@TeachingExam

जब तक आपको यह प्रश्न-पुस्तिका खोलने को न कहा जाए तब तक न खोलें।

Question Booklet Bar Code Serial No.
प्रश्न-पुस्तिका बार कोड क्रम संख्या
510132677

प्रश्न-पुस्तिका

विषय कोड : 1 0

विषय का नाम : **शारीरिक शिक्षा**

अनुक्रमांक (अंकों में) : | | | | | | | | | |

अनुक्रमांक (शब्दों में) : ____________________

अभ्यर्थी के हस्ताक्षर		कक्ष निरीक्षक के हस्ताक्षर	

समय : 2 घण्टे	मुद्रित पृष्ठों की संख्या : 32	कुल प्रश्नों की संख्या : 125	अधिकतम अंक : 500

अभ्यर्थियों के लिए निर्देश

अभ्यर्थी निम्नलिखित निर्देशों का सावधानीपूर्वक अध्ययन करें।

1. इस प्रश्न-पुस्तिका में **125** प्रश्न दिए गए हैं। प्रत्येक प्रश्न (प्रश्नांश) हिन्दी और अंग्रेज़ी दोनों (संस्कृत, हिन्दी, उर्दू और अंग्रेज़ी विषय को छोड़कर) में मुद्रित है। प्रत्येक प्रश्न में उत्तर के रूप में चार विकल्प दिए गए हैं। इनमें से एक विकल्प को चुन लें, जिसे आप उत्तर-पत्रक (ओ.एम.आर. शीट) पर अंकित करना चाहते हैं। यदि आपको ऐसा लगे कि एक से अधिक विकल्प सही हैं, तो उस विकल्प को अंकित करें जो आपको सर्वोत्तम लगे। प्रत्येक प्रश्न (प्रश्नांश) के लिए केवल एक ही विकल्प चुनना है।
2. परीक्षा प्रारम्भ होने के तुरन्त बाद, आप इस प्रश्न-पुस्तिका की जाँच अवश्य कर लें कि इसमें कोई बिना छपा, कटा या छूटा हुआ पृष्ठ अथवा प्रश्नांश, आदि न हो।
3. अभ्यर्थी कक्ष निरीक्षक द्वारा निर्देश दिए जाने के उपरान्त ही प्रश्न-पुस्तिका की सील खोलें।
4. अभ्यर्थी उत्तर-पत्रक (ओ.एम.आर. शीट) पर उत्तर देने से पहले, प्रश्न-पुस्तिका एवं उत्तर-पत्रक (ओ.एम.आर. शीट) के सभी अनुदेशों को सावधानीपूर्वक पढ़ लें।
5. **अभ्यर्थी उत्तर-पत्रक (ओ.एम.आर. शीट) पर अपना अनुक्रमांक, विषय का नाम, विषय कोड, प्रश्न-पुस्तिका संख्या एवं हल किए गए प्रश्नों की संख्या स्वच्छतापूर्वक निर्दिष्ट स्थान पर लिखें तथा सम्बन्धित गोले अथवा बबल को भरें, अन्यथा उत्तर-पत्रक (ओ.एम.आर. शीट) का मूल्यांकन नहीं किया जाएगा और सम्पूर्ण ज़िम्मेदारी स्वयं अभ्यर्थी की होगी।**
6. **अभ्यर्थी सही उत्तर निर्दिष्ट करते हुए उनमें से केवल एक गोले अथवा बबल को उत्तर-पत्रक (ओ.एम.आर. शीट) पर केवल काले बॉल प्वॉइंट पेन से पूरा गहरा कर दें। एक से अधिक उत्तर देने की दशा में उत्तर को ग़लत माना जाएगा एवं उसे जाँचा नहीं जाएगा।**
7. उत्तर-पत्रक (ओ.एम.आर. शीट) में एक बार गोला भरे जाने के बाद उसमें किसी भी प्रकार का परिवर्तन नहीं किया जाएगा।
8. अभ्यर्थी उत्तर-पत्रक (ओ.एम.आर. शीट) को किसी प्रकार न मोड़ें।
9. आपको अपने सभी उत्तर केवल उत्तर-पत्रक (ओ.एम.आर. शीट) पर ही देने हैं। परीक्षा के उपरांत उत्तर-पत्रक (ओ.एम.आर. शीट) कक्ष निरीक्षक को लौटा दें।
10. यदि हिन्दी या अंग्रेज़ी विवरण में कोई विसंगति हो, तो अंग्रेज़ी विवरण अन्तिम माना जाएगा।
11. यदि कोई अभ्यर्थी अनुचित साधन का प्रयोग करता है या उसका प्रयास करता है अथवा परीक्षा कक्ष में किसी प्रकार का व्यवधान करता है, तो उसे परीक्षा के लिए अयोग्य घोषित कर दिया जाएगा।
12. कोई भी अभ्यर्थी परीक्षा कक्ष से बाहर नहीं जाएगा जब तक **120 मिनट (दो घण्टे)** पूरे न हो गए हों।
13. रफ कार्य, यदि कोई हो, इस कार्य हेतु निर्धारित खाली पन्नों पर ही किया जाना चाहिए। अतिरिक्त पन्ने नहीं दिए जाएँगे।
14. अपना अनुक्रमांक आदि लिखने के लिए तथा उत्तर-पत्रक (ओ.एम.आर. शीट) पर उत्तरों को भरने के लिए **केवल काले बॉल प्वॉइंट पेन** का प्रयोग करें।

जब तक आपको यह प्रश्न-पुस्तिका खोलने को न कहा जाए तब तक न खोलें।

Note: English version of the instructions is printed on the last page of this Question Booklet.

Test Prime By Adda247
ALL EXAMS, ONE SUBSCRIPTION
Test. Analyze. Improve. Repeat.
Don't just prepare. Perform.
Test Prime — built only for mock tests.
1,50,000+ Mock Tests
25,000+ Previous Year Papers
800+ Exam Covered
500% Refund on Selection
5 lakh+ Free Quizzes
PDF
Daily Free PDFs
Job Alerts Stay Updated
Multilingual
Detailed Solution
Strong and Weak Areas
All India Rankings
Compete with lakhs.
Rank. Improve. Repeat.
2 1 3
Adda247 test prime
Rating
Editors' choice
New
Test Prime By Adda247
Adda247 Test Prime
Adda Education • Education
Installed
DOWNLOAD THE APP

1. "किसी भी गतिविधि को सीखना कहा जा सकता है, जहाँ तक वह व्यक्ति का (अच्छा या बुरा किसी भी दृष्टिकोण से) विकास करती है और उसके परिणामस्वरूप उसके व्यवहार और अनुभवों को उस स्थिति से अलग बनाती है, जैसे वे अन्यथा होते।" कथन ________ के द्वारा कहा गया है।

(A) रॉबर्ट एस. वुडवर्थ
(B) बी.एफ. स्किनर
(C) अर्नेस्ट आर. हिलगार्ड
(D) क्रो और क्रो

"Any activity can be called learning so far as it develops the individual (in any respect, good or bad) and makes his later behaviour and experiences different from what they would otherwise have been." This statement is given by ____________.

(A) Robert S. Woodworth
(B) B.F. Skinner
(C) Ernest R. Hilgard
(D) Crow and Crow

2. हृदय की कौन-सी संरचना हृद् संकुचन के लिए लयबद्ध आवेगों को आरंभ करके प्राकृतिक पेसमेकर के रूप में कार्य करती है ?

(A) शिरा-अलिंद (SA) पर्व (नोड)
(B) पुरकिंजे तंतु
(C) अलिंद-निलय (AV) पर्व (नोड)
(D) हिस का बंडल

Which structure of the heart functions as the natural pacemaker by initiating rhythmic impulses for cardiac contraction ?

(A) Sinoatrial (SA) node
(B) Purkinje fibres
(C) Atrioventricular (AV) node
(D) Bundle of His

3. ट्रिपल जंप (तिहरी कूद) में, "स्टेप" चरण के दौरान, एथलीट किस पर लैंड करता है ?

(A) दोनों पैरों पर एक साथ
(B) पसंद के अनुसार किसी भी पैर पर
(C) उसी पैर पर जो हॉप चरण में उपयोग किया गया था
(D) हॉप चरण में प्रयुक्त पैर से विपरीत पैर पर

In triple jump, during the "step" phase, the athlete lands on :

(A) Both feet simultaneously
(B) Either foot according to preference
(C) The same foot used in the hop phase
(D) The opposite foot from the hop phase

4. अंतर्मुखता और बहिर्मुखता की अवधारणाओं को किसने प्रस्तुत किया ?

(A) सिगमंड फ्रॉयड
(B) जॉन वॉटसन
(C) इवान पावलॉव
(D) कार्ल युंग

Who introduced the concepts of introversion and extraversion ?

(A) Sigmund Freud
(B) John Watson
(C) Ivan Pavlov
(D) Carl Jung

5. किस प्रकार की संधि को "रेशेदार संधि" के रूप में वर्गीकृत किया जाता है ?

(A) सीवन संधि
(B) हिंज संधि
(C) कन्दुक खल्लिका संधि
(D) सैडल संधि

Which type of joint is categorized as a "fibrous joint" ?

(A) Sutural joint
(B) Hinge joint
(C) Ball and socket joint
(D) Saddle joint

5101322677

6. किसी अध्ययन के परिणामों की सामान्यीकरण क्षमता को कहा जाता है :

(A) आंतरिक वैधता (B) समवर्ती/समकालिक वैधता

(C) प्रत्यक्ष वैधता (D) बाह्य वैधता

The generalizability of the results of a study is known as :

(A) Internal Validity (B) Concurrent validity

(C) Face validity (D) External validity

7. निम्नलिखित में से कौन-सा थॉर्नडाइक के अधिगम के तीन प्राथमिक नियमों का सही प्रतिनिधित्व करता है ?

(A) अभिप्रेरणा का नियम, अभ्यास का नियम, पुरस्कार का नियम

(B) अनुबंधन का नियम, प्रबलन का नियम, अनुक्रिया का नियम

(C) प्रभाव का नियम, अभ्यास का नियम, तत्परता का नियम

(D) प्रयास का नियम, त्रुटि का नियम, आदत का नियम

Which of the following correctly represents Thorndike's three primary laws of learning ?

(A) Law of motivation, Law of practice, Law of reward

(B) Law of conditioning, Law of reinforcement, Law of response

(C) Law of effect, Law of exercise, Law of readiness

(D) Law of trial, Law of error, Law of habit

8. एच.सी. बक ने मद्रास में YMCA शारीरिक शिक्षा महाविद्यालय की स्थापना किस वर्ष में की थी ?

