

**R/P/P/S/II/2022**प्रश्न-पुस्तिका क्र.
Question Booklet No.

SET

A

विषय-शारीरिक शिक्षा
Subject-PHYSICAL EDUCATION

द्वितीय प्रश्न-पत्र (ऐच्छिक)

925000089

Paper II (Optional)

विषय कोड-25

Subject-Code-25

अनुक्रमांक

Roll No.

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

परीक्षार्थी अपना अनुक्रमांक दिए गए खानों में लिखें।

Candidate should write his/her
Roll No. in the given boxes

मुद्रित पृष्ठों की संख्या/No. of Printed Pages : 28

कुल प्रश्नों की संख्या/Total No. of Questions : 100

समय/Time : 2 घण्टे/Hours

पूर्णांक/Total Marks : 200

परीक्षार्थियों के लिए निर्देश

1. यह प्रश्न-पुस्तिका दो भाषाओं-हिन्दी व अंग्रेजी में छपी है। परीक्षार्थी अपनी सुविधानुसार कोई भी एक भाषा चुन सकते हैं।
2. राज्य पात्रता परीक्षा में दो प्रश्न-पत्र हैं। प्रथम प्रश्न-पत्र (अनिवार्य प्रश्न-पत्र)-सामान्य प्रश्न-पत्र शिक्षण एवं शोध अभिवृत्ति का है। द्वितीय प्रश्न-पत्र परीक्षार्थी द्वारा चयनित विषय का है। दोनों प्रश्न-पत्रों के लिए एक ही संयुक्त ओ.एम.आर. शीट है। परीक्षार्थी को 1 बजे द्वितीय प्रश्न-पत्र (ऐच्छिक विषय) का दिया जायेगा। परीक्षार्थी को ओ.एम.आर. शीट के द्वितीय प्रश्न-पत्र के भाग में उनके द्वारा लिये गये ऐच्छिक विषय के कोड को अंकित करना है व प्रश्न पुस्तिका का सेट अंकित करना है। द्वितीय प्रश्न-पत्र की बकलेट का नम्बर आवश्यक प्रविष्टियों में अंकित करना है। अभ्यर्थी 1:05 पर द्वितीय प्रश्न-पत्र को सोल खोलकर उत्तर अंकित करना शुरू करेंगे। द्वितीय प्रश्न-पत्र (ऐच्छिक विषय) के 100 प्रश्न हैं जिनका क्रम 51 से 150 है। संयुक्त ओ.एम.आर. में अभ्यर्थी द्वितीय प्रश्न-पत्र वाले भाग में द्वितीय प्रश्न-पत्र के उत्तर अंकित करें। गलत क्रम में उत्तर अंकित करने के लिए अभ्यर्थी स्वयं जिम्मेदार रहेगा।
3. सभी प्रश्न अनिवार्य हैं।
4. सभी प्रश्नों के अंक समान हैं। प्रत्येक सही उत्तर के लिए 2 अंक प्रदान किये जायेंगे। ऋणात्मक मूल्यांकन का प्रावधान नहीं है।
5. प्रश्न-पुस्तिका के आवरण पृष्ठ पर प्रश्न-पुस्तिका में लगे पृष्ठों की संख्या अंकित है। परीक्षार्थी आश्वस्त हो ले कि उसकी प्रश्न-पुस्तिका में निर्धारित संख्या में पृष्ठ लगे हैं, अन्यथा वह दूसरी प्रश्न-पुस्तिका मांग ले।
6. प्रदत्त उत्तर-पत्र (ओ.एम.आर. शीट) पर दिए गए निर्देशों को ध्यानपूर्वक पढ़ें तथा अपने उत्तर तदनुसार अंकित करें।
7. कृपया उत्तर-पत्र (ओ.एम.आर. शीट) पर निर्धारित स्थानों पर आवश्यक प्रविष्टियाँ करें, अन्य स्थानों पर नहीं।
8. परीक्षार्थी सभी रफ कार्य प्रश्न-पुस्तिका के निर्धारित स्थान पर ही करें, अन्यत्र कहीं नहीं तथा उत्तर-पत्र (ओ.एम.आर. शीट) पर भी नहीं।
9. यदि किसी प्रश्न में किसी प्रकार की कोई मुद्रण या तथ्यात्मक प्रकार की त्रुटि हो, तो प्रश्न के हिन्दी तथा अंग्रेजी रूपांतरों में से हिन्दी रूपांतर को मानक माना जाएगा।
10. किसी प्रकार का कल्कुलेटर, लॉग टेबल आदि का प्रयोग वर्जित है।
11. 3:05 बजे परीक्षा समाप्त होने के समय ओ.एम.आर. शीट वीक्षक को सौंपने के पश्चात् ही अभ्यर्थी कक्ष छोड़ेंगे।

INSTRUCTIONS TO THE CANDIDATES

1. This Question Booklet is printed in two languages—Hindi and English. Candidates can select any one of the two languages according to their convenience.
2. There are two papers in the State Eligibility Test. The first question paper (compulsory question paper) is General Paper on Teaching and Research Aptitude. The second question paper is the subject selected by the candidate. Only one combined OMR sheet will be provided for both the question papers. The Second paper of optional subject will be given to the candidate at 1 p.m. The code of the second question paper subject selected by the candidate should be marked in the OMR Sheet. The booklet number of the second question paper has to be marked in the necessary entries. The candidate can start second question paper at 1:05 p.m. There are 100 questions in the second question paper (optional subject). The sequence of these questions is 51 to 150. In a combined O.M.R. Sheet, the candidate should mark the answers of the second question paper in the part of Second Question Paper. The candidate himself will be responsible for marking the answer in the wrong order.
3. All questions are compulsory.
4. All questions carry equal marks. 2 marks will be given for each correct answer. There is no provisions for Negative Marking.
5. On the cover page the number of pages is indicated in the Question Booklet. The examinee should verify that the requisite number of pages are attached in the Question Booklet, otherwise he/she should ask for another Question Booklet.
6. Read carefully the instructions given on the Answer Sheet (OMR Sheet) supplied and indicate your answers accordingly.
7. Kindly make necessary entries on the Answer Sheet (OMR Sheet) only at the places indicated and nowhere else.
8. Examinee should do all rough work on the spaces meant for rough work in the pages given in the Question Booklet and nowhere else, not even on the Answer Sheet (OMR Sheet).
9. If there is any sort of mistake either of printing or of factual nature in any question, then out of the Hindi and English versions of the question, the Hindi version will be treated as standard.
10. Use of any type of calculator, log table etc. is prohibited.
11. Candidates will leave the Examination Hall only after handing over the OMR Sheet to the Invigilator at the end of the examination at 3:05 p.m.



