Test Booklet No.
परीक्षण पुस्तिका सं.

Subject : PHYSICAL EDUCATION
Code : 321 EH
Medium : English and Hindi

(Do not open this Test Booklet until you are asked to do so)
(इस परीक्षण पुस्तिका को तब तक न खोलें जब तक आपसे ऐसा करने के लिए न कहा जाए)

Test Booklet Code
परीक्षण पुस्तिका कोड

D

Time Allowed : **45** minutes निर्धारित समय : **45** मिनट	Maximum Marks : **200** अधिकतम अंक : **200**	Total Questions : **50** कुल प्रश्न : **50**	Number of questions to be answered : **40** उत्तर दिए जाने वाले प्रश्नों की संख्या : **40**

Kindly read the Instructions given on this Page and Back Page carefully before attempting this Question Paper.
कृपया इस प्रश्न-पत्र को हल करने से पहले इस पृष्ठ और अंतिम पृष्ठ पर दिए गए निर्देशों को ध्यान से पढ़े।

Important Instructions for the Candidates :

1. This Test Booklet contains **50** questions printed in English and Hindi. Out of these, the candidate is required to answer any **40** questions. If a candidate answers more than 40 questions, the first 40 answered questions will be considered for evaluation.
2. When you are given the OMR Answer Sheet, fill in your particulars on it carefully with **blue/black** ball point pen only.
3. Use only Blue/Black Ball Point Pen for marking responses.
4. The CODE for this Test Booklet is **D**. Make sure that the CODE printed on the OMR Answer Sheet is the same as that on this Test Booklet. Also ensure that your Test Booklet No. and OMR Answer Sheet No. are exactly the same. In case of discrepancy, the candidate should immediately report the matter to the Invigilator for replacement of both the Test Booklet and the OMR Answer Sheet. No claim in this regard will be entertained after five minutes from the start of the examination.
5. Before attempting the question paper kindly check that this Test Booklet has total **28** pages and OMR Answer Sheet consists of one sheet. At the start of the examination within first five minutes, candidates are advised to ensure that all pages of Test Booklet and OMR Answer Sheet are properly printed and they are not damaged in any manner.
6. Each question has four answer options. Out of these four options choose the **MOST APPROPRIATE OPTION** and darken/blacken the corresponding circle on the OMR Answer Sheet with a Blue/Black Ball Point Pen.
7. Five (5) marks will be given for each correct answer. One (1) mark will be deducted for each incorrect answer. If more than one circle is found darkened/blackened for a question, then it will be considered as an incorrect answer. Unanswered questions will be given no mark.

P.T.O.

परीक्षार्थियों के लिए महत्त्वपूर्ण निर्देश :

1. इस परीक्षण पुस्तिका में **50** प्रश्न अंग्रेज़ी और हिन्दी में मुद्रित हैं। परीक्षार्थी को इनमें से किन्हीं **40** प्रश्नों के उत्तर देना आवश्यक है। यदि परीक्षार्थी 40 से अधिक प्रश्नों के उत्तर देता है, तो पहले 40 उत्तरित प्रश्न मूल्यांकन हेतु विचार किए जाएँगे।
2. जब आपको ओ.एम.आर. उत्तर पत्रक दिया जाता है तो उस पर केवल **नीले/काले** बॉल पॉइंट पेन से अपने विवरण ध्यानपूर्वक भरें।
3. उत्तर अंकित करने के लिए केवल नीले/काले बॉल पॉइंट पेन का ही उपयोग करें।
4. इस परीक्षण पुस्तिका का **कोड D** है। यह सुनिश्चित कर लें कि ओ.एम.आर. उत्तर पत्रक पर मुद्रित **कोड** बिलकुल वही है, जो इस परीक्षण पुस्तिका पर मुद्रित कोड है। यह भी सुनिश्चित कर लें कि आपकी परीक्षण पुस्तिका संख्या बिलकुल वही है, जो ओ.एम.आर. उत्तर पत्रक संख्या है। यदि ये अलग-अलग हैं, तो परीक्षार्थी तुरंत इसकी जानकारी निरीक्षक को दे कर उनसे परीक्षण पुस्तिका और ओ.एम.आर. उत्तर पत्रक दोनों बदल कर ले लें। परीक्षा शुरू हो कर पाँच मिनट बीत जाने के बाद इस संबंध में किसी भी दावे पर विचार नहीं किया जाएगा।
5. प्रश्न-पत्र को हल करना शुरू करने से पहले यह जाँच लें कि इस परीक्षण पुस्तिका में कुल **28** पृष्ठ हैं और ओ.एम.आर. उत्तर पत्रक में एक ही पत्रक है। परीक्षार्थियों को सलाह दी जाती है, कि परीक्षा शुरू होने पर, पहले पाँच मिनटों के अन्दर, यह सुनिश्चित कर लें कि परीक्षण पुस्तिका के सभी पृष्ठ और ओ.एम.आर. उत्तर पत्रक ठीक से मुद्रित हैं और वे किसी भी प्रकार से क्षतिग्रस्त नहीं हैं।
6. प्रत्येक प्रश्न में चार उत्तर विकल्प हैं। इन चारों विकल्पों में से **सबसे उपयुक्त विकल्प** को चुनें और ओ.एम.आर. उत्तर पत्रक पर उससे संगत वृत्त को नीले/काले बॉल पॉइंट पेन से गहरा/काला करके भरें।
7. प्रत्येक सही उत्तर के लिए पाँच (5) अंक दिए जाएँगे। प्रत्येक ग़लत उत्तर के लिए एक (1) अंक काटा जाएगा। यदि एक प्रश्न के लिए एक से अधिक वृत्त गहरे/काले पाए जाते हैं, तो उसे ग़लत उत्तर माना जाएगा। अनुत्तरित प्रश्नों के लिए कोई अंक नहीं दिया जाएगा।

कृ.पृ.प.

Name of the Candidate (in Capital Letters) : ______________________________
परीक्षार्थी का नाम (बड़े अक्षरों में) :

Application Number (in figures) : ______________________________
आवेदन संख्या (अंकों में) :

Roll Number (in figures) : ______________________________
अनुक्रमांक (अंकों में) :

Centre of Examination (in Capital Letters) : ______________________________
परीक्षा केन्द्र (बड़े अक्षरों में) :

Candidate's Signature : ____________________ Invigilator's Signature : ____________________
परीक्षार्थी के हस्ताक्षर : निरीक्षक के हस्ताक्षर :

Facsimile signature stamp of Centre Superintendent : ______________________________
केन्द्र अधीक्षक की हस्ताक्षर मोहर :

1. Which Motor Fitness component can be developed by working out with sufficient speed for a duration to take heart rate up to 180 bmp and take a short break before starting the workout again ?

(1) Speed (2) Strength

(3) Endurance (4) Agility

2. Identify the ***incorrect*** statement listed below about sports training :

(1) Based on scientific principles

(2) Helps in improving higher performance

(3) Aims to provide multi sports experience

(4) Aims to identify individual's best potential

3. Motto of which of the following games includes the words 'Faster, Higher, Stronger, Together' ?

(1) Asian Games (2) Commonwealth Games

(3) Olympic Games (4) South Asian Games

4. Which of the following Physical Education/Sports institution was established in 1920 ?

(1) S.A.I. (2) I.O.A.

(3) N.S.N.I.S., Patiala (4) Y.M.C.A. (Chennai)

5. Roland Garros is related to which of the following tournament ?

(1) Wimbledon (2) Australian Open

(3) U.S. Open (4) French Open

6. How many Byes will be given if 19 teams are participating in a Knock-Out Tournament ?

(1) 11 (2) 13

(3) 15 (4) 17

7. Which of the following is ***not*** a stimulant ?

(1) Amphetamines (2) Cocaine

(3) Diamorphine (4) Caffeine

8. ____________ fracture occurs when there is a straight break right across the bone.

