

TBC : 12/17/ET

Booklet Sr. No.

120269

Roll No.

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

PHYSICAL EDUCATION

PAPER III

Time Allowed : 2½ Hours]

[Maximum Marks : 150

Instruction for the Candidates

1. Write your Roll Number in the space provided on the top of this page. Do not write anything else on the Test Booklet except in the space provided for rough work.
2. This paper consists of *seventy five (75)* multiple-choice type of questions. *All* questions carry equal marks.
3. At the commencement of the examination, the question booklet will be given to you. In the first 5 minutes, you are requested to open the booklet and compulsorily examine it as below :
 - (i) **To have access to the Question Booklet, tear off the paper seal on the edge of this cover page. Do not accept a booklet without sticker-seal and do not accept an open booklet.**
 - (ii) **Tally the number of pages and number of questions in the booklet with the information printed on the cover page. Faulty booklets due to pages/questions missing or duplicate or not in serial order or any other discrepancy should be got replaced immediately by a correct booklet from the invigilator within the period of 5 minutes. Afterwards, neither the Question Booklet will be replaced nor any extra time will be given.**
4. Each item has four alternatives response marked (A), (B), (C) and (D). You have to darken the circle as indicated below on the correct response against each item completely with **Blue/Black ball point pen** as shown below. H.B. Pencil should not be used in blackening the circle to indicate responses on the answer sheet.

Example : (A) ● (C) (D) Where (B) is correct response.
5. Your responses to the each item are to be indicated in the **OMR Sheet** provided to you only. If you mark your response at any place other than in the circle in the OMR Sheet, it will not be evaluated.
6. Read instructions given inside carefully.
7. Rough work is to be done in the end of this booklet.
8. **If you write your Name, Roll Number, Phone Number or put any mark on any part of the OMR Sheet, except for the space allotted for the relevant entries, which may disclosed your identity, or use abusive language or employ any other unfair means, such as change of response by scratching or using white fluid, you will render yourself liable to disqualification.**
9. You have to return the original OMR Sheet to the invigilators at the end of the examination compulsorily and must not carry it with you outside the Examination Hall. You are however, allowed to carry original question booklet and duplicate copy of OMR Sheet on conclusion of examination.
10. **Use of any calculator or log table etc., is prohibited.**
11. **There are no negative marks for incorrect answers.**
12. In case of any discrepancy found in the English and Hindi Versions, the English Version will be treated as final.
13. **CARRYING AND USE OF ELECTRONICS/COMMUNICATION DEVICES IN EXAMINATION HALL ARE NOT ALLOWED.**

PHYSICAL EDUCATION

Paper III

Time Allowed : 2½ Hours]

[Maximum Marks : 150

Note :— This paper contains *seventy five (75)* multiple choice questions. Each question carries *two (2)* marks. Attempt all of them.

1. Example of slightly moveable joints is joints :
 - (A) Between the vertebrae
 - (B) Between the skull bones
 - (C) Between ear ossicles
 - (D) Between intervertebral discs

2. How many Byes will be awarded if total number of teams in a tournament is 21 ?
 - (A) 8
 - (B) 10
 - (C) 11
 - (D) 6

3. Which of the following tests is to measure sport competitive anxiety ?
 - (A) Big five
 - (B) CSAI-2
 - (C) SCAT
 - (D) MPI

शारीरिक शिक्षा

प्रश्न-पत्र III

समय : 2½ घण्टे]

[पूर्णांक : 150

नोट :— इस प्रश्न-पत्र में पचहत्तर (75) बहुविकल्पीय प्रश्न हैं। प्रत्येक प्रश्न के दो (2) अंक हैं। इन सभी को हल कीजिए।

1. बहुत कम गतिशील जोड़ का उदाहरण है :
(A) कशेरुकाओं के बीच
(B) खोपड़ी की हड्डियों के बीच
(C) कान की हड्डियों के बीच
(D) इन्टरवर्टीब्रल डिस्क के बीच
2. यदि किसी टूर्नामेंट में टीमों की कुल संख्या 21 है, तो कितनी बाईं दी जायेंगी ?
(A) 8 (B) 10
(C) 11 (D) 6
3. प्रतियोगिता खेल दुश्चिन्ता निम्न में से किस टेस्ट द्वारा मापी जा सकती है ?
(A) बिग-फाइव (B) सी.एस.ए.आई.-2
(C) एस.सी.ए.टी. (D) एम.पी.आई.

4. The growth velocity of adolescent boys is maxi.
- (A) 14-15 years (B) 13-14 years
- (C) 15-16 years (D) 16.5-17.5 years
5. The chronological age of sports kids refers to as :
- (A) Degree of physical maturity
- (B) Degree of mental maturity
- (C) Duration elapsed since birth
- (D) Level of physical growth
6. A high endurance athlete consumes amount of carbohydrate :
- (A) 4-6 gms/1 gm of body mass
- (B) 6-8 gms/1 gm of body mass
- (C) 8-10 gms/1 gm of body mass
- (D) 10-12 gms/1 gm of body mass
7. The transition period in sports training cycle refers as :
- (A) Active rest (B) Full rest
- (C) Light weight trg (D) Moderate endurance activities

