जब तक आपको यह प्रश्न–पुस्तिका खोलने को नहीं कहा जाए तब तक न खोलें ।

2025

Question Booklet Bar Code Serial No.
प्रश्न–पुस्तिका बार कोड क्रम संख्या
2815985

कोड : VISU-13

विषय : सामान्य अध्ययन एवं शारीरिक शिक्षा

भाग – I : सामान्य अध्ययन : प्रश्न संख्या 1 से 30

भाग – II : शारीरिक शिक्षा : प्रश्न संख्या 31 से 150

समय : 2 घण्टे | पूर्णांक : 300

अपना अनुक्रमांक सामने बॉक्स में लिखें	अंकों में →							
	शब्दों में							

प्रश्नों के उत्तर के लिए केवल **काले बॉल–प्वॉइंट पेन** का प्रयोग करें ।
अभ्यर्थी उत्तर–पत्रक पर उत्तर देने से पहले सभी अनुदेशों को सावधानीपूर्वक पढ़ लें ।

अन्तरीक्षक के हस्ताक्षर	

आपको अपने सभी उत्तर **केवल उत्तर–पत्रक** पर ही देने हैं । परीक्षा के उपरांत **उत्तर–पत्रक अन्तरीक्षक** को सौंप दें तथा अभ्यर्थी प्रति (नीली) अन्तरीक्षक से प्राप्त कर लें ।

महत्त्वपूर्ण अनुदेश

1. **सभी** प्रश्नों के उत्तर दें । **सभी** प्रश्नों के अंक समान हैं । ओ.एम.आर. उत्तर–पत्रक और प्रश्न–पुस्तिका जिनका बार कोड क्रम संख्या एक समान है, सीलड पारदर्शी पॉलीथीन पैकेट के अन्दर एक साथ रखी है ।
2. **पारदर्शी सीलड पॉलीथीन पैकेट खोलने के तुरन्त बाद पुनः जाँच करके देख लें कि प्रश्न–पुस्तिका एवं ओ.एम.आर. उत्तर–पत्रक पर मुद्रित बार कोड क्रम संख्या एक समान हैं तथा सभी पेज भली–भाँति छपे हुए हैं । यदि प्रश्न–पुस्तिका एवं ओ.एम.आर. उत्तर–पत्रक पर मुद्रित बार कोड क्रम संख्या एक समान न हों या इसमें अन्य कोई विसंगति हो, तो अन्तरीक्षक को वापस कर प्रश्न–पुस्तिका एवं ओ.एम.आर. उत्तर–पत्रक की दूसरी सीलड पॉलीथीन पैकेट प्राप्त कर लें ।**
3. अभ्यर्थी **ओ.एम.आर. उत्तर–पत्रक एवं प्रश्न–पुस्तिका पर मुद्रित बार कोड क्रम संख्या के एक समान होने की पुष्टि करने के उपरान्त ही** ओ.एम.आर. उत्तर–पत्रक पर अपना सही अनुक्रमांक, विषय एवं विषय कोड निर्धारित स्थान पर अंकित करें अन्यथा उत्तर–पत्रक का मूल्यांकन नहीं किया जाएगा और उसकी जिम्मेदारी स्वयं अभ्यर्थी की होगी ।
4. अनुक्रमांक के अलावा प्रश्न–पुस्तिका के कवर पेज पर कुछ न लिखें । रफ कार्य के लिए प्रश्न–पुस्तिका के अन्त में दिए गए दो पृष्ठों का प्रयोग करें ।
5. **इस प्रश्न–पुस्तिका में 150 प्रश्न हैं ।** प्रत्येक प्रश्न के **चार (4)** वैकल्पिक उत्तर प्रश्न के नीचे दिए गए हैं । इन चारों में से केवल एक ही सही उत्तर है । जिस उत्तर को आप सही या सबसे उचित समझते हैं, उत्तर–पत्रक में उसके अक्षर वाले वृत्त को **काले बॉल–प्वॉइंट पेन** से पूरा काला कर दें ।
6. इस प्रश्न–पुस्तिका में सभी प्रश्न अंग्रेज़ी व हिन्दी दोनों भाषाओं में मुद्रित हैं । द्विभाषी (हिन्दी/अंग्रेज़ी) में किसी भी प्रश्न में अस्पष्टता के मामले में, अंग्रेज़ी संस्करण प्रभावी होगा ।
7. **गलत उत्तरों के लिए दण्ड :**
   उत्तर–पत्रक में अभ्यर्थी द्वारा दिए गए ग़लत उत्तरों के लिए दण्ड दिया जाएगा ।
   (i) प्रत्येक प्रश्न के लिए चार वैकल्पिक उत्तर हैं । अभ्यर्थी द्वारा प्रत्येक प्रश्न के लिए दिए गए एक ग़लत उत्तर के लिए प्रश्न हेतु नियत किए गए अंकों का **एक–तिहाई** दण्ड के रूप में काटा जाएगा ।
   (ii) यदि कोई अभ्यर्थी एक से अधिक उत्तर देता है, तो इसे **ग़लत उत्तर** माना जाएगा, यद्यपि दिए गए उत्तरों में से एक उत्तर सही होता है, फिर भी उस प्रश्न के लिए उपर्युक्तानुसार ही उसी तरह का दण्ड दिया जाएगा ।
   (iii) यदि अभ्यर्थी द्वारा कोई प्रश्न हल नहीं किया जाता है, अर्थात् अभ्यर्थी द्वारा उत्तर नहीं दिया जाता है, तो उस प्रश्न के लिए **कोई दण्ड नहीं** दिया जाएगा ।

नोट : कृपया ओ.एम.आर. उत्तर–पत्रक व प्रश्न–पुस्तिका पर मुद्रित बार कोड क्रम संख्या के समान होने की जाँच कर ली जाए तथा बार कोड क्रम संख्या के एक समान न होने की दशा में उसे बदलकर दूसरी प्रश्न–पुस्तिका एवं ओ.एम.आर. उत्तर–पत्रक का सीलड पॉलीथीन पैकेट प्राप्त कर लिया जाए ।

Note : English version of the instructions is printed on the back cover of this Question Booklet.

Part – I / भाग – I
General Studies / सामान्य अध्ययन

1. Which of these was a shift in India's Economic Policy past 1990 ?
   (a) Elimination of foreign investment
   (b) Re-nationalisation
   (c) Move towards export oriented growth
   (d) Emphasis on heavy industry

2. Which of the following is a micro-nutrient ?
   (a) Manganese
   (b) Magnesium
   (c) Sulphur
   (d) Calcium

3. Nagarjun Sagar Dam is constructed on which of the following river ?
   (a) Kaveri (b) Krishna
   (c) Godawari (d) Mahanadi

4. These Articles of our Constitution have been referred as golden triangle in a historical case with regard to amending process of the Parliament. Which of the following is NOT a part of it ?
   (a) 21 (b) 19
   (c) 15 (d) 14

5. Method of demonstration is based on the principle of
   (a) Learning by listening
   (b) Learning by doing
   (c) Seeing in believing
   (d) Earning while learning

6. Which one of the following scholars introduced the concept of Human Development ?
   (a) Dr. Mahbub-ul-Haq
   (b) Prof. Amartya Sen
   (c) Ellen C. Sample
   (d) Ratzel

1. 1990 के बाद भारत की आर्थिक नीति में इनमें से कौन–सा बदलाव था ?
   (a) विदेशी निवेश का उन्मूलन
   (b) पुन: राष्ट्रीयकरण
   (c) निर्यातोन्मुखी विकास की ओर बढ़ना
   (d) भारी उद्योगों पर ज़ोर

2. निम्न में से कौन–सा एक सूक्ष्म पोषक तत्व है ?
   (a) मैंगनीज
   (b) मैग्नेशियम
   (c) सल्फर
   (d) कैल्सियम

3. नागार्जुन सागर बांध निम्न में से किस नदी पर निर्मित है ?
   (a) कावेरी (b) कृष्णा
   (c) गोदावरी (d) महानदी

4. एक ऐतिहासिक मामलों में संसद की संशोधन प्रक्रिया की शक्तियों के सन्दर्भ में हमारे संविधान के इन अनुच्छेदों को स्वर्णिम त्रिकोण कहा गया है । निम्नलिखित में से कौन–सा एक उसका अंग **नहीं** है ?
   (a) 21 (b) 19
   (c) 15 (d) 14

5. विधि प्रदर्शन का सिद्धान्त आधारित होता है
   (a) सुनकर सीखना
   (b) करके सीखना
   (c) देखकर विश्वास करना
   (d) सीखते हुए आय

6. मानव विकास की अवधारणा निम्न में से किस विद्वान की देन है ?
   (a) डॉ. महबूब–उल–हक
   (b) प्रो. अमर्त्य सेन
   (c) एलन सी. सेंपल
   (d) रैटजेल

7. The urban-rural gap in MPCE has declined to ________ percent in 2023-24, from 84 percent in 2011-12.
(a) 72
(b) 68
(c) 70
(d) 71

8. Nodes of Ranvier is present in
(a) Nerve cells
(b) Heart cells
(c) Kidney cells
(d) Liver cells

9. Hard-wood cutting method is adopted in which fruit crop ?
(a) Amla
(b) Pomegranate
(c) Apple
(d) Mango

10. Which one of the following pairs is NOT correctly matched about India's Federal System ?
(a) Dicey – Cooperative Federalism
(b) K. V. Rao – Centralised Federalism
(c) Morris Johns – Bargaining Federalism
(d) K. C. Wheare – Quasi-Federalism

11. Simplify : $\frac{3}{4} \div 2\frac{1}{4}$ of $\frac{2}{3} - \frac{\frac{1}{2}-\frac{1}{3}}{\frac{1}{2}+\frac{1}{3}} \times 3\frac{1}{3} + \frac{5}{6}$
(a) $\frac{5}{9}$
(b) $\frac{7}{18}$
(c) $\frac{2}{3}$
(d) None of the above

12. ______ is the second largest island in Europe.
(a) Sicily
(b) Cyprus
(c) Ireland
(d) Iceland

13. RBI's financial inclusion index increased from 53.9 in March 2021 to ______ in March 2024.
(a) 79.9
(b) 64.2
(c) 72.1
(d) 61.3

7. वर्ष 2023-24 में MPCE में ग्रामीण शहरी अंतर घटकर ________ प्रतिशत रह गया, जो कि 2011-12 में 84 प्रतिशत था ।
(a) 72
(b) 68
(c) 70
(d) 71

8. रैनवियर की गाँठ उपस्थित होती है
(a) तंत्रिका कोशिकाओं में
(b) हृदय कोशिकाओं में
(c) वृक्क कोशिकाओं में
(d) यकृत कोशिकाओं में

9. कठोर लकड़ी की कटिंग विधि किस एक फसल में अपनाई जाती है ?
(a) आंवला
(b) अनार
(c) सेब
(d) आम

10. भारत की संघीय व्यवस्था के बारे में निम्नांकित में से कौन–सा युग्म सही सुमेलित नहीं है ?
(a) डायसी – सहकारी संघवाद
(b) के. वी. राव – केन्द्रीकृत संघवाद
(c) मोरिस जान्स – सौदे बाजी संघवाद
(d) के. सी. व्हेयर – अर्ध संघवाद

11. सरलीकरण कीजिए : $\frac{3}{4} \div 2\frac{1}{4}$ का $\frac{2}{3} - \frac{\frac{1}{2}-\frac{1}{3}}{\frac{1}{2}+\frac{1}{3}} \times 3\frac{1}{3} + \frac{5}{6}$
(a) $\frac{5}{9}$
(b) $\frac{7}{18}$
(c) $\frac{2}{3}$
(d) उपर्युक्त में से कोई नहीं

12. ______ यूरोप की द्वितीय सबसे बड़ा द्वीप है ।
(a) सिसली
(b) साइप्रस
(c) आयर लैंड
(d) आइस लैंड

13. आर.बी.आई. का वित्तीय समावेशन सूचकांक मार्च 2021 में 53.9 से बढ़कर मार्च 2024 में ________ हो गया है ।
(a) 79.9
(b) 64.2
(c) 72.1
(d) 61.3

14. The point of intersection of medians of a triangle is known as

(a) Centroid (b) Orthocentre

(c) Circumcentre (d) Incentre

15. Which one of the following pairs is NOT correctly matched (in twelfth schedule subject) ?

(a) Twelfth Schedule – Slum improvement and Upgradation

(b) Twelfth Schedule – Fire services

(c) Twelfth Schedule – Family welfare

(d) Twelfth Schedule – Roads and bridges

16. The largest cell in human body is

(a) Kidney cell (b) Hepatic cell

(c) Nerve cell (d) Muscle cell

17. Arranging the following environmental reports chronologically.

i. Stockholm Conference

ii. Brundtland Report

iii. Kyoto Protocol

iv. UN SDGS

Select the correct answer from the codes given below.

