	1	1	1	2	2	1	2	1.7	2	3	3	2.7
Avg	2.3	2.3	1.8	0.3	1.8	1.5	1	2.3	1.5	2.3	1.3	1.5	1.7	2.3	2.8	2.3	2.4

3 = Strong Contribution, 2 = Moderate Contribution, 1 = Slight Contribution, --- = No Significant Contribution

Teaching Pedagogy

- અધ્યાપનશાસ્ત્ર, શિક્ષણ પદ્ધતિઓ અને શૈક્ષણિક સાધનો
- નિદર્શન પદ્ધતિ, દાર્શનિક પદ્ધતિ, ખંડ-અખંડ પદ્ધતિ, વર્ણન પદ્ધતિ, ઐચ્છિક પદ્ધતિ, પ્રાયોગિક પદ્ધતિ, ચાર્ટ અને મોડ્યુલ, રમતનાં પ્રાયોગિક સાધનો.

Assessment Method

	COs	Marks	Exam Component		
			Theoretical Exam	Assignment	Presentation
Continuous Comprehensive Evaluation 40 Marks	CO-1	10	5	5	--
	CO-2	10	5	--	5
	CO-3	10	5	5	--
	CO-4	10	5	--	5
Term-End Evaluation 60 Marks	CO-1	15	15	-	-
	CO-2	15	15	-	-
	CO-3	15	15	-	-
	CO-4	15	15	-	-

CO Attainment Levels (OBE & NEP 2020 Aligned)

COs Attainment Levels	Level	Description	Attainment Criteria			
	Level 3	High	≥ 80% of students score above a set performance benchmark			
	Level 2	Moderate	60%–79% of students meet the performance benchmark			
	Level 1	Low	40%–59% of students meet the performance benchmark			
	Level 0	Not Attained	< 40% of students achieve the desired learning outcome			
Target Attainment (Benchmark)	COs		CO-1	CO-2	CO-3	CO-4
	Target Level (%)		60	65	65	60

References

Books:

- પંચકાર્ય અને રાહબરી ભાગ-2, પ્રિ. કરણસિંહ ગોહિલ, ડૉ. પી.ડી. શર્મા, ડૉ. જી. કે. સાવલિયા, શ્રી આઇ. યુ. સીડા, મોહનભાઈ ટી. ટંડેલ, ગુજરાત રાજ્ય શાળા પાઠ્ય પુસ્તક મંડળ ગાંધીનગર.

Program – B.P.E.S. (Bachelor of Physical Education and Sports)																	
Semester - 6																	
Course Code 255510432028				Name of Course - Sports Management રમત સંચાલન (Major)										Compulsory			
Credit: 04				Teaching Scheme: Theory (60) - Practical (0)										Teaching Hours: 60			
Course Outcomes (COs)																	
After completing this course, students will be able to																	
CO-1		પંચકાર્યનો અર્થ, મહત્વ, સિદ્ધાંતો, ફરજો અને પંચની શૈક્ષણિક લાયકાત વિશે સમજ કેળવે.															
CO-2		રમતગમતમાં પંચોની ફરજો, પંચોના સબંધો અને તેની જવાબદારીઓ વિશે સમજ કેળવે.															
CO-3		રાહબરનો અર્થ, સિદ્ધાંતો, લક્ષણો અને તેની યોગ્યતા વિશે જાણકારી મેળવે.															
CO-4		સારા ખેલાડીને પસંદગી કરવાની રીતથી વાકેફ થાય તથા રમત સુરક્ષા વિશે જાણે.															
Detailed Syllabus																	
Unit-1. રમત સંચાલન અને રમત આયોજનના મૂળભૂત તત્વો. 1.1. રમત સંચાલન અર્થ, વ્યાખ્યા, મહત્વ, કાર્યો 1.2. રમત આયોજનનો અર્થ, વ્યાખ્યાઓ અને મહત્વ																	
Unit-2. સ્પર્ધા સંચાલન અને સાધન-સુવિધા વ્યવસ્થાપન. 2.1. સ્પર્ધાસંચાલન - આંતરગૃહ સ્પર્ધા સંચાલન, બાહ્યગૃહ સ્પર્ધાનું સંચાલન, આયોજન, પંચકાર્ય અને મેદાન માર્કીંગ, સમિતિઓ. 2.2. રમત ગમતમાં સાધન સુવિધા, પ્રકાર, જાળવણી, ખરીદી અને બજેટ																	
Unit-3. રમતગમતમાં પ્રચાર, નિરીક્ષણ અને સુવિધા સંચાલન. 3.1. શારીરિક શિક્ષણ અને રમત-ગમતમાં પ્રચાર માધ્યમો 3.2. વ્યાયામ ભવન, સ્નાનાગારની રચના અને સંભાળ 3.3. નિરીક્ષણનો અર્થ, વ્યાખ્યાઓ, હેતુઓ અને પદ્ધતિઓ																	
Unit-4. મેદાન અંકન અને સાધનોનું પ્રાયોગિક કાર્ય. 4.1. મેદાન અંકન, માપ અને સાધનો (બાસ્કેટબોલ, વોલીબોલ, કબડ્ડી, ખો ખો અને હેન્ડબોલ)																	
Mapping Matrix of POs, PSOs, and COs																	
COs	POs													PSOs			
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	Avg	1	2	3	Avg
CO-1	3	2	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1.4	3	2	2	2.3
CO-2	2	2	1	1	2	2	1	3	1	3	1	2	1.8	2	3	3	2.7
CO-3	2	1	1	1	1	1	1	2	1	3	3	1	1.6	2	2	2	2
CO-4	2	1	0	1	1	3	3	2	1	2	2	2	1.8	2	3	3	2.7
Avg	2.3	1.5	0.8	1	1.3	1.8	1.8	2	1	2.5	1.8	1.5	1.6	2.3	2.5	2.5	2.4
3 = Strong Contribution, 2 = Moderate Contribution, 1 = Slight Contribution, --- = No Significant Contribution																	
Teaching Pedagogy																	
- અધ્યાપનશાસ્ત્ર, શિક્ષણ પદ્ધતિઓ અને શૈક્ષણિક સાધનો - નિદર્શન પદ્ધતિ, દાર્શનિક પદ્ધતિ, ખંડ-અખંડ પદ્ધતિ, વર્ણન પદ્ધતિ, ઔચ્છિક પદ્ધતિ, પ્રાયોગિક પદ્ધતિ, ચાર્ટ અને મોડ્યુલ, રમતનાં પ્રાયોગિક સાધનો.																	