(A) 1915 (B) 1930

(C) 1923 (D) 1920

In which year did H.C. Buck establish the YMCA College of Physical Education in Madras ?

(A) 1915 (B) 1930

(C) 1923 (D) 1920

9. प्रशिक्षण में अनुकूलन के सिद्धांत के अनुसार, निम्नलिखित में से कौन-सा क्रम सही है ?

(A) अनुकूलन → उत्तेजना में वृद्धि → प्रदर्शन में सुधार

(B) उत्तेजना में वृद्धि → प्रदर्शन में सुधार → अनुकूलन

(C) उत्तेजना में वृद्धि → अनुकूलन → प्रदर्शन में सुधार

(D) अनुकूलन → स्थिर अवस्था → प्रदर्शन में सुधार

According to the Principle of adaptation in training, which of the following is the correct sequence ?

(A) Adaptation → Increasing stimulus → Performance improvement

(B) Increasing stimulus → Performance improvement → Adaptation

(C) Increasing stimulus → Adaptation → Performance improvement

(D) Adaptation → Plateau → Performance improvement

5101326677

10. निम्नलिखित में से कौन-सा युग्म क्रमशः ओलंपिक और पैरालिंपिक विधाओं से 2024 के मेजर ध्यानचंद खेल रत्न पुरस्कार के प्राप्तकर्ता थे ?

(A) डी. गुकेश और मनु भाकर
(B) हरमनप्रीत सिंह और प्रवीण कुमार
(C) प्रवीण कुमार और मीराबाई चानू
(D) मनु भाकर और नीरज चोपड़ा

Which of the following pairs were recipients of the 2024 Major Dhyan Chand Khel Ratna Award from Olympic and Paralympic disciplines respectively ?

(A) D. Gukesh and Manu Bhaker
(B) Harmanpreet Singh and Praveen Kumar
(C) Praveen Kumar and Mirabai Chanu
(D) Manu Bhaker and Neeraj Chopra

11. दाँत को उसके एल्वियोलर सॉकेट (गर्तिका) से जोड़ने वाला लिगामेंट (स्नायु) कहलाता है :

(A) पेरियोडॉन्टल लिगामेंट (स्नायु)
(B) पैटेलर लिगामेंट (स्नायु)
(C) क्रूशिएट लिगामेंट (स्नायु)
(D) डेल्टॉयड लिगामेंट (स्नायु)

The ligament that connects a tooth to its alveolar socket is called :

(A) Periodontal ligament
(B) Patellar ligament
(C) Cruciate ligament
(D) Deltoid ligament

12. कंधे के जोड़ (ग्लेनोह्यूमरल जोड़) को किस प्रकार के साइनोवियल जोड़ के रूप में वर्गीकृत किया गया है ?

(A) समतल (प्लेन) जोड़
(B) कंदुक और खल्लिका जोड़
(C) कब्जा जोड़
(D) धुराग्र जोड़

The shoulder joint (glenohumeral joint) is classified as which type of synovial joint ?

(A) Plane joint
(B) Ball and socket joint
(C) Hinge joint
(D) Pivot joint

13. __________ शब्द का उपयोग मानव शरीर के प्रकारों के वर्गीकरण के लिए किया जाता है, जिसमें एंडोमॉर्फ, मेसोमॉर्फ और एक्टोमॉर्फ शामिल हैं। यह प्रणाली डब्ल्यू.एच. शेल्डन द्वारा __________ में विकसित की गई थी।

(A) सोमेटोटाइप, 1940s
(B) काइनेस्थेटिक्स, 1950s
(C) बायोमैकेनिक्स, 1960s
(D) ऐन्थ्रोपोमेट्री, 1930s

The term ___________ is used for the classification of human body types into Endomorph, Mesomorph and Ectomorph, a system developed by W.H. Sheldon in the ___________.

(A) Somatotype, 1940s
(B) Kinesthetics, 1950s
(C) Biomechanics, 1960s
(D) Anthropometry, 1930s

14. गंध के प्रति बढ़ी हुई संवेदनशीलता के लिए सही चिकित्सा शब्द क्या है ?

(A) अनॉस्मिया
(B) हाइपरॉस्मिया
(C) पैरोस्मिया
(D) अनस्वाद

What is the correct medical term for an increased sensitivity to smell ?

(A) Anosmia
(B) Hyperosmia
(C) Parosmia
(D) Ageusia

15. तीव्र व्यायाम के बाद 'ऑक्सीजन ऋण' (ईपीओसी) क्या है ?

(A) अत्यधिक परिश्रम के कारण फेफड़ों की क्षमता में स्थायी कमी

(B) शरीर के उच्च तापमान के कारण रक्त की ऑक्सीजन वहन करने की अक्षमता

(C) मांसपेशियों की रासायनिक संरचना को पुनर्स्थापित करने और लैक्टिक अम्ल को साफ करने के लिए आवश्यक अतिरिक्त ऑक्सीजन

(D) वार्म-अप चरण के दौरान उपभोग की गई ऑक्सीजन की मात्रा

What is 'oxygen debt' (EPOC) following a period of intense exercise ?

(A) A permanent decrease in lung capacity due to overexertion

(B) The inability of the blood to carry oxygen due to high body temperature

(C) The extra oxygen needed to restore muscle chemistry and clear lactic acid

(D) The amount of oxygen consumed during the warm-up phase

16. अंतर्राष्ट्रीय हॉकी महासंघ (एफआईएच) की स्थापना कहाँ हुई थी ?

(A) बर्लिन (B) लंदन

(C) रोम (D) पेरिस

Where was the International Hockey Federation (FIH) founded ?

(A) Berlin (B) London

(C) Rome (D) Paris

17. कबड्डी को पहली बार एशियाई खेलों में प्रदर्शन खेल के रूप में शामिल किया गया था :

(A) मुंबई में (B) कोलकाता में (C) नई दिल्ली में (D) चेन्नई में

Kabaddi was first included as a demonstration game in the Asian Games held in :

(A) Mumbai (B) Kolkata (C) New Delhi (D) Chennai

18. नॉक-आउट फिक्स्चर तैयार करते समय, आयोजक को टीमों को ऊपरी आधे भाग और निचले आधे भाग में विभाजित करना चाहिए। यदि प्रतिभागी टीमों की कुल संख्या 15 है, तो टीमों का वितरण कैसे किया जाएगा ?

(A) ऊपरी आधा भाग = 7, निचला आधा भाग = 8 (B) ऊपरी आधा भाग = 6, निचला आधा भाग = 9

(C) ऊपरी आधा भाग = 9, निचला आधा भाग = 6 (D) ऊपरी आधा भाग = 8, निचला आधा भाग = 7

While preparing a Knock-Out fixture, the organizer must divide teams into Upper Half and Lower Half. If the total number of participating teams is 15, how will the teams be distributed ?

(A) Upper Half = 7, Lower Half = 8 (B) Upper Half = 6, Lower Half = 9

(C) Upper Half = 9, Lower Half = 6 (D) Upper Half = 8, Lower Half = 7

19. दो समूहों के बीच अंतर का आकलन करने के लिए एक सांख्यिकीय तकनीक को कहा जाता है :

(A) एफ-परीक्षण (B) मानक विचलन

(C) टी-परीक्षण (D) पियर्सन सहसंबंध

A statistical technique to assess differences between two groups is known as :

(A) f-test (B) Standard deviation

(C) t-test (D) Pearson's correlation

5101322677

20. फोटोग्राफरों/वीडियोग्राफरों को रखने और विजय एवं समापन समारोहों की व्यवस्था करने के लिए कौन-सी समिति उत्तरदायी है ?

(A) आयोजन समिति
(B) तकनीकी समिति
(C) रसद समिति
(D) वित्त समिति

Which committee is responsible for hiring photographers/videographers and making arrangements for the Victory and Closing Ceremonies ?

(A) Organising Committee
(B) Technical Committee
(C) Logistics Committee
(D) Finance Committee

21. निम्नलिखित में से कौन-सा कथन कॉन्ट्यूज़न नामक चिकित्सा स्थिति का सटीक वर्णन करता है ?

(A) तीखी वस्तु से त्वचा की अखंडता का टूटना, जिससे रक्तस्राव होता है।
(B) कुंद आघात के कारण रक्तवाहिकाओं के बाहर रक्त का जमाव।
(C) अत्यधिक संपीडन के कारण अंतर्निहित हड्डी का अस्थिभंग।
(D) बार-बार होने वाले तनाव के कारण जोड़ों की सूजन।

Which of the following statements accurately describes the medical condition known as a contusion ?

(A) A break in skin integrity caused by a sharp object, leading to bleeding.
(B) A collection of blood outside a blood vessel caused by blunt force trauma.
(C) A fracture of the underlying bone due to extreme compression.
(D) An inflammation of the joints caused by repetitive strain.

22. पलकों की टार्सल प्लेटों में स्थित कौन-सी ग्रंथियाँ एक तैलीय पदार्थ स्रावित करती हैं ताकि पलकें एक-दूसरे से चिपकी न रहें ?

(A) मोल की ग्रंथियाँ
(B) ज़ाइस की ग्रंथियाँ
(C) मेइबोमियन ग्रंथियाँ
(D) सिरुमिनस ग्रंथियाँ

Which glands embedded in the tarsal plates of the eyelids secrete an oily substance to prevent eyelids from sticking together ?

(A) Glands of Moll
(B) Glands of Zeis
(C) Meibomian glands
(D) Ceruminous glands

23. चेन्नई के YMCA कॉलेज ऑफ फिजिकल एजुकेशन से कौन-सी विशिष्टता जुड़ी हुई है ?

(A) खेल कोचिंग में एम.एससी. प्रदान करने वाला पहला संस्थान
(B) भारत का पहला शारीरिक शिक्षा महाविद्यालय जिसे NAAC प्रत्यायन प्राप्त हुआ
(C) तमिलनाडु शारीरिक शिक्षा और खेल विश्वविद्यालय से संबद्ध पहला कॉलेज
(D) भारत का पहला कॉलेज जिसने सभी पाठ्यक्रमों में सीबीसीएस लागू किया

Which distinction is associated with the YMCA College of Physical Education, Chennai ?

(A) First institution to offer M.Sc. in Sports Coaching
(B) First Physical Education College in India to receive NAAC accreditation
(C) First college affiliated with Tamil Nadu Physical Education and Sports University
(D) First college in India to introduce CBCS in all courses

24. 'विविधता के नियम' के अनुसार, बच्चे अकसर अपने माता-पिता से और एक-दूसरे से अलग क्यों होते हैं ?

