

Signature and Name of Invigilator

1. (Signature) _____

(Name) _____

2. (Signature) _____

(Name) _____

J-4705

PAPER – II

Time : 1¼ hours]

PHYSICAL EDUCATION [Maximum Marks : 100

Number of Pages in this Booklet : 24

Number of Questions in this Booklet : 50

Instructions for the Candidates

- Write your roll number in the space provided on the top of this page.
- This paper consists of fifty multiple-choice type of questions.
- 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 :
 - To have access to the Question 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.
 - 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.
 - After this verification is over, the Serial No. of the booklet should be entered in the Answer-sheets and the Serial No. of Answer Sheet should be entered on this Booklet.
- Each item has four alternative responses marked (A), (B), (C) and (D). You have to darken the oval as indicated below on the correct response against each item.

Example : (A) (B) (C) (D)

where (C) is the correct response.
- Your responses to the items are to be indicated in the Answer Sheet given inside the Paper I booklet only. If you mark at any place other than in the ovals in the Answer Sheet, it will not be evaluated.
- Read instructions given inside carefully.
- Rough Work is to be done in the end of this booklet.
- 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.
- You have to return the test question booklet to the invigilators at the end of the examination compulsorily and must not carry it with you outside the Examination Hall.
- Use only Blue/Black Ball point pen.
- Use of any calculator or log table etc., is prohibited.
- There is NO negative marking.

Answer Sheet No. :
(To be filled by the Candidate)

Roll No.

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

(In figures as per admission card)

Roll No. _____
(In words)

Test Booklet No.

परीक्षार्थियों के लिए निर्देश

- पहले पृष्ठ के ऊपर नियत स्थान पर अपना रोल नम्बर लिखिए।
- इस प्रश्न-पत्र में पचास बहुविकल्पीय प्रश्न हैं।
- 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 :
 - प्रश्न-पुस्तिका खोलने के लिए उसके कवर पेज पर लगी कागज की सील को फाड़ लें। खुली हुई या बिना स्टीकर-सील की पुस्तिका स्वीकार न करें।
 - कवर पृष्ठ पर छपे निर्देशानुसार प्रश्न-पुस्तिका के पृष्ठ तथा प्रश्नों की संख्या को अच्छी तरह चेक 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।
 - इस जाँच के बाद प्रश्न-पुस्तिका की क्रम संख्या उत्तर-पत्रक पर अंकित करें और उत्तर-पत्रक को क्रम संख्या इस प्रश्न-पुस्तिका पर अंकित कर दें।
- प्रत्येक प्रश्न के लिए चार उत्तर विकल्प (A), (B), (C) तथा (D) दिये गये हैं। आपको सही उत्तर के दीर्घवृत्त को पेन से भरकर काला करना है जैसा कि नीचे दिखाया गया है।

उदाहरण : (A) (B) (C) (D)

जबकि (C) सही उत्तर है।
- प्रश्नों के उत्तर केवल प्रश्न पत्र I के अन्दर दिये गये उत्तर-पत्रक पर ही अंकित करने हैं। यदि आप उत्तर पत्रक पर दिये गये दीर्घवृत्त के अलावा किसी अन्य स्थान पर उत्तर चिह्नित करते हैं, तो उसका मूल्यांकन नहीं होगा।
- अन्दर दिये गये निर्देशों को ध्यानपूर्वक पढ़ें।
- कच्चा काम (Rough Work) इस पुस्तिका के अन्तिम पृष्ठ पर करें।
- 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।
- आपको परीक्षा समाप्त होने पर उत्तर-पुस्तिका निरीक्षक महोदय को लौटाना आवश्यक है और परीक्षा समाप्ति के बाद अपने साथ परीक्षा भवन से बाहर न लेकर जायें।
- केवल नीले/ काले बाल प्वाइंट पेन का ही इस्तेमाल करें।
- किसी भी प्रकार का संगणक (कैलकुलेटर) या लाग टेबल आदि का प्रयोग वर्जित है।
- गलत उत्तर के लिए अंक नहीं काटे जायेंगे।

PHYSICAL EDUCATION

PAPER – II

Note : This paper contains **fifty** (50) multiple-choice questions, each question carrying **two** (2) marks. Attempt **all** of them.

1. The olympic games are a legacy of the golden past civilization of :
(A) Greek (B) Rome (C) France (D) Germany
2. The term 'Athlete' originated in :
(A) France (B) Sparta (C) Rome (D) Athens
3. The olympic games in 2008 will be held at :
(A) Athens (B) Barcelona (C) Beijing (D) New Delhi
4. Accelerated physical growth is the result of :
(A) Biochemical change (B) Harmonal change
(C) Metabolic change (D) All of the above
5. The knowledge of Age and Sex difference is important :
(A) To structure physical activities programme
(B) To organise physical activities programme
(C) To consider social factors
(D) All of the above
6. Health education is multidisciplinary in nature and its contents are drawn from :
(A) Biological science (B) Medical science
(C) Behavioural science (D) All of the above
7. The direct source of energy for muscular contraction is :
(A) glucose (B) vitamins (C) proteins (D) fats
8. Muscle's lactic acid can be removed after the exercise with in :
(A) 20 Minutes (B) 2 Days
(C) 3 Hours (D) 60 Minutes
9. Macro trauma is :
(A) Blow to previous injured tissue (B) Blow on healthy tissue
(C) Repeated sub-maximal trauma (D) None of the above

