

Signature and Name of Invigilator

Roll No.

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

(In figures as per admission card)

1. (Signature) _____

(Name) _____

2. (Signature) _____

(Name) _____

Roll No. _____

(In words)

Test Booklet No.

J-4705

PAPER – III

Time : 2½ hours]

PHYSICAL EDUCATION [Maximum Marks : 200

Number of Pages in this Booklet : 36

Number of Questions in this Booklet : 26

Instructions for the Candidates

1. Write your roll number in the space provided on the top of this page.
2. Answers to short answer/essay type questions are to be given in the space provided below each question or after the questions in the Test Booklet itself.

No Additional Sheets are to be used.

3. At the commencement of examination, the question booklet will be given to you. In the first 5 minutes, you are requested to open the booklet and compulsorily examine it as below :

(i) To have access to the Test Booklet, tear off the paper seal on the edge of this cover page. Do not accept a booklet without sticker-seal and do not accept an open booklet.

(ii) Tally the number of pages and number of questions in the booklet with the information printed on the cover page. Faulty booklets due to pages/questions missing or duplicate or not in serial order or any other discrepancy should be got replaced immediately by a correct booklet from the invigilator within the period of 5 minutes. Afterwards, neither the question booklet will be replaced nor any extra time will be given.

4. Read instructions given inside carefully.
5. One page is attached for Rough Work at the end of the booklet before the Evaluation Sheet.
6. If you write your name or put any mark on any part of the Test booklet, except for the space allotted for the relevant entries, which may disclose your identity, you will render yourself liable to disqualification.
7. You have to return the Test booklet to the invigilators at the end of the examination compulsorily and must not carry it with you outside the Examination Hall.
8. Use only Blue/Black Ball point pen.
9. Use of any calculator or log table etc. is prohibited.
10. There is NO negative marking.

परीक्षार्थियों के लिए निर्देश

1. पहले पृष्ठ के ऊपर नियत स्थान पर अपना रोल नम्बर लिखिए।
2. लघु प्रश्न तथा निबंध प्रकार के प्रश्नों के उत्तर, प्रत्येक प्रश्न के नीचे या प्रश्नों के बाद में दिये हुये रिक्त स्थान पर ही लिखिये।

इसके लिए कोई अतिरिक्त कागज का उपयोग नहीं करना है।

3. परीक्षा प्रारम्भ होने पर, प्रश्न-पुस्तिका आपको दे दी जायेगी। पहले पाँच मिनट आपको प्रश्न-पुस्तिका खोलने तथा उसकी निम्नलिखित जाँच के लिए दिये जायेंगे जिसकी जाँच आपको अवश्य करनी है :

(i) प्रश्न-पुस्तिका खोलने के लिए उसके कवर पेज पर लगी सील को फाड़ लें। खुली हुई या बिना स्टीकर-सील की पुस्तिका स्वीकार न करें।

(ii) कवर पृष्ठ पर छपे निर्देशानुसार प्रश्न-पुस्तिका के पृष्ठ तथा प्रश्नों की संख्या को अच्छी तरह चैक कर लें कि ये पूरे हैं। दोषपूर्ण पुस्तिका जिनमें पृष्ठ/प्रश्न कम हों या दुबारा आ गये हों या सीरियल में न हों अर्थात् किसी भी प्रकार की त्रुटिपूर्ण पुस्तिका स्वीकार न करें तथा उसी समय उसे लौटाकर उसके स्थान पर दूसरी सही प्रश्न-पुस्तिका ले लें। इसके लिए आपको पाँच मिनट दिये जायेंगे। उसके बाद न तो आपकी प्रश्न-पुस्तिका वापस ली जायेगी और न ही आपको अतिरिक्त समय दिया जायेगा।

