



5322

प्रश्न-पुस्तिका क्रम संख्या
Question Booklet No.

Series :

A

PHYSICAL EDUCATION

2091385

अनुक्रमांक
Roll No.

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

← परीक्षार्थी अपना अनुक्रमांक दिए गए खानों में लिखें।
Candidate should write his/her
Roll No. in the given boxes.

मुद्रित पृष्ठों की संख्या/No. of Printed Pages : 40
समय/Time : 3 घण्टे/Hours

कुल प्रश्नों की संख्या/Total No. of Questions : 150
पूर्णांक/Total Marks : 600

परीक्षार्थियों के लिए निर्देश

1. परीक्षा प्रारम्भ होने के तुरन्त बाद, आप इस प्रश्न-पुस्तिका की पड़ताल अवश्य कर लें, कि इसमें कोई बिना छपा, फटा या छूटा हुआ पृष्ठ अथवा प्रश्नांश, आदि न हो। यदि ऐसा है, तो वीक्षक से तत्काल संपर्क कर प्रश्न-पुस्तिका बदल लेवें।
2. इस प्रश्न पुस्तिका में शारीरिक शिक्षा से संबंधित कुल 150 प्रश्न हैं। सभी प्रश्न हिन्दी तथा अंग्रेज़ी भाषा में हैं। सभी प्रश्न अनिवार्य हैं।
3. प्रदत्त उत्तर-पत्र (ओ.एम.आर. शीट) पर दिए गए निर्देशों को ध्यानपूर्वक पढ़ें तथा अपने उत्तर तदनुसार अंकित करें।
4. कृपया उत्तर-पत्र (ओ.एम.आर. शीट) पर निर्धारित स्थानों पर आवश्यक प्रविष्टियाँ करें, अन्यत्र स्थानों पर नहीं।
5. परीक्षार्थी सभी रफ़ कार्य प्रश्न-पुस्तिका के अंतिम पृष्ठों पर निर्धारित स्थान पर ही करें, अन्यत्र कहीं नहीं तथा उत्तर-पत्र (ओ.एम.आर. शीट) पर भी नहीं।
6. यदि किसी प्रश्न में किसी प्रकार की कोई मुद्रण या तथ्यात्मक प्रकार की त्रुटि हो, तो प्रश्न के हिन्दी तथा अंग्रेज़ी रूपांतरों में से हिन्दी रूपांतर को मानक माना जाएगा।

INSTRUCTIONS TO THE CANDIDATES

1. Immediately after the commencement of the examination, you should check that this Question Booklet does not have any unprinted or torn or missing pages or items etc. If so, immediately contact the Invigilator and get it replaced with another Question Booklet.
2. This Question Booklet contains Total 150 questions of concerned Physical Education subject. All questions are in Hindi and English languages. All questions are compulsory.
3. Read carefully the instructions given on the Answer Sheet (OMR) supplied and indicate your answers accordingly.
4. Kindly make necessary entries on the Answer Sheet (OMR) at the places indicated and nowhere else.
5. Examinee should do all rough work on the space meant for rough work on pages given at the end of the Question Booklet and nowhere else, not even on the Answer Sheet (OMR).
6. If there is any sort of mistake either of printing or of factual nature in any question, then out of the Hindi and English versions of the question, the Hindi version will be treated as standard.



द्वितीय प्रश्न-पत्र शारीरिक शिक्षा

- वर्ग अन्तराल की आवृत्ति इसके _____ के संक्रेन्द्रित होती है ।
(A) अन्त बिन्दु
(B) आरम्भ बिन्दु
(C) मध्य बिन्दु
(D) यादृच्छिक बिन्दु
- सांख्यिकी के क्षेत्र में सबसे ज्यादा इस्तेमाल किया जाने वाला केन्द्रीय प्रवृत्ति का मापन है
(A) स्थिति औसत
(B) जियोमेट्रिक माध्य
(C) अनुकूल माध्य
(D) अंकगणित माध्य
- प्रोडक्ट मोमेन्ट सहसंबंध गुणांक को सूचकांक के रूप में परिभाषित किया गया है, जोकि दो चरों के मध्य _____ मापता है तथा जिसे 'r' द्वारा निरूपित किया जाता है ।
(A) एकाधिक संबन्ध
(B) रैक संबन्ध
(C) आंशिक संबन्ध
(D) रेखीय संबन्ध
- 1893 में कार्ल पियर्सन द्वारा प्रस्तुत फैलाव का सबसे व्यापक रूप से उपयोग किया जाने वाला और महत्वपूर्ण माप है
(A) माध्य विचलन
(B) मानक विचलन
(C) चतुर्थक विचलन
(D) श्रेणी
- निम्नलिखित में से एक उत्कृष्ट विश्लेषणात्मक उपकरण है
(A) एम.एस.-वर्ड
(B) एम.एस.-एक्सेल
(C) एम.एस.-एक्सेस
(D) एम.एस.-पावरपोइन्ट
- प्रशिक्षण चक्र में अन्तराल अवधि का लक्ष्य क्या है ?
(A) पुनःसीखना
(B) शिखर पर पहुँचना
(C) पुनर्वास
(D) पुनर्प्राप्ति
- अत्यधिक पूर्ति की प्रक्रिया में क्या शामिल है ?
(A) अनुकूलतम भार
(B) जैव-रासायनिक परिवर्तन
(C) तीव्रता और मात्रा
(D) रक्त यूरिया सांद्रता
- गति सहनशीलता को विकसित करने की सर्वोत्तम विधि कौन-सी है ?
(A) अन्तराल विधि
(B) पुनरावृत्ति विधि
(C) तीव्र सतत विधि
(D) परिवर्त्य वेग विधि
- आइसोमेट्रिक ताकत को यह भी कहा जाता है
(A) गतिशील शक्ति/ताकत
(B) स्थैतिक शक्ति/ताकत
(C) विशेष शक्ति/ताकत
(D) सापेक्ष शक्ति/ताकत

PAPER - II
PHYSICAL EDUCATION


1. Frequency of class interval is concentrated at its
 - (A) End point
 - (B) Start point
 - (C) Mid point
 - (D) Random point
2. The most widely used measures of central tendency in statistics field is
 - (A) Position average
 - (B) Geometric mean
 - (C) Harmonic mean
 - (D) Arithmetic mean
3. Product moment correlation co-efficient is defined as an index which measures the _____ between two variables and is denoted by 'r'.
 - (A) Multiple relation
 - (B) Rank relation
 - (C) Partial relation
 - (D) Linear relation
4. The most widely used and important measure of dispersion presented by Karl Pearson in 1893 is
 - (A) Mean deviation
 - (B) Standard deviation
 - (C) Quartile deviation
 - (D) Range
5. An excellent analytical tool among the following is
 - (A) MS-Word
 - (B) MS-Excel
 - (C) MS-Access
 - (D) MS-PowerPoint
6. Transition period in training cycle aims at
 - (A) Relearning
 - (B) Peaking
 - (C) Rehabilitation
 - (D) Recovery
7. The process of supercompensation involves
 - (A) Optimum load
 - (B) Bio-chemical changes
 - (C) Intensity and volume
 - (D) Blood urea concentration
8. Best method used for developing speed endurance is
 - (A) Interval method
 - (B) Repetition method
 - (C) Fast continuous method
 - (D) Variable pace method
9. Isometric strength is also called
 - (A) Dynamic strength
 - (B) Static strength
 - (C) Special strength
 - (D) Relative strength



10. बिल्ड-अप प्रतियोगिताओं को इस नाम से भी जाना जाता है
(A) मुख्य प्रतियोगिताएँ
(B) सीधी प्रतियोगिताएँ
(C) तैयारी प्रतियोगिताएँ
(D) प्रमुख प्रतियोगिताएँ
11. खेल मनोविज्ञान की प्रथम प्रयोगशाला _____ ने विकसित की।
(A) ट्रिपलेट
(B) ग्रिफिथ
(C) स्क्रिप्चर
(D) पैट्रिक
12. व्यक्तित्व संरचना के व्यवस्थित दृष्टिकोण में कौन-सा पिरामिड में "शीर्ष" पर आता है ?
(A) मनोवैज्ञानिक कोर
(B) विशिष्ट प्रतिक्रियायें
(C) भूमिका संबंधी व्यवहार
(D) नेटल
13. सामाजिक शिक्षण का सिद्धांत किसके द्वारा प्रतिपादित किया गया ?
(A) कैटल
(B) ऑलपोर्ट
(C) बन्डूरा
(D) गिजेस
14. _____ ने प्रतिपादित किया कि तनाव में चार अन्तर संबंधित अवस्थायें होती हैं।
(A) मैकक्लेलैंड
(B) मैकग्रा
(C) मैकग्राथ
(D) मैकलारेन
15. प्रोग्रेसिव रिलेक्सेशन तकनीक किसके द्वारा विकसित की गई ?
(A) एडमंड जेकॉबसन
(B) हार्टन जोन्स
(C) यूबेक कोलिन्स
(D) ऑरलिक
16. सिम्बॉलिक शिक्षण का सिद्धांत _____ के द्वारा दिया गया।
(A) सॉकेट
(B) लैंगर
(C) इजाक
(D) इनमें से कोई नहीं
17. _____ को खेल मनोविज्ञान का पिता कहा जाता है।
(A) कोलमन ग्रिफिथ
(B) एन. ट्रिपलेट
(C) फ्रेंकलिन हेनरी
(D) जी. डेनिएल
18. खेल मनोविज्ञान में _____ के द्वारा प्रथम प्रयोग किया गया।
(A) एन. ट्रिपलेट
(B) कोलमन ग्रिफिथ
(C) रोबर्ट एस.
(D) ऑलपोर्ट
19. बायोफीडबैक का प्रयोग _____ के लिये किया जाता है।
(A) हैन्डल एनझायटी
(B) हैन्डल ग्रोथ
(C) हैन्डल सोशियल ग्रोथ
(D) हैन्डल मैच्यूरिटी