शारीरिक शिक्षा

प्रश्न-पत्र—II

नोट : इस प्रश्नपत्र में पचास (50) बहु-विकल्पीय प्रश्न हैं। प्रत्येक प्रश्न के दो (2) अंक हैं। सभी प्रश्नों के उत्तर दीजिए।

1. ओलम्पिक खेल किस स्वर्णीम प्राचीन सभ्यता की धरोहर है ?
(A) ग्रीक (B) रोम (C) फ्राँस (D) जर्मनी
2. 'एथलीट' शब्द की उत्पत्ति कहाँ हुई थी ?
(A) फ्राँस (B) स्पार्टा (C) रोम (D) एथेन्स
3. ओलम्पिक खेल 2008 का आयोजन होगा :
(A) एथेन्स (B) बारसीलोना (C) बीजिंग (D) नई दिल्ली
4. तीव्रतम शारीरिक वृद्धि किसका परिणाम है ?
(A) जीव-रासायनिक परिवर्तन (B) अंतः स्रावी परिवर्तन
(C) चयापचयी परिवर्तन (D) उपरोक्त सभी
5. आयु एवं लिंग भेद का ज्ञान आवश्यक है :
(A) शारीरिक क्रिया कार्यक्रम निर्माण हेतु (B) शारीरिक क्रिया कार्यक्रम के आयोजन हेतु
(C) सामाजिक कारकों को ध्यान में रखने हेतु (D) उपरोक्त सभी
6. शारीरिक शिक्षा का चरित्र बहुआयामी है। इसकी विषय-वस्तु किस से ली गई है ?
(A) जीव-विज्ञान (B) चिकित्सा विज्ञान
(C) व्यवहार विज्ञान (D) उपरोक्त सभी
7. माँसपेशीय संकुचन का प्रत्यक्ष स्रोत है :
(A) शर्करा (B) विटामिन (C) प्रोटीन (D) वसा
8. माँसपेशीय दुग्धाम्ल को व्यायाम के पश्चात इतने समय में समाप्त करती है :
(A) 20 मिनट (B) 2 दिन (C) 3 घंटे (D) 60 मिनट
9. बृहत अभिघात है :
(A) चोटिल ऊतक पर पुनः आघात (B) स्वस्थ ऊतक पर आघात
(C) पुनरावर्तीय मध्यम आघात (D) कोई भी नहीं

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

List-I	List-II
(a) Esophagus	(i) Circulatory system
(b) Pharynx	(ii) Nervous system
(c) Cerebellum	(iii) Digestive system
(d) Capillaries	(iv) Respiratory system

Codes :

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

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

List-I	List-II
(a) Supination	(i) Turning palm upwards
(b) Pronation	(ii) Movement towards middle of the body
(c) Abduction	(iii) Movement away from middle of the body
(d) Adduction	(iv) Turning palm downwards

Codes :

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

12. Match List-I with List-II and select the correct answer using the code given below :

List-I	List-II
(a) Double fault	(i) Hockey
(b) Scoop	(ii) Tennis
(c) Let	(iii) Badminton
(d) Checkmate	(iv) Chess

Codes :

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

10. सूची-I का सूची-II से मिलान करें तथा नीचे दिये कूट का प्रयोग करते हुए सही उत्तर लिखें।

सूची-I		सूची-II	
(a) ग्रास नली		(i) रक्त संचरण तंत्र	
(b) स्वास नली		(ii) स्नायु तंत्र	
(c) अनुमस्तिष्क		(iii) पाचन तंत्र	
(d) कोशिका नली		(iv) श्वसन तंत्र	

कूट :

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

11. सूची-I का सूची-II से मिलान करें तथा नीचे दिये कूट का प्रयोग करते हुए सही उत्तर लिखें।

सूची-I		सूची-II	
(a) उत्तानन		(i) हथेली को ऊपर की ओर मोड़ना	
(b) अधोवर्तन		(ii) शरीर के मध्यभाग की ओर क्रिया	
(c) अपावर्तन		(iii) शरीर के मध्यभाग से दूर की गई क्रिया	
(d) अभिपरिवर्तन		(iv) हथेली को नीचे की ओर मोड़ना	

कूट :

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

12. सूची-I का सूची-II से मिलान करें तथा नीचे दिये कूट का प्रयोग करते हुए सही उत्तर लिखें।

सूची-I		सूची-II	
(a) डबल फाल्ट		(i) हॉकी	
(b) स्कूप		(ii) टेनिस	
(c) लेट		(iii) बेडमिन्टन	
(d) चेक मैट्स		(iv) शतरंज	

कूट :

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

13. Match List-I with List-II and select the correct answer using the code given below :

- | List-I | List-II |
|------------------------|----------------------------|
| (a) Stadiometer | (i) Muscelfiber Testing |
| (b) Caliper | (ii) Cardiac cycle |
| (c) Electro Cardiogram | (iii) Height Measurement |
| (d) Biopsy | (iv) Skin fold Measurement |

Codes :