Assessment Method						
Continuous Comprehensive Evaluation 40 Marks	COs	Marks	Exam Component			
			Theoretical Exam	Assignment	Presentation	
	CO-1	10	5	5	--	
	CO-2	10	5	--	5	
	CO-3	10	5	5	--	
	CO-4	10	5	--	5	
Term-End Evaluation 60 Marks	COs	Marks	Exam Component			
			Theoretical Exam	Assignment	Presentation	
	CO-1	15	15	-	-	
	CO-2	15	15	-	-	
	CO-3	15	15	-	-	
	CO-4	15	15	-	-	
CO Attainment Levels (OBE & NEP 2020 Aligned)						
COs Attainment Levels	Level	Description	Attainment Criteria			
	Level 3	High	≥ 80% of students score above a set performance benchmark			
	Level 2	Moderate	60%–79% of students meet the performance benchmark			
	Level 1	Low	40%–59% of students meet the performance benchmark			
	Level 0	Not Attained	< 40% of students achieve the desired learning outcome			
Target Attainment (Benchmark)	COs		CO-1	CO-2	CO-3	CO-4
	Target Level (%)		60	65	65	60
References						
Books:						
- સમીરન ચક્રવર્તી, સ્પોર્ટ્સ મેનેજમેન્ટ, દિલ્હી: ઇન્દિરા ગાંધી ઇન્સ્ટિટ્યુટ ઓફ ફિઝિકલ એજ્યુકેશન એન્ડ સ્પોર્ટ્સ સાયન્સ. - બોની એલ. પાર્ક હાઉસ, ધ મેનેજમેન્ટ ઓફ સ્પોર્ટ્સ, મોસ્બી કંપની, 1991. - સુધીરકુમાર શર્મા અને કે. જે. ગોહિલ, મેનેજરમેન્ટ ઇન ફિઝિકલ એજ્યુકેશન, એજ્યુકેશન એન્ડ ચેરીટેબલ ટ્રસ્ટ, દિલ્હી, 2013. - સીમા એફ. નિરમીઝી અને અન્ય, રમત સંચાલન, અમદાવાદ: પાર્શ્વ પબ્લિકેશન, 2011. - કરણસિંહ આર. ગોહિલ અને અન્ય, શારીરિક શિક્ષણમાં વ્યવસ્થા અને સંચાલન, હેમચંદ્રાચાર્ય ઉત્તર ગુજરાત યુનિવર્સિટી, પાટણ, 2006.						