रफ़ कार्य के लिए जगह

(SPACE FOR ROUGH WORK)

S/25/2022/A



51. "सूर्यनमस्कार" की विरासत किसके द्वारा छोड़ी गई है ?
(A) आर्यों (B) बुद्ध धर्म
(C) जैन धर्म (D) मौर्यों
52. शारीरिक शिक्षा का उद्देश्य है :
(A) भावात्मक डोमेन
(B) संज्ञानात्मक डोमेन
(C) साइकोमोटर डोमेन
(D) उपर्युक्त सभी
53. अंतर्राष्ट्रीय ओलंपिक समिति का गठन कब किया गया था ?
(A) 22 जून, 1894
(B) 23 जून, 1894
(C) 24 जून, 1894
(D) 25 जून, 1894
54. प्रथम प्राचीन ओलंपिक खेलों की शुरुआत किस वर्ष में हुई थी ?
(A) 774 ई.पू. (B) 766 ई.पू.
(C) 776 ई.पू. (D) 768 ई.पू.
55. किस वर्ष केन्द्रीय शिक्षा मंत्रालय ने शारीरिक शिक्षा के नियोजित विकास को सुनिश्चित करने के लिए शारीरिक शिक्षा और मनोरंजन के केन्द्रीय सलाहकार बोर्ड की नियुक्ति की थी ?
(A) 1951 (B) 1952
(C) 1953 (D) 1954
51. The legacy of "Suryanamaskar" is left behind by :
(A) Aryans (B) Buddhism
(C) Jainisms (D) Mauryans
52. The objective of Physical Education is :
(A) Affective Domain
(B) Cognitive Domain
(C) Psychomotor Domain
(D) All of the above
53. The International Olympic Committee was formed on :
(A) 22nd June, 1894
(B) 23rd June, 1894
(C) 24th June, 1894
(D) 25th June, 1894
54. The first ancient Olympic Games were started in the year :
(A) 774 BC (B) 766 BC
(C) 776 BC (D) 768 BC
55. The Union Ministry of Education appointed the Central Advisory Board of Physical Education and Recreation to ensure planned development of Physical Education in which year ?
(A) 1951 (B) 1952
(C) 1953 (D) 1954



56. 'मनोरंजन' शब्द इतना व्यापक है कि इसमें 'खेल' को शामिल किया जा सकता है ! यह किसके द्वारा कहा गया था ?
- (A) प्रो. अजमेर सिंह
(B) जी.डी. बटलर
(C) ब्राइटबिल और मेयर
(D) डॉ. जे.एच. फिनली
57. शारीरिक शिक्षा के लिए केन्द्र सरकार की ताराचंद समिति का गठन किस वर्ष में किया गया था ?
- (A) 1947 (B) 1948
(C) 1950 (D) 1951
58. मशाल प्रज्वलन समारोह किस वर्ष में शुरू किया गया था ?
- (A) 1924 ओलंपिक
(B) 1928 ओलंपिक
(C) 1932 ओलंपिक
(D) 1936 ओलंपिक
59. किस वर्ष से शीतकालीन ओलम्पिक खेल प्रारंभ हुए ?
- (A) 1920 (B) 1924
(C) 1928 (D) 1932
60. किस वर्ष के ओलंपिक खेलों में आतंकवादियों ने खिलाड़ियों पर हमला किया और गोली मार दी ?
- (A) 1968 (B) 1972
(C) 1976 (D) 1980
56. The word "Recreation" is broad enough to include "play", was pointed by :
- (A) Prof. Ajmer Singh
(B) G.D. Butler
(C) Brightbill and Meyer
(D) Dr. J.H. Finely
57. The Central Government's Tara Chand Committee for Physical Education was formed in the year :
- (A) 1947 (B) 1948
(C) 1950 (D) 1951
58. The torch ceremony was introduced to the Olympic in the year :
- (A) 1924 Olympics
(B) 1928 Olympics
(C) 1932 Olympics
(D) 1936 Olympics
59. The winter Olympic Games started in which year ?
- (A) 1920 (B) 1924
(C) 1928 (D) 1932
60. The terrorists attacked and shoted the players in an Olympic games in the year :
- (A) 1968 (B) 1972
(C) 1976 (D) 1980



61.ग्रन्थि गुर्दे से जुड़ी होती है ।
(A) एड्रीनल (B) पिट्यूटरी
(C) थायरॉयड (D) हाइपोथैलेमस
62. वसा एक ऊतक है जो कि.....नामक हार्मोन के माध्यम से उपापचयी संकेतों के प्रति अनुक्रियाशील होता है ।
(A) एडिपोकाइन्स (B) प्रोलेक्टिन
(C) कार्टिसॉल (D) टेस्टोस्टेरोन
63. पेशीय बल.....पर निर्भर होता है ।
(A) पेशीय द्रव्यमान
(B) वजन
(C) शरीर में वसा
(D) उपर्युक्त में से कोई नहीं
64. एनेरोबिक शक्ति.....या उससे कम समय तक चलने वाले व्यायाम में पीक पॉवर आउटपुट है ।
(A) 45 सेकण्ड (B) 40 सेकण्ड
(C) 38 सेकण्ड (D) 30 सेकण्ड
65. अल्प ऑक्सीजन रक्तता में ऑक्सीजन.....में कम पहुँचती है ।
(A) मस्तिष्क कोशिकाओं
(B) हृदय
(C) फेफड़ों
(D) ऊतकों
61.gland is attached to the kidney.
(A) Adrenal (B) Pituitary
(C) Thyroid (D) Hypothalamus
62. Fat is a tissue that is responsive to metabolic signaling through hormones called.....
(A) Adipokines (B) Prolactin
(C) Cortisol (D) Testosterone
63. Muscle force depends on.....
(A) Muscle mass
(B) Weight
(C) Body fat
(D) None of the above
64. Anaerobic power is peak power output in exercise lasting.....or less.
(A) 45 seconds (B) 40 seconds
(C) 38 seconds (D) 30 seconds
65. In Hypoxia little oxygen reaches in :
(A) Brain cells
(B) Heart
(C) Lungs
(D) Tissues



66.में सीधे आणविक संपर्क के माध्यम से एक ठोस धातु से दूसरी में ऊर्जा का स्थानान्तरण शामिल होता है ।
- (A) ताप चालन
(B) संवहन
(C) दोनों (A) तथा (B)
(D) वाष्पीकरण
67. ट्रेडमिल है :
- (A) एर्गोमीटर (B) फ्लोमीटर
(C) स्पाइरोमीटर (D) ये सभी
68. प्रमस्तिष्क में.....भाग होते हैं ।
- (A) 03 (B) 04
(C) 05 (D) 06
69. मांसपेशियों के संकुचन के प्रकार में..... शामिल है ।
- (A) संकेंद्री (B) गतिहीन
(C) उत्केंद्री (D) ये सभी
70. सेरटोरियस मांसपेशी शरीर के किस भाग में स्थित होती है ?
- (A) जांघ
(B) बाजू का ऊपरी भाग
(C) बाजू का निचला भाग
(D) टाँग का निचला भाग
66.involves the transfer of heat from one solid material to another through direct molecular contact.
- (A) Conduction
(B) Convection
(C) Both (A) and (B)
(D) Evaporation
67. Treadmills are :
- (A) Ergometer (B) Flowmeter
(C) Spirometer (D) All of these
68. A cerebrum consists of.....lobes.
- (A) 03 (B) 04
(C) 05 (D) 06
69. The types of muscle contraction include :
- (A) Concentric (B) Static
(C) Eccentric (D) All of these
70. In which part of the body is sartorius muscle situated ?
- (A) Thigh
(B) Upper arm
(C) Lower arm
(D) Lower leg



71. इनमें से कौन किन्सियोलॉजी के पिता कहलाते हैं ?