4. किशोर लड़कों में सबसे ज्यादा विकास का वेग होता है।
- (A) 14-15 वर्ष में (B) 13-14 वर्ष में
(C) 15-16 वर्ष में (D) 16.5-17.5 वर्ष में
5. खेलने वाले बच्चों में कालक्रमबन्ध आयु का अर्थ है।
- (A) शारीरिक परिपक्वता का स्तर
(B) मानसिक परिपक्वता का स्तर
(C) जन्म से बीता हुआ समय
(D) शारीरिक विकास का स्तर
6. एक उच्च सहनशील खिलाड़ी कितना कार्बोहाइड्रेट लेता है ?
- (A) 4-6 ग्राम/1 ग्राम के शरीर द्रव्यमान
(B) 6-8 ग्राम/1 ग्राम के शरीर द्रव्यमान
(C) 8-10 ग्राम/1 ग्राम के शरीर द्रव्यमान
(D) 10-12 ग्राम/1 ग्राम के शरीर द्रव्यमान
7. खेल प्रशिक्षण में ट्रांजिशन अवधि का अर्थ है :
- (A) सक्रिय आराम (B) पूर्ण आराम
(C) हल्के वजन की क्रियायें (D) मध्यम सहनशील क्रियायें

8. In athletics 'Attire' refers to as :
- (A) Technical officials (B) Sports rules
(C) Sports administration (D) Sports uniform
9. Increase in muscles mass due to weight training refers as :
- (A) Muscular hypertrophy (B) Muscles dehypertrophy
(C) Muscles nehypertrophy (D) Body trophy
10. Male elite endurance athlete consume the O_2 :
- (A) 80 ml/kg/min (B) 70 ml/kg/min
(C) 60 ml/kg/min (D) 65 ml/kg/min
11. The less resting heart rate negatively correlates to sports performance of :
- (A) Sprint (B) Archery
(C) Marathon (D) High Jump
12. The blood lactic acid has high concentration during :
- (A) Aerobic exercises (B) Anaerobic exercises
(C) Hard weight training (D) Dynamic stretching exercises

8. एथलेटिक्स में "अट्टाइर" का अर्थ है :

(A) तकनीकी अधिकारी

(B) खेल नियम

(C) खेल प्रबंधन

(D) खेल पोशाक

9. वजन के साथ क्रियाओं से मांसपेशियों के बढ़ाव का अर्थ है।

(A) मांसपेशियों की अतिवृद्धि

(B) मांसपेशियों की डीहाइपरट्रोफी

(C) मांसपेशियों की नीहाइपरट्रोफी

(D) शरीर ट्राफी

10. उत्कृष्ट पुरुष धैर्यवान एथलीट कितनी O_2 लेते हैं ?

(A) 80 मिली./किग्रा./मिनट

(B) 70 मिली./किग्रा./मिनट

(C) 60 मिली./किग्रा./मिनट

(D) 65 मिली./किग्रा./मिनट

11. कम आरामीय हृदय-दर नकारात्मक रूप से सम्बन्धित होती है :

(A) छोटी दौड़

(B) तीरंदाजी

(C) मैराथन

(D) ऊँची कूद

12. किसके दौरान दुग्धाम्ल रुधिर में उच्च रूप से केंद्रित होता है :

(A) अरोबिक क्रियायें

(B) अनअरोबिक क्रियायें

(C) सख्त वजन प्रशिक्षण

(D) गतिशील स्ट्रेचिंग क्रियायें

13. The sports talent scouting means :
- (A) Organize measures to detect signs of sports talent
 - (B) Psychological factors of sports talent
 - (C) Physical movement expression of sports talent
 - (D) Talented kids to sports environment
14. Which are the most pre-requisite for sports talent :
- (A) Motor learning ability, high potential and mental abilities
 - (B) Mental power, muscles strength and high achievements
 - (C) High motor ability, physiological and mental capacities
 - (D) Current level of sports performance and achievements
15. In sports training "somatic" refers to the :
- (A) Musculo-skeletal system
 - (B) Blood circulation system
 - (C) Nervous system
 - (D) Excretory system
16. One of the most important works of sport manager is :
- (A) Leading
 - (B) Controlling
 - (C) Organising
 - (D) Preaching

13. खेल प्रतिभा स्काउटिंग का अर्थ ।

- (A) खेल प्रतिभा में संगठित मापों के द्वारा चिह्नों की पहचान
- (B) खेल प्रतिभा के मनोवैज्ञानिक कारक
- (C) खेल प्रतिभा की शारीरिक गतियों का प्रदर्शन
- (D) प्रतिभापूर्ण बच्चों को खेल वातावरण होना

14. खेल प्रतिभा के लिए सबसे आवश्यक पूर्वाकांक्षित क्या है ?

