

TEP-32
04/5/23

पुस्तिका में पृष्ठों की संख्या : 24
Number of Pages in Booklet : 24
पुस्तिका में प्रश्नों की संख्या : 130
No. of Questions in Booklet : 130

TEP-32

प्रश्न-पुस्तिका संख्या व बारकोड
Question Booklet No. & Barcode

5527973

इस प्रश्न-पुस्तिका को तब तक न खोलें
जब तक कहा न जाए ।
Do not open this Question Booklet
until you are asked to do so.



Paper Code : 01

Sub: Physical Education

समय : 02:00 घण्टे

Time : 02:00 Hours

Paper-II

अधिकतम अंक : 260

Maximum Marks : 260

प्रश्न-पुस्तिका के पेपर की सील/पॉलिथीन बैग को खोलने पर प्रश्न-पत्र हल करने से पूर्व परीक्षार्थी यह सुनिश्चित कर लें कि :

- प्रश्न-पुस्तिका संख्या तथा ओ.एम.आर. उत्तर-पत्रक पर अंकित बारकोड संख्या समान है ।
- प्रश्न-पुस्तिका एवं ओ.एम.आर. उत्तर-पत्रक के सभी पृष्ठ व सभी प्रश्न सही मुद्रित हैं । समस्त प्रश्न, जैसा कि ऊपर वर्णित है, उपलब्ध हैं तथा कोई भी पृष्ठ कम नहीं है/मुद्रण त्रुटि नहीं है ।

किसी भी प्रकार की विसंगति या दोषपूर्ण होने पर परीक्षार्थी वीक्षक से दूसरा प्रश्न-पत्र प्राप्त कर लें । यह सुनिश्चित करने की जिम्मेदारी अभ्यर्थी की होगी । परीक्षा प्रारम्भ होने के 5 मिनट पश्चात् ऐसे किसी दावे/आपत्ति पर कोई विचार नहीं किया जायेगा ।

On opening the paper seal/polythene bag of the Question Booklet before attempting the question paper the candidate should ensure that :

- Question Booklet Number and Barcode Number of OMR Answer Sheet are same.
- All pages & Questions of Question Booklet and OMR Answer Sheet are properly printed. All questions as mentioned above are available and no page is missing/misprinted.

If there is any discrepancy/defect, candidate must obtain another Question Booklet from Invigilator. Candidate himself shall be responsible for ensuring this. No claim/objection in this regard will be entertained after five minutes of start of examination.

परीक्षार्थियों के लिए निर्देश

1. सभी प्रश्नों के उत्तर दीजिए ।
2. सभी प्रश्नों के अंक समान हैं ।
3. प्रत्येक प्रश्न का मात्र एक ही उत्तर दीजिए ।
4. एक से अधिक उत्तर देने की दशा में प्रश्न के उत्तर को गलत माना जाएगा ।
5. OMR उत्तर-पत्रक इस प्रश्न-पुस्तिका के अन्दर रखा है । जब आपको प्रश्न-पुस्तिका खोलने को कहा जाए, तो उत्तर-पत्रक निकाल कर ध्यान से केवल नीले बॉल पॉइंट पेन से विवरण भरें ।
6. कृपया अपना रोल नम्बर ओ.एम.आर. उत्तर-पत्रक पर सावधानीपूर्वक सही भरें । गलत रोल नम्बर भरने पर परीक्षार्थी स्वयं उत्तरदायी होगा ।
7. प्रत्येक गलत उत्तर के लिए प्रश्न अंक का 1/3 भाग काटा जायेगा । गलत उत्तर से तात्पर्य अशुद्ध उत्तर अथवा किसी भी प्रश्न के एक से अधिक उत्तर से है ।
8. प्रत्येक प्रश्न के चार वैकल्पिक उत्तर दिये गये हैं, जिन्हें क्रमशः 1, 2, 3, 4 अंकित किया गया है । अभ्यर्थी को सही उत्तर निर्दिष्ट करते हुए उनमें से केवल एक गोले अथवा बबल को उत्तर-पत्रक पर नीले बॉल पॉइंट पेन से गहरा करना है ।
9. यदि किसी प्रश्न में किसी प्रकार की कोई मुद्रण या तथ्यात्मक प्रकार की त्रुटि हो तो प्रश्न के हिन्दी तथा अंग्रेजी रूपान्तरों में से अंग्रेजी रूपान्तर मान्य होगा ।
10. मोबाइल फोन अथवा इलेक्ट्रॉनिक यंत्र का परीक्षा हॉल में प्रयोग पूर्णतया वर्जित है । यदि किसी अभ्यर्थी के पास ऐसी कोई वर्जित सामग्री मिलती है तो उसके विरुद्ध आयोग द्वारा नियमानुसार कार्यवाही की जायेगी ।

चेतावनी : अगर कोई अभ्यर्थी नकल करते पकड़ा जाता है या उसके पास से कोई अनधिकृत सामग्री पाई जाती है, तो उस अभ्यर्थी के विरुद्ध पुलिस में प्राथमिकी दर्ज कराते हुए राजस्थान सार्वजनिक परीक्षा (अनुचित साधनों की रोकथाम) अधिनियम, 2022 तथा अन्य प्रभावी कानून एवं आयोग के नियमों-प्रावधानों के तहत कार्यवाही की जाएगी । साथ ही आयोग ऐसे अभ्यर्थी को भविष्य में होने वाली आयोग की समस्त परीक्षाओं से विवर्जित कर सकता है ।

INSTRUCTIONS FOR CANDIDATES

1. Answer all questions.
2. All questions carry equal marks.
3. Only one answer is to be given for each question.
4. If more than one answers are marked, it would be treated as wrong answer.
5. The OMR Answer Sheet is inside this Question Booklet. When you are directed to open the Question Booklet, take out the Answer Sheet and fill in the particulars carefully with Blue Ball Point Pen only.
6. Please correctly fill your Roll Number in O.M.R. Answer Sheet. Candidates will themselves be responsible for filling wrong Roll No.
7. 1/3 part of the mark(s) of each question will be deducted for each wrong answer. A wrong answer means an incorrect answer or more than one answers for any question.
8. Each question has four alternative responses marked serially as 1, 2, 3, 4. You have to darken only one circle or bubble indicating the correct answer on the Answer Sheet using Blue Ball Point Pen.
9. If there is any sort of ambiguity/ mistake either of printing or factual nature then out of Hindi and English Version of the question, the English Version will be treated as standard.
10. Mobile Phone or any other electronic gadget in the examination hall is strictly prohibited. A candidate found with any of such objectionable material with him/her will be strictly dealt as per rules.

Warning : If a candidate is found copying or if any unauthorized material is found in his/her possession, F.I.R. would be lodged against him/her in the Police Station and he/she would liable to be prosecuted under Rajasthan Public Examination (Prevention of Unfair Means) Act, 2022 & any other law applicable and Commission's Rules-Regulations. Commission may also debar him/her permanently from all future examinations.

उत्तर-पत्रक में दो प्रतियाँ हैं - मूल प्रति और कार्बन प्रति, परीक्षा समाप्ति पर परीक्षा कक्ष छोड़ने से पूर्व परीक्षार्थी उत्तर-पत्रक की दोनों प्रतियाँ वीक्षक को सौंपेंगे, परीक्षार्थी स्वयं कार्बन प्रति अलग नहीं करें । वीक्षक उत्तर-पत्रक की मूल प्रति को अपने पास जमा कर, कार्बन प्रति को मूल प्रति से कट लाइन से मोड़ कर सावधानीपूर्वक अलग कर परीक्षार्थी को सौंपेंगे । परीक्षार्थी कार्बन प्रति को अपने साथ ले जायेंगे ।

01-□



5527973

1. रीढ़ की हड्डी के निचले क्षेत्र की बढ़ी हुई अवतलता को क्या कहा जाता है ?

- (1) काइफोसिस
- (2) स्कोलियोसिस - 'S' प्रकार
- (3) लॉर्डोसिस
- (4) स्कोलियोसिस - 'C' प्रकार

2. सूची - I को सूची - II से सुमेलित कीजिए और सूचियों के नीचे दिए गए कूट का प्रयोग कर सही उत्तर चुनिए :

सूची - I सूची - II

- | | |
|--------------|--------------------------------|
| A. लॉर्डोसिस | 1. थोरेक्स भाग का आगे को झुकना |
| B. बो लेग्स | 2. श्रोणि का आगे की ओर झुकना |
| C. काइफोसिस | 3. जेनू वल्लम |
| D. नॉक नी | 4. जेनू वरम |

कूट :

	A	B	C	D
(1)	2	4	1	3
(2)	1	3	2	4
(3)	1	2	4	3
(4)	3	4	1	2

3. एर्गोजेनिक एंड के तौर पर मदिरा _____ करता है ।

- (1) उत्तेजित करने का कार्य
- (2) भूख कम करने का कार्य
- (3) उदासीन करने का कार्य
- (4) बलवर्धक का कार्य

4. निम्नलिखित में से कौन सा कथन सही है ?

- (1) अनाबोलिक स्टेरॉयड मांसपेशी द्रव्यमान के विकास को बढ़ाता है ।
- (2) अनाबोलिक स्टेरॉयड महिला सेक्स हार्मोन के लगभग समान है ।
- (3) अनाबोलिक स्टेरॉयड हाथ-पाँव में परिसंचरण को बाधित करता है ।
- (4) अनाबोलिक स्टेरॉयड आमतौर पर वजन नियंत्रण के लिए एर्गोजेनिक सहायक के रूप में उपयोग किया जाता है ।

5. किस चिकित्सीय पद्धति में बारी-बारी से ठंडा और संतही ताप शामिल है ?

