Adda247
GET IT ON Google Play

रेलवे भर्ती बोर्ड / RAILWAY RECRUITMENT BOARD

CEN 07/2024 - मिनिस्ट्रियल और आइसोलेटेड कोटियाँ / CEN 07/2024 - Ministerial & Isolated Categories

सत्यमेव जयते

Test Date	12/09/2025
Test Time	4:30 PM - 6:00 PM
Subject	Physical Training Instructor

* Note
Correct Answer will carry 1 mark per Question.
Incorrect Answer will carry 1/3 Negative mark per Question.

1. Options shown in green color with a tick icon are correct.
2. Chosen option on the right of the question indicates the option selected by the candidate.

Section : **Professional Ability**

Q.1 किसी वयस्क के संदर्भ में किस गतिविधि में प्रति घंटे सबसे अधिक कैलोरी बर्न होती है?

Ans
- ✗ A. शयन
- ✗ B. 3 km/hr की चाल से चलने
- ✗ C. शांतिपूर्वक बैठने
- ✓ D. 8 km/hr की चाल से जॉगिंग

Q.2 शारीरिक शिक्षा में प्रगति के सिद्धांत (principle of progression) से क्या तात्पर्य है?

Ans
- ✗ A. थक जाने पर व्यायाम बंद कर देना चाहिए
- ✗ B. त्वरित परिणामों के लिए प्रशिक्षण भार में अचानक वृद्धि
- ✓ C. प्रदर्शन में सुधार के लिए कार्यभार में क्रमिक वृद्धि
- ✗ D. प्रशिक्षण सभी के लिए समान होना चाहिए

Q.3 ऑक्सीजन को अंदर लेने और कार्बन डाइऑक्साइड को बाहर छोड़ने की प्रक्रिया को ________ कहा जाता है।

Ans
- ✗ A. उत्सर्जन
- ✓ B. श्वसन
- ✗ C. पाचन
- ✗ D. परिसंचरण

Q.4 निम्नलिखित में से कौन-सा, मानव शरीर में सही पदानुक्रमिक व्यवस्था है?

Ans
- ✗ A. तंत्र → अंग → कोशिका → ऊतक
- ✗ B. अंग → ऊतक → कोशिका → तंत्र
- ✓ C. कोशिका → ऊतक → अंग → तंत्र
- ✗ D. ऊतक → अंग → तंत्र → कोशिका

Q.5 शारीरिक शिक्षा और खेल के संदर्भ में, निम्नलिखित में से कौन-सा विकल्प व्यवसायिक स्वस्थवृत्त का सर्वोत्तम वर्णन करता है?

Ans
- ✓ A. पर्यावरणीय और कार्यस्थल कारकों को नियंत्रित करके स्वास्थ्य जोखिमों को रोकने का अभ्यास
- ✗ B. प्रतियोगिता में एथलेटिक प्रदर्शन का मापन
- ✗ C. व्यायाम के दौरान पेशियों की वृद्धि का अध्ययन
- ✗ D. एथलीटों के लिए प्रशिक्षण कार्यक्रम की योजना बनाना

Adda247

Test Prime

ALL EXAMS, ONE SUBSCRIPTION

1,00,000+ Mock Tests

Personalised Report Card

Unlimited Re-Attempt

600+ Exam Covered

25,000+ Previous Year Papers

500% Refund

ATTEMPT FREE MOCK NOW

Q.6 निम्नलिखित में से कौन-सा, खेल-कूद में एक आंतरिक प्रोत्साहन है?

Ans
- ✗ A. छात्रवृत्ति अनुदान
- ✓ B. आत्म-सुधार और आनंद
- ✗ C. वित्तीय पारितोषिक
- ✗ D. कोच से प्रशंसा

Q.7 IOC की स्थापना किसने की?

Ans
- ✓ A. बैरन पियरे डी कुबेर्टिन (Baron Pierre de Coubertin)
- ✗ B. जुआन एंटोनियो समरंच (Juan Antonio Samaranch)
- ✗ C. विलियम पेनी ब्रूक्स (William Penny Brookes)
- ✗ D. एवरी ब्रुनडेज (Avery Brundage)

Q.8 निम्नलिखित में से कौन-सा खेल, आक्रमण खेल (invasion game) के रूप में वर्गीकृत है?

Ans
- ✗ A. जिमनास्टिक्स
- ✓ B. कबड्डी
- ✗ C. बैडमिंटन
- ✗ D. तैराकी

Q.9 निम्नलिखित में से कौन-सा विकल्प मानव शरीरक्रिया विज्ञान में ऊर्जा संतुलन समीकरण के सही सूत्र को सर्वोत्तम रूप से निरूपित करता है?

Ans
- ✗ A. ऊर्जा अंतर्ग्रहण + ऊर्जा व्यय = ऊर्जा संतुलन
- ✗ B. ऊर्जा अंतर्ग्रहण ÷ ऊर्जा व्यय = ऊर्जा संतुलन
- ✗ C. ऊर्जा अंतर्ग्रहण × ऊर्जा व्यय = ऊर्जा संतुलन
- ✓ D. ऊर्जा अंतर्ग्रहण – ऊर्जा व्यय = ऊर्जा संतुलन

Q.10 कुब्जता (kyphosis) के लिए कौन-सा, सुधारार्थ व्यायाम सर्वोत्तम है?

Ans
- ✗ A. पैर की उंगलियों को उठाना (Toe raises)
- ✗ B. साइड लंजेस (Side lunges)
- ✗ C. आगे की ओर झुकना (Forward bends)
- ✓ D. बैक एक्सटेंशन व्यायाम (Back extension exercises)

Q.11 निम्नलिखित में से कौन-सा कथन सकारात्मक जीवनशैली के संबंध में कल्याण की संकल्पना का सर्वोत्तम वर्णन करता है?

Ans
- ✓ A. शारीरिक, मानसिक और सामाजिक कल्याण का समग्र एकीकरण
- ✗ B. रोग का अभाव
- ✗ C. आहार संबंधी नियमों का सख्त पालन
- ✗ D. बिना थके दैनिक कार्य करने की क्षमता

Q.12 मानव शरीर में तापनियमन का मुख्य केंद्र ____________ में स्थित होता है।

Ans
- ✗ A. मेडुला ऑब्लांगेटा (medulla oblongata)
- ✓ B. हाइपोथैलेमस (hypothalamus)
- ✗ C. सेरिबेलम (cerebellum)
- ✗ D. सेरिब्रम (cerebrum)

Q.13 टेपिंग (Taping) और ब्रेसिंग (bracing) का उपयोग मुख्यत: चोट के उपचार में किस लिए किया जाता है?