- (A) गामक क्रिया सीखने की क्षमता, उच्च सम्भावित व मानसिक क्षमता
- (B) मानसिक शक्ति, मांसपेशी शक्ति व उच्च उपलब्धि
- (C) उच्च गामक क्षमता, शरीरक्रियात्मक व मानसिक क्षमताएँ
- (D) वर्तमान खेल प्रदर्शन व उपलब्धि का स्तर

15. खेल-प्रशिक्षण में 'सोमैटिक' से अर्थ है ।

- (A) मांसपेशी व कंकाल प्रणाली
- (B) रक्त संचार प्रणाली
- (C) तंत्रिका प्रणाली
- (D) उत्सर्जन प्रणाली

16. खेल प्रबंधक का एक महत्वपूर्ण कार्य है :

- (A) नेतृत्व करना
- (B) नियंत्रण करना
- (C) संगठनकारी
- (D) उपदेश देना

17. Most important factor for construction of Indoor training hall is :
- (A) Ventilation (B) Sun light
(C) Direction (D) Floor inclination
18. In which year National Plan for Physical Education was published by Govt. of India ?
- (A) 1956 (B) 1960
(C) 1962 (D) 1958
19. The professional ethics in physical education is :
- (A) Sociabilities and mass participation
(B) Physical efficiency and performance
(C) Dedication to physical education programme and moral values
(D) Mass demonstration of physical activities
20. Correct sequence for sport management should be :
- (A) Controlling, direction, planning and organisation
(B) Direction, controlling, planning and organisation
(C) Organisation, planning, correcting and controlling
(D) Planning, organisation, correcting and controlling

17. इनडोर प्रशिक्षण हाल बनाने के लिए सबसे महत्वपूर्ण कारक क्या है ?
- (A) रोशनदान (B) सूर्य की रोशनी
(C) दिशा (D) फ्लोर इनक्लीनेशन
18. भारत सरकार द्वारा किस साल में शारीरिक शिक्षा की राष्ट्रीय योजना को छापा गया था ?
- (A) 1956 (B) 1960
(C) 1962 (D) 1958
19. शारीरिक शिक्षा में व्यावसायिक मूल्य क्या है ?
- (A) समाजीकरणीय क्षमता एवं सामूहिक भागीदारी
(B) शारीरिक क्षमता एवं परफॉर्मेंस
(C) शारीरिक शिक्षण प्रोग्राम के प्रति समर्पण तथा नैतिक मूल्य
(D) शारीरिक गतिविधियों का सामूहिक प्रदर्शन
20. खेल प्रबंधन में सही अनुक्रम क्या होना चाहिए ?
- (A) नियंत्रण, दिशा, योजना एवं संगठन
(B) दिशा, नियंत्रण, योजना एवं संगठन
(C) संगठन, योजना, संशोधन एवं नियंत्रण
(D) योजना, संगठन, संशोधन एवं नियंत्रण

21. Intramural competition is basically meant for :
- (A) Team work (B) Mass participation
(C) Discipline learning (D) Self sport activity
22. The Intermediate Olympic Games held in :
- (A) 1902, Athens (B) 1906, Athens
(C) 1910, Paris (D) 1914, Paris
23. FILA is sports federation related with the Game :
- (A) Football (B) Lawn Tennis
(C) Ice Skating (D) Wrestling
24. The 1920-Antwerp Olympic Games Flag replaced in :
- (A) 1984 (B) 1988
(C) 1992 (D) 1972
25. The blood doping was banned in :
- (A) 1975 (B) 1985
(C) 1990 (D) 1995

21. इन्द्रामूलर प्रतियोगिता मुख्यतः किसलिए होती है ?

(A) सामूहिक कार्य

(B) सामूहिक भागीदारी

(C) अनुशासन अधिगम

(D) स्वयं खेल क्रिया

22. मध्यम ओलम्पिक खेल कब हुए थे ?

(A) 1902, एथेन्स

(B) 1906, एथेन्स

(C) 1910, पेरिस

(D) 1914, पेरिस

23. फीला महासंघ किस खेल से सम्बन्धित है ?

(A) फुटबॉल

(B) लॉन टेनिस

(C) बर्फ स्केटिंग

(D) कुश्ती

24. 1920-अनवरप ओलम्पिक खेलों के झण्डे का कब बदलाव किया गया ?

(A) 1984

(B) 1988

(C) 1992

(D) 1972

25. खून डोपिंग को कब प्रतिबन्धित किया गया ?

(A) 1975

(B) 1985

(C) 1990

(D) 1995

26. The doping test without testing facility banned in 1989 :
- (A) Gene Therapy (B) Human Growth Hormone
(C) EPO (D) Stanazolole Steroid
27. Athletics team of country banned in 2016 Rio Olympics :
- (A) Russia (B) Germany
(C) Ukraine (D) Israel
28. The current President of IOC :
- (A) Dr. Jacques Rogge (B) Thomas Back
(C) Antonio Samaranch (D) Sabestain Col
29. The IOC delimited the maximum athletes in 2020 Olympics :
- (A) 10,000 (B) 10,500
(C) 11,000 (D) 11,500
30. The Women Marathon was first time held in Olympics in :
- (A) 1976 (B) 1980
(C) 1984 (D) 1988