(A) क्योंकि वे केवल अपने प्रत्यक्ष माता-पिता से ही गुणों को आनुवंशिक रूप से प्राप्त करते हैं।

(B) क्योंकि माता-पिता से आने वाले जीन और गुणसूत्रों का विशिष्ट संयोजन संयोग का विषय होता है।

(C) क्योंकि एकसदृश जुड़वाँ की आनुवंशिक संरचना शुरू से ही अलग होती है।

(D) क्योंकि 'जैसा वंश, वैसी संतान' का नियम बिना किसी अपवाद के हमेशा 100% सटीक होता है।

According to the 'Law of Variation', why do children often differ from their parents and from each other ?

(A) Because they inherit traits only from their immediate parents.

(B) Because the specific combination of genes and chromosomes from parents is a matter of chance.

(C) Because identical twins have different genetic makeup from the start.

(D) Because the law of 'Like Begets Like' is always 100% accurate without exception.

25. कान की कौन-सी अस्थिका मध्य कर्ण की तीन हड्डियों में से हथौड़े जैसी दिखती है और सबसे बड़ी होती है ?

(A) मैलियस
(B) इंकस
(C) मोडियोलस
(D) स्टेपीज़

Which ear ossicle resembles a hammer and is the largest of the three bones in the middle ear ?

(A) Malleus
(B) Incus
(C) Modiolus
(D) Stapes

26. ट्रिप्सिन संदमक ____________ के उपयोग को कम करते हैं।

(A) विटामिन
(B) खनिज
(C) आहार संबंधी प्रोटीन
(D) कार्बोहाइड्रेट

Trypsin inhibitors reduce the utilisation of ____________.

(A) Vitamins
(B) Minerals
(C) Dietary proteins
(D) Carbohydrates

27. कौन-सी विकासात्मक दिशा उस वृद्धि का वर्णन करती है जो सिर से शुरू होकर पैर तक नीचे की ओर होती है ?

(A) रैखिक विकास
(B) मस्तकाधोमुखी विकास
(C) सर्पिल विकास
(D) समीपदूराभिमुख प्रवृत्ति

Which developmental direction describes growth that proceeds from the head downward to the toes ?

(A) Linear development
(B) Cephalocaudal development
(C) Spiral development
(D) Proximodistal trend

28. प्रमस्तिष्क घात (सेरेब्रल पाल्सी) में, 'स्पास्टिसिटी' शब्द से तात्पर्य है :

(A) कमजोर दृष्टि
(B) अनियंत्रित गतिविधियाँ
(C) मांसपेशियों की अकड़न
(D) खराब समन्वय

In cerebral palsy, the term 'spasticity' refers to :

(A) Weak eyesight
(B) Uncontrolled movements
(C) Muscle stiffness
(D) Poor coordination

29. स्कूल गेम्स फेडरेशन ऑफ इंडिया (एसजीएफआई) की स्थापना वर्ष ____________ में हुई थी।

(A) 1960 (B) 1950

(C) 1947 (D) 1954

The School Games Federation of India (SGFI) was established in the year ____________.

(A) 1960 (B) 1950

(C) 1947 (D) 1954

30. निम्नलिखित में से कौन-से उपाय समावेशी पाठ्यक्रम का समर्थन करते हैं ?

I. पाठ्यक्रम के प्रति निश्चित दृष्टिकोण

II. निर्णय लेने में माता-पिता की भागीदारी

III. शिक्षा के अधिकार का कार्यान्वयन

विकल्प :

(A) I, II और III (B) केवल I और II

(C) केवल II और III (D) केवल I और III

Which of the following measures support an inclusive curriculum ?

I. Fixed approach to the curriculum

II. Parental involvement in decision-making

III. Implementation of Right to Education

Options :

(A) I, II and III (B) I and II only

(C) II and III only (D) I and III only

31. एक कुत्ते को हर बार भोजन दिए जाने पर एक घंटी सुनाई देती है। बार-बार जोड़ी बनाने के बाद, कुत्ता केवल घंटी की आवाज़ सुनकर लार टपकाने लगता है। यह किसका उदाहरण है ?

(A) शास्त्रीय अनुबंधन (B) प्रयास और त्रुटि अधिगम

(C) अंतर्दृष्टि अधिगम (D) क्रियाप्रसूत अनुबंधन

A dog hears a bell every time it is given food. After repeated pairings, the dog begins to salivate at the sound of the bell alone. What is this an example of ?

(A) Classical conditioning (B) Trial and error learning

(C) Insight learning (D) Operant conditioning

32. 'थ्री-साइड फॉर्मेशन' (ओपन स्क्वायर फॉर्मेशन) का उपयोग ____________ के लिए किया जाता है।

(A) सुबह की सभा (B) व्यक्तिगत भार प्रशिक्षण

(C) एथलेटिक स्प्रिंटिंग (D) उच्च-तीव्रता वाले कुश्ती मुकाबले

The 'Three-Side Formation' (open square formation) is utilized for ____________.

(A) Morning assembly (B) Individual weight training

(C) Athletic sprinting (D) High-intensity wrestling matches

51013267
510132677
510132677

33. एक अपरिपक्व, नरम हड्डी में वह फ्रैक्चर जिसमें हड्डी मुड़ती है और उसमें दरार आ जाती है, कहलाता है :

(A) ग्रीनस्टिक फ्रैक्चर
(B) संचूर्णित
(C) तनाव (स्ट्रेस) फ्रैक्चर
(D) अनुप्रस्थ

A fracture in a young, soft bone in which the bone bends and cracks is called :

(A) Greenstick fracture
(B) Comminuted
(C) Stress fracture
(D) Transverse

34. निम्नलिखित में से किसे 2023 में अंतर्राष्ट्रीय ओलंपिक समिति द्वारा पियरे डी कूबर्टिन पदक से सम्मानित किया गया था ?

(A) सिमोन बाइल्स (B) नोवाक जोकोविच (C) जीन ड्यूरी (D) लियोनेल मेस्सी

Which of the following individuals was awarded the Pierre de Coubertin Medal by the International Olympic Committee in 2023 ?

(A) Simone Biles (B) Novak Djokovic (C) Jean Durry (D) Lionel Messi

35. IHF नियमों के अनुसार, हैंडबॉल में टीम बेंचें केंद्र रेखा से कितनी दूरी पर शुरू होनी चाहिए ?

(A) 4·5 मीटर (B) 2·5 मीटर (C) 3·5 मीटर (D) 2 मीटर

According to IHF regulations, at what distance from the centre line should the team benches in handball begin ?

(A) 4·5 metres (B) 2·5 metres (C) 3·5 metres (D) 2 metres

36. स्वीडिश शब्द जिसका अनुवाद "स्पीड प्ले" है, वह ____________ है।

(A) पेस विधि
(B) सतत विधि
(C) फार्टलेक विधि
(D) परिपथ प्रशिक्षण

The Swedish word that translates to "Speed play" is ____________.

(A) Pace method
(B) Continuous method
(C) Fartlek method
(D) Circuit training

37. दीर्घकालिक वायवीय (ऐरोबिक) प्रशिक्षण में, स्ट्रोक आयतन में वृद्धि और परिणामस्वरूप होने वाली एथलेटिक हृद्मन्दता (ब्रैडीकार्डिया) के लिए कौन-सा विशिष्ट हृद् संबंधी अनुकूलन उत्तरदायी है ?

(A) परिधीय प्रणालीगत धमनिकाओं में बढ़ी हुई प्रतिरोधकता
(B) विश्राम की अवस्थाओं के दौरान अनुकंपी तंत्रिका तंत्र के टोन में स्थायी वृद्धि
(C) बाएँ निलय (वेंट्रिकल) की अतिवृद्धि और कक्ष की क्षमता में वृद्धि
(D) बढ़ी हुई लोचशीलता की अनुमति देने के लिए बाएँ निलय (वेंट्रिकल) की भित्ति का पतला होना

In long-term aerobic training, which specific cardiac adaptation is responsible for an increase in stroke volume and the resulting Athletic Bradycardia ?

(A) Increased resistance in the peripheral systemic arterioles
(B) A permanent increase in sympathetic nervous system tone during resting states
(C) Left ventricular hypertrophy and increased chamber capacity
(D) Thinning of the left ventricular wall to increase elasticity

38. केंद्रीय शिक्षा मंत्रालय ने "राष्ट्रीय शारीरिक दक्षता अभियान" किस वर्ष शुरू किया था ?

(A) 1959 – 60
(B) 1970 – 71
(C) 1952 – 53
(D) 1965 – 66

The "National Physical Efficiency Drive" was launched by the Union Ministry of Education in which year ?

(A) 1959 – 60
(B) 1970 – 71
(C) 1952 – 53
(D) 1965 – 66

39. एक चर जो किसी भी वास्तविक संख्या का मान ग्रहण कर सकता है, उसे कहा जाता है :

(A) सतत चर
(B) वैज्ञानिक चर
(C) नियमित चर
(D) खंडित (विविक्त) चर

A variable that can assume any real number value is known as :

(A) Continuous variable
(B) Scientific variable
(C) Regular variable
(D) Discrete variable

40. निम्नलिखित में से कौन-सा कथन हृदय के अंतर्हृद्स्तर (एंडोकार्डियम) का सही वर्णन करता है ?

(A) यह हृदय की आंतरिक एंडोथीलियल (अंतःस्तरी) परत है।
(B) यह हृदय के चारों ओर स्थित बाहरी सुरक्षात्मक झिल्ली है।
(C) इसमें केवल विशेष पेसमेकर कोशिकाएँ होती हैं।
(D) यह संकुचन के लिए उत्तरदायी मोटी मांसपेशीय परत बनाता है।

Which of the following statements correctly describes the endocardium of the heart ?

(A) It is the inner endothelial lining of the heart.
(B) It is the outer protective membrane surrounding the heart.
(C) It contains specialized pacemaker cells only.
(D) It forms the thick muscular layer responsible for contraction.

41. एक मानक एथलेटिक ट्रैक में शामिल हैं :

(A) 4 अर्धवृत्त और 1 सीधी रेखा
(B) 2 अर्धवृत्त और 2 सीधी रेखाएँ
(C) केवल वृत्ताकार मोड़
(D) 1 अर्धवृत्त और 2 सीधी रेखाएँ

A standard athletic track consists of :

(A) 4 semicircles and 1 straight
(B) 2 semicircles and 2 straights
(C) Only circular bends
(D) 1 semicircle and 2 straights

42. एक व्यक्ति जो साहस और मिलनसार स्वभाव प्रदर्शित करता है, उसे _________ कहा जाता है।

(A) अंतर्मुखी
(B) बहिर्मुखी
(C) सोमैटोटाइप
(D) उभयमुखी

A person who exhibits boldness and an outgoing disposition is referred to as a/an _________.