Codes :

(a) ii, i, iv, iii (b) i, iii, ii, iv

(c) ii, i, iii, iv (d) i, ii, iii, iv

18. By selling 100 pencils, a shopkeeper gains the selling price of 20 pencils. His gain percent is

(a) 30% (b) 15%

(c) 20% (d) 25%

19. In honour of whom India post launched postal cover and picture post card ?

(a) Sofia Qureshi

(b) Prerna Deosthalee

(c) Shubhanshu Shukla

(d) Vyomika Singh

14. एक त्रिभुज की माध्यिकाओं का प्रतिच्छेदन बिन्दु कहलाता है

(a) केन्द्रक (b) लम्बकेन्द्र

(c) परिकेन्द्र (d) अन्त:केन्द्र

15. निम्न युग्मों में से कौन-सा युग्म (बारहवीं अनुसूची-विषय) सही सुमेलित नहीं है ?

(a) बारहवीं अनुसूची – गंदी बस्ती सुधार और उन्नयन

(b) बारहवीं अनुसूची – अग्नि शमन सेवायें

(c) बारहवीं अनुसूची – परिवार कल्याण

(d) बारहवीं अनुसूची – सड़के और पुल

16. मानव शरीर का सबसे लम्बी कोशिका है

(a) किडनी कोशिका (b) हेपेटिक कोशिका

(c) तन्त्रिका कोशिका (d) मांसपेशी कोशिका

17. निम्नलिखित पर्यावरण रिपोर्टों को कालानुक्रमिक रूप में व्यवस्थित करें ।

i. स्टॉकहोम सम्मेलन

ii. ब्रुंडलैंड रिपोर्ट

iii. क्योटो प्रोटोकॉल

iv. संयुक्त राष्ट्र सतत विकास लक्ष्य

निचे दिये गये कूट से सही उत्तर का चयन कीजिये ।

कूट :

(a) ii, i, iv, iii (b) i, iii, ii, iv

(c) ii, i, iii, iv (d) i, ii, iii, iv

18. 100 पेंसिल बेचकर, एक दुकानदार की 20 पेंसिल के विक्रय मूल्य का लाभ प्राप्त होता है । उसका लाभ प्रतिशत है

(a) 30% (b) 15%

(c) 20% (d) 25%

19. किसके सम्मान में भारतीय डाक ने पोस्टल कवर और पिक्चर पोस्ट कार्ड जारी किया है ?

(a) सोफिया कुरेशी

(b) प्रेरणा देवस्थली

(c) शुभांशु शुक्ला

(d) व्योमिका सिंह

20. Before the construction of Raygarh Fort, Shivaji conquered a fort of Bizapur named
(a) Chakan
(b) Panhala
(c) Jawali
(d) Toran

21. 'Latex' secreted by few plants is used for preparation of
(a) Dye
(b) Cartilage
(c) Fat
(d) Rubber

22. Who among the following is the author of the book "India Wins Freedom" ?
(a) Dr. M. A. Ansari
(b) Henrey Derozio
(c) Sir Henrey Cotton
(d) Maulana Abul Kalam Azad

23. Which one of the following pairs (Country-Operation) is NOT correctly matched ?
(a) China – Operation Tai
(b) Iran – Operation True Promise – 3
(c) Israel – Operation Rising – Lion
(d) USA – Operation Midnight – Hammer

24. The recommendation of Sarkaria Commission relate to which of the following ?
(a) Centre-State relations
(b) Membership of Parliament
(c) Power and function of the Parliament
(d) Distribution of Revenue

25. Which of the following disease is NOT caused by virus ?
(a) Hepatitis
(b) Diphtheria
(c) Rabies
(d) Mumps

20. रायगढ़ के किले के निर्माण के पूर्व शिवाजी ने बीजापुर के एक किले को विजित किया उसका नाम था
(a) चाकन
(b) पन्हाला
(c) जावली
(d) तोरण

21. कुछ पौधों द्वारा स्त्रावित होने वाला 'लेटेक्स' _______ बनाने में प्रयुक्त होता है ।
(a) डाई
(b) कार्टिलेज
(c) वसा
(d) रबर

22. "इंडिया विन्स फ्रीडम" नामक पुस्तक के लेखक निम्न में से कौन हैं ?
(a) डा. एम. ए. अंसारी
(b) हेनरी डेरोजियो
(c) सर हेनरी काटन
(d) मौलाना अबुल कलाम आजाद

23. निम्न युग्मों में कौन-सा युग्म (देश-आपरेशन) सही सुमेलित नहीं है ?
(a) चीन – आपरेशन ताई
(b) ईरान – आपरेशन ट्रू प्रॉमिस – 3
(c) इसराइल– आपरेशन राइजिंग – लायन
(d) अमेरिका – आपरेशन मिडनाइट – हैमर

24. सरकारिया आयोग की सिफारिशे निम्नलिखित में से किससे सम्बन्धित हैं ?
(a) केन्द्र राज्य सम्बन्ध
(b) संसद की सदस्यता
(c) संसद के अधिकार और शक्तियाँ
(d) राजस्व का वितरण

25. निम्नलिखित में कौन-सा रोग वायरस नहीं होता है ?
(a) हेपटाइटिस
(b) डिफ्थीरिया
(c) रैबीस
(d) मम्प्स

26. Which of the Indian mass movement, began with the famous "Dandi-March" of Mahatma Gandhi ?

(a) Civil-disobedience Movement

(b) Quit India Movement

(c) Non-cooperation Movement

(d) Khilafat Movement

27. 6th edition of military exercise named 'Dharma Guardian' which was held in 2025 is related to which countries ?

(a) India – Japan

(b) India – Philipines

(c) India – Bhutan

(d) India – Nepal

28. Which of the following pairs is NOT correctly matched ?

(Shifting Cultivation)		(Country)
(a) Milpa	–	Mexico
(b) Masole	–	India
(c) Roca	–	Brazil
(d) Ray	–	Vietnam

29. Who devoted his entire life to National Movement and came to be known as the "Grand Old Man of India" ?

(a) Dadabhai Naoroji

(b) Badruddin Tyabji

(c) Gopalkrishna Gokhale

(d) Ferozshah Mehta

30. What is the name of the campaign announced to commemorate the 75th anniversary of the Indian Constitution ?

(a) Democratic Ideals Program

(b) Constitution Glorification Campaign

(c) Constitution Awareness Drive

(d) None of the above

26. महात्मा गांधी के प्रसिद्ध "दांडी-यात्रा" से कौन-सा भारतीय जन आन्दोलन शुरु हुआ ?

(a) सविनय अवज्ञा आन्दोलन

(b) भारत छोड़ो आन्दोलन

(c) असहयोग आन्दोलन

(d) खिलाफत आन्दोलन

27. 2025 में हुए 'धर्म गार्जियन' नाम का सैन्य अभ्यास का छठा संस्करण किन देशों से संबंधित है ?

(a) भारत – जापान

(b) भारत – फिलिपीन्स

(c) भारत – भूटान

(d) भारत – नेपाल

28. निम्न युग्मों से कौन-सा युग्म सही सुमेलित नहीं है ?

(झूम खेती का नाम)		(देश)
(a) मिल्पा	–	मेक्सिको
(b) मसोले	–	भारत
(c) रोका	–	ब्राजील
(d) रे	–	वियतनाम

29. किसने अपना पूरा जीवन राष्ट्रीय आन्दोलन को समर्पित कर दिया और उन्हें "ग्रैंड ओल्ड़ मैन ऑफ इंडिया" के नाम से जाना गया ?

(a) दादाभाई नौरोजी

(b) बदरुद्दीन तैयबजी

(c) गोपाल कृष्ण गोखले

(d) फिरोजशाह मेहता

30. भारतीय संविधान की 75 वीं वर्षगांठ के उपरान्त में घोषित अभिमानक नाम क्या है ?

(a) लोकतांत्रिक आदर्श अभियान

(b) संविधान महिमा मोहिम

(c) संविधान जागरूकता अभियान

(d) उपरोक्त में से कोई नहीं

Part – II / भाग – II
Physical Education / शारीरिक शिक्षा

31. Arrange the sequence of steps for lesson planning.
I. Introduction
II. Demonstration
III. Practice
IV. Explanation
V. Observation and supervisions

Code :
(a) I IV III V II
(b) I IV II III V
(c) I IV V III II
(d) I IV III II V

32. Who constructed the Harvard step test ?
(a) Skubic in 1963
(b) Kurucz in 1969
(c) Tuttle in 1931
(d) Brouha in 1943

33. What is the name of membrane that cover the inside heart ?
(a) Periosteum
(b) Endocardium
(c) Myocardium
(d) Pericardium

34. The angle of Javelin sector is
(a) 34.96°
(b) 29°
(c) 28.96°
(d) 34.92°

35. Match List – I with List – II and choose your answer from the code given below :

List – I	List – II
A. J. B. Watson	1. Observation
B. B. F. Skinner	2. Classical conditioning
C. A. Bandra	3. Operant conditioning
D. Ivan Pavlov	4. Behaviourism

Code :
(a) A – 2 B – 3 C – 4 D – 1
(b) A – 4 B – 3 C – 1 D – 2
(c) A – 4 B – 3 C – 2 D – 1
(d) A – 1 B – 2 C – 3 D – 4

31. पाठ योजना की तैयारी को क्रमानुसार व्यवस्थित करें ।
I. प्रस्तावना
II. प्रदर्शन
III. अभ्यास
IV. व्याख्या
V. निरिक्षण एवं पर्यवेक्षण

कूट :
(a) I IV III V II
(b) I IV II III V
(c) I IV V III II
(d) I IV III II V

32. हार्वर्ड स्टेप परीक्षण किसके द्वारा निर्मित है ?
(a) स्कूबिक वर्ष 1963 में
(b) कुरुक्ज वर्ष 1969 में
(c) टट्टल वर्ष 1931 में
(d) ब्रौहा वर्ष 1943 मे

33. उस झिल्ली का नाम बताइये जो हृदय को अन्दर आच्छादित करती है
(a) पेरियास्टियम
(b) एन्डोकार्डियम
(c) मायोकार्डियम
(d) पेरीकार्डियम

34. एक भाला फेक सेक्टर का कोण क्या होता है ?
(a) 34.96°
(b) 29°
(c) 28.96°
(d) 34.92°

35. सूची – I को सूची – II से सुमेलित कीजिए एवं अपने उत्तर नीचे दिये गये कूट से छांटिये :

