Teachingninja.in

Latest Govt Job updates

Private Job updates

Free Mock tests available

Visit - teachingninja.in

RSMSSB
PTI
Previous Year Paper
25 Sept 2022 Paper-II

Teachingninja.in

SPACE FOR ROUGH WORK / कच्चे काम के लिये जगह

उत्तर पत्रक में दो प्रतियाँ हैं – मूल प्रति और द्वितीय प्रति, परीक्षा समाप्ति पर परीक्षा कक्ष छोड़ने से पूर्व परीक्षार्थी उत्तर पत्रक के दोनों प्रतियाँ वीक्षक को सौपेंगे, परीक्षार्थी स्वयं द्वितीय प्रति को अलग नहीं करें । वीक्षक द्वारा उत्तर पत्रक की मूल प्रति को अपने पास जमा कर, द्वितीय प्रति को मूल प्रति से कट लाईन से मोड कर सावधानी पूर्वक अलग कर परीक्षार्थी को सौपेंगे । परीक्षार्थी द्वितीय प्रति को अपने साथ ले जायेंगे।

128B

PAPER-II

प्रश्न पुस्तिका

QUESTION BOOKLET

224097

प्रश्न पुस्तिका क्रमांक / Question Booklet Number

पुस्तिका में पृष्ठों की संख्या / Number of Pages in Booklet :	पुस्तिका में प्रश्नों की संख्या / Number of Questions in Booklet :	समय / Time :	पूर्णांक / Maximum Marks :
16	130	2.00 घंटे / Hours	260

इस परीक्षा पुस्तिका को तब तक न खोलें जब तक कहा न जाए । / Do not open this test booklet until you are asked to do so.

INSTRUCTIONS

1. Please correctly fill your Roll Number in O.M.R. Sheet. Candidate will themself be responsible for filling wrong Roll No.
2. At the start of the examination before attempting the question paper kindly check your test booklet and OMR Answer Sheet and ensure that :
   * The serial numbers of test booklet and OMR answer sheet are same.
   * All pages of test booklet and OMR answer sheet are properly printed. All questions from S.No. 1 to last S.No. 130 are printed and pages from S.No. 1 to last S. No. 16 are there in the question booklet.

In case of any discrepancy / defect the candidate should immediately report the matter to the invigilator for replacement of test booklet and OMR answer sheet. No claim / objection in this regard will be entertained after five minutes of start of examination. Candidate will be liable for it.

3. Answer all questions.
4. All questions carry equal marks.
5. Only one answer is to be given for each question.
6. If more than one answers are marked, it would be treated as wrong answer.
7. Each question has four alternative responses marked serially as (A), (B), (C), (D). You have to darken only one circle or bubble indicating the correct answer on the Answer Sheet using **BLUE BALL POINT PEN.**
8. 1/3 part of the mark(s) of each question will be deducted for each wrong answer. (A wrong answer means an incorrect answer or more than one answers for any question).
9. Use of Mobile Phone/Bluetooth Devices or any other electronic gadget in the examination hall is strictly prohibited. If any such prohibited material found with any candidate, strict action will be taken against him/her as per rule.
10. If there is any sort of ambiguity/mistake either of printing or factual nature in Hindi and English Version of the question, the English Version will be treated as standard.

Warning : If a candidate is found copying or if any unauthorized material is found in his/her possession, F.I.R. would be lodged against him/her in the Police Station and he/she would liable to be prosecuted under Section 3 of the **State Prevention of Unfair means Act, 1992** and Board Regulations. Board may also debar him/her permanently from all future examination of the Board.

निर्देश

1. कृपया अपना रोल नम्बर ओ.एम.आर. पत्रक पर सावधानी पूर्वक सही भरें। गलत रोल नम्बर भरने पर परीक्षार्थी स्वयं उत्तरदायी होगा।
2. प्रश्न-पत्र हल करने से पूर्व परीक्षा प्रारम्भ होते ही प्रश्न-पत्र पुस्तिका एवं ओ.एम.आर. उत्तरपत्रक की भली-भाँति जाँच कर यह सुनिश्चित करलें कि:
   * प्रश्न-पत्र पुस्तिका एवं ओ.एम.आर. उत्तरपत्रक के क्रमांक एक समान हैं।
   * प्रश्न-पत्र पुस्तिका एवं ओ.एम.आर. उत्तरपत्रक के सभी पृष्ठ सही छपे हुए हैं प्रश्न-पत्र में प्रश्न सं. 1 से अन्तिम क्रमांक 130 तक सभी प्रश्न क्रमवार मुद्रित एवं सभी पृष्ठ क्रमवार 1 से 16 तक मौजूद हैं।