- | | |
|----------------------|----------------------|
| (1) कंट्रास्ट थेरेपी | (2) व्हालपूल बाथ |
| (3) क्रायो थेरेपी | (4) इलेक्ट्रो थेरेपी |

1. Increased concavity of Lumbar region is called

- (1) Kyphosis
- (2) Scoliosis - S type
- (3) Lordosis
- (4) Scoliosis - C type

2. Match List - I with List - II and select the correct answer by using the codes given below the lists :

List - I

List - II

- | | |
|----------------|----------------------------------|
| A. Lordosis | 1. Bowing of the Thoracis region |
| B. Bow legs | 2. Forward tilting of the Pelvis |
| C. Kyphosis | 3. Genu valgum |
| D. Knock Knees | 4. Genu varum |

Codes :

	A	B	C	D
(1)	2	4	1	3
(2)	1	3	2	4
(3)	1	2	4	3
(4)	3	4	1	2

3. Alcohol as Ergogenic Aids is

- (1) Stimulant
- (2) Depress Appetite
- (3) Depressant
- (4) Strength Builder

4. Which one of the following statement is correct ?

- (1) Anabolic steroids increases the development of muscle mass.
- (2) The anabolic steroids are nearly identical to female sex hormone.
- (3) Anabolic steroids impairs circulation to extremities.
- (4) Anabolic steroids are generally used as ergogenic aid for weight control.

5. Which one of the therapeutic modalities involves alternating cold and superficial heating ?

- (1) Contrast therapy
- (2) Whirlpool bath
- (3) Cryotherapy
- (4) Electrotherapy

6. किसी व्यक्ति से ऐथलीट को ताजा रक्त चढ़ाना किस रक्त डोपिंग के अन्तर्गत आता है ?

- (1) ऑटोलोगस ब्लड डोपिंग
- (2) होमोलोगस ब्लड डोपिंग
- (3) हेट्रोलोगस ब्लड डोपिंग
- (4) इनमें से कोई नहीं

7. सूची - I को सूची - II के साथ सुमेलित कीजिए और सूचियों के नीचे दिए गए कूट का प्रयोग कर सही उत्तर चुनिए :

सूची - I

सूची - II

- | | |
|--------------|-------------------------|
| A. चोट | 1. जोड़ को आघात |
| B. अव्यवस्था | 2. एक खरोंच |
| C. मोच | 3. पेशी में चोट |
| D. खिंचाव | 4. एक हड्डी का विस्थापन |

कूट :

	A	B	C	D
(1)	3	1	4	2
(2)	4	1	3	2
(3)	1	3	4	2
(4)	2	4	1	3

8. कौन सा मसाज दबाव की हस्तकौशल तकनीक का प्रकार नहीं है ?

- | | |
|-------------|-------------|
| (1) गूंधना | (2) चिकोटना |
| (3) थपथपाना | (4) घर्षण |

9. निम्नलिखित में से कौन सा शब्द एथलेटिक्स से संबंधित है ? (ट्रैक एण्ड फील्ड)

- | | |
|------------|------------|
| (1) सर्व | (2) बैटन |
| (3) स्पाइक | (4) ड्रिबल |

10. सूची - I को सूची - II से सुमेलित कीजिए और सूचियों के नीचे दिए गए कूट का प्रयोग कर सही उत्तर चुनिए :

सूची - I

सूची - II

- | | |
|----------------|------------|
| A. टाइगर वुड्स | 1. वॉलीबॉल |
| B. यार्कर | 2. गॉल्फ |
| C. बुली | 3. हॉकी |
| D. एंटीना | 4. क्रिकेट |

कूट :

	A	B	C	D
(1)	1	3	4	2
(2)	2	4	3	1
(3)	4	1	3	2
(4)	3	2	1	4

6. The transfusion of fresh blood from a person to the athlete comes under which blood doping ?

- (1) Autologous blood doping
- (2) Homologous blood doping
- (3) Heterologous blood doping
- (4) None of these

7. Match List - I with List - II and select the correct answer by using the codes given below the lists :

List - I

List - II

- | | |
|----------------|---------------------------|
| A. Contusion | 1. Trauma to the Joint |
| B. Dislocation | 2. A Bruise |
| C. Sprain | 3. An injury to muscle |
| D. Strain | 4. Displacement of a bone |

Codes :

	A	B	C	D
(1)	3	1	4	2
(2)	4	1	3	2
(3)	1	3	4	2
(4)	2	4	1	3

8. Which is not a type of pressure manipulation technique of massage ?

- | | |
|----------------|----------------|
| (1) Kneading | (2) Petrissage |
| (3) Percussion | (4) Friction |

9. Which one of the following term is related to 'Athletics' ? (Track and field)

- | | |
|-----------|-------------|
| (1) Serve | (2) Baton |
| (3) Spike | (4) Dribble |

10. Match List - I with List - II and select the correct answer by using the codes given below the lists :

List - I

List - II

- | | |
|----------------|---------------|
| A. Tiger Woods | 1. Volleyball |
| B. Yorker | 2. Golf |
| C. Bully | 3. Hockey |
| D. Antenna | 4. Cricket |

Codes :

	A	B	C	D
(1)	1	3	4	2
(2)	2	4	3	1
(3)	4	1	3	2
(4)	3	2	1	4

11. निम्नलिखित में से कौन सा सुमेलित नहीं है ?
 (1) धनराज पिल्लै - फुटबॉल
 (2) फीफा मुख्यालय - ज्यूरिख, स्विट्जरलैंड
 (3) वॉलीबॉल - विलियम जी. मॉर्गन
 (4) जे.सी. बोहरा - टेबल टेनिस
12. कबड्डी का खिलाड़ी एक रेड में ज्यादा से ज्यादा कितने अंक अर्जित कर सकता है ?
 (1) 7 (2) 8
 (3) 9 (4) 10
13. रिले टीम में एंकर धावक होता है :
 (1) प्रथम धावक (2) द्वितीय धावक
 (3) तृतीय धावक (4) चतुर्थ धावक
14. डैकथलन में शामिल होता है :
 (1) 6 धावन पथ और 4 मैदानी प्रतियोगिता
 (2) 4 धावन पथ और 6 मैदानी प्रतियोगिता
 (3) 3 धावन पथ और 7 मैदानी प्रतियोगिता
 (4) 7 धावन पथ और 3 मैदानी प्रतियोगिता
15. जूडो में "सोरमेड" का क्या अर्थ है ?
 (1) बाउट शुरू करने हेतु
 (2) बाउट रोकने हेतु
 (3) बाउट पुनः प्रारम्भ करने हेतु
 (4) पेनल्टी
16. शब्द "लव" नीचे दिए गेम में होता है :
 (1) गॉल्फ (2) फुटबॉल
 (3) टेनिस (4) शतरंज
17. "चाइनामैन" शब्द किस खेल से जुड़ा है ?
 (1) सेपक टेकरा (2) वुशु
 (3) बैडमिण्टन (4) क्रिकेट
18. "पैडलर" शब्द किस खेल से संबन्धित है ?
 (1) फुटबॉल (2) बॉक्सिंग
 (3) हॉकी (4) टेबल टेनिस
19. निम्नलिखित में से किस विश्वविद्यालय द्वारा प्रथम विश्वविद्यालय खेलो इंडिया प्रतियोगिता आयोजित की गई ?
 (1) जैन विश्वविद्यालय
 (2) लवली प्रोफेशनल विश्वविद्यालय
 (3) के.आई.आई.टी. विश्वविद्यालय
 (4) अमेटी विश्वविद्यालय

11. Which one of the following is not correctly matched ?
 (1) Dhanraj Pillai - Football
 (2) FIFA - Zurich, Switzerland
 (3) Volleyball - William G. Morgan
 (4) J.C. Bohra - Table Tennis
12. How much maximum points a Kabaddi player can fetch in a single raid ?
 (1) 7 (2) 8
 (3) 9 (4) 10
13. Anchor Leg in a Relay Team is :
 (1) First Leg (2) Second Leg
 (3) Third Leg (4) Fourth Leg
14. Decathlon consists of :
 (1) 6 Track and 4 Field Events
 (2) 4 Track and 6 Field Events
 (3) 3 Track and 7 Field Events
 (4) 7 Track and 3 Field Events
15. What is the meaning of "Soremade" in Judo ?
 (1) To start the Bout
 (2) To stop the Bout
 (3) Restart the Bout
 (4) Penalty
16. The word "Love" is associated with which of the sport given below ?
 (1) Golf (2) Football
 (3) Tennis (4) Chess
17. The term "Chinaman" is related with which sport ?
 (1) Sepak Tekraw
 (2) Wushu
 (3) Badminton
 (4) Cricket
18. The term "Paddlers" is used to address which game players ?
 (1) Football (2) Boxing
 (3) Hockey (4) Table Tennis
19. In which of the following University, First Khelo-India University games were conducted ?
 (1) Jain University
 (2) Lovely Professional University
 (3) KIIT University
 (4) AMITY University

20. निम्नलिखित खेल हस्तियों को उनसे संबंधित खेलों के साथ सुमेलित कीजिए :

खिलाड़ी	खेल
1. हरमनप्रीत कौर	A. तीरंदाजी
2. दीपा करमाकर	B. कुश्ती
3. दिपिका कुमारी	C. क्रिकेट
4. साक्षी मलिक	D. जिम्नास्टिक

कोड :

- (1) 1-C, 2-D, 3-A, 4-B
 (2) 1-A, 2-B, 3-C, 4-D
 (3) 1-A, 2-B, 3-D, 4-C
 (4) 1-C, 2-A, 3-D, 4-B

21. किस प्रसिद्ध भारतीय हॉकी खिलाड़ी ने "द गोल्डन हैट ट्रिक : माई हॉकी डेज" पुस्तक लिखी है ?

- (1) सुरजीत सिंह (2) परगत सिंह
 (3) बलबीर सिंह (4) ध्यानचंद

22. निम्नलिखित में से कौन सा सुमेलित नहीं है ?

- (1) लेडी रतन टाटा ट्रॉफी - हॉकी
 (2) डूरंड कप - फुटबॉल
 (3) उबेर कप - क्रिकेट
 (4) डेविस कप - टेनिस

23. राजस्थान में कोचिंग के क्षेत्र में सराहनीय कार्य के लिए प्रशिक्षकों को दिए जाने वाले पुरस्कार का नाम बताइए ।

- (1) महाराणा प्रताप
 (2) गुरु वशिष्ठ पुरस्कार
 (3) एकलव्य पुरस्कार
 (4) खेल रत्न पुरस्कार

24. पेरालंपिक गेम्स की शुरुआत कब हुई ?