Program – B.P.E.S. (Bachelor of Physical Education and Sports)																	
Semester - 6																	
Course Code 255510432029		Name of Course - Method and Planning in Physical Education શારીરિક શિક્ષણમાં પદ્ધતિ અને આયોજન (Major)												Compulsory			
Credit: 04		Teaching Scheme: Theory (60) - Practical (0)												Teaching Hours: 60			
Course Outcomes (COs)																	
After completing this course, students will be able to																	
CO-1	શારીરિક શિક્ષણમાં અધ્યાપનની પદ્ધતિઓ અને શૈક્ષણિક તકનીકોનો ખ્યાલ અને સમજણ, પાઠના પ્રકારો, પાઠ આયોજન અને પાઠ નિરીક્ષણની સમજ પ્રાપ્ત થાય.																
CO-2	શિક્ષણમાં ઉપયોગી થતા શૈક્ષણિક સાધનો વિશે જાણકારી પ્રાપ્ત કરે અને તેનું ઉપયોજન કરતાં શીખે.																
CO-3	રમત-ગમતમાં સ્પર્ધા પદ્ધતિઓના પ્રકાર અને લાભા-લાભ વિશે જાણે.																
CO-4	પ્રમાણભૂત ટ્રેક, ફૂલ અને ફેકના મેદાનોનું અંકન વિશે માહિતી પ્રાપ્ત કરે.																
Detailed Syllabus																	
Unit-1. શારીરિક શિક્ષણની અધ્યાપન પદ્ધતિઓ અને પાઠ આયોજન.																	
1.1. શારીરિક શિક્ષણની અધ્યાપન પદ્ધતિઓ, અર્થ, વ્યાખ્યાઓ અને પરિચય (હુકમ પદ્ધતિ, દાર્શનિક પદ્ધતિ, વર્ણન પદ્ધતિ, દર્પણ પદ્ધતિ, રૂકાવટ સે વર્ણન પદ્ધતિ, વર્ણન સે રૂકાવટ પદ્ધતિ, તાલ સે પદ્ધતિ, અભિનય પદ્ધતિ, ખંડ પદ્ધતિ, અખંડ પદ્ધતિ)																	
1.2. પાઠ આયોજન, પ્રકારો, વિભાગો અને તેની સમજૂતી																	
Unit-2. અધ્યાપન સાધનો અને દ્રશ્ય-શ્રાવ્ય માધ્યમો.																	
2.1. અધ્યાપન સાધનો, દ્રશ્ય સાધનો, શ્રાવ્ય સાધનો દ્રશ્ય – શ્રાવ્ય સાધનો																	
2.2. શારીરિક શિક્ષણ અને રમત ગમતમાં દ્રશ્ય – શ્રાવ્ય સાધનોની ઉપયોગિતા																	
Unit-3. સ્પર્ધા પદ્ધતિઓ અને આયોજન.																	
3.1. સ્પર્ધા પદ્ધતિઓ અને તેના પ્રકારો																	
3.2. બાતલ પદ્ધતિનો પરિચય અને બાતલ સ્પર્ધા પદ્ધતિ																	
3.3. ચક્ક પદ્ધતિનો પરિચય અને ચક્ક સ્પર્ધા પદ્ધતિ																	
3.4. બાતલ પદ્ધતિના લાભાલાભ અને ચક્ક પદ્ધતિના લાભાલાભ																	
3.5. મિશ્ર સ્પર્ધા પદ્ધતિઓ - બાતલ – બાતલ પદ્ધતિ, બાતલ - ચક્ક પદ્ધતિ, ચક્ક – ચક્ક પદ્ધતિ, ચક્ક – બાતલ પદ્ધતિ																	
Unit-4. ટ્રેક અને ખેલફૂલ મેદાનોનું પ્રાયોગિક આયોજન.																	
4.1. પ્રાયોગિક કાર્ય - પ્રમાણભૂત ટ્રેક, ખેલફૂલ, ગોળ અને લંબચોરસ મેદાનોની રચના અને અંકન																	
Mapping Matrix of POs, PSOs, and COs																	
COs	POs													PSOs			
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	Avg	1	2	3	Avg
CO-1	3	2	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1.4	3	2	2	2.3
CO-2	2	2	1	1	2	2	1	3	1	3	1	2	1.8	2	3	3	2.7
CO-3	2	1	1	1	1	1	1	2	1	3	3	1	1.6	2	2	2	2
CO-4	2	1	0	1	1	3	3	2	1	2	2	2	1.8	2	3	3	2.7
Avg	2.3	1.5	0.8	1	1.3	1.8	1.8	2	1	2.5	1.8	1.5	1.6	2.3	2.5	2.5	2.4

3 = Strong Contribution, 2 = Moderate Contribution, 1 = Slight Contribution, --- = No Significant Contribution