सूची – I	सूची – II
A. जे. बी. वाटसन	1. प्रेक्षणात्मक अधिगम
B. बी. एफ. स्किनर	2. क्लासिकल अनुबंधन
C. ए. बान्द्रा	3. क्रिया प्रसूत अनुबंधन
D. इवान पावलोव	4. व्यवहारवाद

कूट :
(a) A – 2 B – 3 C – 4 D – 1
(b) A – 4 B – 3 C – 1 D – 2
(c) A – 4 B – 3 C – 2 D – 1
(d) A – 1 B – 2 C – 3 D – 4

36. Who was known as 'Payyoli Express'?
(a) K. M. Beenamol
(b) P. T. Usha
(c) Milkha Singh
(d) Anju Bobby George

37. Which of the following term describes the ability of the body to maintain a stable internal environment?
(a) Metabolism (b) Catabolism
(c) Homeostasis (d) Anabolism

38. During the fundamental movement in the body, which instrument is used to measure muscles action?
(a) Muscles mayo-impulse
(b) Hand Dynamometer
(c) Strain gauges
(d) Electromyography

39. Which coloured cards are used during a badminton match by an official?
(a) Yellow, red and black
(b) White, red and black
(c) Only green and blue
(d) Only red and yellow

40. Which one of the pair is NOT correctly matched?
(a) Spirometer – Vital capacity measures
(b) Dynamometer – Mechanical force measures
(c) Skinfold Calliper – Bone density measures
(d) Sphygmomanometer – Blood pressure measures

41. Intramural programme creates in students a sense of what?
I. Selfishness
II. Enmity
III. Mass participation
IV. Maximum involvement
Select your answer from the code given below.
Code :
(a) I, II (b) III, IV
(c) II, III (d) I, III

36. इनमें से किसको 'पय्योली एक्सप्रेस' के नाम से जाना जाता है ?
(a) के. एम. बीनामोल
(b) पी. टी. उषा
(c) मिल्खा सिंह
(d) अंजू बॉबी जार्ज

37. निम्न में से कौन-सा शब्द शरीर की स्थिर आंतरिक वातावरण को बनाये रखने की क्षमता का वर्णन करता है ?
(a) उपापचय (b) अपचय
(c) समस्थिति (d) उपचय

38. मूलभूत गतिक्रिया के दौरान की गई मांसपेशी क्रिया गति को मापने हेतु निम्न में से कौन-सा यन्त्र प्रयोग किया जाता है ?
(a) मसल्स मायो-इम्पल्स
(b) हेण्ड डायनामोमीटर
(c) स्ट्रेन गोजस
(d) इलेक्ट्रोमायोग्राफी

39. बैडमिण्टन मैच के दौरान एक निर्णायक द्वारा किस रंग के कार्ड का प्रयोग किया जाता है ?
(a) पीला, लाल एवं काला
(b) सफेद, लाल एवं काला
(c) केवल हरा और नीला
(d) केवल लाल और पीला

40. निम्न युग्मों में से कौन-सा युग्म सही सुमेलित नहीं है ?
(a) स्पाइरोमीटर – श्वसन क्षमता मापता है
(b) डायनमोमीटर – यांत्रिक बल मापता है
(c) स्किनफोल्ड कैलिपर – बोन डेंसिटी मापता है
(d) स्फिग्मोमैनोमीटर – रक्तचाप मापता है

41. अन्तः सस्थान प्रतियोगिताओं से छात्रों में किस भावना का निर्माण होता है ?
I. स्वार्थपरता
II. शत्रुता
III. सामूहिक सहभागिता
IV. अधिकतम संलिप्तता
अपना उत्तर नीचे दिये गये कूट से छांटिये ।
कूट :
(a) I, II (b) III, IV
(c) II, III (d) I, III

42. Which athlete was stripped of gold medal due to dopping violation at 2000 Sydney Olympics Games ?
(a) Carl Lewis (b) Usain Bolt
(c) Marion Jones (d) Michael Johnson

43. With reference to Fibrous joints, which of the following statement is/are correct ?
1. Fibrous joints have lack of joint cavity and fibrous connective tissues unite the bones.
2. Fibrous joints are generally movable.

Code :
(a) Neither 1 nor 2 is correct
(b) Only 2 is correct
(c) Only 1 is correct
(d) Only 1 and 2 are correct

44. Match List – I with List – II and select your answer from the code given below :

List – I	List – II
A. Circuit Training	I. Strength
B. Weight Training	II. Endurance
C. Fartlek Training	III. E. R. Morgan
D. Technique Training	IV. Motor Procedure

Code :

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

45. Using the codes given below, arrange the following muscles in ascending order according to their location in the human body.
I. Posterior deltoid
II. Rectus abdominis
III. Soleus
IV. Rectus Femoris

Code :

(a) I	II	IV	III
(b) II	I	III	IV
(c) IV	II	I	III
(d) III	IV	II	I

42. 2000 सिडनी ओलम्पिक खेलों में किस खिलाड़ी को प्रतिबन्धित दवा के सेवन के कारण उसका स्वर्ण पदक छीन लिया गया ?
(a) कार्ल लेविस (b) उसैन बोल्ट
(c) मैरियन जोन्स (d) माइकल जोन्सन

43. तन्तुमय सन्धियों के सम्बन्ध में निम्नलिखित कथनों में कौन-सा कथन सही है ?
1. तन्तुमय सन्धियों में सन्धि गर्तिका का अभाव होता है तथा तन्तुमय ऊतक सन्धियों को जोड़ते हैं ।
2. तन्तुमय सन्धियों सामान्यतया गतिशील होती हैं ।

कूट :
(a) न तो 1 और न ही 2 सही है
(b) केवल 2 सही है
(c) केवल 1 सही है
(d) दोनों 1 एवं 2 सही हैं

44. सूची – I को सूची – II से सुमेलित कीजिए एवं अपना उत्तर नीचे दिये गये कूट से छांटिये :

सूची – I	सूची – II
A. चक्रीय प्रशिक्षण	I. शक्ति
B. भार प्रशिक्षण	II. क्षमता
C. फार्टलेक प्रशिक्षण	III. ई.आर. मॉर्गन
D. तकनीकि प्रशिक्षण	IV. गति प्रक्रिया

कूट :

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

45. नीचे दिये गये कूट का उपयोग करके निम्नलिखित मांसपेशियों को मानव शरीर में उनके स्थान के अनुसार नीचे से ऊपर के क्रम में व्यवस्थित करें ।
I. पश्च डेल्टोइड़
II. रेक्टस एब्डोमिनिस
III. सोलियस
IV. रेक्टस फेमोरिस

कूट :

(a) I	II	IV	III
(b) II	I	III	IV
(c) IV	II	I	III
(d) III	IV	II	I

46. Test-retest method is used to determine for which of the following ?

(a) Criteria (b) Objectivity

(c) Reliability (d) Validity

47. Match List – I with the List – II and choose your answer from the code given below :

List – I	List – II
A. Hollow Back	1. Genu varum
B. Lateral curvature of the spine	2. Genu valgum
C. Knock knees	3. Scoliosis
D. Bow legs	4. Lordosis

Code :

(a) A – 4 B – 3 C – 2 D – 1

(b) A – 3 B – 4 C – 2 D – 1

(c) A – 4 B – 3 C – 1 D – 2

(d) A – 3 B – 4 C – 1 D – 2

48. Match List – I with the List – II and choose the answer from the code given below :

List – I (Name)	List – II (Year)
A. Tara Chand Committee	1. 1959
B. All India Council of Sports	2. 1954
C. National Health Authority	3. 1948
D. National Physical efficiency Drive	4. 2019

Code :

(a) A – 3 B – 2 C – 4 D – 1

(b) A – 1 B – 2 C – 4 D – 3

(c) A – 4 B – 3 C – 2 D – 1

(d) A – 1 B – 4 C – 2 D – 3

49. Deficiency of which Vitamin causes the 'Pellagra' disease ?

(a) Vitamin-B_2 (b) Vitamin-B_3

(c) Vitamin-C (d) Vitamin-E

50. The law of effect introduced by

(a) Thorndike (b) Sigmund Freud

(c) Skinner (d) Pavlov

46. टेस्ट–रिटेस्ट विधि के द्वारा निम्न में से क्या निश्चित किया जाता है ?

(a) मानदंड (b) वस्तुनिष्ठता

(c) विश्वसनीयता (d) वैधता

47. सूची – I को सूची – II से सुमेलित कीजिए और कूट से अपने सही उत्तर छांटिये :

सूची – I	सूची – II
A. खोखली पीठ	1. जेनु वरुम
B. रीढ़ की पार्श्व वक्रता	2. जेनु वल्गम
C. नॉक–नी (लगे घुटने)	3. स्कोलियोसिस
D. धनुष पैर	4. लार्डोसिस

कूट :

(a) A – 4 B – 3 C – 2 D – 1

(b) A – 3 B – 4 C – 2 D – 1

(c) A – 4 B – 3 C – 1 D – 2

(d) A – 3 B – 4 C – 1 D – 2

48. सूची – I को सूची – II से सुमेलित कीजिए एवं दिये गये कूट से उत्तर छांटिये :

सूची – I (नाम)	सूची – II (वर्ष)
A. तारा चन्द कमिटी	1. 1959
B. अखिल भारतीय खेल परिषद	2. 1954
C. राष्ट्रीय स्वास्थ्य प्राधिकरण	3. 1948
D. राष्ट्रीय शारीरिक दक्षता अभियान	4. 2019

कूट :

(a) A – 3 B – 2 C – 4 D – 1

(b) A – 1 B – 2 C – 4 D – 3

(c) A – 4 B – 3 C – 2 D – 1

(d) A – 1 B – 4 C – 2 D – 3

49. 'पेलाग्रा' रोग किस विटामिन की कमी से होता है ?

(a) विटामिन-B_2 (b) विटामिन-B_3

(c) विटामिन-C (d) विटामिन-E

50. प्रभाव का नियम शुरू किया गया

(a) थोर्नडायक द्वारा (b) सिग्मण्ड फ्रायड द्वारा

(c) स्किनर द्वारा (d) पावलोव द्वारा

51. Match List – I with the List – II and choose your answer from the code given below :

List – I (Disease)	List – II (Vaccination)
A. Rabies	1. H. B. Vax
B. Tetanus	2. Suckling Mouse Brain Vaccine
C. Tuberculosis	3. DPT Monovalent Vaccine
D. Hepatitis-B	4. BCG Vaccine

Code :

(a) A – 4 B – 3 C – 2 D – 1
(b) A – 2 B – 4 C – 3 D – 1
(c) A – 2 B – 3 C – 4 D – 1
(d) A – 1 B – 2 C – 3 D – 4

52. How many byes will be given, if 19 teams are participating in a knockout tournament ?

(a) 15 (b) 14
(c) 13 (d) 12

53. Match List – I with the List – II and select answer from the code given below :

List – I	List – II
A. Johnson Basketball skill test	1. 1949
B. Mc Donald Soccer skill test	2. 1935
C. Lokhart and Mc Pherson Badminton skill test	3. 1951
D. Dyer Tennis skill test	4. 1934

Code :

(a) A-3 B-4 C-1 D-2
(b) A-3 B-4 C-2 D-1
(c) A-4 B-3 C-2 D-1
(d) A-4 B-3 C-1 D-2

51. सूची-I को सूची-II से सुमेलित कीजिए और कूट से अपना सही उत्तर छांटिये :

सूची – I (बीमारी)	सूची – II (टीकाकरण)
A. रेबीज	1. एच. बी. वेक्स
B. टेटनस	2. सकलिंग माऊस ब्रेन वेक्सीन
C. क्षयरोग	3. डी.पी.टी. मोनोवलेण्ट वेक्सीन
D. हेपाटाइटिस–बी	4. बी.सी.जी. वेक्सीन

कूट :

(a) A – 4 B – 3 C – 2 D – 1
(b) A – 2 B – 4 C – 3 D – 1
(c) A – 2 B – 3 C – 4 D – 1
(d) A – 1 B – 2 C – 3 D – 4

52. यदि नॉक–आऊट प्रतियोगिता में 19 टीमें भाग ले रही हैं, तो कुल कितने बाईस दिये जायेंगे ?