4. अन्दर दिये गये निर्देशों को ध्यानपूर्वक पढ़ें।
5. उत्तर-पुस्तिका के अन्त में कच्चा काम (Rough Work) करने के लिए मूल्यांकन शीट से पहले एक पृष्ठ दिया हुआ है।
6. यदि आप उत्तर-पुस्तिका पर अपना नाम या ऐसा कोई भी निशान जिससे आपकी पहचान हो सके, किसी भी भाग पर दर्शाते या अंकित करते हैं तो परीक्षा के लिये अयोग्य घोषित कर दिये जायेंगे।
7. आपको परीक्षा समाप्त होने पर उत्तर-पुस्तिका निरीक्षक महोदय को लौटाना आवश्यक है और इसे परीक्षा समाप्ति के बाद अपने साथ परीक्षा भवन से बाहर न लेकर जायें।
8. केवल नीले/काले बाल प्वाइंट पेन का ही इस्तेमाल करें।
9. किसी भी प्रकार का संगणक (कैलकुलेटर) या लाग टेबल आदि का प्रयोग वर्जित है।
10. गलत उत्तर के लिए अंक नहीं काटे जायेंगे।

PHYSICAL EDUCATION

शारीरिक शिक्षा

PAPER – III

प्रश्न-पत्र – III

NOTE: This paper is of two hundred (200) marks containing four (4) sections. Candidates are required to attempt the questions contained in these sections according to the detailed instructions given herewith.

नोट : यह प्रश्नपत्र दो सौ (200) अंको का है एवं इसमें चार (4) खंड है। अभ्यर्थियों को इन में समाहित प्रश्नों का उत्तर अलग दिये गये विस्तृत निर्देशों के अनुसार देना है।

SECTION - I

भाग – I

NOTE: This section contains five (5) questions based on the following paragraph. Each question should be answered in about thirty (30) words and each carries five (5) marks.

(5 × 5 = 25 marks)

नोट : इस खंड में निम्नलिखित अनुच्छेद पर आधारित पाँच (5) प्रश्न हैं। प्रत्येक प्रश्न का उत्तर लगभग तीस (30) शब्दों में अपेक्षित है। प्रत्येक प्रश्न पाँच (5) अंको का है।

(5 × 5 = 25 अंक)

Competition is a conscious struggle or rivalry in which a person or a group seeks to gain advantage over the other person or group, a rivalry being a sort of open conflict. Every individual has an ardent innate desire to excel others in some activity, to do better than others and break old performance records established either by him or by others. This situation is the same in all creative activities, art, music, literature, sculpture, sport etc. people struggle to go a step further up than others. There is individual competition and there may be group competition. It does not necessarily require others. In simple words, one may compete against one's own standards or those created by others. Cooperation, on the other hand, is an integrated action of individuals or groups towards a single effort or towards achievement of a common purpose which the individual or the group set before them. Knowingly or unknowingly competition goes on in walks of life. There is constant struggle for supremacy among individuals, nations, political groups, sports squads and communities. Contrarily, to safe-guard their interests and reap a rich harvest of advantages, individuals and communities work in close cooperation. By cooperating with one another, they achieve their objectives. The dynamics of human society and its progress are directed by the spirit of competition and cooperation in almost all fields of life. Competition and cooperation are both natural human activities and it is difficult to suppress competition completely without destroying individuality. Natural though competition may be, it does not necessarily indicate a necessity to use it as a deliberate incentive in education. The school does not have to follow norms and standards of behaviour of the adult world where cut-throat competition is the guiding principle. Yet there is no escape from competition, nor can mankind do without cooperation. Both processes are necessary to carry out the business of life. Their worth or unworthiness depends on the objectives for which they are used in any situation of life and human attitudes towards life in general. Both cooperation and competition have been an important aspect of human life since the dawn of civilization.