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

14. Match List-I with List-II and select the correct answer using the code given below :

- | List-I | List-II |
|------------------------|-----------------------------------------------------------------|
| (a) Vital capacity | (i) The volume of air inspired or expired per breath |
| (b) Minute Ventilation | (ii) A major fraction of the total lung capacity |
| (c) Residual volume | (iii) The amount of air we either exale or inhale in one minute |
| (d) Tidal volume | (iv) The air remaining in the lungs after a complete exhalation |

Codes :

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

15. Match List-I with List-II and select the correct answer using the code given below :

- | List-I | List-II |
|-----------------|--------------------|
| (a) Volley ball | (i) Broer Miller |
| (b) Basket ball | (ii) McDonald |
| (c) Tennis Test | (iii) Knox Test |
| (d) Foot ball | (iv) Russell-Lange |

Codes :

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

13. सूची-I का सूची-II से मिलान करें तथा नीचे दिये कूट का प्रयोग करते हुए सही उत्तर लिखें।

सूची-I	सूची-II
(a) स्टेडियोमीटर	(i) मांसपेशीय तंतु परीक्षण
(b) कैलिपर	(ii) हृदय चक्र
(c) इलेक्ट्रो कार्डियोग्राम	(iii) ऊँचाई मापन
(d) बाइअप्सी	(iv) त्वचीय पर्त मापन

कूट :

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

14. सूची-I का सूची-II से मिलान करें तथा नीचे दिये कूट का प्रयोग करते हुए सही उत्तर लिखें।

सूची-I	सूची-II
(a) प्राणाधार क्षमता	(i) प्रत्येक साँस में अन्दर या बाहर जाने वाली हवा का आयतन
(b) सूक्ष्म संवातन	(ii) फेफड़े की कुल क्षमता का एक प्रमुख भाग
(c) अवशिष्ट परिमाण	(iii) एक मिनट में श्वास लेने या श्वास छोड़ने में हवा की मात्रा
(d) ज्वारीय परिमाण	(iv) पूर्ण श्वास छोड़ने के उपरान्त फेफड़ों में बची हुई वायु की मात्रा

कूट :

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

15. सूची-I का सूची-II से मिलान करें तथा नीचे दिये कूट का प्रयोग करते हुए सही उत्तर लिखें।

सूची-I	सूची-II
(a) वॉलीबाल	(i) ब्रोअर मिलर
(b) बास्केटबाल	(ii) मेकडोनाल्ड
(c) टेनिस टेस्ट	(iii) नाक्स टेस्ट
(d) फुटबाल	(iv) रसेल-लॉज

कूट :

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

16. Match List-I with List-II and select the correct answer using the code given below :

List-I	List-II
(a) Creatine phosphate	(i) Metabolism of carbohydrates
(b) Hexose phosphate	(ii) Found in muscle sugar
(c) Protein	(iii) Anaerobic source of energy during muscular contraction
(d) Fats	(iv) In the form of lecithin in the muscles

Codes :

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

17. Match List-I with List-II and select the correct answer using the code given below :

List-I	List-II
(a) Therapeutic Recreation	(i) Business
(b) Commercial Recreation	(ii) School and College
(c) Industrial Recreation	(iii) Hospital
(d) Institutional Recreation	(iv) Amusement

Codes :

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

18. **Assertion (A)** : Thin persons are more prone to shivering than obese persons due to cold.

Reason (R) : Thermal conductivity is relatively high in sub cutaneous fat because it is not well vascularized.

- (A) Both **(A)** and **(R)** true
- (B) **(A)** is true and **(R)** is false
- (C) **(A)** is false and **(R)** is true
- (D) Both **(A)** and **(R)** are true but **(R)** is not correct explanation

16. सूची-I का सूची-II से मिलान करें तथा नीचे दिये कूट का प्रयोग करते हुए सही उत्तर लिखें।

सूची-I	सूची-II
(a) क्रिएटाइन फ़ास्फ़ेट	(i) कार्बोहाइड्रेट चयापचय
(b) हेक्सोज़ फ़ास्फ़ेट	(ii) माँसपेशीय शर्करा में पाया जाता है
(c) प्रोटीन	(iii) माँस पेशीय संकुचन के समय प्रयुक्त अनएरोबीक उर्जा स्रोत
(d) वसा	(iv) लेसीथिन के रूप में माँसपेशी में उपस्थित

कूट :

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

17. सूची-I का सूची-II से मिलान करें तथा नीचे दिये कूट का प्रयोग करते हुए सही उत्तर लिखें।

सूची-I	सूची-II
(a) चिकित्सीय मनोरंजन	(i) व्यवसाय
(b) वाणिज्यीय मनोरंजन	(ii) स्कूल एवं कालेज
(c) औद्योगिक मनोरंजन	(iii) अस्पताल
(d) संस्थागत मनोरंजन	(iv) मनोविनोद

कूट :

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

18. दृढ़कथन (A) : दुर्बल व्यक्ति को टंड की वजह से मोटे व्यक्ति की अपेक्षा अधिक कंपकंपाहट महसूस होती है।

तर्क (R) : अवत्वचीय वसा में उष्मीय चालकता अपेक्षाकृत अधिक होती है क्योंकि इसका ठीक तरह से संवहन नहीं होता है।

- (A) दोनों (A) एवं (R) सही है
(B) (A) सही एवं (R) गलत है
(C) (A) गलत है एवं (R) सही है
(D) दोनों (A) एवं (R) सही है लेकिन (R) सही व्याख्यान नहीं है