- (1) 1948 (2) 1960
 (3) 1976 (4) 1964

25. ओलम्पिक झण्डे के गोलों (बायें से दायें) का सही क्रम है :

- (1) नीला, लाल, पीला, काला, हरा
 (2) नीला, काला, हरा, पीला, लाल
 (3) नीला, पीला, काला, हरा, लाल
 (4) नीला, काला, लाल, पीला, हरा

20. Match the following sports personalities with their respective game :

Players	Sports
1. Harmanpreet Kaur	A. Archery
2. Dipa Karmakar	B. Wrestling
3. Deepika Kumari	C. Cricket
4. Sakshi Malik	D. Gymnastic

Codes :

- (1) 1-C, 2-D, 3-A, 4-B
 (2) 1-A, 2-B, 3-C, 4-D
 (3) 1-A, 2-B, 3-D, 4-C
 (4) 1-C, 2-A, 3-D, 4-B

21. Which one of the famous Indian Hockey player has written the book "The Golden Hat Trick : My Hockey Days" ?

- (1) Surjeet Singh (2) Pargat Singh
 (3) Balbir Singh (4) Dhyān Chand

22. Which one of the following is not matched correctly.

- (1) Lady Ratan - Hockey
 Tata Trophy
 (2) Durand Cup - Football
 (3) Uber Cup - Cricket
 (4) Davis Cup - Tennis

23. Name the award given to coaches for their meritorious work in coaching in Rajasthan.

- (1) Maharana Pratap
 (2) Guru Vashist Award
 (3) Eklavya Award
 (4) Khel Ratna Award

24. When was the first Paralympic Game started ?

- (1) 1948 (2) 1960
 (3) 1976 (4) 1964

25. Select the correct sequential order (from left to right) of the rings of Olympic Flag.

- (1) Blue, Red, Yellow, Black, Green
 (2) Blue, Black, Green, Yellow, Red
 (3) Blue, Yellow, Black, Green, Red
 (4) Blue, Black, Red, Yellow, Green

26. निम्न में से कौन से पैरा ऐथलीट अर्जुन अवार्ड विजेता का सम्बन्ध ऐथलैटिक्स से नहीं है ?
 (1) देवेन्द्र झांझड़िया (2) प्रमोद भगत
 (3) दीपा मलिक (4) सुमित अन्तिस
27. भारत के लिए खेलने वाले किस फुटबॉलर ने रणजी ट्रॉफी के फाइनल में बंगाल क्रिकेट टीम की कप्तानी भी की थी ?
 (1) पी.के. बनर्जी (2) नेविल डीसूजा
 (3) चुन्नी गोस्वामी (4) तुलसीदास बालाराम
28. बर्मिंघम (2022) राष्ट्रमंडल खेलों में भारत द्वारा जीते गए स्वर्ण पदकों की संख्या कितनी थी ?
 (1) 15 (2) 18
 (3) 22 (4) 17
29. मिस्र में निम्नलिखित में से किसको "तैराकी का देवता" कहा जाता है ?
 (1) अपोलो (2) जीउस
 (3) वैजेट (4) पेलियॉलिथिक
30. निम्नलिखित युग्मों में से कौन सा एक सुमेलित नहीं है ?
 (1) जीउस - सर्वोच्च ईश्वर
 (2) अपोलो - प्रकाश और सत्य के देवता
 (3) पोसीडॉन - समुद्र के देवता
 (4) आल्टियस - द ओलंपिक क्रीड
31. निम्नलिखित में से किसने स्टॉकहोम में रॉयल सेंट्रल इंस्टीट्यूट ऑफ जिम्नास्टिक्स की स्थापना की ?
 (1) फ्रांज नचटेगल
 (2) पर हेनरिक लींग
 (3) फ्रेडरिक लुडविग जॉन
 (4) मार्टिन लूथर
32. हनुमान व्यायाम प्रसारक मंडल, अमरावती की शुरुआत किसने की ?
 (1) विलियम ब्रदर्स ने (2) सिंह ब्रदर्स ने
 (3) बक ब्रदर्स ने (4) वैध ब्रदर्स ने
33. लक्ष्मीबाई राष्ट्रीय शारीरिक शिक्षा संस्थान, ग्वालियर के संस्थापक प्राचार्य कौन थे ?
 (1) प्रो. करण सिंह (2) अजमेर सिंह
 (3) पी.एम. जोसफ (4) जी.डी. सौंधी

26. Which of the following is not a Para-Athlete Arjuna Awardee from Athletics ?
 (1) Devendra Jhanjaria
 (2) Pramod Bhagat
 (3) Deepa Malik
 (4) Sumit Antis
27. Which footballer, who played for India, also captained the Bengal Cricket team in a Ranji Trophy Final ?
 (1) P.K. Banerjee
 (2) Neville D'Souza
 (3) Chunni Goswami
 (4) Tulsidas Balaram
28. Number of Gold medals won at the Birmingham (2022) Commonwealth Games by India.
 (1) 15 (2) 18
 (3) 22 (4) 17
29. Which Egyptian Goddess being called the Goddess of swimming ?
 (1) Apollo (2) Zeus
 (3) Wadget (4) Palaeolithic
30. Which one of the following pairs is not correctly matched ?
 (1) Zeus - The Supreme God
 (2) Apollo - The God of light and truth
 (3) Poseidon - The God of the sea
 (4) Altius - The Olympic Creed
31. Who of the following established the Royal Central Institute of Gymnastics at Stockholm ?
 (1) Franz Nachteggall
 (2) Per Henrik Ling
 (3) Friedrich Ludwig John
 (4) Martin Luther
32. Who started Shri Hanuman Vyayam Prasarak Mandal - Amravati ?
 (1) William Brothers
 (2) Singh Brothers
 (3) Buck Brothers
 (4) Vaid Brothers
33. Who is the founder Principal of Lakshmi Bai National Institute of Physical Education, Gwalior ?
 (1) Prof. Karan Singh
 (2) Ajmer Singh
 (3) P.M. Joseph
 (4) G.D. Sondhi

34. वाई.एम.सी.ए. (मद्रास) के संस्थापक कौन थे ?
 (1) * एंथनी ऐशले कूपर (2) एच.सी. बक
 (3) रॉबर्ट बैडेन पॉवेल (4) वाई.सी. जेम्स येन
35. निम्नलिखित में से कौन से शारीरिक शिक्षा कर्मचारी का सम्बन्ध लक्ष्मीबाई राष्ट्रीय शारीरिक शिक्षा संस्थान, ग्वालियर से है ?
 A. डॉ. पी.एम. जोसफ
 B. डॉ. नोहरन
 C. प्रो. अजमेर सिंह
 D. जी.डी. सौधी
 E. डॉ. एम.एल. कमलेश
- कोड :
 (1) A, C और E (2) A और C
 (3) B, D और E (4) B और D
36. राष्ट्रीय स्वस्थता कोर की स्थापना कब हुई ?
 (1) 1961 में (2) 1963 में
 (3) 1965 में (4) 1967 में
37. जिम्नास्टिक को चार श्रेणियों में किसने वर्गीकृत किया था ?
 (1) पर हेनरिक लींग
 (2) फ्रेडरिक लुडविग जॉन
 (3) गुट्स - मथ्स
 (4) एडोल्फ स्पीज
38. राजस्थान राज्य क्रीड़ा परिषद ने पहला खेल-कूद प्रशिक्षण शिविर का आरम्भ कब किया था ?
 (1) 1985 (2) 1995
 (3) 1959 (4) 2018
39. क्रेशमर द्वारा किया गया 'व्यक्तित्व का वर्गीकरण' निम्न में से किस सिद्धान्त पर आधारित था ?
 (1) व्यक्तित्व विशेषता
 (2) शारीरिक ढाँचा
 (3) जैविक प्रकार
 (4) सामाजिक सहभागिता
40. यह बचपन से वयस्कता तक तीव्र परिवर्तन की अवधि है :
 (1) प्रसव पूर्व अवस्था
 (2) उत्तर बाल्यावस्था
 (3) किशोरावस्था
 (4) शैशवावस्था

34. Who was the founder of YMCA (Madras) ?
 (1) Anthony Ashley Cooper
 (2) H.C. Buck
 (3) Robert Baden Powell
 (4) Y.C. James Yen
35. Which of the following prominent physical education personnel is associated with Lakshmi Bai National Institute of Phy. Edu., Gwalior ?
 A. Dr. P.M. Joseph
 B. Dr. Noehren
 C. Prof. Ajmer Singh
 D. G.D. Sondhi
 E. Dr. M.L. Kamlesh
- Codes :
 (1) A, C and E (2) A and C
 (3) B, D and E (4) B and D
36. When was National Fitness Corps established ?
 (1) 1961 (2) 1963
 (3) 1965 (4) 1967
37. Who classified gymnastics into four categories ?
 (1) Per Henrik Ling
 (2) Friedrich Ludwig John
 (3) Guts Muths
 (4) Adolph Speiss
38. When had the Rajasthan State Sports Council started the first training camp ?
 (1) 1985 (2) 1995
 (3) 1959 (4) 2018
39. Kretschmer's classification of personality was based on which of the following principles ?
 (1) Personality traits
 (2) Physical structures
 (3) Biological types
 (4) Social participation
40. It is the period of drastic changes from childhood to adulthood :
 (1) Pre Natal
 (2) Late Childhood
 (3) Adolescence
 (4) Infancy

41. निम्न में से कौन सा युग्म सुमेलित नहीं है ?
- (1) स्थिति, चिंता – क्षणिक भावनात्मक स्थिति
 (2) प्रवृत्ति चिंता – स्थिर व्यक्तित्व प्रवृत्ति
 (3) दैहिक चिंता – शारीरिक अनुभव के शारीरिक लक्षण
 (4) संज्ञानात्मक चिंता – स्वायत्त तंत्रिका तंत्र की सक्रियता

42. निम्नलिखित में से कौन सा चिह्न व्यावहारिक चिंता से नहीं है ?