(1) Greenstick (2) Strain

(3) Transverse (4) Comminuted

SPACE FOR ROUGH WORK / रफ़ कार्य के लिए जगह

1. हृदय गति को 180 बी.एम.पी. तक ले जाने और फिर से व्यायाम शुरू करने से पहले एक छोटा ब्रेक लेने की अवधि के लिए पर्याप्त गति से व्यायाम करके कौन-सा मोटर फिटनेस घटक विकसित किया जा सकता है ?

(1) गति (2) ताकत

(3) सहनशीलता (4) चपलता

2. खेल प्रशिक्षण के बारे में नीचे सूचीबद्ध ***ग़लत*** कथन की पहचान करें :

(1) वैज्ञानिक सिद्धांतों पर आधारित

(2) उच्च प्रदर्शन में सुधार करने में मदद करता है

(3) बहु खेल अनुभव प्रदान करने का लक्ष्य

(4) व्यक्ति की सर्वोत्तम क्षमता की पहचान करने का लक्ष्य

3. निम्नलिखित में से किस खेल के ध्येय-वाक्य में 'ज्यादा तेज़ (Faster), ज्यादा ऊँचा (Higher), ज्यादा ताकतवर (Stronger), एक-साथ (Together)' शब्द शामिल हैं ?

(1) एशियाई खेल (2) राष्ट्रमंडल खेल

(3) ओलंपिक खेल (4) दक्षिण एशियाई खेल

4. निम्नलिखित में से किस शारीरिक शिक्षा/खेल संस्थान की स्थापना 1920 में की गई थी ?

(1) एस.ए.आई. (2) आई.ओ.ए.

(3) एन.एस.एन.आई.एस., पटियाला (4) वाई.एम.सी.ए. (चेन्नई)

5. रोलैंड गैरोस निम्नलिखित में से किस टूर्नामेंट से संबंधित है ?

(1) विम्बल्डन (2) ऑस्ट्रेलियन ओपन

(3) यू.एस. ओपन (4) फ्रेंच ओपन

6. यदि 19 टीमें नॉक-आउट टूर्नामेंट में भाग ले रही हैं, तो कितने बाय दिए जाएँगे ?

(1) 11 (2) 13

(3) 15 (4) 17

7. निम्नलिखित में से कौन-सा उत्तेजक ***नहीं*** है ?

(1) एम्फेटामाइन्स (2) कोकेन

(3) डायमोर्फीन (4) कैफीन

8. ______________ फ्रैक्चर तब होता है जब हड्डी एक ओर से दूसरी ओर सीधी टूट जाती है।

(1) कच्ची अस्थि-भंग (ग्रीनस्टिक) (2) खिंचाव (स्ट्रेन)

(3) अनुप्रस्थ (ट्रांसवर्स) (4) बहु-खंड (कॉमीन्यूटिड)

SPACE FOR ROUGH WORK / रफ़ कार्य के लिए जगह

9. Friction works in ___________ direction of the moving object.

(1) Diagonal (2) Opposite

(3) Same (4) Forward

10. Flexion is a movement, which occurs in ____________ plane.

(1) Sagittal

(2) Frontal

(3) Transverse

(4) Horizontal

11. In an instrumental aggression, the main aim is to ______________.

(1) Cause harm to the opponent physically

(2) Attain non-aggressive goals

(3) Express your feeling of jealousy

(4) Cause harm to the opponent psychologically

12. Arrange the following stretching exercises in a sequential order from toe to head.

(A) Pectoral stretch

(B) Quadriceps stretch

(C) Thoracic extension stretch

(D) Lumbar extension stretch

Choose the correct answer from the options given below :

(1) (B), (C), (A), (D) (2) (B), (C), (D), (A)

(3) (B), (D), (A), (C) (4) (B), (D), (C), (A)

13. Arrange the following number of teams in a sequential order from less to more with respect to allotment of byes in a Knock-out Tournament :

(A) 05 (B) 14

(C) 32 (D) 12

(E) 63

Choose the correct answer from the options given below :

(1) (C), (E), (B), (A), (D) (2) (E), (C), (B), (D), (A)

(3) (C), (A), (D), (B), (E) (4) (E), (B), (C), (A), (D)

9. घर्षण गतिशील वस्तु की _______________ दिशा में कार्य करता है।

(1) विकर्ण (2) विपरीत

(3) समान (4) अग्रवर्ती

10. आकुंचन एक गतिविधि है, जो _____________ समतल में होती है।

(1) धनु (सैजिटल)

(2) अग्र (फ्रन्टल)

(3) अनुप्रस्थ (ट्रांसवर्स)

(4) क्षैतिज (हॉरिज़ोंटल)

11. सहायक आक्रामकता में, मुख्य उद्देश्य _______________ है।

(1) प्रतिद्वंद्वी को शारीरिक रूप से नुकसान पहुँचाना

(2) ग़ैर-आक्रामक लक्ष्यों को प्राप्त करना

(3) अपनी ईर्ष्या की भावना व्यक्त करना

(4) प्रतिद्वंद्वी को मनोवैज्ञानिक रूप से नुकसान पहुँचाना

12. पैर के अँगूठे से सिर तक अनुक्रमिक क्रम में निम्नलिखित स्ट्रेचिंग अभ्यासों को व्यवस्थित करें।

(A) पेक्टोरल खिंचाव

(B) क्वाड्रिसेप्स खिंचाव

(C) वक्ष विस्तार खिंचाव

(D) लंबर विस्तार खिंचाव

नीचे दिए गए विकल्पों में से सही उत्तर चुनें :

(1) (B), (C), (A), (D) (2) (B), (C), (D), (A)

(3) (B), (D), (A), (C) (4) (B), (D), (C), (A)

13. एक नॉक-आउट टूर्नामेंट में बाय के आबंटन के संबंध में कम से अधिक क्रम में टीमों की निम्नलिखित संख्या को व्यवस्थित करें :

(A) 05 (B) 14

(C) 32 (D) 12

(E) 63

नीचे दिए गए विकल्पों में से सही उत्तर चुनें :

(1) (C), (E), (B), (A), (D) (2) (E), (C), (B), (D), (A)

(3) (C), (A), (D), (B), (E) (4) (E), (B), (C), (A), (D)

SPACE FOR ROUGH WORK / रफ़ कार्य के लिए जगह

14. Arrange the following postural deformities in a sequential order from toe to head :

(A) Hump Back/Kyphosis

(B) Genu Varum

(C) Pes Planus

(D) Hollow Back

Choose the correct answer from the options given below :

(1) (D), (C), (B), (A) (2) (A), (C), (D), (B)

(3) (C), (B), (D), (A) (4) (B), (C), (D), (A)

15. Arrange the following fitness tests as per their time requirements of conducting the test in a sequential order from minimum to maximum :

(A) Walk Test (Rikli and Jones)

(B) 50 mtrs Run Test (Motor Fitness)

(C) Harvard Step Test

(D) Partial Curl Up Test (Motor Fitness)

Choose the correct answer from the options given below :

(1) (B), (D), (C), (A) (2) (B), (D), (A), (C)

(3) (A), (C), (D), (B) (4) (D), (B), (A), (C)

16. Which of the following statements is/are true ?

(A) Lakshmibai National Institute of Physical Education is the oldest pioneer institute of Physical Education in India.

(B) Y.M.C.A. College of Physical Education (Chennai) was established in 1920.

(C) Sports Authority of India implements various schemes of Ministry of Youth Affairs and Sports.