Ans
- ✗ A. पेशीय वृद्धि में तेजी लाने के लिए
- ✓ B. सहायता प्रदान करने और पुनः चोट लगने से बचाने के लिए
- ✗ C. सामर्थ्य में अविलम्ब वृद्धि करने के लिए
- ✗ D. लचीलेपन को स्थायी रूप से कम करने के लिए

Adda247

Q.14 किस प्रकार की पेशी अनैच्छिक होती है और आंतरिक अंगों की भित्तियों में पाई जाती है?

Ans
- ✗ A. रेखित
- ✗ B. हृद
- ✓ C. अरेखित
- ✗ D. कंकाली

Q.15 शारीरिक सक्रियता और व्यायाम में क्या अंतर है?

Ans
- ✗ A. व्यायाम अनियोजित होता है जबकि शारीरिक सक्रियता संरचित होती है
- ✓ B. कोई भी गतिविधि शारीरिक सक्रियता है जबकि व्यायाम, स्वस्थता के लिए योजनाबद्ध, संरचित और पुनरावर्ती होता है
- ✗ C. शारीरिक सक्रियता के लिए उपकरण की आवश्यकता होती है, जबकि व्यायाम के लिए उपकरण की आवश्यकता नहीं होती है
- ✗ D. शारीरिक सक्रियता, केवल प्रतिस्पर्धात्मक होती है जबकि व्यायाम, मनोरंजनात्मक होता है

Q.16 खेल-कूद मनोविज्ञान (sports psychology) में, तीव्र आरंभिक अधिगम की अवस्था प्राय: किसका संकेत देती है?

Ans
- ✓ A. अधिगम के शुरुआती अवस्थाओं में तेजी से सुधार
- ✗ B. आरंभिक प्रगति के बाद प्रदर्शन में गिरावट
- ✗ C. कौशल अधिग्रहण में मंद सुधार
- ✗ D. समय के साथ प्रदर्शन में कोई बदलाव नहीं

Q.17 शारीरिक गतिविधि के लिए अच्छी स्वच्छता और ऊर्जा संतुलन बनाए रखने में पर्याप्त नींद का मुख्य लाभ क्या है?

Ans
- ✗ A. प्रतिरक्षा प्रणाली की कार्यक्षमता कम होना
- ✗ B. अनियमित खाने की आदतों को बढ़ावा देना
- ✓ C. पेशियों की रिकवरी और मानसिक सजगता का बढ़ना
- ✗ D. चिरकारी श्रांति का खतरा बढ़ना

Q.18 ऋणात्मक ऊर्जा संतुलन (Negative energy balance) से क्या तात्पर्य है?

Ans
- ✗ A. व्यय (expenditure) से असंबंधित
- ✓ B. अंतग्रर्हण (intake) < व्यय (expenditure)
- ✗ C. अंतग्रर्हण (intake) = व्यय अंतग्रर्हण (expenditure Intake)
- ✗ D. अंतग्रर्हण (intake) > व्यय (expenditure)

Q.19 निम्नलिखित में से कौन-सा, मनोरंजन के लिए कैम्पिंग का प्राथमिक लाभ नहीं है?

Ans
- ✗ A. शारीरिक गतिविधि को प्रोत्साहन
- ✗ B. पर्यावरण जागरूकता में वृद्धि
- ✓ C. इनडोर गेमिंग कौशल में सुधार
- ✗ D. टीम कार्य और सहकारिता में वृद्धि

Q.20 खराब स्लीप हाइजीन (poor sleep hygiene) वाले एथलीटों को सबसे अधिक किन समस्याओं का अनुभव होने की संभावना होती है?

Ans
- ✗ A. बेहतर समन्वय
- ✗ B. अपेक्षाकृत उच्च अभिप्रेरण
- ✓ C. प्रतिक्रिया काल में कमी, थकान और चोट लगने का अधिक जोखिम
- ✗ D. बेहतर प्रदर्शन

Q.21 ऑक्सीजन डेब्ट (Oxygen debt) मुख्यतः निम्नलिखित में से किस कारण से होता है?

Ans
- ✗ A. हीमोग्लोबिन की कमी
- ✗ B. फुप्फुसीय-क्षमता में कमी
- ✗ C. उच्च रक्तदाब
- ✓ D. लैक्टिक अम्ल का संचयन

Adda247

Adda247 GET IT ON Google Play

Q.22 निम्नलिखित में से कौन-सा विकल्प शारीरिक शिक्षा और स्वास्थ्य के संदर्भ में मानसिक स्वच्छता का सर्वोत्तम वर्णन करता है?

Ans
- ✗ A. संज्ञानात्मक प्रदर्शन को प्रोत्साहित करने के लिए संतुलित पोषक तत्वों का सेवन
- ✗ B. शरीर को हानिकारक सूक्ष्मजीवों से मुक्त रखने का अभ्यास
- ✓ C. स्वस्थ आदतों के माध्यम से मानसिक स्वास्थ्य का विकास और अनुरक्षण
- ✗ D. नियमित व्यायाम के माध्यम से शारीरिक स्वस्थता बनाए रखने की प्रक्रिया

Q.23 एथलीटों में प्रतियोगिता-पूर्व दुश्चिंता को कम करने के लिए, कौन-सी मनोवैज्ञानिक तकनीक सबसे प्रभावी होती है?

Ans
- ✗ A. सभी प्रकार के अभ्यास का वर्जन (Avoiding all forms of practice)
- ✓ B. प्रगामी पेशी शिथिलन (Progressive muscle relaxation)
- ✗ C. कैफीन के सेवन में वृद्धि (Increasing caffeine intake)
- ✗ D. अतिप्रशिक्षण (Overtraining)

Q.24 अक्षीय कंकाल में __________ होते/होती हैं।

Ans
- ✗ A. स्कंध और श्रोणि मेखला
- ✗ B. केवल लिम्ब (limbs)
- ✗ C. बाहु और पाद की अस्थियाँ
- ✓ D. खोपड़ी, मेरुदंड और पर्शुका पिंजर

Q.25 शारीरिक स्वस्थता (physical fitness) में उत्क्रमणीयता के सिद्धांत से क्या तात्पर्य है?