19. **Assertion (A)** : In second class lever arrangements, a force advantage usually exists for the motive forces.
Reason (R) : Less motive force need be applied to move a greater resistance.
 (A) Both (A) and (R) are true
 (B) Both (A) and (R) are true but (R) is not a correct explanation
 (C) (A) is true but (R) is false
 (D) (A) is false but (R) is true
20. **Assertion (A)** : In league tournament the 'byes' are given in a sequential order.
Reason (R) : In the elimination tournament with four quarters the 'byes' are given in Quarter I, Quarter II, Quarter III and Quarter IV order.
 (A) Both (A) and (R) are true but (R) is not correct explanation
 (B) (A) is true but (R) is false
 (C) (A) is false but (R) is true
 (D) Both (A) and (R) are true
21. Which one of the following pair is correctly matched ?
 (A) Anatomical Age - Classification of bone
 (B) Physiological Age - Intelligence test
 (C) Mental Age - Secondary sexual characteristics
 (D) Chronological Age - Calendar year
22. Which one of the following pair is not correctly matched ?
 (A) Pronation and Supination (B) Agonist and Antagonist
 (C) Proximal and Distal (D) Muscle and Tissue
23. Which one of the following pair is not correctly matched ?
 (A) Organ and system (B) Heart and Lungs
 (C) Bone and Tissue (D) Liver and capillaries
24. The Aerial Tumbling is the best example of a projectile principle for :
 (A) Accuracy (B) Frequency (C) Distance (D) Height
25. Which one of the following is correct ?
 (A) Pie-chart, histogram, bar-diagram, graphical representation
 (B) Range, quartile deviation, average deviation, mean
 (C) Type I error, Type II error, nul-hypothesis, linear regression
 (D) Normal scale, ordinal scale, ratio scale, 't' test

19. **दृढ़कथन (A) :** द्वितीय श्रेणी उत्तोलक व्यवस्था में बल लाभ प्रायः प्रेरक बल हेतु उपस्थित होता है।
तर्क (R) : भारी बाधा को हिलाने में कम प्रेरक बल के इस्तेमाल की आवश्यकता होती है।
 (A) दोनों (A) एवं (R) सही है
 (B) दोनों (A) एवं (R) सही है लेकिन (R) सही व्याख्या नहीं है
 (C) (A) सही है किन्तु (R) गलत है
 (D) (A) गलत है किन्तु (R) सही है
20. **दृढ़कथन (A) :** लीग प्रतियोगिता में दी जाने वाली 'बाई' अनुक्रमिक होती है।
तर्क (R) : एलिमिनेशन प्रतियोगिता जिसमें चार भाग होते हैं। बाई का क्रम होता है।
 Quarter I, Quarter II, Quarter III and Quarter IV.
 (A) दोनों (A) एवं (R) सही है लेकिन (R) सही व्याख्या नहीं है
 (B) (A) सही है किन्तु (R) गलत
 (C) (A) गलत है किन्तु (R) सही है
 (D) दोनों (A) एवं (R) सही है
21. निम्नलिखित में कौन सा जोड़ा सही मैच नहीं है ?
 (A) संरचनात्मक आयु — अस्थि विच्छेदन (B) दैहिक क्रियात्मक आयु — बुद्धि परीक्षण
 (C) मानसिक आयु — द्वितीय यौन लक्षण (D) कालानुक्रमिक आयु — पंचांग आयु
22. निम्नलिखित में कौन सा जोड़ा सही मैच नहीं है ?
 (A) अधोवर्तन तथा उत्तानन (B) एगोनिस्ट तथा एन्टागोनिस्ट
 (C) समीपस्थ तथा दूरस्थ (D) माँसपेशी तथा ऊतक
23. निम्नलिखित में कौन सा जोड़ा सही मैच नहीं है ?
 (A) आवयव तथा तंत्र (B) दिल तथा फेफड़े
 (C) अस्थि तथा ऊतक (D) यकृत तथा कोशिकाएं
24. किस में हवाई कलाबाजी प्रक्षेप्य सिद्धान्त का सर्वोत्तम उदाहरण है :
 (A) परिशुद्धता (B) बारम्बारता (C) दूरी (D) ऊँचाई
25. निम्नलिखित में कौन सा सही हैं ?
 (A) पाई-चार्ट, हिस्टोग्राम, बार डाइग्राम, ग्राफिकल रिप्रेजेंटेशन
 (B) रेंज, क्वार्टाइल डीविजन, एवरेज डीविजन, मीन
 (C) टाइप I त्रुटि, टाइप II त्रुटि, नगण्य परिकल्पना, लाइनर रिग्रेशन
 (D) सामान्य मापक्रम, क्रमवाचक मापक्रम, अनुपातिक मापक्रम, 'टी' टेस्ट

26. Olympic venues are given below, give the sequential order of their respective mascots :

- (i) Montreal
- (ii) Moscow
- (iii) Los Angeles
- (iv) Atlanta

Code :

- (A) Misha, Amik, Sam, Lzzy
- (B) Sam, Misha, Lzzy, Amik
- (C) Amik, Misha, Sam, Lzzy
- (D) Misha, Lzzy, Sam, Amik

27. The short description of statistical measure like 't' test, linear regression, standard deviation and mean are given below. Give the correct order of citation by using code.