26. 1989 में किस डोप परीक्षण को बिना सुविधा के प्रतिबन्धित किया गया ?
- (A) जीन थिरेपी (B) मनुष्य वृद्धि हार्मोन
(C) ई. पी. ओ. (D) स्टानैजोलोल स्टेरॉयड
27. 2016 के रियो ओलम्पिक खेलों में किस देश की टीम को प्रतिबन्धित किया था ?
- (A) रूस (B) जर्मनी
(C) यूक्रेन (D) इजराइल
28. वर्तमान में आई. ओ. सी. का अध्यक्ष कौन है ?
- (A) डॉ. जैक्वस रोग (B) थॉमस बैक
(C) अन्टोनियो समारांच (D) सेबस्टन को.
29. 2020 के ओलम्पिक में आई. ओ. सी. ने अधिकतम कितने खिलाड़ियों की सीमा रखी है ?
- (A) 10,000 (B) 10,500
(C) 11,000 (D) 11,500
30. महिलाओं की मैराथन किस ओलम्पिक में प्रथम बार हुई ?
- (A) 1976 (B) 1980
(C) 1984 (D) 1988

31. The Olympics Day is celebrated since 1948 on :
- (A) 23rd May (B) 23rd June
(C) 20th Sep. (D) 20th Aug.
32. The following is *not* the technique of massage :
- (A) Effleurage (B) Beating
(C) Vibration (D) Imagery
33. Which of the following is *not* the method for body composition ?
- (A) Body Mass Index
(B) Hydrostatic Weighing
(C) Bodpod
(D) Dual Energy X-ray Absorptiometry
34. According to prohibited list 2018 how many classes of substances are prohibited at all times ?
- (A) 5 (B) 6
(C) 4 (D) 3

31. 1948 से ओलम्पिक दिन कब मनाया जाता है ?

(A) 23 मई

(B) 23 जून

(C) 20 सितम्बर

(D) 20 अगस्त

32. इनमें से कौनसी मालिश की तकनीक नहीं है ?

(A) एफ्ल्यूरेज

(B) बीटिंग

(C) कंपन

(D) इमेजरी

33. निम्न में से कौनसा शारीरिक बनावट जानने का तरीका नहीं है ?

(A) बॉडी मास इन्डेक्स

(B) जलस्थैतिक (हाइड्रोस्टेटिक) वजन करना

(C) बाडपाड

(D) डूयल ऊर्जा एक्सरे अवशोषणमापी

34. निषिद्ध सूची 2018 के अनुसार कितनी प्रकार के निषिद्ध पदार्थ हमेशा के लिए निषिद्ध हैं ?

(A) 5

(B) 6

(C) 4

(D) 3

35. What happens to lactic acid after exercise in the body ?
- (A) Can be converted to glucose
 - (B) Cannot be converted into ATP
 - (C) Cannot enter into the blood
 - (D) Does not go into the liver
36. Kyphosis is :
- (A) an exaggeration or increase in the amount of convexity of the thoracic region of spine
 - (B) Increase in the amount of the normal concavity of the lumbar region of the spine
 - (C) Exaggerated lateral curvature of the spine
 - (D) A decrease in the amount of convexity of the thoracic region of the spine
37. Which of the following need to be replaced within one hour of exercise ?
- (A) Proteins
 - (B) Vitamins
 - (C) Carbohydrates
 - (D) Minerals

35. व्यायाम के बाद शरीर में लैक्टिक एसिड का क्या होता है ?

(A) पुनः ग्लूकोज में परिवर्तित होना

(B) एटीपी में परिवर्तन नहीं होना

(C) खून में नहीं पहुँचना

(D) लीवर में नहीं पहुँचना

36. काइफोसिस है :

(A) रीढ़ की हड्डी के थोरेसिक क्षेत्र में उत्तलता का अतिरंजित होना या बढ़ना

(B) रीढ़ की हड्डी के थोरेसिक क्षेत्र में सामान्य अवतलता का बढ़ना

(C) रीढ़ की हड्डी की पार्श्व वक्रता का अतिरंजित होना

(D) रीढ़ की हड्डी के थोरेसिक क्षेत्र में उत्तलता का घटना

37. निम्न में से किसको व्यायाम के एक घण्टे के अन्दर प्रतिस्थापित करने की आवश्यकता है ?

(A) प्रोटीन

(B) विटामिन

(C) कार्बोहाइड्रेट्स

(D) मिनरल

38. The following are the principles of evaluation, *except* :
- (A) Objectivity
 - (B) Quantifiability
 - (C) Scientific
 - (D) Popularity
39. The following is *not* the Basketball Skill Test :
- (A) Johnson Basketball Test
 - (B) AAHPERD Basketball Test
 - (C) SAI Basketball Test
 - (D) Cooper's Basketball Test
40. The following is *not* the Hockey Skill Test :
- (A) SAI Hockey Skill Test
 - (B) Friedelfield Hockey Skill Test
 - (C) Embden Mayerhoff Hockey Test
 - (D) Chapman Ball Control Test 1982
41. The following is *not* Volleyball Skill Test :
- (A) Brady's Volleyball Skill Test
 - (B) Chadwick's Volleyball Skill Test
 - (C) North Carolina State University Volleyball Skill Test
 - (D) SAI Volleyball Skill Test