- (1) नाखून काटना
 (2) डर
 (3) अन्तर्मुखी
 (4) आँखों से आँखें ना मिला पाना

43. निम्नलिखित में से कौन सा युग्म सुमेलित नहीं है ?

- (1) आक्रामकता – वृत्ति सिद्धांत
 (2) समूह – आपसी मेल-जोल की भावना
 (3) तनाव – प्रयास की दिशा
 (4) एकजुटता – टीम की एकजुटता

44. खेल नैतिकता के विभिन्न खंड क्या-क्या हैं ?

- A. विश्वसनीयता B. सम्मान
 C. जिम्मेदारी D. निष्पक्षता

दिए गए सही कोड को चुनिए :

- (1) केवल A, B (2) केवल A, C
 (3) A, B, C, D (4) केवल A, D

45. मास्लो के अभिप्रेरणा सिद्धांत में सबसे ऊपर कौन सी आवश्यकता है ?

- (1) सुरक्षा (2) आत्मबोध
 (3) सम्मान (4) संबद्धता एवं स्नेह

46. मनुष्य की वृद्धि और विकास के कौन से पड़ाव को पर्याप्त और अधिकतम काल कह सकते हैं ?

- (1) जन्म के पूर्व (2) शैशवकाल
 (3) बाल अवस्था (4) किशोरावस्था

41. Which one of the following pairs is not correctly matched ?

- (1) State – Transient
 Anxiety Emotional State
 (2) Trait – Stable Personality
 Anxiety Trait
 (3) Somatic – Bodily Symptoms of
 Anxiety Bodily experience
 (4) Cognitive – Activation of the
 Anxiety Autonomic Nervous
 system

42. Which of the following is not a Behavioural Anxiety Symptom ?

- (1) Biting Fingernails
 (2) Fear
 (3) Introversion
 (4) Avoidence of eye contact

43. Which one of the following pairs is not correctly matched ?

- (1) Aggression – Instinct Theory
 (2) Group – A sense of mutual
 interaction
 (3) Stress – Direction of Effort
 (4) Cohesion – Team Bonding

44. Different sections of sports ethics are :

- A. Trustworthiness
 B. Respect
 C. Responsibility
 D. Fairness

Choose the correct code given :

- (1) A, B only (2) A, C only
 (3) A, B, C, D (4) A, D only

45. Which is the top need in the Maslow's hierarchy of need in motivational theory ?

- (1) Safety needs
 (2) Self-actualization
 (3) Esteem needs
 (4) Belongingness and love needs

46. Which stage of Human Growth and Development is termed as period of intensive as well as maximum ?

- (1) Prenatal (2) Infancy
 (3) Childhood (4) Adolescence

47. मासलो के आवश्यकता पदानुक्रम में सौन्दर्य की आवश्यकता कौन सी है ?
 (1) सराहना (2) जिज्ञासा
 (3) निपुणता (4) ज्ञान
48. यह उसकी अपनी शारीरिक बनावट और व्यक्तित्व का बोध है :
 (1) आत्म सम्मान (2) शारीरिक छवि
 (3) शरीर संयोजन (4) तनाव
49. निम्नलिखित में से कौन सा शिक्षण पद्धति का एक अनिवार्य घटक है जो शिक्षक को छात्रों के साथ बातचीत करते हुए धीरे-धीरे चालें और ट्रेड सीखने में मदद करता है ?
 (1) तैयारी (2) तकनीकी तैयारी
 (3) प्रस्तुति तकनीक (4) व्यक्तिगत तैयारी
50. निम्न में से कौन सी लीग टूर्नामेंट की विधि नहीं है ?
 (1) साइक्लिक (2) सीढ़ीनुमा
 (3) टैबुलर (4) पिरामिड
51. निम्नलिखित में से किस शिक्षण पद्धति में सीखने की प्रक्रिया शामिल है जो शिक्षक द्वारा पूरी तरह से हावी है ?
 (1) प्रदर्शन विधि (2) कमांड विधि
 (3) कार्य विधि (4) पारस्परिक विधि
52. कौशल पाठयोजना का सही क्रम क्या है ?
 (1) असेम्बली, मुख्य भाग, परिचय, मनोरंजन खेल
 (2) असेम्बली, परिचय, मुख्य भाग, लीड अप गेम
 (3) असेम्बली, मुख्य भाग, लीड अप गतिविधि, परिचय
 (4) परिचय, असेम्बली, मुख्य भाग, मनोरंजन खेल
53. निम्नलिखित में से कौन कौशल के इर्द-गिर्द ड्रिल के माध्यम से कौशल प्रदर्शन की यांत्रिकी को मजबूत करने पर बल देता है ?
 (1) वार्मिंग अप
 (2) सभा
 (3) लीड अप गतिविधि
 (4) कक्षा का विसर्जन

47. Which is the Aesthetic needs of Maslow hierarchy needs ?
 (1) Appreciation (2) Curiosity
 (3) Mastery (4) Knowledge
48. It is the sense of his own physical appearance and personality :
 (1) Self Esteem
 (2) Body Image
 (3) Body Composition
 (4) Stress
49. Which one of the following is an essential ingredient of teaching method that helps the teacher to gradually acquire tricks and trades while interacting with the students ?
 (1) Readiness
 (2) Technical Preparation
 (3) Presentation Technique
 (4) Personal Preparation
50. Which of the following is not a method of league tournament ?
 (1) Cyclic (2) Staircase
 (3) Tabular (4) Pyramid
51. Which one of the following teaching methods involves the learning process that is completely dominated by the teacher ?
 (1) Demonstration method
 (2) Command method
 (3) Task method
 (4) Reciprocal method
52. What is the right sequence of skill lesson plan ?
 (1) Assembly, Main Part, Introduction, Recreational Game
 (2) Assembly, Introduction, Main Part, Lead up Games
 (3) Assembly, Main Part, Lead up Activity, Introduction
 (4) Introduction, Assembly, Main Part, Recreational Game
53. Which one of the following emphasises on strengthening the mechanics of skills performance through drills around the skill ?
 (1) Warming up
 (2) Assembly
 (3) Lead up Activity
 (4) Dispersal of Class

54. किस प्रकार के रजिस्टर में विद्यालय निरीक्षक अपने सुझाव व रिपोर्ट लिखता है ?

- (1) लॉग रजिस्टर
- (2) निरीक्षण रजिस्टर
- (3) आदेश रजिस्टर
- (4) परीक्षा रजिस्टर

55. डबल लीग में मैचों की कुल संख्या ज्ञात करने का सूत्र है :

- (1) $N(N-1)$
- (2) $N(N-1)/2$
- (3) $N-1$
- (4) $N-1/2$

56. कौन सी जन संपर्क प्रक्रिया में उपयोग की जाने वाली प्रविधि नहीं है ?

- (1) रेडियो और टेलीविजन
- (2) समाचार-पत्र
- (3) धरना
- (4) जमघट

57. जब नॉक आउट टूर्नामेंट में प्रवेश करने वाली टीमों की संख्या 19 है तो बाई की संख्या कितनी होगी ?

- (1) 18
- (2) 17
- (3) 16
- (4) 13

58. सारणीबद्ध पद्धति का संबंध है :

- (1) नॉक आउट प्रतियोगिता से
- (2) लीग प्रतियोगिता से
- (3) चैलेंज प्रतियोगिता से
- (4) कॉम्बिनेशन प्रतियोगिता से

59. सेंसरी मेथड का प्रयोग किस मोटर कॉम्पोनेंट को विकसित करने में किया जाता है ?

- (1) सन्तुलन
- (2) तालमेल
- (3) प्रतिक्रिया
- (4) लचीलापन

60. ऑक्सो-टॉनिक मांसपेशी संकुचन को कहा जाता है :

- (1) डायनामिक मांसपेशी संकुचन
- (2) स्टैटिक मांसपेशी संकुचन
- (3) आइसो-मेट्रिक मांसपेशी संकुचन
- (4) इनमें से कोई नहीं

61. एक खिलाड़ी की स्थिर और गतिशील दोनों स्थितियों में शरीर का संतुलन बनाए रखने की क्षमता को क्या कहते हैं ?

- (1) संतुलन क्षमता
- (2) प्रतिक्रिया क्षमता
- (3) अभिविन्यास क्षमता
- (4) विभेदन क्षमता

54. On which register the school supervisor writes reports and suggestion ?

- (1) Log Register
- (2) Inspection Register
- (3) Order Register
- (4) Exam Register

55. What is the formula to find the total number of Matches in double league ?

- (1) $N(N-1)$
- (2) $N(N-1)/2$
- (3) $N-1$
- (4) $N-1/2$

56. Which is not the technique used in the public relation process ?

- (1) Radio and TV
- (2) Newspaper
- (3) Strike
- (4) Rally

57. When the number of teams entering in knock out tournament is 19, the number of byes will be

- (1) 18
- (2) 17
- (3) 16
- (4) 13

58. The Tabular Method is related to :

- (1) Knock out Competition
- (2) League Competition
- (3) Challenge Competition
- (4) Combination Competition

59. Sensory method is used to develop which motor component ?

- (1) Balance
- (2) Co-ordination
- (3) Reaction
- (4) Flexibility

60. Auxo-tonic muscle contraction is called :

- (1) Dynamic muscle contraction
- (2) Static muscle contraction
- (3) Iso-metric muscle contraction
- (4) None of these

61. Ability of a sportsperson to maintain equilibrium of the body in both static & dynamic conditions is called _____.

- (1) Balance Ability
- (2) Reaction Ability
- (3) Orientation Ability
- (4) Differentiation Ability