Ans
- ✗ A. एक बार स्वस्थता प्राप्त हो जाने पर वह स्थायी हो जाती है
- ✗ B. व्यायाम के बिना स्वस्थता विकसित होती है
- ✗ C. प्रशिक्षण को उत्क्रमित नहीं किया जा सकता है
- ✓ D. प्रशिक्षण बंद होने पर स्वस्थता के स्तर में अवनति होती है

Q.26 निम्नलिखित में से कौन-सा, टीम स्पोर्ट (team sport) में भाग लेने का मुख्य सामाजिक लाभ है?

Ans
- ✗ A. शारीरिक सक्रियता में कमी
- ✓ B. बेहतर संचार कौशल
- ✗ C. टीमवर्क में कमी
- ✗ D. व्यक्तिगत अलगाव में वृद्धि

Q.27 एटकिंसन के उपलब्धि-अभिप्रेरण सिद्धांत के अनुसार, उपलब्धि व्यवहार __________ का परिणाम होता है।

Ans
- ✗ A. सामाजिक-वर्ग अंतरों
- ✗ B. केवल जैविक अंतर्नोद
- ✗ C. केवल व्यक्तित्व विशेषकों
- ✓ D. सफलता के लिए अभिप्रेरण, सफलता की संभावना और सफलता के प्रोत्साहन मान के बीच अन्तःक्रिया

Q.28 निम्नलिखित में से कौन-सा कथन समग्र स्वास्थ्य को बनाए रखने के लिए संतुलित आहार में आहारीय फाइबर (dietary fibre) के कार्य का सर्वोत्तम तरीके से वर्णन करता है?

Ans
- ✗ A. अस्थियों की मजबूती के लिए कैल्शियम अवशोषण को बढ़ाता है
- ✗ B. पेशियों की वृद्धि के लिए आवश्यक अमीनो अम्ल प्रदान करता है
- ✗ C. सहनशक्ति (endurance) प्रदर्शन के लिए ग्लाइकोजन भंडारण बढ़ाता है
- ✓ D. कोलेस्ट्रॉल के स्तर को कम करता है और पाचन स्वास्थ्य में सहायता करता है

Q.29 कौन-सा कारक, पेशीय सामर्थ्य के विकास को सीधे प्रभावित करता है?

Ans
- ✓ A. तंत्रिका अनुकूलन (Neural adaptation)
- ✗ B. अस्थि सघनता (Bone density)
- ✗ C. त्वचा का लचीलापन (Skin elasticity)
- ✗ D. रक्त ग्लूकोज का स्तर (Blood glucose level)

Adda247

Adda247 GET IT ON Google Play

Q.30 निम्नलिखित में से कौन-सा, रैकेट स्पोर्ट (racket sport) है?

Ans
- ✗ A. बास्केटबॉल
- ✗ B. फुटबॉल
- ✓ C. टेनिस
- ✗ D. क्रिकेट

Q.31 स्ट्रोक वॉल्यूम (Stroke volume) किसको संदर्भित करता है?

Ans
- ✗ A. धमनियों में रक्तचाप
- ✗ B. प्रतिरोध से गुणा किया गया हृदयगति दर
- ✗ C. हृदय द्वारा प्रति मिनट पंप किया गया रक्त
- ✓ D. हृदय द्वारा प्रति स्पंद पंप किया गया रक्त

Q.32 सामान्य श्वसन के दौरान प्रश्वसन के लिए उत्तरदायी प्राथमिक पेशी, ________ है।

Ans
- ✓ A. डायाफ्राम (diaphragm)
- ✗ B. बृहत् अंसपेशी (pectoralis major)
- ✗ C. अंतः पर्शुक पेशी (intercostal muscles)
- ✗ D. उदरीय पेशी (abdominal muscles)

Q.33 निम्नलिखित में से कौन-सा विकल्प शरीर के वजन को मेंटेन (maintain) रखने के लिए कैलोरी अंतर्ग्रहण और व्यय के बीच संबंध को सर्वोत्तम तरीके से वर्णित करता है?

Ans
- ✗ A. कैलोरी के अंतर्ग्रहण का व्यय से कोई संबंध नहीं है।
- ✓ B. कैलोरी का अंतर्ग्रहण व्यय के बराबर होना चाहिए।
- ✗ C. कैलोरी का अंतर्ग्रहण व्यय से अधिक होना चाहिए।
- ✗ D. कैलोरी का अंतर्ग्रहण व्यय से कम होना चाहिए।

Q.34 बास्केटबॉल में खेल की शुरुआत ____________ होती है।

Ans
- ✗ A. फ्री थ्रो से
- ✗ B. सिक्के के द्वारा टॉस से
- ✓ C. सेंटर सर्कल पर बॉल को उछालने से
- ✗ D. साइड-लाइन थ्रो-इन से

Q.35 अंतर्राष्ट्रीय ओलंपिक समिति (IOC) का मुख्यालय कहां स्थित है?

Ans
- ✗ A. न्यूयॉर्क, यूएसए
- ✗ B. लंदन, यूके
- ✓ C. लॉज़ेन, स्विट्ज़रलैंड
- ✗ D. टोक्यो, जापान

Q.36 निम्नलिखित में से कौन-सा, भारत में यूनिसेफ (UNICEF) का एक कार्यक्रम है?

Ans
- ✓ A. पल्स पोलियो टीकाकरण
- ✗ B. राष्ट्रीय क्षय रोग उन्मूलन कार्यक्रम
- ✗ C. सार्वभौमिक स्वास्थ्य कवरेज
- ✗ D. आयुष्मान भारत

Q.37 किस पुनर्वासन पद्धति में गर्म और ठंडे पानी में बारी-बारी से निमज्जन (immersion) शामिल होता है?

Ans
- ✗ A. शीत उपचार (Cryotherapy)
- ✓ B. विपर्यास स्नान (Contrast bath)
- ✗ C. गर्म सेंक (Hot fomentation)
- ✗ D. हिम अवगाह (Ice bath)

Q.38 निम्नलिखित में से कौन-सा समग्र स्वस्थता (total fitness) का घटक नहीं है?