किसी भी प्रकार की विसंगति होने या दोषपूर्ण होने पर प्रश्न-पत्र पुस्तिका एवं ओ.एम.आर. उत्तरपत्रक का दूसरा लिफाफा अभिजागर से प्राप्त कर लें। परीक्षा प्रारम्भ होने के 5 मिनट के पश्चात् ऐसी स्थिति में किसी दावे / आपत्ति पर कोई विचार नहीं किया जावेगा। उसमें समस्त जिम्मेदारी अभ्यर्थी की होगी।

3. सभी प्रश्नों के उत्तर दीजिए।
4. सभी प्रश्नों के अंक समान हैं।
5. प्रत्येक प्रश्न का केवल एक ही उत्तर दीजिए।
6. एक से अधिक उत्तर देने की दशा में प्रश्न के उत्तर को गलत माना जावेगा।
7. प्रत्येक प्रश्न के चार वैकल्पिक उत्तर दिये गये हैं, जिन्हें क्रमशः (A), (B), (C), (D) अंकित किया गया हैं। अभ्यर्थी को सही उत्तर निर्दिष्ट करते हुए उनमें से केवल एक गोले अथवा बबल को उत्तर-पत्रक पर नीले बॉल प्वाइंट पेन से गहरा करना है।
8. प्रत्येक गलत उत्तर का प्रश्न अंक का 1/3 भाग काटा जायेगा। गलत उत्तर से तात्पर्य अशुद्ध उत्तर या किसी प्रश्न के एक से अधिक उत्तर से है।
9. मोबाईल फोन / ब्लूटूथ डिवाइस अथवा इलेक्ट्रोनिक यंत्र का परीक्षा हॉल में प्रयोग पूर्णतया वर्जित हैं। यदि किसी अभ्यर्थी के पास ऐसी कोई वर्जित सामग्री मिलती है तो उसके विरूद्ध बोर्ड द्वारा नियमानुसार कठोर कार्यवाही की जावेगी।
10. यदि किसी प्रश्न के हिन्दी एवं अंग्रेजी रूपान्तरों में किसी प्रकार की कोई मुद्रण या तथ्यात्मक प्रकार की त्रुटि हो तो प्रश्न का अंग्रेजी रूपान्तरण मान्य होगा।

चेतावनी : अगर कोई अभ्यर्थी नकल करते पकड़ा जाता है या उसके पास से कोई अनधिकृत सामग्री पाई जाती है, उस अभ्यर्थी के विरूद्ध पुलिस में प्राथमिकी दर्ज कराई जायेगी और राज्य अनुचित साधनों की रोकथाम अधिनियम, 1992 की धारा 3 एवं बोर्ड रेग्यूलेशन के तहत कार्यवाही की जावेगी। साथ ही बोर्ड ऐसे अभ्यर्थी को भविष्य में होने वाली बोर्ड की समस्त परीक्षाओं से विवर्जित कर सकता है।

Teachingninja.in

1 Which day is celebrated as 'National Sports Day' ?
(A) Birthday of Dhyanchand
(B) Birthday of Kapil Dev
(C) Birthday of Jawahar Lal Nehru
(D) Birthday of Coubertin
किस दिन को 'राष्ट्रीय खेल दिवस' के रूप में मनाया जाता है ?
(A) ध्यानचंद का जन्मदिन
(B) कपिल देव का जन्मदिन
(C) जवाहर लाल नेहरू का जन्मदिन
(D) कुबरटिन का जन्मदिन

2 Who provides vitality to Physical Education programme ?
(A) Scientific principles
(B) Physiological backup
(C) Philosophical backup
(D) Humanistic approach
शारीरिक शिक्षा कार्यक्रम को कौन प्राणशक्ति प्रदान करते हैं ?
(A) वैज्ञानिक सिद्धांत
(B) शरीर क्रिया समर्थन
(C) दार्शनिक समर्थन
(D) मानवीय दृष्टिकोण

