

**TEST BOOKLET**  
**PHYSICAL EDUCATION**  
**PAPER II**

Time Allowed : 1½ Hours]

[Maximum Marks : 100

All questions carry equal marks.

**INSTRUCTIONS**

1. Write your Roll Number only in the box provided alongside.   
Do not write anything else on the Test Booklet.
2. This Test Booklet contains 50 items (questions). Each item comprises four responses (answers). Choose only one response for each item which you consider the best.
3. After the candidate has read each item in the Test Booklet and decided which of the given responses is correct or the best, he has to mark the circle containing the letter of the selected response by blackening it completely with ball point pen as shown below. *H.B. Pencil should not be used* in blackening the circle to indicate responses on the answer sheet. In the following example, response "C" is so marked :  

(A)   (B)   ●   (D)
4. Do the encoding carefully as given in the illustrations. While encoding your particulars or marking the answers on answer sheet, you should blacken the circle corresponding to the choice in full and no part of the circle should be left unfilled. You may clearly note that since the answer sheets are to be scored/evaluated on machine, any violation of the instructions may result in reduction of your marks for which you would yourself be responsible.
5. You have to mark all your responses ONLY on the ANSWER SHEET separately given. *Responses marked on the Test Booklet or in any paper other than the answer sheet shall not be examined.* Use ball point pen for marking responses.
6. All items carry equal marks. Attempt all items.
7. Before you proceed to mark responses in the Answer Sheet fill in the particulars in the front portion of the Answer Sheet as per the instructions.
8. After you have completed the test, hand over the OMR answer sheet to the Invigilator.
9. In case of any discrepancy found in English and Hindi Version in this paper, the English Version may be treated as correct and final.

# PHYSICAL EDUCATION

## Paper II

Time Allowed :  $1\frac{1}{4}$  Hours]

[Maximum Marks : 100

*Note* :— This question paper consists of **fifty (50)** questions with multiple choice answers. Each question carries **two (2)** marks. Attempt *all* questions.

1. Which movement may *not* be intrinsic to the body ?  
(A) Breathing (B) Swallowing  
(C) Masticating (D) Throwing
2. Kinetics refers to :  
(A) change of place or location during a time interval  
(B) a force that attracts everything  
(C) change of place or position of an object or body  
(D) none of the above
3. Moving a body part away from the body midline and back to the midline represents two movements known as :  
(A) abduction and adduction  
(B) elevation and depression  
(C) Pronation and supination  
(D) Flexion and extension

## शारीरिक शिक्षा

### प्रश्न-पत्र II

समय :  $1\frac{1}{4}$  घण्टे]

[पूर्णांक : 100

नोट : इस प्रश्न-पत्र में पचास (50) बहुविकल्पीय प्रश्न हैं । प्रत्येक प्रश्न के दो (2) अंक हैं । सभी प्रश्नों के उत्तर दीजिये ।

1. इसमें से कौनसी शरीर की आन्तरिक गतिविधि नहीं है ?  
(A) सांस लेना (B) निगलना  
(C) चबाना (D) फेंकना
2. गतिमूलक संकेत करता है :  
(A) समय अन्तराल के दौरान जगह या स्थान के परिवर्तन को  
(B) प्रत्येक वस्तु को आकर्षित करने वाला बल  
(C) शरीर या वस्तु की जगह या स्थिति का परिवर्तन  
(D) उपर्युक्त में से कोई नहीं
3. शरीर के एक भाग को शरीर का मध्यरेखा से दूर ले जाना और वापस मध्यरेखा पर लाना, दो गतिविधियों को व्यक्त करता है :  
(A) एब्डक्शन और एडक्शन  
(B) ऐलिवेशन और डिप्रेशन  
(C) प्रोनेशन और सुपिनेशन  
(D) फ्लेक्सन और एक्सटेंशन

4. Circuit training is called when :
- (A) Variety of exercises are performed
  - (B) Exercises are performed different stations
  - (C) (A) and (B) both
  - (D) None of the above
5. Which one is the smallest probability of error ?
- (A) 0.01
  - (B) 0.001
  - (C) 0.10
  - (D) 0.05
6. The mode is a better measure of central tendency for dealing with :
- (A) Ordinal data
  - (B) Nominal data
  - (C) Ratio data
  - (D) Interval Data
7. A quick comparison of the mean and the median will tell you if a distribution of score is :
- (A) Skewed and to which direction
  - (B) Not skewed
  - (C) Badly skewed
  - (D) Skewed but no direction

4. सर्किट ट्रेनिंग कहलाई जाती है जब :

(A) विभिन्न प्रकार के व्यायाम प्रदर्शित किए जाते हैं

(B) विभिन्न प्रकार के स्टेशनों पर व्यायाम प्रदर्शित किए जाते हैं

(C) (A) और (B) दोनों

(D) उपर्युक्त में से कोई नहीं

5. इनमें से किसमें सबसे कमतर त्रुटि की सम्भावना है ?