- (A) सुकरात (B) अरस्तू
(C) एपिक्यूरस (D) प्लेटो

72. ट्रान्सवर्स प्लेन :

- (A) शरीर को ऊपर एवं नीचे के भागों में बाँटता है ।
(B) शरीर को दाएँ एवं बाएँ के भागों में बाँटता है ।
(C) शरीर को सामने एवं पीछे के भागों में बाँटता है ।
(D) उपर्युक्त में से कोई नहीं

73. मांसपेशी के अंदर पर्याप्त तनाव हो तथा उसकी लम्बाई बढ़ रही हो, तो उस स्थिति को कहते हैं :

- (A) आइसोमेट्रिक (B) कान्सेन्ट्रिक
(C) आइसोटोनिक (D) इसेन्ट्रिक

74. पानी में मानव शरीर का विशेष गुरुत्वाकर्षण निर्भर होता है :

- (A) विस्थापित पानी के वजन पर
(B) तालाब के आकार पर
(C) शरीर की ऊँचाई पर
(D) तैरने के कौशल पर

75. पेक्टोरलिस मेजर मांसपेशी का प्रविष्टि स्थल है :

- (A) ह्यूमरस के वृहद् ट्यूबरकल के मध्य भाग पर
(B) ह्यूमरस के वृहद् ट्यूबरकल के उच्चतम तीन भागों से
(C) इलियक के ऊपर
(D) ह्यूमरस के वृहद् ट्यूबरकल के क्रैस्ट पर

71. Who is known as father of Kinesiology ?

- (A) Socrates (B) Aristotle
(C) Epicurus (D) Plato

72. Transverse plane :

- (A) divides the body into upper and lower section
(B) divides the body into right and left section
(C) divides the body into front and rear section
(D) None of the above

73. A muscle developing sufficient tension and lengthen is called :

- (A) Isometric (B) Concentric
(C) Isotonic (D) Eccentric

74. The specific gravity of human body in the water depends on :

- (A) Weight of displaced water
(B) Size of pond
(C) Height of body
(D) Skill of swimming

75. Insertion of Pectoralis major muscle :

- (A) Middle impression on greater tubercle of humerus
(B) Highest of three impression on greater tubercle of humerus
(C) Top of the Iliac
(D) Crest of greater tubercle of humerus



76. कायफोसिस को निम्न से भी जाना जाता है :
- (A) पृष्ठ खोखला
(B) गोल कंधा
(C) सपाट पृष्ठ
(D) पार्श्व वक्रता
77. एक बल जो सभी प्रकार की वस्तुओं को पृथ्वी के केन्द्र की ओर खींचता है, उसे कहते हैं :
- (A) गुरुत्वाकर्षण
(B) काउंटर बैलेंस
(C) मोमेंटम
(D) सेंट्रीफ्यूगल बल
78. दो हड्डियों की संधि को कहते हैं :
- (A) डिस्टल (B) कपल
(C) कान्सट्रेंट (D) आर्टिकुलेशन
79. निम्नलिखित में से कौनसा काइनेमेटिक नहीं है ?
- (A) गतिशील वस्तु का पथ
(B) रिलीज का एंगल
(C) रिलीज का वेग
(D) वस्तु पर लगाया जाने वाला बल
80. निम्नलिखित में से कौनसा चरण गोला फेंक हेतु आवश्यक चरण है ?
- (A) काउण्टरबैलेंसिंग चरण
(B) हॉपिंग चरण
(C) थ्रस्टिंग चरण
(D) उपर्युक्त सभी
76. Kyphosis is also known as :
- (A) Hollow Back
(B) Round Shoulder
(C) Flat Back
(D) Lateral Curvature
77. A force which attracts all bodies towards center of the earth is called :
- (A) Gravity
(B) Counter Balance
(C) Momentum
(D) Centrifugal force
78. The junction of two bones is called :
- (A) Distal (B) Couple
(C) Constraint (D) Articulation
79. Which of the following is *not* kinematic ?
- (A) Path of the moving object
(B) Angle of release
(C) Release velocity
(D) Force applied on the object
80. Which of the following is an essential phase in shot put ?
- (A) Counterbalancing phase
(B) Hopping phase
(C) Thrusting phase
(D) All the above



81. स्तंभ I एवं स्तंभ II का सही मिलान कीजिए :

स्तंभ I	स्तंभ II
(a) प्रगतिशील विश्राम (I)	मांसपेशियों में जान-बूझकर तनाव और विश्राम देना
(b) ध्यान	(II) साँस और विचार विनियमन
(c) बायो-फीडबैक	(III) श्रवण और दृश्य संकेतों की निगरानी करना
(d) दैहिक समायोजन	(IV) संज्ञानात्मक परिवर्तन के साथ शारीरिक प्रक्रियाओं को संशोधित करना

उत्तर :

- (A) a-III, b-II, c-I, d-IV
(B) a-III, b-II, c-IV, d-I
(C) a-I, b-II, c-III, d-IV
(D) a-IV, b-I, c-II, d-III

(2)S/25/2022/A

81. Match the Column I with Column II :

Column I	Column II
(a) Progressive relaxation	(I) Inducing deliberate tension and relaxation in muscle
(b) Meditation	(II) Breath and thought regulation
(c) Bio-feedback	(III) Monitoring auditory and visual signals
(d) Somatic adjustment	(IV) Modifying bodily processes with cognitive change

Answers :

- (A) a-III, b-II, c-I, d-IV
(B) a-III, b-II, c-IV, d-I
(C) a-I, b-II, c-III, d-IV
(D) a-IV, b-I, c-II, d-III

7

P.T.O.



82.ऊर्जा के अधिकतम परिव्यय के साथ कुछ अंतिम परिणाम लाने की क्षमता है, या समय और ऊर्जा के साथ लाने की ।
- (A) कौशल/दक्षता
(B) मोटर सीखना
(C) मोटर शिक्षा योग्यता
(D) लक्ष्य निर्धारण
83. स्मृति के मुख्य चरणों का सही क्रम दर्शाने वाले उत्तर का चयन कीजिए :
- (A) एन्कोडिंग → पुनःप्राप्ति → संग्रहण
(B) एन्कोडिंग → संग्रहण → पुनःप्राप्ति
(C) पुनःप्राप्ति → एन्कोडिंग → संग्रहण
(D) संग्रहण → पुनःप्राप्ति → एन्कोडिंग
84. क्रेटी के अनुसार, चिंता प्रबंधन तकनीकों का सही क्रम क्या है ?
- (A) संज्ञानात्मक समायोजन विधियाँ, विजुअलाइजेशन के तरीके एवं बायोफीडबैक
(B) विजुअलाइजेशन के तरीके, ऑटोजेनिक प्रशिक्षण और दैहिक तकनीक
(C) दैहिक तकनीक, विजुअलाइजेशन विधियाँ और संज्ञानात्मक समायोजन तरीके
(D) ऑटोजेनिक ट्रेनिंग, सेंटरिंग और बायोफीडबैक
82.is the ability to bring about some end result with maximum outlay of energy or of time and energy.
- (A) Skill
(B) Motor Learning
(C) Motor Educability
(D) Goal Setting
83. Choose the correct order of main stages of memory :
- (A) Encoding → Retrieval → Storage
(B) Encoding → Storage → Retrieval
(C) Retrieval → Encoding → Storage
(D) Storage → Retrieval → Encoding
84. According to Cratty, what is the correct sequence of anxiety management techniques ?
- (A) Cognitive adjustment methods, Visualization method and Biofeedback
(B) Visualization method, Autogenic training and Somatic techniques
(C) Somatic techniques, Visualization methods and Cognitive adjustment methods
(D) Autogenic training, Centering and Biofeedback



85. प्राथमिक भावनाओं के स्तंभ का द्वितीयक भावनाओं के स्तंभ से सही मिलान कीजिए :

प्राथमिक	द्वितीयक
(a) प्यार	(I) जलन, उत्तेजना, क्रोध, घृणा, ईर्ष्या, पीड़ा
(b) जॉय	(II) परेशानी, दुःख, निराशा, शर्म आना, अनदेखा करना
(c) क्रोध	(III) स्नेह, वासना, लालसा
(d) सैडनेस	(IV) प्रसन्नता, संतोष, घमंड, गुरूर आशावाद, राहत

उत्तर :

- (A) a-III, b-IV, c-I, d-II
(B) a-III, b-IV, c-II, d-I
(C) a-III, b-I, c-IV, d-II
(D) a-IV, b-I, c-II, d-III