(D) N.S.N.I.S. facilitates training of coaches and raising technical competence of existing coaches in the country.

Choose the correct answer from the options given below :

(1) (D) only (2) (B), (C) and (D) only

(3) (C) and (D) only (4) (A) only

SPACE FOR ROUGH WORK / रफ़ कार्य के लिए जगह

14. पैर के अँगूठे से सिर तक अनुक्रमिक क्रम में निम्नलिखित मुद्रा संबंधी विकृतियों को व्यवस्थित करें :

(A) हंप बैक/कायफोसिस

(B) जेनु वरुम

(C) पेस प्लानस

(D) कूबड़ आगे की ओर (हॉलो बैक)

नीचे दिए गए विकल्पों में से सही उत्तर चुनें :

(1) (D), (C), (B), (A)
(2) (A), (C), (D), (B)
(3) (C), (B), (D), (A)
(4) (B), (C), (D), (A)

15. न्यूनतम से अधिकतम तक अनुक्रमिक क्रम में परीक्षण परिचालन के लिए उनकी समय आवश्यकताओं के अनुसार निम्नलिखित फिटनेस परीक्षणों को व्यवस्थित करें :

(A) वॉक टेस्ट (रिकली और जोन्स)

(B) 50 मीटर रन टेस्ट (मोटर फिटनेस)

(C) हार्वर्ड स्टेप टेस्ट

(D) आंशिक कर्ल अप टेस्ट (मोटर फिटनेस)

नीचे दिए गए विकल्पों में से सही उत्तर चुनें :

(1) (B), (D), (C), (A)
(2) (B), (D), (A), (C)
(3) (A), (C), (D), (B)
(4) (D), (B), (A), (C)

16. निम्नलिखित में से कौन-सा/से कथन सत्य है/हैं ?

(A) लक्ष्मीबाई राष्ट्रीय शारीरिक शिक्षा संस्थान भारत में शारीरिक शिक्षा का सबसे पुराना अग्रणी संस्थान है।

(B) Y.M.C.A. शारीरिक शिक्षा महाविद्यालय (चेन्नई) की स्थापना 1920 में की गई थी।

(C) भारतीय खेल प्राधिकरण युवा मामले और खेल मंत्रालय की विभिन्न योजनाओं को लागू करता है।

(D) N.S.N.I.S. प्रशिक्षकों के प्रशिक्षण की सुविधा प्रदान करता है और देश में मौजूदा प्रशिक्षकों की तकनीकी (शिक्षण) क्षमता को बढ़ाता है।

नीचे दिए गए विकल्पों में से सही उत्तर चुनें :

(1) केवल (D)
(2) केवल (B), (C) और (D)
(3) केवल (C) और (D)
(4) केवल (A)

SPACE FOR ROUGH WORK / रफ़ कार्य के लिए जगह

17. Causes of disabilities can be broadly classified into which of the following categories ?

(A) Pre-Natal (B) Post-Natal

(C) Pro-Natal (D) Perinatal

Choose the correct answer from the options given below :

(1) (A) and (C) only (2) (C) and (D) only

(3) (A), (B) and (C) only (4) (A), (B) and (D) only

18. Which of the following are the characteristics of Endomorph body type ?

(A) Narrow Hips

(B) Round, Fat and Thick

(C) Pear-Shaped

(D) Thin

(E) Under developed muscles

Choose the correct answer from the options given below :

(1) (A), (B) and (D) only (2) (A) and (E) only

(3) (B), (C) and (E) only (4) (A), (C) and (D) only

19. Match the sportspersons listed in **List-I** with their associated games listed in **List-II** :

	List-I (Sportspersons)		**List-II (Associated Games)**
(A)	Manpreet Singh	(I)	Football
(B)	Anup Kumar	(II)	Wrestling
(C)	Sunil Chhetri	(III)	Hockey
(D)	Bajrang Punia	(IV)	Kabaddi

Choose the correct answer from the options given below :

(1) (A) - (III), (B) - (II), (C) - (I), (D) - (IV)

(2) (A) - (I), (B) - (II), (C) - (III), (D) - (IV)

(3) (A) - (III), (B) - (IV), (C) - (I), (D) - (II)

(4) (A) - (II), (B) - (III), (C) - (I), (D) - (IV)

17. अक्षमता के कारणों को मोटे तौर पर निम्नलिखित में से किन श्रेणियों में वर्गीकृत किया जा सकता है ?

(A) प्री-नेटल (B) पोस्ट-नेटल

(C) प्रो-नेटल (D) पेरिनेटल

नीचे दिए गए विकल्पों में से सही उत्तर चुनें :

(1) केवल (A) और (C) (2) केवल (C) और (D)

(3) केवल (A), (B) और (C) (4) केवल (A), (B) और (D)

18. निम्नलिखित में से कौन-से एंडोमॉर्फ शरीर प्रकार की विशेषताएँ हैं ?

(A) संकीर्ण कूल्हे

(B) गोल, मोटा और सघन

(C) नाशपाती के आकार का

(D) पतला

(E) अल्प विकसित मांसपेशियाँ

नीचे दिए गए विकल्पों में से सही उत्तर चुनें :

(1) केवल (A), (B) और (D) (2) केवल (A) और (E)

(3) केवल (B), (C) और (E) (4) केवल (A), (C) और (D)

19. **सूची-I** में सूचीबद्ध खिलाड़ियों का **सूची-II** में दिए गए उनसे संबंधित खेलों के साथ मिलान करें :

सूची-I (खिलाड़ी)	**सूची-II (संबंधित खेल)**
(A) मनप्रीत सिंह	(I) फुटबॉल
(B) अनूप कुमार	(II) कुश्ती
(C) सुनील छेत्री	(III) हॉकी
(D) बजरंग पूनिया	(IV) कबड्डी

नीचे दिए गए विकल्पों में से सही उत्तर चुनें :

(1) (A) - (III), (B) - (II), (C) - (I), (D) - (IV)

(2) (A) - (I), (B) - (II), (C) - (III), (D) - (IV)

(3) (A) - (III), (B) - (IV), (C) - (I), (D) - (II)

(4) (A) - (II), (B) - (III), (C) - (I), (D) - (IV)

20. Match the postural deformities listed in **List-I** with their corrective measures listed in **List-II**.

List-I (Postural Deformities)		**List-II (Corrective Measures)**	
(A)	Knock Knees	(I)	Walking on inner edge of feet
(B)	Round Shoulders	(II)	Horse Riding
(C)	Kyphosis	(III)	Wall stretch, Pull Ups
(D)	Bow Legs	(IV)	Swimming, Gym ball exercises

Choose the correct answer from the options given below :

(1) (A) - (II), (B) - (III), (C) - (IV), (D) - (I)

(2) (A) - (I), (B) - (II), (C) - (III), (D) - (IV)

(3) (A) - (III), (B) - (II), (C) - (I), (D) - (IV)

(4) (A) - (I), (B) - (II), (C) - (IV), (D) - (III)

21. Match the traits listed in **List-I** with their explanation listed in **List-II**.

List-I (Traits)		**List-II (Explanation)**	
(A)	Cardinal Traits	(I)	Based on 3 factors
(B)	Central Traits	(II)	That reflect only in certain circumstances
(C)	Assessment of Traits	(III)	Building blocks that shape most of our behaviour
(D)	Secondary Traits	(IV)	Dominant behaviour

Choose the correct answer from the options given below :

(1) (A) - (IV), (B) - (III), (C) - (I), (D) - (II)

(2) (A) - (IV), (B) - (II), (C) - (I), (D) - (III)

(3) (A) - (III), (B) - (I), (C) - (II), (D) - (IV)