(a) 15 (b) 14
(c) 13 (d) 12

53. सूची – I को सूची – II से सुमेलित कीजिये एवं उत्तर नीचे दिये गये कूट से छांटिये :

सूची – I	सूची – II
A. जोन्सन बास्केटबॉल स्किल टेस्ट	1. 1949
B. मेक डोनाल्ड सॉकर स्किल टेस्ट	2. 1935
C. लॉकहार्ट एवं मैक फर्सन बैडमिण्टन स्किल टेस्ट	3. 1951
D. डायर टेनिस स्किल टेस्ट	4. 1934

कूट :

(a) A-3 B-4 C-1 D-2
(b) A-3 B-4 C-2 D-1
(c) A-4 B-3 C-2 D-1
(d) A-4 B-3 C-1 D-2

54. Arrange the following in the chronological order of inception.

I. Modern Olympic Games
II. Asian Games
III. Commonwealth Games
IV. SAF Games

Select the correct answer from the code given below.

Code :

(a) I III II IV
(b) I II IV III
(c) IV I III II
(d) III II I IV

55. Which disease is caused by the deficiency of Vitamin B_{12} ?

(a) Hepatitis (b) Anemia
(c) Scurvy (d) Rickets

56. How many cranial pairs consists a nerve in peripheral nervous system ?

(a) 16 pairs (b) 23 pairs
(c) 12 pairs (d) 13 pairs

57. Match List – I with List – II and choose the correct answer using the code given below :

List – I (Olympics Year)	List – II (Olympics Venue)
A. 1948	1. Mexico city
B. 1956	2. Moscow
C. 1968	3. Melbourne
D. 1980	4. London

Code :

(a) A – 4 B – 3 C – 1 D – 2
(b) A – 4 B – 3 C – 2 D – 1
(c) A – 4 B – 1 C – 3 D – 2
(d) A – 3 B – 4 C – 1 D – 2

58. Uber cup and Thomas cup are related to which sports ?

(a) Tennis (b) Badminton
(c) Football (d) Volleyball

54. निम्न को उनके आरंभ के कालानुक्रंम में व्यवस्थित करें ।

I. आधुनिक ओलम्पिक खेल
II. एशियाई खेल
III. कामनवेल्थ खेल
IV. सैफ खेल

नीचे दिये गये कूट से सही उत्तर का चयन कीजिए ।

कूट :

(a) I III II IV
(b) I II IV III
(c) IV I III II
(d) III II I IV

55. विटामिन B_{12} की कमी से कौन–सी बीमारी (रोग) होता है ?

(a) हेपाटाइटिस (b) रक्त हीनता
(c) स्कर्वी (d) सूखा रोग

56. पेरीफेरल नर्वस सिस्टम में क्रेनियल नर्व के कितने जोड़े को बनाते हैं ?

(a) 16 जोड़े (b) 23 जोड़े
(c) 12 जोड़े (d) 13 जोड़े

57. सूची – I को – II सूची से सुमेलित कीजिए एवं सही उत्तर नीचे दिये गये उत्तर कूट से छांटिये :

सूची – I (ओलम्पिक वर्ष)	सूची – II (ओलम्पिक स्थान)
A. 1948	1. मेक्सिको सीटी
B. 1956	2. मॉस्को
C. 1968	3. मेलबोर्न
D. 1980	4. लंदन

कूट :

(a) A – 4 B – 3 C – 1 D – 2
(b) A – 4 B – 3 . C – 2 D – 1
(c) A – 4 B – 1 C – 3 D – 2
(d) A – 3 B – 4 C – 1 D – 2

58. उबेर कप एवं थोमस कप किस खेल से सम्बन्धित हैं ?

(a) टेनिस (b) बैडमिण्टन
(c) फुटबॉल (d) वालीबॉल

59. Which theory of personality was developed by Sigmund Freud ?
(a) Psychosocial (b) Humanistic
(c) Behaviouristic (d) Psychoanalytic

60. Which type of infection is detected by the 'ELISA' test ?
(a) Urinary infection
(b) Viral infection
(c) HIV infection
(d) Lung infection

61. How many types of muscular tissue in the human body ?
(a) five (b) four
(c) three (d) two

62. Which one from the following is an authentic test to evaluate postural defects ?
(a) Back strength test
(b) Supine line test
(c) The plumb line test
(d) Standing shoulder test

63. Among the following which theory is NOT related to the leadership ?
(a) Winning approach
(b) Contingency approach
(c) Behavioural approach
(d) Trait or personality approaches

64. Match List – I with the List – II and select your answer from the code given below :

List – I	List – II
I. Flexibility	1. Football
II. Strength	2. Short distance
III. Speed	3. Weight lifting
IV. Endurance	4. Gymnastics

Code :

	I	II	III	IV
(a)	2	4	1	3
(b)	4	3	2	1
(c)	1	2	4	3
(d)	4	2	3	1

59. सिग्मण्ड फ्रायड द्वारा व्यक्तित्व का कौन–सा सिद्धांत विकसित किया गया था ?
(a) मनोसामाजिक (b) मानवतावादी
(c) व्यवहारवादी (d) मनोविश्लेषण

60. 'ELISA' परीक्षण द्वारा किस प्रकार के संक्रमण का पता लगाया जाता है ?
(a) पेशाब का संक्रमण
(b) विषाणुजनित संक्रमण
(c) एच आई वी संक्रमण
(d) फेफड़ों का संक्रमण

61. मानव शरीर में मांसपेशी ऊतक कितने प्रकार की होती हैं ?
(a) पांच (b) चार
(c) तीन (d) दो

62. दिये गये विकल्पों में से कौन–सा विकल्प एक विश्वसनीय मुद्रा संबंधी दोषों का मूल्यांकन परीक्षण है ?
(a) बैक स्ट्रेन्थ परीक्षण
(b) सुपाइन लाइन परीक्षण
(c) द प्लम्ब लाइन परीक्षण
(d) स्टैण्डिंग शोल्डर परीक्षण

63. निम्न में से कौन–सा सिद्धान्त नेतृत्व से सम्बन्धित नहीं है ?
(a) जीतने का दृष्टिकोण
(b) आकस्मिक दृष्टिकोण
(c) व्यावहारिक दृष्टिकोण
(d) गुण अथवा व्यक्तित्व दृष्टिकोण

64. सूची – I को सूची – II से सुमेलित कीजिये एवं उत्तर नीचे दिये गये कूट से छांटिये :

सूची – I	सूची – II
I. लचीलापन	1. फुटबॉल
II. ताकत	2. कम दूरी
III. गति	3. भारोत्तोलन
IV. सहनशीलता	4. जिमनास्टिक्स

कूट :

	I	II	III	IV
(a)	2	4	1	3
(b)	4	3	2	1
(c)	1	2	4	3
(d)	4	2	3	1

65. Which pair out of the following does NOT match with reference to the India's Hockey Gold medal ?

	Year	Place
(a)	1980	Moscow
(b)	1960	Rome
(c)	1948	London
(d)	1936	Berlin

66. Which is NOT an example of anabolic steroid ?

(a) Tamoxifen

(b) Drostanolove

(c) Metenalone

(d) Stenazolal

67. Fartlek training is used to develop which fitness component ?

(a) Speed (b) Flexibility

(c) Strength (d) Endurance

68. What teacher-student ratio is helpful in making the camp successful and controlling the students ?

(a) 1 : 05 (b) 1 : 12

(c) 1 : 20 (d) 1 : 30

69. **Assertion (A) :** Friction is a factor in stability.

Reason (R) : Inadequate friction makes it difficult to keep one's equilibrium when walking on ice.

(a) Both Assertion (A) and Reason (R) are not correct explanation

(b) Assertion (A) is correct and Reason (R) is correct explanation

(c) Assertion (A) is correct statement but Reason (R) is wrong explanation

(d) Assertion (A) is wrong statement for Reason (R)

70. Which one is NOT the part of outward yoga ?

(a) Meditation (b) Asana

(c) Niyama (d) Yama

65. भारतीय हाकी स्वर्ण पदक विजेता के सन्दर्भ में निम्न में से कौन–सा युग्म सुमेलित नहीं है ?

	वर्ष	स्थान
(a)	1980	मोस्को
(b)	1960	रोम
(c)	1948	लंदन
(d)	1936	बर्लिन

66. निम्न में से क्या एनाबोलिक स्टेरॉयड की श्रेणी में नहीं है ?

(a) टेमोक्षीफिन

(b) ड्रोसटानालोव

(c) मेटेनालोन

(d) स्टेनाजोलाल

67. फार्टलेक प्रशिक्षण का उपयोग किस शारीरिक दक्षता तत्व को विकसित करता है ?

(a) गति (b) लचीलापन

(c) शक्ति (d) सहनशक्ति

68. शिविर को सफल बनाने व छात्रों पर नियन्त्रण रखने के लिए शिक्षक व छात्रों का क्या अनुपात सहायक होता है ?

(a) 1 : 05 (b) 1 : 12

(c) 1 : 20 (d) 1 : 30

69. **कथन (A) :** संतुलन हेतु घर्षण एक कारक है ।

कारण (R) : बर्फ में चलने पर घर्षण कम हो जाने के कारन संतुलन रखना कठिन होता है ।

(a) दोनों कथन (A) एवं कारण (R) व्याख्या सही नहीं हैं

(b) कथन (A) एवं कारण (R) व्याख्या सही हैं

(c) कथन (A) सही है लेकिन कारण (R) व्याख्या सही नहीं है

(d) कथन (A) के साथ कारण (R) का सम्बन्ध गलत है

70. कौन–सा बहिरंग योग का अंग नहीं है ?

(a) ध्यान (b) आसन

(c) नियम (d) यम

71. Match List – I with List – II and choose your answer from the code given below :

List – I	List – II
A. Deltoid	1. Lower leg
B. Gastrocnemius	2. Shoulder
C. Gluteus maximus	3. Chest
D. Pectoralis	4. Hip

Code :

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

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

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

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

72. Which Vitamin is responsible for blood clotting ?

(a) Vitamin-E (b) Vitamin-K

(c) Vitamin-C (d) Vitamin-A

73. Given below are two statements, one is labeled as Assertion (A) and other Reason (R).

Assertion (A) : In single knock-out, the competition ends early.

Reason (R) : In single knock-out, if the team looses a match, it is out of competition.

Read the statements and select your answer from the code given below.

Code :

(a) (A) is false but (R) is true

(b) (A) is true but (R) is false

(c) Both (A) and (R) are true and (R) is correct explanation of (A)

(d) Both (A) and (R) are true but (R) is not correct explanation of (A)

74. Which out of the given option is NOT an element of fitness component ?

(a) Maximum strength

(b) Periodization

(c) Speed

(d) Co-ordination

71. सूची – I को सूची – II से सुमेलित कीजिए और कूट से अपने सही उत्तर छांटिये :

सूची – I	सूची – II
A. डेल्टायड	1. निचली टांग
B. गेस्ट्रोक्नेमियस	2. कंधा
C. ग्लूटियस मेक्सिमस	3. छाती
D. पेक्टोरालिस	4. कूल्हा

कूट :

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

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

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

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

72. रक्त का थक्का जमने के लिए कौन–सा विटामिन जिम्मेदार है ?