3 Lordosis is known as -
(A) Round Back (B) Flat Back
(C) Hollow Back (D) S-Curve
अग्रकुब्जता (Lordosis) को जाना जाता है –
(A) राउण्ड बैक (B) फ्लैट बैक
(C) होलो बैक (D) S–कर्व

4 What types of concepts are learned by experience ?
(A) Mental (B) Natural
(C) Artificial (D) Cognitive
किस प्रकार की संकल्पनाएं अनुभव के द्वारा सीखी जाती हैं ?
(A) मानसिक (B) प्राकृतिक
(C) कृत्रिम (D) संज्ञानात्मक

5 Goal Area of football ground is -
(A) 6 × 20 yds. (B) 6 × 18 yds.
(C) 18 × 44 yds. (D) 8 × 20 yds.
फुटबाल मैदान का गोल क्षेत्र होता है –
(A) 6 × 20 गज (B) 6 × 18 गज
(C) 18 × 44 गज (D) 8 × 20 गज

6 When the National Discipline Scheme (NDS) was started in India ?
भारत में राष्ट्रीय अनुशासन योजना (एन.डी.एस.) कब शुरू हुई थी ?
(A) 1956 (B) 1954
(C) 1960 (D) 1957

7 "Psycho physical unity of man" is :
(A) Body and Bones development
(B) Body and Heart development
(C) Body and Mind development
(D) Soul and Muscles development
'मानव शरीर की मनोभौतिक एकता' कहलाती है –
(A) शरीर तथा हड्डियों का विकास
(B) शरीर तथा हृदय का विकास
(C) शरीर तथा मन का विकास
(D) आत्मा तथा मांसपेशियों का विकास

8 "Physical Education is the sum of those experiences which come to the individual through movement." Definition is given by -
(A) J. B. Nash (B) C. A. Bucher
(C) H. C. Buck (D) D. Oberteufer
"शारीरिक शिक्षा उन अनुभवों का सामूहिक प्रभाव है जो शारीरिक क्रियाओं द्वारा व्यक्ति को प्राप्त होते है ।" यह परिभाषा दी गयी है –
(A) जे. बी. नैश द्वारा (B) सी. ए. बूचर द्वारा
(C) हैरी क्रो बक द्वारा (D) डी. ओबरट्यूफर द्वारा

9 The headquarter of 'World Health Organization' is situated at -
(A) New Delhi (B) Geneva
(C) Boston (D) Russia
'विश्व स्वास्थ्य संगठन' का मुख्यालय कहाँ पर स्थित है ?
(A) नई दिल्ली (B) जेनेवा
(C) बोस्टन (D) रूस

10 Push ups is the example of -
(A) Ist class lever
(B) IInd class lever
(C) IIIrd class lever
(D) None of these
'पुश अप्स' उदाहरण है –
(A) Ist क्लास उत्तोलक का
(B) IInd क्लास उत्तोलक का
(C) IIIrd क्लास उत्तोलक का
(D) इनमें से कोई नहीं

11 When 10 teams enter in a knockout tournament, the fixture shall be played in -
(A) Three round (B) Five round
(C) Six round (D) Four round
जब 10 टीम नॉक-आउट खेल प्रतियोगिता में भाग लेती हैं, तो फिक्सचर खेले जाएँगे–
(A) तीन राउंड में (B) पाँच राउंड में
(C) छः राउंड में (D) चार राउंड में

12 The performance area for floor exercise in gymnastics is -
(A) 10 m × 10 m (B) 11 m × 11 m
(C) 15 m × 15 m (D) 12 m × 12 m
जिम्नास्टिक में फ्लोर एक्सरसाइज का निष्पादन क्षेत्र है –
(A) 10 मी. × 10 मी. (B) 11 मी. × 11 मी.
(C) 15 मी. × 15 मी. (D) 12 मी. × 12 मी.