- (i) Relationship between two variable
- (ii) Measure of dispersion
- (iii) Measure of Central Tendency
- (iv) Test of significance

Code :

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

28. The muscle contractions used in different Training Methods are given below and the name of the muscle contractions are given in code. Find the correct sequence.

- (i) The tension developed by the muscle as it shortens at constant speed is maximal at all Joints angle's over full range of motion.
- (ii) Muscle shortens during contraction at constant tension.
- (iii) Muscle contracts without changing its external length
- (iv) Muscle lengthens while contracting

Code :

- (A) Isokinetic, Isometric, Excentric, Isotonic
- (B) Isotonic, Isokinetic, Isometric, Excentric
- (C) Isometric, Isokinetic, Excentric, Isotonic
- (D) Isokinetic, Isotonic, Isometric, Excentric

26. ओलम्पिक के आयोजन स्थान नीचे दिए गए हैं, इनके शुभंकर को क्रमबद्ध रूप में लिखें।

- (i) मान्ट्रियल
- (ii) मास्को
- (iii) लास एन्जिल्स
- (iv) अटलान्टा

कूट :

- (A) मिशा, अमिक, सैम, जी
- (B) सैम, मिशा, जी, अमिक
- (C) अमिक, मिशा, सैम, जी
- (D) मिशा, जी, सैम, अमिक

27. साँख्यकीय मापन के सूक्ष्म विवरण जैसे 'टी' टेस्ट, लाइनर रिग्रेशन, स्टैन्डर्ड डीविएशन तथा मीन नीचे दिए गए हैं। इनका सही क्रम कूट का प्रयोग करते हुए दर्शाए :

- (i) दो वैरिएबिल के मध्य परस्पर सम्बन्ध
- (ii) अपवर्तक विभिन्नता
- (iii) सेन्ट्रल टेन्डेन्सी का अपवर्तक
- (iv) सार्थकता परीक्षण

कूट :

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

28. विभिन्न प्रशिक्षण विधियों में प्रयुक्त माँसपेशीय संकुचन नीचे दिए गए हैं तथा माँसपेशीय संकुचन के नाम कूट में दिए गए हैं। सही क्रम पता करें :

- (i) लगातार सर्वाधिक दबाव के चलते माँसपेशी छोटी होते हुए समस्त जोड़ों के कोणों पर सम्पूर्ण गतीय फैलाव पैदा करती है।
- (ii) लगातार दबाव के चलते संकुचन के समय माँस पेशी सिकुड़ जाती हैं।
- (iii) बिना बाह्य लम्बाई बदले माँसपेशीय संकुचन होता है।
- (iv) संकुचन के समय माँसपेशी लम्बी हो जाती है।

कूट :

- (A) आइसोकाइनेटिक, आइसोमेट्रिक, एक्सेन्ट्रिक, आइसोटानिक
- (B) आइसोटानिक, आइसोकाइनेटिक, आइसोमेट्रिक, एक्सेन्ट्रिक,
- (C) आइसोमेट्रिक, आइसोकाइनेटिक, एक्सेन्ट्रिक, आइसोटानिक
- (D) आइसोकाइनेटिक, आइसोटानिक, आइसोमेट्रिक, एक्सेन्ट्रिक,

29. Given hereunder are the physical education courses being imparted for professional preparation in India. Find out the correct sequence of their controlling bodies using the given code :

- (i) C.P. Ed.
- (ii) B.P.E.
- (iii) Diploma in coaching
- (iv) M.P. Ed.

Code :

- (A) State Education Board, N.C.T.E., S.A.I., University
- (B) University, N.C.T.E., State Education Board, S.A.I.
- (C) S.A.I., University, State Education Board, N.C.T.E.
- (D) State Education Board, University, S.A.I., N.C.T.E.

30. The Intramural committee consists of :

- (i) Intra-mural Manager
- (ii) Intra-mural Director
- (iii) Intra-mural Secretary
- (iv) Assistant Manager

Code :

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

Read the passage below and answer the questions no. 31 to 35 based on your understanding of the passage.

“The body must need be vigorous in order to obey the soul : a good servant ought to be robust. The weaker the body, the more it commands, the stronger it is, the better it obeys. In order to think, we must exercise our limbs, our senses and our organs, which are the instruments of our intelligence. In order to derive all the advantages possible from these instruments, it is necessary that the body which furnishes them should be robust and sound”.

These are not hollow words or the fiction of an idealist philosopher’s brain : They are pregnant with a stark reality—a reality which the individuals and the nations must take cognizance of. Healthy and fit citizen is an asset while a weak person, a liability : is a truism : the former commands and the latter demands. Realizing that human efficiency and productivity are very much dependent exclusively on one’s health and fitness, almost all the countries have been compelled to give adequate attention to this vitally important aspect of their national life. The importance of health and fitness through the medium of physical activity can hardly be underestimated in the modern times, especially when the life style is changing fast as a consequence of pursuit of materialistic philosophy. Tremendous urbanization and mechanization of daily routines almost everywhere seem to have resulted not only in “hurrying and scurrying” but also depriving people of natural vitality, vigour, muscular power and prowess so essential for a purposeful life.