(4) (A) - (I), (B) - (II), (C) - (III), (D) - (IV)

22. Which training method is another variation of variable pace method ?

(1) Fartlek method

(2) Interval method

(3) Repetition method

(4) Continuous method

SPACE FOR ROUGH WORK / रफ़ कार्य के लिए जगह

20. **सूची-I** में सूचीबद्ध मुद्रा संबंधी विकृतियों का मिलान **सूची-II** में सूचीबद्ध उनके सुधारात्मक उपायों से करें।

सूची-I (मुद्रा संबंधी विकृतियाँ)	**सूची-II (सुधारात्मक उपाय)**
(A) घुटनों का टकराना	(I) पैरों के भीतरी किनारे पर चलना
(B) गोल कंधे	(II) घोड़े की सवारी
(C) काइफोसिस	(III) दीवार खिंचाव, पुल अप्स
(D) धनुषाकार टाँगें	(IV) तैराकी, जिम बॉल व्यायाम

नीचे दिए गए विकल्पों में से सही उत्तर चुनें :

(1) (A) - (II), (B) - (III), (C) - (IV), (D) - (I)

(2) (A) - (I), (B) - (II), (C) - (III), (D) - (IV)

(3) (A) - (III), (B) - (II), (C) - (I), (D) - (IV)

(4) (A) - (I), (B) - (II), (C) - (IV), (D) - (III)

21. **सूची-I** में सूचीबद्ध विशेषताओं का मिलान **सूची-II** में सूचीबद्ध उनके स्पष्टीकरण से करें।

सूची-I (विशेषता)	**सूची-II (स्पष्टीकरण)**
(A) कार्डिनल विशेषताएँ	(I) 3 कारकों के आधार पर
(B) केंद्रीय विशेषताएँ	(II) यह केवल कुछ परिस्थितियों में ही परिलक्षित होते हैं
(C) विशेषताओं का मूल्यांकन	(III) बिल्डिंग ब्लॉक्स जो हमारे अधिकांश व्यवहार को आकार देते हैं
(D) माध्यमिक विशेषताएँ	(IV) अधिक प्रभावशाली व्यवहार

नीचे दिए गए विकल्पों में से सही उत्तर चुनें :

(1) (A) - (IV), (B) - (III), (C) - (I), (D) - (II)

(2) (A) - (IV), (B) - (II), (C) - (I), (D) - (III)

(3) (A) - (III), (B) - (I), (C) - (II), (D) - (IV)

(4) (A) - (I), (B) - (II), (C) - (III), (D) - (IV)

22. कौन-सी प्रशिक्षण विधि परिवर्तनीय गतिविधि की एक और भिन्नता है ?

(1) फार्टलेक विधि (2) अंतराल विधि

(3) पुनरावृत्ति विधि (4) निरंतर विधि

23. Identify the movement of the exercise shown in the picture given below :

(1) Isometric ankle plantar flexion

(2) Isometric ankle flexion

(3) Isotonic ankle flexion

(4) Isotonic ankle plantar flexion

24. Maintenance of plank position is an example of which type of strength development exercise. Choose from the following :

(1) Isometric
(2) Isotonic
(3) Isokinetic
(4) Isonomic

25. Venue of Olympic Games is decided by which of the following body ?

(1) International Olympic Academy

(2) International Sports Association

(3) International Olympic Committee

(4) International Olympic Association

26. Which is the governing body responsible for Deaflympics ?

(1) World Deaf Committee (WDC)

(2) International Paralympic Committee (IPC)

(3) International Committee of Sports for the Deaf (ICSD)

(4) Special Olympic Committee (SOC)

SPACE FOR ROUGH WORK / रफ़ कार्य के लिए जगह

23. नीचे दिए गए चित्र में दिखाए गए व्यायाम की गति की पहचान करें :

(1) आइसोमेट्रिक टखना प्लांटार फ्लेक्शन

(2) आइसोमेट्रिक टखने का आकुंचन

(3) आइसोटोनिक टखने का आकुंचन

(4) आइसोटोनिक टखना प्लांटार फ्लेक्शन

24. प्लैंक स्थिति में रुके रहने की स्थिति किस प्रकार के शक्ति विकास अभ्यास का एक उदाहरण है। निम्नलिखित में से चुनें :

(1) आइसोमेट्रिक (2) आइसोटोनिक

(3) आइसोकाइनेटिक (4) आइसोनॉमिक

25. ओलंपिक खेलों का स्थान निम्नलिखित में से किस निकाय द्वारा तय किया जाता है ?

(1) अंतर्राष्ट्रीय ओलंपिक अकादमी

(2) अंतर्राष्ट्रीय खेल संघ

(3) अंतर्राष्ट्रीय ओलंपिक समिति

(4) अंतर्राष्ट्रीय ओलंपिक संघ

26. बधिर ओलंपिक के लिए जिम्मेदार शासीय निकाय कौन-सा है ?

(1) विश्व बधिर समिति (डब्ल्यू.डी.सी.)

(2) अंतर्राष्ट्रीय पैरालम्पिक समिति (आई.पी.सी.)

(3) बधिरों के लिए खेल की अंतर्राष्ट्रीय समिति (आई.सी.एस.डी.)

(4) विशेष ओलंपिक समिति (एस.ओ.सी.)

SPACE FOR ROUGH WORK / रफ़ कार्य के लिए जगह

27. Identify the correct type of postural disorder from the picture given below :

(1) Knock Knee (2) Bow leg

(3) Scoliosis (4) Lordosis

28. Which of the following is ***not*** a cause of sports injury during training ?

(1) Sudden increase of load (2) Lack of proper sports facilities

(3) Poor exercise technique (4) Proper Warm-Up

29. Which of the following is ***not*** a soft tissue injury ?

(1) Contusion (2) Sprain

(3) Dislocation (4) Strain

30. Which one of the following is ***not*** a symptom of a dislocated shoulder joint ?

(1) Pain (2) Swelling

(3) Instability of joint (4) Visible bleeding

31. A tear-like wound caused by either the skin hitting an adjacent object or an object hitting the skin with force will be called ______________.

(1) Abrasion (2) Contusion

(3) Incision (4) Laceration

32. What is the weight of medicine ball for boys in Barrow Motor Ability Test ?

(1) 2 kg (2) 3 kg

(3) 6 kg (4) 1 kg

SPACE FOR ROUGH WORK / रफ़ कार्य के लिए जगह

27. नीचे दिए गए चित्र से सही प्रकार के आसन संबंधी विकार की पहचान करें :

(1) घुटने का मिलना (2) धनुषाकार टाँगें

(3) स्कोलियोसिस (4) लॉर्डोसिस

28. निम्नलिखित में से कौन-सा प्रशिक्षण के दौरान खेल की चोट का कारण ***नहीं*** है ?

(1) अचानक भार में वृद्धि (2) उचित खेल सुविधाओं का अभाव

(3) खराब व्यायाम तकनीक (4) उचित वार्म-अप

29. निम्नलिखित में से कौन-सी कोमल ऊतक की चोट ***नहीं*** है ?

(1) नील पड़ना/भीतरी घाव (2) ऐंठन/मोच

(3) विस्थापन (4) खिंचाव

30. निम्नलिखित में से कौन-सा कंधे के जोड़ के विस्थापन का लक्षण ***नहीं*** है ?

(1) दर्द (2) सूजन

(3) जोड़ों की अस्थिरता (4) दिखाई देने वाला रक्तस्राव

31. आस-पास की वस्तु से टकराने वाली त्वचा या बल से त्वचा से टकराने वाली वस्तु के कारण होने वाले कटने जैसे घाव को ______________ कहा जाएगा।

(1) रगड़ना (2) नील पड़ना

(3) चीरा (4) चीर-फाड़

32. बैरो मोटर क्षमता परीक्षण में लड़कों के लिए मेडिसिन गेंद का वज़न कितना है ?