85. Match the Column of Primary emotion with Column of Secondary emotion :

Primary	Secondary
(a) Love	(I) Irritation, exasperation, rage, disgust, envy, torment
(b) Joy	(II) Suffering, Sadness, Disappoint- ment, Neglect, Shame
(c) Anger	(III) Affection, Lust, Longing
(d) Sadness	(IV) Cheerfulness, zest, pride, contentment, optimism, relief

Answers :

- (A) a-III, b-IV, c-I, d-II
(B) a-III, b-IV, c-II, d-I
(C) a-III, b-I, c-IV, d-II
(D) a-IV, b-I, c-II, d-III



86. जब किसी को पूर्व कौशल या अनुभव के माध्यम से किसी नये उद्दीपक की प्रतिक्रिया में सहायता प्राप्त होती है, तो इसे..... कहते हैं ।

- (A) नकारात्मक स्थानांतरण
- (B) आदत हस्तक्षेप
- (C) सकारात्मक स्थानांतरण
- (D) तटस्थ स्थानांतरण

87. बिग फाइव पर्सनलिटी ट्रेट में उपयोग किया जाने वाला परिवर्णी शब्द OCEAN जब सही ढंग से विस्तारित किया जाता है तो इस तरह पढ़ा जाता है :

- (A) खुलापन, कर्तव्यनिष्ठा, उत्कृष्टता, निरपेक्षता, नकारात्मकता
- (B) अवलोकन, चेतना, बहिर्मुखता, माहौल, बड़प्पन
- (C) आउटरीच, अनुकूलता, उत्साह, माहौल, बड़प्पन
- (D) खुलापन, कर्तव्यनिष्ठा, बहिर्मुखता, सहमतता, मनोविक्षुब्धता

88. रोगियों को दैहिक चिंता से निपटने में मदद करने के लिए डॉ. एडमंड जैकबसन द्वारा निम्नलिखित में से किस तकनीक का आविष्कार किया गया था ?

- (A) प्रगतिशील विश्राम विधि
- (B) यौगिक विश्राम
- (C) जेन ध्यान
- (D) असंवेदीकरण

86. When someone's response to a new stimulus is added in same way by his prior experience in a task or skill, this is called :

- (A) Negative Transfer
- (B) Habit Interference
- (C) Positive Transfer
- (D) Neutral Transfer

87. The acronym OCEAN used in Big Five Personality traits, when expended correctly read as follows :

- (A) Open-heartedness, Conscientiousness, Excellence, Absoluteness, Negativity
- (B) Observability, Consciousness, Extroversion, Ambience, Nobility
- (C) Outreach, Compatibility, Excitement, Ambience, Nobility
- (D) Openness, Conscientiousness, Extraversion, Agreeableness, Neuroticism

88. Which of the following techniques was invented by Dr. Edmond Jacobson to help patients cope with somatic anxiety ?

- (A) Progressive relaxation
- (B) Yogic relaxation
- (C) Zen meditation
- (D) Desensitization



89. उल्टा-यू (U) सिद्धांत प्रदर्शन और.....के बीच संबंध बताता है ।
- (A) उत्तेजना
(B) तनाव
(C) टेंशन
(D) आक्रमकता
90. मनोवैज्ञानिकों द्वारा व्यक्तित्व के आकलन में उपयोग की जाने वाली विधियों के नाम बताइये :
- (A) पर्यवक्षण एवं साक्षात्कार
(B) कागज एवं पेंसिल, प्रश्नावली विधि
(C) प्रक्षेपी परीक्षण
(D) उपर्युक्त सभी
91. भारत में वाय.एम.सी.ए. कॉलेज ऑफ फिजिकल एजुकेशन की स्थापना किस वर्ष और किसके द्वारा की गयी थी ?
- (A) 1920, श्री करण सिंह
(B) 1922, लूथर एच. गुलिक
(C) 1920, हैरी क्रो बक
(D) 1921, डॉ. पी. एम. जोसेफ
89. The inverted-U theory explains the relationship between performance and.....
- (A) Arousal
(B) Stress
(C) Tension
(D) Aggression
90. Name the techniques employed by psychologists to assess personality :
- (A) Observation and interviews
(B) Paper and pencil, questionnaires (self-report)
(C) Projective tests
(D) All the above
91. In which year and by whom was the Y.M.C.A. College of Physical Education founded in India ?
- (A) 1920, Shri Karan Singh
(B) 1922, Luther H. Gulick
(C) 1920, Harry Crowe Buck
(D) 1921, Dr. P.M. Joseph



92. निम्नलिखित का सही मिलान कीजिए :

अ	ब
(i) एल.एन.आई.पी.ई., ग्वालियर	(a) 1956 में बनाया गया
(ii) एच.वी.पी.एम., अमरावती	(b) 1987 में स्थापित किया गया
(iii) केन्द्रीय स्वास्थ्य शिक्षा ब्यूरो	(c) 1957 में स्थापित किया गया
(iv) इंदिरा गांधी शारीरिक शिक्षा एवं खेल विज्ञान संस्थान, नई दिल्ली	(d) 1914 में स्थापित किया गया

कूट :

(i)	(ii)	(iii)	(iv)
(A) (b)	(c)	(d)	(a)
(B) (c)	(d)	(b)	(a)
(C) (a)	(b)	(d)	(c)
(D) (c)	(d)	(a)	(b)

93. भारत में किन वर्षों में शिक्षा पर प्रथम एवं द्वितीय राष्ट्रीय शिक्षा नीति बनायी गई थी ?

- (A) वर्ष 1968 एवं 1986 में
(B) वर्ष 1951 एवं 1975 में
(C) वर्ष 1961 एवं 1980 में
(D) वर्ष 1962 एवं 1982 में

92. Match the following :

A	B
(i) LNIPE, Gwalior	(a) Created in 1956
(ii) HVPM, Amravati	(b) Established in 1987
(iii) Central Health Education Bureau	(c) Established in 1957
(iv) Indira Gandhi Institute of Physical Education and Sports Sciences, New Delhi	(d) Established in 1914

Codes :

(i)	(ii)	(iii)	(iv)
(A) (b)	(c)	(d)	(a)
(B) (c)	(d)	(b)	(a)
(C) (a)	(b)	(d)	(c)
(D) (c)	(d)	(a)	(b)

93. In which year the First and Second National Policy on Education were formulated in India ?

- (A) In the year 1968 and 1986
(B) In the year 1951 and 1975
(C) In the year 1961 and 1980
(D) In the year 1962 and 1982



94. भारत में खेलों के स्तर को बढ़ाने के उद्देश्य से राष्ट्रीय खेल नीति पर एक प्रस्ताव कब तैयार किया गया जो संसद के दोनों सदनों में रखा गया था ?
- (A) वर्ष 2001 में
(B) वर्ष 1982 में
(C) वर्ष 2011 में
(D) वर्ष 1984 में
95. सर्वप्रथम विश्व में विश्वविद्यालय खेलों का शुभारम्भ किस वर्ष में हुआ था ?
- (A) 1923 (B) 1927
(C) 1931 (D) 1935
96. भारत सरकार के वैधानिक निकाय के रूप में राष्ट्रीय अध्यापक शिक्षा परिषद किस दिनांक को अस्तित्व में आया ?
- (A) 1 जनवरी, 1995
(B) 17 अगस्त, 1995
(C) 1 अप्रैल, 1993
(D) 5 सितम्बर, 1993
97. वर्ष 1956 में भारत की शारीरिक शिक्षा एवं मनोरंजन की राष्ट्रीय योजना किसने तैयार की थी ?
- (A) केन्द्रीय शिक्षा सलाहकार बोर्ड
(B) वाई.एम.सी.ए. कॉलेज ऑफ फिजिकल एजुकेशन
(C) शिक्षा एवं संस्कृति मंत्रालय
(D) केन्द्रीय शारीरिक शिक्षा एवं मनोरंजन सलाहकार बोर्ड
94. When was a resolution on the National Sports Policy was formulated and laid in both Houses of Parliament with the objective of raising the Standards of Sports in India :
- (A) In the year 2001
(B) In the year 1982
(C) In the year 2011
(D) In the year 1984
95. In which year first world university games were launched ?
- (A) 1923 (B) 1927
(C) 1931 (D) 1935
96. On which date the National Council for Teacher Education as a statutory body of Government of India came into existence ?
- (A) 1 January, 1995
(B) 17 August, 1995
(C) 1 April, 1993
(D) 5 September, 1993
97. In the year 1956 who prepared a national plan of physical education and recreation in India ?
- (A) The Central Advisory Board of Education
(B) Y.M.C.A. College of Physical Education
(C) Ministry of Education and Culture
(D) The Central Advisory Board of Physical Education and Recreation