29. भारतवर्ष में व्यवसायिक तैयारी हेतु चलाए जाने वाले कोर्स नीचे दिए गए हैं। कोड़ का प्रयोग करते हुए इनकी नियन्त्रक संस्था बताएं।

- (i) सी.पी.एड.
- (ii) बी.पी.ई.
- (iii) कोचिंग डिप्लोमा
- (iv) एम.पी.एड.

कूट :

- (A) राज्य शिक्षा बोर्ड, एन.सी.टी.ई., एस.ए.आई., विश्वविद्यालय
- (B) विश्वविद्यालय, एन.सी.टी.ई., राज्य शिक्षा बोर्ड, एस.ए.आई.,
- (C) एस.ए.आई., विश्वविद्यालय, राज्य शिक्षा बोर्ड, एन.सी.टी.ई.
- (D) राज्य शिक्षा बोर्ड, विश्वविद्यालय, एस.ए.आई., एन.सी.टी.ई.,

30. इन्ट्रामूरल समिति में सम्मिलित होते हैं :

- (i) अतःसंकाय प्रबन्धक
- (ii) अतःसंकाय निर्देशक
- (iii) अतःसंकाय सचिव
- (iv) अतःसंकाय सह-प्रबन्धक

कूट :

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

निम्नलिखित गद्यांश को पढ़िये और प्रश्न संख्या 31 से 35 का उत्तर दीजिए। आपके उत्तर इसी गद्यांश पर आधारित हों।

“आत्मा का आदेश मानने के लिए शरीर को अनिवार्यतः गहन मांसल गतिविधियों से सम्पन्न और शक्तिशाली होना चाहिए। जितना अधिक वह आदेश देता है उतना अधिक शरीर शक्तिशाली होता है। सोचने के लिए, हमें अपने अंगों का संचालन करना पड़ता है, जो हमारे प्रतिमा के उपादान हैं। इन सारे उपादानों से संभावित लाभ प्राप्त करने के लिए, यह अनिवार्य है कि शरीर, जो उन सबको सुगठित करता है, उनके सभी उपादान अत्यधिक शक्तिशाली और स्वस्थ हों।”

ये सभी खोखले शब्द नहीं हैं न ही ये उन आदर्शवादी दार्शनिकों के दिमाग की काल्पनिक कहानियाँ हैं। ये सभी जीवन्त यथार्थ से भरे हैं, जिस यथार्थ का व्यक्ति और राष्ट्र को बोध होना चाहिए, जिससे यह पता चलता है कि एक स्वस्थ और सक्षम नागरिक, एक निधि होता है जब कि एक कमजोर व्यक्ति एक बोझ बन जाता है — यह सच है। पहला आदेश देता है दूसरा याचना करता है। यह मानना चाहिए कि मनुष्य की क्षमता और उत्पादकता पूरी तरह निर्भर करते हैं, किसी व्यक्ति के स्वास्थ्य और उसकी क्षमता पर प्रायः सभी राष्ट्र उनके राष्ट्रीय जीवन के इस विशय और महत्वपूर्ण पहलू पर यथोचित ध्यान देने के लिए बाध्य है।

The World Health Organisation (WHO) has set a target that every person in the world should become health conscious by 2010 AD and it is a right step in the attainment of health for all. The International Olympic committee has signed an agreement with WHO for furthering the cause of health for all and sports for all by 2010 AD. This agreement is clearly directed towards attaining total fitness of all individuals by 2010 AD. To attain this objective the citizens of the nation are to be made health and fitness conscious and for this purpose scientific programmes and criteria to evaluate fitness are to be formulated to cover all individuals belonging to both sexes and of all ages .

Physical fitness and wellness are one's richest possessions: They cannot be purchased, they are to be earned through regular and systematic fitness programme and positive lifestyle habits. Physical fitness is the capacity to carry out reasonably well various forms of physical activities without being unduly tired.

31. The main theme of the passage :

- I) Physical fitness
- II) Wellness
- III) World Health Organisation
- IV) International Olympic Committee

Code :

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

32. The quotation cited in the beginning of the para is propounded by :

- (A) Charles A Bucher
- (B) Aristotle
- (C) Plato
- (D) John Dewey

33. Realization of human efficiency and productivity are dependent exclusively on :

- (A) Exercise and body
- (B) Wellness and mind
- (C) Daily routine and life style
- (D) Health and fitness

स्वास्थ्य और क्षमता का महत्त्व, जो वस्तुतः शारीरिक गतिविधियों के माध्यम से ही उपलब्ध किया जाता है, इसे आधुनिक युग में कम करके आँकना मुश्किल हो सकता है, अब जब कि भौतिकता के दर्शन के कारण जीवन शैली मुख्य रूप से तीव्रता के साथ समय के अनुसार बदलती जा रही है। प्रायः हर कहीं भीषण शहरीकरण और दैनिक कार्यक्रमों का यांत्रिकीकरण का परिणाम केवल 'भागदौड़' में होता है लेकिन इसके साथ ही मनुष्यों का प्राकृतिक सामर्थ्य, शक्ति, शारीरिक शक्ति तथा निपुणता/दक्षता से हम दूर होते चले जा रहे हैं जो वस्तुतः सार्थक जीवन के लिए अनिवार्य हैं।