13 The Agha Khan Cup is associated with -
(A) Hockey (B) Cricket
(C) Football (D) Volleyball
'आगा खाँ कप' किस खेल से सम्बन्धित है ?
(A) हॉकी (B) क्रिकेट
(C) फुटबाल (D) वॉलीबाल

14 Dhyanchand Award was introduced in the year -
ध्यानचंद पुरस्कार किस वर्ष प्रारंभ किया गया था ?
(A) 2002 (B) 2003
(C) 2001 (D) 2004

15 Largest and strongest muscles are found in which part of body ?
(A) Chest (B) Lower limb
(C) Upper limb (D) Abdomen
सबसे लम्बी एवं शक्तिशाली माँसपेशियाँ शरीर के कौन से भाग में पायी जाती हैं ?
(A) सीने में (B) निचले भाग में
(C) ऊपरी भाग में (D) पेट में

16 Who invented the insight theory of learning ?
(A) Ivan Pavlov
(B) Thorndike
(C) Wolfgang Kohler
(D) Hull
सीखने के सूक्ष्म दृष्टि सिद्धान्त की खोज किसने की थी ?
(A) इवान पावलोव
(B) थोर्नडाईक
(C) वोल्फगंग कोहलर
(D) हल

17 The only way to build muscles and lean body mass is to engage in -
(A) Strength training
(B) Weight training
(C) Interval training
(D) Pressure training
मांसपेशीय निर्माण व दुबला शरीर द्रव्यमान एकमात्र रूप से आकृष्ट करता है–
(A) शक्ति प्रशिक्षण
(B) भार प्रशिक्षण
(C) अंतराल प्रशिक्षण
(D) दबाव प्रशिक्षण

18 Main focus of supervision in Physical Education must be -
(A) Improve Learning Situation
(B) Equipment Management
(C) Competition Programme
(D) Maintenance of Records
शारीरिक शिक्षा में पर्यवेक्षण का मुख्य केन्द्र होना चाहिए –
(A) सीखने की स्थिति को सुधारना
(B) सामग्री प्रबन्धन
(C) प्रतियोगिता कार्यक्रम
(D) रिकार्डों का रखरखाव

19 Psychologically - All learning spring from -
(A) Intelligence
(B) Struggle
(C) Inner uses
(D) Activity endeavours
मनोवैज्ञानिक रूप से – सभी अधिगम प्रसारित होते हैं –
(A) बुद्धिमत्ता से
(B) संघर्ष से
(C) आंतरिक उपयोग से
(D) साहसिक गतिविधियों से

20 Etymological meaning of Kinesiology is :
(A) Kinesiology is science of motion.
(B) Kinesiology is the science of motion of living being.
(C) Kinesiology is the science of motion of human being.
(D) Kinesiology is the science of motion of human being during sports participation.
काइनिसियोलॉजी का व्युत्पत्तिमूलक अर्थ है :
(A) काइनिसियोलॉजी गति विज्ञान है ।
(B) काइनिसियोलॉजी जीवित प्राणियों का गति विज्ञान है ।
(C) काइनिसियोलॉजी मनुष्य का गति विज्ञान है ।
(D) काइनिसियोलॉजी खेलों में भागीदारी के दौरान मनुष्यों का गति विज्ञान है ।

Teachingninja.in

21 Stress fracture is common among -
(A) Children (B) Adults
(C) Older people (D) Women
स्ट्रैस फ्रेक्चर सामान्यतया होता है –
(A) बच्चों में (B) जवानों में
(C) बुढ़ों में (D) महिलाओं में

22 The cardiac muscles are called-
(A) Pericardium (B) Endocardium
(C) Myocardium (D) Epithelium
हृदय पेशियाँ कहलाती हैं –
(A) पेरीकार्डियम (B) एण्डोकार्डियम
(C) मायोकार्डियम (D) एपिथीलियम

23 The normal temperature of Body is-
(A) 99° F (B) 98.6° F
(C) 98.4° F (D) 97.4° F
शरीर का सामान्य तापमान है –
(A) 99° फ़ारेनहाइट (B) 98.6° फ़ारेनहाइट
(C) 98.4° फ़ारेनहाइट (D) 97.4° फ़ारेनहाइट

24 Pen Hold Grip is used in which of the following sports ?
(A) Cricket (B) Hockey
(C) Table Tennis (D) Badminton
पेन होल्ड ग्रिप निम्न में से किस खेल में उपयोग की जाती है ?
(A) क्रिकेट (B) हॉकी
(C) टेबल टेनिस (D) बैडमिंटन