10. Build-up competitions are also known as
(A) Main competition
(B) Direct competition
(C) Preparatory competition
(D) Major competition
11. The first laboratory of sports psychology developed by
(A) Triplett
(B) Griffith
(C) Scripture
(D) Patrick
12. In a systematic view of personality structure which of the following comes on "top" in a pyramid?
(A) Psychological core
(B) Typical responses
(C) Role related behaviour
(D) Natal
13. Social learning theory was developed by
(A) Cattell
(B) Allport
(C) Bandura
(D) Giges
14. _____ proposed that stress consist of four inter-related stages.
(A) McClelland
(B) McGrow
(C) McGrath
(D) McLarren
15. Progressive relaxation technique was developed by
(A) Edmund Jacobson
(B) Harton Jones
(C) Eubank Collins
(D) Orlick
16. Symbolic learning theory developed by
(A) Sackett
(B) Langer
(C) Issac
(D) None of these
17. _____ is known as the father of sports psychology.
(A) Coleman Griffith 
(B) N. Triplett
(C) Franklin Henry
(D) G. Deniel
18. The first sports psychology experiment conducted by
(A) N. Triplett
(B) Coleman Griffith
(C) Robert S.
(D) Allport
19. Biofeedback used to
(A) Handle anxiety
(B) Handle growth
(C) Handle social growth
(D) Handle maturity



20. _____ खेलों में संवेग नियंत्रण की रणनीति नहीं है ।
(A) इमेजरी
(B) सेल्फ एनलिसिस
(C) स्टोरीटेलिंग
(D) फीडबैक
21. यांत्रिकी की वह शाखा जो कि गतिविधि उत्पन्न करने वाली आंतरिक या बाह्य बलों से संबद्ध नहीं है, कहलाती है
(A) रैखिक गतिज
(B) बलगति विज्ञान
(C) शुद्ध गति विज्ञान
(D) गति बलगति विज्ञान
22. कंकाल पेशी संकुचन से संबंधित 'अधिकतम या बिल्कुल नहीं सिद्धांत' का अर्थ है
(A) कुल माँसपेशी चरणबद्ध तरीके से संकुचित होती है
(B) एक माँसपेशी तंतु अपने वर्तमान की अधिकतम क्षमता तक संकुचित होता है
(C) सभी एक्टिन एवं म्योसिन अणु सक्रिय हो जाते हैं
(D) माँसपेशी तंतु उद्दीपन की शक्ति अनुसार संकुचित होते हैं
23. माँसपेशी द्वारा उत्पादित विद्युत गतिविधि को अभिलिखित करने हेतु उपयोग की जाने वाली तकनीक कहलाती है
(A) इलेक्ट्रोम्योडिटेक्शन तकनीक
(B) इलेक्ट्रोमोग्राफी
(C) इलेक्ट्रोबायोग्राफ
(D) इलेक्ट्रोम्योग्राफी
24. अनुप्रयुक्त बल द्वारा निर्मित चक्रीय बल कहलाता है
(A) कोणीय बल
(B) बल का कोण
(C) बल की मात्रा
(D) बल का आघूर्ण
25. वह बल जो कि त्रिज्या त्वरण उत्पन्न करता है, कहलाता है
(A) अपकेंद्रीय बल
(B) कोणीय बल
(C) अभिकेंद्रीय बल
(D) मैग्नेटिक बल
26. मादक द्रव्यों का सेवन, जिसमें मनोसक्रिय पदार्थों का हानीकारक या खतरनाक उपयोग शामिल है, किसी के स्वास्थ्य पर कौन-सा महत्वपूर्ण प्रतिकूल प्रभाव डाल सकता है ?
(A) कमजोर प्रतिरक्षा प्रणाली
(B) मनोविकृति
(C) अन्य स्वास्थ्य समस्याओं के उपचार में बाधा
(D) उपरोक्त सभी
27. निम्नलिखित में से कौन-सा स्वास्थ्य संबंधी फिटनेस का घटक नहीं है ?
(A) शारीरिक संरचना
(B) प्रतिक्रिया समय
(C) हृदय-श्वास सहनशक्ति
(D) लचीलापन




20. _____ is **not** emotion coping strategies in sports.
- (A) Imagery
 - (B) Self analysis
 - (C) Storytelling
 - (D) Feedback
21. The branch of mechanics that is not concerned with the internal or external forces that causes a movement is known as
- (A) Linear kinetics
 - (B) Kinetics
 - (C) Kinematics
 - (D) Movement kinetics
22. The 'Maximum or None Law' in relation to skeleton muscle contraction means that
- (A) Total muscle contracts in a phased manner
 - (B) A muscle fibre contracts to its present maximum ability
 - (C) All Actin and Myosin molecules gets activated
 - (D) Muscle fibre contracts as per the strength of stimulus
23. The technique used to record the electrical activity produced by muscle is known as
- (A) Electromyodetection technique
 - (B) Electromobography
 - (C) Electrobiograph
 - (D) Electromyography
24. The rotory effect created by an applied force is known as
- (A) Angular force
 - (B) Angle of force
 - (C) Magnitude of force
 - (D) Moment of force
25. The force which produces radial acceleration is called as
- (A) Centrifugal force
 - (B) Angular force
 - (C) Centripetal force
 - (D) Magnus force
26. Substance abuse, which involves the harmful or hazardous use of psychoactive substances can have, which of the significant adverse effects upon one's health ?
- (A) Weakened immune system 
 - (B) Psychosis
 - (C) Impaired treatment for other health problems
 - (D) All of the above
27. Which of the following is **not** a component of the health related fitness ?
- (A) Body composition
 - (B) Reaction time
 - (C) Cardio-respiratory endurance
 - (D) Flexibility



28. एक ग्राम वसा कितनी ऊर्जा प्रदान करती है ?

- (A) 4 कैलोरी
- (B) 7 कैलोरी
- (C) 9 कैलोरी
- (D) 14 कैलोरी

29. आयरन की कमी के सामान्य कारणों में शामिल है

- (A) मासिक धर्म रक्त हानि
- (B) गैस्ट्रिक बाईपास सर्जरी
- (C) (A) और (B) दोनों 
- (D) इनमें से कोई नहीं

30. "हठरत्नावली" के अनुसार बस्ती के अभ्यास के कितने समय बाद तक भोजन नहीं करना चाहिए ?

- (A) दो घाटियाँ
- (B) तीन घाटियाँ
- (C) चार घाटियाँ
- (D) छः (छह) घाटियाँ

31. काइफोलोडॉसिस मानव कशेरुक वक्रों में से किसकी अतिशयोक्ति है ?

- (A) पृष्ठीय वक्र
- (B) कटि वक्र
- (C) (A) और (B) दोनों
- (D) इनमें से कोई नहीं

32. विश्व स्वास्थ्य संगठन (WHO) की स्थापना कब हुई थी ?

- (A) 7 अप्रैल, 1946
- (B) 7 अप्रैल, 1947
- (C) 7 अप्रैल, 1948
- (D) 8 मार्च, 1949

33. सूची - I के पदों को सूची - II से मिलाएँ और नीचे दिए गए कोड का उपयोग करके सही उत्तर चुनें ।

सूची - I

सूची - II

- | | |
|-------------------|-----------------------|
| a. अस्थि रोग | 1. आदतन गलत मुद्रा |
| b. तंत्रिका रोग | 2. मस्कुलर डिस्ट्रोफी |
| c. स्नायु रोग | 3. पक्षाघात |
| d. यान्त्रिक कारण | 4. रिकेट्स |

कोड :

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

34. निम्नलिखित में से कौन-सा पैक्टोरलिस मेजर का कार्य है ?

- (A) ह्यूमरस की अडक्शन
- (B) ह्यूमरस की प्लेक्शन
- (C) ह्यूमरस का अन्दर की ओर घूमना
- (D) उपरोक्त सभी



28. How much of energy 1 gram of fat provides ?

- (A) 4 calories
- (B) 7 calories
- (C) 9 calories
- (D) 14 calories

29. The common causes of iron deficiency include

- (A) Menstrual blood loss
- (B) Gastric bypass surgery
- (C) Both (A) and (B)
- (D) None of these

30. According to "Hatharatnavali" food should not be eaten for how much time after the practice of basti ?

- (A) Two ghatas
- (B) Three ghatas
- (C) Four ghatas
- (D) Six ghatas

31. Kypholordosis is the exaggeration of which of the human vertebral curves ?

- (A) Dorsal curve
- (B) Lumbar curve
- (C) Both (A) and (B)
- (D) None of these

32. World Health Organization (WHO) was established on

- (A) 7th April, 1946
- (B) 7th April, 1947
- (C) 7th April, 1948
- (D) 7th March, 1949

33. Match the terms of List – I with that of List – II and select the correct answer using the codes given below.

List – I

List – II

- | | |
|----------------------|---------------------------|
| a. Bone disease | 1. Habitual wrong posture |
| b. Nerve disease | 2. Muscular dystrophy |
| c. Muscle disease | 3. Paralysis |
| d. Mechanical causes | 4. Rickets |

Code :

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



34. Which among the following is the function of the pectoralis major ?

- (A) Adduction of the humerus
- (B) Flexion of the humerus
- (C) Inward rotation of the humerus
- (D) All of the above



35. निम्न उल्लेखित राष्ट्रीय और अंतर्राष्ट्रीय स्वास्थ्य-प्रचार एजेंसी नहीं है ?

- (A) डब्ल्यू. एच. ओ.
- (B) विश्व बैंक
- (C) भारतीय चिकित्सा परिषद
- (D) यूनिसेफ

36. मैराथन दौड़ की दूरी कितनी होती है ?

- (A) 24 मील 1725 गज
- (B) 26 मील 990 गज
- (C) 26 मील 385 गज
- (D) 24 मील 990 गज

37. बास्केटबॉल खेल में सतह से रिंग तक की ऊँचाई कितनी होती है ?