Ans
- ✗ A. मानसिक स्वस्थता (Mental fitness)
- ✗ B. शारीरिक स्वस्थता (Physical fitness)
- ✓ C. राजनीतिक जागरूकता (Political awareness)
- ✗ D. सामाजिक कल्याण (Social well-being)

Q.39 निम्न में से कौन-सा कार्यक्रम शारीरिक शिक्षा सेमिनार का उदाहरण है?

Ans
- ✗ A. वार्षिक खेलकूद प्रतियोगिता
- ✗ B. 100 m स्प्रिंट दौड़ (sprint race)
- ✓ C. चोट की रोकथाम पर विशेषज्ञ व्याख्यान
- ✗ D. जिम्नास्टिक प्रतियोगिता

Q.40 सशक्त शारीरिक गतिविधि के बाद स्नान करने की सलाह मुख्यतः ______________ के लिए दी जाती है।

Ans
- ✓ A. स्वेद और बैक्टीरिया को हटाने और त्वचा-संक्रमण के निवारण
- ✗ B. प्रोटीन चयापचय में वृद्धि
- ✗ C. क्षुधा में वृद्धि
- ✗ D. फुप्फुस की क्षमता में सुधार

Q.41 भारतीय चिकित्सा अनुसंधान परिषद (ICMR) की अनुशंसा के अनुसार किसी निष्क्रिय वयस्क पुरुष (sedentary adult male) के लिए दैनिक कैलोरी सेवन लगभग कितना होना चाहिए?

Ans
- ✗ A. 3000 kcal
- ✗ B. 1800 kcal
- ✓ C. 2400 kcal
- ✗ D. 1200 kcal

Q.42 किस प्रकार का शिविरण (camping), प्रकृति अध्ययन और संरक्षण जैसे शैक्षिक उद्देश्यों पर केंद्रित होता है?

Ans
- ✓ A. शैक्षिक शिविरण (Educational camping)
- ✗ B. उत्सव शिविरण (Festival camping)
- ✗ C. मनोरंजनात्मक शिविरण (Recreational camping)
- ✗ D. उत्तरजीविता शिविरण (Survival camping)

Q.43 निम्नलिखित में से कौन-सा, शारीरिक शिक्षा में श्रव्य साधन है?

Ans
- ✓ A. टेप रिकॉर्डर
- ✗ B. मॉडल
- ✗ C. चार्ट
- ✗ D. प्रदर्शन

Q.44 निम्नलिखित में से कौन-सा, सुधारार्थ व्यायाम का सिद्धांत नहीं है?

Ans
- ✗ A. दुर्बल पेशी-समूहों को लक्षित करना
- ✗ B. उचित पर्यवेक्षण
- ✓ C. तत्काल उच्च-तीव्रता प्रशिक्षण
- ✗ D. स्थिरता और नियमितता

Q.45 निम्नलिखित में से कौन-सा, शारीरिक शिक्षा का मनोवैज्ञानिक उद्देश्य है?

Ans
- ✗ A. सहनशक्ति का विकास
- ✓ B. संवेगात्मक स्थिरता में सुधार
- ✗ C. सामर्थ्य का विकास
- ✗ D. लचीलेपन में वृद्धि

Adda247 GET IT ON Google Play

Q.46 खेल-कूद मनोविज्ञान (sports psychology) में, संवेग को सर्वोत्तम रूप से किस प्रकार परिभाषित किया जाता है?

Ans
- ✗ A. एक स्थायी व्यक्तित्व विशेषक
- ✗ B. केवल एक शारीरिक प्रतिक्रिया
- ✓ C. एक अल्पकालिक मानसिक स्थिति जिसमें शारीरिक उद्दीपन और अभिव्यक्ति शामिल होती है
- ✗ D. प्रदर्शन से असंबंधित एक प्रक्रम

Q.47 श्वसन वायुधारिता (Vital capacity) से क्या तात्पर्य है?

Ans
- ✗ A. सामान्य श्वसन के दौरान आदान-प्रदान हुई वायु
- ✓ B. अधिकतम अंतःश्वसन के बाद उच्छ्वसित अधिकतम वायु
- ✗ C. सामान्य उच्छवसन के बाद बची हुई वायु
- ✗ D. फेफड़ों में वायु का अधिकतम आयतन

Q.48 निम्नलिखित में से कौन-सा, शारीरिक शिक्षा में दृश्य-श्रव्य साधनों के उपयोग का मुख्य प्रयोजन है?

Ans
- ✓ A. विविधता प्रदान करना और अधिगम की प्रभावशीलता में वृद्धि करना
- ✗ B. शारीरिक गतिविधि को प्रतिस्थापित करना
- ✗ C. शिक्षक-विद्यार्थी अंत:क्रिया को कम करना
- ✗ D. शिक्षक के लिए शिक्षण को अपेक्षाकृत सुगम बनाना

Q.49 निम्नलिखित में से कौन-सा, खेल-कूद चिकित्सा (sports medicine) के प्राथमिक उद्देश्य का सर्वोत्तम वर्णन करता है?

Ans
- ✗ A. खेल-कूद के दौरान ऊर्जा व्यय को अधिकतम करना
- ✗ B. सौंदर्यात्मक स्वरूप को अधिक आकर्षक बनाना
- ✗ C. प्रतिस्पर्धा तनाव में वृद्धि करना
- ✓ D. चोटों को रोकने और प्रबंधित करते हुए प्रदर्शन को प्रोत्साहित करना

Q.50 किस प्रकार की दुश्चिंता, प्रदर्शन के दौरान क्षण-दर-क्षण होने वाले परिवर्तनों से जुड़ी होती है?

Ans
- ✗ A. संज्ञानात्मक दुश्चिंता (Cognitive anxiety)
- ✗ B. दैहिक दुश्चिंता (Somatic anxiety)
- ✗ C. विशेषक दुश्चिंता (Trait anxiety)
- ✓ D. स्थिति दुश्चिंता (State anxiety)

Adda247

Section : **General Ability**

Q.51 निम्नलिखित में से कौन-सा कथन, फ्लोएम में स्थानांतरण की प्रक्रिया की सर्वोत्तम तरीके से व्याख्या करता है?

Ans
- ✗ A. यह केशिका क्रिया के कारण होता है।
- ✗ B. यह विसरण युक्त एक निष्क्रिय प्रक्रिया है।
- ✗ C. यह गुरुत्वीय कर्षण के कारण होता है।
- ✓ D. यह एक सक्रिय प्रक्रिया है जिसमें ऊर्जा की आवश्यकता होती है।

Q.52 हरित क्रांति ने मशीनरी के उपयोग के संबंध में खेती के समय और उत्पादकता को किस प्रकार प्रभावित किया?