(A) Introvert
(B) Extrovert
(C) Somatotype
(D) Ambivert

5101326777

43. वसा और वसा अम्लों के संबंध में निम्नलिखित में से कौन-से कथन सही हैं ?

I. वसा लगभग 20°C पर ठोस होती है, जबकि तेल उस तापमान पर द्रव होते हैं।

II. ट्राइग्लिसराइड सरल लिपिड की श्रेणी में आते हैं।

III. लिनोलेइक अम्ल एक आवश्यक वसा अम्ल है जिसे मानव शरीर संश्लेषित नहीं कर सकता।

IV. सभी बहुअसंतृप्त वसा अम्ल (PUFA) आवश्यक वसा अम्ल माने जाते हैं।

विकल्प :

(A) केवल II, III और IV
(B) I, II, III और IV
(C) केवल I और IV
(D) केवल I, II और III

Which of the following statements regarding fats and fatty acids are correct ?

I. Fats are solid at about 20°C, whereas oils are liquid at that temperature.

II. Triglycerides belong to the category of simple lipids.

III. Linoleic acid is an essential fatty acid that cannot be synthesized by the human body.

IV. All polyunsaturated fatty acids (PUFAs) are considered essential fatty acids.

Options :

(A) II, III and IV only
(B) I, II, III and IV
(C) I and IV only
(D) I, II and III only

44. भारत में पहला हॉकी क्लब स्थापित किया गया था :

(A) कलकत्ता (कोलकाता) में
(B) नई दिल्ली में
(C) बॉम्बे (मुंबई) में
(D) मद्रास (चेन्नई) में

The first hockey club in India was established in :

(A) Calcutta (Kolkata)
(B) New Delhi
(C) Bombay (Mumbai)
(D) Madras (Chennai)

45. एक व्यक्ति जो "असुरक्षित, घबराया हुआ और उत्तेजित" है, वह बिग फाइव के किस व्यक्तित्व गुण पर उच्च स्कोर करेगा ?

(A) तंत्रिकातापिता
(B) अंतर्विवेकशीलता
(C) बहिर्मुखता
(D) अनुभवों के प्रति खुलापन

An individual who is "Insecure, nervous and excitable" would score high on which Big Five personality trait ?

(A) Neuroticism
(B) Conscientiousness
(C) Extraversion
(D) Openness to experience

46. एक फुटबॉल खिलाड़ी गंभीर कदाचार करता है और उसे तुरंत मैच से बाहर कर दिया जाता है। उसे कौन-सा कार्ड दिखाया जाता है ?

(A) नीला कार्ड
(B) लाल कार्ड
(C) काला कार्ड
(D) बैंगनी कार्ड

A football player commits serious misconduct and is immediately removed from the match. Which card is shown to him ?

(A) Blue Card
(B) Red Card
(C) Black Card
(D) Purple Card

47. एक मानक कबड्डी कोर्ट में प्रत्येक लॉबी की चौड़ाई क्या है ?

(A) 1 मीटर
(B) 0·5 मीटर
(C) 2 मीटर
(D) 1·5 मीटर

What is the width of each lobby in a standard Kabaddi court ?

(A) 1 metre
(B) 0·5 metre
(C) 2 metres
(D) 1·5 metres

48. लॉर्डोसिस को सामान्यतः ___________ के रूप में जाना जाता है।

(A) सपाट पीठ
(B) स्वे बैक
(C) मुड़ी हुई गर्दन
(D) कुबड़ी पीठ

Lordosis is commonly known as ___________.

(A) Flat back
(B) Sway back
(C) Bent neck
(D) Hunch back

49. RICE में "I" का अर्थ है :

(A) चोट
(B) स्थिरीकरण
(C) बर्फ
(D) अंत:क्षेपण (इंजेक्शन)

The "I" in RICE stands for :

(A) Injury
(B) Immobilization
(C) Ice
(D) Injection

50. नॉक-आउट टूर्नामेंट के संबंध में निम्नलिखित कथनों पर विचार कीजिए :

I. एक टीम तब तक खेलती रहती है जब तक वह हार नहीं जाती।
II. यह समय और लागत बचाता है।
III. प्रत्येक टीम को समान संख्या में मैच मिलते हैं।

उपर्युक्त में से कौन-से कथन सही हैं ?

(A) केवल I और III
(B) I, II और III
(C) केवल II और III
(D) केवल I और II

Consider the following statements regarding a Knock-Out Tournament :

I. A team continues to play until it loses.
II. It saves time and cost.
III. Every team gets an equal number of matches.

Which of the above statements are correct ?

(A) I and III only
(B) I, II and III
(C) II and III only
(D) I and II only

51. घ्राण तंत्रिकाएँ घ्राण बल्ब की माइट्रल कोशिकाओं में समाप्त होने से पहले किस विशिष्ट संरचना से होकर गुजरती हैं ?

(A) घ्राण मार्ग
(B) माइट्रल कोशिकाएँ
(C) एथमोइड की क्रिब्रिफॉर्म प्लेट
(D) सुपीरियर टर्बाइनेट

Which specific structure do the olfactory nerves pass through before ending in the mitral cells of the olfactory bulb ?

(A) Olfactory tract
(B) Mitral cells
(C) Cribriform plate of ethmoid
(D) Superior turbinate

52. सिर से पैर तक मानव कंकाल के संदर्भ में, निम्नलिखित हड्डियों को सही अनुक्रम में व्यवस्थित कीजिए :

I. टैलस

II. हायॉइड अस्थि (कंठिकास्थि)

III. मैक्सिला अस्थि

IV. उरोस्थि (स्टर्नम)

विकल्प :

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

With reference to the human skeleton from head to toe, arrange the following bones in the correct sequential order :

I. Talus

II. Hyoid Bone

III. Maxillary Bone

IV. Sternum

Options :

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

53. कौन-सा बिग फाइव-फैक्टर व्यक्तित्व लक्षण रचनात्मकता और कल्पनाशील होने से जुड़ा है ?

(A) अंतर्विवेकशीलता
(B) तंत्रिकाताप
(C) सहमतिशीलता
(D) अनुभव के प्रति खुलापन

Which Big Five-Factor personality trait is associated with creativity and imagination ?

(A) Conscientiousness
(B) Neuroticism
(C) Agreeableness
(D) Openness to experience

54. एक ही श्वास में ली गई और छोड़ी गई वायु की मात्रा को कहा जाता है :

(A) अवशिष्ट आयतन
(B) श्वसन दर
(C) ज्वारीय आयतन (TV)
(D) फेफड़े का आयतन

The amount of air inhaled and exhaled in one breath is known as :

(A) Residual volume
(B) Respiratory rate
(C) Tidal volume (TV)
(D) Lung volume

55. "कोरी चक्र" ____________ के रूपांतरण को संदर्भित करता है।

(A) वसा अम्ल से ग्लूकोस
(B) यकृत् में लैक्टेट से ग्लूकोस
(C) प्रोटीन से ऐमीनो अम्ल
(D) मांसपेशियों में ग्लूकोस से ग्लाइकोजन

The "Cori Cycle" refers to the conversion of ____________.

(A) Fatty acids to glucose
(B) Lactate to glucose in the liver
(C) Protein to amino acids
(D) Glucose to glycogen in muscles

56. ओलंपिक खेलों एवं युवा ओलंपिक खेलों के संबंध में निम्नलिखित में से कौन-से कथन सही हैं ?

I. प्रथम शीतकालीन ओलंपिक खेल 1928 में फ्रांस के चैमोनिक्स में आयोजित किए गए थे।

II. युवा ओलंपिक खेलों की अवधारणा 1998 में जोहान रोसेनज़ोफ़ द्वारा दी गई थी।

III. प्रथम शीतकालीन युवा ओलंपिक खेल 2012 में इंस्ब्रुक (ऑस्ट्रिया) में आयोजित किए गए थे।

IV. प्रथम ग्रीष्मकालीन युवा ओलंपिक खेल 2008 में सिंगापुर में आयोजित किए गए थे।

विकल्प :

(A) I, II, III और IV (B) I, II और III (C) I, III और IV (D) केवल II और III

Which of the following statements regarding the Olympic Games and the Youth Olympic Games are correct ?

I. The first Winter Olympic Games were organised in 1928 at Chamonix, France.

II. The concept of Youth Olympic Games was given by Johann Rosenzopf in 1998.

III. The first Winter Youth Olympic Games were held in 2012 in Innsbruck (Austria).

IV. The first Summer Youth Olympic Games were held in 2008 in Singapore.

Options :

(A) I, II, III and IV (B) I, II and III (C) I, III and IV (D) II and III only

57. हॉकी में शूटिंग सर्कल ____________ की दूरी पर चिह्नित किया जाता है।

(A) 12·63 मीटर (B) 14·63 मीटर

(C) 16·63 मीटर (D) 10·63 मीटर

The shooting circle in hockey is marked at a distance of __________.

(A) 12·63 metres (B) 14·63 metres

(C) 16·63 metres (D) 10·63 metres

58. लॉन्ग जंप प्रतिस्पर्धा (इवेंट) में, कूद को आधिकारिक तौर पर किस बिंदु से मापा जाता है ?

(A) टेक-ऑफ बोर्ड के केंद्र से (B) टेक-ऑफ बोर्ड के पश्च किनारे से

(C) एथलीट के अंतिम कदम के निशान से (D) टेक-ऑफ बोर्ड के अग्र किनारे से

In the long jump event, from which point is the jump officially measured ?

(A) From the centre of the take-off board (B) From the rear edge of the take-off board

(C) From the athlete's last stride mark (D) From the front edge of the take-off board

59. हृदय चालन तंत्र (कंडक्टिंग सिस्टम) का कौन-सा घटक आवेगों को तीव्रता से निलयी (वेंट्रिकुलर) मांसपेशी तंतुओं तक संचारित करता है, जिससे समन्वित निलयी (वेंट्रिकुलर) संकुचन उत्पन्न होता है ?

(A) पुरकिंजे तंतु (B) कॉर्डे टेन्डिनी (कंडरा रज्जू)

(C) अर्धचंद्राकार कपाट (वाल्व) (D) कोरोनरी साइनस

Which component of the cardiac conducting system transmits impulses rapidly to ventricular muscle fibres, resulting in coordinated ventricular contraction ?