- (A) 2.95 मीटर
- (B) 2.90 मीटर
- (C) 3.00 मीटर
- (D) 3.05 मीटर

38. ओलम्पीक खेलों में भारत की प्रथम पदक विजेता महिला

- (A) पी. टी. ऊषा
- (B) करनम मल्लेस्वरी
- (C) अन्जु बेबी जोर्ज
- (D) पी. वी. सिन्धु

39. निम्नलिखित में से कौन-सी शब्दावली का सम्बन्ध कबड्डी खेल से नहीं है ?

- (A) केन्ट
- (B) टेग
- (C) परसुट
- (D) डाई आउट

40. निम्नलिखित में से कौन-सी तकनीक जुडो खेल में नहीं होती है ?

- (A) वाडा ली
- (B) नागे वाजा
- (C) कातमे वाजा
- (D) शीमे वाजा

41. बुकवॉल्टर्स के अनुसार शारीरिक शिक्षा का उद्देश्य क्या है ?

- (A) शारीरिक विकास
- (B) मानसिक विकास
- (C) सामाजिक विकास
- (D) उपरोक्त सभी

42. किसी व्यक्ति की शिक्षा तीन शिक्षण डोमेन के माध्यम से होती है - मानसिक डोमेन, भावात्मक डोमेन और

- (A) शारीरिक डोमेन
- (B) शैक्षिक डोमेन
- (C) साइकोमोटर डोमेन
- (D) सामाजिक डोमेन

43. एक प्रशिक्षक द्वारा दिया गया आदेश _____ के रूप में कार्य करता है जो छात्रों को प्रतिक्रिया देने के लिए प्रेरित करता है।

- (A) अनुदेश
- (B) सूचक
- (C) उत्तेजना
- (D) परिचर्चा



35. Underneath mentioned are **not** the National and International Health-promoting Agencies ?
(A) WHO
(B) World Bank
(C) Medical Council of India
(D) UNICEF
36. What is the distance of Marathon race ?
(A) 24 miles 1725 yards
(B) 26 miles 990 yards
(C) 26 miles 385 yards
(D) 24 miles 990 yards
37. In Basketball sport the height of ring from surface is
(A) 2.95 meter
(B) 2.90 meter
(C) 3.00 meter
(D) 3.05 meter
38. In Olympics first Indian Women to win the medal
(A) P. T. Usha
(B) Karnam Malleswari
(C) Anju Bebi Joerge
(D) P. V. Sindhu
39. From the following which terminology is **not** related to Kabaddi sports ?
(A) Cant
(B) TAG
(C) Pursuit
(D) Die out
40. From the following which is **not** the Judo Technique ?
(A) Wada Le
(B) Nage Waza
(C) Katame Waza
(D) Shime Waza
41. According to Bookvolter's what is the aim of Physical Education ?
(A) Physical Development
(B) Mental Development
(C) Social Development
(D) All of the above
42. The education of an individual takes place through three learning domains – the cognitive domain, the affective domain and
(A) Physical domain
(B) Educational domain
(C) Psychomotor domain
(D) Social domain
43. Command given by a coach act as a _____ which motivate students to response.
(A) Instruction
(B) Indication
(C) Stimuli
(D) Discussion





44. मनोवैज्ञानिक तथ्यों के अनुसार पाठ योजनाओं को _____ प्रकार में वर्गीकृत किया जा सकता है।
(A) 4
(B) 2
(C) 5
(D) 6
45. शिक्षण केन्द्रित पद्धतियाँ या निरंकुश शैली की शिक्षण पद्धतियाँ शामिल करती है
(A) व्याख्यान पद्धति
(B) व्याख्यान एवं प्रदर्शन पद्धति
(C) ट्यूटोरियल पद्धति
(D) उपरोक्त सभी
46. स्कीमा सिद्धांत एक उदाहरण है
(A) वर्णनात्मक तर्क का
(B) काल्पनिक तर्क का
(C) विवेचनात्मक तर्क का
(D) निगमनात्मक तर्क का
47. ऐतिहासिक शोध की बाहरी आलोचना स्थापित करती है
(A) स्रोत की प्रामाणिकता
(B) स्रोत की एकरूपता
(C) स्रोत की निष्पक्षता
(D) स्रोत की स्थिरता
48. मात्रात्मक एवं गुणात्मक शोध का आधार है
(A) पालन किए गए चरण
(B) प्रयोज्यता
(C) उपयोगिता
(D) जानकारी का प्रकार
49. निम्नलिखित में से कौन-सा गैर-संभाव्यता नमूनाकरण का एक प्रकार नहीं है ?
(A) सुविधा नमूना
(B) कोटा नमूना
(C) व्यवस्थित नमूना
(D) स्नोबॉल नमूना
50. निम्नलिखित में से कौन-सा अच्छी परिकल्पना का मानदंड नहीं है ?
(A) यह परिणामोन्मुख होना चाहिए
(B) यह क्रियाशील होना चाहिए
(C) यह यथासंभव सरल होना चाहिए
(D) यह विशिष्ट होना चाहिए किंतु अनुषंगिक नहीं
51. बल वृद्धि की आइसो-काइनेटिक विधि किसके द्वारा शुरू की गई थी ?
(A) डब्ल्यू. होल्मन
(B) के. जंग
(C) एल. पी. मैटवेज्यू
(D) जे. जे. पेरिन
52. खेल प्रशिक्षण का उद्देश्य क्या है ?
(A) सामरिक दक्षता में सुधार
(B) शारीरिक स्वास्थ्य में सुधार
(C) तकनीकी कौशल में सुधार
(D) खेल प्रदर्शन में सुधार




44. According to psychological facts lesson plan can be classified into _____ types.
- (A) 4
 - (B) 2
 - (C) 5
 - (D) 6
45. Teacher centered methods or autocratic style teaching method include
- (A) Lecture method
 - (B) Lecture cum demonstration method
 - (C) Tutorial method
 - (D) All of the above
46. Schema Theory is one of the example of
- (A) Descriptive Reasoning
 - (B) Speculative Reasoning
 - (C) Inductive Reasoning
 - (D) Deductive Reasoning
47. External criticism of historical research establishes the
- (A) Authenticity of the source
 - (B) Uniformity of the source
 - (C) Objectivity of the source
 - (D) Consistency of the source
48. The basis of qualitative and quantitative research is
- (A) Steps followed
 - (B) Applicability
 - (C) Utility
 - (D) Types of information
49. Which of the following is **not** a type of non-probability sampling ?
- (A) Convenience sampling
 - (B) Quota sampling
 - (C) Systematic sampling
 - (D) Snowball sampling
50. Which of the following is **not** a criteria of a good hypothesis ?
- (A) It should be result oriented
 - (B) It should be operational
 - (C) It should be as simple as possible
 - (D) It should be specific but not consequential
51. Iso-kinetic method of strength improvement was introduced by
- (A) W. Hollmann
 - (B) K. Jung
 - (C) L. P. Matwejew
 - (D) J. J. Perrine
52. Aim of sports training is
- (A) Improvement of Tactical Efficiency
 - (B) Improvement of Physical Fitness
 - (C) Improvement of Technical Skills
 - (D) Improvement of Sports Performance





53. बल विकास के लिए बारबेल प्रशिक्षण की अनुशंसा किस आयु से कम में नहीं की जाती है ?
(A) सोलह वर्ष
(B) चौदह वर्ष
(C) अठारह वर्ष
(D) बीस वर्ष
54. पूर्ण पुनर्प्राप्ति किसमें महत्वपूर्ण है ?
(A) प्रशिक्षण की सतत विधि
(B) अंतराल विधि
(C) फार्टलेक विधि
(D) पुनरावृत्ति विधि
55. प्रशिक्षण सत्र क्या है ?
(A) एक शैक्षिक प्रक्रिया
(B) परिचालन योजना
(C) प्रशिक्षण प्रक्रिया की मूल इकाई
(D) खेलों के नियंत्रण और विनियमन के लिए उपकरण
56. "ऑटोजेनिक प्रशिक्षण" किसके द्वारा विकसित किया गया ?
(A) शुट्ज
(B) स्मिथ
(C) डोनाल्ड
(D) रोनाल्ड
57. वह प्रक्रिया जिसके द्वारा खिलाड़ी पिछले सकारात्मक अनुभवों की पुनः निर्मिती कर सकते हैं, _____ कहलाती है ।
(A) मेमोरी
(B) इमेजरी
(C) नॉस्टेल्जिया
(D) टैक्टिक
58. खिलाड़ी मूलतः _____ प्रकार की इमेजरी का उपयोग करते हैं ।
(A) 2
(B) 4
(C) 6
(D) 8
59. _____ प्रकार की चिंता व्यक्तित्व का एक घटक है ।
(A) संज्ञानात्मक चिंता
(B) दैहिक चिंता
(C) स्टेट चिंता
(D) ट्रेट चिंता
60. स्थितिजन्य तनाव के 2 सामान्य स्रोत हैं
(A) महत्वपूर्ण इव्हेंट तथा अनिश्चितता
(B) इव्हेंट तथा घटना क्रम
(C) अनिश्चितता तथा घटना क्रम
(D) इव्हेंट तथा प्रतिभागी
61. जैव-यांत्रिकी में जी.आर.एस. होता है
(A) ग्राउंड रेफेरेन्स सिस्टम
(B) जियोलॉजिकल रेफेरेन्स सिस्टम
(C) ग्राउंड रेसिस्टेन्स सिस्टम
(D) ग्लोबल रेफेरेन्स सिस्टम
62. सन्धियों का वह प्रकार जो एक अस्थि से दूसरी अस्थि पर बलों का स्थानांतरण करता है
(A) रेशेदार सन्धियाँ
(B) श्लेष्क सन्धियाँ
(C) उपास्थि सन्धियाँ
(D) मध्यवर्ती सन्धियाँ