38. निम्नलिखित मूल्यांकन के सिद्धान्त हैं सिवाय :
- (A) विषयनिष्ठता (B) योंक्षमता (क्वांटिफाईएबिलिटी)
(C) वैज्ञानिकता (D) लोकप्रियता
39. इनमें से कौनसा बास्केटबॉल क्षमता परीक्षण नहीं है ?
- (A) जानसन बास्केटबॉल टेस्ट
(B) आहपर्ड बास्केटबॉल टेस्ट
(C) साई बास्केटबॉल टेस्ट
(D) कूपर बास्केटबॉल टेस्ट
40. इनमें से कौनसा हॉकी क्षमता परीक्षण नहीं है ?
- (A) साई हॉकी क्षमता टेस्ट
(B) फ्रीडलफील्ड हॉकी क्षमता टेस्ट
(C) एमडन मेयरहॉफ हॉकी टेस्ट
(D) चैपमैन बॉल नियंत्रण टेस्ट 1982
41. इनमें से कौनसा वॉलीबॉल क्षमता परीक्षण नहीं है ?
- (A) ब्राडी वॉलीबॉल क्षमता टेस्ट
(B) चैडविक वॉलीबॉल क्षमता टेस्ट
(C) नार्थ कैरोलिना स्टेट विश्वविद्यालय वॉलीबॉल क्षमता टेस्ट
(D) साई वॉलीबॉल क्षमता टेस्ट

42. An isometric muscle action is characterized by the production of force :
- (A) as a muscle lengthens due to extension of a joint
 - (B) through movement generated in opposition to the downward pull of gravity
 - (C) as a muscle shortens due to flexion of a joint
 - (D) through tension and muscle contraction without movement
43. Milk is deficient in which of the following nutrients ?
- (A) Protein
 - (B) Fat
 - (C) Calcium
 - (D) Iron
44. Regarding brushing of teeth which of the following statements is most appropriate ?
- (A) Is done to remove the food particles trapped between the teeth
 - (B) Use of brush is more effective than use of threading
 - (C) Paste contains fluoride that is responsible for strong teeth
 - (D) Toothpaste is more important than brush as it contains mouth fresher
45. When you put a question in the class to check the knowledge of students, the best method would be to :
- (A) Put more than one question at a time to stimulate students
 - (B) Frame the question as lengthy as you can
 - (C) To point to intelligent students first and then put the question
 - (D) To pose the question to the whole class and then select somebody to answer

42. समलम्बाई वाली पेशीय क्रियाओं की बल उत्पादन प्रक्रिया के लक्षण है :
- (A) पेशी बढ़ती है जोड़ के सीधा होने से
 (B) गुरुत्वाकर्षण के विपरीत संचलन का उत्पन्न होना
 (C) पेशी का जोड़ के मोड़ने से सिकुड़ना
 (D) तनाव द्वारा एवं मांसपेशी का संकुचन बिना संचलन के
43. दूध में निम्न पोषक तत्व की कमी होती है :
- (A) प्रोटीन (B) फैट (वसा)
 (C) कैल्सियम (D) लौह तत्व
44. दाँतों में ब्रुश करने को लेकर निम्न में से कौनसा कथन सबसे उपयुक्त है ?
- (A) दाँतों में फँसे खाने के कणों को निकालने के लिए की जाती है
 (B) ब्रुश का इस्तेमाल सूत्रण से अधिक प्रभावशाली है
 (C) पेस्ट में फ्लोराइड होता है जो दाँतों की मजबूती के लिए जिम्मेदार है
 (D) टूथपेस्ट ब्रुश से अधिक महत्वपूर्ण है क्योंकि इसमें मुँह का फ्रेशनर होता है
45. जब आप छात्रों के ज्ञान की जाँच करने के लिए कक्षा में एक प्रश्न डालते हैं, तो सबसे अच्छा तरीका होगा :
- (A) छात्रों को उत्तेजित करने के लिए एक से अधिक प्रश्न पूछ लें
 (B) प्रश्न को जितना लंबा बना सकते हैं, बनाइए
 (C) पहले बुद्धिमान छात्रों को इंगित करें और फिर सवाल पूछें
 (D) पूरी कक्षा को सवाल उठाने के बाद जवाब देने के लिए किसी एक को चुनें

46. Pre-environmental circumstances that affect jumping performance for 6 year olds the same today as when the 10 year olds were 6 year, addresses which type of problem ?
- (A) Age problem (B) Cohort problem
(C) Environmental problem (D) Ability problem
47. Operant conditioning is the shaping, maintenance and reduction of :
- (A) Voluntary Behaviours (B) Involuntary Behaviours
(C) Innate Behaviours (D) Cognitive Behaviours
48. The term "reinforcement" is roughly synonymous with the term :
- (A) Strengthening (B) Gain
(C) Award (D) Reward
49. The statistical study of behaviour and relationships within social groups, especially expressed in terms of preferences is known as :
- (A) Socio-diagramming (B) Sociometry
(C) Socio-programming (D) Socio-economic

46. पूर्व पर्यावरणीय परिस्थितियों में 6 साल के लिए कूदने वाला प्रभाव उसी तरह का था जब आज 10 साल का बच्चा 6 साल का था, किस प्रकार की समस्या को दर्शाता है ?
- (A) आयु समस्या (B) जंथा समस्या
(C) पर्यावरणीय समस्या (D) योग्यता समस्या
47. आपरेंट द्विपदीय आकार, रख-रखाव एवं निम्न में से किसकी कमी को दर्शाता है ?
- (A) स्वैच्छिक व्यवहार (B) अनैच्छिक व्यवहार
(C) जन्मजात व्यवहार (D) संज्ञानात्मक व्यवहार
48. सुदृढीकरण सामान्यतया किस शब्द का समानार्थक है ?
- (A) मजबूत (सुदृढ) (B) लाभ
(C) पुरस्कार (D) इनाम
49. सामाजिक समूह के भीतर व्यवहार और रिश्तों का सांख्यिकीय अध्ययन, विशेष रूप से प्राथमिकताओं के सन्दर्भ में व्यक्त किया जाता है :
- (A) सामाजिक-आरेखण (B) समाजमिति
(C) सामाजिक-प्रोग्रामिंग (D) सामाजिक-आर्थिक