(A) Purkinje fibres (B) Chordae tendineae

(C) Semilunar valves (D) Coronary sinus

60. सूची I को सूची II से सुमेलित कीजिए तथा सूचियों के नीचे दिए गए कूट का उपयोग कर सही उत्तर चुनिए :

सूची I (संधि के प्रकार)		सूची II (संधि का उदाहरण)	
a.	विसर्पी	i.	ह्यूमरस और अल्ना के बीच
b.	धुराग्र	ii.	कार्पल हड्डियों के बीच
c.	कब्जा	iii.	एटलस और एक्सिस के बीच

कूट :

(A) a-iii, b-ii, c-i

(B) a-iii, b-i, c-ii

(C) a-ii, b-iii, c-i

(D) a-i, b-ii, c-iii

Match List I with List II and choose the correct answer using the codes given below the lists :

List I (Type of Joint)		List II (Example of Joint)	
a.	Gliding	i.	Between Humerus and Ulna
b.	Pivot	ii.	Between Carpal bones
c.	Hinge	iii.	Between Atlas and Axis

Code :

(A) a-iii, b-ii, c-i

(B) a-iii, b-i, c-ii

(C) a-ii, b-iii, c-i

(D) a-i, b-ii, c-iii

61. फिट इंडिया मूवमेंट 29 अगस्त, 2019 को किस महान खिलाड़ी के जन्मदिवस के अवसर पर शुरू किया गया था ?

(A) रूप सिंह (B) मेजर ध्यानचंद

(C) लेस्ली क्लॉडियस (D) बलबीर सिंह सीनियर

The Fit India Movement was launched on 29th August, 2019 on the birth anniversary of which legendary sportsperson ?

(A) Roop Singh (B) Major Dhyan Chand

(C) Leslie Claudius (D) Balbir Singh Sr.

62. किस प्रकार की खेल चोट को मोच कहते हैं ?

(A) त्वचा ऊतक की चोट (B) मृदु ऊतक की चोट

(C) अस्थि ऊतक की चोट (D) संधि ऊतक की चोट

Which type of sports injury is a Sprain ?

(A) Skin tissue injury (B) Soft tissue injury

(C) Bone tissue injury (D) Joint tissue injury

5101326777

63. यदि किसी व्यक्ति का भारत में (दाएँ हाथ की ड्राइव) कार चलाने का ज्ञान उसे संयुक्त राज्य अमेरिका में (बाएँ हाथ की ड्राइव) कार चलाने के लिए अनुकूलित होने में कठिनाई देता है, तो यह ___________ का एक उदाहरण है।

(A) शून्य स्थानांतरण
(B) द्विपक्षीय स्थानांतरण
(C) सकारात्मक स्थानांतरण
(D) नकारात्मक स्थानांतरण

If a person's knowledge of driving a car in India (right-hand drive) makes it difficult for them to adapt to driving a car in the USA (left-hand drive), it is an example of ___________.

(A) Zero Transfer
(B) Bilateral Transfer
(C) Positive Transfer
(D) Negative Transfer

64. निम्नलिखित में से कौन-सा क्रिकेट में ड्राइव स्ट्रोक का एक प्रकार ***नहीं*** है ?

(A) ऑफ ड्राइव
(B) कवर ड्राइव
(C) बैकवर्ड ड्राइव
(D) स्ट्रेट ड्राइव

Which of the following is ***not*** a type of drive stroke in cricket ?

(A) Off drive
(B) Cover drive
(C) Backward drive
(D) Straight drive

65. आधुनिक जिम्नास्टिक के पितामह के रूप में किसे जाना जाता है ?

(A) गट्स मुथ्स
(B) एवरी ब्रंडेज
(C) बरोन डी कूबर्टिन
(D) पेर हेनरिक लिंग

Who is known as the Grandfather of Modern Gymnastics ?

(A) Guts Muths
(B) Avery Brundage
(C) Baron de Coubertin
(D) Per Henrik Ling

66. व्यायाम के दौरान 'बोर प्रभाव' का शारीरिक महत्त्व क्या है ?

(A) घटी हुई अम्लता और CO_2 के स्तर ऑक्सीजन के उत्सर्जन (विमोचन) को बढ़ावा देते हैं।
(B) बढ़ी हुई अम्लता और CO_2 के स्तर ऑक्सीजन के उत्सर्जन (विमोचन) को बढ़ावा देते हैं।
(C) यह रक्त प्लाज़्मा में कार्बन डाइऑक्साइड के घुलने को रोकता है।
(D) यह फेफड़ों में हीमोग्लोबिन की ऑक्सीजन के प्रति बंधुता को बढ़ाता है।

What is the physiological significance of the 'Bohr Effect' during exercise ?

(A) Decreased acidity and CO_2 levels promote the release of oxygen.
(B) Increased acidity and CO_2 levels promote the release of oxygen.
(C) It prevents carbon dioxide from dissolving in the blood plasma.
(D) It increases the affinity of hemoglobin for oxygen in the lungs.

67. प्राचीन ओलंपिक विजेताओं को प्रदान किए जाते थे :

(A) सोने के पदक
(B) जैतून की पत्तियाँ
(C) चाँदी की ट्रॉफियाँ
(D) काँसे की ढालें

Ancient Olympic winners were awarded :

(A) Gold medals
(B) Olive leaves
(C) Silver trophies
(D) Bronze shields

5101132677
5101132677
5101132677

68. त्वचा के एक हिस्से का फटकर अलग हो जाना कहलाता है :

(A) अपघर्षण (छिलन)
(B) चीरा
(C) विदारण
(D) उखड़ना

Tearing away of a part of the skin is known as :

(A) Abrasion
(B) Incision
(C) Laceration
(D) Avulsion

5101326677

69. एडेनोइड्स और पैलेटिन टॉन्सिल्स के बीच के अंतरों के संबंध में, कौन-सा विशेष रूप से एडेनोइड्स के लिए सही है ?

(A) उनके पास एक अच्छी तरह से परिभाषित संपुट होता है
(B) वे नासाग्रसनी में स्थित होते हैं
(C) वे स्तरित शल्की उपकला से आवृत होते हैं
(D) वे कई गर्तिकाओं से युक्त होते हैं

Regarding the differences between adenoids and palatine tonsils, which is true specifically for adenoids ?

(A) Have a well-defined capsule
(B) Located in the nasopharynx
(C) Covered by stratified squamous epithelium
(D) Possess multiple crypts

5101326677

70. दैहिक परिसंचरण के दौरान कौन-सी रक्त वाहिका ऑक्सीजन-रहित रक्त वहन करती है ?

(A) फुफ्फुस शिरा
(B) हृद् धमनी
(C) ऊर्ध्व महाशिरा
(D) महाधमनी

During systemic circulation, which blood vessels carry oxygen-poor blood ?

(A) Pulmonary vein
(B) Coronary artery
(C) Superior vena cava
(D) Aorta

71. खेल प्रशिक्षण के संदर्भ में, 'आंतरिक भार' से तात्पर्य है :

(A) एक सीज़न के दौरान पूरी हुई प्रतियोगिताओं की संख्या
(B) प्रशिक्षण सत्रों के दौरान उठाया गया वज़न
(C) एक नियोजित प्रशिक्षण चक्र की कुल अवधि
(D) व्यायाम से उत्पन्न शारीरिक और मानसिक तनाव का स्तर

In the context of sports training, 'internal load' denotes :

(A) The number of competitions completed during a season
(B) The amount of weight lifted during training sessions
(C) The total duration of a planned training cycle
(D) The degree of physiological and mental stress from exercise

5101326677

72. एक खिलाड़ी अपनी तकनीक का अभ्यास अतिरिक्त घंटे इसलिए नहीं करता/करती कि उसे ट्रॉफी या छात्रवृत्ति मिले, बल्कि इसलिए करता/करती है कि कौशल में महारत हासिल करने की प्रक्रिया उसे गहराई से संतोषजनक और आनंददायक लगती है। अभिप्रेरणात्मक मनोविज्ञान के अनुसार, यह ___________ का उदाहरण है।

(A) बाह्य अभिप्रेरणा
(B) अंतर्नोद न्यूनीकरण
(C) आंतरिक अभिप्रेरणा
(D) प्रोत्साहन अभिप्रेरणा

An athlete spends extra hours practising his/her technique not because of a trophy or scholarship, but because he/she finds the process of mastering the skill deeply satisfying and enjoyable. According to motivational psychology, this is an example of ___________.

(A) Extrinsic Motivation
(B) Drive Reduction
(C) Intrinsic Motivation
(D) Incentive Motivation

73. आइसोकाइनेटिक विधि ___________ द्वारा विकसित की गई थी।

(A) आर्थर एच. स्टाइनहाउस
(B) एच.सी. बक
(C) जेम्स जे. पेरिन
(D) पियरे डी कूबर्टिन

The isokinetic method was developed by ___________.

(A) Arthur H. Steinhaus
(B) H.C. Buck
(C) James J. Perrine
(D) Pierre de Coubertin

74. किस प्रकार के व्यायाम में मांसपेशी की लंबाई में कोई परिवर्तन नहीं होता और संकुचन के दौरान कोई दृश्यमान गति नहीं होती ?

(A) आइसोकाइनेटिक व्यायाम
(B) आइसोमेट्रिक व्यायाम
(C) ऐरोबिक व्यायाम
(D) आइसोटोनिक व्यायाम

Which type of exercise involves no change in muscle length and no visible movement during contraction ?

(A) Isokinetic exercise
(B) Isometric exercise
(C) Aerobic exercise
(D) Isotonic exercise

75. निम्नलिखित अग्रदूतों में से किसने "खेल मनोविज्ञान" शब्द पेश किया और इस पर ध्यान केंद्रित करते हुए एक प्रारंभिक ओलंपिक काँग्रेस का आयोजन किया ?

(A) रेनर मार्टेंस
(B) पियरे डी कूबर्टिन
(C) कोलमैन ग्रिफिथ
(D) ब्रूस ओगिल्वी

Who among the following pioneers introduced the term "Sport psychology" and organized early an Olympic Congress focusing on it ?

(A) Rainer Martens
(B) Pierre de Coubertin
(C) Coleman Griffith
(D) Bruce Ogilvie

76. पॉल कोस्टा और रॉबर्ट मैक्रे द्वारा प्रस्तावित बिग फाइव-फैक्टर व्यक्तित्व मॉडल को ___________ भी कहा जाता है।

(A) IDEAL (B) SMART (C) OCEAN (D) BASIC

The Big Five-Factor Personality Model proposed by Paul Costa and Robert McCrae is also referred to as ___________.