53. Barbell training for strength development is **not** recommended below the age
- (A) 16 years
 - (B) 14 years
 - (C) 18 years
 - (D) 20 years
54. Complete recovery is vital in
- (A) Continuous method of training
 - (B) Interval method
 - (C) Fartlek method
 - (D) Repetition method 
55. Training session is
- (A) An educational process
 - (B) Operative plan
 - (C) The basic unit of training process
 - (D) Tool for control and regulation of sports
56. "Autogenic training" developed by whom ?
- (A) Schultz
 - (B) Smith
 - (C) Donald
 - (D) Ronald
57. A process by which a player can recreate previous positive experiences is called
- (A) Memory
 - (B) Imagery
 - (C) Nostalgia
 - (D) Tactic
58. Athletes basically uses _____ types of imagery.
- (A) 2
 - (B) 4
 - (C) 6
 - (D) 8
59. _____ type of anxiety is a part of personality.
- (A) Cognitive anxiety
 - (B) Somatic anxiety
 - (C) State anxiety
 - (D) Trait anxiety
60. Two common sources of situational stress are
- (A) Event importance and uncertainty
 - (B) Event and incidence sequence
 - (C) Uncertainty and incidence sequence
 - (D) Event and participants
61. In Biomechanics the G.R.S. stands for
- (A) Ground Reference System
 - (B) Geological Reference System
 - (C) Ground Resistance System
 - (D) Global Reference System
62. The type of joints that function to transfer forces from one bone to another bone
- (A) Fibrous joints
 - (B) Synovial joints
 - (C) Cartilageous joints
 - (D) Medial joints



63. शरीर के वह भाग जो सन्धियों पर अस्थियों को एकजुट बांधकर रखते हैं, कहलाते हैं
(A) कण्डरा
(B) उपास्थि
(C) माँसपेशी
(D) स्नायु
64. वह चक्र जिसमें उत्केन्द्रीय संकुचन के तुरंत सकेन्द्रित संकुचन होता है, कहलाता है
(A) ई-सी चक्र
(B) आइसोटोनिक चक्र
(C) स्ट्रैच एंड होल्ड चक्र
(D) स्ट्रैच-शॉर्टनिंग चक्र
65. एक माँसपेशी की भूमिका, जब वह किसी अन्य प्रचालक माँसपेशी की एक या अधिक क्रियाओं को बराबर करती है, कहलाती है
(A) फिक्सेटर
(B) न्यूट्रालाइज़र
(C) स्टैबिलाइज़र
(D) इक्वलाइज़र
66. निम्नलिखित कथन एवं तर्क के आधार पर दिए गए विकल्पों से सही उत्तर का चयन करें :
कथन : सर्वेक्षण तकनीकी जो प्रश्नावली की श्रृंखला का उपयोग इस तरह से करती है कि उत्तरदाता विषयों के बारे में आम सहमति पर पहुँच जाए ।
तर्क : डेल्फी सर्वेक्षण विधि, प्रश्नावली का उपयोग सामान्य सर्वेक्षण से भिन्न तरीके से करती है ।
(A) कथन सत्य है किंतु तर्क, कथन की सही व्याख्या नहीं है
(B) कथन एवं तर्क दोनों गलत हैं
(C) कथन एवं तर्क दोनों सही हैं, तथा तर्क कथन की स्पष्ट व्याख्या है
(D) कथन गलत है किंतु तर्क सही है
67. निम्नलिखित में से कौन-सा शोध समस्या का स्रोत नहीं है ?
(A) अनुसंधान के उद्देश्य
(B) अनुपयोगी सिद्धांत
(C) सम्मेलनों में प्रस्तुत किया गया शोध पत्र
(D) संबंधित साहित्य की समीक्षा
68. निम्नलिखित में से कौन-से शोध का प्रकार उपयोगिता के परिमाण के आधार पर वर्गीकृत किया गया है ?
(A) दार्शनिक अनुसंधान
(B) आधारभूत अनुसंधान
(C) केस अध्ययन अनुसंधान
(D) गुणात्मक अनुसंधान
69. निम्नलिखित में से कौन-सा संबंधित साहित्य के सर्वेक्षण का कारण नहीं है ?
(A) प्रयुक्त परीक्षणों का औचित्य एवं समझ
(B) समस्या से संबंधित अनुसंधान की खोज
(C) अनुसंधान की महत्व की समझ
(D) समान प्रकृति के अध्ययन प्रगति का निर्धारण करना
70. निम्नलिखित में से किसे ऐतिहासिक अनुसंधान में होने वाली चूक नहीं कहेंगे ?
(A) पक्षपात
(B) रिपोर्टिंग में लापरवाही
(C) ऐतिहासिक स्रोतों के अर्थ की गलत समझ
(D) छद्म लेखक द्वारा लिखित दस्तावेज



63. The parts of body that binds the bones together at a joint is called
(A) Tendons
(B) Cartilage
(C) Muscles
(D) Ligaments
64. The cycle with eccentric contraction followed immediately by concentric contraction, is called
(A) E-C cycle
(B) Isotonic cycle
(C) Stretch and hold cycle
(D) Stretch-shortening cycle
65. The role a muscle plays, when it equalizes one or more actions of another against muscle, is called
(A) Fixator
(B) Neutralizer
(C) Stabilizer
(D) Equalizer
66. On the basis of the following statement and reasoning, choose correct answer from the given options :
Statement : Survey technique that uses a series of questionnaires in such a way that the respondents reach a consensus about the subject.
Reasoning : The Delphi survey method uses questionnaires but in a different manner than the typical survey.
(A) Statement is true but reasoning is not the true interpretation of statement
(B) Statement and reasoning both are false
(C) Statement and reasoning both are true and reasoning is clear interpretation of statement
(D) Statement is false but reasoning is true
67. Which of the following is **not** a source of research problem ?
(A) Objectives of research
(B) Unutilised theory
(C) Research paper presented in conference
(D) Review of related literature
68. Which of the following type of research is categorised on the basis of degree of utility ?
(A) Philosophical research
(B) Fundamental research
(C) Case study research
(D) Qualitative research
69. Which of the following is **not** a reason for surveying related literature ?
(A) Justification and understanding of test used
(B) Discover research allied to the problem
(C) Understand the significance of research
(D) Determine if a study of similar nature is in progress
70. Which of the following is **not** a pit-falls in historical research ?
(A) Bias
(B) Carelessness in reporting
(C) Misunderstanding of the meaning of historical sources
(D) Document written by ghost writer



71. वर्तमान में मध्यप्रदेश खेल नीति किस वर्ष से प्रारम्भ हुई ?
(A) 2008
(B) 2005
(C) 2007
(D) 2009

72. सूची - I खेल पुरस्कार का सूची - II आयु सीमा से सही मिलान कीजिये।

सूची - I

- a. विश्वामित्र
b. एकलव्य
c. विक्रम
d. लाईफ टाईम

सूची - II

1. निर्धारित नहीं
2. 40 वर्ष से अधिक
3. अधिकतम 21 वर्ष
4. 21 वर्ष से अधिक

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

73. 2023 तक अन्तर्राष्ट्रीय महिला क्रिकेट में भारत का प्रतिनिधित्व करने वाली मध्यप्रदेश की खिलाड़ी
(A) संध्या अग्रवाल
(B) निधि बुले
(C) पूजा वस्त्राकर
(D) रेखा पुनेकर

74. मध्यप्रदेश राज्य से खेल क्षेत्र में पद्मश्री पुरस्कार, 2024 प्राप्त करने वाले हैं
(A) रोहन मचन्दा
(B) जोसना
(C) गौरव खन्ना
(D) सतेन्द्र सिंह

75. गुरबच्चन सिंह रंधावा किस खेल से संबंधित है ?
(A) हॉकी
(B) निशानेबाजी
(C) एथलेटिक्स
(D) बास्केटबॉल



76. चेतना चोटों के दो स्तरों की निगरानी के लिए डिजाइन की गयी संक्षिप्त नाम AVPU का पूर्ण रूप है
(A) अलार्म, वॉइस, पैन ऐन्ड अनरेस्पॉन्सिव
(B) अलर्ट, वॉइस, पैन ऐन्ड अनरेस्पॉन्सिव
(C) अलर्ट, वॉइस, पैन ऐन्ड अनइंप्रेस्सिव
(D) अलार्म, वॉइस, पैन ऐन्ड अनइंप्रेस्सिव
77. प्रमुख माँसपेशी समूहों के पुनर्वास के मामले में, अमेरिकन कॉलेज ऑफ स्पोर्ट्स मेडिसिन (ACSM) शुरुआती लोगों के लिए सिफारिश करता है
(A) 2-3 दिन प्रति सप्ताह के लिए 4-6 दोहराव के साथ 8-10 अभ्यासों का एक सेट
(B) 2-3 दिन प्रति सप्ताह के लिए 4-8 दोहराव के साथ 8-10 अभ्यासों का एक सेट
(C) 2-3 दिन प्रति सप्ताह के लिए 6-8 दोहराव के साथ 8-10 अभ्यासों का एक सेट
(D) 2-3 दिन प्रति सप्ताह के लिए 8-12 दोहराव के साथ 8-10 अभ्यासों का एक सेट

78. प्रोप्रियोसेप्टिव न्यूरोमस्क्युलर फैसिलिटेशन (PNF) पुनर्वास तकनीक किस दशक में डा. हरमन काबट द्वारा विकसित की गई थी ?
(A) 1920 का दशक
(B) 1930 का दशक
(C) 1940 का दशक
(D) 1950 का दशक



71. When did the Madhya Pradesh latest sports policy started ?
- (A) 2008
(B) 2005
(C) 2007
(D) 2009

72. Match the correct Sports Award given in List – I with Age Limit given in List – II.

List – I	List – II
a. Vishwamitra	1. No limit
b. Eklavya	2. More than 40 years
c. Vikram	3. Maximum 21 years
d. Life time	4. More than 21 years