98. राष्ट्रीय शिक्षा नीति, 2020 का लक्ष्य कितने राष्ट्रीय पाठ्यचर्या की रूपरेखा तैयार करना है ?
- (A) 04 (B) 05
(C) 06 (D) 08
99. विद्यालय शिक्षा में गुणात्मक सुधार के लिये नीतियों और कार्यक्रमों द्वारा केन्द्र और राज्य सरकारों की सहायता और सलाह देने हेतु भारत सरकार द्वारा सन् 1961 में किस स्वायत्त संगठन की स्थापना की गयी थी ?
- (A) राष्ट्रीय शिक्षा संस्थान
(B) राष्ट्रीय शैक्षिक अनुसंधान और प्रशिक्षण परिषद
(C) राष्ट्रीय शैक्षिक योजना एवं प्रशासन संस्थान
(D) राष्ट्रीय अध्यापक शिक्षा परिषद
100. राष्ट्रीय शिक्षा नीति, 2020 के अनुसार विद्यालयीन शिक्षा में पुरानी/पूर्व 10+2 संरचना को निम्नलिखित में से किस प्रतिरूप के अनुसार नवीन शैक्षणिक और पाठ्यचर्या संरचना के साथ संशोधित किया जाएगा ?
- (A) 4+3+3+2 (B) 5+3+3+4
(C) 5+2+3+2 (D) 5+3+2+2
98. How many National Curriculum Frameworks are aimed to be devised in the National Education Policy, 2020 ?
- (A) 04 (B) 05
(C) 06 (D) 08
99. Which autonomous organisation was set up in year 1961 by the government of India to assist and advise the central and state governments on policies and programmes for qualitative improvement in School Education ?
- (A) National Institute of Education
(B) National Council of Educational Research and Training
(C) National Institute of Educational Planning and Administration
(D) National Council for Teacher Education
100. According to National Education Policy, 2020 the old/previous 10+2 structure in School Education will be modified with new pedagogical and curricular structures as which of the following pattern ?
- (A) 4+3+3+2 (B) 5+3+3+4
(C) 5+2+3+2 (D) 5+3+2+2



101. जे.ई. पार्क के अनुसार कौनसा स्वास्थ्य शिक्षा का क्षेत्र नहीं है ?

- (A) लोगों को सूचित करना
- (B) लोगों को प्रेरित करना
- (C) लोगों को कार्यवाही करने में मार्गदर्शन करना
- (D) लोगों को न्याय देना

102. स्कूल में स्वास्थ्य कार्यक्रम का उद्देश्य है :

- (A) बच्चों को सार्वजनिक और व्यक्तिगत स्वास्थ्य आदर्श के बारे में बताना
- (B) बच्चों को अच्छे और खुश रहने की इच्छा को प्रेरित करना
- (C) विद्यालय में साफ-सफाई की समुचित व्यवस्था करना
- (D) उपर्युक्त सभी

103. उन मानवीय गतिविधियों के नाम बताइये जिनके कारण नई बीमारियाँ फैलती हैं :

- (A) वन्यजीव आवास पर अतिक्रमण
- (B) कृषि में परिवर्तन
- (C) अनियंत्रित शहरीकरण
- (D) उपर्युक्त सभी

104. शरीर में भोजन की मात्रा की आवश्यकता निर्भर नहीं करती है :

- (A) उम्र और लिंग पर
- (B) ऊँचाई और सौष्ठव पर
- (C) मनोदशा और स्वाद पर
- (D) काम और आराम पर

101. According to J.E. Park, which *one* is not the objective of health education ?

- (A) Informing people
- (B) Motivating people
- (C) Guiding into action
- (D) Judging the people

102. Purpose of health programme in school is :

- (A) To convey the child about public and personal health ideal
- (B) To inspire the child with a desire to be well and happy
- (C) To maintain adequate sanitation in the school
- (D) All of the above

103. Name of the human activities that have led to the spread of new diseases :

- (A) Encroachment on wildlife habitats
- (B) Changes in agriculture
- (C) Uncontrolled urbanisation
- (D) All of the above

104. Quantity of food requirement by body *does not* depend on :

- (A) Age and Sex
- (B) Height and Build
- (C) Mood and Taste
- (D) Work and Rest



105. कौनसा ध्वनि प्रदूषण का घटक नहीं है ?
- (A) शोर का स्रोत
(B) शोर से प्रभावित वस्तु
(C) शोर का सपना
(D) शोर का माध्यम
106. वाडा का पूरा नाम क्या है ?
- (A) महिला एवं बेटी संघ
(B) विश्व डोपिंगरोधी एजेंसी
(C) वाशिंगटन डोपिंगरोधी एजेंसी
(D) विश्व एमेच्योर ड्रग एसोसिएशन
107. नशीले पदार्थों का उपयोग एथलीटों द्वारा किया जाता है :
- (A) दर्दनिवारक के रूप में
(B) एनर्जी बूस्टर के रूप में
(C) वजन नियंत्रण के लिए
(D) भूख को नियंत्रित करने के लिए
108. विटामिन 'K' मदद करता है :
- (A) रक्त का थक्का बनाने में
(B) माँसपेशियों की मजबूती में
(C) माँसपेशियों के संकुचन में
(D) जल स्तर को बनाए रखने में

105. Which one is *not* the component of noise pollution ?
- (A) Source of noise
(B) Object affected by noise
(C) Dream of noise
(D) Medium of noise
106. Full form of "WADA" is :
- (A) Women and Daughter Association
(B) World Anti Doping Agency
(C) Washington Anti Doping Agency
(D) World Amature Drugs Association
107. Narcotic drugs are used by athletes as :
- (A) Painkillers
(B) Energy booster
(C) Weight maintainer
(D) Hunger controller
108. Vitamin 'K' helps in :
- (A) Blood Clotting
(B) Muscle Strengthening
(C) Muscle Contraction
(D) Maintaining Water Level



109. डब्ल्यू.एच.ओ. के अनुसार मोटापा कितने बी.एम.आई. से अधिक या बराबर होने पर होता है ?

- (A) 30 (B) 35
(C) 32 (D) 31

110. नीचे दिये गये में से कौनसा स्वास्थ्य शिक्षा का सिद्धान्त नहीं है ?

- (A) दिलचस्पी (रुचि)
(B) भाग लेना
(C) प्रोत्साहन (प्रेरणा)
(D) लक्षण

111. "खेल प्रशिक्षण खिलाड़ी को तैयार करने का एक बुनियादी तरीका है ।" यह परिभाषा किसके द्वारा दी गई है ?