(A) IDEAL (B) SMART (C) OCEAN (D) BASIC

77. तीव्र व्यायाम के दौरान, (a–v) O_2 अंतर आमतौर पर कैसे बदलता है ?

(A) यह घटता है क्योंकि पेशियाँ कम ऑक्सीजन का उपयोग करती हैं।

(B) जैसे-जैसे शरीर अपनी अधिकतम ऑक्सीजन ग्रहण क्षमता के निकट पहुँचता है, यह गायब (लुप्त) हो जाता है।

(C) समस्थापन बनाए रखने के लिए यह स्थिर रहता है।

(D) यह बढ़ जाता है जब पेशियाँ धमनी के रक्त से अधिक ऑक्सीजन निकालती हैं।

During acute exercise, how does the (a–v) O_2 difference typically change ?

(A) It decreases because muscles use less oxygen.

(B) It disappears as the body approaches its maximum oxygen uptake capacity.

(C) It remains constant to maintain homeostasis.

(D) It increases as muscles extract more oxygen from the arterial blood.

78. पुरुषों के लिए मानक कबड्डी कोर्ट में, बॉक लाइन की मध्य-रेखा से दूरी ____________ होती है।

(A) 3·75 मीटर (B) 5·75 मीटर

(C) 2·75 मीटर (D) 4·75 मीटर

In a standard Kabaddi court for men, the distance of the baulk line from the midline is ____________.

(A) 3·75 metres (B) 5·75 metres

(C) 2·75 metres (D) 4·75 metres

79. 2016 रियो पैरालिंपिक में रजत पदक किसने जीता था ?

(A) देवेन्द्र झाझरिया (B) वरुण सिंह भाटी

(C) मरियप्पन थंगावेलु (D) दीपा मलिक

Who won the silver medal at the 2016 Rio Paralympics ?

(A) Devendra Jhajharia (B) Varun Singh Bhati

(C) Mariyappan Thangavelu (D) Deepa Malik

80. कबड्डी में पकड़ते समय, रक्षकों को चाहिए :

(A) पैरों को एक साथ रखें और शरीर को सख्त बनाए रखें (B) शरीर का वजन एड़ियों पर रखें

(C) घुटने मोड़े रखें और वजन पैर की उँगलियों पर रखें (D) रेडर का रास्ता रोकने के लिए सीधे खड़े हो जाएँ

While performing a catch in Kabaddi, defenders should :

(A) Keep feet together and body stiff (B) Keep body weight on heels

(C) Keep knees bent and weight on toes (D) Stand upright to block raider's path

81. स्कोलियोसिस के परिणामस्वरूप रीढ़ की हड्डी में अत्यधिक ____________ वक्रता होती है।

(A) पार्श्वीय (B) आगे की ओर

(C) अग्र (D) पीछे की ओर

Scoliosis results in an exaggerated ____________ curvature of the spine.

(A) Lateral (B) Forward

(C) Anterior (D) Backward

82. निम्नलिखित उभरते संक्रामक एजेंटों और उनकी विशेषताओं में से कौन-से सही सुमेलित हैं ?

I. हंतान वायरस — हेमोरेजिक फीवर विद रेनल सिंड्रोम (HFRS)

II. सिन नोम्ब्रे वायरस — हंटावायरस फुफ्फुसीय सिंड्रोम

III. H5N1 वायरस — एवियन इन्फ्लुएंजा (बर्ड फ्लू)

IV. मानव हर्पीज़ वायरस-8 (HHV-8) — एड्स रोगियों में कापोसी का सार्कोमा

विकल्प :

(A) केवल I, III और IV
(B) I, II, III और IV
(C) केवल I, II और III
(D) केवल II और IV

Which of the following emerging infectious agents and their characteristics are correctly matched ?

I. Hantaan virus — Haemorrhagic fever with renal syndrome (HFRS)

II. Sin Nombre virus — Hantavirus pulmonary syndrome

III. H5N1 virus — Avian influenza (Bird flu)

IV. Human Herpes Virus-8 (HHV-8) — Kaposi's sarcoma in AIDS patients

Options :

(A) I, III and IV only
(B) I, II, III and IV
(C) I, II and III only
(D) II and IV only

83. रथों पर खेले जाने वाले खो-खो का प्राचीन संस्करण ____________ के रूप में जाना जाता था।

(A) पचीसी
(B) मल्लखंब
(C) रथक्रीड़ा (रथेरा)
(D) लगोरी

The ancient version of Kho-Kho played on chariots was known as :

(A) Pachisi
(B) Mallakhamb
(C) Rathera
(D) Lagori

84. निलयी प्रकुंचन (वेंट्रिकुलर सिस्टोल) के दौरान बाएँ निलय से बाएँ अलिंद में रक्त के विपरीत प्रवाह को रोकने वाला कपाट (वाल्व) है :

(A) फुफ्फुसीय कपाट
(B) त्रिवलनी (ट्रिकस्पिड) कपाट
(C) मिट्रल कपाट
(D) महाधमनी (एओर्टिक) कपाट

The valve that prevents backflow of blood from the left ventricle into the left atrium during ventricular systole is the :

(A) Pulmonary valve
(B) Tricuspid valve
(C) Mitral valve
(D) Aortic valve

85. मिफ्लिन-स्ट जेओर समीकरण का उपयोग ____________ की गणना के लिए किया जाता है।

(A) शरीर द्रव्यमान सूचकांक
(B) ज्वारीय आयतन
(C) फुफ्फुस क्षमता
(D) आधारभूत चयापचय दर

The Mifflin-St Jeor Equation is used to calculate ____________.

(A) Body Mass Index
(B) Tidal Volume
(C) Lung Capacity
(D) Basal Metabolic Rate

5101326677

86. राष्ट्रीय खेल विश्वविद्यालय की स्थापना __________ में हुई थी।

(A) 2020
(B) 2018
(C) 2015
(D) 2016

The National Sports University was established in :

(A) 2020
(B) 2018
(C) 2015
(D) 2016

87. लॉन्ग जंप (लंबी कूद) और ट्रिपल जंप (तिहरी कूद) में उपयोग किए जाने वाले टेक-ऑफ बोर्ड की मानक चौड़ाई क्या है ?

(A) 20 सेमी
(B) 10 सेमी
(C) 40 सेमी
(D) 30 सेमी

What is the standard width of the take-off board used in long jump and triple jump ?

(A) 20 cm
(B) 10 cm
(C) 40 cm
(D) 30 cm

88. कंकाल की मांसपेशी संरचना में, कौन-सा संयोजी ऊतक आवरण अपनी संरचना के साथ सही ढंग से मेल खाता है ?

(A) पेरिमाइसियम – एक फैसिक्यूलस को घेरता है
(B) एपिमाइसियम – व्यक्तिगत मांसपेशी तंतुओं को घेरता है
(C) सार्कोलेम्मा – बाह्य रूप से फैसीकल्स को घेरता है
(D) एंडोमाइसियम – पूरी मांसपेशी को घेरता है

In skeletal muscle organization, which connective tissue covering is correctly matched with its structure ?

(A) Perimysium – surrounds a fasciculus
(B) Epimysium – surrounds individual muscle fibres
(C) Sarcolemma – surrounds fascicles externally
(D) Endomysium – surrounds whole muscle

89. नेत्रकोटर (ऑर्बिट) में अश्रु ग्रंथि कहाँ स्थित है ?

(A) नेत्रकोटर (ऑर्बिट) के निचले मध्यवर्ती भाग में
(B) नेत्रगोलक के पीछे
(C) नाक के अधोवर्ती मार्ग में
(D) छत के अग्रपार्श्वीय भाग में

Where is the lacrimal gland situated in the orbit ?

(A) Lower medial part of the orbit
(B) Posterior to the eyeball
(C) Inferior meatus of the nose
(D) Anterolateral part of the roof

90. ऊपरी और निचले अंगों की हड्डियाँ निम्नलिखित से संबंधित हैं :

(A) अक्षीय कंकाल
(B) कपालीय कंकाल
(C) उपांगीय कंकाल
(D) पसलियों का कंकाल

The bones of the upper and lower limbs belong to the :

(A) Axial skeleton
(B) Cranial skeleton
(C) Appendicular skeleton
(D) Rib skeleton

101132677

91. नीचे दो कथन दिए गए हैं, जिनमें से एक को अभिकथन (A) और दूसरे को कारण (R) के रूप में अंकित किया गया है :

अभिकथन (A) : वायवीय (एरोबिक) व्यायाम में ऐसी गतिविधियाँ शामिल होती हैं जिन्हें एक लंबी अवधि के लिए निरंतर बनाए रखा जा सकता है।

कारण (R) : वायवीय (एरोबिक) व्यायाम मुख्यतः अवायवीय (एनारोबिक) ऊर्जा मार्गों पर निर्भर करता है, जिन्हें मांसपेशियों के संकुचन के लिए ऑक्सीजन की आवश्यकता नहीं होती।

नीचे दिए गए विकल्पों में से सही उत्तर का चयन कीजिए :

(A) अभिकथन (A) ग़लत है, परंतु कारण (R) सही है।

(B) अभिकथन (A) और कारण (R) दोनों सही हैं और कारण (R), अभिकथन (A) की सही व्याख्या करता है।

(C) अभिकथन (A) सही है, परंतु कारण (R) ग़लत है।

(D) अभिकथन (A) और कारण (R) दोनों सही हैं, परंतु कारण (R), अभिकथन (A) की सही व्याख्या ***नहीं*** करता है।

Given below are two statements, one is labelled as Assertion (A) and the other as Reason (R) :

Assertion (A) : Aerobic exercise involves activities that can be maintained continuously for a prolonged period.

Reason (R) : Aerobic exercise relies primarily on anaerobic energy pathways that do not require oxygen for muscle contraction.

Select the correct answer from the options given below :

(A) Assertion (A) is false, but Reason (R) is true.

(B) Both Assertion (A) and Reason (R) are true and Reason (R) is the correct explanation of the Assertion (A).

(C) Assertion (A) is true, but Reason (R) is false.

(D) Both Assertion (A) and Reason (R) are true, but Reason (R) is ***not*** the correct explanation of the Assertion (A).

92. व्यक्तिगत भिन्नता का कौन-सा प्रकार एक ही व्यक्ति में विभिन्न गुणों में होने वाली भिन्नताओं को दर्शाता है, जैसे गणित में तेज, लेकिन संगीत में कमजोर होना ?