62. मैक्रो सायकिल है -
- (1) प्रशिक्षण का सबसे छोटा अवधि चक्र
 - (2) प्रशिक्षण का मध्यम अवधि चक्र
 - (3) प्रशिक्षण का सबसे बड़ा अवधि चक्र
 - (4) इनमें से कोई नहीं
63. शरीर गतिविधि का तेजी से संभव प्रदर्शन है :
- (1) शुरुआती गति
 - (2) अधिकतम गति
 - (3) त्वरण गति
 - (4) चाल गति
64. नीचे दो कथन दिए गए हैं, एक को अभिकथन (A) और दूसरे को कारण (R) के रूप में लेबल किया गया है :
- अभिकथन (A) :** प्रतियोगिता अवधि का उद्देश्य शीर्ष स्वरूप प्राप्त करना और उसे बनाए रखना है ।
- कारण (R) :** एक बार प्राप्त शीर्ष स्वरूप अधिक समय तक बना रह सकता है ।
- कोड :**
- (1) (A) झूठ है लेकिन (R) सच है ।
 - (2) (A) सच है लेकिन (R) झूठ है ।
 - (3) दोनों (A) और (R) सत्य हैं और (R), (A) का सही स्पष्टीकरण नहीं है ।
 - (4) दोनों (A) और (R) सत्य हैं और (R), (A) का सही स्पष्टीकरण है ।

65. सूची - I को सूची - II से सुमेलित कीजिए और सूचियों के नीचे दिए गए कूट का प्रयोग कर सही उत्तर चुनिए :

सूची - I	सूची - II
A. आइसोटोनिक विधि	1. गतिहीन मांसपेशी संकुचन
B. सेट्स	2. गतिशील मांसपेशी संकुचन
C. आइसोमेट्रिक विधि	3. दोहराव की निर्दिष्ट संख्या
D. अधिकतम शक्ति	4. डायनेमोमीटर

कूट :

	A	B	C	D
(1)	2	4	3	1
(2)	3	4	1	2
(3)	2	3	1	4
(4)	3	1	4	2

62. Macro cycle is the
- (1) Smaller Duration cycle of Training
 - (2) Medium Duration cycle of Training
 - (3) Longer Duration cycle of Training
 - (4) None of these

63. Performing bodily movement as fast as possible is :
- (1) Starting speed
 - (2) Top speed
 - (3) Acceleration speed
 - (4) Movement speed

64. Given below are two statements, one is labelled as Assertion (A) and other as Reason (R) :

Assertion (A) : The aim of the competition period is to achieve and maintain top form.

Reason (R) : The top form once attained can last for longer period of time.

Codes :

- (1) (A) is false but (R) is true
- (2) (A) is true but (R) is false
- (3) Both (A) and (R) are true and (R) is not the correct explanation of (A)
- (4) Both (A) and (R) are true and (R) is the correct explanation of (A)

65. Match List - I with List - II and select the correct answer by using the codes given below the lists :

List - I	List - II
A. Isotonic Method	1. Static muscle contraction
B. Sets	2. Dynamic muscle contraction
C. Isometric Method	3. Specified number of repetitions
D. Maximum Strength	4. Dynamometer

Codes :

	A	B	C	D
(1)	2	4	3	1
(2)	3	4	1	2
(3)	2	3	1	4
(4)	3	1	4	2

66. सूची - I को सूची - II से सुमेलित कीजिए और सूचियों के नीचे दिए गए कोड का प्रयोग कर सही उत्तर दीजिए :

सूची - I		सूची - II	
A. पुनरावृत्ति विधि	1. लचीलेपन का विकास		
B. लंबी दूरी का अंतराल प्रशिक्षण	2. गति विकास		
C. मध्यम दूरी अंतराल प्रशिक्षण	3. अवायवीय सहनशक्ति का विकास		
D. बैलिस्टिक विधि	4. सहनशीलता की क्षमता में सुधार करती है।		

कोड :

	A	B	C	D
(1)	2	4	3	1
(2)	3	4	1	2
(3)	1	4	2	3
(4)	3	1	4	2

67. नीचे दो कथन दिए गए हैं, एक को अभिकथन (A) और दूसरे को कारण (R) कहा गया है :

अभिकथन (A) : कोच ऐथलीट की निर्देशात्मक और शैक्षिक प्रक्रिया का मार्गदर्शन करता है और समय रूप से उसके चरित्र और व्यक्तित्व पर महत्वपूर्ण प्रभाव डालता है।

कारण (R) : कोच का अधिकार, प्रभावशीलता और सफलता काफी हद तक उनके व्यक्तित्व की परिपक्वता, कोचिंग में उनकी शैक्षिक क्षमताओं, मनोविज्ञान की जानकारी, संगठनात्मक क्षमताओं पर निर्भर करती है।

कोड :

- (1) (A) सही है लेकिन (R) गलत है।
 (2) (A) गलत है लेकिन (R) सही है।
 (3) दोनों (A) और (R) व्यक्तिगत रूप से सही हैं और (R), (A) का सही स्पष्टीकरण है।
 (4) दोनों (A) और (R) गलत हैं।

66. Match List - I with List - II and select the correct answer by using the codes given below the lists :

List - I		List - II	
A. Repetition method	1. Development of flexibility		
B. Long distance interval training	2. Speed development		
C. Medium distance interval training	3. Development of anaerobic endurance		
D. Ballistic method	4. Improves endurance capacity		

Codes :

	A	B	C	D
(1)	2	4	3	1
(2)	3	4	1	2
(3)	1	4	2	3
(4)	3	1	4	2

67. Given below are two statements, one is labelled as Assertion (A) and other as Reason (R) :

Assertion (A) : The coach guides the instructional and educational process to the athlete and exerts a significant influence on his character and personality as a whole.

Reason (R) : The authority, effectiveness and success of the coach to a great extent depends on the maturity of his personality, his educational abilities in coaching, psychology know how, organisational abilities.

Codes :

- (1) (A) is true but (R) is false
 (2) (A) is false but (R) is true
 (3) Both (A) and (R) are individually true and (R) is the correct explanation of (A)
 (4) Both (A) and (R) are false.

68. निम्नलिखित में से कौन सा एक अच्छे कोच का गुण नहीं है ?

- (1) प्रशिक्षण पद्धति का ज्ञान
- (2) ऐथलीट के लिए चिंता
- (3) अनुशासित
- (4) अनिर्णायक

69. निम्नलिखित में से कौन सा युग्म सुमेलित नहीं है ?

- (1) कोशिका झिल्ली - लिपिड और प्रोटीन
- (2) माइटोकॉन्ड्रियन - ए टी पी गठन
- (3) फेफड़े - श्वसन तंत्र
- (4) कोरोनरी आर्टरी - किडनी

70. निम्नलिखित में से कौन से शॉक पैड और फ्लेक्स पॉइंट हैं ?

- (1) फीमर
- (2) ह्यूमरस
- (3) अस्थिमज्जा
- (4) इंटरवर्टेब्रल डिस्क

71. शारीरिक कार्य-प्रणाली मापदंडों की एक सूची नीचे दी गई है :

1. रक्तचाप
2. ज्वारीय आयतन
3. कार्डिएक आउटपुट
4. बेसल मेटाबोलिक रेट.

इनमें से कौन से हृद्-वाहिका कार्य-प्रणाली संबंधी मापदंड नहीं हैं ?

- (1) 1 और 2
- (2) 1 और 3
- (3) 2 और 4
- (4) 3 और 4

72. निम्नलिखित में से कौन सा शरीर की लंबे समय तक व्यायाम करने की क्षमता को संदर्भित करता है ?

- (1) कार्डियोरेस्पिरेटरी सहनशीलता
- (2) अवायवीय सीमा
- (3) अवायवीय क्षमता
- (4) वैस्कुलर क्षमता

68. Which one of the following is not the quality of a good coach ?

- (1) Knowledge of training method
- (2) Concern for the athlete
- (3) Disciplined
- (4) Indecisive

69. Which one of the following pairs is not correctly matched ?

- (1) Cell membrane - Lipids and Proteins
- (2) Mitochondrion - ATP formation
- (3) Lungs - Respiratory system
- (4) Coronary artery - Kidney

70. Which one of the following are shock pads and flex points ?

- (1) Femur
- (2) Humerus
- (3) Bone Marrow
- (4) Intervertebral Disks

71. A list of physiological parameters is given below :



1. Blood Pressure
2. Tidal Volume
3. Cardiac Output
4. Basal Metabolic Rate

Which of these are not the cardiovascular parameters ?

- (1) 1 and 2
- (2) 1 and 3
- (3) 2 and 4
- (4) 3 and 4

72. Which one of the following refers to the body's ability to perform exercise for prolonged duration ?

- (1) Cardio-respiratory Endurance
- (2) Anaerobic Threshold
- (3) Anaerobic Capacity
- (4) Vascular Capacity

73. सूची - I को सूची - II से सुमेलित कीजिए और सूचियों के नीचे दिए गए कूट का प्रयोग कर सही उत्तर चुनिए :

सूची - I सूची - II

- | | |
|---------------------|------------------|
| A. पिट्यूटरी ग्रंथि | 1. इंसुलिन |
| B. अग्न्याशय | 2. एस्ट्रोजन |
| C. एड्रेनल मेडुला | 3. ग्रोथ हार्मोन |
| D. अंडाशय | 4. ऐपिनेफ्रीन |

कूट :

	A	B	C	D
(1)	2	4	3	1
(2)	3	1	4	2
(3)	2	3	1	4
(4)	4	2	3	1

74. कोशिका की प्रोटीन फैक्ट्री किसे कहा जाता है ?

- (1) माइटोकॉन्ड्रिया (2) सेन्ट्रोसोम
(3) राइबोसोम (4) लाइसोसोम

75. रक्त में लैक्टिक एसिड के प्रभावों का मुकाबला करने के लिए क्षारीय रिजर्व की कुल क्षमता कहलाती है :

- (1) फास्फोजन स्टोर्स
(2) एनर्जी रिजर्व
(3) बफर क्षमता
(4) ए.टी.पी.-पी.सी. सिस्टम

76. प्राणाधार-क्षमता मापी जाती है -

- (1) स्टेडियोमीटर से (2) डायनेमोमीटर से
(3) मैनोंमीटर से (4) स्पायरोमीटर से

77. लाल रक्त कोशिका का औसत जीवन होता है :

- (1) 80 दिन (2) 100 दिन
(3) 120 दिन (4) 140 दिन

78. कार्डियक धारीदार मांसपेशी का दूसरा नाम क्या कहलाता है ?