Teaching Pedagogy						
- અધ્યાપનશાસ્ત્ર, શિક્ષણ પદ્ધતિઓ અને શૈક્ષણિક સાધનો - નિદર્શન પદ્ધતિ, દાર્શનિક પદ્ધતિ, ખંડ-અખંડ પદ્ધતિ, વર્ણન પદ્ધતિ, ઐચ્છિક પદ્ધતિ, પ્રાયોગિક પદ્ધતિ, ચાર્ટ અને મોડ્યુલ, રમતનાં પ્રાયોગિક સાધનો.						
Assessment Method						
Continuous Comprehensive Evaluation 40 Marks	COs	Marks	Exam Component			
			Theoretical Exam	Assignment	Presentation	
	CO-1	10	5	5	--	
	CO-2	10	5	--	5	
	CO-3	10	5	5	--	
	CO-4	10	5	--	5	
Term-End Evaluation 60 Marks	COs	Marks	Exam Component			
			Theoretical Exam	Assignment	Presentation	
	CO-1	15	15	-	-	
	CO-2	15	15	-	-	
	CO-3	15	15	-	-	
	CO-4	15	15	-	-	
CO Attainment Levels (OBE & NEP 2020 Aligned)						
COs Attainment Levels	Level	Description	Attainment Criteria			
	Level 3	High	≥ 80% of students score above a set performance benchmark			
	Level 2	Moderate	60%–79% of students meet the performance benchmark			
	Level 1	Low	40%–59% of students meet the performance benchmark			
	Level 0	Not Attained	< 40% of students achieve the desired learning outcome			
Target Attainment (Benchmark)	COs		CO-1	CO-2	CO-3	CO-4
	Target Level (%)		60	65	65	60
References						
Books:						
મુકુંદભાઈ ઓ. શાહ, શારીરિક શિક્ષણમાં પદ્ધતિ અને આયોજન પ્રથમ આવૃત્તિ, ગાંધીનગર, ગુજરાત રાજ્ય શાળા પાઠ્યપુસ્તક મંડળ 2002 પાન નં, 1-8, 9-38, 48-66, 113 અને 78-130.						

Program – B.P.E.S. (Bachelor of Physical Education and Sports)		
Semester - 6		
Course Code 255510132030	Name of Course - Ground Practical Coaching lesson મેદાની પ્રાયોગિક કોચિંગ લેશન (Major)	Compulsory
Credit: 04	Teaching Scheme: Theory (0) - Practical (120)	Teaching Hours: 120
Course Outcomes (COs)		
After completing this course, students will be able to		
CO-1	કોચિંગના મૂળભૂત સિદ્ધાંતો, ઉદ્દેશ્યો, આયોજન, વોર્મ-અપ, ફૂલ-ડાઉન તથા સલામતીના નિયમોની સમજ મેળવી તેનો પ્રયોગ કરી શકે.	
CO-2	વિશિષ્ટ રમતના આંતરિક અને બાહ્ય કોચિંગ લેશન દ્વારા કૌશલ્ય વિકાસ, તકનીકી તાલીમ, રમત આયોજન અને પ્રદર્શન મૂલ્યાંકન કરી શકે.	
CO-3	અન્ય રમત અને એથલેટીક્સના કોચિંગ લેશન દ્વારા મૂળભૂત કૌશલ્યો, રમતના નિયમો તથા ટ્રેક અને ફિલ્ડ ઇવેન્ટ્સનું પ્રાયોગિક માર્ગદર્શન આપી શકે.	
CO-4	કોચિંગ અસરકારકતાનું મૂલ્યાંકન, ફીડબેક અને સુધારણા પદ્ધતિઓનો ઉપયોગ કરી વ્યાવસાયિક આચારસંહિતા, નેતૃત્વ અને સુરક્ષિત રમત ભાગીદારી વિકસાવી શકે.	
Detailed Syllabus		
Unit-1. કોચિંગના મૂળભૂત સિદ્ધાંતો અને આયોજન		
1.1. કોચિંગનો અર્થ, ઉદ્દેશ્યો, સિદ્ધાંતો અને કોચની જવાબદારીઓ		
1.2. કોચિંગ સત્રનું આયોજન, વોર્મ-અપ, ફૂલ-ડાઉન અને સલામતીના નિયમો		
Unit-2. વિશિષ્ટ રમતના પ્રાયોગિક કોચિંગ લેશન		
2.1. વિશિષ્ટ રમતના આંતરિક કોચિંગ લેશન – કૌશલ્ય વિકાસ અને તકનીકી તાલીમ		
2.2. વિશિષ્ટ રમતના બાહ્ય કોચિંગ લેશન – રમત આયોજન, માર્ગદર્શન અને પ્રદર્શન મૂલ્યાંકન		
Unit-3. અન્ય રમત અને એથલેટીક્સ કોચિંગ		
3.1. અન્ય રમતનો આંતરિક કોચિંગ લેશન – મૂળભૂત કૌશલ્યો અને રમત નિયમો		
3.2. એથલેટીક્સના આંતરિક અને બાહ્ય કોચિંગ લેશન – ટ્રેક અને ફિલ્ડ ઇવેન્ટ્સનું પ્રાયોગિક માર્ગદર્શન		
Unit-4. કોચિંગ મૂલ્યાંકન અને વ્યાવસાયિક વિકાસ		
4.1. કોચિંગ અસરકારકતાનું મૂલ્યાંકન, ફીડબેક અને સુધારણા પદ્ધતિઓ		
4.2. વ્યાવસાયિક આચારસંહિતા, નેતૃત્વ ગુણો અને રમતગમતમાં સુરક્ષિત ભાગીદારી		

