

Dr. Babasaheb Ambedkar Open University
Term End Examination January -2026

Course : Certificate Course
Subject Code : CYS-02
Subject Name : શરીર વિજ્ઞાન-માનસિક સ્વાસ્થ્ય

Date : 03/03/2026
Time : 03:00pm to 05:15pm
Duration : 02.15 Hours

Max. Marks : 100

1. કોશના પ્રકાર _____
(A) એક (B) બે (C) ત્રણ (D) ચાર
2. માનવશરીરમાં આવેલ કોષ _____
(A) વનસ્પતિ કોષ (B) માનવકોષ (C) પ્રાણીકોષ (D) શરીરકોષ
3. કયા કોષનું આવરણ બે સ્તરનું બનેલું છે?
(A) વનસ્પતિ કોષ (B) પ્રાણીકોષ (C) માનવકોષ (D) ત્રણેય
4. “બહુકોષીય સુવ્યવસ્થિત સંરચના” _____
(A) તંત્ર (B) શરીર (C) પેશી (D) અવયવ
5. યોગસાધના કરવા માટેનું અનિવાર્ય સાધન _____
(A) શેતરંજી (B) દર્ભનું આસન (C) એકાંત (D) શરીર
6. માનવ શરીરમાં લગભગ કેટલા સ્નાયુઓ હોય છે?
(A) 213 (B) 500 (C) 320 (D) 1200
7. હાડકાને ઢાંકવાનું કામ કોણ કરે છે?
(A) રૂધીર (B) મજ્જા (C) જ્ઞાનેન્દ્રિય (D) સ્નાયુ
8. કોષ વિભાજન વખતે બીજા કોષને કોષકેન્દ્ર પુરું પડે છે?
(A) તારાકેન્દ્ર (B) કણાભસૂત્ર (C) રાઈબોઝોમ (D) રસધાની
9. ATP નું પુરું નામ _____
(A) એડ્રીનલ ટ્રોપિક ફોસ્ફેટ (B) એડીનોસાઈન ટ્રાય ફોસ્ફેટ
(C) એન્ટી ટ્રાય યુરેટિક ફોસ્ફેટ (D) એન્ડી ડાય ફોસ્ફેટ
10. કોષ માટે શક્તિનો સ્ત્રોત _____
(A) કણાભસૂત્ર (B) કોષરસ (C) રસધાની (D) તારાકેન્દ્ર
11. રાઈબોઝોમ્સ શેનું ઉત્પાદન કરે છે?
(A) ચરબી (B) કાર્બોહાઈડ્રેટ (C) પ્રોટીન (D) કોષકેન્દ્ર
12. કોષના વારસાગત લક્ષણોનું વહન કોણ કરે છે?
(A) તારાકેન્દ્ર (B) ગોલ્ગીકાય (C) લાઈસોઝોમ (D) રંગસૂત્રો
13. શરીરની અંદર કુલ કેટલા હાડકા હોય છે?
(A) 500 (B) 213 (C) 513 (D) 250
14. લાઈસોઝોમ દ્વારા નાશ થયેલા કચરાનો સંગ્રહ કરે છે?
(A) ગોલ્ગીકાય (B) રસધાની (C) પીનોસાયટિક કોથળી (D) કોષરસ
15. ચોક્કસ કાર્ય માટે એકઠા થયેલા કોષોનો સમૂહ
(A) તંત્ર (B) પેશી (C) અવયવ (D) કાર્ટીલેજ
16. શરીરમાં જ્યાં જોડાણ માટેની જરૂર હોય ત્યાં કઈ પેશી કામ કરે છે?
(A) કનેક્ટીવ (B) એપીથેલીઅલ (C) રેખિત (D) નર્વસ