50. The components of health-related physical fitness are :
- (A) Cardiorespiratory fitness, muscular strength, muscular endurance and flexibility
 - (B) Cardiorespiratory endurance, muscular strength, muscular endurance, flexibility, and body composition
 - (C) Hand-eye coordination
 - (D) Spiritual, physical, emotional, social, and intellectual health
51. Muscular endurance is defined as :
- (A) Peak ability of a muscle to generate force
 - (B) The ability of the heart to provide oxygen rich blood to the muscles
 - (C) The ability of a muscle or muscle group to generate force repeatedly
 - (D) An ability you are born with and cannot train
52. The cool down after exercise is important because it :
- (A) Improves oxygen uptake
 - (B) Regulates breathing
 - (C) Speeds the removal of lactic acid
 - (D) Decreases adrenaline

50. स्वास्थ्य से संबंधित शारीरिक फिटनेस के घटकों में निम्न शामिल है :

- (A) कार्डियोरेस्पिरेटरी फिटनेस, स्नायु शक्ति, पेशी धीरज और लचीलापन
- (B) कार्डियोरेस्पिरेटरी फिटनेस, स्नायु शक्ति, पेशी धीरज, लचीलापन और शरीर संरचना
- (C) हाथ से आँख का समन्वय
- (D) आध्यात्मिक, शारीरिक, भावनात्मक, सामाजिक और बौद्धिक स्वास्थ्य

51. पेशी धीरज को परिभाषित करते हैं :

- (A) बल पैदा करने के लिए पेशियों की चोटी की क्षमता
- (B) मांसपेशियों को ऑक्सीजन समृद्ध रक्त प्रदान करने की हृदय की क्षमता
- (C) मांसपेशियों और मांसपेशी समूह की शक्ति की बार-बार शक्ति उत्पन्न करने की क्षमता
- (D) एक क्षमता जिसके साथ आप जन्म लेते हैं और ट्रेन नहीं कर सकते

52. व्यायाम के बाद शीतलीकरण महत्वपूर्ण है क्योंकि :

- (A) ऑक्सीजन लेने में सुधार
- (B) सांस में नियन्त्रण
- (C) लैक्टिक एसिड हटाने की गति बढ़ाना
- (D) एड्रीनैलीन को कम करना

53. Which one of the following is *not* an example of a doping substance ?
- (A) Adrafinil (B) Etilamfetamine
(C) Dextromoramide (D) Caffeine
54. You should ice a soft tissue injury for :
- (A) 5 minutes after it has occurred
(B) 10 minutes after it has occurred
(C) 20 minutes every 2 hours for 24-48 hours
(D) None of the above
55. TOTAPS is :
- (A) Best way to make sure a player is fully fit before returning to play after injury
(B) Best way to ensure full rehabilitation from injury
(C) The machine that physiotherapists use to stimulate recovery
(D) Assess an injury to a sports player on the pitch
56. The action potential relies upon the movement of which of these ions into and out of the cell ?
- (A) Calcium and magnesium (B) Iron and iodine
(C) Sodium and potassium (D) Sodium and magnesium

53. निम्न में से कौन डोपिंग पदार्थ का उदाहरण नहीं है ?
- (A) एडराफिनिल (B) एटिलामफेटामाइन
(C) डेक्सट्रोमोरामाइड (D) कैफीन
54. नरम ऊतक की चोट को आप बर्फ लगायेंगे :
- (A) चोट के 5 मिनट बाद
(B) चोट के 10 मिनट बाद
(C) 20 मिनट हर दो घण्टे में 24-48 घंटे तक
(D) उपर्युक्त में से कोई नहीं
55. टी.ओ.टी.ए.पी.एस. है :
- (A) यह सुनिश्चित करने का सबसे अच्छा तरीका है कि खिलाड़ी चोट के बाद खेलने के लिए लौटने के लिए पूर्णतया फिट है
(B) चोट से पूर्ण पुनर्वास सुनिश्चित करने का सबसे अच्छा तरीका
(C) मशीन जो फिजियोथेरेपिस्ट रिकवरी के लिए इस्तेमाल करता है
(D) खिलाड़ी की चोट का पिच पर आकलन करना
56. एक्शन पोटेन्सियल के लिए कौन-कौनसे आयन कोशिका से अन्दर एवं बाहर जाते हैं ?
- (A) कैल्सियम एवं मैग्नीशियम (B) लौह तत्व और आयोडीन
(C) सोडियम और पोटैशियम (D) सोडियम और मैग्नीशियम