विश्व स्वास्थ्य संगठन (डब्ल्यू.एच.ओ.) ने एक लक्ष्य निर्धारित किया है कि विश्व का प्रत्येक व्यक्ति 2010 ए.डी. एक स्वास्थ्य के प्रति जागरूक बन जाय तथा सबके अच्छे स्वास्थ्य की उपलब्धि के लिए यह उठाया गया सही कदम है।

अन्तर्राष्ट्रीय ऑलम्पिक समिति ने डब्ल्यू.एच.ओ. के साथ एक समझौते पर हस्ताक्षर किया है जिसमें 2010 ए.डी. तक सबके स्वास्थ्य तथा सबके लिए क्रिड़ा की बात है। इस उद्देश्य को पूर्ण करने के लिए राष्ट्र के नागरिकों को स्वास्थ्य और क्षमता के प्रति जागरूक बनाना होगा तथा इस उद्देश्य की पूर्ति के लिए वैज्ञानिक योजनायें तथा क्षमता के मूल्यांकन के लिए मानदण्ड बनाने पड़ेंगे जो लिंगभेद किये बिना, सभी उम्र के मनुष्यों को समाहित करते हों।

शारीरिक क्षमता और स्वास्थ्य किसी भी मनुष्य की अमूल्य सम्पत्ति/उपलब्धियाँ हैं, इन्हें खरीदा नहीं जा सकता, इन्हें नियमित और क्रमबद्ध शारीरिक क्षमता के कार्यक्रमों के माध्यम से तथा जीवन शैली की सकारात्मक आदतों के माध्यम से उपार्जित किया जा सकती है। शारीरिक क्षमता वस्तुतः शारीरिक गतिविधियों को बिना थकावट के क्रियान्वित करने की क्षमता है।

31. गद्यांश का मुख्य विषय :

- I) शारीरिक क्षमता
- II) स्वच्छता
- III) विश्व स्वास्थ्य संघ
- IV) अंतर्राष्ट्रीय खेल संघ

कूट :

- (A) II और III दोनों सही
- (B) I और II सही
- (C) I, II और IV सही
- (D) I और IV सही

32. अनुच्छेद के प्रारम्भ में दिये गये उद्धरण के रचयिता हैं :

- (A) चार्ल्स ए. बुचर
- (B) अरस्तू
- (C) प्लेटो
- (D) जॉन डीवी

33. मानव क्षमता तथा उत्पादकता की प्राप्ति निर्भर करती है :

- (A) व्यायाम तथा शरीर
- (B) स्वास्थ्य तथा मस्तिष्क
- (C) दिनचर्या तथा जीवन पद्धति
- (D) स्वास्थ्य तथा क्षमता

34. The target of world Health organisation (W.H.O) is :
- (A) Health for all (B) Sports for all
(C) Fitness for all (D) Both (A) and (B)
35. The richest possessions of human beings which cannot be purchased :
- (A) Physical fitness (B) Wellness
(C) Physical fitness and wellness (D) Life style
36. The chronological order of appearance of the following is given in code. Select the right answer :
- (I) Common wealth Games
(II) Asian games
(III) Arjun Award
(IV) Rajiv Gandhi Khel Ratan Award
- Code:**
- (A) 1991, 1951, 1961, 1930
(B) 1950, 1961, 1930, 1991
(C) 1930, 1951, 1961, 1991
(D) 1930, 1991, 1961, 1950
37. A.I.D.S., is transmitted through :
- (I) Insect bite
(II) Blood transfusion
(III) Body contact
(IV) All of the above
- (A) I and II are correct
(B) I and III are correct
(C) II and III are correct
(D) I, II and III are correct
38. The word 'movere' is associated with :
- (I) Arousing action
(II) Agression
(III) Motivation
(IV) All of the above
- (A) I, II, and III are correct
(B) I and II are correct
(C) II and III are correct
(D) I and III are correct

34. विश्व स्वास्थ्य संगठन (डब्ल्यू.एच.ओ.) का लक्ष्य है :
- (A) सब के लिए स्वास्थ्य (B) सबके लिए खेल
(C) सबके लिए शारीरिक क्षमता (D) दोनों (A) तथा (B)

35. मानव की सर्वश्रेष्ठ उपलब्धियाँ जिन्हे खरीदा नहीं जा सकता :
- (A) शारीरिक क्षमता (B) शारीरिक स्वास्थ्यता
(C) शारीरिक क्षमता एवं शारीरिक स्वस्थता (D) जीवन पद्धति

36. निम्नलिखित का पंचांगीय दर्शन कोड़ में दिया गया है। सही उत्तर को चुनें :
- (I) राष्ट्रमंडलीय खेल
(II) एशियन खेल
(III) अर्जुन पुरस्कार
(IV) राजीव गाँधी खेल रत्न पुरस्कार

कूड :

- (A) 1991, 1951, 1961, 1930
(B) 1950, 1961, 1930, 1991
(C) 1930, 1951, 1961, 1991
(D) 1930, 1991, 1961, 1950

37. एड्स किस माध्यम से संचारित होता है :
- (I) कीड़ा के काटने से
(II) रक्त आधान द्वारा
(III) शारीरिक सम्बन्ध से
(IV) उपरोक्त सभी से

कूड :