17. અવયવો શું છે?
(A) તંત્રોનો સમૂહ (B) કોષોનો સમૂહ (C) પેશીનો સમૂહ (D) ત્રણેય
18. પાચનતંત્રની શરૂઆત ક્યાંથી થાય?
(A) જઠર (B) અન્નનળી (C) યકૃત (D) મુખ
19. પાચનતંત્રની લંબાઈ _____
(A) 25 થી 26 ફૂટ (B) 10 થી 12 ફૂટ (C) 18 થી 20 ફૂટ (D) 5 થી 6 ફૂટ
20. અન્નનળીનો બીજો છેડો ક્યા ખૂલે છે?
(A) યકૃત (B) નાનું આંતરડું (C) સ્વાદુપિંડ (D) જઠર
21. પ્રાણાયામ કરીએ ત્યારે કેવું શ્વસન થાય છે?
(A) ઈચ્છિત (B) સ્વયં સંચાલિત (C) છીછરું (D) ટૂંકું
22. રૂધિરનું શુદ્ધિકરણ ક્યાં થાય છે?
(A) હૃદય (B) મગજ (C) ફેફસાં (D) જઠર
23. ક્યા નિયમ અનુસાર કદ વધે તેમ દબાણ ઘટે છે?
(A) બોઈલ (B) હેન્ડે (C) બાઉમેન (D) લેન્ગરહામ્સ
24. દહનની ક્રિયાને અંતે શું પેદા થાય છે?
(A) પ્રાણવાયુ (B) અંગારવાયુ (C) નાઈટ્રોજન (D) સલ્ફર
25. ફેફસાં શેના બનેલા હોય છે?
(A) કાર્ટીલેજ (B) કુર્યા (C) ફેસીઆ (D) વાયુકોષ
26. ડાબી બાજુના ફેફસાનાં કેટલા ભાગ પડે છે?
(A) એક (B) બે (C) ત્રણ (D) ચાર
27. જઠરનો આકાર _____
(A) મશક જેવો (B) ત્રિકોણાકાર (C) ચોરસ (D) ગોળ
28. પાચનતંત્રમાં પરોક્ષ રીતે કાર્ય કરતાં અવયવો____
(A) જીભ (B) લાળગ્રંથિ (C) યકૃત (D) ત્રણેય
29. નાનું આંતરડું કેટલા ભાગમાં વહેંચાય છે?
(A) એક (B) ત્રણ (C) પાંચ (D) છ
30. મોટાં આંતરડાની લંબાઈ____
(A) 5 ફૂટ (B) 8 ફૂટ (C) 12 ફૂટ (D) 20 ફૂટ
31. રૂધિરવાહિનીઓના પ્રકાર _____
(A) એક (B) બે (C) ત્રણ (D) ચાર
32. રૂધિર શેમાં સતત કાર્ય કરે છે?
(A) હૃદયમાં (B) રૂધિરવાહિની (C) ફેફસાં (D) એકપણ નહિ
33. રૂધિરાભિસરણ તંત્રમાં ક્યા અવયવો ભાગ ભજવે છે?
(A) રૂધિર (B) જઠર (C) યકૃત (D) ત્રણેય
34. સામાન્ય રીતે ધમનીમાં કેવું રૂધિર હોય છે?
(A) શુદ્ધ (B) અશુદ્ધ (C) ભૂરા રંગનું (D) એકપણ નહિ
35. હૃદયમાં કેટલાં ખાના હોય છે?
(A) એક (B) બે (C) ત્રણ (D) ચાર