(a) विटामिन-E (b) विटामिन-K

(c) विटामिन-C (d) विटामिन-A

73. नीचे दो कथन दिये गये हैं, एक को अभिकथन (A) और दूसरे को कारण (R) कहा गया है ।

अभिकथन (A) : सिंगल नॉक–आऊट प्रतियोगिता में प्रतियोगिता शीघ्र समाप्त हो जाती है ।

कारण (R) : एकल नॉक–आऊट प्रतियोगिता में यदि टीम हार जाती है, तो वह प्रतियोगिता से बाहर हो जाती है ।

कथनों को पढ़कर अपना उत्तर नीचे दिये गये कूट से छांटिए ।

कूट :

(a) (A) गलत है किन्तु (R) सही है

(b) (A) सही है किन्तु (R) गलत है

(c) दोनों (A) एवं (R) सही हैं और (R) (A) की सही व्याख्या करता है

(d) दोनों (A) एवं (R) सही हैं किन्तु (R) (A) की सही व्याख्या नहीं करता है

74. दिये गये विकल्पों में से कौन–सा शारीरिक दक्षता का तत्व नहीं है ?

(a) अधिकतम शक्ति

(b) अवधीकरण

(c) गति

(d) तालमेल

75. **Assertion (A) :** Physical education is a elective discipline.

Reason (R) : Physical education borrows its principles from other allied fields.

Select the correct answer from the code given below :

Code :

(a) (A) is false but (R) is true

(b) (A) is true but (R) is false

(c) Both (A) and (R) are true and (R) is the correct explanation of (A)

(d) Both (A) and (R) are true but (R) is not correct explanation of (A)

76. Who founded the system of Gymnastics that is known as "Swedish Gymnastics" ?

(a) Per Henrik Ling

(b) Friedrich Jahn

(c) Niels Bukh

(d) Franz Nachtegall

77. Which of the following are the play theory ?

I. Catharsis theory

II. Attribution theory

III. Psycho-analytic theory

IV. Optimum functional theory

Select your answer from the code given below.

Code :

(a) I and IV (b) II and IV

(c) I and III (d) I and II

78. Axial skeleton is NOT consists of

(a) Skull (b) Vertebrae

(c) Clavicle (d) Ribs

79. Which of the following test measures cardio respiratory function ?

(a) Harvard Step Test

(b) Oregon Motor Fitness Test

(c) Kraus Weber Test

(d) JCR

75. **अभिकथन (A) :** शारीरिक शिक्षा एक वैकल्पिक विषय है ।

कारण (R) : शारीरिक शिक्षा के सिद्धान्त दूसरे सम्बद्ध क्षेत्रों से उधार लेती हैं ।

नीचे दिए गये कूट से सही उत्तर छांटिये :

कूट :

(a) (A) गलत है किन्तु (R) सत्य है

(b) (A) सत्य है किन्तु (R) गलत है

(c) दोनों (A) और (R) सत्य हैं और (R) (A) की सही व्याख्या करता है

(d) दोनों (A) और (R) सत्य हैं लेकिन (R) (A) की सही व्याख्या नहीं करता है

76. जिमनास्टिक की प्रक्रिया जिसको "स्वीडिश जिमनास्टिक्स" कहा जाता है, किसने स्थापित किया था ?

(a) पेर हेनरिक लिंग

(b) फ्रेडरिक जॉह्न

(c) नील्स बुख

(d) फ्रांज नचटेगल

77. निम्न में से खेल सिद्धान्त (प्ले थ्योरी/ सिद्धान्त) कौन-से हैं ?

I. केथार्सिस थ्योरी

II. एट्रीब्यूशन थ्योरी

III. साइको-एनालिटिक थ्योरी

IV. ऑप्टिमम फंक्शनल थ्योरी

अपना उत्तर नीचे दिये गये कूट से छांटिये ।

कूट :

(a) I एवं IV (b) II एवं IV

(c) I एवं III (d) I एव II

78. अक्षीय कंकाल में क्या शामिल नहीं है ?

(a) खोपड़ी (b) कशेरुका

(c) हँसली (d) पसलियां

79. निम्नलिखित में से कौन-सा परीक्षण कार्डियो रेस्पिरेटरी फंक्शन (हृदय श्वसन क्रिया) को मापता है ?

(a) हार्वर्ड स्टेप परीक्षण

(b) ओरेगन मोटर फिटनेस परीक्षण

(c) क्रास वेबर परीक्षण

(d) जे. सी. आर.

80. Who gave this statement that "A weak person who has weak body or weak mind can never be master of a strong soul" ?

(a) Swami Vivekananda

(b) J. F. Williams

(c) Aristotle

(d) Mahatma Gandhi

81. Flat feet is also known as

(a) Metatarsalgia

(b) Morton's Neurama

(c) Pes Planus

(d) Planter Fascities

82. How many Vitamins are required in the human body ?

(a) 13 (b) 12

(c) 11 (d) 10

83. What is the length and breadth of wrestling ground ?

(a) 13 × 13 mt. (b) 12 × 12 mt.

(c) 15 × 15 mt. (d) 10 × 10 mt.

84. Match List – I with the List – II and select your answer from the code given below :

List – I (Play theory)	List – II (Propounded by)
A. Anticipatory theory	1. Sigmund Freud
B. Recreational theory	2. John Dewey
C. Play is life theory	3. Lord Kames and Patrik
D. Psycho-analytic theory	4. Karl Groos

Code :

(a) A – 4 B – 3 C – 2 D – 1

(b) A – 4 B – 3 C – 1 D – 2

(c) A – 4 B – 2 C – 1 D – 3

(d) A – 3 B – 4 C – 2 D – 1

80. यह कथन किसके द्वारा कहा गया है "एक कमजोर व्यक्ति जिसका शरीर या मन कमजोर है वह कभी भी एक मजबूत आत्मा का स्वामी नहीं हो सकता" ?

(a) स्वामी विवेकानन्द

(b) जे. एफ. विलियम्स

(c) अरस्तु

(d) महात्मा गांधी

81. फ्लैट फुट को इस नाम से भी जाना जाता है

(a) मेटाटार्सलजिया

(b) मॉर्टन का न्यूरामा

(c) पेस प्लेनस

(d) प्लान्टर फेसीटीज

82. मानव शरीर को कितने विटामिनों की आवश्यकता होती है ?

(a) 13 (b) 12

(c) 11 (d) 10

83. कुश्ती के मैदान की लम्बाई व चौड़ाई कितनी होती है ?

(a) 13 × 13 मी. (b) 12 × 12 मी.

(c) 15 × 15 मी. (d) 10 × 10 मी.

84. सूची – I को सूची – II से सुमेलित कीजिऐ तथा नीचे दिये गये कूट से अपना सही उत्तर छांटिये :

सूची – I (खेल सिद्धान्त)	सूची – II (प्रतिपादक)
A. पूर्वानुमान सिद्धान्त	1. सिग्मण्ड फ्रायड
B. मनोरंजन सिद्धान्त	2. जॉन डीवी
C. खेल ही जीवन सिद्धान्त	3. लॉर्ड केम्स एवं पैट्रिक
D. मनो–विश्लेषण सिद्धान्त	4. कार्ल ग्रूज

कूट :

(a) A – 4 B – 3 C – 2 D – 1

(b) A – 4 B – 3 C – 1 D – 2

(c) A – 4 B – 2 C – 1 D – 3

(d) A – 3 B – 4 C – 2 D – 1

85. With reference to the effects of exercise on muscular system, which of the following statements are correct ?

1. Exercise increases myoglobin content present in muscular tissue.
2. Exercise improve oxidation of carbohydrate.

Code :

(a) Both 1 and 2 are correct
(b) Both 1 and 2 are not correct
(c) Only 1 is correct
(d) Only 2 is correct

86. Who invented circuit training ?
(a) Aristotle
(b) Charles A. Bucher
(c) Herbert Spencer
(d) Morgan and Adamson

87. Out of the following which is NOT a quality of a leader in Physical Education ?
(a) A leader should be rich
(b) Leader should be emotionally controlled person
(c) Leader should be expressive
(d) Leader should be empathetic

88. Who discovered the living cell ?
(a) Antony Von Leenwenhock
(b) Robert Hooke
(c) Huxley
(d) Felix Dujardin

89. Initially in 1937 who developed Russell Lange Volleyball test ?
(a) AAPHER
(b) Brumbach
(c) Russell and Lange
(d) French and Cooper

85. व्यायाम से पेशीय तन्त्र पर प्रभाव के संदर्भ में कौन–सा कथन सही है ?

1. व्यायाम से पेशी ऊतक में स्थित मायोग्लोबीन की मात्रा में वृद्धि होती है ।
2. व्यायाम से कार्बोहाइड्रेट के आक्सीकत्व में वृद्धि होती है ।

कूट :

(a) दोनों 1 एवं 2 सही हैं
(b) दोनों 1 एवं 2 सही नहीं हैं
(c) केवल कथन 1 सही है
(d) केवल कथन 2 सही है

86. चक्रीय प्रशिक्षण का आविष्कार किसने किया था ?
(a) अरस्तु
(b) चार्ल्स ए. बूचर
(c) हर्बर्ट स्पेन्सर
(d) मॉर्गन एवं एडम्सन

87. निम्न में से शारीरिक शिक्षा के नेता का कौन–सा गुण नहीं होना चाहिए ?
(a) नेतो को धनी होना चाहिंए
(b) नेता भावनात्मक रूप से नियंत्रित व्यक्ति होना चाहिए
(c) नेता को अच्छा वक्ता होना चाहिए
(d) नेता सहानुभूति वाला होना चाहिए

88. जीवित कोशिका की खोज किसने की थी ?
(a) एन्टोनी वॉन लीनवेनहॉक
(b) राबर्ट हूक
(c) हक्सले
(d) फेलिक्स डुजार्डिन

89. प्राथमिक रूप में वर्ष 1937 में रूसेल लेन्ज वालीबॉल परीक्षण किसने विकसित किया था ?
(a) आहफर (AAPHER)
(b) ब्रुम्बेच
(c) रूसेल एवं लेन्ज
(d) फ्रेन्च एव कूपर

90. Which one of the following is NOT the theory of imagery ?

(a) Psycho-neuromuscular theory
(b) Cognitive learning theory
(c) Bio-informational theory
(d) Symbolic learning theory

91. **Assertion (A) :** All the three levers possess fulcrum, force and load.

Reason (R) : The class of lever is determined by the location of the load, fulcrum and force.

(a) (A) is false but (R) is true
(b) (A) is true but (R) is false
(c) Both (A) and (R) are true and (R) is correct explanation of (A)
(d) Both (A) and (R) are true but (R) is not correct explanation of (A)

92. 'Goal line technology' is related to which game ?

(a) American Netball
(b) Ice Hockey
(c) Hockey
(d) Soccer

93. **Assertion (A) :** Play grounds are known as the character building laboratories.

Reason (R) : Character building qualities are developed on play grounds.

Select the correct answer from the given code below :

Code :

(a) (A) is false but (R) is true
(b) (A) is true but (R) is false
(c) Both (A) and (R) are true and (R) is the correct explanation of (A)
(d) Both (A) and (R) are true but (R) is not the correct explanation of (A)

94. Which type of tournament is challenge tournament ?

(a) League-cum-knock-out tournament
(b) Knock-out tournament
(c) League tournament
(d) Ladder tournament

90. निम्न में से कौन-सा सिद्धान्त 'बिम्ब विधान सिद्धान्त' नहीं है ?