प्रतियोगिता एक जागरुक संघर्ष है या एक प्रतिस्पर्धा है जिसमें एक व्यक्ति या एक समूह, दूसरे व्यक्ति या समूह पर श्रेष्ठ साबित होना चाहता है, प्रतिस्पर्धा एक किस्म की खुली प्रतिद्वन्द्विता है। हरेक व्यक्ति में एक प्रबल जन्मजात इच्छा होती है कि वह कुछ गतिविधियों में दूसरों से विशिष्ट दिखलाई पड़े, दूसरों से अच्छा करें और पुराने स्थापित मानकी को तोड़ दें चाहे खुद के द्वारा या दूसरों के द्वारा। यह स्थिति हर सृजनात्मक कार्यों में आती है जैसे – कला, संगीत, साहित्य मूर्तिकला, क्रीड़ा इत्यादि। लोग दूसरों से एक कदम आगे बढ़ने के लिए संघर्ष करते हैं।

अतः व्यक्तिगत प्रतियोगिता होती है और सामूहिक प्रतियोगिता भी होती है। इसमें दूसरों के रहने की अनिवार्यता नहीं है। सामान्य शब्दों में यह कहा जा सकता है कि कोई व्यक्ति स्वयं द्वारा स्थापित मानकों के विरोध में जाता है या फिर दूसरों के द्वारा बनाये गये। दूसरी ओर हम यह भी कह सकते हैं कि सहयोग, मनुष्यों की और समूहों की एक एकीकृत क्रिया है जो ऐसे व्यक्तिगत प्रयास के लिए या फिर किसी सामान्य उद्देश्य को प्राप्त करने के लिए किया गया वे प्रयास हैं, जो व्यक्ति या समूह ने अपने लिए निश्चित किया हो / जाने या अनजाने प्रतियोगिता जीवन के हर कदम पर चलती रहती है। व्यक्तियों, राष्ट्रों, राजनीतिक समूहों क्रीड़ा समूहों तथा समाज के मध्य श्रेष्ठता के लिए अनवरत संघर्ष होता रहता है। इसके विपरीत अपने हित की रक्षा के लिए तथा उन्नत उपलब्धियों के लिए, व्यक्ति तथा समाज किसी काम में एक दूसरे का सहयोग करते हैं। एक दूसरे के सहयोग से ही वे अपने उद्देश्य को पूर्ण कर सकते हैं। मानव समाज की गतिशीलता तथा उसकी प्रगति, प्रतियोगिता की भावना तथा सहयोग से ही निर्देशित होती है, यह मनुष्य के जीवन के प्रायः सभी क्षेत्रों में दिखलाई पड़ता है। प्रतियोगिता और सहयोग दोनों मनुष्य की प्रवृत्त गतिविधियाँ हैं तथा वैयक्तिकता को नष्ट किये बिना प्रतियोगिता को पूरी तरह दबा देना मुश्किल है। प्रतियोगिता यद्यपि प्रवृत्त होती है तथा इससे यह आवश्यक रूप से निर्देशित नहीं होता कि शिक्षा में यह सोची समझी हुई अनुप्रेरणा की तरह प्रयुक्त होती हो। विद्यालयों को वयस्कों की दुनिया के मानदण्ड तथा व्यवहार के मानकों का अनुसरण नहीं करना चाहिए। जिनकी दुनिया में दूसरे का गला काटने की प्रवृत्ति ही मुख्य निर्देशक सिद्धान्त हैं।

तथापि प्रतियोगिता से बचा नहीं जा सकता तथा सहयोग के बिना इन्सानियत भी नहीं रह जायेगी। दोनों प्रक्रियायें मानव जीवन के संचालन के लिए अनिवार्य हैं। उनका सार्थक था निरर्थक होना उन उद्देश्यों पर निर्भर करता है जिन उद्देश्यों को हम अपने जीवन की किसी भी परिस्थितियों में प्रयुक्त करते हैं। तथा सामान्य रूप से जीवन के प्रति मानवीय दृष्टिकोण के रूप में प्रयुक्त करते हैं। अतः प्रतियोगिता और सहयोग दोनों ही मनुष्य जीवन के लिए महत्वपूर्ण पहलू (पक्ष) हैं – यह बात सभ्यता के आरम्भ से आज तक सत्य है।

1. Competition is a struggle - comment.

प्रतियोगिता एक संघर्ष है। टिप्पणी कीजिए।

2. Examine innate desires of an individual.

व्यक्ति की अन्दरूनी इच्छाओं की जाँच करें।

3. Summarize the concept of competitions

प्रतियोगिता के अवधारणा को सारांशित रूप में लिखिए।

4. What is cooperation ? What makes an individual or community to cooperate ?

सहयोग क्या है। व्यक्ति और समाज के लिए सहयोग की क्या आवश्यकता है?