Assessment Method					
Continuous Comprehensive Evaluation 40 Marks	COs	Marks	Exam Component		
			Practical Exam	Lesson Writing Report	Oral Viva
	CO-1	10	5	5	--
	CO-2	10	5	5	--
	CO-3	10	5	5	--
	CO-4	10	5	5	--
Term-End Evaluation 60 Marks	COs	Marks	Exam Component		
			Practical Exam	Lesson Writing Report	Oral Viva
	CO-1	15	10	5	--
	CO-2	15	10	5	--
	CO-3	15	10	5	--
	CO-4	15	10	5	--
CO Attainment Levels (OBE & NEP 2020 Aligned)					
COs Attainment Levels	Level	Description	Attainment Criteria		
	Level 3	High	≥ 80% of students score above a set performance benchmark		
	Level 2	Moderate	60%–79% of students meet the performance benchmark		
	Level 1	Low	40%–59% of students meet the performance benchmark		
	Level 0	Not Attained	< 40% of students achieve the desired learning outcome		
Target Attainment (Benchmark)	COs		CO-1	CO-2	CO-3
	Target Level (%)		60	65	65
References					
Books:					
• મુકુંદભાઈ ઓ. શાહ, શારીરિક શિક્ષણમાં પદ્ધતિ અને આયોજન પ્રથમ આવૃત્તિ, ગાંધીનગર, ગુજરાત રાજ્ય શાળા પાઠ્યપુસ્તક મંડળ 2002 પાન નં, 1-8, 9-38, 48-66, 113 અને 78-130.					

Program – B.P.E.S. (Bachelor of Physical Education and Sports)		
Semester - 6		
Course Code 255510232031	Name of Course (Specialization Game and Record Book - Any One) વિશિષ્ટ રમત અને રેકોર્ડ બુક – કોઈપણ એક (Basketball, Volleyball, Handball, Kabaddi, Kho-Kho) (બાસ્કેટબોલ, વોલીબોલ, હેન્ડબોલ, કબડ્ડી, ખો-ખો) (Major)	Compulsory
Credit: 02	Teaching Scheme: Theory (0) - Practical (60)	Teaching Hours: 60
Course Outcomes (COs)		
After completing this course, students will be able to		
CO-1	બાસ્કેટબોલ, વોલીબોલ, હેન્ડબોલ, કબડ્ડી, ખો-ખો મેદાન અંકન અને રમતના સાધનો વિષે સમજ કેળવે.	
CO-2	બાસ્કેટબોલ, વોલીબોલ, હેન્ડબોલ, કબડ્ડી, ખો-ખો રમતના મૂળભૂત કૌશલ્ય શીખે.	
CO-3	બાસ્કેટબોલ, વોલીબોલ, હેન્ડબોલ, કબડ્ડી, ખો-ખો રમતના નિયમો વિષેની જાણકારી પ્રાપ્ત કરે.	
CO-4	બાસ્કેટબોલ, વોલીબોલ, હેન્ડબોલ, કબડ્ડી, ખો-ખો રમતનું પંચકાર્ય કરતાં શીખે અને રેકોર્ડ બુક વિષે સમજ કેળવે.	
Detailed Syllabus		
રમત 1 - બાસ્કેટબોલ		
Unit-1. બાસ્કેટબોલ મેદાન અને સાધનોની રચના		
1.1. મેદાન અંકન, માપ અને ઉપકરણો		
Unit-2. બાસ્કેટબોલ રમતના મૂળભૂત કૌશલ્યો		
2.1. બાસ્કેટબોલ રમતના મૂળભૂત કૌશલ્યો પાસિંગ : ટૂ હેન્ડ ચેસ્ટ પાસ, ટૂ હેન્ડ બાઉન્સ પાસ, ઓવર હેડ પાસ, હૂક પાસ, વન હેન્ડ બેઝબોલ પાસ, સાઈડ આર્મ પાસ, ટ્રુ હેન્ડ રિસીવિંગ, વન હેન્ડ રિસીવિંગ, ડ્રિબલીંગ: મધ્યમ ઊંચું, નીચું. શૂટિંગ: લેઅપ શોટ, જમ્પ શોટ, સેટ શોટ, ફ્રી થ્રો, અટકવું રિબાઉન્ડિંગ, પિવોટિંગ.		
Unit-3. બાસ્કેટબોલના નિયમો		
3.1. બાસ્કેટબોલ રમતના નિયમોની જાણકારી		
Unit-4. બાસ્કેટબોલમાં પંચકાર્ય (Officiating) અને રેકોર્ડબુક		
4.1. બાસ્કેટબોલ રમતમાં પંચકાર્ય વિશે જાણકારી અને રેકોર્ડ બુકની રચના		
રમત 2 - વોલીબોલ		
Unit-1. વોલીબોલ મેદાન અને સાધનોની રચના		
1.1. મેદાન અંકન, માપ અને ઉપકરણો		
Unit-2. વોલીબોલ રમતના મૂળભૂત કૌશલ્યો		
2.1. સર્વિસ - અન્ડર હેન્ડ સર્વિસ, સાઈડ આર્મ સર્વિસ, ટેનિસ સર્વિસ અને ફ્લોટિંગ સર્વિસ		
2.2. પાસીંગ – અન્ડર હેન્ડ પાસ, ઓવર હેડ પાસ		
2.3. સ્પેશિંગ – ટુ લેગ ટેઈક ઓફ સ્ટેટ આર્મ હેન્ડ સ્પેશ, રાઉન્ડ આર્મ સ્પેશ		
2.4. ડ્રાઈવ – એલિમેન્ટરી ડ્રાઈવ, ફ્લાઈંગ ડ્રાઈવ		
2.5. બ્લોકિંગ – વન મેન બ્લોક, ટુ મેન બ્લોક, થ્રી મેન બ્લોક		
Unit-3. વોલીબોલના નિયમો		
3.1. વોલીબોલ રમતના નિયમોની જાણકારી		
Unit-4. વોલીબોલમાં પંચકાર્ય (Officiating) અને રેકોર્ડબુક		
4.1. વોલીબોલ રમતમાં પંચકાર્ય વિશે જાણકારી અને રેકોર્ડ બુકની રચના		