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

73. International women's cricketer from Madhya Pradesh, representing India upto 2023 is
- (A) Sandhya Agarwal
(B) Nidhi Buley
(C) Pooja Vastrakar
(D) Rekha Punekar

74. The recipient of Padmashri Award, 2024 in the field of sports from the State of Madhya Pradesh is
- (A) Rohan Machanda
(B) Joshna
(C) Gaurav Khanna
(D) Satendra Singh

75. Gurbachan Singh Randhawa is associated with which sports ?
- (A) Hockey
(B) Shooting
(C) Athletics
(D) Basketball

76. Full form of the abbreviation AVPU designed to monitor two levels of consciousness injuries is
- (A) Alarm, Voice, Pain and Unresponsive
(B) Alert, Voice, Pain and Unresponsive
(C) Alert, Voice, Pain and Unimpressive
(D) Alarm, Voice, Pain and Unimpressive

77. In case of rehabilitation of major muscle groups, American College of Sports Medicine (ACSM) recommends for beginners
- (A) One set of 8 – 10 exercises with 4 – 6 repetitions for 2 – 3 days/week
(B) One set of 8 – 10 exercises with 4 – 8 repetitions for 2 – 3 days/week
(C) One set of 8 – 10 exercises with 6 – 8 repetitions for 2 – 3 days/week
(D) One set of 8 – 10 exercises with 8 – 12 repetitions for 2 – 3 days/week

78. Proprioceptive Neuromuscular Facilitation (PNF) rehabilitation technique was developed by Dr. Herman Kabat in the decade
- (A) 1920s Decade
(B) 1930s Decade
(C) 1940s Decade
(D) 1950s Decade





79. सूची - I के पदों को सूची - II से मिलाएँ और नीचे दिए गए कोड का उपयोग करके सही उत्तर चुनें ।

सूची - I	सूची - II
a. एफेलुरेज	1. रगड़ना या दबाना
b. फ्रिक्शन	2. स्ट्राइकिंग, बीटिंग या पर्कशन
c. पेट्रिमेज	3. ग्लाइडिंग या स्ट्रोकिंग
d. टैपोटमेंट	4. निचोड़ना या सानना

कोड :

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



80. अल्ट्रासाउंड एक चिकित्सीय पद्धति है । जिसे निम्न आवृत्ति रेंज में अल्ट्रासोनिक तरंगों का उपयोग करके लागू किया जाता है

- (A) 1.5 – 6.0 मेगाहर्ट्ज
 (B) 2.5 – 6.0 मेगाहर्ट्ज
 (C) 2.5 – 7.0 मेगाहर्ट्ज
 (D) 0.8 – 3.0 मेगाहर्ट्ज

81. एक जिलेटिन जैसा पदार्थ जो कि माँसपेशी के पेशी-तंतुक के बीच के खाली स्थान को भरता है, कहलाता है

- (A) ग्लाइकोजेन
 (B) पेशीद्रव्य
 (C) पेशीद्रव्य जालिका
 (D) सार्कोलेम्मा

82. पेशी-तंतुक की मूल कार्यात्मक इकाई है

- (A) माँसपेशी तंतु
 (B) अनुप्रस्थ नलिका
 (C) प्रेरक तंत्रिकोशिका
 (D) पिशितांश

83. वह हार्मोन जो मानव शरीर में लाल रक्त कणिकाओं के उत्पादन को उत्तेजित करता है

- (A) न्यूट्रोफिल
 (B) इरीथ्रोपोइटिन
 (C) ऑक्सीटोसिन
 (D) एस्ट्रोजन

84. वह संकेत जो एक न्यूरॉन से दूसरे न्यूरॉन तक और अंत में एक अंतिम अंग तक या वापस केंद्रीय तंत्रिका तंत्र तक जाता है, कहलाता है

- (A) तंत्रिका विभव
 (B) सूत्र-युग्मन
 (C) तंत्रिका सरणि
 (D) तंत्रिका आवेग

85. निम्न का सही मिलान कीजिए :

I. तीव्र आपेक्ष तंतु	a. आनुवंशिक रूप से निर्धारित
II. एडेनोसाइन ट्राइफॉस्फेट	b. कमजोर वायुजीवी सहनशीलता
III. माँसपेशी तंतु संयोजन	c. माँसपेशीय क्रिया हेतु ऊर्जा उत्पादन
IV. धीमी आपेक्ष तंतु	d. उच्च स्तर की वायुजीवी सहनशीलता

कूट :

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



79. Match the terms of List – I with that of List – II and select the correct answer using the code given below :

- | List – I | List – II |
|---------------|------------------------------------|
| a. Effleurage | 1. Rubbing or pressing |
| b. Friction | 2. Striking, beating or percussion |
| c. Petrissage | 3. Gliding or stroking |
| d. Tapotement | 4. Squeezing or kneading |

Code :

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

80. Ultrasound is a therapeutic modality which is applied using ultrasonic waves in the frequency range of

- (A) 1.5 – 6.0 MHz
 (B) 2.5 – 6.0 MHz
 (C) 2.5 – 7.0 MHz
 (D) 0.8 – 3.0 MHz



81. A gelatin like substance that fills the spaces between the myofibrils of a muscle is called

- (A) Glycogen
 (B) Sarcoplasm
 (C) Sarcoplasmic reticulum
 (D) Sarcolemma

82. The basic functional unit of a myofibril is the

- (A) Muscle fibre
 (B) Transverse tubule
 (C) Motor neuron
 (D) Sarcomere

83. The hormone that stimulates the production of Red Blood Cells in human body is

- (A) Neutrophil
 (B) Erythropoietin
 (C) Oxytocin
 (D) Estrogen

84. The signal that passes from one neuron to the next neuron and finally to an end organ or back to the central nervous system is known as

- (A) Nerve potential
 (B) Synapse
 (C) Neuro-channel
 (D) Nerve impulse


85. Match the following correctly :

- | | |
|-------------------------------|---|
| I. Fast twitch fibres | a. Genetically determined |
| II. Adenosine triphosphate | b. Poor aerobic endurance |
| III. Muscle fibre composition | c. Production of energy for muscular action |
| IV. Slow twitch fibres | d. High level of aerobic endurance |

Codes :

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



86. कूपर 12 – मिनट रन-वॉक परीक्षण (1977) की वैधता और विश्वसनीयता गुणांक था
- (A) वैधता = 0.94 और विश्वसनीयता = 0.90
(B) वैधता = 0.90 और विश्वसनीयता = 0.94
(C) वैधता = 0.89 और विश्वसनीयता = 0.88
(D) वैधता = 0.90 और विश्वसनीयता = 0.89
87. टटल पल्स रेशियो परीक्षण में, व्यायाम के बाद टटल पल्स रेशियो स्कोर की गणना निम्न द्वारा की जाती है
- (A) पूरे किए गए चरणों को एक मिनट की विश्राम नाड़ी गणना से विभाजित करना
(B) तीन मिनट की नाड़ी गिनती को तीस सेकंड की विश्राम नाड़ी गिनती से विभाजित करना
(C) दो मिनट की नाड़ी गिनती को एक मिनट की विश्राम नाड़ी गिनती से विभाजित करना
(D) एक मिनट की नाड़ी गिनती को आधे मिनट की विश्राम नाड़ी गिनती से विभाजित करना
88. मिलर बैडमिंटन वॉल वॉली परीक्षण में कितने ट्रायल दिए जाते हैं ?
- (A) 02 ट्रायल
(B) 03 ट्रायल
(C) 04 ट्रायल
(D) 05 ट्रायल
89. डायर टेनिस कौशल परीक्षण में फर्श पर अंकित निरोधक रेखा की दूरी दीवार के आधार से कितनी होती है ?
- (A) 06 फीट
(B) 10 फीट
(C) 04 फीट
(D) 05 फीट
90. निम्नलिखित में से कौन-सा परीक्षण आइटम रोजर की शक्ति सूचकांक का गठन नहीं करता है ?
- (A) पकड़ की शक्ति
(B) रक्तचाप
(C) फेफड़े की क्षमता
(D) पैर की शक्ति
91. माँसपेशियों का खिचाव-संकुचन चक्र किस विधि में होता है ?
- (A) सुपर सेट विधि
(B) पिरामिड विधि
(C) प्लायोमेट्रिक्स विधि
(D) संयोजन विधि
92. निष्क्रिय लचीलापन है
- (A) बाहरी मदद से हलचल 
(B) बाहरी मदद के बिना हलचल
(C) गतिशील लचीलापन
(D) मोटर समन्वय पर निर्भर करता है
93. कौन-सी क्षमता खिलाड़ी को बेहतर गुणवत्ता और प्रभाव के साथ गतिविधियों का एक समूह बनाने में सक्षम बनाती है ?
- (A) अनुकूलन क्षमता
(B) लय क्षमता
(C) युग्मन क्षमता
(D) समन्वय क्षमता
94. तकनीक में सुधार के लिए कार्य विधि में क्या शामिल है ?
- (A) अवलोकन
(B) सहयोग
(C) स्पष्टीकरण
(D) प्रदर्शन