5. What is the significance of cooperation in competitive scenario ?

प्रतियोगिता के क्षेत्र में सहयोग का क्या महत्व है।

SECTION - II

भाग – II

NOTE: This section contains fifteen (15) questions each to be answered in about thirty (30) words. Each question carries five (5) marks.

(5 × 15 = 75 marks)

नोट : इस खंड में पाँच-पाँच (5-5) के पंद्रह (15) प्रश्न हैं। प्रत्येक प्रश्न का उत्तर लगभग तीस (30) शब्दों में अपेक्षित है। प्रत्येक प्रश्न पाँच (5) अंको का है।

(5 × 15 = 75 अंक)

6. Define the term Philosophy. Explain which philosophy is most applicable for physical education programmes.

दर्शन शास्त्र को परिभाषित करते हुए शारीरिक शिक्षा में कार्यक्रम में उपयोगी दर्शन का वर्णन करें।

7. Explain the term 'personality' and its dimensions in relation to sports performance.

व्यक्तित्व शब्द को समझाइये, एवं खेल प्रदर्शन में इसकी पश्चिमी के सम्बन्ध की व्याख्या कीजिए।

8. Define periodization, highlight the type of periodization.

‘अवधिकरण’ शब्द को परिभाषित कीजिए तथा अवधिकरण के प्रकारों पर प्रकाश डालिए।

9. Define 'curriculum' and explain principle of curriculum planning.

‘पाठ्यक्रम’ को परिभाषित कीजिए तथा पाठ्यक्रम योजना एवं सिद्धान्तों की व्याख्या कीजिए।

10. Briefly explain guiding principle of Health Education.

स्वास्थ्य शिक्षा के निर्धारक सिद्धान्तों का संक्षेप में उल्लेख कीजिए।

11. Define the term 'communicable disease', explain their preventive aspect.

संक्रामक रोगों को पारिभाषित करते हुये उसके बचाव के घटक का उल्लेख कीजिए।

12. Briefly explain the various phases of Technical Training.

तकनीकी तथा सामरिक तत्परता के विभिन्न चरणों को संक्षेप में टिप्पणी कीजिए।

13. Define 'Research', explain its scope in physical education.

‘शोध’ को परिभाषित करते हुये शारीरिक शिक्षा इसके क्षेत्र का वर्णन कीजिए।

14. Explain the term hypothesis and its types.

‘परिकल्पना’ को परिभाषित कीजिए तथा इसके प्रकारों का वर्णन कीजिए।

15. Differentiate Test, Measurement and Evaluation as applicable in physical education.

शारीरिक शिक्षा में उपयोगी परीक्षण, मापन, मूल्यांकन में अन्तर स्पष्ट कीजिए।

16. Define sports management highlight its principles.

खेल प्रबन्धन को परिभाषित करते हुये इसके सिद्धान्तों को प्रकाशित कीजिए।

17. Define the term Doping and enlist the classes of banned drugs in sports.

मादक द्रव्य सेवन शब्द को पारिभाषित कीजिये तथा खेलों में किस श्रेणी का मादक पदार्थ प्रतिबन्धित है, सूची बनाइयें।

18. Define the terms stress, anxiety, tension, aggression and their effects on sports performance.

प्रत्यावत, दुश्चिन्ता तनाव तथा आक्रमण शब्दों को पारिभाषित करते हुये इनको खेल प्रदर्शन पर पड़ने वाले प्रभावों को बताइये।

19. Briefly explain merits and demerits of Intramural competitions.

अन्तः संकाय प्रतियोगिताओं के फायदे तथा नुकसान का संक्षिप्त वर्णन कीजिए।

[illegible]

20. Briefly summarize the characteristics of normal probability curve.

सामान्य सम्भाविकता संक्षेप में चरित्र चित्रण कीजिए।

[illegible]

SECTION - III

भाग – III

NOTE: This section contains five (5) question of twelve (12) marks each. Each question is to be answered in about two hundred (200) words.