(1) 2 किलो (2) 3 किलो

(3) 6 किलो (4) 1 किलो

SPACE FOR ROUGH WORK / रफ़ कार्य के लिए जगह

33. Identify the test item of Senior Citizen's Fitness Test in the picture given below :

(1) Chair sit and reach test

(2) Back Scratch test

(3) Arm curl test

(4) 30 second Chair stand test

34. Which of the following will be called as the study of motion of the body with respect to the time, displacement, velocity and speed of movement either in a straight line or in a rotary direction ?

(1) Statics

(2) Dynamics

(3) Kinematics

(4) Kinetics

35. Which of the following options is ***not*** the importance of Sports Biomechanics ?

(1) Performance enhancement

(2) Technique improvement

(3) Equipment improvement

(4) Tactical enhancement

36. What will be the correct sequence of the management of abrasion ?

(A) Visit a doctor

(B) Use sterilized gauze to wipe the dirt and clean the affected area

(C) Application of ointment

(D) Cover the injured part

Choose the correct answer from the options given below :

(1) (C), (D), (B), (A)

(2) (B), (C), (D), (A)

(3) (A), (B), (C), (D)

(4) (D), (C), (A), (B)

SPACE FOR ROUGH WORK / रफ़ कार्य के लिए जगह

33. नीचे दिए गए चित्र में सीनियर सिटीज़न फिटनेस टेस्ट के टेस्ट आइटम की पहचान करें :

(1) चेयर सिट एंड रीच परीक्षण (2) बैक स्क्रैच परीक्षण

(3) आर्म कर्ल परीक्षण (4) 30 सेकंड चेयर स्टैंड परीक्षण

34. निम्नलिखित में से किसे एक सीधी रेखा में या एक घूर्णी दिशा में संचलन के समय, विस्थापन, वेग और गति के संबंध में वस्तु की गति का अध्ययन कहा जाएगा ?

(1) स्थैतिकी (2) डायनैमिक्स

(3) काइनामेटिक्स (4) काइनेटिक्स

35. निम्नलिखित में से कौन-सा विकल्प खेल बायोमैकेनिक्स का महत्त्व ***नहीं*** है ?

(1) प्रदर्शन में वृद्धि

(2) तकनीक में सुधार

(3) उपकरणों में सुधार

(4) व्यवहार कौशल में वृद्धि

36. रगड़ के प्रबंधन का सही क्रम क्या होगा ?

(A) डॉक्टर के पास जाएँ

(B) गंदगी को पोंछने के लिए जीवाणुरहित गॉज़ (जाली) का उपयोग करें और प्रभावित क्षेत्र को साफ करें

(C) मरहम का प्रयोग

(D) चोटिल भाग को ढक दें

नीचे दिए गए विकल्पों में से सही उत्तर चुनें :

(1) (C), (D), (B), (A) (2) (B), (C), (D), (A)

(3) (A), (B), (C), (D) (4) (D), (C), (A), (B)

SPACE FOR ROUGH WORK / रफ़ कार्य के लिए जगह

37. Arrange the following procedural steps to conduct Harvard Step Test in a sequential order from first to last :

(A) Start at command Go

(B) Stepping up and down in a four count sequence on the bench

(C) Measure heart beat from one to one and a half minutes

(D) Compute fitness index score

(E) Sit down after completion of exercise

Choose the correct answer from the options given below :

(1) (A), (B), (C), (D), (E)

(2) (A), (B), (D), (C), (E)

(3) (E), (D), (C), (B), (A)

(4) (A), (B), (E), (C), (D)

38. Which of the following postural deformities are ***not*** related to spine ?

(A) Pes Planus

(B) Kyphosis

(C) Genu Valgum

(D) Lordosis

(E) Genu Varum

Choose the correct answer from the options given below :

(1) (A), (B) and (D) only

(2) (B), (D) and (E) only

(3) (A), (C) and (E) only

(4) (A), (B) and (C) only

39. Which of these personality traits were proposed by modern trait theorist Gordon Allport in 1936 ?

(A) Central traits

(B) Primary traits

(C) Cardinal traits

(D) Approach traits

(E) Secondary traits

Choose the correct answer from the options given below :

(1) (A), (C) and (E) only

(2) (A), (C) and (D) only

(3) (A), (B) and (C) only

(4) (B), (C) and (E) only

37. हार्वर्ड स्टेप टेस्ट को पहले से अंतिम क्रम में आयोजित करने के लिए निम्नलिखित प्रक्रियात्मक चरणों को व्यवस्थित करें :

(A) कमांड गो पर प्रारंभ करें

(B) बेंच पर चार की गिनती के अनुक्रम में ऊपर चढ़ना और नीचे उतरना

(C) हृदय गति को एक से डेढ़ मिनट तक मापें

(D) फिटनेस सूचकांक अंक की गणना करें

(E) व्यायाम पूरा करने के बाद बैठें

नीचे दिए गए विकल्पों में से सही उत्तर चुनें :

(1) (A), (B), (C), (D), (E)

(2) (A), (B), (D), (C), (E)

(3) (E), (D), (C), (B), (A)

(4) (A), (B), (E), (C), (D)

38. निम्नलिखित में से कौन-सी मुद्रा संबंधी विकृतियाँ रीढ़ की हड्डी से संबंधित ***नहीं*** हैं ?

(A) पेस प्लानस

(B) काइफोसिस

(C) जेनु वाल्गम

(D) लॉर्डोसिस

(E) जेनु वरुम

नीचे दिए गए विकल्पों में से सही उत्तर चुनें :

(1) केवल (A), (B) और (D)

(2) केवल (B), (D) और (E)

(3) केवल (A), (C) और (E)

(4) केवल (A), (B) और (C)

39. इनमें से किन व्यक्तित्व विशेषताओं का प्रस्ताव आधुनिक विशेषता सिद्धांतकार गॉर्डन ऑलपोर्ट ने 1936 में किया था ?

(A) केंद्रीय विशेषताएँ

(B) प्राथमिक विशेषताएँ

(C) कार्डिनल विशेषताएँ

(D) दृष्टिकोण विशेषताएँ

(E) द्वितीयक (सेकंडरी) विशेषताएँ

नीचे दिए गए विकल्पों में से सही उत्तर चुनें :

(1) केवल (A), (C) और (E)

(2) केवल (A), (C) और (D)

(3) केवल (A), (B) और (C)

(4) केवल (B), (C) और (E)

SPACE FOR ROUGH WORK / रफ़ कार्य के लिए जगह

40. Match the types/steps involved in organising of a tournament listed in **List-I** with their correct associations listed in **List-II**.