(a) मनो-तंत्रिका मांसपेशी
(b) संज्ञानात्मक सीखने का सिद्धान्त
(c) जैव सूचनात्मक सिद्धान्त
(d) प्रतीकात्मक सीखने का सिद्धान्त

91. **अभिकथन (A) :** सभी तीन उत्तोलकों में आधार, बल और भार होता है ।

कारण (R) : उत्तोलक का वर्ग, भार, आधार और बल के स्थान से निर्धारित होता है ।

(a) (A) गलत है किन्तु (R) सही है
(b) (A) सही है किन्तु (R) गलत है
(c) दोनों (A) और (R) सत्य हैं और (R) (A) की सही व्याख्या है
(d) दोनों (A) एवं (R) सही हैं लेकिन (R) (A) की सही व्याख्या नहीं है

92. निम्न खेलों में 'गोल लाइन टेक्नोलॉजी' किस खेल से सम्बन्धित है ?

(a) अमेरिकन नेटबॉल
(b) आईस हॉकी
(c) हॉकी
(d) सॉकर

93. **अभिकथन (A) :** खेल मैदानों को चरित्र निर्माण की प्रयोगशाला के रूप में जाना जाता है ।

कारण (R) : खेल के मैदानों पर चरित्र निर्माण के गुण विकसित होते हैं ।

नीचे दिये गये कूट से सही उत्तर छांटिये :

कूट :

(a) (A) गलत है किन्तु (R) सत्य है
(b) (A) सत्य है किन्तु (R) गलत है
(c) (A) और (R) दोनों सत्य हैं और (R) (A) की सही व्याख्या करता है
(d) दोनों (A) और (R) सही हैं लेकिन (R) (A) की सही व्याख्या नहीं है

94. किस तरह की प्रतियोगिता, चैलेन्ज प्रतियोगिता होती है ?

(a) लीग-कम-नॉकआऊट प्रतियोगिता
(b) नॉक-आऊट प्रतियोगिता
(c) लीग प्रतियोगिता
(d) लैडर प्रतियोगिता

95. If a shot of 4 kg is put with a velocity of 10 m/sec, then what will be its momentum ?

(a) 400 kg. m/s (b) 4.0 kg. m/s
(c) 40.0 kg. m/s (d) 0.4 kg. m/s

96. Cognitive process which plays an extremely important role in all the learning including learning of athletics skills, broadly and sequentially consists of

I. Sensation
II. Thinking
III. Perception
IV. Problem solving

Choose the correct sequence.

Code :

(a) III II IV I
(b) IV I III II
(c) II IV I III
(d) I III II IV

97. Match the following and choose your answer from the code given below :

1. Eye	i. Optic Nerve
2. Ear	ii. Vestibular Cochlea Nerve
3. Nose	iii. Olfactory Nerve
4. Tongue	iv. Gloss Pharyngeal

Code :

	1	2	3	4
(a)	iii	i	ii	iv
(b)	ii	i	iii	iv
(c)	i	iii	iv	ii
(d)	i	ii	iii	iv

98. Adaptation to training load at high altitude is known as

(a) Balance co-ordination
(b) Acclimatization
(c) Super compensation
(d) Thermo regulation

99. The olympic committee of which country established "commission on women and sports" in 1998 for the purpose of promoting women in sports ?

(a) Ecuador (b) Afghanistan
(c) India (d) Kenya

95. यदि 4 कि.ग्रा. भार का गोला 10 मी/सेकण्ड की गति से फेंका जाये तो, उसका संवेग क्या होगा ?

(a) 400 kg. m/s (b) 4.0 kg. m/s
(c) 40.0 kg. m/s (d) 0.4 kg. m/s

96. संज्ञानात्मक प्रक्रिया जो अत्यन्त महत्वपूर्ण भूमिका निभाती है और एथलेटिक कौशल सीखने सहित हमारी सभी सीख मोटे तौर पर और क्रमिक रूप से इसमें शामिल होती है

I. संवेदना
II. सोच
III. धारणा
IV. समस्या समाधान

सही क्रम चुने ।

कूट :

(a) III II IV I
(b) IV I III II
(c) II IV I III
(d) I III II IV

97. निम्न का मिलान कीजिए और कूट से अपने सही उत्तर छांटिये :

1. आँख	i. आप्टिक नर्व
2. कान	ii. वेस्टिबुलर कोचलिया नर्व
3. नाक	iii. ऑलफेक्ट्री नर्व
4. जीभ	iv. ग्लोस फेरिन्जियल

कूट :

	1	2	3	4
(a)	iii	i	ii	iv
(b)	ii	i	iii	iv
(c)	i	iii	iv	ii
(d)	i	ii	iii	iv

98. उच्च ऊँचाई पर प्रशिक्षण भार के अनुकूलन को कहा जाता है

(a) संतुलन सामंजस्यता
(b) अनुकूलन
(c) सुपर कम्पन्जेशन
(d) थर्मो रेग्युलेशन

99. महिलाओं को खेल के प्रति प्रेरित करने हेतु वर्ष 1998 में किस देश की ओलम्पिक कमिटी ने "महिला एवं खेल आयोग" की स्थापना की ?

(a) इक्वाड़ोर (b) अफगानिस्तान
(c) भारत (d) केन्या

100. Which of the following was NOT the member of IOC ?
(a) Sir Dorabji Jamshedji Tata
(b) Major Dhyan Chand
(c) Raja Bhalindra Singh
(d) G. D. Sondhi

101. Which one out of the following is NOT a Newtons laws of motion ?
(a) Law of Reaction
(b) Law of Acceleration
(c) Law of Effects
(d) Law of Inertia

102. Match List – I with the List – II and select answer from the code given below :

List – I	List – II
A. Johnson field goal speed test	I. Football
B. Chapman Ball control test	II. Volleyball
C. Mc Donald Soccer test	III. Basketball
D. Serving test	IV. Hockey

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

103. The right lung is divided in how many parts ?
(a) 5 (b) 4
(c) 3 (d) 2

104. Which pair out of the following is NOT correctly matched ?
(a) Hockey – Ace
(b) Football – Off-side
(c) Cricket – Googly
(d) Tennis – Love

100. निम्न में से कौन आई. ओ. सी. का सदस्य नहीं था ?
(a) सर दोराबजी जमशेदजी टाटा
(b) मेजर ध्यान चंद
(c) राजा भलींद्र सिंह
(d) जी. डी. सोंधी

101. निम्न में से कौन–सा न्यूटन का गति का नियम नहीं है ?
(a) प्रतिक्रिया का नियम
(b) त्वरण का नियम
(c) प्रभाव का नियम
(d) जड़त्व का नियम

102. सूची – I को सूची – II से सुमेलित कीजिये एवं उत्तर नीचे दिये गये कूट से छांटिये :

सूची – I	सूची – II
A. जोन्सन फील्ड गोल स्पीड टेस्ट	I. फुटबॉल
B. चेपमैन बॉल कन्ट्रोल टेस्ट	II. वालीबॉल
C. मेक डोनाल्ड सॉकर टेस्ट	III. बास्केटबॉल
D. सर्विंग टेस्ट	IV. हॉकी

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

103. दायाँ फेफड़ा कितने हिस्सों में विभाजित होता है ?
(a) 5 (b) 4
(c) 3 (d) 2

104. निम्न युग्मों में से कौन–सा युग्म सही सुमेलित नहीं है ?
(a) हॉकी – ऐस
(b) फुटबॉल – ऑफ–साइड
(c) क्रिकेट – गूगली
(d) टेनिस – लव

105. Consider the following statements with reference to personality.
   1. It is a characteristic pattern of thinking, feeling and acting.
   2. It represents inconsistent patterns of behaviour.

   Select the correct answer from the code given below :

   Code :
   (a) Both 1 and 2 are correct
   (b) Both 1 and 2 are not correct
   (c) Only 2 is true
   (d) Only 1 is true

106. An expert of 'Archery' is also called by which name ?
   (a) Shooter (b) Paddler
   (c) Arjuna (d) Toxophilite

107. Which of the following joint is found in the phalanges ?
   (a) Ball and socket joint
   (b) Pivot joint
   (c) Hinge joint
   (d) Gliding joint

108. In which year the School Health Services started in India ?
   (a) 1909 (b) 1968
   (c) 1962 (d) 1949

109. Halasana helps to cure which lifestyle disease ?
   (a) Diabetes (b) Obesity
   (c) Back pain (d) Hypertension

110. Match List – I with List – II and choose your answer from the code given below :

List – I	List – II
A. Cricket	1. Bully
B. Kabaddi	2. Libro (Libero)
C. Volleyball	3. Dead ball
D. Hockey	4. Lona

Code :

(a)	A – 3	B – 4	C – 2	D – 1
(b)	A – 2	B – 1	C – 4	D – 3
(c)	A – 4	B – 3	C – 1	D – 2
(d)	A – 3	B – 4	C – 1	D – 2

105. व्यक्तित्व के सन्दर्भ में निम्नलिखित कथनों पर विचार कीजिऐ ।
   1. यह सोचने, महसूस करने और कार्य करने का एक विशिष्ट प्रतिरूप है ।
   2. यह व्यवहार के असंगत स्वरूप का प्रतिनिधित्व करता है ।

   नीचे दिये गये कूट से सही उत्तर छांटिये :

   कूट :
   (a) दोनों 1 एवं 2 सही हैं
   (b) दोनों 1 एवं 2 सही नहीं है
   (c) केवल 2 सही है
   (d) केवल 1 सही है

106. एक 'तीरंदाज' विशेषज्ञ को इस नाम से भी जाना जाता है
   (a) शूटर (b) पेडलर
   (c) अर्जुन (d) टोक्सोफिलाइट

107. निम्नलिखित में से कौन–सा जोड़ फैलेन्जस में पाया जाता है ?
   (a) बॉल और सॉकेट जोड़
   (b) पिवट जोड़
   (c) हिंज जोड़
   (d) ग्लाइडिग जोड़

108. भारत में स्कूल स्वास्थ्य सेवा किस वर्ष से प्रारम्भ हुई ?
   (a) 1909 (b) 1968
   (c) 1962 (d) 1949

109. हलासन किस जीवन शैली रोग को ठीक करने में मदद करता है ?
   (a) मधुमेह (b) मोटापा
   (c) पीठ दर्द (d) उच्च रक्तचाप

110. सूची – I को सूची – II से सुमेलित कीजिए और कूट से अपने सही उत्तर छांटिये :

सूची – I	सूची – II
A. क्रिकेट	1. बुली
B. कबड्डी	2. लिब्रो (लिबेरो)
C. वालीबॉल	3. डेड बॉल
D. हॉकी	4. लोना

कूट :

(a)	A – 3	B – 4	C – 2	D – 1
(b)	A – 2	B – 1	C – 4	D – 3
(c)	A – 4	B – 3	C – 1	D – 2
(d)	A – 3	B – 4	C – 1	D – 2

111. Which one of the following is NOT a source of motivation ?
(a) Emotion (b) Motive
(c) Drive (d) Need

112. Consider the following statements with reference to the fat.
1. It provides energy to the body.
2. It protects various body parts from the injury.
Code :
(a) Neither 1 nor 2 is true
(b) Both 1 and 2 are true
(c) Only 2 is true
(d) Only 1 is true

113. In which transfer of training, the new skill to be learned is totally unrelated to the previous skill ?
(a) Zero transfer of training
(b) Negative transfer of training
(c) Positive transfer of training
(d) None of the above

114. Which of the following deformity is related to the femur bone ?
(a) Flat-foot (b) Knock-knee
(c) Coxa-vara (d) Cubitus-valgus

115. Which elements differentiates protein from carbohydrates and fat ?
(a) Nitrogen (b) Hydrogen
(c) Oxygen (d) Carbon

116. Match List – I with the List – II and select answer from the code given below :

List – I (Injury)	List – II (Body Part)
I. Sprain	1. Ligament
II. Strain	2. Tissue
III. Fracture	3. Skin
IV. Abrasion	4. Bone