(A) 0.01

(B) 0.001

(C) 0.10

(D) 0.05

6. केन्द्रीय प्रवृत्ति को मापने के लिये माध्य बेहतर है जब आंकड़े हों :

(A) क्रमवाचक आँकड़े

(B) नाममात्र आँकड़े

(C) आनुपातिक आँकड़े

(D) अंतराल आँकड़े

7. माध्य और माध्यिका की तुरन्त तुलना बताती है अगर आंकड़ों का विभाजन हो :

(A) तिरछा और किस दिशा में

(B) तिरछा न होना

(C) बुरी तरह से तिरछा

(D) तिरछा होना परन्तु कोई दिशा नहीं



8. When a teacher does not have the time to construct the test he uses :
- (A) Standardized test                      (B) Essay test
- (C) Objective test                          (D) All of these
9. Social learning theory comes in :
- (A) anxiety                                      (B) aggression
- (C) team cohesion                          (D) self-concept
10. The barometer ability test, which measures general or fundamental skills has basic purpose as :
- (A) Students selection for sports
- (B) Classification and guidance
- (C) Activity class management
- (D) Counselling and placement
11. The height of bench for boys in Harward step test is :
- (A) 15"    (B) 20"
- (C) 24"    (D) 30"

8. जब एक अध्यापक के पास परीक्षण बनाने का समय न हो तब वह प्रयोग में लाता है :

(A) स्टैन्डर्ड परीक्षण (B) निबन्ध परीक्षण

(C) वस्तुनिष्ठ परीक्षण (D) ये सभी

9. सामाजिक सिखलाई का सिद्धान्त आता है :

(A) चिन्ता में (B) आक्रामकता में

(C) टीम के लगाव में (D) स्व संकल्प में

10. बेरोमीटर योग्यता परीक्षण जो कि सामान्य और आधारभूत कौशल को मापता है, का मूलभूत उद्देश्य है :

(A) खेल के लिये छात्रों का चुनाव

(B) वर्गीकरण और मार्गदर्शन

(C) कक्षा की गतिविधि का प्रबन्धन

(D) सलाह लेना और नियुक्त करना

11. हार्वर्ड स्टेप परीक्षण में लड़कों के लिये बेंच की ऊँचाई होती है :

(A) 15" (B) 20"

(C) 24" (D) 30"

12. Under ideal conditions the JCR test battery measures an individual's :
- (A) Psychophysical fitness
  - (B) Physical fitness
  - (C) Cardiovascular fitness
  - (D) Motor fitness
13. Which of the following is *not* an important step in construction of test ?
- (A) Reliability
  - (B) Procedure for scoring
  - (C) Gender ratio
  - (D) Objectivity
14. The degree of uniformity with which various person score the same test is :
- (A) reliability
  - (B) objectivity
  - (C) validity
  - (D) evaluation
15. SAI established in :
- (A) 1984
  - (B) 1982
  - (C) 1985
  - (D) 1990



12. आदर्श स्थितियों में जे.सी.आर. टेस्ट बैटरी व्यक्तिगत तौर पर मापती है :

- (A) मनोवैज्ञानिक शारीरिक तंदुरुस्ती
- (B) शारीरिक तंदुरुस्ती
- (C) हृदयवाहिका तन्दुरुस्ती
- (D) गामिक तंदुरुस्ती

13. इनमें से कौन सा परीक्षण को तैयार करने का मुख्य स्टेप नहीं है ?