86. The validity and reliability coefficient of Cooper 12 – minute run-walk test (1977) was
- (A) Validity = 0.94 and Reliability = 0.90
 - (B) Validity = 0.90 and Reliability = 0.94
 - (C) Validity = 0.89 and Reliability = 0.88
 - (D) Validity = 0.90 and Reliability = 0.89
87. In Tuttle Pulse Ratio test, after exercise the Tuttle Pulse Ratio score is computed by
- (A) Dividing the steps completed by one minute resting pulse count
 - (B) Dividing the three minutes pulse count by thirty seconds resting pulse count
 - (C) Dividing the two minutes pulse count by one minute resting pulse count
 - (D) Dividing the one minute pulse count by half minute resting pulse count
88. How many trials are given in Miller Badminton wall volley test ?
- (A) 02 Trials
 - (B) 03 Trials
 - (C) 04 Trials
 - (D) 05 Trials
89. What is the distance of restraining line marked on the floor from the base of the wall in Dyer Tennis skill test ?
- (A) 06 feet
 - (B) 10 feet
 - (C) 04 feet
 - (D) 05 feet
90. Which of the following test items does **not** constitute Roger's Strength Index ?
- (A) Grip strength
 - (B) Blood pressure
 - (C) Lung capacity
 - (D) Leg strength
91. Stretch-Shortening cycle of muscle happens in
- (A) Super set method
 - (B) Pyramid method
 - (C) Plyometrics method
 - (D) Combination method
92. Passive flexibility is
- (A) Movements with external help
 - (B) Movements without external help
 - (C) Dynamic flexibility
 - (D) Depends motor co-ordination
93. Abilities enable the sportsman to do a group of movements with better quality and effect
- (A) Adaptation abilities
 - (B) Rhythm abilities
 - (C) Coupling abilities
 - (D) Co-ordination abilities
94. Task method for improvement of technique includes
- (A) Observation
 - (B) Co-operation
 - (C) Explanation
 - (D) Demonstration



95. सबसे लम्बा प्रशिक्षण चक्र कौन-सा है ?
(A) मेसो चक्र
(B) मैक्रो चक्र
(C) सूक्ष्म चक्र
(D) ऋतु चक्र
96. LAN को WAN से जोड़ने के लिए किस उपकरण का प्रयोग किया जाता है ?
(A) हब
(B) स्विच
(C) ब्रिज
(D) राउटर
97. माध्य विचलन का दूसरा नाम है
(A) औसत विचलन
(B) चतुर्थक विचलन
(C) मानक विचलन
(D) सहसंबंध
98. अन्य चरों के प्रभाव को आंशिक रूप से समाप्त करने के बाद दो चरों के बीच रेखीय संबंध को इस प्रकार से परिभाषित किया जाता है
(A) आंशिक सहसंबंध
(B) रेखीय सहसंबंध
(C) एकाधिक सहसंबंध
(D) रैंक सहसंबंध
99. मोड वह मान है जिसकी वितरण में _____ आवृत्ति होती है ।
(A) एक दम सही
(B) न्यूनतम
(C) अधिकतम
(D) शून्य
100. सहसंबंध के सकारात्मक मान का अर्थ सकारात्मक सहसंबंध है जब
(A) 'X' घटता है और 'Y' बढ़ता है
(B) 'X' बढ़ता है और 'Y' बढ़ता है
(C) 'X' बढ़ता है और 'Y' घटता है
(D) उपरोक्त में से कोई नहीं
101. छोटे संगठनों में कंप्यूटर और कापी मशीन जैसे उपकरण विभागीय कार्यालय स्थान की बजाय _____ रूप से स्थित हो सकते हैं ।
(A) खेल कक्ष
(B) केन्द्रीय
(C) प्रधानाचार्य कार्यालय
(D) लाइब्रेरी
102. नेताजी सुभाष राष्ट्रीय खेल संस्थान पटियाला कौन-सा कार्य नहीं किया जाता है ?
(A) ग्रामीण खेलों का आयोजन करना
(B) राष्ट्रीय महिला खेल प्रतियोगिताओं का आयोजन कराना
(C) स्कूली प्रतियोगिताओं का आयोजन कराना
(D) खेल कूद से सम्बन्धित साहित्य प्रकाशित करना
103. आज के राष्ट्रमण्डल खेल को किस नाम से जाना जाता था ?
(A) ब्रिटिश साम्राज्य का तृतीय त्यौहार
(B) ब्रिटिश साम्राज्य का पाँचवां त्यौहार
(C) ब्रिटिश साम्राज्य का पहला त्यौहार
(D) ब्रिटिश साम्राज्य का दूसरा त्यौहार





95. The longest training cycle is
(A) Meso cycle
(B) Macro cycle
(C) Micro cycle
(D) Season cycle
96. Which device is used to connect a LAN to a WAN ?
(A) HUB
(B) Switch
(C) Bridge
(D) Router
97. The other name of mean deviation is
(A) Average deviation
(B) Quartile deviation
(C) Standard deviation
(D) Correlation
98. Linear relation between two variables after partialling out the effect of other variable is defined as
(A) Partial correlation
(B) Linear correlation
(C) Multiple correlation
(D) Rank correlation
99. Mode is that value which has _____ frequency in distribution.
(A) Exact
(B) Minimum
(C) Maximum
(D) Zero
100. A positive value of correlation (r) means positive correlation when
(A) 'X' decreases, 'Y' tends to increase
(B) 'X' increases, 'Y' tends to increase
(C) 'X' increases, and 'Y' tends to decrease
(D) None of the above
101. In smaller organisation, equipment such as computers and copying machines might be located _____ rather than in departmental office space.
(A) Sports room
(B) Centrally
(C) Principal office
(D) Library
102. Which of the following work is **not** done in Netaji Subhas National Institution of Sports Patiala ?
(A) Organisation of rural games
(B) Organisation of women national sports tournaments
(C) Organisation of school tournaments
(D) Publish literature related to sports activities
103. Today's Commonwealth Games was known as
(A) The third festival of British Empire
(B) The fifth festival of British Empire
(C) The first festival of British Empire
(D) The second festival of British Empire





104. शब्द 'चेज़र' किस खेल से सम्बन्धित है ?

- (A) खो-खो
- (B) कबड्डी
- (C) फुटबाल
- (D) बास्केटबाल

105. भारतीय ओलम्पिक संघ का चुनाव हर कितने साल में होता है ?

- (A) 6
- (B) 4
- (C) 3
- (D) 2

106. माँसपेशी की वह जोड़ी जो कि ह्यूमरस अस्थि की अभिवर्तन गतिविधि के लिए उत्तरदायी होती है

- (A) डेल्टॉइड एवं ट्रैपेजियस
- (B) डेल्टॉइड एवं पैक्टोरेलिस मेजर
- (C) पैक्टोरेलिस मेजर एवं लैटिसिमस डॉर्साइ
- (D) लैटिसिमस डॉर्साइ एवं डेल्टॉइड

107. अपकेंद्रीय बल को कहा जाता है

- (A) युग्मन बल
- (B) केंद्रीय बल
- (C) स्पर्शी बल
- (D) जावक बल

108. शरीर रचना रूप में, समक्षेत्र है एक

- (A) अक्ष के साथ सतह
- (B) समान-विमितीय सतह
- (C) त्रि-विमितीय सतह
- (D) द्वि-विमितीय सतह

109. एक टेनिस खिलाड़ी सर्विस के निष्पादन के दौरान शारीरिक उत्तोलक की प्रभावशीलता को अधिकतम करता है

- (A) सर्विस निष्पादन के दौरान सर्विस करने वाले बाहु को संकुचित करने से
- (B) सर्विस करने वाले बाहु को पूर्ण प्रसारण कर एवं शरीर की अनुप्रस्थ तल में आवर्ती कर गेंद पर प्रहार करने से
- (C) सर्विस करने वाले बाहु को पूर्ण प्रसारण कर एवं शरीर की अग्रगामी तल में आवर्ती कर गेंद पर प्रहार करने से
- (D) सर्विस का निष्पादन करते हुए घूर्णन की त्रिज्या छोटी करने से



110. अनुप्रस्थ तल में अग्रबाहु के बाहरी एवं आंतरिक घूर्णनों को क्रमशः कहा जाता है

- (A) उत्तानन एवं अवतानन
- (B) बहिर्वर्तन एवं उत्क्रमण
- (C) उत्तानन एवं घूर्णन
- (D) मध्यवर्ती घूर्णन एवं मध्यवर्ती प्रसारण

111. "व्यवहार में बदलाव लाना और अधिक शारीरिक रूप से सक्रिय जीवन शैली की ओर बढ़ना है" यह मिशन

- (A) खेलो इन्डिया मूवमेंट
- (B) फिट इन्डिया मूवमेंट
- (C) ओलम्पिक मूवमेंट
- (D) मध्यप्रदेश खेल नीति



104. Term 'Chaser' is associated with which game ?
(A) Kho-Kho
(B) Kabaddi
(C) Football
(D) Basketball
105. In how many years are the election of the Indian Olympic Association held ?
(A) 6
(B) 4
(C) 3
(D) 2
106. The pair of muscles responsible for the adduction movement of the humerus bone
(A) Deltoid and Trapezius
(B) Deltoid and Pectoralis Major
(C) Pectoralis Major and Latissimus Dorsi
(D) Latissimus Dorsi and Deltoid
107. The centrifugal force is known as
(A) Coupling force
(B) Central force
(C) Tangent force
(D) Outward force
108. Anatomically, a plane is a
(A) Surface with an axis
(B) Equal-dimensional surface
(C) Three-dimensional surface
(D) Two-dimensional surface
109. A tennis player maximize the effectiveness of anatomical lever during the execution of the service
(A) By keeping the serving arm flexed during execution of service
(B) By striking the ball with full extended service arm and rotating the body in transverse plane
(C) By striking the ball with full extended service arm and rotating the body in frontal plane
(D) By keeping the shorter radius of rotation while execution of service
110. The outward and inward rotations of the forearm in transverse plane are respectively known as
(A) Supination and pronation
(B) Eversion and inversion
(C) Supination and rotation
(D) Medial rotation and medial extension
111. "To bring about behavioural changes and move towards a more physically active life style" is the mission of
(A) Khelo India Movement
(B) Fit India Movement
(C) Olympic Movement
(D) Sports Policy of Madhya Pradesh



112. सूची – I खेलों के अर्जुन पुरस्कृत वर्ष 2023 से सूची – II के खिलाड़ियों से मिलान कीजिये ।

सूची – I

- क्रिकेट
- गोल्फ
- कबड्डी
- एथलेटिक्स

सूची – II

- मोहम्मद शमी
- मुरली श्रीशंकर
- दिक्षा डागर
- रीतु नेगी

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

113. विभिन्न भारतीय खेल संघों की स्थापना को कालानुक्रमिक क्रम (पूर्व से वर्तमान) में बताइये ।

- बी. एफ. आई.
- वी. एफ. आई.
- ए. के. एफ. आई.
- ए. आई. एफ. एफ.