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

38. 'मूवेरे' शब्द का किस के साथ सम्बन्ध है ?
- (I) उत्तेजक क्रिया
(II) आक्रमण
(III) प्रेरणा
(IV) उपरोक्त सभी
- (A) I, II तथा III सही हैं
(B) I तथा II सही हैं
(C) II तथा III सही हैं
(D) I तथा III सही हैं

39. The cognitive intervention strategy to improve performance does not include :
- (A) Autogenic training (B) Mental Rehearsal
(C) Self talk (D) Imagery Training
40. Transfer of Training is :
- (A) Learning new situation in Industry
(B) Learning from environment
(C) Verbal learning in different kinds of situation
(D) Use of all learning from the situation to a new situation
41. The other name of Pavlovian conditioning is :
- (A) Operant conditioning (B) Classical conditioning
(C) Instrumentel conditioning (D) Response - Response learning
42. Load has a complex effect on the performance of :
- (A) Young Children (B) Adolescents
(C) Elite Athletes (D) Adult
43. In case of elite athletes periodization is not characterised by :
- (A) Shorter preparatory periods (B) Longer competition periods
(C) Multiple periodization (D) Lower number of Competitions
44. The first step in the treatment of Sports Injuries is :
- (A) Cryotherapy (B) Hydrotherapy
(C) Electrotherapy (D) Thermotherapy
45. Which one of the following is man-made health hazard :
- (A) Radioactive radiation (B) Forest fire
(C) Land slides (D) Cyclones
46. Mc. Donald test is used in :
- (A) Lawn Tennis (B) Volley ball
(C) Soccer (D) Basket ball

39. प्रदर्शित बढ़ाने हेतु संज्ञानात्मक हस्तक्षेप योजना में क्या सम्मिलित नहीं है ?
- (A) आटोजनिक प्रशिक्षण (B) मानसिक अभ्यास
(C) स्वयंवार्ता (D) प्रतिबिम्बित अभ्यास
40. प्रशिक्षण हस्तांतरण क्या है ?
- (A) उद्योग में नवीन अवस्थाएं सीखना (B) वातावरण से सीखना
(C) मौखिक सीख विभिन्न अवस्थाओं में (D) पुरानी सीख को नवीन अवस्था में प्रयोग करना
41. पैवलोव के अनुकूलन का दूसरा नाम है :
- (A) सक्रिय अनुकूलन (B) संस्थापित अनुकूलन
(C) सहायक अनुकूलन (D) अनुक्रिया - अनुक्रिया द्वारा सीखना
42. भार का किसके प्रदर्शित पर मिश्रित प्रभाव पड़ता है ?
- (A) छोटे बच्चों पर (B) नवयुवकों पर
(C) उच्च स्तरीय खिलाड़ियों पर (D) वयस्कों पर
43. सर्वोत्कृष्ट खिलाड़ियों के संदर्भ में कालविभाजन चक्र की विशेषताओं में क्या सम्मिलित है ?
- (A) लघु तैयारी काल (B) लम्बा प्रतिस्पर्धा काल
(C) बहु खण्डीय काल विभाजक चक्र (D) बहुत ही थोड़ी प्रतिस्पर्धाएं
44. खेल की चोटों की चिकित्सा में सर्वप्रथम पद है :
- (A) क्रायोथेरापी (B) हाईड्रोथेरापी (C) एलेक्ट्रो थेरापी (D) थर्मो थेरापी
45. निम्नलिखित में कौन सी मनुष्य रचित स्वास्थ्य आपदा है ?
- (A) विघटनाभिक रेडिएशन (B) वन अग्नि
(C) धरती खिसकना (D) चक्रवात
46. मैकडॉनाल्ड टेस्ट का प्रयोग होता है :
- (A) लॉन टेनिस (B) व्हाली बाल (C) साकर (D) बास्केटबाल

47. The muscle developed by anaerobic exercise in early childhood is :
- (A) Stronger (B) Shorter
(C) Spherical (D) All of the above
48. French short service test is used in :
- (A) Table Tennis (B) Badminton
(C) Volley ball (D) Tennis
49. The most effective methods of teaching physical education skills is :
- (A) Imitation method (B) Trial and Error method
(C) Demonstration mehtod (D) Mirror method
50. If Student commits mistake teacher should :
- (A) Reprimand (B) Punishment
(C) Complaint to parent (D) Guide and counsel

** *** **

47. प्रारम्भिक शैशवकाल में एनारोबिक व्यायाम से विकसित होने वाली मांसपेशी :
- (A) मजबूत (B) छोटी
(C) गोल (D) उपरोक्त सभी
48. फ्रेन्च शार्ट सर्विस टेस्ट का प्रयोग किसमें होता है ?
- (A) टेबिल टेनिस (B) बैडमिन्टन
(C) वालीबाल (D) टेनिस
49. शारीरिक शिक्षा के कौशल सीखने की सर्वोत्तम विधि है :
- (A) अनुकरण विधि (B) ट्रायल एवं त्रुटि विधि
(C) प्रदर्शन विधि (D) प्रतिबिम्ब विधि
50. यदि विद्यार्थी गलती करता है तो शिक्षक को क्या करना चाहिए ?
- (A) डाँटना चाहिए (B) दंडित करना चाहिए
(C) माता-पिता से शिकायत करनी चाहिए (D) मार्गदर्शन एवं परामर्श देना चाहिए

** *** **

Space For Rough Work