36. હૃદયમાં ઉપરની તરફ શું હોય છે?
 (A) ક્ષેપક (B) ફેફસાં (C) કર્ણક (D) શિરા
37. ધમની અને શિરા વચ્ચે અનેક બારીક રૂધિરકેશિકાઓ હોય છે, તેને શું કહે છે?
 (A) વાલ્વ (B) કેશવાહીની (C) કર્ણક (D) ક્ષેપક
38. કયા કણો રોગપ્રતિકારક શક્તિ હોય છે?
 (A) રક્તકણો (B) શ્વેતકણો (C) ત્રાકકણો (D) ત્રણેય
39. શેમાં કોષકેન્દ્ર હોતું નથી?
 (A) રક્તકણો (B) શ્વેતકણો (C) બંને (D) એકપણ નહિ
40. રૂધિરને જમવામાં મદદ કરે છે ____
 (A) રક્તકણો (B) શ્વેતકણો (C) ત્રાકકણો (D) ત્રણેય
41. અંતઃસ્રાવી ગ્રંથિ કેવી હોય છે?
 (A) નલિકામય (B) નલિકા રહિત (C) ઉભયસ્રાવી (D) એકપણ નહિ
42. કઈ ગ્રંથિને 'માસ્ટર ગ્લેન્ડ' કહેવાય છે?
 (A) થાઈરોઈડ (B) સ્વાદુપિંડ (C) પિચ્યુટરી (D) એડ્રીનલ
43. મૂત્રપિંડની ઉપર આવેલી ગ્રંથિ ____
 (A) એડ્રીનલ (B) સ્વાદુપિંડ (C) અંડપિંડ (D) શુક્રપિંડ
44. કયા રોગના નિવારણ માટે આયોડિનયુક્ત મીઠું આપવામાં આવે છે?
 (A) ડાયાબીટીસ (B) ગોઠટર (C) રીકેટસ (D) ટાઈફોઈડ
45. સ્ત્રીઓમાં અંડપીંડમાંથી કયા અંતઃસ્રવોનો સ્રાવ થાય છે?
 (A) ઇસ્ટ્રોજન (B) એડ્રીનાલીન (C) બંને (D) એકપણ નહિ
46. ઉભયસ્રાવી ગ્રંથિ ____
 (A) પિચ્યુટરી (B) એડ્રીનલ (C) થાઈરોઈડ (D) સ્વાદુપિંડ
47. લેન્ગરહાન્સના કોષ પૂંજો કયા વૈજ્ઞાનિકે શોધ્યા હતા?
 (A) પેટિનકોફર (B) વિલિયમ (C) સેમ્યુઅલ (D) લેન્ગરહાન્સ
48. થાઈરોઈડ ગ્રંથિ કયા આવેલી હોય છે?
 (A) મગજમાં (B) ગળામાં (C) પેટમાં (D) છાતીમાં
49. પિચ્યુટરી ગ્રંથિનો આકાર ____
 (A) ટોપી જેવો (B) ચોરસ (C) પતંગીયા જેવો (D) વટાણાના દાણા જેટલો
50. પિચ્યુટરી ગ્રંથિનાં આગળના ભાગમાંથી કયા અંતઃસ્રાવો નીકળે છે?
 (A) ગ્રોથ હોર્મોન (B) ફોલિકલ સ્ટીમ્યુલેટિંગ હોર્મોન (C) બંને (D) ઓક્સીટોસીન
51. હાડકામાં કેલ્શિયમનું પ્રમાણ કોણ જાળવે છે?
 (A) કેલ્સીટોનીન (B) થાઈરોક્સીન (C) ગ્રોથહોર્મોન (D) ઇસ્ટ્રોજન
52. શિરામાં શું નથી હોતું?
 (A) કેશિકા (B) કાર્ટીલેજ (C) વાલ્વ (D) રૂધિર
53. મૂત્રપીંડમાં આવેલી અસંખ્ય નાની-નાની રચનાને શું કહે છે?
 (A) ન્યુરોન (B) નેફ્રોન (C) ટીશ્યુ (D) ચેતા
54. બીટાકોષમાંથી શેનો સ્રાવ થાય છે?
 (A) એડ્રીનાલીન (B) કોર્ટીઝોલ (C) ઇન્સ્યુલીન (D) ઝલુકોગોન