Ans
- ✗ A. मशीनरी के उपयोग से कोई परिवर्तित नहीं हुआ, इसलिए खेती के समय या उत्पादकता पर कोई प्रभाव नहीं पड़ा।
- ✗ B. इसका प्रभाव केवल पारंपरिक हाथ के औजारों पर पड़ा, जिससे खेती का समय बढ़ गया और उत्पादकता कम हो गई।
- ✓ C. मशीनरी के उपयोग में उल्लेखनीय वृद्धि हुई, जिसके परिणामस्वरूप उत्पादकता बढ़ी और खेती में कम समय लगा।
- ✗ D. कृषि मशीनरी पर निर्भरता कम हो गई और परिणामस्वरूप उत्पादकता कम हो गई।

Q.53 उस युग्म का चयन कीजिए, जो नीचे दिए गए दो युग्मों के समान पैटर्न का अनुसरण करता है। दोनों युग्म समान पैटर्न का अनुसरण करते हैं।

XZA–YAB
CEF–DFG

Ans
- ✗ A. JKK–KMN
- ✗ B. JKK–JLM
- ✓ C. JLM–KMN
- ✗ D. JLM–JMM

Q.54 एक स्कूल-लाइब्रेरी में फिक्शन पुस्तकों और नॉन-फिक्शन पुस्तकों का अनुपात 4 : 3 है। यदि वहां 240 फिक्शन पुस्तकें हैं, तो कितनी नॉन-फिक्शन पुस्तकें होंगी?

Ans
- ✗ A. 140 पुस्तकें
- ✗ B. 160 पुस्तकें
- ✗ C. 200 पुस्तकें
- ✓ D. 180 पुस्तकें

Q.55 अंग्रेजी वर्णमाला क्रम के आधार पर, किसी निश्चित तरीके से, FAEG का संबंध MHLN से है। उसी प्रकार, IDHJ का संबंध PKOQ से है। इसी तर्क का अनुसरण करते हुए, LGKM का संबंध निम्नलिखित में से किससे है?

Ans
- ✓ A. SNRT
- ✗ B. NSTR
- ✗ C. NSRT
- ✗ D. SNTR

Q.56 A, B, C, D, P, Q और R एक गोल मेज के परित: केंद्र की ओर अभिमुख होकर बैठे हैं। D के बायें से गिनने पर, R और D के बीच केवल दो व्यक्ति बैठे हैं। P, B के बायें तीसरे स्थान पर बैठा है। Q, B के ठीक दायीं ओर पड़ोस में बैठा है। Q, R के बायें दूसरे स्थान पर बैठा है। C, P का निकटतम पड़ोसी नहीं है। A के दायें तीसरे स्थान पर कौन बैठा है?

Ans
- ✗ A. D
- ✗ B. R
- ✗ C. B
- ✓ D. Q

Q.57 यह प्रश्न निम्नलिखित शब्दों पर आधारित है।
COZ SYE ROB HEM
प्रत्येक शब्द में, प्रत्येक स्वर को अंग्रेजी वर्णानुक्रम में उसके ठीक बाद वाले अक्षर से बदल दिया जाता है और प्रत्येक व्यंजन को अंग्रेजी वर्णानुक्रम में उससे ठीक पहले वाले अक्षर से बदल दिया जाता है। इस प्रकार बने कितने अक्षर-समूहों में कोई स्वर नहीं आएगा?

Ans
- ✗ A. एक
- ✗ B. चार
- ✓ C. तीन
- ✗ D. दो

Q.58 निम्नलिखित में से कौन-सा कथन ओडिशा तट पर ब्रिटिश द्वारा तट नहर के निर्माण के परिणाम का सर्वोत्तम वर्णन करता है?

Ans
- ✗ A. यह अत्यधिक सफल रहा और इससे क्षेत्र के व्यापार में सुधार हुआ।
- ✗ B. समानांतर रेलवे लाइनों के साथ प्रतिस्पर्धा के कारण यह आर्थिक रूप से व्यवहार्य हो गया।
- ✗ C. यह परिवहन का एक प्रमुख साधन बन गया, जिससे क्षेत्र में रेलवे का उपयोग कम हो गया।
- ✓ D. यह अलाभप्रद साबित हुआ और अंततः रेलवे से प्रतिस्पर्धा के कारण इसे परित्यक्त कर दिया गया।

Adda247

Adda247
GET IT ON Google Play

Q.59 सात बॉक्स E, F, G, H, S, T और U एक के ऊपर एक रखे गए हैं, लेकिन जरूरी नहीं कि इसी क्रम में रखे गए हों। केवल H को E के ऊपर रखा गया है। E और S के बीच केवल T रखा गया है। U के नीचे केवल F रखा गया है।
G और F के बीच कितने बॉक्स रखे गए हैं?

Ans
- ✗ A. चार
- ✗ B. तीन
- ✗ C. दो
- ✓ D. एक

Q.60 निम्नलिखित में से किस परिघटना के कारण सर्दियों के दौरान उत्तर-पश्चिमी भारत में अचानक वर्षा होती है?

Ans
- ✗ A. बंगाल की खाड़ी से आने वाले चक्रवात
- ✗ B. अल नीनो
- ✓ C. पश्चिमी विक्षोभ
- ✗ D. दक्षिण-पश्चिम मानसून

Q.61 प्रारंभ में, किसी कस्बे की जनसंख्या 80,000 थी, और वह R% की दर से बढ़ रही है। यदि तीन वर्ष बाद जनसंख्या 1,06,480 हो जाती है, तो R का मान ज्ञात कीजिए।

Ans
- ✗ A. 11
- ✗ B. 11.5
- ✗ C. 9.5
- ✓ D. 10

Q.62 दी गई श्रृंखला में प्रश्न-चिन्ह (?) के स्थान पर क्या आएगा?

81 97 ? 141 169 201

Ans
- ✓ A. 117
- ✗ B. 123
- ✗ C. 111
- ✗ D. 101

Q.63 अगस्त 2025 में, प्रधानमंत्री श्री नरेंद्र मोदी ने प्रधानमंत्री किसान सम्मान निधि (PM-KISAN) योजना की $20^{वीं}$ किस्त किस स्थान से जारी की?