Code :

	I	II	III	IV
(a)	4	1	2	3
(b)	3	4	2	1
(c)	1	2	4	3
(d)	2	3	1	4

111. निम्न में से कौन–सा एक अभिप्रेरणा का स्रोत नहीं है ?
(a) मनोभाव (b) प्रेरक
(c) चालना (d) आवश्यकता

112. वसा के सन्दर्भ में निम्न कथनों पर विचार कीजिए ।
1. वसा शरीर को ऊर्जा प्रदान करता है ।
2. यह शरीर के विभिन्न अंगों को चोट से बचाता है ।
कूट :
(a) न तो 1 न ही 2 सही है
(b) दोनों 1 एवं 2 सही हैं
(c) केवल 2 सही है
(d) केवल 1 सही है

113. किस प्रशिक्षण हस्तान्तरण में सीखे जाने वाले नए कौशल, पिछले कौशल से पूरी तरह से असंबन्धित होते हैं ?
(a) शून्य हस्तान्तरण प्रशिक्षण
(b) ऋणात्मक हस्तान्तरण प्रशिक्षण
(c) धनात्मक हस्तान्तरण प्रशिक्षण
(d) उपरोक्त में से कोई नहीं

114. निम्न में से कौन–सी विकृति, फीमर हड्डी से सम्बन्धित है ?
(a) फ्लैट–फूट (b) नोक–नी
(c) कोक्षा–वारा (d) क्यूबिटस–वल्गस

115. कौन–सा तत्व प्रोटीन को कार्बोहाइड्रेट और वसा से अलग करता है ?
(a) नाइट्रोजन (b) हाइड्रोजन
(c) ऑक्सीजन (d) कार्बन

116. सूची–I को सूची–II से सुमेलित कीजिए एवं कूट से अपना उत्तर छांटिये :

सूची – I (चोट)	सूची – II (शरीर का भाग)
I. मोच	1. लिगामेंट
II. खिंचाव	2. ऊतक
III. फैक्चर	3. त्वचा
IV. घर्षण	4. हड्डी

कूट :

	I	II	III	IV
(a)	4	1	2	3
(b)	3	4	2	1
(c)	1	2	4	3
(d)	2	3	1	4

117. Arrange the food items in descending order of their carbohydrate content.
(a) Jaggery, Sugar, Potato, Rice
(b) Jaggery, Sugar, Rice, Potato
(c) Sugar, Jaggery, Potato, Rice
(d) Sugar, Jaggery, Rice, Potato

118. **Statement – 1 :** The growth of girls generally slows down after the age of 14 years.
Statement – 2 : The height of girls generally stops growing after 20 years of age.
(a) Both the statements are wrong.
(b) Both the statement – 1 and statement – 2 are correct.
(c) Statement – 2 is true but statement – 1 is wrong.
(d) Statement – 1 is true but statement – 2 is wrong.

119. The distance between the goal posts in football is
(a) 7.50 mt. (b) 7.44 mt.
(c) 7.36 mt. (d) 7.32 mt.

120. Which philosophy of education emphasizes that experience is key of life ?
(a) Idealism (b) Pragmatism
(c) Realism (d) Existentialism

121. The degree of load in sports training is also known as
(a) Competition load
(b) Training load
(c) External load
(d) Internal load

122. **Statement –1 :** Air is distributed to the lungs by way of trachea, bronchi and bronchiols.
Statement – 2 : The trachea is called the first generation respiratory passage.
(a) Statement 2 is correct but Statement 1 is wrong
(b) Both the Statements are wrong
(c) Both the Statements are correct
(d) Statement 1 is correct but Statement 2 is wrong

117. खाद पदार्थों को उनके कार्बोहांइड्रेट सामग्री के अवरोही क्रम में व्यवस्थित करें ।
(a) गुड़, चीनी, आलू, चावल
(b) गुड़, चीनी, चावल, आलू
(c) चीनी, गुड़, आलू, चावल
(d) चीनी, गुड़, चावल, आलू

118. **कथन – 1 :** सामान्यतया 14 वर्ष की आयु के पश्चात लड़कियों की वृद्धि धीमी हो जाती है ।
कथन – 2 : 20 वर्ष की आयु के उपरान्त सामान्यतया लड़कियों के कद बढ़ने की सम्भावना समाप्त हो जाती है ।
(a) दोनों कथन गलत हैं ।
(b) दोनों कथन – 1 और कथन – 2 सही हैं ।
(c) कथन – 2 सही है लेकिन कथन – 1 गलत है ।
(d) कथन – 1 सही है लेकिन कथन – 2 गलत है ।

119. फुटबॉल में गोल पोस्ट के मध्य की दूरी कितनी होती है ?
(a) 7.50 मी. (b) 7.44 मी.
(c) 7.36 मी. (d) 7.32 मी.

120. शिक्षा का कौन–सा दर्शन इस बात पर जोर देता है कि अनुभव जीवन की कुंजी है ?
(a) आदर्शवाद (b) व्यावहारिकतावाद
(c) यथार्थवाद (d) अस्तित्ववाद

121. खेल प्रशिक्षण में भार की डिग्री को और क्या कहा जाता है ?
(a) प्रतिस्पर्धा भार
(b) प्रशिक्षण भार
(c) बाह्य भार
(d) आन्तरिक भार

122. **कथन –1 :** ट्रेकिया, ब्रोंकी एवं ब्रोंकिओल के रास्ते से श्वांस फेफड़ो में जाती है ।
कथन– 2 : ट्रेकिया को प्रथम पीढ़ी श्वसन मार्ग कहा जाता है ।
(a) कथन 2 सही है किन्तु कथन 1 गलत है
(b) दोनों कथन गलत हैं
(c) दोनों कथन सही हैं
(d) कथन 1 सही है किन्तु कथन 2 गलत है

123. In which year the Sports Authority of India (SAI) was established ?
(a) 1961 (b) 1984
(c) 1987 (d) 1973

124. The respiration of the cell is managed by
(a) Mitochondria (b) Ribosome
(c) Golgi bodies (d) Nucleus

125. Platelets is also known as
(a) Plasma (b) Thrombocytes
(c) Leukocytes (d) Erythrocytes

126. Lung strength is measured by which of these instrument ?
(a) Goniometer (b) Spirometer
(c) Polarimetry (d) Girthmeter

127. What should be the objectives of Intramural programs in schools ?
(a) Opportunity to participate in sports activities
(b) Release of study pressure
(c) Enjoyment
(d) All of the above

128. During 'Biceps Curl' exercise, which class lever is used ?
(a) Class three lever
(b) Class two lever
(c) Class one lever
(d) None of the above

129. When and where the 1st Asian Games held and how many Countries participated in it ?
(a) 1951 New Delhi and 11 Countries participated
(b) 1955 Sri Lanka and 17 Countries participated
(c) 1950 Doha and 10 Countries participated
(d) 1949 China and 11 Countries participated

123. भारतीय खेल प्राधिकरण (एस ए आई) की स्थापना किस बर्ष की गयी थी ?
(a) 1961 (b) 1984
(c) 1987 (d) 1973

124. कोशिका का श्वसन किसके द्वारा प्रबन्धित होता है ?
(a) माइटोकॉन्ड्रिया (b) राइबोसोम
(c) गोल्गी निकाय (d) नाभिक

125. प्लेटलेट्स को इस नाम से भी जाना जाता है
(a) प्लाज्मा (b) थ्राम्बोसाइट्स
(c) ल्यूकोसाइट्स (d) एरिथ्रोसाइट्स

126. फुफ्फुस क्षमता का मापन निम्न में से किस यंत्र द्वारा मापा जाता है ?
(a) गोनियोमीटर (b) स्पाइरोमीटर
(c) पोलारीमैट्री (d) गर्थमीटर

127. विद्यालयों में अन्तः विद्यालयीन प्रतियोगिताओं का उद्देश्य क्या होना चाहिए ?
(a) खेल गतिविधियों में हिस्सेदारी का मौका
(b) अध्ययन दबाव से मुक्ति
(c) मनोरंजन
(d) उपरोक्त सभी

128. 'बाइसेप्स कर्ल' व्यायाम के दौरान किस प्रकार का उत्तोलक कार्य करता है ?
(a) तृतीय श्रेणी उत्तोलक
(b) द्वितीय श्रेणी उत्तोलक
(c) प्रथम श्रेणी उत्तोलक
(d) उपरोक्त काई नहीं

129. प्रथम एशियाई खेल कब और कहाँ हुऐ थे और इसमें कुल कितने देशों ने भाग लिया था ?
(a) 1951 नई दिल्ली में और 11 देशों ने भाग लिया था ।
(b) 1955 श्रीलंका में और 17 देशों ने भाग लिया था ।
(c) 1950 दोहा में और 10 देशों ने भाग लिया था ।
(d) 1949 चीन में और 11 देशों ने भाग लिया था ।

130. When a badminton player tries to learn Tennis strokes; what type of transfer of learning takes place ?

(a) Zero transfer

(b) Negative transfer

(c) Positive transfer

(d) None of the above

131. The main aim of sports training is

(a) Improvement of physical fitness

(b) Improvement of sports performance

(c) Improvement of tactical efficiency

(d) Improvement of technical skill

132. Goniometer is an equipment which is used to measure

(a) Blood lactate

(b) Blood Glucose level

(c) Angle of joint

(d) Strength of muscles

133. Arrange the following steps for managing a sports program.

I. Budgeting

II. Directing

III. Planning

IV. Staffing

Select correct answer from the following code.

Code :

(a) III I IV II

(b) I II IV III

(c) IV I III II

(d) III II I IV

130. जब एक बेडमिण्टन खिलाड़ी टेनिस स्ट्रोक सीखने की कोशिश करता है, तो यह किस प्रकार के सिखाने का स्थानान्तरण होता है ?

(a) शून्य स्थानान्तरण

(b) नकारात्मक स्थानान्तरण

(c) सकारात्मक स्थानान्तरण

(d) उपरोक्त में से कोई नहीं

131. खेल प्रशिक्षण का मुख्य उद्देश्य क्या होता है ?