- (A) विश्वसनीयता
- (B) आंकने की प्रक्रिया
- (C) लिंग अनुपात
- (D) वस्तुपरकता

14. एकरूपता की डिग्री जिसके द्वारा विभिन्न व्यक्तियों के आँकड़े एक जैसे आते हैं, मापती है :

- (A) विश्वसनीयता
- (B) वस्तुपरकता
- (C) वैधता
- (D) मूल्यांकन

15. एस.ए.आई. की स्थापना हुई :

- (A) 1984
- (B) 1982
- (C) 1985
- (D) 1990

16. Comparatively more time, money and energy are required to organise :
- (A) School tournaments
  - (B) Intramural competitions
  - (C) Class competitions
  - (D) Extramural competitions
17. Sports and activity equipments can be categorized as :
- (A) Consumable
  - (B) Non-consumable
  - (C) (A) and (B) both
  - (D) None of these
18. Pupil-teacher relationship shattered if teacher is :
- (A) understanding
  - (B) helpful
  - (C) friendly
  - (D) strict
19. The training cycle of duration of 1-2 yrs is called :
- (A) Micro
  - (B) Macro
  - (C) Meso
  - (D) None of the above

16. आयोजन के लिये तुलनात्मक रूप से समय, धन और ऊर्जा की अधिक जरूरत होती है :

(A) विद्यालयों के टूर्नामेंट में

(B) आन्तरिक (इन्ट्राम्यूरल) प्रतियोगिताओं में

(C) कक्षा की प्रतियोगिताओं में

(D) बाहरी (एक्स्ट्राम्यूरल) प्रतियोगिताओं में

17. खेल और गतिविधि उपकरणों को वर्गीकृत किया जा सकता है :

(A) उपभोग्य

(B) गैर-उपभोग्य

(C) (A) और (B) दोनों

(D) इनमें से कोई नहीं

18. विद्यार्थी और शिक्षक का सम्बंध टूट जाता है अगर अध्यापक :

(A) समझदार हो

(B) सहायक हो

(C) मैत्रीपूर्ण हो

(D) कठोर हो

19. 1-2 साल की ट्रेनिंग साइकिल की अवधि को क्या कहते हैं ?

(A) माइक्रो

(B) मेक्रो

(C) मेसो

(D) उपर्युक्त में से कोई नहीं

20. Historical Research Method provides :

- (A) Historical study
- (B) Deep study
- (C) Pre and Post study
- (D) Complex study

21. Which is the body fat measurement technique ?

- (A) BMI
- (B) Cooper test
- (C) DEXA
- (D) Ultrasound

22. Sub-laxation is the injury of :

- (A) Muscle
- (B) Artery
- (C) Bone
- (D) Joint

23. Stagnated performance of athlete can be denoted by :

- (A) S-curve
- (B) Pie
- (C) Parabola
- (D) Chi-square

20. ऐतिहासिक अनुसंधान विधि प्रदान करती है :

(A) ऐतिहासिक अध्ययन

(B) गहन अध्ययन

(C) पूर्व एवं पश्चात् अध्ययन

(D) जटिल अध्ययन

21. इनमें से कौनसी तकनीक शरीर की वसा मापने की है ?

(A) बी.एम.आई.

(B) कूपर टेस्ट

(C) डेक्सा

(D) अल्ट्रासाउण्ड

22. सब-लक्सेशन चोट है :

(A) मांसपेशीय

(B) धमनी

(C) हड्डी

(D) जोड़

23. खिलाड़ी के ठहरे हुए प्रदर्शन को किसके द्वारा निर्दिष्ट किया जा सकता है ?

(A) एस-कर्व

(B) पाई

(C) पेराबोला

(D) काई-स्क्वेयर



24. Sports performance can be affected by which ?

(A) Citizenship

(B) Stress

(C) Wealth

(D) Religion

25. Source of energy is :

(A) Minerals

(B) Water

(C) Carbohydrates

(D) Vitamins

26. BMI depends on :

(A) Height

(B) Weight

(C) Height and Weight

(D) None of the above

24. खेल प्रदर्शन किससे प्रभावित हो सकता है ?

(A) नागरिकता

(B) तनाव

(C) सम्पत्ति

(D) धर्म

25. ऊर्जा का स्रोत है :

(A) खनिज लवण

(B) जल

(C) कार्बोहाइड्रेट्स

(D) विटामिन

26. बी.एम.आई. निर्भर है :

(A) ऊँचाई पर

(B) वजन पर

(C) ऊँचाई और वजन पर

(D) उपर्युक्त में से कोई नहीं

27. W.B.C means :

- (A) Whole Blood Corpuscles
- (B) White Blood Corpuscles
- (C) White Blood Cell
- (D) Whole Blood Cell

28. Anaerobic exercises occur in :

- (A) Presence of Oxygen
- (B) Presence of Nitrogen
- (C) Absence of Oxygen
- (D) Absence of Hydrogen

29. Plasticity is :

- (A) Reduction in size
- (B) Enlarged in size
- (C) Regain of actual size
- (D) Loss of shape

30. Physical exercises deal with the development of human body :

- (A) Mental
- (B) Educational
- (C) Physical
- (D) Emotional

27. डब्ल्यू.बी.सी. का अर्थ है :

(A) व्होल ब्लड कार्पसल्स

(B) व्हाइट ब्लड कार्पसल्स

(C) व्हाइट ब्लड सेल

(D) व्होल ब्लड सेल

28. अवायवीय व्यायाम कब घटित होता है ?