- (1) मायोकार्डियम
(2) स्वैच्छिक मांसपेशी
(3) चिकनी मांसपेशी
(4) अनैच्छिक मांसपेशी

73. Match List - I with List - II and select the correct answer by using the codes given below the lists :

List - I List - II

- | | |
|--------------------|-------------------|
| A. Pituitary Gland | 1. Insulin |
| B. Pancreas | 2. Estrogen |
| C. Adrenal Medulla | 3. Growth Hormone |
| D. Ovaries | 4. Epinephrine |

Codes :

	A	B	C	D
(1)	2	4	3	1
(2)	3	1	4	2
(3)	2	3	1	4
(4)	4	2	3	1



74. Which is known as protein factory of the cell ?

- (1) Mitochondria
(2) Centrasome
(3) Ribosome
(4) Lysosome

75. The total capacity of the alkaline reserve to counter the effects of lactic acid in blood is called.

- (1) Phosphogen Stores
(2) Energy Reserves
(3) Buffer Capacity
(4) ATP-PC system

76. Vital capacity is measured by :

- (1) Stadiometer
(2) Dynamometer
(3) Manometer
(4) Spirometer

77. The average life of a Red Blood Cell is

- (1) 80 Days (2) 100 Days
(3) 120 Days (4) 140 Days

78. The other name for cardiac striated muscle is called as _____.

- (1) Myocardium
(2) Voluntary muscle
(3) Smooth muscle
(4) Involuntary muscle

79. सूची - I को सूची - II से सुमेलित कीजिए और सूचियों के नीचे दिए गए कूट का प्रयोग कर सही उत्तर चुनिए :

सूची - I

सूची - II

- | | |
|----------------------------------|--|
| A. स्वास्थ्य देखभाल संसाधन आवंटन | 1. स्वास्थ्य देखभाल के प्रावधान के लिए संकेत |
| B. काम की स्थिति | 2. स्वास्थ्य स्थिति संकेतक |
| C. जन्म के समय कम वजन | 3. स्वास्थ्य से संबंधित सामाजिक और आर्थिक संकेतक |
| D. देखभाल की गुणवत्ता | 4. स्वास्थ्य नीति संकेतक |

कूट :

	A	B	C	D
(1)	2	4	3	1
(2)	3	1	4	2
(3)	2	3	4	1
(4)	4	3	2	1

80. निम्न में से कौन सा युग्म सुमेलित नहीं है ?

- | | |
|------------------------------|--------------------------------|
| (1) शरीर के बिल्डिंग ब्लॉक्स | - प्रोटीन |
| (2) विटामिन C | - स्वास्थ्य प्रतिरक्षा प्रणाली |
| (3) विटामिन B1 | - थायमिन |
| (4) हीमोग्लोबिन | - मैग्नीशियम |

81. किस वसा के अधिक सेवन से हृदय रोग की सम्भावना बढ़ जाती है ?

- (1) संतृप्त वसा
- (2) बहु असंतृप्त वसा
- (3) एकल असंतृप्त वसा
- (4) इनमें से कोई नहीं

82. निम्नलिखित में से किसे स्वास्थ्य के विज्ञान के रूप में परिभाषित किया गया है और स्वस्थ जीवन में योगदान देने वाले सभी कारकों को शामिल किया गया है ?

- (1) सार्वजनिक स्वास्थ्य
- (2) स्वच्छता
- (3) निवारक दवा
- (4) समाज चिकित्सा

79. Match List - I with List - II and select the correct answer by using the codes given below the lists :

List - I

List - II

- | | |
|------------------------------------|--|
| A. Health care resource allocation | 1. Indicators for the provision of health care |
| B. Work condition | 2. Health status indicators |
| C. Low birth weight | 3. Social and economic indicators of health. |
| D. Quality of Care | 4. Health policy indicators |

Codes :

	A	B	C	D
(1)	2	4	3	1
(2)	3	1	4	2
(3)	2	3	4	1
(4)	4	3	2	1

80. Which one of the following pairs is not correctly matched ?

- | | |
|---------------------------------|-------------------------|
| (1) Building blocks of the body | - Proteins |
| (2) Vitamin C | - Healthy Immune System |
| (3) Vitamin B1 | - Thiamine |
| (4) Haemoglobin | - Magnesium |

81. Excess intake of fat that increases the chances of heart disease

- (1) Saturated fat
- (2) Polyunsaturated fat
- (3) Monounsaturated fat
- (4) None of these

82. Which one of the following is defined as the science of health and embraces all factors that contribute to healthful living ?

- (1) Public health
- (2) Hygiene
- (3) Preventive medicine
- (4) Community medicine

83. यह फेफड़ों के सूजन की स्थिति है :
- (1) सिफलिस (2) न्यूमोनिया
(3) टेटनस (4) बॉटुलिज्म
84. निम्नलिखित में से कौन सा एक विशिष्ट संक्रामक एजेंट या उसके जहरीले उत्पादों के कारण एक बीमारी को संदर्भित करता है जो प्रत्यक्ष या अप्रत्यक्ष रूप से मनुष्य से मनुष्य या पर्यावरण से हवा, मिट्टी, धूल, पानी, भोजन के माध्यम से मनुष्य में प्रसारित होने में सक्षम है ?
- (1) संक्रामक रोग (2) संचारी रोग
(3) महामारी (4) व्यापक रोग
85. कौन से वायरस से खसरा फैलता है ?
- (1) पैरा वायरस से (2) मिक्सो वायरस से
(3) डी.एन.ए. वायरस से (4) टोगा वायरस से
86. मरासमस रोग किसकी कमी से होता है ?
- (1) प्रोटीन (2) कार्बोहाइड्रेट
(3) वसा (4) खनिज-लवण
87. पेलैग्रा रोग किस विटामिन की कमी से होता है ?
- (1) राइबोफ्लेविन (2) नियासिन
(3) थायमिन (4) बायोटिन
88. मैक्सोएडेमा रोग किसकी कमी से होता है ?
- (1) हॉर्मोन (2) प्रोटीन
(3) मिनरल (4) विटामिन्स
89. "खेल ही जीवन है" सिद्धांत को किसने दिया है ?
- (1) विलियम मैकडूगल
(2) जॉन डेवी
(3) रूसो
(4) जी.टी.डब्ल्यू पैट्रिक
90. इनमें से किसने खेल के अभ्यास सिद्धांत को विकसित किया ?
- (1) जोहान हेनरिक पेस्टलोजी
(2) सिगमंड फ्रायड
(3) कार्ल ग्रोस
(4) लेव वायगोत्स्की

83. It is an Inflammatory condition of the lungs :
- (1) Syphilis (2) Pneumonia
(3) Tetanus (4) Botulism
84. Which one of the following refers to an illness due to a specific infectious agent or its toxic products capable of being directly or indirectly transmitted from man to man or from environment through air, soil, dust, water, food to man ?
- (1) Contagious disease
(2) Communicable disease
(3) Pandemic
(4) Epidemic
85. From which virus Rubella is spread ?
- (1) Para Virus (2) Mixo Virus
(3) D.N.A. Virus (4) Toga Virus
86. Marasmus disease is caused by which deficiency ?
- (1) Protein
(2) Carbohydrates
(3) Fat
(4) Minerals
87. Pellagra disease is caused by the deficiency of which vitamin ?
- (1) Riboflavin (2) Niacin
(3) Thiamin (4) Biotin
88. Myxoedema disease is caused by the deficiency of _____.
- (1) Hormone (2) Protein
(3) Minerals (4) Vitamins
89. Who gave "Play is Life" theory ?
- (1) William McDugal
(2) John Dewey
(3) Rousseau
(4) G.T.W. Patrick
90. Who has developed the practice theory of play ?
- (1) Johann Heinrich Pestalozzi
(2) Sigmund Freud
(3) Karl Groos
(4) Lev Vygotsky

91. निम्न में से कौन सी क्रिया को वित्तीय प्रबन्धन में शामिल किया जा सकता है ?

- (1) प्रशिक्षण नियोजन (2) मूल्यांकन
(3) संशोधन (4) निर्देशन सूची

92. निम्नलिखित में से कौन सा संगठन का सिद्धांत नहीं है ?

- (1) शक्ति का प्रत्यायोजन
(2) उचित संचार
(3) प्राधिकरण की अवहेलना
(4) विकेन्द्रीकरण

93. भूमि संबंधी साहसिक गतिविधियाँ हैं :

- (1) हैंड ग्लाइडिंग (2) रिवर-राफ्टिंग
(3) ट्रेकिंग (4) पैराग्लाइडिंग

94. निम्नलिखित में से कौन सी क्लासिकल प्ले थ्योरी है ?

- (1) मनोविश्लेषणात्मक सिद्धांत
(2) अधिशेष ऊर्जा सिद्धांत
(3) उत्तेजना मॉड्यूलेशन थ्योरी
(4) संज्ञानात्मक सिद्धांत

95. सूची - I को सूची - II से सुमेलित कीजिए और सूचियों के नीचे दिए गए कूट का प्रयोग कर सही उत्तर चुनिए :

सूची - I

सूची - II

- | | |
|----------------|--------------------|
| A. हार्नेस | 1. हाई एल्टीट्यूड |
| B. क्रेम्पोन्स | 2. कैम्पिंग |
| C. ट्रेकिंग | 3. पर्वतारोहण |
| D. बैकपैकिंग | 4. रॉक क्लाइम्बिंग |

कूट :

- | | | | | |
|-----|---|---|---|---|
| | A | B | C | D |
| (1) | 2 | 4 | 3 | 1 |
| (2) | 3 | 1 | 4 | 2 |
| (3) | 2 | 3 | 4 | 1 |
| (4) | 4 | 3 | 1 | 2 |

96. योगासन की परिभाषा "स्थिरम् सुखम् आसनम्" किस ग्रंथ से ली गई है ?