25 The height of Volleyball (men) net is -
(A) 2.45 meters (B) 2.44 meters
(C) 2.43 meters (D) 2.42 meters
वॉलीबाल (पुरुष) नेट की ऊँचाई होती है –
(A) 2.45 मीटर (B) 2.44 मीटर
(C) 2.43 मीटर (D) 2.42 मीटर

26 In the Olympic events, the gold medal awarded for the first place has the following ratio of gold -
(A) Silver gilt with 8 grams of fine gold
(B) Silver gilt with 7 grams of fine gold
(C) Silver gilt with 10 grams of fine gold
(D) Silver gilt with 6 grams of fine gold
ओलम्पिक खेलों में व्यक्तिगत रूप से दिये गये स्वर्ण पदक में शुद्ध स्वर्ण की कितनी मात्रा होती है ?
(A) चांदी जड़ित 8 ग्राम शुद्ध सोना
(B) चांदी जड़ित 7 ग्राम शुद्ध सोना
(C) चांदी जड़ित 10 ग्राम शुद्ध सोना
(D) चांदी जड़ित 6 ग्राम शुद्ध सोना

27 Hepatitis 'B' is an infection of the -
(A) Stomach (B) Liver
(C) Kidney (D) Heart
हेपेटाइटिस 'B' संक्रमण है –
(A) पेट का (B) लीवर/यकृत का
(C) वृक्क का (D) हृदय का

28 In which of the following years, Olympic Games were not held due to World War ?
विश्व युद्ध के कारण किस साल ओलम्पिक खेल नहीं हो सके ?
(A) 1948 (B) 1952
(C) 1944 (D) 1956

29 In which of the following track races does the phenomenon called second wind occurs-
(A) 1500 meters (B) 100 meters
(C) 200 meters (D) 400 meters
निम्नलिखित में से किस ट्रैक रेस में द्वितीय वायु दौर घटित होती है ?
(A) 1500 मीटर (B) 100 मीटर
(C) 200 मीटर (D) 400 मीटर

30 Treatment with ice method is known as –
(A) Cryotherapy (B) Hydrotherapy
(C) Wax therapy (D) Electrotherapy
बर्फ द्वारा उपचार विधि कहलाती है –
(A) क्रायो थैरेपी (B) हाइड्रो थैरेपी
(C) वैक्स थैरेपी (D) इलेक्ट्रो थैरेपी

31 _______ is the first Pada/chapter of Patanjali Yoga Sutra.
(A) Kaivalya Pada (B) Sadhana Pada
(C) Samadhi Pada (D) Vibhuti Pada
_______ पतंजलि योग सूत्र का पहला पाद/अध्याय है ।
(A) कैवल्य पाद (B) साधना पाद
(C) समाधि पाद (D) विभूति पाद

32 What is the selection process of student leaders in Physical Education ?
(A) Nomination (B) Lottery
(C) Selection (D) All of the above
शारीरिक शिक्षा में विद्यार्थी नायकों के चयन की प्रक्रिया निम्न में से कौन सी है ?
(A) नामांकन (B) लाटरी
(C) चयन (D) उपर्युक्त सभी

33 The position of the Uttanapadasana:
(A) Lying with support of back
(B) Lying with support of stomach
(C) In sitting position
(D) In standing position
उत्तानापादासन करने की अवस्था/मुद्रा है –
(A) लेट कर पीठ का सहारा
(B) लेट कर पेट का सहारा
(C) बैठने की स्थिति में
(D) खड़े होने की स्थिति में

34 Who was 'Toxotace' in Athens ?
(A) Dancer (B) Swimmer
(C) Archer (D) Runner
एथेंस में 'टोक्सोटेस' कौन था ?
(A) नर्तक (B) तैराक
(C) तीरंदाज (D) धावक

35 Which of the following is considered as an active form of warming up ?
(A) Callisthenics
(B) Diathermy
(C) Warm water showers
(D) Oil massage
इनमें से कौन सा वार्मिंग–अप का सक्रिय प्रकार है ?
(A) कैलिस्थेनिक
(B) डायथर्मी
(C) गर्म पानी की बौछार
(D) तेल मालिश