(A) ऑक्सीजन की उपस्थिति में

(B) नाइट्रोजन की उपस्थिति में

(C) ऑक्सीजन की अनुपस्थिति में

(D) हाइड्रोजन की अनुपस्थिति में

29. प्लास्टिसिटी किसे कहते हैं ?

(A) घटा हुआ आकार

(B) बढ़ा हुआ आकार

(C) असली आकार की पुनः प्राप्ति

(D) आकार का बिगड़ना

30. शारीरिक व्यायाम मनुष्य के किस विकास से सम्बन्धित है ?

(A) मानसिक

(B) शैक्षणिक

(C) शारीरिक

(D) भावनात्मक

31. Growth occurs more rapid than development in :

- (A) Childhood
- (B) Old age
- (C) Adolescent
- (D) Adult

32. Endurance depends on :

- (A) Absence of disease
- (B) Physical fitness
- (C) Team spirit
- (D) Sociability

33. Group of tissue forms :

- (A) Mega cell
- (B) Micro cell
- (C) Mega tissue
- (D) Organ

34. The term 'Chip pass' is used in :

- (A) Tennis
- (B) Basketball
- (C) Football
- (D) Handball



31. किस अवस्था में वृद्धि विकास से ज्यादा तेज होती है ?

- (A) बाल्यावस्था में (B) वृद्धावस्था में  
(C) किशोरावस्था में (D) युवावस्था में

32. सहनशीलता आधारित है :

- (A) बीमारी ना होना  
(B) शारीरिक तंदुरुस्ती  
(C) टीम भावना  
(D) सुशीलता

33. ऊतकों का समूह बनाता है :

- (A) मेगा सेल (B) माइक्रो सेल  
(C) मेगा ऊतक (D) अंग

34. 'चिप पास' शब्द का इस्तेमाल होता है :

- (A) टेनिस में  
(B) बॉस्केटबॉल में  
(C) फुटबाल में  
(D) हैंडबॉल में

35. While drawing fixture, the formula for determining for odd number of teams in upper half is :

(A)  $\frac{n}{2}$

(B)  $\frac{n+1}{2}$

(C)  $\frac{n-1}{2}$

(D)  $\frac{(n+2)^2}{2}$

36. In Kabaddi, the line mandatory for a raider to cross, is called :

(A) Back line

(B) Baulk line

(C) Inner line

(D) End line

37. For compare two groups which of the following tests is used ?

(A) t-test

(B) F-test

(C)  $\chi^2$ -test

(D) Post-hoc test

38. Which item is included in JCR test ?

(A) 1500 m Run

(B) Discus throw

(C) Shuttle Run

(D) Long jump

35. विषम संख्या की टीमों का फिक्सचर डालते समय, ऊपर के हिस्से में टीमों के रखने का फॉर्मूला क्या है ?

(A)  $\frac{n}{2}$

(B)  $\frac{n+1}{2}$

(C)  $\frac{n-1}{2}$

(D)  $\frac{(n+2)^2}{2}$

36. कबड्डी में, जो लाइन रेडर (धावा करने वाला) के लिये पार करनी जरूरी होती है, उसे कहते हैं :

(A) पीछे की रेखा

(B) बाँक रेखा

(C) अन्दर की रेखा

(D) आखिरी रेखा

37. दो समूहों की तुलना के लिये किस टेस्ट का इस्तेमाल किया जाता है ?

(A) t-टेस्ट

(B) F-टेस्ट

(C)  $\chi^2$ -टेस्ट

(D) पोस्ट-हॉक टेस्ट

38. कौनसा टेस्ट JCR में जोड़ा गया है ?