List-I (Types/Steps involved in organising a tournament)		**List-II (Associations)**	
(A)	Bye	(I)	$\frac{\text{Number of teams} + 1}{2}$
(B)	Knock-out	(II)	Next highest power of 2 – number of teams
(C)	Number of byes	(III)	Team once deafeated is out of tournament
(D)	Number of teams in upper half of a knock-out tournament when number of teams are odd	(IV)	Advantage given to team in which team will not play first round and directly reaches next round

Choose the correct answer from the options given below :

(1) (A) - (I), (B) - (II), (C) - (III), (D) - (IV)
(2) (A) - (II), (B) - (IV), (C) - (III), (D) - (I)
(3) (A) - (III), (B) - (I), (C) - (II), (D) - (IV)
(4) (A) - (IV), (B) - (III), (C) - (II), (D) - (I)

Read the passage carefully and answer the next five questions strictly as per the passage :

Women's sports, both amateur and professional, have existed throughout the world for centuries in all varieties of sports. There is a rich record of sports participation of women in India. In the days of Mahabharata, Shakuntala, Madhuri, Kunti all chose physical activties as recreation. As time passed, Indian women were deprived of participation in sports for a number of reasons, despite having the potential and talent. They were put on the back seat, and were not allowed to participate in sports. However, female participation and popularity in sports increased dramatically in the last quarter of the 20th century, reflecting changes that emphasize gender parity. Although the level of participation and performance can still be improved, women's participation in sports is generally accepted and promoted today. Although women have shown a dramatic rise in sports participation, there is still a large disparity in participation rates between women and men. These disparities continue to hinder equality in sports. Many institutions and programs still remain conservative and do not contribute to gender equity in sports. Some research in the physical domain lists constraints like heavy limbs, pear-shaped body structure and postural deformities like flat foot, knock knees etc., and physiological constraints including low level of RBCs, smaller heart and lung, high fat percentage, menstrual disorders, etc. as reasons for women's non-participation in sports. There are certain psychological constraints like low self-confidence and self-esteem, higher level of stress and anxiety and social causes like lack of support or positive reinforcement from the family and the male dominated social structure that affect women's participation in sports. Religious and economic factors also play a negative role that affect women's participation in sports.

41. When did the dramatic rise of female sports participation occur ?

(1) First quarter of 21st century
(2) Last quarter of 20th century
(3) Last decade of 18th century
(4) Beginning of 17th century

40. **सूची-I** में सूचीबद्ध टूर्नामेंट के आयोजन में शामिल प्रकारों/चरणों का मिलान **सूची-II** में सूचीबद्ध उनके सही संयोगों से करें।

सूची-I **(टूर्नामेंट के आयोजन में शामिल प्रकार/चरण)**	**सूची-II** **(संयोग)**
(A) बाय	(I) $\frac{\text{टीमों की संख्या} + 1}{2}$
(B) नॉक-आउट	(II) 2 का अगला उच्चतम घात – टीमों की संख्या
(C) बाय की संख्या	(III) एक बार हारने के बाद टीम टूर्नामेंट से बाहर हो जाती है
(D) नॉक-आउट टूर्नामेंट के ऊपरी भाग में टीमों की संख्या जब टीमों की संख्या विषम होती है	(IV) उस टीम को लाभ दिया जाता है जिसमें टीम पहले दौर में नहीं खेलेगी और सीधे अगले दौर में पहुँच जाएगी

नीचे दिए गए विकल्पों में से सही उत्तर चुनें :

(1) (A)-(I), (B)-(II), (C)-(III), (D)-(IV)
(2) (A)-(II), (B)-(IV), (C)-(III), (D)-(I)
(3) (A)-(III), (B)-(I), (C)-(II), (D)-(IV)
(4) (A)-(IV), (B)-(III), (C)-(II), (D)-(I)

परिच्छेद को ध्यान से पढ़ें और परिच्छेद के अनुसार यथार्थतापूर्वक अगले पाँच प्रश्नों के उत्तर दें :

महिलाओं के खेल, शौकिया और पेशेवर दोनों, सदियों से दुनिया भर में सभी प्रकार के खेलों में मौजूद रहे हैं। भारत में खेलों में महिलाओं की भागीदारी का एक समृद्ध रिकॉर्ड है। महाभारत के दिनों में, शकुंतला, माधुरी, कुंती सभी ने शारीरिक गतिविधियों को मनोरंजन के रूप में चुना। जैसे-जैसे समय बीतता गया, भारतीय महिलाएँ क्षमता और प्रतिभा होने के बावजूद कई कारणों से खेलों में भागीदारी से वंचित रहीं। उन्हें पीछे की सीट पर रखा गया था और उन्हें खेलों में भाग लेने की अनुमति नहीं थी। हालाँकि, 20वीं शताब्दी के अंतिम चतुर्थांश में खेलों में महिलाओं की भागीदारी और लोकप्रियता में नाटकीय रूप से वृद्धि हुई, जो लिंग समानता पर जोर देने वाले परिवर्तनों को दर्शाता है। हालाँकि, भागीदारी और प्रदर्शन के स्तर में अभी भी सुधार किया जा सकता है, खेलों में महिलाओं की भागीदारी को आज आमतौर पर स्वीकार किया जाता है और बढ़ावा दिया जाता है। यद्यपि महिलाओं ने खेल भागीदारी में नाटकीय वृद्धि दिखाई है, फिर भी महिलाओं और पुरुषों के बीच भागीदारी दर में एक बड़ी भिन्नता है। ये असमानताएँ खेलों में समानता में बाधा डालती रहती हैं। कई संस्थान और कार्यक्रम अभी भी रूढ़िवादी बने हुए हैं और खेलों में लैंगिक समानता में योगदान नहीं करते हैं। शारीरिक क्षेत्र में कुछ शोधों में भारी अंगों, नाशपाती के आकार के शरीर की संरचना और सपाट पैर, दस्तक घुटने आदि जैसी मुद्रा संबंधी विकृतियों और शरीर-क्रियाविज्ञान सम्बन्धित सीमित करने वाले कारक जैसे आरबीसी के निम्न स्तर, छोटे दिल और फेफड़े, उच्च वसा प्रतिशत, मासिक धर्म विकार आदि सहित बाधाओं को महिलाओं के खेल में भाग न लेने के कारणों के रूप में सूचीबद्ध किया गया है। कुछ मनोवैज्ञानिक बाधाएँ हैं, जैसे कम आत्मविश्वास और आत्मसम्मान, उच्च स्तर का तनाव और चिंता और सामाजिक कारण जैसे परिवार और पुरुष प्रधान सामाजिक संरचना से समर्थन या सकारात्मक सुदृढ़ीकरण की कमी जो खेलों में महिलाओं की भागीदारी को प्रभावित करते हैं। धार्मिक और आर्थिक कारक भी एक नकारात्मक भूमिका निभाते हैं जो खेलों में महिलाओं की भागीदारी को प्रभावित करते हैं।

41. महिला खेल भागीदारी में नाटकीय वृद्धि कब हुई ?

(1) 21वीं सदी का पहला चतुर्थांश
(2) 20वीं सदी का अंतिम चतुर्थांश
(3) 18वीं शताब्दी का अंतिम दशक
(4) 17वीं शताब्दी की शुरुआत

42. Which of the following is ***not*** a psychological constraint for women's participation in sports ?

(1) Self-confidence (2) Positive Reinforcement

(3) Stress and Anxiety (4) Self-Esteem

43. What may be the hindrance of equality in sports among women and men ?

(1) Increase of popularity of women in sports

(2) Increase of women sports officials

(3) Institutions and programmes are conservative

(4) Promotion of women's participation in India

44. Which of the following is a physiological reason for women's non-participation in sports ?

(1) Pear-shaped body (2) Heavy limbs

(3) Smaller hearts and lungs (4) Oblique femur bone

45. What kind of record does India have in participation of women in sports ?

(1) Below average (2) Rich

(3) Low (4) Intermediate

Read the passage carefully and answer the next five questions strictly as per the passage :

In the beginning of the annual academic planning for the school, a physical education committee meeting was held which included the school principal, teachers and students, almuni and parents. The agenda of the discussion was to plan for a comprehensive program for physical education and sports for all age groups and prepare a schedule of events along with recommendations for various sub-committees to conduct sports events. The team released the schedule of the events to be conducted in the current academic year. As per the interest and capabilities of students and teachers, various sub-committees were recommended. The sub-committee consisting of house-teachers and students provided feedback about concerns regarding draws and fixtures in intramural school tournament where the best teams competed against each other in the initial round itself. The students also felt that sometimes the teams were not cohesive and did not display sportsman-like behaviour on or off the field. They felt such situations were unseemly and could be avoided through a systematic process. There was also a need to increase the coordination among the committees with more defined roles and responsibilities of each member. To provide exposure to the potential atheletes and for talent development, a proposal was put forward for hosting a state-level inter-school competition at the school. To this end, the committees would need human resources, technical support and financial assistance. A new feature to the annual physical education programme, was the conducting of a mass run for crowd funding.