55. રૂધિરમાં કયા ઘટક આવેલા છે?
 (A) રક્તકણ (B) શ્વેતકણ (C) ત્રાકકણ (D) તમામ
56. શેના દ્વારા સંવેદનાનું વહન થાય છે?
 (A) નેફ્રોન (B) ચેતાઓ (C) હાડકા (D) સ્નાયુ
57. શરીરના જુદા જુદા અંગોમાંથી અશુદ્ધ રૂધિર હૃદયમાં ક્યાં ઠલવાય છે?
 (A) ડાબા કર્ણક (B) ડાબા સેવક (C) જમણા કર્ણક (D) ફેફસા
58. ચેતાતંત્રનું મુખ્ય અવયવ –
 (A) મગજ (B) હૃદય (C) ફેફસા (D) જઠર
59. પ્રાણાયામ કરીએ ત્યારે કેવું શ્વસન થાય છે?
 (A) ઈચ્છિત (B) સ્વયં સંચાલિત (C) બંને (D) એકપણ નહીં
60. ડસ્તબીન (કચરાપેટી) ____
 (A) ત્રિષ્ટિ (B) કણાભસૂત્ર (C) ગોલ્ગીકાય (D) પીનોસાયટીક કોથળી
61. દરેક કોષમાં કેટલા કેન્દ્ર આવેલા હોય છે?
 (A) એક (B) એકજોડ (C) બે (D) ત્રણ
62. પેશીઓના સમુહને શું કહેવાય છે?
 (A) તંત્ર (B) કોષ (C) અવયવ (D) એકપણ નહીં
63. એક કોષમાં રંગ સૂત્રની કેટલી જોડ આવેલી હોય છે?
 (A) 27 જોડ (B) 22 જોડ (C) 25 જોડ (D) 23 જોડ
64. અન્નનળીની લંબાઈ ____
 (A) 10-12 ઇંચ (B) 2-3 ઇંચ (C) 16-18 ઇંચ (D) 20-25 ઇંચ
65. જઠર એ કયા સ્નાયુઓની બનેલી રચના છે?
 (A) રેખિત સ્નાયુઓ (B) અરેખિત સ્નાયુઓ (C) હૃદ સ્નાયુઓ (D) A અને B બંને
66. લાળ માં રહેલ ટાયલીન ઉત્સેચક શેનું વિઘટન કરે છે?
 (A) પ્રોટીન (B) વિટામીન (C) કાર્બોહાઈડ્રેટ (D) A અને C બંને
67. જમણી બાજુના ફેફસાંના કેટલા ભાગ છે?
 (A) એક (B) બે (C) ત્રણ (D) ચાર
68. જમણા કર્ણક અને જમણા ક્ષેપકને જોડનાર વાલ્વ
 (A) ટ્રિકલ (B) અર્ધચંદ્રાકાર (C) ત્રિકલ (D) એકપણ નહીં
69. શુદ્ધ રૂધિર શેના દ્વારા ડાબા કર્ણકમાં આવે છે?
 (A) કુખ્કુસ ધમની (B) કુખ્કુસ શીરા (C) ધમની (D) શીરા
70. ખોરાકને લાળ રસ સાથે ભેળવવામાં મદદ કરે છે?
 (A) જીભ (B) દાંત (C) પેપ્સીન (D) પાચકરસ
71. કોઈપણ વ્યક્તિની શારીરિક ખાસિયતો કયા તંત્ર પર આધારિત છે?
 (A) પાચનતંત્ર (B) રૂધિરાભિસરણ તંત્ર (C) શ્વસનતંત્ર (D) અંતસ્ત્રાવી ગ્રંથિ તંત્ર
72. પીચ્યુટરી ગ્રંથિનું સ્થાન____
 (A) મગજની ઉપર ડાબી બાજુ (B) મગજની જમણી બાજુ
 (C) મગજની નીચે મધ્ય ભાગમાં (D) મગજની નીચે જમણી બાજુ
73. સ્વાદુપિંડ કેવી ગ્રંથિ છે?
 (A) બહિસ્ત્રાવી ગ્રંથિ (B) અંતસ્ત્રાવી ગ્રંથિ (C) ઉભય ગ્રંથિ (D) એકપણ નહીં