- (1) घेरण्ड संहिता
(2) योग सूत्र
(3) हठ योग प्रदीपिका
(4) लाइट ऑन लाइफ



91. Which activity includes financial management ?

- (1) Training Schedule
(2) Evaluation
(3) Modification
(4) Guidelines

92. Which one of the following is not the principle of organisation-?

- (1) Delegation of power
(2) Proper communication
(3) Outstrip the authority
(4) Decentralisation

93. Land related adventure activities :

- (1) Hang gliding
(2) River Rafting
(3) Trekking
(4) Paragliding

94. Which one of the following is the classical play theory ?

- (1) Psychoanalytic theory
(2) Surplus energy theory
(3) Arousal modulation theory
(4) Cognitive theory

95. Match List - I with List - II and select the correct answer by using the codes given below the lists :

List - I

List - II

- | | |
|----------------|-------------------|
| A. Harness | 1. High altitude |
| B. Crampons | 2. Camping |
| C. Trekking | 3. Mountaineering |
| D. Backpacking | 4. Rock climbing |

Codes :

- | | | | | |
|-----|---|---|---|---|
| | A | B | C | D |
| (1) | 2 | 4 | 3 | 1 |
| (2) | 3 | 1 | 4 | 2 |
| (3) | 2 | 3 | 4 | 1 |
| (4) | 4 | 3 | 1 | 2 |

96. Definition of yogasans "Sthiram Sukham aasanam" is derived from which book ?

- (1) Gheraṇḍa Samhitā
(2) Yoga Sutra
(3) Hath Yoga Pradipika
(4) Light on Life

97. मोरारजी देसाई राष्ट्रीय योग संस्थान स्थित है :
- (1) हरिद्वार में (2) ऋषिकेश में
(3) पूना में (4) नई दिल्ली में
98. पतंजलि योग दर्शन में सूत्रों की संख्या कितनी है ?
- (1) 108 (2) 190
(3) 195 (4) 199
99. पतंजलि के अनुसार प्राणायामों की संख्या है :
- (1) चार (2) छह
(3) आठ (4) बारह
100. इनमें से कौन अन्तरंग योग नहीं है ?
- (1) प्राणायाम (2) धारणा
(3) ध्यान (4) समाधि
101. निम्नलिखित में से कौन सत्-कर्म का तत्त्व है ?
- (1) वस्ति (2) यम
(3) ध्यान (4) नियम
102. सूची - I को सूची - II से सुमेलित कीजिए और सूचियों के नीचे दिए गए कूट का प्रयोग कर सही उत्तर चुनिए :

सूची - I सूची - II

- | | |
|---------------|-----------------|
| A. ताड़ासन | 1. ब्रह्म नाड़ी |
| B. शशांकासन | 2. पर्वत मुद्रा |
| C. योगिक चक्र | 3. खरगोश मुद्रा |
| D. सिद्धासन | 4. ध्यान आसन |

कूट :

- | | A | B | C | D |
|-----|---|---|---|---|
| (1) | 3 | 4 | 1 | 2 |
| (2) | 3 | 2 | 4 | 1 |
| (3) | 2 | 3 | 1 | 4 |
| (4) | 4 | 3 | 1 | 2 |

97. Morarji Desai National Institute of Yoga is situated at :
- (1) Haridwar (2) Rishikesh
(3) Pune (4) New Delhi
98. What is the number of sutras in Patanjali Yoga Darshan ?
- (1) 108 (2) 190
(3) 195 (4) 199
99. According to Patanjali, number of Pranayamas are :
- (1) Four (2) Six
(3) Eight (4) Twelve
100. Which of the following is not antarang yoga ?
- (1) Pranayam (2) Dharna
(3) Dhyana (4) Samadhi
101. Which of the following is the elements of Sat-Karma ?
- (1) Vasti (2) Yama
(3) Dhyana (4) Niyama
102. Match List - I with List - II and select the correct answer by using the codes given below the lists :

List - I

List - II

- | | |
|------------------|---------------------|
| A. Tadasan | 1. Brahm Nadi |
| B. Shasankasan | 2. Mountain Pose |
| C. Yogic chakras | 3. Hare Pose |
| D. Sidhasana | 4. Meditative Asana |

Codes :

- | | A | B | C | D |
|-----|---|---|---|---|
| (1) | 3 | 4 | 1 | 2 |
| (2) | 3 | 2 | 4 | 1 |
| (3) | 2 | 3 | 1 | 4 |
| (4) | 4 | 3 | 1 | 2 |

103. इनमें से कौन सा प्राणायाम का हिस्सा है ?

- (1) पूरक (2) अपान
(3) उज्जई (4) अयाम

104. इनमें से कौन सा आसन श्रोणि क्षेत्र की मांसपेशियों को टोन करने में मदद करता है ?

- (1) सुखासन (2) पद्मासन
(3) शशांकासन (4) ताड़ासन

105. निम्नलिखित में से कौन नियम का भाग नहीं है ?

- (1) ब्रह्मचर्य (2) स्वाध्याय
(3) ईश्वर प्राणिधान (4) सन्तोष

106. इनमें से कौन सा विश्राम आसन का हिस्सा है ?

- (1) मकरासन (2) पद्मासन
(3) मयूरासन (4) सिद्धासन

107. अनुपयुक्त का चयन करें :

- (1) यम — आत्म-नियंत्रण
(2) आसन — शरीर की मुद्रा
(3) प्राणायाम — प्राण का नियंत्रण
(4) समाधि — किसी वस्तु पर एकाग्रता

108. किस ओलम्पिक में डोपिंग के विरुद्ध शपथ पहली बार ली गई ?

- (1) अटलांटा ओलम्पिक
(2) सिडनी ओलम्पिक
(3) मॉस्को ओलम्पिक
(4) बार्सिलोना ओलम्पिक

103. Which one of these is a part of Pranayama ?

- (1) Purak (2) Apan
(3) Ujjai (4) Ayam

104. Which of these asana helps tone the muscles of the pelvic region ?

- (1) Sukhasana
(2) Padmasana
(3) Shasankasana
(4) Tadasana

105. Which of the following is not a part of niyam ?

- (1) Brahmacharya
(2) Swadhyaya
(3) Iswar Pranidhan
(4) Santosh

106. Which one of these is part of Relaxative Asana ?

- (1) Makrasana
(2) Padmasana
(3) Mayurasana
(4) Sidhasana

107. Choose the incorrect one :

- (1) Yama — Self-control
(2) Asanas — Body posture
(3) Pranayama — Control of prana
(4) Samadhi — Concentration on an object

108. In which Olympics, was the oath against doping taken for the first time ?

- (1) Atlanta Olympic
(2) Sydney Olympic
(3) Moscow Olympic
(4) Barcelona Olympic

109. निम्नलिखित में से कौन सा कथन सही है ?

- (1) शारीरिक शिक्षा के संज्ञानात्मक उद्देश्य शरीर के विभिन्न अंगों / तंत्रों के विकास से जुड़े हैं।
- (2) ज्ञान का अधिग्रहण, विश्लेषण, अनुप्रयोग और मूल्यांकन संज्ञानात्मक उद्देश्यों का केन्द्र बिंदु है।
- (3) शारीरिक शिक्षा के संज्ञानात्मक उद्देश्यों का मुख्य फोकस दृष्टिकोण, प्रशंसा और मूल्यों का विकास है।
- (4) संज्ञानात्मक उद्देश्य मौलिक कौशल और खेल कौशल के विकास पर ध्यान केन्द्रित करते हैं।

110. निम्नलिखित में से कौन सा कथन सही है ?

- (1) एंडोमोर्फ शरीर का मोटापा घटक है।
- (2) प्रमुख मांसलता एंडोमोर्फ की मुख्य विशेषता है।
- (3) एंडोमोर्फ में दुबलापन घटक प्रमुख है।
- (4) एंडोमोर्फ में मोटी मांसपेशियों से ढकी बड़ी हड्डियाँ प्रमुख होती हैं।

111. व्यायाम के बाद पुनः प्राप्ति के दौरान जो अतिरिक्त प्राण-वायु का उपभोग किया जाता है, उसको _____ कहते हैं।

- (1) द्वितीय वायु
- (2) ऑक्सीजन ऋण
- (3) हाइपोक्सिया
- (4) काइनेस्थेटिक सेन्स

112. किसने कहा है – “शारीरिक क्रियाओं पर केन्द्रित अनुभवों द्वारा जो परिवर्तन मानव में आते हैं, वे ही शारीरिक शिक्षा कहलाते हैं।” ?

- (1) ओबर्टूफर
- (2) कैसिडी
- (3) जे.बी. नैश
- (4) सी.एल. ब्रॉउनेल

113. क्रैशमर द्वारा कौन सा शारीरिक प्रकार नहीं दिया गया है ?

- (1) पिकनिक
- (2) एथलेटिक
- (3) डिस्प्लास्टिक
- (4) फ्लैगमेटिक

109. Which one of the following statement is correct ?

- (1) Cognitive objectives of physical education is associated with development of various organs / systems of the body.
- (2) Acquisition, Analysis, Application and Evaluation of knowledge is the focus of cognitive objectives.
- (3) Development of attitude, appreciation and values are the main focus of cognitive objectives of physical education.
- (4) Cognitive objectives focus on the development of fundamental skills and sports skills.

110. Which one of the following statement is correct ?

- (1) Endomorph is the fatness component of the body.
- (2) Prominent musculature is the main feature of endomorphs.
- (3) Leanness component is prominent in endomorphs.
- (4) Large bones covered with thick muscles are prominent in endomorphs.

111. Amount of extra oxygen consumed during the recovery after exercise is called :

- (1) Second wind
- (2) Oxygen debt
- (3) Hypoxia
- (4) Kinesthetic sense

112. Who said – “Physical Education is the sum of change in the individual caused by experiences centering motor activities” ?