રમત ૩ - હેન્ડબોલ	
Unit-1. હેન્ડબોલ મેદાન અને સાધનોની રચના	
1.1. મેદાન અંકન, માપ અને ઉપકરણો	
Unit-2. હેન્ડબોલ રમતના મૂળભૂત કૌશલ્યો	
2.1. ડ્રિબલીંગ : મધ્યમ, ઊંચું, નીચું	
2.2. પાસિંગ : ચેસ્ટ પાસ, ઓવર હેડ પાસ, રિસ્ટ પાસ, બાઉન્સ પાસ, પુશ પાસ	
2.3. શુટિંગ : જમ્પ શૂટ લોંગ, જમ્પ શૂટ હાઈ, ફાલ શૂટ, જમ્પ ફાલ શૂટ, લોંગ શૂટ, સ્ટ્રેટ શોટ, શર્ટ વીથ બ્લોકિંગ સ્ટેપ, સ્ટ્રેટ શોટ વીધાઉટ બ્લોકિંગ સ્ટેપ, ગોલકિપીંગ	
Unit-3. હેન્ડબોલના નિયમો	
3.1. હેન્ડબોલ રમતના નિયમોની જાણકારી	
Unit-4. હેન્ડબોલમાં પંચકાર્ય (Officiating) અને રેકૉર્ડબુક	
4.1. હેન્ડબોલ રમતમાં પંચકાર્ય વિશે જાણકારી અને રેકૉર્ડ બુકની રચના	
રમત ૪ - કબડ્ડી	
Unit-1. કબડ્ડી મેદાન અને સાધનોની રચના	
1.1. મેદાન અંકન, માપ અને ઉપકરણો	
Unit-2. કબડ્ડી રમતના મૂળભૂત કૌશલ્યો	
2.1. આક્રમણ પક્ષના કૌશલ્યો - શ્વાસ નિયંત્રણ, ફૂટવર્ક, લંઘન રેખા ઓળંગવી, બોનસ પ્રાપ્ત કરવું, છાપો મારવો, હેન્ડ ટચ, ટો ટચ, ડુબકી, સ્કોપિયન કિક, સાઈડ કિક, ઘેરો તોડવો, પગ છોડાવવો, હાથ છોડાવવો, છાપો મારવો, ડાઈવ મારી ઘેરો તોડી મધ્ય રેખા ટચ કરવી.	
2.2. બચાવ પક્ષના કૌશલ્યો - ફૂટવર્ક, એન્કલ હોલ્ડ, થાઈ હોલ્ડ, ની હોલ્ડ, બ્લોક, ઘેરો બનાવવો, હાથ પકડવો	
Unit-3. કબડ્ડીના નિયમો	
3.1. કબડ્ડી રમતના નિયમોની જાણકારી	
Unit-4. કબડ્ડીમાં પંચકાર્ય (Officiating) અને રેકૉર્ડબુક	
4.1. કબડ્ડી રમતમાં પંચકાર્ય વિશે જાણકારી અને રેકૉર્ડ બુકની રચના	
રમત ૫ - ખો-ખો	
Unit-1. ખો-ખો મેદાન અને સાધનોની રચના	
1.1. મેદાન અંકન, માપ અને ઉપકરણો	
Unit-2. ખો-ખો રમતના મૂળભૂત કૌશલ્યો	
2.1. રમનારના કૌશલ્યો - સિંગલ ચેઈન, ડબલ ચેઈન, ગોળ રમત, પલટી મારવી, ડોઝીંગ કરવું	
2.2. મારનારના કૌશલ્યો - પગે સ્પર્શ કરવો, ફૂક મારવી, ડાઈવ મારવી, 45° ના ખૂણે માર કરવો, સાચી ખો	
Unit-3. ખો-ખોના નિયમો	
3.1. ખો-ખો રમતના નિયમોની જાણકારી	
Unit-4. ખો-ખોમાં પંચકાર્ય (Officiating) અને રેકૉર્ડબુક	
4.1. ખો-ખો રમતમાં પંચકાર્ય વિશે જાણકારી અને રેકૉર્ડ બુકની રચના	