57. Which of these is an example of a neurotransmitter ?
- (A) Dopamine (B) Nor epinephrine
(C) Acetyl-choline (D) All of these
58. Oxygen delivery to exercising skeletal muscle increases due to :
- (A) Decreased cardiac output
(B) Redistribution of blood flow
(C) Decrease in arterial blood pressure
(D) None of the above
59. Along with the nervous system, which other system controls the internal environment (homeostasis) :
- (A) Muscular (B) Endocrine
(C) Respiratory (D) Digestive
60. After three weeks of regular exercise the resting pulse rate should :
- (A) Increase (B) Unaltered
(C) Decrease (D) None of these

57. इनमें से कौनसा न्यूरोट्रांसमीटर का उदाहरण है ?
- (A) डोपामीन (B) नोर एपिनेफ्रीन
(C) ऐसीटिल-कोलिन (D) ये सभी
58. व्यायाम कर रही कंकाल मांसपेशियों में ऑक्सीजन की अधिक उपलब्धता निम्न में से किस कारण से होती है ?
- (A) कार्डियक आउटपुट का कम होना
(B) रक्त के प्रवाह का पुनर्वितरण
(C) धमनी रक्तचाप की कमी
(D) उपर्युक्त में से कोई नहीं
59. तन्त्रिका तंत्र के साथ जो अन्य तंत्र आन्तरिक वातावरण को नियंत्रित करता है वह :
- (A) मस्कुलर (पेशीय) (B) अंतःस्रावी
(C) श्वसन (D) पाचन
60. नियमित व्यायाम के तीन हफ्तों के बाद आराम नाड़ी दर में :
- (A) वृद्धि होना (B) कोई बदलाव न होना
(C) कम होना (D) इनमें से कोई नहीं

61. A muscle fiber relaxes when :
- (A) All the ATP is used up
 - (B) The actin binding sites are saturated
 - (C) The nerve stimulus is too forceful
 - (D) The nerve stimulus is removed
62. Learning the sports rules, theory and history fall under which domain of learning ?
- (A) Psychomotor
 - (B) Affective
 - (C) Associative
 - (D) Cognitive
63. According to sport sociologist, the sport is primarily described as which kind of activity ?
- (A) Professionalized
 - (B) Idealized
 - (C) Institutionalized
 - (D) Musculoskeletal
64. Milo of Greek used two principles of muscles, strength and endurance conditioning :
- (A) Progression and Overload
 - (B) Resistance and Overload
 - (C) Intensity and volume retention
 - (D) Frequency of repetition and progression

61. मांसपेशी आराम की अवस्था में आ जाती है जब :
- (A) सभी एटीपी उपयोग में आ जाता है
 (B) एक्टिन बाध्यकारी जगह संतृप्त हो जाती है
 (C) तन्त्रिका उत्तेजना बहुत सशक्त हो
 (D) तन्त्रिका उत्तेजना हटा दी जाये
62. अधिगम के किस प्रभाव क्षेत्र में खेल के नियमों, सिद्धान्तों एवं इतिहास का सीखना सम्बन्धित है ?
- (A) मनोगामक क्रिया (B) भावात्मक
 (C) संबद्ध (D) ज्ञान संबंधी
63. खेल समाजशास्त्रियों के अनुसार, खेल मूलरूप से किस प्रकार की क्रिया है ?
- (A) व्यावसायिक (B) सैद्धान्तिक
 (C) संस्थागत (D) पेशीय कंकाल
64. ग्रीस के मिलो ने मांसपेशी बल एवं सहनशीलता के दो सिद्धान्त प्रयोग किये :
- (A) प्रगति एवं अतिभार
 (B) प्रतिरोध एवं अतिभार
 (C) तीव्रता एवं आयतन ठहराव
 (D) पुनरावृत्ति की आवृत्ति एवं प्रगति

65. Choose the *correct* statement :

- (A) If F-statistic is significant at 0.05 level, it will also be significant at 0.01 level
- (B) If F-statistic is significant at 0.01 level, it may not be significant at 0.05 level
- (C) If F-statistic is significant at 0.01 level, it will necessarily be significant at 0.05 level
- (D) If F-statistic is not significant at 0.01 level, it will not be significant at 0.05 level

66. If the respondents were required to rate themselves an emotional strength on a 9-point scale, what type of data would be generated ?

- (A) Interval
- (B) Ratio
- (C) Nominal
- (D) Ordinal

67. Which of the following is an example of close skill ?

- (A) Dribbling in basketball
- (B) Rallying in tennis
- (C) Backward somersault on floor exercise
- (D) Dosing an opponent in football

65. सही कथन चुनें :

- (A) यदि F सांख्यिकी 0.05 पर महत्वपूर्ण है, तो वह 0.01 पर भी महत्वपूर्ण होगी
- (B) यदि F सांख्यिकी 0.01 पर महत्वपूर्ण है, तो वह 0.05 पर महत्वपूर्ण नहीं होगी
- (C) यदि F सांख्यिकी 0.01 पर महत्वपूर्ण है, तो वह आवश्यक तौर पर 0.05 पर भी महत्वपूर्ण होगी
- (D) यदि F सांख्यिकी 0.01 पर महत्वपूर्ण नहीं है, तो वह 0.05 पर भी महत्वपूर्ण नहीं होगी

66. अगर उत्तरदाताओं को 9 अंकों के पैमाने पर खुद को भावनात्मक ताकत पर रेट करने के लिए आवश्यक थे, तो किस प्रकार के डेटा का निर्माण होगा ?