- (A) मैतविजिव (B) मार्टिन
(C) हैरी (D) मैथ्यू

112. व्यापक अंतराल प्रशिक्षण विधि में तीव्रता लगभग होनी चाहिए :

- (A) 25-30% (B) 30-40%
(C) 40-50% (D) 50-60%

113. दो स्पिंट्स के बीच विश्राम काल किसका उदाहरण है ?

- (A) भार घनत्व
(B) भार मात्रा
(C) संचलन अवधि
(D) संचलन तीव्रता

109. As per W.H.O. adults obesity is BMI greater than or equal to :

- (A) 30 (B) 35
(C) 32 (D) 31

110. Following among the given is *not* the principle of health education :

- (A) Interest
(B) Participation
(C) Motivation
(D) Symptoms

111. "Sports training is the basic form of preparation of sportsmen." This definition is given by whom ?

- (A) Matwejew (B) Martin
(C) Harre (D) Mathew

112. In extensive interval training method the intensity approximately should be :

- (A) 25-30% (B) 30-40%
(C) 40-50% (D) 50-60%

113. Rest period between two sprints is an example of :

- (A) Load density
(B) Load volume
(C) Movement duration
(D) Movement intensity



114. प्रोप्रियोसेप्टिव न्यूरोमस्क्युलर फैसिलिटेशन तकनीक संबंधित है :

- (A) ताकत से (B) लचीलेपन से
(C) गति से (D) सहनशक्ति से

115. निम्नलिखित में से कौन प्रतिभा सूचक है ?

- (A) भार सहन करने की क्षमता
(B) प्रदर्शन स्थिरता
(C) प्रदर्शन में वृद्धि की दर
(D) उपर्युक्त सभी

116. कौनसा प्रशिक्षण चक्र साप्ताहिक चक्र भी कहलाता है ?

- (A) मिनी चक्र (B) मेसो चक्र
(C) माइक्रो चक्र (D) मैक्रो चक्र

117. निम्नलिखित में से कौनसा अधिभार का एक दैहिक कार्यात्मक लक्षण है ?

- (A) भूख में कमी
(B) निद्रा में कमी
(C) पाचन में गड़बड़ी
(D) उपर्युक्त सभी

118. निम्नलिखित में से कौनसी समन्वय क्षमता है ?

- (A) गतिविधि क्षमता (संचलन क्षमता)
(B) चलने की क्षमता (गतिवान क्षमता)
(C) त्वरण क्षमता
(D) युग्मन क्षमता

114. Proprioceptive neuromuscular facilitation technique is associated with :

- (A) Strength (B) Flexibility
(C) Speed (D) Endurance

115. Which one of the following is a talent indicator ?

- (A) Ability to tolerate load
(B) Performance stability
(C) Rate of increase in performance
(D) All of the above

116. Which training cycle is also called weekly cycle ?

- (A) Mini cycle (B) Meso cycle
(C) Micro cycle (D) Macro cycle

117. Which of the following is a somatic functional symptom of overload ?

- (A) Loss of appetite
(B) Loss of sleep
(C) Disturbance of digestion
(D) All of the above

118. Which of the following is the coordinative ability ?

- (A) Movement ability
(B) Locomotor ability
(C) Acceleration ability
(D) Coupling ability



119.व्यवहार में रणनीति का वास्तविक बोध है ।

- (A) कौशल (B) युक्ति
(C) तकनीकी (D) शैली

120. ट्रांजिशनल पीरियड का लक्ष्य है :

- (A) रिकवरी
(B) मनोरंजन
(C) सुपरकम्पेंसेशन
(D) प्रदर्शन का स्थिरीकरण

121. किस प्रकार के अनुसंधान में गहन अध्ययन तथा मूल्यवान जानकारी का मूल्यांकन जटिल परिघटनाओं की व्याख्या के लिए किया जाता है ?

- (A) विश्लेषणात्मक अनुसंधान
(B) वर्णनात्मक अनुसंधान
(C) प्रायोगिक अनुसंधान
(D) केस स्टडी

122. निम्नलिखित में से कौनसा सही है ?

- (I) स्वतन्त्र चर प्रयोग का वह भाग है जिसमें शोधकर्ता हेरफेर करता है
(II) आश्रित चर प्रयोग का वह भाग है जिसमें शोधकर्ता हेरफेर करता है
(III) उपचार चर प्रयोग का वह भाग है जिसमें शोधकर्ता हेरफेर करता है

सही विकल्प का चयन कीजिए :

- (A) केवल (I) सही है
(B) केवल (II) और (III) सही हैं
(C) केवल (II) सही है
(D) केवल (I) और (III) सही हैं

119.is the actual realisation of strategy in practice.

- (A) Skill (B) Tactics
(C) Technique (D) Style

120. Transitional period aims at :

- (A) Recovery
(B) Recreation
(C) Supercompensation
(D) Stabilization of performance

121. Which type of research involves indepth study and evaluation of valuable information in an attempt to explain the complex phenomena ?

- (A) Analytical Research
(B) Descriptive Research
(C) Experimental Research
(D) Case Study

122. Which of the following is *correct* ?

- (I) Independent variable is the part of experiment that the researcher is manipulating
(II) Dependent variable is the part of experiment that the researcher is manipulating
(III) Treatment variable is the part of experiment that the researcher is manipulating.

Select the correct code :

- (A) Only (I) is correct
(B) Only (II) and (III) are correct
(C) Only (II) is correct
(D) Only (I) and (III) are correct



123. यदि माध्य 40 ± 2.5 हो, तो 35 का Z-स्कोर और T-स्कोर क्या होगा ?

- (A) -2 और 70
- (B) 2 और 40
- (C) -2 और 30
- (D) 2 और 60

124. यदि सामान्य वक्र का कुल क्षेत्रफल 100% है, तो $\mu - 2\sigma$ और $\mu + 2\sigma$ के मध्य कितनी जनसंख्या आएगी ?

- (A) 94.55%
- (B) 95.44%
- (C) 99.73%
- (D) 95.73%

125. पैरामीट्रिक सांख्यिकीय परीक्षण के लिए निम्नलिखित में से कौनसी धारणा सही नहीं है ?

- (A) अवलोकन स्वतंत्र होना चाहिए
- (B) सभी आबादी के लिए भिन्नता समान होनी चाहिए
- (C) नमूना अवलोकन सामान्य रूप से वितरित आबादी से लिया जाना चाहिए
- (D) अध्ययन के तहत चर निरंतर होने चाहिए

123. If mean is 40 ± 2.5 , what will be the Z-score and T-score of 35 ?

- (A) -2 and 70
- (B) 2 and 40
- (C) -2 and 30
- (D) 2 and 60

124. If total area of normal curve is 100%, then how much population will come between $\mu - 2\sigma$ to $\mu + 2\sigma$?

- (A) 94.55%
- (B) 95.44%
- (C) 99.73%
- (D) 95.73%

125. Which of the following is *not* a correct assumption for parametric statistical test ?

- (A) Observation should be independent
- (B) Variance for all the population must be same
- (C) Sample observation must be drawn from the normally distributed population
- (D) Variable under study is continuous



126. निम्नलिखित में से कौनसा सही है ?