Ans
- ✗ A. भागलपुर
- ✓ B. वाराणसी
- ✗ C. दरभंगा
- ✗ D. प्रयागराज

Q.64 निम्नलिखित में से किस राज्य में दो सदन हैं, जिन्हें विधान परिषद और विधान सभा (द्विसदनी विधानमंडल) के रूप में जाना जाता है?

Ans
- ✗ A. पंजाब
- ✗ B. राजस्थान
- ✗ C. गुजरात
- ✓ D. बिहार

Q.65 जब किसी वस्तु पर कार्यरत बल असंतुलित हों, तो क्या होगा?

Ans
- ✗ A. वस्तु की दिशा परिवर्तित नहीं होगी।
- ✗ B. वस्तु स्थिर रहेगी।
- ✓ C. वस्तु, नेट बल की दिशा में त्वरित होगी।
- ✗ D. वस्तु का वेग नियत रहेगा।

Adda247

Adda247 GET IT ON Google Play

Q.66 निम्नलिखित में से कौन-सी विशेषता, पादपों को क्षतिग्रस्त ऊतकों को प्राणियों की तुलना में अधिक दक्षतापूर्वक पुनर्जीवित करने में सक्षम बनाती है?

Ans
✔ A. विभज्योतकी ऊतकों की उपस्थिति
✘ B. एक दृढ़ कोशिका भित्ति
✘ C. एक बृहत् केंद्रीय रिक्तिका
✘ D. क्लोरोप्लास्ट की उपस्थिति

Q.67 निम्नलिखित का मान ज्ञात कीजिए:

$$6\frac{4}{11} \div 3\frac{2}{11} \text{ of } 2 + 5\frac{1}{3} \text{ of } \frac{3}{8} \div 4 + 5 \times 2$$

Ans
✘ A. 18
✘ B. 14
✔ C. 11.5
✘ D. 16.5

Q.68 नीचे दी गई संख्या श्रृंखला का संदर्भ लीजिए और उसके बाद प्रश्न का उत्तर दीजिए। गणना केवल बाएं से दाएं की जानी है। (सभी संख्याएं, केवल एक अंक वाली संख्याएं हैं।)

(बाएं) 6 2 1 5 7 3 7 8 5 3 4 5 2 4 8 4 3 6 9 7 4 2 1 5 7 9 1 (दाएं)

ऐसे कितने विषम अंक हैं, जिनमें से प्रत्येक के ठीक पहले एक सम अंक है तथा ठीक बाद एक विषम अंक भी है?

Ans
✘ A. 2
✘ B. 5
✘ C. 3
✔ D. 4

Q.69 पशु शरीर में उपकला ऊतक का प्राथमिक कार्य क्या है?

Ans
✔ A. आवरण और सुरक्षा
✘ B. संकुचन और गति
✘ C. समन्वय और नियंत्रण
✘ D. ऑक्सीजन का परिवहन

Q.70 जुलाई 2025 में, इसरो के सतीश धवन अंतरिक्ष केंद्र (SDSC) से निसार उपग्रह को प्रक्षेपित करने के लिए किस प्रक्षेपण यान का उपयोग किया गया था?

Ans
✔ A. GSLV-F16
✘ B. GSLV-F15
✘ C. PSLV-C61
✘ D. PSLV-C60

Q.71 एक बुकस्टोर एक स्कीम पेश करता है: '₹1,200 या उससे अधिक मूल्य की पुस्तक की खरीद पर ₹200 की छूट।' यदि कोई ग्राहक ₹1,500 की पुस्तकें खरीदता है, तो प्रभावी छूट प्रतिशत कितना होगा?

Ans
✘ A. $15\frac{2}{3}\%$
✘ B. $16\frac{1}{3}\%$
✔ C. $13\frac{1}{3}\%$
✘ D. $12\frac{2}{3}\%$

Adda247 GET IT ON Google Play

Q.72 पुष्पीय पादपों में वर्तिकाग्र की सामान्य विशेषता क्या है?

Ans
- ✗ A. सपोर्ट के लिए पतला और नुकीला
- ✗ B. संरक्षण के लिए रूक्ष और सूखा
- ✗ C. मोटा और अंडे की कोशिकाओं को संग्रहित करता है
- ✓ D. परागकणों को पकड़ने के लिए अनुलग्नी (Sticky)

Q.73 राजू ने गणित और भौतिक विज्ञान में क्रमश: 75 और 85 अंक प्राप्त किए। तीनों विषयों में औसत अंक 80 प्राप्त करने के लिए उसे रसायन विज्ञान में कितने अंक प्राप्त करने होंगे?

Ans
- ✓ A. 80
- ✗ B. 60
- ✗ C. 90
- ✗ D. 70

Q.74 यदि एक समचतुर्भुज का क्षेत्रफल 10 cm^2 है और इसका एक अंत:कोण 150° है, तो समचतुर्भुज का परिमाप (cm में) ज्ञात कीजिए।

Ans
- ✗ A. 10
- ✗ B. $4\sqrt{2}$
- ✓ C. $8\sqrt{5}$
- ✗ D. 20

Q.75 किसी माध्यम का निरपेक्ष अपवर्तनांक, __________ में प्रकाश की चाल और _________ में प्रकाश की चाल का अनुपात होता है।

Ans
- ✗ A. माध्यम; वायु
- ✗ B. माध्यम; निर्वात
- ✗ C. वायु; माध्यम
- ✓ D. निर्वात; माध्यम

Q.76 किस ब्रिटिश नीति ने उन भारतीय राज्यों को अपने में मिलाने की अनुमति दी जिनके शासक बिना किसी स्वाभाविक उत्तराधिकारी के मर गए?

Ans
- ✗ A. स्थायी बंदोबस्त
- ✓ B. व्यपगत सिद्धांत
- ✗ C. सहायक संधि
- ✗ D. द्विपक्षीय शासन

Q.77 यदि 'P' का अर्थ '×' है, 'Q' का अर्थ '÷' है, 'R' का अर्थ '–' है और 'S' का अर्थ '+' है, तो निम्नलिखित समीकरण में प्रश्न-चिह्न (?) के स्थान पर क्या आएगा?

18 P 2 R 4 Q 2 S 6 P 2 R 1 = ?

Ans
- ✓ A. 45
- ✗ B. 42
- ✗ C. 43
- ✗ D. 48

Q.78 गुरुत्वाकर्षण का सार्वत्रिक नियम के संबंध में निम्नलिखित में से कौन-सा कथन सत्य नहीं है?