---

42. खेलों में महिलाओं की भागीदारी के संदर्भ में, निम्नलिखित में से कौन-सा मनोवैज्ञानिक अवरोध ***नहीं*** है ?

(1) आत्मविश्वास (2) सकारात्मक सुदृढ़ीकरण

(3) तनाव और चिंता (4) आत्मसम्मान

43. महिलाओं और पुरुषों के बीच खेलों में समानता की बाधा क्या हो सकती है ?

(1) खेलों में महिलाओं की लोकप्रियता में वृद्धि

(2) महिला खेल अधिकारियों की संख्या में वृद्धि

(3) संस्थान और कार्यक्रम रूढ़िवादी हैं

(4) भारत में महिलाओं की भागीदारी को बढ़ावा देना

44. निम्नलिखित में से कौन-सा खेल में महिलाओं की ग़ैर-भागीदारी का एक शरीर-क्रियात्मक कारण है ?

(1) नाशपाती के आकार का शरीर (2) भारी अंग

(3) छोटे दिल और फेफड़े (4) तिरछी फीमर हड्डी

45. खेलों में महिलाओं की भागीदारी में भारत का रिकॉर्ड किस प्रकार का है ?

(1) औसत से नीचे (2) समृद्ध

(3) कम (4) मध्यवर्ती

परिच्छेद को ध्यान से पढ़ें और परिच्छेद के अनुसार यथार्थतापूर्वक अगले पाँच प्रश्नों के उत्तर दें :

स्कूल के लिए वार्षिक शैक्षणिक योजना की शुरुआत में, एक शारीरिक शिक्षा समिति की बैठक आयोजित की गई थी जिसमें स्कूल के प्रधानाचार्य, शिक्षक और छात्र, भूतपूर्व छात्र और अभिभावक शामिल थे। चर्चा का एजेंडा सभी आयु समूहों के लिए शारीरिक शिक्षा और खेल के लिए व्यापक कार्यक्रम की योजना बनाना और खेल आयोजनों के संचालन के लिए विभिन्न उप-समितियों के लिए सिफारिशों के साथ कार्यक्रमों की एक अनुसूची तैयार करना था। टीम ने चालू शैक्षणिक वर्ष में आयोजित होने वाले कार्यक्रमों का ब्यौरा जारी किया। छात्रों और शिक्षकों की रुचि और क्षमताओं के अनुसार, विभिन्न उप-समितियों की सिफारिश की गई थी। गृह-शिक्षकों और छात्रों वाली उप-समिति ने इंट्राम्यूरल स्कूल टूर्नामेंट में ड्रॉ और फिक्स्चर के बारे में चिंताओं के बारे में प्रतिक्रिया प्रदान की, जहाँ सर्वश्रेष्ठ टीमों ने प्रारंभिक दौर में ही एक-दूसरे के खिलाफ प्रतिस्पर्धा की। छात्रों ने यह भी महसूस किया कि कभी-कभी टीमें एकजुट नहीं होती थीं और मैदान पर या उसके बाहर खिलाड़ी जैसा व्यवहार नहीं करती थीं। उन्हें लगता था कि ऐसी स्थितियाँ अनुचित हैं और व्यवस्थित प्रक्रिया के माध्यम से इनसे बचा जा सकता है। प्रत्येक सदस्य की अधिक परिभाषित भूमिकाओं और जिम्मेदारियों के साथ समितियों के बीच समन्वय बढ़ाने की भी आवश्यकता थी। संभावित एथलीटों को अवसर प्रदान करने और प्रतिभा विकास के लिए, स्कूल में राज्य-स्तरीय अंतर-विद्यालय प्रतियोगिता आयोजित करने का प्रस्ताव रखा गया था। इसके लिए समितियों को मानव संसाधन, तकनीकी सहायता और वित्तीय सहायता की आवश्यकता होगी। वार्षिक शारीरिक शिक्षा कार्यक्रम की एक नई विशेषता, क्राउड फंडिंग के लिए एक सामूहिक दौड़ का आयोजन था।

SPACE FOR ROUGH WORK / रफ़ कार्य के लिए जगह

46. What kind of proposal was forwarded by the committees in order to provide exposure to potential athletes ?

(1) Hosting state-level inter-school competition at school

(2) Hosting annual day

(3) Hosting intramural

(4) Hosting cultural programme in school

47. In what manner is the situation of unsportsman-like behaviour can be avoided ?

(1) Guidelines

(2) Systematic behaviour

(3) Systematic process

(4) Instruction

48. On what basis were the various sub-committees recommended ?

(1) Economic status

(2) Interest and capabilites

(3) Seniority

(4) Potential

49. What was the agenda of discussion in the physical education committee meeting ?

(1) To organise annual day

(2) To plan a comprehensive program

(3) Finalized guidelines for sports meet

(4) To promote extramural activity

50. In which meeting were the school principal, teachers and alumni included ?

(1) Physical education committee

(2) Academic planning

(3) Intramural

(4) Extramural

SPACE FOR ROUGH WORK / रफ़ कार्य के लिए जगह

46. संभावित एथलीटों को एक्सपोजर प्रदान करने के लिए समितियों द्वारा किस तरह का प्रस्ताव भेजा गया था ?

(1) विद्यालय में राज्य-स्तरीय अंतर-विद्यालय प्रतियोगिता का आयोजन

(2) वार्षिक दिवस की मेजबानी

(3) इंट्राम्यूरल की मेजबानी

(4) विद्यालय में सांस्कृतिक कार्यक्रम का आयोजन

47. किस तरह से ग़ैर-खिलाड़ी जैसे व्यवहार की स्थिति से बचा जा सकता है ?

(1) दिशानिर्देश

(2) व्यवस्थित व्यवहार

(3) व्यवस्थित प्रक्रिया

(4) निर्देश

48. किस आधार पर विभिन्न उप-समितियों की सिफारिश की गई थी ?

(1) आर्थिक स्थिति

(2) रुचि और क्षमताएँ

(3) वरिष्ठता

(4) विद्यमान गुण

49. शारीरिक शिक्षा समिति की बैठक में चर्चा का एजेंडा क्या था ?

(1) वार्षिक दिवस का आयोजन करना

(2) एक व्यापक कार्यक्रम की योजना बनाना

(3) खेल प्रतियोगिताओं के लिए दिशानिर्देशों को अंतिम रूप

(4) बाह्य गतिविधियों (एक्स्ट्राम्यूरल) को बढ़ावा देना

50. किस बैठक में स्कूल के प्रधानाचार्य, शिक्षक और भूतपूर्व छात्र शामिल थे ?

(1) शारीरिक शिक्षा समिति

(2) अकादमिक योजना

(3) इंट्राम्यूरल

(4) एक्स्ट्राम्यूरल

SPACE FOR ROUGH WORK / रफ़ कार्य के लिए जगह

SPACE FOR ROUGH WORK
रफ़ कार्य के लिए जगह

SPACE FOR ROUGH WORK

रफ़ कार्य के लिए जगह

Read carefully the following instructions :

8. No candidate will be allowed to leave the OMR Answer Sheet blank. If any OMR Answer Sheet is found blank, it shall be crossed by the Invigilator with his/her signature, mentioning "Cancelled" on it.