(12 × 5 = 60 marks)

नोट : इस खंड में बारह (12) अंकों के पाँच (5) प्रश्न हैं। प्रत्येक प्रश्न का उत्तर लगभग दो सौ (200) शब्दों में अपेक्षित है।

(12 × 5 = 60 अंक)

21. Elaborate the critical examination of energy cost and recovery process of strenuous exercise.

ऊर्जा मूल्यों का परीक्षण का समीक्षात्मक विस्तार से वर्णन कीजिए।

22. Explain the important points in evaluating research report.

शोध-प्राप्ति वेदन के मूल्यांकन के महत्वपूर्ण बिन्दुओं की व्याख्या कीजिए।

23. Evaluate the role of age and sex characteristics pertinent to the selection of physical activities at different stages of growth and development.

शारीरिक क्रियाओं के चयन में आयु तथा लिंग के लक्षणों का मूल्यांकन कीजिये तथा वृद्धि एवं विकास की विभिन्न अवस्थाएँ बताइये।

24. Summarize 'motor fitness' test and analyse 'the Indiana motor fitness Test' for high school boys.

गामक क्षमता परीक्षण को सारांशित करे तथा हाईस्कूल स्तर के बालकों हेतु इण्डियाना गामक परीक्षण का विश्लेषण कीजिए।

25. Compute and analyse the results of the measures of central tendency from the data given below:

26 35 28 42 63 25 38 50 40 70

40 22 20 72 39 42 27 43 63 28

65 52 31 54 27 63 49 16 24 47

73 48 64 35 41 56 57 24 39 66

71 62 48 62 38 49 30 67 72 18

नीचे दिये गये आँकड़ों से केन्द्रीय आवृत्ति परिणाम ज्ञात कर विश्लेषण कीजिए।

26 35 28 42 63 25 38 50 40 70

40 22 20 72 39 42 27 43 63 28

65 52 31 54 27 63 49 16 24 47

73 48 64 35 41 56 57 24 39 66

71 62 48 62 38 49 30 67 72 18

[illegible]

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

[illegible]

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

[illegible]

[illegible]

[illegible]

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

[illegible]

[illegible]

SECTION - IV

भाग – IV

NOTE: This section consists of one essay type question to be answered in about one thousand (1000) words on any of the following topics. This question carries 40 marks.

(40 × 1 = 40 marks)

नोट : इस खंड में चालीस (40) अंको का निबन्धात्मक प्रश्न है जिसका उत्तर निम्नलिखित विषयों में से केवल एक पर, लगभग एक हजार (1000) शब्दों में आपेक्षित है।

(40 × 1 = 40 अंक)

26. Write elaborate notes by examining the highlights of ancient, modern and New Millennium olympic games.
नयी सहस्राब्धि आहाटिक एवं प्राचीन ऑलिम्पिक खेलों का तारतम्यता करते हुये महत्वपूर्ण घटनाओं को विस्तार से लिखिए।

OR / अथवा

Write an essay on the need and necessity of mass physical education programmes for community development in India.
भारत में सामुदायिक विकास योजनाओं के लिए सामूहिक शिक्षा की आवश्यकता और अनिवार्यता पर एक निबन्ध लिखें।

OR / अथवा

Critically examine the role of media in the promotion of sports culture in the country.
देश में क्रीड़ा संस्कृति को प्रोत्साहन देने में संचार माध्यमों की भूमिका की तर्कपूर्ण परीक्षा कीजिए।

This image shows a single page of white paper with horizontal blue or grey ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page, typical of notebook paper. There are no margins, text, or other markings on the page.

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

[illegible]

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

Total Marks Obtained (in words)

(in figures)

Signature & Name of the Coordinator

(Evaluation) Date