- (A) b, a, c, d
(B) d, a, b, c
(C) a, c, b, d
(D) c, b, a, d

114. फिट इंडिया मूवमेन्ट कब प्रारम्भ हुआ ?

- (A) 29 अगस्त 2019
(B) 21 जून 2019
(C) 21 जून 2020
(D) 30 नवम्बर 2020

115. फिट इंडिया अभियान के फिटनेस मन्त्रा के तहत लोगों की दिन-प्रतिदिन शारीरिक गतिविधियों की अवधि कितनी होनी चाहिए ?

- (A) 30 – 60 मिनट
(B) 30 – 40 मिनट
(C) 30 – 50 मिनट
(D) 20 – 30 मिनट

116. मुख्य कार्बन श्रृंखला के साथ एक या अधिक दोहरे बंधन वाले वसायुक्त अम्ल को वर्गीकृत किया जाता है

- (A) संतृप्त वसायुक्त अम्ल
(B) असंतृप्त वसायुक्त अम्ल
(C) हाइड्रोजनीकरण
(D) लिनोलिक अम्ल

117. व्यायाम के दौरान प्रोटीन का टूटना तब स्पष्ट हो जाता है, जब शरीर में कार्बोहाइड्रेट भंडार _____ होता है ।

- (A) कम
(B) उच्च
(C) खाली
(D) संतुलित

118. वह तकनीक, जिसमें मांसपेशीय दुर्विकास के अध्ययन हेतु एक छोटे चीरे के माध्यम से सूक्ष्म मांसपेशीय ऊतक का भाग निकाला जाता है, कहलाती है

- (A) मांसपेशी डेक्टोमी
(B) मांसपेशी फाइब्रेनोमी
(C) कार्वोनेन विधि
(D) सूई बायोप्सी





112. Match the sports given in List – I with Arjun Awardees sportsman of year 2023 given in List – II.

List – I

a. Cricket

b. Golf

c. Kabaddi

d. Athletics

List – II

1. Mohd. Shami

2. Murali

Sreeshankar

3. Diksha Dagar

4. Ritu Negi

(A) a – 1, b – 3, c – 4, d – 2

(B) a – 1, b – 2, c – 3, d – 4

(C) a – 1, b – 4, c – 2, d – 3

(D) a – 1, b – 3, c – 2, d – 4

113. Find out the right chronological order (past to latest) of the establishment of various sports federation in India.

a. BFI

b. VFI

c. AKFI

d. AIFF

(A) b, a, c, d

(B) d, a, b, c

(C) a, c, b, d

(D) c, b, a, d



114. The Fit India Movement was started on

(A) 29 August 2019

(B) 21 June 2019

(C) 21 June 2020

(D) 30 November 2020

115. What is the duration of physical activities in people's day to day lives in Fit India Mission under Fitness Mantra ?

(A) 30 – 60 Minutes

(B) 30 – 40 Minutes

(C) 30 – 50 Minutes

(D) 20 – 30 Minutes

116. Fatty acids containing one or more double bonds along the main carbon chain are classified as

(A) Saturated fatty acid

(B) Unsaturated fatty acid

(C) Hydrogenation

(D) Linoleic acid

117. Protein breakdown during exercise becomes apparent when the body carbohydrate reserves are

(A) Low

(B) High

(C) Empty

(D) Balanced

118. The technique which involves withdrawing a tiny sample of muscle tissue through a small incision, to study muscular dystrophy is known as


(A) Muscle dectomy

(B) Muscle fibrenomy

(C) Karvonen method

(D) Needle biopsy



119. वह प्रक्रिया जिसके द्वारा प्रोटीन या चर्बी को ग्लूकोज़ में परिवर्तित किया जाता है, कहलाता है
- (A) ग्लाइकोजेनोलिसिस
(B) ग्लाइकोजेनेसिस
(C) लिपोजेनेसिस
(D) ग्लूकोनियोजेनेसिस
120. वह दशा जिसमें व्यक्ति का अपनी माँसपेशीय गतिविधि पर न्यूनतम या कोई नियन्त्रण नहीं होता है, कहलाता है
- (A) मस्तिष्क पक्षाघात
(B) माँसपेशीय दुर्बिकास
(C) डिस्टोनिया
(D) पेशी विकृति
121. बास्केट बाल कोर्ट का आयाम
- (A) 29 मी. × 14 मी.
(B) 28 मी. × 15 मी.
(C) 30 मी. × 16 मी.
(D) 25 मी. × 14 मी.
122. अंतः परिसर प्रतियोगिता के लिए अंतः परिसर निर्देशक कौन होंगे ?
- (A) संस्था प्रमुख
(B) स्वास्थ्य अधिकारी
(C) छात्र कल्याण अधिष्ठाता
(D) शारीरिक शिक्षा विभाग के वरिष्ठ शिक्षक
123. नाक आऊट अथवा सडनडेथ प्रतियोगिता को _____ के रूप में भी जाना जाता है ।
- (A) डबल एलिमिनेशन टूर्नामेन्ट
(B) सिंगल एलिमिनेशन टूर्नामेन्ट 
(C) राउंड रोबिन टूर्नामेन्ट
(D) संयोजन टूर्नामेन्ट
124. खेल उपकरण प्रबंधन साफ्टवेयर की प्रमुख विशेषताएँ हैं
- (A) सुव्यवस्थित खरीद करना
(B) अनुकूलित बारकोड उत्पन्न करना
(C) समय पर रखरखाव शेड्यूल करना
(D) उपरोक्त सभी
125. सुविधा प्रबन्धन एक महत्वपूर्ण प्रबन्धकीय जिम्मेदारी है, जिसकी योजना के लिए निम्न आधार की आवश्यकता है
- (A) शारीरिक-शिक्षा, मनोरंजन एवं खेल
(B) स्कूल और समुदाय की जरूरत
(C) स्वास्थ्य, सुरक्षा एवं संरक्षण
(D) उपरोक्त सभी
126. _____ शिक्षा की एक प्रक्रिया है जो माप तकनीकों के माध्यम से परिणाम और प्रक्रिया से एकत्रित आँकड़ों का उपयोग करती है ।
- (A) परीक्षण
(B) मापन
(C) मूल्यांकन
(D) अधिगम




119. The process by which protein or fat is converted into glucose is called
- (A) Glycogenolysis
 - (B) Glycogenesis
 - (C) Lipogenesis
 - (D) Gluconeogenesis
120. The condition in which the person has little or no control over the movement of his muscle is
- (A) Cerebral palsy
 - (B) Muscular dystrophy
 - (C) Dystonia
 - (D) Myopathy
121. Dimension of basketball court is
- (A) 29 mt × 14 mt
 - (B) 28 mt × 15 mt
 - (C) 30 mt × 16 mt
 - (D) 25 mt × 14 mt
122. Who will be the intramural director for the intramural tournament ?
- (A) Head of the Institution
 - (B) Medical Officer
 - (C) Dean of student welfare
 - (D) Senior faculty of Physical Education
123. Knock out or sudden-death tournament is also known as
- (A) Double elimination tournament
 - (B) Single elimination tournament
 - (C) Round robin tournament
 - (D) Combination tournament
124. Key features of sports equipment management software are
- (A) Run streamlined procurement
 - (B) Generate customised barcodes
 - (C) Timely maintain schedule
 - (D) All of the above
125. Facility management is an important managerial responsibility which require planning based on
- (A) Physical Education, recreation and sports
 - (B) School and community need
 - (C) Health, safety and security
 - (D) All of the above
126. _____ is a process of education that uses data gathered from the product and process by means of measurement techniques.
- (A) Test
 - (B) Measurement
 - (C) Evaluation
 - (D) Learning



127. परीक्षण, मापन एवं मूल्यांकन का मूल कार्य है
- (A) इमेजरी निर्णय को ठोस मूल्य स्कोर में परिवर्तित करना
- (B) मापे गए मूल्य की तुलना करना
- (C) परीक्षण निर्माता की विशेषज्ञता के स्तर को बढ़ाना
- (D) परीक्षकों की योग्यता को तार्किक महत्त्व प्रदान करना
128. विश्वसनीयता स्थापित करने की एक विधि जो दूसरे परीक्षण प्रशासन के दौरान छात्रों के कुछ हित कारक का त्याग करती है
- (A) अर्द्ध विच्छेद विधि
- (B) परीक्षण-पुनः परीक्षण विधि
- (C) समांतर प्रारूप
- (D) मानक
129. परीक्षण आयोजित करते समय निम्नलिखित में से किस बिन्दु पर विचार नहीं करना चाहिए ?
- (A) प्रत्येक परीक्षण में केवल एक कारक को मापना चाहिए ।
- (B) परीक्षण के लिए एथलीट की ओर से किसी तकनीकी योग्यता की आवश्यकता होनी चाहिए (जब तक कि इसका उपयोग तकनीक का आकलन करने के लिए किया जा रहा हो) ।
- (C) यह सुनिश्चित करने के लिए ध्यान रखा जाना चाहिए कि एथलीट ठीक से समझता है कि उससे क्या आवश्यक है, क्या मापा जा रहा है और क्यों ?
- (D) परीक्षण प्रक्रिया को प्रबंधन, संगठन और पर्यावरणीय परिस्थितियों के संदर्भ में सख्ती से मानकीकृत किया जाना चाहिए ।
130. सार परीक्षण से संबंधित है
- (A) पूर्वकथनात्मक वैधता
- (B) विषयगत वैधता
- (C) समवर्ती वैधता
- (D) संरचनात्मक वैधता
131. वह उपकरण जो कम्प्यूटर को टेलीफोन लाइन से संचार करने और इन्टरनेट से कनेक्ट करने में सक्षम बनाता है, वह कहलाता है
- (A) मोडम
- (B) केबल
- (C) बैट्री
- (D) बी.आई.ओ.एस.
132. रैंक सहसंबंध को _____ अक्षर द्वारा दर्शाया जाता है ।
- (A) ρ (रो)
- (B) α (अल्फा)
- (C) β (बीटा)
- (D) ϕ (फाई)
133. किसी विद्यार्थी को प्रेरित करने के लिए 0 से 100 तक पैमाने का उपयोग करके किसी भी परीक्षण जैसे सिट्-अप्स, पुल-अप्स एवं पुश-अप्स आदि के प्रदर्शन के स्कोर में परिवर्तित करने की आवश्यकता होती है । ऐसे प्रदर्शन का रूपांतरण कहलाता है
- (A) नमूना
- (B) सहसंबंध
- (C) पैमाना
- (D) मानदंड