(A) 1500 मीटर की दौड़

(B) चक्का फेंक

(C) शटल दौड़

(D) लम्बी कूद

39. Which of the following is called Ball and Socket joint ?

(A) Joint of the ribs

(B) Shoulder joint

(C) Skull joint

(D) None of the above

40. Performance capacity may be increased by :

(A) Overload

(B) Underload

(C) Training load

(D) None of these

41. The term Bully is used in which game ?

(A) Handball

(B) Tennis

(C) Table Tennis

(D) Hockey

42. Term like Kuzushi is related with which game ?

(A) Judo

(B) Softball

(C) Boxing

(D) Chess

39. इनमें से बॉल एण्ड साँकेट जोड़ किसे कहा जाता है ?

(A) रिब्स के जोड़ों को

(B) कन्धे के जोड़ को

(C) खोपड़ी के जोड़ों को

(D) उपर्युक्त में से कोई नहीं

40. प्रदर्शन की योग्यता बढ़ाई जा सकती है :

(A) अतिभार से

(B) कम भार से

(C) प्रशिक्षण भार से

(D) इनमें से कोई नहीं

41. "बुली" शब्द किस खेल में प्रयोग में लाया जाता है ?

(A) हैंडबॉल

(B) टेनिस

(C) टेबल टेनिस

(D) हॉकी

42. "कुजुशी" शब्द का सम्बन्ध किस खेल से है ?

(A) जूडो

(B) साफ्टबॉल

(C) बॉक्सिंग

(D) चेस



43. Olympism is a state of .....based on equality of sports which are International and democratic.
- (A) Mind (B) Body  
(C) Institution (D) Organization
44. Carbohydrates are essential :
- (A) for endurance activity  
(B) for strength activity  
(C) to get freedom from disease  
(D) breaking down complex body molecules
45. Which is *not* included in Olympic Motto ?
- (A) Citius (B) Stronger  
(C) Altius (D) Fortis
46. Aggression in sports leads to :
- (A) Violence (B) Tension  
(C) Award (D) Spiritualism
47. Extroverts are interested in :
- (A) Others (B) Themselves  
(C) None (D) All

43. ओलम्पिस्म एक ..... अवस्था है जो आधारित है स्थानीय और अन्तर्राष्ट्रीय स्तर पर खेलों में समानता के लिये।
- (A) दिमाग (B) शरीर  
(C) संस्थान (D) संस्था
44. कार्बोहाइड्रेट्स आवश्यक हैं :
- (A) सहनशील गतिविधियों के लिये  
(B) शक्तिशाली गतिविधियों के लिये  
(C) बीमारियों से बचाव के लिये  
(D) जटिल भोज्य अणुओं को तोड़ने के लिये
45. ओलम्पिक के आदर्श वाक्य में क्या सम्मिलित नहीं किया गया है।
- (A) सिटियस (B) स्ट्रांगर  
(C) एल्टियस (D) फॉर्टिस
46. खेलों में आक्रमकता नेतृत्व करती है :
- (A) हिंसा (B) चिन्ता/तनाव  
(C) इनाम (D) अध्यात्मवाद
47. बाह्यमुखी व्यक्ति रुचि रखते हैं :
- (A) दूसरों में (B) अपने आप में  
(C) किसी में नहीं (D) सभी में

48. Sports activity should be based on the interest of whom ?

(A) Participants

(B) Leader

(C) Institution

(D) Religion

49. To honour Zeus, which games were held ?

(A) Commonwealth Games

(B) Asian Games

(C) Ancient Olympic Games

(D) National Games

50. In which of the following dictums, the philosophy of realism best exemplified is :

(A) Sound mind in sound body

(B) Round peg in round hole

(C) Survival of the fittest

(D) Longer the waistline shorter the lifeline

48. खेलों की गतिविधि किसकी रुचि के आधार पर होनी चाहिये ?

(A) प्रतिभागियों पर

(B) नेताओं पर

(C) संस्था पर

(D) धर्म पर

49. भगवान् ज्यूस के सम्मान में कौन से खेल करवाये जाते थे ?

(A) कामनवेल्थ खेल

(B) एशियन खेल

(C) प्राचीन ओलम्पिक खेल

(D) नेशनल खेल

50. इनमें से कौनसी कहावत दर्शनशास्त्र में यथार्थवाद का अच्छा उदाहरण है :

(A) स्वस्थ मन में स्वस्थ तन

(B) गोल छेद में गोल खूंटी

(C) सर्वश्रेष्ठ की उत्तरजीविका

(D) जितनी बड़ी कमर उतनी छोटी उम्र