(a) शारीरिक क्षमता में सुधार

(b) खेल प्रदर्शन में सुधार

(c) रणनीतिक दक्षता में सुधार

(d) तकनीकी कौशल में सुधार

132. गोनियोमीटर एक उपकरण है जो यह मापने में प्रयोग होता है

(a) रक्त लेक्टेट

(b) खून में शर्करा का स्तर

(c) जोड़ों का कोण

(d) मांसपेशियों की शक्ति

133. खेल कार्यक्रम प्रबन्धन के लिए निम्न चरणों को क्रम में लिखिए ।

I. बजट

II. निर्देशन

III. योजना

IV. स्टाफिंग

नीचे दिए गऐ कूट से सही उत्तर छांटिये ।

कूट:

(a) III I IV II

(b) I II IV III

(c) IV I III II

(d) III II I IV

134. What are the factors affecting test reliability ?
I. Nature of examinees
II. Length of the test period
III. Environmental conditions
IV. Motivational factor
Select the answer from the code given below.
Code :
(a) I, II, III and IV
(b) only II, III and IV
(c) only II and IV
(d) only I and II

135. Sprain is an injury that is related to
(a) Muscle (b) Ligament
(c) Tendon (d) Bone

136. The fourth runner in a relay team is called
(a) Athen (b) Anchor
(c) Deuce (d) Ace

137. First "Sports psychology laboratory" was established by whom and where ?
(a) Dr. Carl Diem, Berlin (Germany)
(b) Dr. Hemilton, Singapore
(c) Dr. Kim Jong, Seoul (South Korea)
(d) Dr. G. D. Sondhi, Delhi (India)

138. What is the normal duration of meso-cycle ?
(a) 8 - 10 weeks (b) 8 - 12 weeks
(c) 3 - 6 weeks (d) 1 - 7 days

139. The movement of the fore arm in which the palm faces anteriorly is called
(a) Retraction (b) Protraction
(c) Pronation (d) Supination

134. परीक्षण विश्वसनीयता को कौन–से कारक प्रभावित करते हैं ?
I. परीक्षार्थी की प्रकृति
II. परीक्षण अवधि की लम्बाई
III. प्राकृतिक परिस्थितियाँ
IV. अभिप्रेरण कारक
नीचे दिए गए कूट से सही उत्तर छांटिये ।
कूट :
(a) I, II, III एवं IV
(b) केवल II, III और IV
(c) केवल II एवं IV
(d) केवल I एवं II

135. मोच एक चोट है जिसका सम्बन्ध है
(a) मांसपेशी (b) लीगामेन्ट
(c) कंडरा (d) हड्डी

136. रिले टीम के चौथे धावक को क्या कहते हैं ?
(a) एथन (b) ऐंकर
(c) ड्यूस (d) ऐस

137. प्रथम "खेल मनोवैज्ञानिक प्रयोगशाला" की स्थापना किसने और कहा की थी ?
(a) डा. कार्ल डियम, बर्लिन (जर्मनी)
(b) डा. हेमिल्टन, सिंगापुर
(c) डा. किम जोंग, सियोल (दक्षिण कोरिया)
(d) डा. जी. डी. सोंधी, दिल्ली (भारत)

138. मीसो–साइकिल की सामान्यतया अवधि क्या होती है ?
(a) 8 - 10 सप्ताह (b) 8 - 12 सप्ताह
(c) 3 - 6 सप्ताह (d) 1 - 7 दिन

139. अग्रबाहु की वह गति जिसमें हथेली आगे की ओर होती है क्या कहलाती है ?
(a) रिटरैक्शन (b) प्रोटरैक्शन
(c) प्रोनेशन (d) सुपिनेशन

140. Match List – I with List – II and answer from the code as given below :

List – I	List – II
A. Elbow	1. Hinge joint
B. Neck	2. Pivot joint
C. Carpal	3. Gliding joint
D. Hip	4. Ball and socket joint

Code :

(a)	A – 1	B – 3	C – 4	D – 2
(b)	A – 1	B – 2	C – 4	D – 3
(c)	A – 1	B – 2	C – 3	D – 4
(d)	A – 1	B – 3	C – 2	D – 4

141. Which type of injury is tennis elbow ?
(a) Dislocation
(b) Sprain
(c) Over use injury
(d) Bone injury

142. Consider the following statements with reference to the competition.
1. Competition stimulates activity so as to increase the total productivity and efficiency of the competitor.
2. Competition is present to some degree in all societies and cultures.

Select the correct answer from the code given below.
Code :
(a) Both 1 and 2 are not correct
(b) Both 1 and 2 are correct
(c) Only 2 is correct
(d) Only 1 is correct

143. Anteroposterior plane is also known as
(a) Axial plane (b) Coronal plane
(c) Horizontal plane (d) Sagital plane

144. Which joint permit the maximum movement freedom ?
(a) Pivot joint
(b) Hinge joint
(c) Gliding joint
(d) Ball and socket joint

145. In which year the Indian Olympic Association (IOA) was formed ?
(a) 1947 (b) 1937
(c) 1952 (d) 1927

140. सूची – I को सूची – II से मिलान कीजिए और अपना उत्तर नीचे दिये गये कूट से छांटिये :

सूची – I	सूची – II
A. कोहनी	1. कब्जेदार संधि
B. गर्दन	2. घुमावदार संधि
C. कार्पल	3. फिसलने वाली संधि
D. कूल्हा	4. गेंद एवं उलूखल संधि

कूट :

(a)	A – 1	B – 3	C – 4	D – 2
(b)	A – 1	B – 2	C – 4	D – 3
(c)	A – 1	B – 2	C – 3	D – 4
(d)	A – 1	B – 3	C – 2	D – 4

141. टेनिस एल्बो किस प्रकार की चोट है ?
(a) डिसलोकेशन
(b) मोच
(c) अधि-प्रयोग चोट (ओवर यूज चोट)
(d) हड्डी में चोट

142. प्रतिस्पर्धा के सन्दर्भ में निम्न वाक्यों पर विचार कीजिए ।
1. प्रतिस्पर्धा, गतिविधि को उत्तेजित करती है ताकि प्रतियोगियों की उत्पादकता एवं दक्षता में वृद्धि हो ।
2. प्रतिस्पर्धा सभी समाजों एवं संस्कृतियों में कुछ हद तक मौजूद हैं ।

अपना उत्तर नीचे दिये गये कूट से छांटिये ।
कूट :
(a) दोनों 1 एवं 2 गलत हैं
(b) दोनों 1 एवं 2 सही हैं
(c) केवल 2 सही है
(d) केवल 1 सही है

143. ऐन्टिरोपोस्टीरियर प्लेन को और किस नाम से जाना जाता है ?
(a) अक्षीय प्लेन (b) कोरोनल प्लेन
(c) होरिजोन्टल प्लेन (d) सैजाइटल प्लेन

144. किस संधि पर सर्वाधिक स्वतन्त्र गति होती है ?
(a) घुमावदार संधि
(b) कब्जेदार संधि
(c) सरकने वाली संधि
(d) बॉल एवं सॉकेट संधि

145. भारतीय ओलम्पिक संघ (IOA) का गठन किस वर्ष किया गया था ?
(a) 1947 (b) 1937
(c) 1952 (d) 1927

146. Match List – I with List – II and select your answer from the code given below :

List – I	List – II
A. Durand cup	I. Cricket
B. Diana Eduljee	II. Hockey
C. IHF	III. Basketball
D. James Naismith	IV. Football

Code :

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

147. The spinal cord of a person curves inward to a great extent from the lower back, this condition is called

(a) Kyphosis (b) Sprain
(c) Lordosis (d) Scoliosis

148. 'A single bad performance can put a good team out of tournament', the statement is applicable in which type of tournament ?

(a) Combination tournament
(b) Challenge tournament
(c) Knock-out tournament
(d) League tournament

149. Which one of the following pair is NOT correctly matched ?

(a) Vitamin-D – Rickets
(b) Vitamin-C – Goiter
(c) Vitamin-B – Beri-Beri
(d) Vitamin-A – Night blindness

150. Who introduced 'Iso-Kinetic' method to develop strength ?

(a) Leopold Peterson (b) Scholis
(c) J. J. Perrine (d) Harre

146. सूची – I का मिलान सूची – II से कीजिए एवं अपना उत्तर नीचे दिये गये कूट से छांटिये :

सूची – I	सूची – II
A. डूरण्ड कप	I. क्रिकेट
B. डायना इडुल्जी	II. हॉकी
C. आई एच एफ	III. बास्केटबॉल
D. जेम्स नाईस्मिथ	IV. फुटबॉल

कूट :

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

147. व्यक्ति की रीड़ की हड्डी पीठ के निचले हिस्से की तरफ से बहुत अधिक अन्दर की तरफ वक्रता ले लेती है, यह अवस्था क्या कहलाती है ?

(a) काइफोसिस (b) स्प्रेन
(c) लोरडोसिस (d) स्कोलियोसिस

148. 'एक खराब प्रदर्शन एक अच्छी टीम को प्रतियोगिता से बाहर कर सकता है' यह कथन किस प्रकार की प्रतियोगिता को परिभाषित करता है ?

(a) कॉम्बिनेशन प्रतियोगिता
(b) चैलेन्ज प्रतियोगिता
(c) नॉक-आऊट प्रतियोगिता
(d) लीग प्रतियोगिता

149. निम्न युग्मों में से कौन-सा युग्म सही सुमेलित नहीं है ?

(a) विटामिन-D – रिकेट्स
(b) विटामिन-C – घेंघा
(c) विटामिन-B – बेरी-बेरी
(d) विटामिन-A – रतौंधी

150. शक्ति विकसित करने के लिए 'आइसो-काइनेटिक' विधि किसने आरंभ की ?

(a) लियोपोल्ड पीटर्सन (b) स्कोलिस
(c) जे. जे. पेरिन (d) हर्रे

DO NOT OPEN THIS QUESTION BOOKLET UNTIL YOU ARE TOLD TO DO SO.

2025

Question Booklet Bar Code Serial No.
प्रश्न–पुस्तिका बार कोड क्रम संख्या

2815985

CODE : VISU-13

SUBJECT : GENERAL STUDIES AND PHYSICAL EDUCATION

Part – I : General Studies : Q. Nos. 1 to 30
Part – II : Physical Education : Q. Nos. 31 to 150

Time : 2 Hours — Max. Marks : 300

Write your Roll Number in the box — In numbers →

In words

To mark Answer use **Black Ball-Point Pen** only.

Signature of Invigilator

Candidate must read all the instructions carefully before writing the answers on the Answer-Sheet.

You are to mark all your answers on the **Answer-Sheet only**. After the examination is over, handover the **Answer-Sheet to the Invigilator** and receive Candidate's copy (Blue) from the Invigilator.

IMPORTANT INSTRUCTIONS

1. Answer **all** questions. All questions carry equal marks. OMR Answer-Sheet and Question Booklet which carry same Bar Code Serial Number, are kept together inside a sealed transparent polythene packet.
2. **Immediately after opening the transparent sealed polythene packet, again check that the Printed Bar Code Serial Number of Question Booklet and OMR Answer-Sheet is same and all the pages are printed properly. If the Printed Bar Code Serial Number of Question Booklet and OMR Answer-Sheet is not same or there is any other discrepancy in it, return it to the Invigilator and get another sealed polythene packet of Question Booklet and OMR Answer-Sheet.**
3. **Only after ensuring that the printed Bar Code Serial Number of the Question Booklet and OMR Answer-Sheet is same,** candidate has to indicate the correct Roll Number, Subject and Subject Code on the OMR Answer-Sheet at the specified place otherwise the Answer-Sheet will not be evaluated and the candidate will be solely responsible for it.
4. Do not write anything on the cover page of the Question Booklet except Roll Number. Use the space for rough work given in the last two pages of the Question Booklet.
5. **This Question Booklet contains 150 questions.** Each question has **four (4)** options which are given below the questions. Only one option is correct out of the four. You are required to darken the circle corresponding to the alternative which you consider to be the correct or most appropriate answer in the Answer-Sheet by **Black Ball-Point Pen**.
6. In this Question Booklet, all questions are printed in both English and Hindi languages. In case of any ambiguity in the question the English version of the question shall prevail.
7. **Penalty for wrong answers :**

   THERE WILL BE PENALTY FOR WRONG ANSWERS MARKED BY A CANDIDATE IN THE ANSWER SHEET.

   (i) There are four alternatives for the answer to every question. For each question for which a wrong answer has been given by the candidate, **one-third** of the marks assigned to that question will be deducted as penalty.

   (ii) If a candidate gives more than one answer, it will be treated as a **wrong answer** even if one of the given answers happens to be correct and there will be same penalty as above to that question.

   (iii) If a question is left blank, i.e., no answer is given by the candidate, there will be **no penalty** for that question.

Note : **Please check that the Bar Code Serial Number printed on the OMR Answer-Sheet and the Question Booklet is same, in case of any discrepancy in it, get it changed with another set of sealed polythene packet of OMR Answer-Sheet and Question Booklet.**

ध्यान दें : अनुदेशों का हिन्दी रूपांतर इस प्रश्न–पुस्तिका के प्रथम पृष्ठ पर छपा है ।