Mapping Matrix of POs, PSOs, and COs																	
COs	POs													PSOs			
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	Avg	1	2	3	Avg
CO-1	3	2	3	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1.6	3	2	2	2.3
CO-2	3	2	2	0	1	1	2	2	1	1	1	1	1.4	3	3	2	2.7
CO-3	2	2	2	0	2	2	1	2	1	1	1	1	1.4	2	3	2	2.3
CO-4	2	3	2	0	2	2	1	2	1	2	1	1	1.6	2	3	2	2.3
Avg	2.5	2.3	2.3	0.3	1.5	1.5	1.5	1.8	1	1.5	1	1	1.5	2.5	2.8	2	2.4

3 = Strong Contribution, 2 = Moderate Contribution, 1 = Slight Contribution, --- = No Significant Contribution

Teaching Pedagogy

- અધ્યાપનશાસ્ત્ર, શિક્ષણ પદ્ધતિઓ અને શૈક્ષણિક સાધનો
- નિદર્શન પદ્ધતિ, દાર્શનિક પદ્ધતિ, ખંડ-અખંડ પદ્ધતિ, વર્ણન પદ્ધતિ, ઐચ્છિક પદ્ધતિ, પ્રાયોગિક પદ્ધતિ, ચાર્ટ અને મોડ્યુલ, રમતનાં પ્રાયોગિક સાધનો.

Assessment Method

Continuous Comprehensive Evaluation 40 Marks	COs	Marks	Exam Component		
			Practical Exam	Project	Oral Viva
	CO-1	10	5	5	--
	CO-2	10	5	--	5
	CO-3	10	5	--	5
	CO-4	10	5	5	--
Term-End Evaluation 60 Marks	COs	Marks	Exam Component		
			Practical Exam	Project	Oral Viva
	CO-1	15	10	5	--
	CO-2	15	10	--	5
	CO-3	15	10	--	5
	CO-4	15	10	5	--

CO Attainment Levels (OBE & NEP 2020 Aligned)

COs Attainment Levels	Level	Description	Attainment Criteria			
	Level 3	High	≥ 80% of students score above a set performance benchmark			
	Level 2	Moderate	60%–79% of students meet the performance benchmark			
	Level 1	Low	40%–59% of students meet the performance benchmark			
	Level 0	Not Attained	< 40% of students achieve the desired learning outcome			
Target Attainment (Benchmark)	COs		CO-1	CO-2	CO-3	CO-4
	Target Level (%)		60	65	65	60

References

Online Resources & Tools:

- બાસ્કેટબોલ - <https://www.fiba.basketball/en>
- વોલીબોલ - <https://www.fivb.com/>
- હેન્ડબોલ - <https://www.ihf.info/>
- કબડ્ડી - <https://www.kabaddiikf.com/>
- ખો-ખો - <https://www.khokho.net/>