Ans
- ✗ A. इसका उपयोग पृथ्वी के चारों ओर चंद्रमा की गति का अध्ययन करने के लिए किया जाता है।
- ✗ B. यह नए तारों और ग्रहों की खोज में मदद करता है।
- ✓ C. इसका उपयोग ग्रहों के जीवनकाल का अध्ययन करने के लिए किया जाता है।
- ✗ D. इसका उपयोग सूर्य का द्रव्यमान निर्धारित करने के लिए किया जाता है।

Adda247 GET IT ON Google Play

Q.79 1920 में महात्मा गांधी ने किस घटना के कारण असहयोग आंदोलन शुरू किया?

Ans
- ✗ A. साइमन कमीशन का भारत आगमन
- ✗ B. बाल गंगाधर तिलक की गिरफ्तारी
- ✓ C. जलियांवाला बाग हत्याकांड
- ✗ D. बंगाल विभाजन

Q.80 निम्नलिखित में से कौन-सा अक्षर-संख्या समूह, दी गई श्रृंखला को तार्किक रूप से पूर्ण बनाने के लिए प्रश्न-चिह्न (?) के स्थान पर आएगा?

DEW30 JKC45 PQI60 VWO75 ?

Ans
- ✗ A. BCV90
- ✗ B. ECU90
- ✗ C. BDU90
- ✓ D. BCU90

Q.81 एक व्यक्ति 200 km की दूरी 50 km/hr की चाल से और अगली 300 km की दूरी 60 km/hr की चाल से तय करता है। पूरी यात्रा के लिए उसकी औसत चाल (km/hr में, दशमलव के दो स्थानों तक पूर्णांकित) ज्ञात करें।

Ans
- ✗ A. 50.55
- ✗ B. 60.55
- ✓ C. 55.56
- ✗ D. 45.55

Q.82 अगस्त 2025 में, भारत सरकार ने इंडिया सेमीकंडक्टर मिशन (ISM) के अंतर्गत चार सेमीकंडक्टर परियोजनाओं को मंजूरी दी, जिन्हें ₹4,600 करोड़ के परिव्यय के साथ किन तीन राज्यों में स्थापित किया जाना है?

Ans
- ✓ A. ओडिशा, पंजाब और आंध्र प्रदेश
- ✗ B. पंजाब, बिहार और गुजरात
- ✗ C. महाराष्ट्र, ओडिशा और उत्तर प्रदेश
- ✗ D. गुजरात, असम और आंध्र प्रदेश

Q.83 कार्बन चक्र में, निम्नलिखित में से कौन-सी प्रक्रिया कार्बन डाइऑक्साइड को वायुमंडल में वापस मुक्त करती है?

Ans
- ✗ A. स्वांगीकरण
- ✗ B. प्रकाश संश्लेषण
- ✗ C. कार्बन प्रच्छादन
- ✓ D. श्वसन

Q.84 दिए गए कथनों और निष्कर्षों को ध्यानपूर्वक पढ़ें। यह मानते हुए कि कथनों में दी गई जानकारी सत्य है, भले ही वह सामान्यतः ज्ञात तथ्यों से भिन्न प्रतीत होती हो, निर्णय लीजिए कि दिए गए निष्कर्षों में से कौन-से निष्कर्ष, कथनों का तार्किक रूप से अनुसरण करते हैं।

कथन:

कुछ रज़ाईयाँ, टेलीविज़न हैं।
कुछ टेलीविज़न, लाइट हैं।

निष्कर्ष:

(I) कुछ रज़ाईयाँ, लाइट हैं।
(II) सभी लाइट, टेलीविज़न हैं।

Ans
- ✗ A. केवल निष्कर्ष (II) अनुसरण करता है।
- ✓ B. न तो निष्कर्ष (I) और न ही (II) अनुसरण करता है।
- ✗ C. निष्कर्ष (I) और (II) दोनों अनुसरण करते हैं।
- ✗ D. केवल निष्कर्ष (I) अनुसरण करता है।

Adda247

Adda247

GET IT ON Google Play

Q.85 भारतीय संविधान के निम्नलिखित में से किस अधिनियम ने भारत के राष्ट्रपति को 101वें संविधान अधिनियम, 2016 के लागू होने की तिथि से साठ दिनों के भीतर एक आदेश द्वारा जीएसटी परिषद गठित करने का अधिकार प्रदान किया है?

Ans
- ✗ A. अनुच्छेद 329-A
- ✓ B. अनुच्छेद 279A(1)
- ✗ C. अनुच्छेद 280
- ✗ D. अनुच्छेद 239-A

Q.86 उस समुच्चय का चयन कीजिए, जिसमें संख्याएँ उसी प्रकार से संबंधित हैं जिस प्रकार निम्नलिखित समुच्चयों की संख्याएँ संबंधित हैं।
(नोट: संख्याओं को उनके घटक अंकों में तोड़े बिना, पूर्ण संख्याओं पर संक्रियाएँ की जानी चाहिए। उदाहरण के लिए 13 को लीजिए - 13 पर संक्रियाएँ, जैसे कि 13 में जोड़ना/घटाना/गुणा करना आदि, की जा सकती है। 13 को 1 और 3 में तोड़ना तथा फिर 1 और 3 पर गणितीय संक्रियाएँ करने की अनुमति नहीं है।)

(31, 58, 85)
(64, 91, 118)

Ans
- ✗ A. (76, 103, 120)
- ✓ B. (52, 79, 106)
- ✗ C. (68, 95, 112)
- ✗ D. (31, 58, 75)

Q.87 निम्नलिखित बंटन की माध्यिका (median) ज्ञात कीजिए।

वर्ग	120-170	170-220	220-270	270-320	320-370
बारंबारता	33	13	10	31	11

Ans
- ✗ A. 229
- ✓ B. 235
- ✗ C. 237
- ✗ D. 219

Q.88 नीचे दो कथन दिए गए हैं। इन कथनों के लिए दिए गए विकल्पों में से सही उत्तर का चयन कीजिए।

कथन I: पदार्थ के कण निरंतर गतिमान रहते हैं, अर्थात उनमें गतिज ऊर्जा होती है।
कथन II: तापमान में वृद्धि के साथ, कणों की गतिज ऊर्जा भी बढ़ जाती है।