- (1) Oberteuffer
- (2) Cassidy
- (3) J.B. Nash
- (4) C.L. Brownell

113. Which body type has not been given by Krestchmer ?

- (1) Pyknic
- (2) Athletic
- (3) Dysplastic
- (4) Phlegmatic

114. सूची - I का सूची - II के साथ मिलान करें और सूचियों के नीचे दिए गए कूट का उपयोग करके सही उत्तर का चयन करें :

- | | |
|---------------|--|
| सूची - I | सूची - II |
| A. आदर्शवाद | 1. धर्म और दर्शन सह-अस्तित्व में हैं। |
| B. प्रयोजनवाद | 2. मन व्यक्ति के अस्तित्व का केन्द्र है। |
| C. यथार्थवाद | 3. मानवीय अनुभव वास्तविकता की अवधारणा में परिवर्तन का कारण बनते हैं। |
| D. प्रकृतिवाद | 4. व्यक्ति समाज से अधिक महत्वपूर्ण है। |

कूट :

	A	B	C	D
(1)	3	1	2	4
(2)	2	3	4	1
(3)	2	3	1	4
(4)	2	4	1	3

115. अस्तित्ववाद का सिद्धान्त किसने दिया ?

- (1) जॉन डेवी
- (2) प्लेटो
- (3) किर्केगार्ड, नीत्से और सार्त्र
- (4) देकार्त

116. निम्न में कौन सा "कौशल सम्बंधित फिटनेस" घटक नहीं है ?

- (1) चपलता
- (2) लचीलापन
- (3) सन्तुलन
- (4) पावर

117. सूची - I और सूची - II का मिलान करें और नीचे दी गई सूचियों का उपयोग करके सही उत्तर चुनें :

- | | |
|--------------------|---------------------------|
| सूची - I | सूची - II |
| A. वायवीय गतिविधि | 1. 80 मीटर से कम स्प्रिंट |
| B. अवायवीय गतिविधि | 2. तैराकी में मैडले |
| C. लचीलापन | 3. बजन प्रशिक्षण |
| D. बल गतिविधि | 4. पैसिव स्ट्रेचिंग |

नीचे दिए गए कोड का उपयोग करके सही उत्तर दीजिए :

- (1) A-2, B-1, C-4, D-3
- (2) A-1, B-2, C-3, D-4
- (3) A-3, B-1, C-2, D-4
- (4) A-4, B-3, C-1, D-2

114. Match List - I with List - II and select the correct answer by using the codes given below the lists :

- | | |
|---------------|--|
| List - I | List - II |
| A. Idealism | 1. Religion and philosophy coexist |
| B. Pragmatism | 2. Mind is the focus of a person's being |
| C. Realism | 3. Human experience cause change in concept of reality |
| D. Naturalism | 4. The individual is more important than society |

Codes :

	A	B	C	D
(1)	3	1	2	4
(2)	2	3	4	1
(3)	2	3	1	4
(4)	2	4	1	3

115. Who gave the theory of Existentialism ?

- (1) John Dewey
- (2) Plato
- (3) Kierkegaard, Nietzsche and Sartre
- (4) Descartes

116. Which one is not a "skill related fitness" component ?

- (1) Agility
- (2) Flexibility
- (3) Balance
- (4) Power

117. Match List - I with List - II and select the correct answer by using the below lists :

- | | |
|-----------------------|--------------------------|
| List - I | List - II |
| A. Aerobic activity | 1. Less than 80 m sprint |
| B. Anaerobic activity | 2. Medley in swimming |
| C. Flexibility | 3. Weight training |
| D. Strength activity | 4. Passive stretching |

Select the correct answer using the codes given below :

- (1) A-2, B-1, C-4, D-3
- (2) A-1, B-2, C-3, D-4
- (3) A-3, B-1, C-2, D-4
- (4) A-4, B-3, C-1, D-2

118. कौन सी शारीरिक क्रिया प्रणाली का सीधा सम्बन्ध शारीरिक क्षमता और इसके तत्त्वों से नहीं है ?

- (1) कंकाल तंत्र
- (2) मांसपेशी तंत्र
- (3) परिसंचरण तंत्र
- (4) अंतःस्रावी प्रणाली

119. सन् 1814 में "रॉयल सेन्ट्रल इंस्टीट्यूट ऑफ जिम्नास्टिक" किसने खोला था ?

- (1) फ्रेंज नेस्टेगल
- (2) पर हेनरिक लींग
- (3) फ्रेडरिक जॉन
- (4) बेरन डी कुबार्टिन

120. प्राचीन ओलंपिक खेलों में "पेलेस्ट्रा" जगह वह स्थान है जो _____ था।

- (1) पुरोहित का घर
- (2) खिलाड़ियों का तैयारी घर
- (3) अतिथि घर
- (4) धार्मिक स्थल

121. अनुबन्धित अनुक्रिया के सिद्धान्त के प्रवर्तक कौन थे ?

- (1) अरस्तू
- (2) स्किनर
- (3) पावलोव
- (4) कोहलर

122. निम्नलिखित में से कौन सा व्यक्तित्व का वह भाग है जो माता-पिता द्वारा संप्रेषित समाज के नैतिक मानकों द्वारा निर्मित होता है ?

- (1) अहंकार
- (2) सुपर ईगो / पराहम्
- (3) इड
- (4) रक्षा तंत्र

123. निम्नलिखित में से कौन सा कथन सही है ?

- (1) शारीरिक शिक्षा और खेल में करियर के अवसर किसी की कल्पना से सीमित होते हैं।
- (2) करियर का निर्णय अपरिवर्तनीय है।
- (3) एक करियर जीवनभर की प्रतिबद्धता है।
- (4) करियर का चुनाव एक निर्णय लेने की प्रक्रिया है।

118. The system which is not directly related to physical fitness and its components are

- (1) Skeletal system
- (2) Muscular system
- (3) Circulatory system
- (4) Endocrine system

119. In 1814, the "Royal Central Institute of Gymnastics" was opened by

- (1) Franz Nachteggall
- (2) Per Henrik Ling
- (3) Friedrich John
- (4) Baron de Coubertin

120. In ancient Olympic Games "Palaestra" was a place, used for

- (1) Priest house
- (2) Dressing room of Athletes
- (3) Guests were housed
- (4) Religious area

121. Who was the propounder of conditioned response theory ?

- (1) Aristotle
- (2) Skinner
- (3) Pavlov
- (4) Kohlar

122. Which one of the following is the part of the personality that is shaped by the moral standards of society as transmitted by parents ?

- (1) Ego
- (2) Superego
- (3) Id
- (4) Defense mechanism

123. Which one of the following statement is correct ?

- (1) Career opportunities in physical education and sports are limited by one's imagination.
- (2) A career decision is irreversible.
- (3) A career is a life-long commitment.
- (4) Choosing a career is a decision-making process.

124. जो कथन सही है उसे चिह्नित कीजिए ।

- (1) मानव शरीर में गुरुत्वाकर्षण के केन्द्र का स्थान किसी भी क्षण संतुलन की स्थिति निर्धारित करने में मदद करता है ।
- (2) किसी भी वस्तु के गुरुत्वाकर्षण के केन्द्र का स्थान शरीर के आकार में परिवर्तन के बावजूद स्थिर रहता है ।
- (3) गुरुत्वाकर्षण के केन्द्र में परिवर्तन शरीर की स्थिति में किसी भी परिवर्तन से प्रभावित नहीं होता है ।
- (4) सामान्य खड़े होने की स्थिति में गुरुत्वाकर्षण के केन्द्र का स्थान उम्र या लिंग से प्रभावित नहीं होता है ।

125. जब शरीर का कोई अंग शरीर की मध्य रेखा की ओर बढ़ता है, तो निम्नलिखित में से कौन सी गति शामिल होती है ?

- (1) अब्डकशन (2) अडकशन
- (3) ऐलीवेशन (4) डॉर्सीफ्लेक्सन

126. गोला फेंकने के लिए अनुकूल प्रेक्षण कोण कौन सा होना चाहिए ?

- (1) 45° (2) 45° से ज्यादा
- (3) 45° से कम (4) 60°

127. मानव गति विज्ञान के जनक कौन हैं ?

- (1) सुकरात (2) प्लेटो
- (3) अरस्तू (4) आर्किमीडीज़

128. वह उत्तोलक जिसमें आधार, वजन तथा बल के बीच में है :

- (1) प्रथम श्रेणी उत्तोलक में
- (2) द्वितीय श्रेणी उत्तोलक में
- (3) तृतीय श्रेणी उत्तोलक में
- (4) इनमें से कोई नहीं

129. कौन सा लिगामेंट इंजरी से सम्बन्धित है ?

- (1) खिंचाव (2) मोच
- (3) कन्ट्र्यूसन (नील) (4) छिलना

130. फ्लैट फुट (चपटे तलवे) के कारण कौन सी विकृति होती है ?

- (1) जेनू वल्लगम (2) जेनू वरम
- (3) सख्त मेरुदण्ड (4) राउण्ड शोल्डर

124. Which one of the following statement is correct ?

- (1) The location of centre of gravity in the human body helps to determine the state of equilibrium at any moment.
- (2) The location of the centre of gravity of any object remains fixed irrespective of the change in the shape of the body.
- (3) The change in centre of gravity is not influenced by any change in the position of the body.
- (4) The location of the centre of gravity in the normal standing position is not influenced by age or gender.

125. Which one of the following movement is involved when a body part moves towards the midline of the body ?

- (1) Abduction (2) Adduction
- (3) Elevation (4) Dorsiflexion

126. The optimum projection angle of shot-putter should be

- (1) 45°
- (2) More than 45°
- (3) Less than 45°
- (4) 60°

127. Who is the father of Kinesiology ?

- (1) Socrates (2) Plato
- (3) Aristotle (4) Archimedes

128. The lever in which the Fulcrum is located between the weight and the force is :

- (1) First Class Lever
- (2) Second Class Lever
- (3) Third Class Lever
- (4) None of these

129. Which is related to ligament injury ?

- (1) Strain (2) Sprain
- (3) Contusion (4) Abrasion

130. Which deformity occurs due to flat foot ?

- (1) Genu valgum
- (2) Genu varum
- (3) Rigid spine
- (4) Round shoulder

रफ कार्य के लिए स्थान / SPACE FOR ROUGH WORK.