36 The life span of RBC is -
(A) 90 days (B) 100 days
(C) 120 days (D) 125 days
लाल रक्त कणिकाओं का जीवन चक्र होता है –
(A) 90 दिन (B) 100 दिन
(C) 120 दिन (D) 125 दिन

37 The Author of "Yog-Sutra" is -
(A) Kapil Muni
(B) Sampurnanand
(C) Maharishi Patanjali
(D) Vatsyayan
"योग सूत्र" के रचयिता है –
(A) कपिल मुनि
(B) सम्पूर्णानन्द
(C) महर्षि पतंजलि
(D) वात्स्यायन

38 Which player's nickname is 'Dennis the Menace' ?
(A) Andre Agassi (B) Jim Courier
(C) Pete Sampras (D) John McEnroe
किस खिलाड़ी का उपनाम 'डेनिस द मीनेस' है ?
(A) आंद्रे अगासी (B) जिम कूरियर
(C) पीट सेम्प्रास (D) जॉन मेकनेरो

39 Match the following:

	List-I		List-II
I.	Preparatory Period-I	1.	Achievement of goals
II.	Preparatory period-II	2.	Recuperation
III.	Competition period	3.	Development of technique
IV.	Transition period	4.	Formulation of conditional and technical base

सुमेलित कीजिए –

	सूची–I		सूची–II
I.	तैयारी काल–I	1.	लक्ष्यों की प्राप्ति
II.	तैयारी काल–II	2.	पुनःप्राप्ति
III.	प्रतियोगिता काल	3.	तकनीक का विकास
IV.	संक्रमण काल	4.	तकनीकी एवं स्थितिपरक आधार का निरूपण

Code / कोड :

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

40 Who was the writer of 'Iliad and Odyssey' ?
(A) Plato (B) Homer
(C) Socrates (D) Aristotle
'इलियड तथा ओडेसी' के रचयिता कौन थे ?
(A) प्लेटो (B) होमर
(C) सुकरात (D) अरस्तू

Teachingninja.in

41 Who was the member of International Olympic Committee in 1947 from India ?
(A) Sir Darabji Jamshedji Tata
(B) G. D. Sondhi
(C) Raja Bhalendera Singh
(D) Dr. P. M. Josheph
1947 में भारत से अन्तर्राष्ट्रीय ओलम्पिक समिति का सदस्य कौन था ?
(A) सर दराबजी जमशेदजी टाटा
(B) जी. डी. सोंधी
(C) राजा भालेन्द्र सिंह
(D) डा. पी. एम. जोसफ

42 An official engaged in officiating must have:
(A) Knowledge (B) Self confidence
(C) Technique (D) Reaction time
निर्णयन के समय एक निर्णायक में होना अति आवश्यक है –
(A) ज्ञान (B) आत्मविश्वास
(C) तकनीक (D) प्रतिक्रिया समय

43 The part of Astang Yoga is -
(A) Asana (B) Mudra
(C) Bandh (D) Klesh
अष्टांग योग का भाग है –
(A) आसन (B) मुद्रा
(C) बन्ध (D) क्लेश

44 International Yoga Day is celebrated on-
(A) 20^{th} June (B) 21^{st} June
(C) 22^{nd} June (D) 23^{rd} July
अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस कब मनाया जाता है ?
(A) 20 जून (B) 21 जून
(C) 22 जून (D) 23 जुलाई

45 Which law is related with physically and mentally adjusted to receive stimule ?
(A) Law of Intensity
(B) Law of Effect
(C) Law of Exercise
(D) Law of Readiness
उत्तेजकता प्राप्ति के समायोजन में कौन सा शारीरिक व मानसिक नियम सम्बन्धित है ?
(A) प्रबलता का नियम
(B) प्रभाव का नियम
(C) अभ्यास का नियम
(D) तत्परता का नियम

46 What was not included in 'Isthimian Sports' ?
(A) Running (B) Music
(C) War (D) Boating
'इस्थीमियन खेलों' में क्या सम्मिलित नहीं था ?
(A) दौड़ना (B) संगीत
(C) युद्ध क्रियाएँ (D) नाव चलाना

47 First aid for dislocated shoulder is -
(A) Stabilization (B) Bandaging
(C) Traction (D) Reposition
भंग हुए कंधे का प्राथमिक उपचार है –
(A) स्थिरीकरण (B) बंधन
(C) खींचने की क्रिया (D) प्रतिस्थापन