Ans
- ✓ A. दोनों कथन सत्य हैं।
- ✗ B. कथन I असत्य है, लेकिन कथन II सत्य है।
- ✗ C. दोनों कथन असत्य हैं।
- ✗ D. कथन I सत्य है, लेकिन कथन II असत्य है।

Q.89 अंग्रेजी वर्णानुक्रम पर आधारित, निम्नलिखित चार अक्षर-समूहों में से तीन अक्षर-समूह एक निश्चित तरीके से समान हैं और इस प्रकार एक ग्रुप बनाते हैं। कौन-सा अक्षर-समूह, उस ग्रुप से संबंधित नहीं है?
(नोट: असंगत अक्षर-समूह, अक्षर-समूह में व्यंजनों/स्वरों की संख्या या उनकी स्थिति पर आधारित नहीं है।)

Ans
- ✓ A. MPL
- ✗ B. ORM
- ✗ C. QTO
- ✗ D. SVQ

Adda247 GET IT ON Google Play

Q.90 एक कंप्यूटर गेम में, एक बिल्डर 10 घंटे में एक दीवार बना सकता है जबकि एक डिस्ट्रॉयर 20 घंटे में उस दीवार को पूरी तरह से ध्वस्त कर सकता है। शुरुआत में, बिल्डर और डिस्ट्रॉयर दोनों को एक बेसिक लेवल पर काम करने के लिए एक साथ रखा गया। लेकिन 15 घंटे बाद, डिस्ट्रॉयर को हटा दिया गया। दीवार बनाने में लगा कुल समय (घंटे में) ज्ञात कीजिए।

Ans
- ✗ A. 16
- ✓ B. 17.5
- ✗ C. 17
- ✗ D. 16.5

Q.91 26 जनवरी 2020 को किस केंद्र शासित प्रदेश को दादरा और नगर हवेली के साथ मिलाकर नया केंद्र शासित प्रदेश बनाया गया?

Ans
- ✓ A. दमन और दीव
- ✗ B. पुदुचेरी
- ✗ C. चंडीगढ़
- ✗ D. अंडमान और निकोबार द्वीप समूह

Q.92 एक निश्चित कूट भाषा में, 'GLAM' को '4236' के रूप में कूटबद्ध किया जाता है और 'MALE' को '4396' के रूप में कूटबद्ध किया जाता है। दी गई कूट भाषा में 'E' का कूट क्या है?

Ans
- ✗ A. 2
- ✗ B. 3
- ✓ C. 9
- ✗ D. 4

Q.93 ओलंपिक (स्वतंत्रता के बाद) के एक ही संस्करण में दो पदक जीतने वाले प्रथम भारतीय कौन हैं?

Ans
- ✗ A. अभिनव बिंद्रा
- ✓ B. मनु भाकर
- ✗ C. नीरज चोपड़ा
- ✗ D. सुशील कुमार

Q.94 यौगिक और कार्बन-कार्बन आबंध के प्रकार के बीच सही मिलान की पहचान करें।

यौगिक	C–C आबंध के प्रकार
(i) एथेन	(a) द्वि-आबंध
(ii) एथीन	(b) एकल आबंध
(iii) एथाइन	(c) त्रि-आबंध

Ans
- ✗ A. i–c, ii–b, iii–a
- ✗ B. i–b, ii–c, iii–a
- ✗ C. i–a, ii–b, iii–c
- ✓ D. i–b, ii–a, iii–c

Q.95 मई 2025 में, खेलो इंडिया बैनर के अंतर्गत आयोजित खेलो इंडिया बीच गेम्स (KIYG) का पहला संस्करण किस स्थान पर आयोजित किया गया?

Ans
- ✓ A. दीव
- ✗ B. चेन्नई
- ✗ C. विशाखापत्तनम
- ✗ D. पणजी

Adda247 GET IT ON Google Play

Q.96 किसी निश्चित कूट भाषा में, 'come on time' को 'lk pg jk' के रूप में कूटबद्ध किया जाता है और 'on the way' को 'tm jk po' के रूप में कूटबद्ध किया जाता है। दी गई भाषा में 'on' को किस प्रकार कूटबद्ध किया जाएगा? (सभी कूट दो-अक्षर वाले कूट हैं।)

Ans
✗ A. pg
✗ B. po
✓ C. jk
✗ D. tm

Q.97 यदि $\left(\frac{5}{3}\right)^{x-3} = \frac{3125}{243}$ है, तो $\left(\frac{5}{3}\right)^{\frac{x}{2}}$ का मान ज्ञात कीजिए।

Ans
✗ A. $\frac{125}{27}$
✗ B. $\frac{5}{3}$
✗ C. $\frac{25}{9}$
✓ D. $\frac{625}{81}$

Q.98 निम्नलिखित में से कौन-सी नदियाँ भारत में सबसे बड़ा डेल्टा बनाती हैं?

Ans
✓ A. गंगा और ब्रह्मपुत्र
✗ B. यमुना और चंबल
✗ C. गोदावरी और कावेरी
✗ D. महानदी और कृष्णा

Q.99 निम्नलिखित में से कौन-से कथन सत्य हैं?
(i) गलनांक, कणों के बीच आकर्षण बलों की सामर्थ्य को दर्शाता है।
(ii) गलन के दौरान, ठोस का तापमान पूरी तरह गलित हो जाने तक नियत रहता है।
(iii) क्वथन एक पृष्ठ परिघटना है।
(iv) 373 K पर भाप की ऊर्जा, 373 K पर जल की ऊर्जा से अधिक होती है।

Ans
✗ A. (i), (ii), (iii) और (iv)
✗ B. केवल (ii) और (iii)
✓ C. केवल (i), (ii) और (iv)
✗ D. केवल (i), (iii) और (iv)

Q.100 निम्नलिखित अक्षर श्रृंखला का संदर्भ लीजिए और नीचे दिए गए प्रश्न का उत्तर दीजिए

(बाएं) G D U E Y Q E W P A E U S J F D A M B N U (दाएं)

यदि श्रृंखला से सबसे पहले G को हटाते हुए एकांतर अक्षरों को हटा दिया जाए, तो नई श्रृंखला में बाएं से सातवां अक्षर कौन-सा होगा?

Ans
✗ A. U
✓ B. J
✗ C. D
✗ D. A

Adda247