(A) सामाजिक भिन्नताएँ
(B) अंतर्वैयक्तिक भिन्नताएँ
(C) नस्लीय भिन्नताएँ
(D) अंत:वैयक्तिक भिन्नताएँ

Which type of individual difference refers to variations within the same person across different traits, like being strong in Math, but weak in Music ?

(A) Social differences
(B) Inter-individual differences
(C) Racial differences
(D) Intra-individual differences

93. निम्नलिखित में से लंबाकार (एक्टोमॉर्फ्स) के बारे में कौन-सा सही ***नहीं*** है ?

(A) उनके अंग लंबे और पतले होते हैं।
(B) उनका मांसपेशीय ढाँचा मजबूत होता है।
(C) उनकी चयापचय दर अधिक होती है।
(D) उनका शरीर नाजुक होता है।

Which of the following is ***not*** correct about ectomorphs ?

(A) They have long and slender limbs.
(B) They have a strong muscular build.
(C) They have a high metabolism.
(D) They have a delicate body.

5101322677

94. निम्नलिखित पर विचार कीजिए :

I. पाइक्निक (स्थूलकाय) – छोटा, गोल और स्थूल शरीर

II. एथलेटिक (पुष्टकाय) – मांसल और सुगठित शरीर

III. एस्थेनिक (कृशकाय) – मोटा, भारी और स्थूल शरीर

एर्न्स्ट क्रेट्स्मर के सिद्धांत के अनुसार, उपर्युक्त में से कौन-से युग्म सही सुमेलित हैं ?

(A) केवल II और III
(B) केवल I और III
(C) I, II और III
(D) केवल I और II

Consider the following :

I. Pyknic – Short, round and stout body build

II. Athletic – Muscular and well-proportioned body build

III. Asthenic – Fat, bulky and heavy body build

Which of the above pairs are correctly matched according to Ernst Kretschmer theory ?

(A) II and III only
(B) I and III only
(C) I, II and III
(D) I and II only

95. बच्चों (5 – 8 वर्ष) के लिए खेलो इंडिया फिटनेस टेस्ट में, कौन-सा घटक "समन्वय" को मापता है ?

(A) प्लेट टैपिंग टेस्ट
(B) 50 मी. की दौड़
(C) फ्लेमिंगो बैलेंस
(D) ज़िग-ज़ैग संतुलन चाल

In the Khelo India Fitness test for children (Age 5 – 8 years), which component tracks "Coordination" ?

(A) Plate Tapping Test
(B) 50 m Dash
(C) Flamingo Balance
(D) Zig-zag balance walk

96. कौन-सा अक्ष शरीर के केंद्र से बाएँ से दाएँ क्षैतिज रूप से गुज़रता है, जो सॉमरसॉल्ट (कलाबाज़ी) जैसी गतिविधियों की अनुमति देता है ?

(A) अनुदैर्ध्य अक्ष
(B) फ्रंटल अक्ष
(C) सागिटल अक्ष
(D) ऊर्ध्वाधर अक्ष

Which axis passes horizontally from left to right through the centre of the body, allowing for movements like a somersault ?

(A) Longitudinal axis
(B) Frontal axis
(C) Sagittal axis
(D) Vertical axis

97. व्यक्तिगत भिन्नता निर्धारित करने वाले दो मुख्य कारक कौन-से हैं ?

(A) आनुवंशिकता और पर्यावरण
(B) शारीरिक स्वास्थ्य और पोषण
(C) विद्यालयी शिक्षा और मित्र मंडली
(D) आयु और लिंग

What are the two key factors that determine individual differences ?

(A) Heredity and environment
(B) Physical health and nutrition
(C) Schooling and friend circles
(D) Age and gender

98. गुणसूत्रों (क्रोमोसोमों) में पाए जाने वाले आनुवंशिक लक्षणों के 'वास्तविक वाहक और निर्धारक' कौन हैं ?

(A) जीन
(B) कायिक (सोमैटिक) कोशिकाएँ
(C) कोशिकाद्रव्य (साइटोप्लाज़्म)
(D) युग्मनज (ज़ाइगोट्स)

What are the 'real carriers and determiners' of hereditary traits found within chromosomes ?

(A) Genes
(B) Somatic cells
(C) Cytoplasm
(D) Zygotes

99. पैलेस्ट्रा किसमें विशेषज्ञा रखता था ?

(A) दौड़ना, तेज़ दौड़ना और सहनशक्ति प्रशिक्षण
(B) तीरंदाज़ी, तलवारबाज़ी और सैन्य अभ्यास
(C) कुश्ती, मुक्केबाज़ी, कूदना और जिम्नास्टिक व्यायाम
(D) तैराकी, गोताखोरी और जल क्रीड़ाएँ

What did the Palaestra specialize in ?

(A) Running, sprinting and endurance training
(B) Archery, sword fighting and military drills
(C) Wrestling, boxing, jumping and gymnastic exercises
(D) Swimming, diving and water sports

100. नेतृत्व व्यवहार मॉडल और कोचिंग व्यवहार मूल्यांकन प्रणाली (CBAS) का प्रतिपादन किसने किया ?

(A) कोमार और ग्रीनलीफ
(B) रीमर और टून
(C) रीमर और चेल्लादुरई
(D) स्मॉल और स्मिथ

Who propounded the Leadership Behaviour Model and the Coaching Behaviour Assessment System (CBAS) ?

(A) Comar and Greenleaf
(B) Riemer and Toon
(C) Riemer and Chelladurai
(D) Smoll and Smith

101. एक वॉलीबॉल खिलाड़ी कूदता है और ज़ोर से गेंद को प्रतिद्वंद्वी के प्रांगण (कोर्ट) में नीचे की ओर मारता है। इस कौशल को कहा जाता है :

(A) ब्लॉकिंग
(B) डिगिंग
(C) स्पाइकिंग या स्मैशिंग
(D) अंडरहैंड पासिंग

A volleyball player jumps and forcefully hits the ball downward into the opponent's court. This skill is called :

(A) Blocking
(B) Digging
(C) Spiking or smashing
(D) Underhand passing

102. "शारीरिक शिक्षा उन अनुभवों का योग है जो व्यक्ति को गति के माध्यम से प्राप्त होते हैं।" यह परिभाषा किसकी है ?

(A) जे.बी. नैश
(B) चार्ल्स ए. बुचर
(C) डेलबर्ट ओबर्ट्यूफर
(D) थॉमस वुड

"Physical education is the sum of those experiences which come to an individual through movement." Who gave this definition ?

(A) J.B. Nash
(B) Charles A. Bucher
(C) Delbert Oberteuffer
(D) Thomas Wood

103. इनवर्टेड-यू सिद्धांत की बुनियाद __________ के उत्कृष्ट (क्लासिक) कार्य पर आधारित है।

(A) यर्क्स और डॉडसन
(B) ईस्टरब्रुक और जंग
(C) मार्टेंस और लैंडर्स
(D) बंडूरा और पियाज़े

The foundation of the inverted-U theory is based on the classic work of __________.

(A) Yerkes and Dodson
(B) Easterbrook and Jung
(C) Martens and Landers
(D) Bandura and Piaget

104. भारत में पहली बार शारीरिक शिक्षा के प्रमाण-पत्र पाठ्यक्रम की शुरुआत किस संस्था ने की थी ?

(A) वाई.एम.सी.ए. शारीरिक शिक्षा महाविद्यालय, मद्रास (चेन्नई)
(B) लक्ष्मीबाई शारीरिक शिक्षा महाविद्यालय, ग्वालियर
(C) पंजाब राजकीय महाविद्यालय, पटियाला
(D) हनुमान व्यायाम प्रसारक मंडल, अमरावती

Which institution first introduced a certificate course in physical education in India ?

(A) YMCA College of Physical Education, Madras (Chennai)
(B) Lakshmibai College of Physical Education, Gwalior
(C) Punjab State College, Patiala
(D) Hanuman Vyayam Prasarak Mandal, Amravati

105. निम्नलिखित में से किस मुक्केबाज़ को 2024 में अर्जुन पुरस्कार मिला ?

(A) निखत ज़रीन
(B) विजेंदर सिंह
(C) लवलीना बोरगोहेन
(D) नीतू घंघास

Which of the following boxers received the Arjuna Award in 2024 ?

(A) Nikhat Zareen
(B) Vijender Singh
(C) Lovlina Borgohain
(D) Nitu Ghanghas

106. "फ्लैट फुट" नामक चिकित्सा स्थिति के लिए दूसरा शब्द क्या है ?

(A) मेटाटार्सलजिया
(B) काइफोसिस
(C) पेस प्लानस
(D) टार्सल कोएलिशन

What is another term for the medical condition known as "Flat Foot" ?

(A) Metatarsalgia
(B) Kyphosis
(C) Pes Planus
(D) Tarsal Coalition

5101326677

107. हृद् चालन तंत्र में आवेग संचरण के मार्ग को सही रूप से कौन-सा क्रम दर्शाता है ?

(A) परकिंजे तंतु → हिस का बंडल → AV नोड → SA नोड

(B) SA नोड → परकिंजे तंतु → AV नोड → हिस का बंडल

(C) AV नोड → SA नोड → हिस का बंडल → परकिंजे तंतु

(D) SA नोड → AV नोड → हिस का बंडल → परकिंजे तंतु

Which sequence correctly represents the pathway of impulse conduction in the cardiac conduction system ?

(A) Purkinje fibres → Bundle of His → AV node → SA node

(B) SA node → Purkinje fibres → AV node → Bundle of His

(C) AV node → SA node → Bundle of His → Purkinje fibres

(D) SA node → AV node → Bundle of His → Purkinje fibres

108. फुटबॉल में कोने का चाप __________ की त्रिज्या के साथ खींचा जाता है।

(A) 1·5 मीटर (B) 2 मीटर (C) 0·5 मीटर (D) 1 मीटर

The corner arc in football is drawn with a radius of __________.

(A) 1·5 metres (B) 2 metres (C) 0·5 metre (D) 1 metre

109. कूपिकाएँ (ऐल्विओली) हैं :

(A) पाचक ग्रंथियाँ (B) अंगूर-जैसी वायु थैलियाँ

(C) बड़े खोखले अंग (D) उपास्थि वलय

Alveoli are :

(A) Digestive glands (B) Grape-like air sacs

(C) Large hollow organs (D) Cartilage rings

110. निम्नलिखित में से सक्षमता अभिप्रेरणा सिद्धांत का प्रस्ताव किसने दिया ?