127. The basic function of test, measurement and evaluation is
- (A) To convert imagery judgement to concrete value score
 - (B) To compared the measured values
 - (C) To increase the level of expertise of the test constructor
 - (D) To provide logical weightage to testers competency
128. A method of establishing reliability which sacrifices some of the interest factor of the students during the second administration of test is
- (A) Split Halves method
 - (B) Test-Retest method
 - (C) Parallel forms 
 - (D) Norms
129. In conducting tests which point should **not** be considered from the following ?
- (A) Each test should measure one factor only.
 - (B) The test should require any technical competence on the part of the athlete (unless it is being used to assess technique).
 - (C) Care should be taken to make sure that the athlete understands exactly what is required of him/her, what is being measured and why ?
 - (D) The test procedure should be strictly standardized in terms of administration, organisation and environmental conditions.
130. Abstract tests are related with
- (A) Predictive validity
 - (B) Content validity
 - (C) Concurrent validity
 - (D) Construct validity
131. Device that enables the computer to use a telephone line to communicate and connect to the internet is known as
- (A) Modem
 - (B) Cable
 - (C) Battery
 - (D) BIOS
132. Rank correlation is represented by letter
- (A) ρ (rho)
 - (B) α (alpha)
 - (C) β (beta)
 - (D) ϕ (phi)
133. Performance on any test like sit-ups, pull-ups and push-ups etc. need to be converted into a score by using a numbers ranging from 0 to 100 to motivate a student. Conversion of such performance is known as
- (A) Sample
 - (B) Correlation
 - (C) Scale
 - (D) Norms



134. एक विशेषता/गुण _____ का एक विशिष्ट मान है ।
(A) अंक
(B) नमूना
(C) चर
(D) पैमाना
135. सांख्यिकी को _____ का विज्ञान के नाम से भी पुकारा जाता है ।
(A) प्रदर्शन
(B) अभ्यास
(C) औसत
(D) स्टान्डर्ड एरर
136. व्यायाम के दौरान सांस फूलने की अनुभूति को क्या कहा जाता है ?
(A) ब्रोन्कोस्पास्म
(B) हाइपोक्सिया
(C) एम्नेसिया
(D) डिस्पनिया
137. स्थानीय रूप से संग्रहीत वसा को कम करने के लिए शरीर के एक विशिष्ट क्षेत्र का व्यायाम करने के अभ्यास को कहा जाता है
(A) फैट डिडक्शन
(B) फैट डाइल्यूशन
(C) फैट स्ट्रीक
(D) स्पॉट रिडक्शन
138. कौन-सा आवश्यक अमीनो एसिड शिशुओं द्वारा संश्लेषित नहीं किया जा सकता है ?
(A) हिस्टिडीन
(B) आइसोल्यूसिन
(C) थ्रेओनीन
(D) लाइसिन
139. कोशिका द्रव्य में ग्लाइकोलाइसिस की अभिक्रियाओं में सबस्ट्रेट-स्तरीय फॉस्फोराइलेशन की अवायवीय प्रक्रिया में _____ ए.टी.पी. का निर्माण होता है ।
(A) 2
(B) 3
(C) 6
(D) 9
140. शरीर क्रिया विज्ञान मानव अंगों के _____ का अध्ययन है ।
(A) चाल
(B) संरचना
(C) यांत्रिकी
(D) कार्य
141. न्यूटन मोटर क्षमता परीक्षण में अन्तः कितने परीक्षण आइटमों पर विचार करता है ?
(A) 03
(B) 06
(C) 05
(D) 04
142. आइसोकाइनेटिक प्रशिक्षण सुधार की एक विधि है
(A) सहनशीलता
(B) गति
(C) शक्ति
(D) लचीलापन
143. एस.ए.आई. हॉकी कौशल परीक्षण में निरोधक रेखा से लक्ष्य (गोल) साधने की दूरी कितनी होती है ?
(A) 09
(B) 07
(C) 08
(D) 10





134. An attribute is a specific value on a
(A) Score
(B) Sample
(C) Variable
(D) Scale
135. Statistics is rightly called as the science of
(A) Performance
(B) Practice
(C) Averages
(D) Standard error
136. The sensation of shortness of breath during exercise is called
(A) Bronchospasm
(B) Hypoxia
(C) Amnesia
(D) Dyspnea
137. The practice of exercising a specific area of the body to reduce locally stored fat is called
(A) Fat deduction
(B) Fat dilution
(C) Fat streak
(D) Spot reduction
138. Which essential amino acids **cannot** be synthesized by infants ?
(A) Histidine
(B) Isoleucine
(C) Threonine
(D) Lysine
139. In the reactions of glycolysis in the cell cytoplasm, _____ ATP are formed in the anaerobic process of substrate-level phosphorylation.
(A) 2
(B) 3
(C) 6
(D) 9
140. Physiology is the study of _____ of human organ.
(A) Movement
(B) Structure
(C) Mechanics
(D) Functions
141. How many test items does Newton Motor Ability Test finally considered ?
(A) 03
(B) 06
(C) 05
(D) 04
142. Isokinetic training is a method to improve
(A) Endurance
(B) Speed
(C) Strength
(D) Flexibility
143. What is the distance of shooting target (goal) from the restraining line in S.A.I. Hockey skill test ?
(A) 09
(B) 07
(C) 08
(D) 10





144. फ्रेंच शॉर्ट सर्व परीक्षण में, कुल कितने सर्व का प्रयास किया जाता है ?
- (A) 15
(B) 05
(C) 20
(D) 10
145. निम्नलिखित में से कौन-सा परीक्षण आइटम ए.ए.एच.पी.ई.आर. फुटबॉल कौशल परीक्षण का गठन नहीं करता है ?
- (A) दूरी के लिए सीधा पास
(B) साइड शॉट
(C) चकमा देकर भागना
(D) पुल्ल-आउट
146. सर्वेक्षण अनुसंधान के चरणों का सही क्रम का चुनाव करें :
1. तथ्यों को एकत्रित करना ।
 2. सर्वेक्षण की योजना ।
 3. तथ्यों का प्रस्तुतिकरण ।
 4. तथ्यों का विश्लेषण ।
- (A) 2, 1, 3 एवं 4
(B) 1, 2, 4 एवं 3
(C) 2, 1, 4 एवं 3
(D) उपरोक्त में से कोई नहीं
147. तत्वमीमांसा को 'प्रथम दर्शन' किसने कहा ?
- (A) अरस्तू
(B) सुकरात
(C) प्लेटो
(D) थेल्स
148. निम्नलिखित में से कौन-सा अनुसंधान के सर्वेक्षण की विधि नहीं है ?
1. प्रश्नावली विधि
 2. साक्षात्कार विधि
 3. डेल्फी विधि
 4. मानक विधि
 5. विकासात्मक विधि
 6. प्रतिनिध्यात्मक विधि
- (A) 1 एवं 5
(B) 3 एवं 4
(C) 2 एवं 6
(D) 5 एवं 6
149. अध्ययन के क्षेत्र में अनुसंधानकर्ता द्वारा लगाया गया नियंत्रण कहलाता है
- (A) सीमांकन
(B) हद
(C) पुर्वानुमान
(D) वैकल्पिक परिकल्पना
150. निम्नलिखित में से कौन-सा शोध की विशेषता नहीं है ?
- (A) यह एक समस्या को संदर्भित करता है
(B) यह संबंधित साहित्य की समीक्षाओं पर निर्भर करता है
(C) यह प्राकृतिक रूप से व्यवस्थित है
(D) यह समाधान की ओर ले जाता है





144. In French short serve test, how many serves are attempted ?
- (A) 15
(B) 05
(C) 20
(D) 10
145. Which of the following test items does **not** constitute AAHPER Football skill test ?
- (A) Forward pass for distance
(B) Side shot
(C) Dodging run
(D) Pull-out
146. Choose the correct sequence of steps in conducting a survey research :
1. Collecting the facts
 2. Planning a survey
 3. Presenting the facts
 4. Analysing the facts
- (A) 2, 1, 3 and 4
(B) 1, 2, 4 and 3
(C) 2, 1, 4 and 3
(D) None of the above
147. Who called meta-physics a 'First Philosophy' ?
- (A) Aristotle
(B) Socrates
(C) Plato
(D) Thales
148. Which of the following is **not** a type of survey method in research ?
1. The questionnaire method
 2. Interview method
 3. Delphi method
 4. Normative method
 5. Developmental method
 6. Cross-sectional method
- (A) 1 and 5
(B) 3 and 4
(C) 2 and 6
(D) 5 and 6
149. A control imposed by the researcher in the scope of the study, known as
- (A) Delimitation
(B) Limitation
(C) Assumption
(D) Alternate hypothesis
150. Which of the following is **not** the characteristics of research ?
- (A) It refers to a problem
(B) It depends on review of related literature
(C) It is systematic in nature
(D) It leads to solution



रफ़ कार्य / ROUGH WORK



रफ़ कार्य / ROUGH WORK



रफ़ कार्य / ROUGH WORK



SEAL