48 What is impossible to change, when body is in air ?
(A) Shape of body
(B) Position of body
(C) Body mass
(D) Movement of body
क्या परिवर्तन करना असम्भव है, जब शरीर हवा में होता है ?
(A) शरीर का आकार
(B) शरीर की स्थिति
(C) द्रव्यमान
(D) शरीर की गति

49 The backbone is also called -
(A) Skeleton (B) Vertebral column
(C) Joint (D) Skull
पीठ की अस्थि का दूसरा नाम है –
(A) कंकाल (B) वर्टीब्रल कॉलम
(C) संधि (D) खोपड़ी

50 What makes it possible for us to stand, sit, speak and blink?
(A) Nerves (B) Muscles
(C) Cells (D) Tissues
हमें खड़ा होने, बैठने, बोलने और आँख झपकने में कौन संभव करता है ?
(A) तंत्रिका (B) माँसपेशियाँ
(C) कोशिका (D) ऊतक

51 Who was the author of the book 'German Gymnastic' ?
(A) Salgeman
(B) Fedric Symen
(C) Karl Andre
(D) Fedric Ludwin John
'जर्मन जिम्नास्टिक' नामक पुस्तक किसने लिखी ?
(A) साल्जमैन
(B) फेड्रिक साइमन
(C) कार्ल आन्द्रे
(D) फेड्रिक लडविन जॉन

52 The Fartlek training is known as -
(A) Circuit training
(B) Acceleration training
(C) Speed play
(D) Pace method
फार्टलैक प्रशिक्षण कहलाता है –
(A) सर्किट ट्रेनिंग
(B) गतिवृद्धि ट्रेनिंग
(C) स्पीड प्ले
(D) गति प्रशिक्षण विधि

53 The primary focus of supervision must watch-
(A) Learning situation
(B) Maintenance of records
(C) Activity programme
(D) Competition programme
पर्यवेक्षण का प्राथमिक ध्यान _______ देखना होगा ।
(A) सीखने की स्थिति
(B) रिकार्डों का रखरखाव
(C) कार्यकलाप कार्यक्रम
(D) प्रतियोगिता कार्यक्रम

54 The dimension of Basketball Court is -
(A) 28 × 15 meters
(B) 28 × 15 feet
(C) 28 × 15 yards
(D) 26 × 15 meters
बास्केटबाल कोर्ट का माप होता है –
(A) 28 × 15 मीटर
(B) 28 × 15 फिट
(C) 28 × 15 गज
(D) 26 × 15 मीटर

55 When was the 'Olympic Flame' ceremony introduced in the Olympic Games ?
किस ओलम्पिक खेल में मशाल समारोह का आरम्भ हुआ था ?
(A) 1928 (B) 1896
(C) 1920 (D) 1936

56 'Central Board of Physical Education and Recreation' is situated at -
(A) Kolkata (B) New Delhi
(C) Chennai (D) Mumbai
'सेन्ट्रल बोर्ड ऑफ फिजिकल एजुकेशन व रिक्रियेशन' स्थित है –
(A) कोलकाता में (B) नई दिल्ली में
(C) चेन्नई में (D) मुम्बई में

57 Protraction and retraction take place in-
(A) Hip Joint (B) Shoulder Joint
(C) Elbow Joint (D) Knee Joint
अपाकुंचन (प्रोट्रैकशन) और आकुंचन (रिट्रैकशन) कहाँ होते हैं ?
(A) नितम्ब के जोड़ में (B) कँधे के जोड़ में
(C) कुहनी के जोड़ में (D) घुटने के जोड़ में

58 Which type of muscles fibre are required for a good long distance runner?
(A) Slow twitch (B) Fast twitch
(C) Nerve fibre (D) None of these
एक अच्छे लम्बी दूरी के धावक के लिए किस प्रकार के पेशीय तन्तुक आवश्यक होते हैं ?
(A) मन्द स्फुरण (B) तीव्र स्फुरण
(C) तंत्रिका तन्तुक (D) इनमें से कोई भी नहीं