(A) रॉबर्ट व्हाइट (B) अल्बर्ट बंडूरा

(C) बी.एफ. स्किनर (D) रॉबर्ट हंट

Who among the following proposed the Competence Motivation Theory ?

(A) Robert White (B) Albert Bandura

(C) B.F. Skinner (D) Robert Hunt

111. एक मुक्केबाज जो हार रहा होता है इसलिए वह प्रतिद्वंद्वी को कमर के नीचे मुक्का मारता है और उसे शारीरिक रूप से घायल करने का इरादा रखता है, यह __________ का उदाहरण है।

(A) दृढ़ व्यवहार (B) साधनात्मक आक्रामकता

(C) परहितकारी/संबंधपरक व्यवहार (D) शत्रुतापूर्ण आक्रामकता

A boxer who punches an opponent below the belt because he is losing and intends to physically injure them is an example of __________.

(A) Assertive Behaviour (B) Instrumental Aggression

(C) Prosocial/Relational Behaviour (D) Hostile Aggression

5101332677

5101332677

@TeachingExam

112. यदि कोई खिलाड़ी एक ही कबड्डी मैच में दूसरा पीला कार्ड प्राप्त करता है, तो इसे __________ माना जाता है।

(A) हरा कार्ड
(B) लाल कार्ड
(C) मैच चेतावनी
(D) तकनीकी फाउल

If a player receives a second Yellow Card in the same Kabaddi match, it is treated as __________.

(A) Green Card
(B) Red Card
(C) Match warning
(D) Technical foul

113. हाइड्रोथेरेपी (जल चिकित्सा) __________ का हिस्सा है।

(A) कीमोथेरेपी
(B) आयुर्वेद
(C) विकिरण चिकित्सा
(D) प्राकृतिक चिकित्सा

Hydrotherapy is a part of __________.

(A) Chemotherapy
(B) Ayurveda
(C) Radiation therapy
(D) Naturopathy

114. किसके दूरदर्शी नेतृत्व में लक्ष्मीबाई शारीरिक शिक्षा महाविद्यालय, ग्वालियर की स्थापना हुई थी ?

(A) डॉ. पी.एम. जोसेफ
(B) मेजर ध्यानचंद
(C) डॉ. बी.आर. अंबेडकर
(D) थॉमस अर्नोल्ड

Under whose visionary leadership was Lakshmibai College of Physical Education, Gwalior founded ?

(A) Dr. P.M. Joseph
(B) Major Dhyan Chand
(C) Dr. B.R. Ambedkar
(D) Thomas Arnold

115. भारत में फुटबॉल का शासी निकाय है :

(A) फीफा
(B) एएफसी
(C) यूईएफए
(D) एआईएफएफ

The governing body of football in India is :

(A) FIFA
(B) AFC
(C) UEFA
(D) AIFF

116. निम्नलिखित में से कौन-सा शारीरिक व्यायाम मॉडलों में दर्शाए गए "ऑक्सीजन घाटे" का सबसे अच्छा वर्णन करता है ?

(A) व्यायाम के बाद रिकवरी के दौरान उपयोग की गई ऑक्सीजन की मात्रा
(B) व्यायाम की शुरुआत में ऑक्सीजन की माँग और ऑक्सीजन की आपूर्ति के बीच का अंतर
(C) छोटी स्प्रिंट कसरत के दौरान आवश्यक ऑक्सीजन की मात्रा
(D) लगातार व्यायाम के दौरान बनाए रखा गया ऑक्सीजन ग्रहण का स्तर

Which of the following best describes "Oxygen Deficit" as illustrated in physiological exercise models ?

(A) The amount of oxygen used during recovery after exercise
(B) The difference between oxygen demand and oxygen supply at the start
(C) The amount of oxygen required during short sprint exercise
(D) The level of oxygen intake maintained during steady exercise

117. वॉलीबॉल का आविष्कार __________ के द्वारा किया गया था।

(A) विलियम जी. मॉर्गन
(B) पियरे डी कूबर्टिन
(C) जेम्स नाइस्मिथ
(D) थॉमस अर्नोल्ड

Volleyball was invented by __________.

(A) William G. Morgan
(B) Pierre de Coubertin
(C) James Naismith
(D) Thomas Arnold

118. निम्नलिखित में से कौन-सा वृक्क और हृदय पर डोपामाइन के प्रभावों का सही वर्णन करता है ?

(A) हृदय की संकुचनशीलता को कम करता है और कोरोनरी (हृद्) धमनियों को सिकोड़ता है
(B) वृक्क रक्त प्रवाह और हृद् निर्गम को बढ़ाता है
(C) रक्त प्रवाह और हृदय गति को कम करता है
(D) मूत्र उत्पादन को रोकता है और रक्तचाप को कम करता है

Which of the following correctly describes the effects of dopamine on the kidneys and heart ?

(A) Decreases cardiac contractility and constricts coronary arteries
(B) Increases renal blood flow and cardiac output
(C) Decreases blood flow and heart rate
(D) Stops urine production and lowers blood pressure

119. नामेइराकपम कुंजरानी देवी को इनमें से किस उपलब्धि के लिए सबसे अधिक जाना जाता है ?

(A) फील्ड और ट्रैक प्रतियोगिताएँ
(B) जिम्नास्टिक प्रतियोगिताएँ
(C) अंतर्राष्ट्रीय क्रिकेट मैच
(D) भारोत्तोलन प्रतियोगिताएँ

Nameirakpam Kunjarani Devi is known for her achievements in :

(A) Field and Track events
(B) Gymnastic competitions
(C) International cricket matches
(D) Weightlifting competitions

120. कबड्डी में, बोनस रेखा __________ के बीच स्थित है।

(A) मध्य-रेखा और बॉक रेखा
(B) लॉबी रेखा और साइड रेखा
(C) एंड रेखा और लॉबी रेखा
(D) बॉक रेखा और एंड रेखा

In Kabaddi, the bonus line is situated between __________.

(A) Midline and Baulk line
(B) Lobby line and side line
(C) End line and lobby line
(D) Baulk line and end line

121. एक मानक खो-खो कोर्ट में केंद्रीय लेन की चौड़ाई है :

(A) 20 सेमी
(B) 40 सेमी
(C) 50 सेमी
(D) 30 सेमी

The central lane in a standard Kho-Kho court has a width of :

(A) 20 cm
(B) 40 cm
(C) 50 cm
(D) 30 cm

5101326777

Test Prime By Adda247

Previous Year Papers PDF

PRACTICE MORE, SCORE HIGHER!

PDF

Free 25,000+ PDF's

High-Quality | Exam-Wise | Updated Regularly

ATTEMPT AS MOCK

Turn PDFs into real exam experience.
Analyze. Improve. Succeed.

Previous Year Papers PDF
Search
Banking | JAIIB & CAIIB | SSC | Railways

April 2026
11th Apr (Shift: 1)
HINDI
RBI Assistant Pre 2026 Mem...
100 Ques | 60 Mins
DOWNLOAD | ATTEMPT NOW

11th Apr (Shift: 1)
ENGLISH
RBI Assistant Pre 2026 Mem...
100 Ques | 60 Mins
DOWNLOAD | ATTEMPT NOW

11th Apr (Shift: 2)
HINDI
RBI Assistant Pre 2026 Mem...
100 Ques | 60 Mins
DOWNLOAD | ATTEMPT NOW

11th Apr (Shift: 2)
ENGLISH
RBI Assistant Pre 2026 Mem...
100 Ques | 60 Mins
DOWNLOAD | ATTEMPT NOW

February 2026
22nd Feb (Shift: 1)
ENGLISH
BOB Office Assistant MBT (...

Topic-wise & Exam-wise PDFs | Download & Study Offline | Attempt as Mock & Track Score | Smart Analysis & Performance

AVAILABLE IN

Banking | SSC | Railway | Teaching | UGC | Agriculture | Nursing

Bihar | UP | Punjab | WB | Odisha | TN | AP & Telangana | Haryana

DOWNLOAD THE APP

122. क्रो और क्रो द्वारा दी गई परिभाषा के अनुसार, सीखने में किन तीन तत्त्वों का अधिग्रहण शामिल होता है ?

(A) जीव विज्ञान, पर्यावरण और परिपक्वता
(B) आदतें, ज्ञान और अभिवृत्तियाँ
(C) शारीरिक शक्ति, ऊँचाई और वजन
(D) स्मृति, मूलप्रवृत्ति और प्रतिवर्त

According to the definition provided by Crow and Crow, learning involves the acquisition of which three elements ?

(A) Biology, environment and maturation
(B) Habits, knowledge and attitudes
(C) Physical strength, height and weight
(D) Memory, instinct and reflexes

510132677

123. "एंड्रॉइड मोटापा" की विशेषता अतिरिक्त वसा का जमाव किस क्षेत्र में होने से होती है ?

(A) उदर और धड़
(B) कूल्हा और जाँघ
(C) केवल ऊपरी अंग
(D) अग्रबाहु और कलाई

"Android obesity," is characterized by excess fat deposition over which region ?

(A) Abdominal and trunk
(B) Hips and thighs
(C) Only the upper limbs
(D) Forearms and wrists

510132677

124. पोंस मस्तिष्क के किन दो भागों के बीच स्थित है ?

(A) प्रमस्तिष्क और अनुमस्तिष्क
(B) थैलेमस और हाइपोथैलेमस
(C) मध्यमस्तिष्क और मेडुला ऑब्लांगेटा
(D) मेरुरज्जु और अनुमस्तिष्क

The pons is located between which two parts of the brain ?

(A) Cerebrum and Cerebellum
(B) Thalamus and Hypothalamus
(C) Midbrain and Medulla oblongata
(D) Spinal cord and Cerebellum

510132677

125. "पीछे से नेतृत्व करना और दूसरों को आगे रखना बेहतर है, खासकर जब अच्छी चीजें हों तो आप जीत का जश्न मनाते हैं। जब खतरा हो तो आप सबसे आगे रहते हैं। तब लोग आपके नेतृत्व की सराहना करेंगे।" यह कथन किसने दिया ?

(A) जॉन वूडेन
(B) महात्मा गाँधी
(C) पीटर ड्रकर
(D) नेल्सन मंडेला

"It is better to lead from behind and to put others in front, especially when you celebrate victory when nice things occur. You take the front line when there is danger. Then people will appreciate your leadership."

Who gave this statement ?

(A) John Wooden
(B) Mahatma Gandhi
(C) Peter Drucker
(D) Nelson Mandela

@TeachingExam
Telegram - @TeachingExam For PRT TGT PGT All Vacancy Updates