- (A) मध्यान्तर (B) अनुपात
- (C) नाममात्र (D) क्रमवाचक

67. निम्नलिखित में से कौनसा कौशल निर्धारित (बंद) कौशल का उदाहरण है ?

- (A) बॉस्केटबॉल में ड्रिबलिंग
- (B) टेनिस में रेली
- (C) फ्लोर व्यायाम पर पीछे की तरफ कूदना
- (D) फुटबॉल में अपने प्रतिद्वंद्वी को धोखा देना

68. Process of gradual disappearance of the conditioned response or disconnection of the S-R association is called :
- (A) Stimulus generalization (B) Stimulus discrimination
(C) Extinction (D) Spontaneous recovery
69. Principle of tension reduction by which the Id operates is called :
- (A) Wish fulfilment principle (B) Primary process principle
(C) Reflex actions principle (D) Pleasure principle
70. Dividing the students in a class or area of activity can prove beneficial in adjusting the method of instruction to varying
- (A) Individual differences (B) Interest
(C) Intelligence (D) Aptitude
71. If the sample size increases, the value of correlation coefficient, required for its significance :
- (A) Decreases (B) Increases
(C) May increase or decrease (D) Remains constant

68. अनुकूलित प्रतिक्रिया या एस-आर साहचर्य के वियोग के क्रमिक रूप से गायब होने की प्रक्रिया को क्या कहा जाता है ?
- (A) उत्तेजना सामान्यीकरण (B) उत्तेजना भेदभाव
(C) परिमृति (D) सहज पुनःप्राप्ति
69. तनाव कम करने का सिद्धान्त जिसके द्वारा आई डी (ID) संचालित होता है, कहलाता है :
- (A) इच्छापूर्ति का सिद्धान्त (B) प्राथमिक प्रक्रिया सिद्धान्त
(C) सहज क्रिया सिद्धान्त (D) खुशी का सिद्धान्त
70. एक वर्ग या गतिविधि के क्षेत्र में छात्रों को विभाजित करने के लिए अलग-अलग शिक्षा के तरीके को समायोजित करने में लाभकारी साबित हो सकता है :
- (A) व्यक्तिगत मतभेद (B) दिलचस्पी
(C) बुद्धिमत्ता (D) सहज रुझान (अभिवृत्ति)
71. यदि नमूना आकार बढ़ता है, तो आवश्यक सह-सम्बन्ध गुणांक का मूल्य :
- (A) घटता है (B) बढ़ता है
(C) बढ़ सकता है या घट सकता है (D) स्थिर रहता है

72. If it is desired to compare the cardio-respiratory endurance of under-graduate and post-graduate students of an institute, which is the most appropriate set of hypothesis ?

(A) $H_0 : \mu_{UG} = \mu_{PG}$

$H_1 : \mu_{UG} < \mu_{PG}$

(C) $H_0 : \mu_{UG} = \mu_{PG}$

$H_1 : \mu_{UG} \neq \mu_{PG}$

(B) $H_0 : \mu_{UG} \neq \mu_{PG}$

$H_1 : \mu_{UG} = \mu_{PG}$

(D) $H_0 : \mu_{UG} = \mu_{PG}$

$H_1 : \mu_{UG} > \mu_{PG}$

73. The total number of events will held in Athletics for men and women in 2020 Olympic :

(A) Men 24, Women 24

(B) Men 24, Women 23, One Mix

(C) Men 25, Women 25

(D) Men 22, Women 22

74. Maximum number of nails can be used in running shoes of athletics :

(A) 7

(B) 9

(C) 11

(D) 13

75. How many colours are in the Archery target face ?

(A) 4

(B) 5

(C) 7

(D) 9

72. एक संस्थान के स्नातक और स्नातकोत्तर छात्रों के हृदय श्वसन धीरज की तुलना करने के लिए, परिकल्पना का कौनसा सेट सबसे उपयुक्त है ?

(A) $H_0 : \mu_{UG} = \mu_{PG}$

(B) $H_0 : \mu_{UG} \neq \mu_{PG}$

$H_1 : \mu_{UG} < \mu_{PG}$

$H_1 : \mu_{UG} = \mu_{PG}$

(C) $H_0 : \mu_{UG} = \mu_{PG}$

(D) $H_0 : \mu_{UG} = \mu_{PG}$

$H_1 : \mu_{UG} \neq \mu_{PG}$

$H_1 : \mu_{UG} > \mu_{PG}$

73. 2020 ओलम्पिक में पुरुष एवं महिला वर्ग में एथलेटिक्स में कितनी प्रतियोगिताएँ होंगी ?

(A) पुरुष 24, महिला 24

(B) पुरुष 24, महिला 23, 01 मिक्स

(C) पुरुष 25, महिला 25

(D) पुरुष 22, महिला 22

74. एथलेटिक्स में रनिंग जूतों में अधिकतम कितने कील उपयोग किए जा सकते हैं ?

(A) 7

(B) 9

(C) 11

(D) 13

75. तीरंदाजी की टारगेट फेस में कितने रंग होते हैं ?

(A) 4

(B) 5

(C) 7

(D) 9