- (I) प्रकार-I त्रुटि में अशक्त परिकल्पना को अस्वीकार कर दिया जाता है जबकि वास्तव में वह सत्य होती है ।
- (II) प्रकार-II त्रुटि में अशक्त परिकल्पना को स्वीकार कर लिया जाता है जबकि वास्तव में वह गलत होती है ।
- (III) प्रकार-I त्रुटि न करने की संभावना को परीक्षण की शक्ति के रूप में जाना जाता है ।

सही विकल्प चुनिए :

- (A) केवल (I) और (III) सही हैं
- (B) केवल (I) और (II) सही हैं
- (C) सभी (I), (II) और (III) सही हैं
- (D) केवल (II) और (III) सही हैं

127. ज्ञान परीक्षणों के विश्लेषण की प्रक्रिया जिसमें परीक्षण वस्तुओं की उपयुक्तता, कठिनाई और विभेद का मूल्यांकन किया जाता है, जानी जाती है :

- (A) त्रुटि विश्लेषण
- (B) कठिनाई विश्लेषण
- (C) मद विश्लेषण
- (D) मद विभेद

126. Which of the following is *correct* ?

- (I) In type I error null hypothesis is rejected when it is actually true.
- (II) In type II error null hypothesis is accepted when it is actually false.
- (III) The probability of not committing type-I error is known as power of test.

Select the correct option :

- (A) Only (I) and (III) are correct
- (B) Only (I) and (II) are correct
- (C) All (I), (II) and (III) are correct
- (D) Only (II) and (III) are correct

127. The process of analyzing knowledge test in which the suitability of test items difficulty and discrimination is evaluated, is known as :

- (A) Error Analysis
- (B) Difficulty Analysis
- (C) Item Analysis
- (D) Item Discrimination



128. निम्नलिखित में से कौनसा सही है ?

- (I) बाह्य आलोचना : यह स्थापित करना कि स्रोत विश्वसनीय है ।
- (II) आंतरिक आलोचना : स्रोत की प्रामाणिकता स्थापित करना ।

सही विकल्प का चयन कीजिए :

- (A) केवल (I) सही है
- (B) केवल (II) सही है
- (C) दोनों (I) और (II) सही हैं
- (D) दोनों (I) और (II) गलत हैं

129. अनुसंधान डिजाइन जिसमें प्रयोगकर्ता डिजाइन को वास्तविक दुनिया की सेटिंग्स में फिट करने की कोशिश करता है जबकि अभी भी आंतरिक वैधता के लिए जितना संभव हो उतना खतरों को नियंत्रित करता है, कहलाता है :

- (A) अर्ध-प्रयोगात्मक डिजाइन
- (B) सत्य प्रयोगात्मक डिजाइन
- (C) कार्योत्तर प्रयोगात्मक डिजाइन
- (D) पूर्ण प्रयोगात्मक डिजाइन

130. प्रतिगमन और एनोवा (ANOVA) का एक संयोजन जो सांख्यिकीय रूप में कुछ विक्षेपक चर के लिए आश्रित चर को समायोजित करता है, कहलाता है :

- (A) एकदिश एनोवा
- (B) द्वि-दिश एनोवा
- (C) सहसंयोजक
- (D) बहु प्रतिगमन

128. Which of the following is *correct* ?

- (I) External Criticism : Establishing that source is credible.
- (II) Internal criticism : Establishing the authenticity of the source.

Select the correct options :

- (A) Only (I) is correct
- (B) Only (II) is correct
- (C) Both (I) and (II) are correct
- (D) Both (I) and (II) are incorrect

129. Research design in which the experimenter tries to fit the design to real world setting while still controlling as many of the threats to the internal validity as possible, is known as :

- (A) Quasi-experimental design
- (B) True experimental design
- (C) Ex-post facto experimental design
- (D) Total experimental design

130. A combination of regression and ANOVA that statistically adjusts the dependent variable for some distractor variable is called :

- (A) One-way ANOVA
- (B) Two-way ANOVA
- (C) Covariate
- (D) Multiple regression



131. निम्नलिखित में से कौनसे परीक्षण आइटम बैरो मोटर क्षमता परीक्षण बनाते हैं ?

- (i) स्टैंडिंग ब्रोड जंप
- (ii) जिग-जैग रन
- (iii) बाधा दौड़
- (iv) शटल रन
- (v) मेडिसिन बॉल पुट

कूट :

- (A) (iv), (v) और (ii)
- (B) (ii), (iv) और (i)
- (C) (i), (iii) और (iv)
- (D) (ii), (v) और (i)

132. मेथेनी-जॉनसन मोटर एजुकैबिलिटी टेस्ट बैटरी में कितने मोटर स्टंट होते हैं ?

- (A) चार
- (B) छः
- (C) पाँच
- (D) आठ

133. किनैन्थ्रोपोमेट्रिक परीक्षणों का उपयोग निम्नलिखित में से किस उद्देश्य के लिए किया जाता है ?

- (i) पोषण की स्थिति का अध्ययन करने के लिए
- (ii) वृद्धि और विकास का अध्ययन करने के लिए
- (iii) स्वास्थ्य पर प्रभाव का अध्ययन करने के लिए
- (iv) शरीर के रूप (सोमेटोटाइपिंग) का निर्धारण करने के लिए

कूट :

- (A) (i), (iii) और (ii)
- (B) (iv), (iii) और (ii)
- (C) (i), (iii) और (iv)
- (D) (ii), (iv) और (i)

131. Which of the following test items made up the Barrow Motor Ability Test ?

- (i) Standing Broad Jump
- (ii) Zig-zag Run
- (iii) Hurdle Race
- (iv) Shuttle Run
- (v) Medicine Ball Put

Code :

- (A) (iv), (v) and (ii)
- (B) (ii), (iv) and (i)
- (C) (i), (iii) and (iv)
- (D) (ii), (v) and (i)

132. How many motors stunts does the Metheny-Johnson Motor Educability Test Battery consist of ?

- (A) Four
- (B) Six
- (C) Five
- (D) Eight

133. Kinanthropometric tests are used for which of the following purpose ?

- (i) To study nutritional status
- (ii) To study growth and development
- (iii) To study effect on healthy
- (iv) To determine body form (sometotyping)

Code :

- (A) (i), (iii) and (ii)
- (B) (iv), (iii) and (ii)
- (C) (i), (iii) and (iv)
- (D) (ii), (iv) and (i)



134. नीचे दी गई सूची से न्यूनतम शक्ति परीक्षण के रूप में संदर्भित परीक्षण का चयन कीजिए :

- (A) सकल अधिकतम परीक्षण
- (B) क्रॉस-वेबर परीक्षण
- (C) हार्वर्ड स्टेप टेस्ट
- (D) फिलिप का JCR परीक्षण

135. उन परीक्षणों की पहचान कीजिए जिनमें रोजर की शक्ति परीक्षण बैटरी शामिल है :

- (i) हैंड ग्रिप स्ट्रेंथ टेस्ट
- (ii) लेग स्ट्रेंथ टेस्ट
- (iii) आर्म स्ट्रेंथ टेस्ट
- (iv) बैक स्ट्रेंथ टेस्ट

कूट :

- (A) (iii) तथा (ii)
- (B) (iv), (iii) तथा (ii)
- (C) (i), (iv) तथा (ii)
- (D) (iv) तथा (i)

136. निम्नलिखित में से कौनसा कार्डियोवैस्कुलर सहनशक्ति परीक्षण है ?

- (A) टटल पल्स अनुपात परीक्षण
- (B) कनाडियन परीक्षण
- (C) मेथेनी-जॉनसन परीक्षण
- (D) नेशनल फिजिकल फिटनेस टेस्ट

134. Select the test referred to as the minimum strength test from the list below :

- (A) Gross Max Test
- (B) Kraus-Weber Test
- (C) Harvard Step Test
- (D) Phillip's JCR Test

135. Identify the test items which comprise the Roger's Strength Test Battery :

- (i) Hand Grip Strength Test
- (ii) Leg Strength Test
- (iii) Arm Strength Test
- (iv) Back Strength Test

Codes :

- (A) (iii) and (ii)
- (B) (iv), (iii) and (ii)
- (C) (i), (iv) and (ii)
- (D) (iv) and (i)

136. Which of the following is the cardiovascular endurance test ?

- (A) Tuttle Pulse Ratio Test
- (B) Canadian Test
- (C) Metheny-Johnson Test
- (D) National Physical Fitness Test



137. हार्वर्ड स्टेप टेस्ट का निर्माण किसके द्वारा किया गया था ?