Program – B.P.E.S. (Bachelor of Physical Education and Sports)		
Semester - 6		
Course Code 255510232032	Name of Course - Wrestling / Tennis (Any One) કુસ્તી / ટેનિસ (કોઈપણ એક) (Minor)	Choice Based
Credit: 02	Teaching Scheme: Theory (0) - Practical (60)	Teaching Hours: 60
Course Outcomes (COs)		
After completing this course, students will be able to		
CO-1	કુસ્તી અને ટેનિસ મેદાન અંકન અને રમતના સાધનો વિષે સમજ કેળવે.	
CO-2	કુસ્તી અને ટેનિસ રમતના મૂળભૂત કૌશલ્ય શીખે.	
CO-3	કુસ્તી અને ટેનિસ રમતના નિયમો વિષેની જાણકારી પ્રાપ્ત કરે.	
CO-4	કુસ્તી અને ટેનિસ રમતનું પંચકાર્ય કરતાં શીખે.	
Detailed Syllabus		
કુસ્તી		
Unit-1. કુસ્તી મેદાન અને સાધનોની રચના 1.1. મેદાન અંકન, માપ અને ઉપકરણો		
Unit-2. કુસ્તી રમતના મૂળભૂત કૌશલ્યો 1.2. કુસ્તી રમતના મૂળભૂત કૌશલ્યો - કલાજંગ, ધોબી પછાડ, સવારી, બેઠી ટાંગ, ખડી ટાંગ, ખડા દશરંગ, બેઠા દશરંગ.		
Unit-3. કુસ્તીના નિયમો 3.1. કુસ્તી રમતના નિયમોની જાણકારી		
Unit-4. કુસ્તીમાં પંચકાર્ય (Officiating) 4.1. કુસ્તીમાં પંચકાર્ય વિશે જાણકારી		
ટેનિસ		
Unit-1. ટેનિસ મેદાન અને સાધનોની રચના 1.1. મેદાન અંકન, માપ અને ઉપકરણો		
Unit-2. ટેનિસ રમતના મૂળભૂત કૌશલ્યો 2.1. ટેનિસ રમતના મૂળભૂત કૌશલ્યો – ગ્રીપ (શેક હેન્ડ ગ્રીપ), સ્ટાન્સ, વોલીંગ (હાફ અને ફૂલ), સર્વિસ (સાઈડ આર્મ અને સ્ટેટ આર્મ) રીસીવિંગ (વન હેન્ડ અને ટુ હેન્ડ ફોર હેન્ડ સાઈડ અને બેક હેન્ડ સાઈડ) સ્ટ્રોક (વન હેન્ડ અને ટુ હેન્ડ ફોર હેન્ડ સાઈડ અને બેક હેન્ડ સાઈડ), સ્પીન (બેક સ્પીન, ટોપ સ્પીન વન હેન્ડ અને ટુ હેન્ડ ફોર હેન્ડ સાઈડ અને બેક હેન્ડ સાઈડ), ડ્રોપ શોટ (ફોર હેન્ડ સાઈડ અને બેક હેન્ડ સાઈડ), લોબ શોટ (ફોર હેન્ડ સાઈડ અને બેક હેન્ડ સાઈડ), ડ્રોપ શોટ (ફોર હેન્ડ સાઈડ અને બેક હેન્ડ સાઈડ), રેલી (ફોર હેન્ડ સાઈડ અને બેક હેન્ડ સાઈડ)		
Unit-3. ટેનિસના નિયમો 3.1. ટેનિસ રમતના નિયમોની જાણકારી		
Unit-4. ટેનિસમાં પંચકાર્ય (Officiating) 4.1. ટેનિસમાં પંચકાર્ય વિશે જાણકારી		

Mapping Matrix of POs, PSOs, and COs																	
COs	POs													PSOs			
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	Avg	1	2	3	Avg
CO-1	3	2	3	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1.6	3	2	2	2.3
CO-2	3	2	2	0	1	1	2	2	1	1	1	1	1.4	3	3	2	2.7
CO-3	2	2	2	0	2	2	1	2	1	1	1	1	1.4	2	3	2	2.3
CO-4	2	3	2	0	2	2	1	2	1	2	1	1	1.6	2	3	2	2.3
Avg	2.5	2.3	2.3	0.3	1.5	1.5	1.5	1.8	1	1.5	1	1	1.5	2.5	2.8	2	2.4

3 = Strong Contribution, 2 = Moderate Contribution, 1 = Slight Contribution, --- = No Significant Contribution

Teaching Pedagogy																	
- અધ્યાપનશાસ્ત્ર, શિક્ષણ પદ્ધતિઓ અને શૈક્ષણિક સાધનો - નિદર્શન પદ્ધતિ, દાર્શનિક પદ્ધતિ, ખંડ-અખંડ પદ્ધતિ, વર્ણન પદ્ધતિ, ઐચ્છિક પદ્ધતિ, પ્રાયોગિક પદ્ધતિ, ચાર્ટ અને મોડ્યુલ, રમતનાં પ્રાયોગિક સાધનો.																	

Assessment Method					
Continuous Comprehensive Evaluation 40 Marks	COs	Marks	Exam Component		
			Practical Exam	Project	Oral Viva
	CO-1	10	5	5	--
	CO-2	10	5	--	5
	CO-3	10	5	--	5
	CO-4	10	5	5	--
Term-End Evaluation 60 Marks	COs	Marks	Exam Component		
			Practical Exam	Project	Oral Viva
	CO-1	15	10	5	--
	CO-2	15	10	--	5
	CO-3	15	10	--	5
	CO-4	15	10	5	--

CO Attainment Levels (OBE & NEP 2020 Aligned)						
COs Attainment Levels	Level	Description	Attainment Criteria			
	Level 3	High	≥ 80% of students score above a set performance benchmark			
	Level 2	Moderate	60%–79% of students meet the performance benchmark			
	Level 1	Low	40%–59% of students meet the performance benchmark			
	Level 0	Not Attained	< 40% of students achieve the desired learning outcome			
Target Attainment (Benchmark)	COs		CO-1	CO-2	CO-3	CO-4
	Target Level (%)		60	65	65	60

References																	
Online Resources & Tools:																	
- કુસ્તી – https://wrestlingfederationofindia.org/ - ટેનિસ – https://www.itftennis.com/en/																	



Gujarat Vidyapith

Ashram Marg, Navrangpura, Ahmedabad, Gujarat, India - 380 009

Phone: +91-79 40016200 | **Email:** info@gujaratvidyapith.org | **Website:** www.gujaratvidyapith.org

[f](#) [i](#) [X](#) [in](#) [v](#) [You Tube](#) @gvp1920