74. શુક્રપિંડમાંથી ઉત્પન્ન થતો સ્રાવ ____
 (A) પ્રોજેસ્ટોરેન (B) ઇસ્ટ્રોજન (C) A અને B બંને (D) ટેસ્ટોસ્ટેરોન
75. સ્ત્રીઓના પ્રસુતિ સમયે ગર્ભાશયના સંકોચન માટે જવાબદાર ____
 (A) પ્રોજેસ્ટોરેન (B) ઇસ્ટ્રોજન (C) ટેસ્ટોસ્ટેરોન (D) A અને B બંને
76. મૂત્રને મૂત્રપિંડથી મૂત્રાશય સુધી લાવવાનું કાર્ય કોણ કરે છે?
 (A) મૂત્રપિંડ ધમની (B) મૂત્રવાહિની (C) મૂત્રપિંડ શિરા (D) મૂત્રનલિકા
77. મૂત્રપિંડનો અંદરનો વળાંકવાળો ભાગ તેને શું કહે છે?
 (A) કોર્ટેક્સ (B) મેડ્યુલા (C) મૂત્રવાહિની (D) પેલ્વિસ
78. મૂત્ર નલિકાની સ્ત્રીઓમાં લંબાઈ ____
 (A) 3 થી 4 ઇંચ (B) 1 થી 3 ઇંચ (C) 1.5 થી 2 ઇંચ (D) 1.5 થી 4
79. મૂત્રપિંડનો મૂળભૂત એકમ ____
 (A) મેડ્યુલા (B) નેફ્રોન (C) કોર્ટેક્સ (D) હેન્ડલેન પાશ
80. શરીરનો બાંધો જે તંત્રથી બને છે તે તંત્ર ____
 (A) ચેતાતંત્ર (B) કંકાલતંત્ર (C) સ્નાયુતંત્ર (D) પાચનતંત્ર
81. ચેતાતંત્રમાં જોડાણનું કાર્ય કોણ કરે છે?
 (A) સેન્સરી નર્વે ટીશ્યુ (B) મોટર નર્વે ટીશ્યુ
 (C) A અને B બંને (D) કનેક્ટર નર્વે ટીશ્યુ
82. શરીરનું માળખું કોણ રચે છે?
 (A) મગજ (B) હાડકાં (C) હૃદય (D) ફેફસા
83. હાડકાની આંતરિક વૃદ્ધિ માટે કેવા આહારની જરૂર પડે છે?
 (A) કેલ્શિયમ (B) ફોસ્ફરસ (C) વિટામીન D વાળા (D) ABC ત્રણેય
84. વિજ્ઞાનમય કોષ એટલે ____
 (A) મન (B) અહંકાર (C) બુદ્ધિ (D) ત્રણેય
85. મનનો ખોરાક ____
 (A) પ્રાણાયામ (B) વિચાર (C) ચિંતા (D) આનંદ
86. ધ્યાન એ અષ્ટાંગ યોગનું કયું પગથિયું છે?
 (A) પાંચમું (B) સાતમું (C) આઠમું (D) ચોથું
87. નીચેના પૈકી તનાવનું લક્ષણ કયું નથી?
 (A) અસ્થિરતા (B) સકારાત્મકભાવ (C) થાક (D) બેચેની
88. બીજા કરતાં પોતાને મહાન ગણે તે વ્યક્તિને કેવો કહે છે?
 (A) ઈર્ષાળુ વ્યક્તિ (B) દંભી વ્યક્તિ (C) પ્રેમી વ્યક્તિ (D) લોભી વ્યક્તિ
89. ડરથી કયો ભાવ આવે છે?
 (A) દ્વૈતભાવ (B) સમભાવ (C) સહજભાવ (D) અવિવેકીભાવ
90. નકારાત્મક લાગણી નથી ____
 (A) હતાશા (B) ક્ષમા (C) દંભ (D) લોભ
91. પંચકોશવિદ્યાનું વર્ણન શેમાં છે?
 (A) તૈતરીય ઉપનિષદ (B) યોગસૂત્ર (C) ભગવદ્ ગીતા (D) પ્રશ્ન ઉપનિષદ
92. મન, ઇન્દ્રિય તથા આત્મા સંકલિત હોય ત્યારે કેવું સ્વાસ્થ્ય કહેવાય?
 (A) માનસિક (B) શારીરિક (C) આધ્યાત્મિક (D) સામાજિક