- (A) जॉनसन (B) कोर्निश
(C) ब्रोहा (D) ब्रेडी

138. सटीकता परीक्षण के लिए जॉनसन बास्केटबॉल श्रो के लिए आयताकार लक्ष्य आकार हैं :

- (i) 15" × 15" (ii) 40" × 25"
(iii) 15" × 30" (iv) 40" × 60"
(v) 20" × 10"

कूट :

- (A) (iii), (v) और (ii)
(B) (iv), (iii) और (ii)
(C) (i), (iv) और (ii)
(D) (v), (ii) और (iv)

139. निम्नलिखित में से कौनसा समन्वय परीक्षण है ?

- (A) स्प्रिट परीक्षण
(B) स्कॉट बाधा दौड़ परीक्षण
(C) 4, 6 और 8 सेकण्ड के लिए दूरी परीक्षण
(D) बास स्टिक परीक्षण

137. Harvard Step Test was constructed by :

- (A) Johnson (B) Cornish
(C) Brouha (D) Brady

138. The rectangular target sizes for Johnson Basketball throw for accuracy test are :

- (i) 15" × 15" (ii) 40" × 25"
(iii) 15" × 30" (iv) 40" × 60"
(v) 20" × 10"

Codes :

- (A) (iii), (v) and (ii)
(B) (iv), (iii) and (ii)
(C) (i), (iv) and (ii)
(D) (v), (ii) and (iv)

139. Which of the following is the coordination test ?

- (A) Spirit Test
(B) Scott Obstacle Race Test
(C) Distance test for 4, 6 and 8 seconds
(D) Bass Stick Test



140. ब्रिज अप टेस्ट किसके लचीलेपन को मापता है ?
- (A) पीठ और पैर
(B) रीढ़ और इसके हारपरएक्सटेंशन
(C) रीढ़ और पैर
(D) पीठ
141. सामरिक प्रबंधन प्राप्त करने के लिए कौनसी महत्वपूर्ण अवधारणा है ?
- (A) राजकोषीय रणनीतिक योजना बनाना
(B) राजकोषीय उत्तरदायित्व को पूरा करना
(C) राजकोषीय संरचना और बजटीय प्रक्रिया
(D) विशिष्ट क्षमता और प्रतिस्पर्धात्मक लाभ
142. कौनसा देश आधुनिक खेल और खेल प्रबंधन का जन्मस्थल है ?
- (A) ऑस्ट्रेलिया (B) इंग्लैण्ड
(C) रूस (D) अमेरिका
143. नेता अपने अधिकांश अधिकार प्रत्यायोजित करता है लेकिन सम्पूर्ण उत्तरदायित्व अपने पास रखता है। यह किस श्रेणी का नेता होता है ?
- (A) अधिनायकवादी (B) आदर्श
(C) लोकतांत्रिक (D) अहस्तक्षेप
140. Brize up test measures the flexibility of:
- (A) Back and Leg
(B) Spine and its hyperextension
(C) Spine and Leg
(D) Back
141. Which one is the key concept to achieve strategic management ?
- (A) Making a fiscal strategic plan
(B) Fulfilling the fiscal responsibility
(C) Fiscal structure and the budgetary process
(D) Distinctive competence and competitive advantage
142. Which country is the birthplace of modern sport and sports management ?
- (A) Australia (B) England
(C) Russia (D) U.S.A.
143. The leader delegates much of his/her authority but retains total responsibility, is which type of leader ?
- (A) Authoritarian (B) Ideal
(C) Democratic (D) Laissez-Faire



144. कभी-कभी अग्रणी का अर्थ क्या होता है ?

- (A) संचार कौशल
- (B) नवाचार
- (C) दल में कार्य करना
- (D) निर्णय लेना

145. SWOT का क्या अभिप्राय है ?

- (A) शक्ति, कमजोरियाँ, अवसर एवं परीक्षा
- (B) शक्ति, कमजोरियाँ, अवसर एवं संकट
- (C) शक्ति, कमजोरियाँ, अवसर एवं प्रशिक्षण
- (D) शक्ति, कमजोरियाँ, अवसर एवं उपचार

146. रणनीतिक प्रबंधन प्रक्रिया के पहले चरण को किस रूप में जाना जाता है ?

- (A) रणनीति दिशात्मक
- (B) रणनीति तैयार करना
- (C) रणनीति विश्लेषण
- (D) रणनीति मूल्यांकन

147. समाज में मीडिया के कौनसे तीन व्यापक कार्य हैं ?

- (A) अखबार, रेडियो और टेलीविजन
- (B) रेडियो, टेलीविजन और इंटरनेट
- (C) अखबार, पत्रिका और रेडियो
- (D) सूचना, शिक्षा और मनोरंजन

144. What does sometimes leading means ?

- (A) Communication Skills
- (B) Innovation
- (C) Teamwork
- (D) Deciding

145. SWOT stands for :

- (A) Strength, Weaknesses, Opportunities and Test
- (B) Strength, Weaknesses, Opportuntieis and Threats
- (C) Strength, Weaknesses, Opportunties and Training
- (D) Strength, Weaknesses, Opportunities and Treatment

146. What is the first stage in the strategic management process called ?

- (A) Strategy Direction
- (B) Strategy Formulation
- (C) Strategy Analysis
- (D) Strategy Evaluation

147. Which three functions are the broad functions of media in a society ?

- (A) Newspaep, Radio and Television
- (B) Radio, Television and Internet
- (C) Newspaper, Magazines and Radio
- (D) Information, Education and Entertainment



148. निम्नलिखित विकल्पों में से कौनसा एक उचित क्रम में व्यवस्थित है ?

- (A) बजटिंग, योजना और क्रय
- (B) योजना, प्रोग्रामिंग और बजट प्रणाली
- (C) योजना, बजट और प्रोग्रामिंग
- (D) योजना, क्रय और प्रोग्रामिंग

149. निर्धारित नीतियों के साथ अंतर-विद्यालय एथलेटिक टूर्नामेंट के वास्तविक संचालन से कौन अधिक प्रत्यक्ष रूप से संबंधित है ?

- (A) प्रशासनिक अधिकारी
- (B) आयोजन समिति
- (C) शारीरिक शिक्षा शिक्षक
- (D) प्राचार्य

150. नियोजन प्रक्रिया में पहला चरण क्या है ?

- (A) उद्देश्यों का निर्धारण
- (B) संसाधन जुटाना
- (C) व्यवधानों की पहचान
- (D) विकल्पों का मूल्यांकन

148. Which one among the following options is arranged in proper sequence ?

- (A) Budgeting, Planning and Procurement
- (B) Planning, Programming and Budgeting System
- (C) Planning, Budgeting and Programming
- (D) Planning, Procurement and Programming

149. Who is more directly concerned with the actual operations of Inter School Athletic Tournament with the stipulated policies ?

- (A) Administrative Officer
- (B) Organising Committee
- (C) Physical Education Teacher
- (D) The Principal

150. The first step in planning process is :

- (A) Determination of objectives
- (B) Resource Mobilization
- (C) Constraint Identification
- (D) Evaluation of Alternatives



रफ़ कार्य के लिए जगह
(SPACE FOR ROUGH WORK)

S/25/2022/A



रफ़ कार्य के लिए जगह
(SPACE FOR ROUGH WORK)

S/25/2022/A