9. Do not tear or fold any page of the Test Booklet and OMR Answer Sheet.

10. Candidates are advised to ensure that they fill the correct particulars on the OMR Answer Sheet, i.e., Application No., Roll No., Test Booklet No., Name, Mother's Name, Father's Name and Signature.

11. In case of any discrepancy in any question between English and Hindi/Regional language version, the English version will be considered as the final version for evaluation.

12. Rough work is to be done in the space provided for this purpose in the Test Booklet only.

13. The answers will be evaluated through electronic scanning process. Incomplete or incorrect entries may render the OMR Answer Sheet invalid.

14. Candidates are advised not to fold or make any stray marks on the OMR Answer Sheet. Use of Eraser, Nail, Blade, White Fluid/Whitener, etc., to smudge, scratch or damage in any manner the OMR Answer Sheet during examination is strictly prohibited. Candidature and OMR Answer Sheet of candidates using Eraser, Nail, Blade or White Fluid/Whitener to smudge, scratch or damage in any manner shall be cancelled.

15. There will be one copy of OMR Answer Sheet i.e., the Original Copy. After the examination is over, the candidate shall hand over the OMR Answer Sheet to the Invigilator. The candidate can take away the Test Booklet after the examination is over. If the candidate does not hand over the OMR Answer Sheet to the Invigilator and goes away with the OMR Answer Sheet, his/her candidature shall be cancelled and criminal proceedings shall also be initiated against him/her.

16. Candidates are advised strictly not to carry handkerchief, any mobile phone, any type of watch, belt or wear ornaments like ring, chain, ear-ring, etc., electronic or communication device, pen, pencil, eraser, sharpener and correction fluid to the Examination Centre. If any candidate is found possessing any such item, he/she will not be allowed to enter the examination centre. Possession of a mobile phone or any other aiding material as mentioned above by the candidate in the examination room will be treated as a serious violation and it may lead to cancellation of the candidature and debarring him/her from future examinations.

17. If a candidate violates any instructions or shows any indiscipline or misbehaviour, appropriate action will be taken including cancellation of candidature and debarring from future examinations.

18. Use of electronic/manual calculator is **not** allowed.

निम्नलिखित निर्देशों को ध्यान से पढ़ें :

8. किसी भी परीक्षार्थी को ओ.एम.आर. उत्तर पत्रक रिक्त छोड़ने की अनुमति नहीं है । यदि कोई ओ.एम.आर. उत्तर पत्रक रिक्त पाया जाता है, तो निरीक्षक उस ओ.एम.आर. उत्तर पत्रक को क्रॉस कर उस पर "रद्द" लिख कर अपने हस्ताक्षर कर देगा/देगी ।

9. परीक्षण पुस्तिका और ओ.एम.आर. उत्तर पत्रक के किसी भी पृष्ठ को न तो फाड़ें और न ही मोड़ें ।

10. परीक्षार्थियों को सलाह दी जाती है कि वे यह सुनिश्चित करें कि उन्होंने ओ.एम.आर. उत्तर पत्रक पर बिलकुल सही-सही विवरण, अर्थात् आवेदन संख्या, अनुक्रमांक, परीक्षण पुस्तिका संख्या, नाम, माता का नाम, पिता का नाम और हस्ताक्षर भली-भांति भरा है ।

11. यदि किसी प्रश्न में, उसके अंग्रेज़ी संस्करण और उसके हिन्दी/क्षेत्रीय भाषा के भाषांतर में कोई विसंगति/अंतर है, तो ऐसी स्थिति में उस प्रश्न के अंग्रेज़ी संस्करण को ही अंतिम मानते हुए मूल्यांकन किया जाएगा ।

12. रफ कार्य परीक्षण पुस्तिका में ही, इसके लिए दिए गए निर्धारित स्थान में किया जाना है ।

13. उत्तरों का मूल्यांकन इलेक्ट्रॉनिक स्कैनिंग प्रक्रिया के माध्यम से किया जाएगा । अपूर्ण या ग़लत प्रविष्टियाँ ओ.एम.आर. उत्तर पत्रक को अमान्य कर सकती हैं ।

14. परीक्षार्थियों को सलाह दी जाती है कि वे ओ.एम.आर. उत्तर पत्रक न मोड़ें, और न ही उस पर कोई अवांछित चिह्न बनाएँ । परीक्षा के दौरान ओ.एम.आर. उत्तर पत्रक पर इरेज़र, नाखून, ब्लेड, व्हाइट फ्लुइड/व्हाइटनर आदि का प्रयोग करना, जिससे ओ.एम.आर. उत्तर पत्रक पर किसी तरह का धब्बा, खरोंच, या कोई क्षति होती हो, सख़्त वर्जित है । इरेज़र, नाखून, ब्लेड या व्हाइट फ्लुइड/व्हाइटनर आदि का इस्तेमाल कर ओ.एम.आर. उत्तर पत्रक पर किसी तरह का धब्बा, खरोंच, या कोई क्षति पहुँचाने वाले परीक्षार्थियों की अभ्यर्थिता (कैंडिडेचर) और उनके ओ.एम.आर. उत्तर पत्रक को रद्द कर दिया जाएगा ।

15. ओ.एम.आर. उत्तर पत्रक की एक प्रति, अर्थात् मूल प्रति ही होगी । परीक्षा समाप्त हो जाने पर परीक्षार्थी ओ.एम.आर. उत्तर पत्रक निरीक्षक को सौंप देंगे । परीक्षा समाप्ति के बाद परीक्षार्थी परीक्षण पुस्तिका अपने साथ ले जा सकते हैं । यदि परीक्षार्थी ओ.एम.आर. उत्तर पत्रक निरीक्षक को नहीं सौंपता है और ओ.एम.आर. उत्तर पत्रक भी अपने साथ ले कर चला जाता है, तो उसकी अभ्यर्थिता रद्द कर दी जाएगी और उसके विरुद्ध आपराधिक कार्यवाही भी शुरू कर दी जाएगी ।

16. परीक्षार्थियों को सलाह दी जाती है कि परीक्षा केन्द्र में अपने साथ रूमाल, कोई मोबाइल फ़ोन, किसी भी प्रकार की घड़ी, बेल्ट या शरीर पर धारण की हुई अंगूठी, चेन, कोई कर्ण-आभूषण आदि, इलेक्ट्रॉनिक या संचार उपकरण, पेन, पेंसिल, इरेज़र, शार्पनर और करेक्शन फ्लुइड बिलकुल न लेकर जाएँ । यदि किसी भी परीक्षार्थी के पास ऐसी कोई भी वस्तु पाई जाती है, तो उसे परीक्षा केन्द्र में प्रवेश की अनुमति नहीं दी जाएगी । परीक्षा कक्ष में परीक्षार्थी के पास उपर्युक्त मोबाइल फ़ोन या ऐसी कोई सहायक वस्तु मिलने पर इसे गंभीर उल्लंघन माना जाएगा, जिससे उस परीक्षार्थी की अभ्यर्थिता रद्द करने के साथ-साथ उसे भावी परीक्षाओं से विवर्जित किया जा सकता है ।

17. यदि परीक्षार्थी अनुदेशों का पालन नहीं करता है, या किसी प्रकार का कदाचार या अनुशासन-हीनता प्रदर्शित करता है, तो उपयुक्त कार्रवाई, जिसमें अभ्यर्थिता का निरसन और भावी परीक्षाओं से विवर्जित करना शामिल है, की जाएगी ।

18. इलेक्ट्रॉनिक/मैनुअल कैल्कुलेटर के प्रयोग की अनुमति **नहीं** है ।