93. કયા મનોચિકિત્સકે સ્વાસ્થ્યની વ્યાખ્યા કરેલ છે?
(A) લેન્ગરહાંસ (B) બાઉમેન (C) કોલમેન (D) ગાંધીજી
94. ઉપપ્રાણ કયો છે?
(A) ઉદાન (B) વ્યાન (C) અપાન (D) ધનંજય
95. મનુષ્યના વ્યક્તિત્વનું અતિ સૂક્ષ્મ સ્તર ____
(A) આનંદમય કોષ (B) અન્નમય કોષ (C) મનોમય કોષ (D) પ્રાણમય કોષ
96. પવિત્ર હૃદયની અવસ્થા ____
(A) શાંતિ (B) પ્રેમ (C) ક્ષમા (D) આનંદ
97. કઈ વૃત્તિ જેટલી પૂરી થાય તેટલી ઝડપથી વધે ____
(A) હતાશા (B) ક્રોધ (C) દંભ (D) લોભ
98. સવારની ચાવી અને સંધ્યાકાળની સાંકળ _____.
(A) યોગ (B) પૂજા (C) પ્રાર્થના (D) એક પણ નહીં
99. શેનાથી હકારાત્મક વલણ ઉત્પન્ન થાય છે?
(A) તનાવ (B) વિવેક (C) ક્ષમા (D) હતાશા
100. લૌકિક પ્રાર્થનાનો સમાવેશ શેમાં થાય છે?
(A) આધ્યાત્મિક પ્રાર્થના (B) સમુહ પ્રાર્થના
(C) વ્યક્તિગત પ્રાર્થના (D) એક પણ નહીં

ડૉ. બાબાસાહેબ આંબેડકર ઓપન યુનિવર્સિટી

‘જયોતિર્મય’ પરિસર, સરખેજ-ગાંધીનગર હાઈવે, છારોડી, અમદાવાદ-382481

સત્રાંત પરીક્ષા જાન્યુઆરી - 2026

નોંધણી નંબર :

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

(સંપૂર્ણ નોંધણી નંબર લખવો)

પાઠ્યક્રમ : _____

અભ્યાસક્રમ (અવશ્ય લખવો) : _____

અભ્યાસ કેન્દ્રનો કોડ નં. _____

પરીક્ષાની તારીખ : _____

નોંધ : (1) વિદ્યાર્થીએ સાચા ઉત્તરની સામે પેનથી 'X' નિશાની કરવી.

(2) જે વિદ્યાર્થી પોતાનો સાચો નોંધણી નંબર નહીં દર્શાવે તેનું પરિણામ રદ થશે.

દાત. પ્રશ્ન: 1 ગાંધીજીનો જન્મ ક્યારે થયો હતો ?

(1) 5મી મે(2) 10મી જુલાઈ(3) 2જી ઓક્ટોબર(4) 8મી જૂન

પ્રશ્ન ક્રમાંક	1	2	3	4
1			X	

વિદ્યાર્થીએ બારકોડ સ્ટીકર

અહીં ચોટાડવું

પ્રશ્ન ક્રમાંક	A	B	C	D	પ્રશ્ન ક્રમાંક	A	B	C	D	પ્રશ્ન ક્રમાંક	A	B	C	D	પ્રશ્ન ક્રમાંક	A	B	C	D
1					26					51					76				
2					27					52					77				
3					28					53					78				
4					29					54					79				
5					30					55					80				
6					31					56					81				
7					32					57					82				
8					33					58					83				
9					34					59					84				
10					35					60					85				
11					36					61					86				
12					37					62					87				
13					38					63					88				
14					39					64					89				
15					40					65					90				
16					41					66					91				
17					42					67					92				
18					43					68					93				
19					44					69					94				
20					45					70					95				
21					46					71					96				
22					47					72					97				
23					48					73					98				
24					49					74					99				
25					50					75					100				

વિદ્યાર્થીની સહી _____

(મૂલ્યાંકન કાર્ય માટે)

તપાસનારની સહી : _____

મોડરેટરની સહી : _____

તપાસનારનું નામ : _____

મોડરેટરનું નામ : _____

તારીખ : _____

તારીખ : _____

ખંડ નિરીક્ષકની સહી _____

કુલ આપેલ જવાબ : _____

ખોટા જવાબ : _____

કુલ માર્ક્સ : _____