59 Spinograph is used to measure which deformity ?
(A) Kyphosis (B) Lordosis
(C) Knock knee (D) Scoliosis
स्पाइनोग्राफ कौन सी विकृति को मापने का यंत्र है ?
(A) काइफोसिस (B) लोर्डोसिस
(C) नॉक नी (D) स्कोलियोसिस

60 5 to 10 days training known as -
(A) Meso cycle (B) Macro cycle
(C) Micro cycle (D) None of these
5 से 10 दिन का प्रशिक्षण कहलाता हैं –
(A) मेसो चक्र (B) मैक्रो चक्र
(C) माइक्रो चक्र (D) इनमें से कोई नहीं

Teachingninja.in

61 How many bones are there in Human Body?
मानव शरीर में कितनी हड्डियाँ होती हैं ?
(A) 206 (B) 210
(C) 208 (D) 209

62 The term 'Altius' in the Olympic motto means -
(A) Faster (B) Stronger
(C) Higher (D) All of the above
ओलम्पिक आदर्श वाक्य में 'एल्टियस' शब्द का अर्थ है –
(A) तेज (B) ताकतवर
(C) उच्चतर (D) उपरोक्त सभी

63 What creates physical difference among people ?
(A) Heredity
(B) Environment
(C) Birth place
(D) Ethnic background
लोगों की शारीरिक भिन्नता कैसी होती है ?
(A) आनुवंशिकता
(B) वातावरण
(C) जन्म स्थान
(D) जातीय पृष्ठभूमि

64 The major main components of growth and development are -
(A) Hereditary (B) Environmental
(C) Diet (D) Play
वृद्धि और विकास के प्रबल मुख्य घटक हैं –
(A) आनुवांशिक (B) वातावरणीय
(C) आहारीय (D) खेल

65 _______ may be a best medicine for mental illnesses.
(A) Prayer
(B) Exercise
(C) Psychiatric drugs
(D) Stimulating diet
_______ मानसिक बीमारियों के लिए सर्वोत्तम दवा हो सकती है ।
(A) प्रार्थना
(B) व्यायाम
(C) मनश्चिकित्सीय दवाइयां
(D) उत्तेजित आहार

66 Which of the following is our cultural heritage ?
(A) Sports
(B) Education
(C) Love and affection
(D) Respect of elders
निम्नलिखित में से कौन सी हमारी संस्कृति धरोहर है ?
(A) खेल
(B) शिक्षा
(C) प्यार और स्नेह
(D) बड़ों का आदर

67 The term 'Psychology' is derived from which language ?
(A) French (B) German
(C) Greek (D) Latin
'मनोविज्ञान' (Psychology) शब्द किस भाषा से लिया गया है ?
(A) फ्रेन्च (B) जर्मन
(C) ग्रीक (D) लेटिन

68 What was the 'Motto' of Asian Games 2018 ?
(A) Power of Asia
(B) Energy of Asia
(C) Strength of Asia
(D) United Asia
एशियन खेल 2018 का 'ध्येय (Motto)' क्या था ?
(A) पावर ऑफ एशिया
(B) एनर्जी ऑफ एशिया
(C) स्ट्रेंथ ऑफ एशिया
(D) यूनाइटेड एशिया

69 In which Olympic, first time Olympic Torch Relay was used officially ?
(A) 1968, Mexico (B) 1936, Berlin
(C) 1964, Tokyo (D) 1988, Seoul
वह कौन सा ओलम्पिक था जिसमें मशाल दौड़ प्रथम बार आधिकारिक रूप में उपयोग की गई ?
(A) 1968, मेक्सिको (B) 1936, बर्लिन
(C) 1964, टोकियो (D) 1988, सियोल

70 The imitation method of teaching is best suited to teaching :
(A) Adolescents (B) Adults
(C) Children (D) Women
शिक्षण की अनुकरण विधि किसके शिक्षण के लिये सबसे उचित होगी ?
(A) किशोर (B) वयस्क
(C) बालक (D) महिला

71 The disease of muscles is known as -
(A) Myology (B) Myopathy
(C) Psychology (D) Astrology
मांसपेशियों की बीमारी को कहते हैं –
(A) मायोलॉजी (B) मायोपैथी
(C) साइकोलॉजी (D) एस्ट्रोलॉजी

72 Internship program of teacher-teaching avails -
(A) Subject matter curriculum
(B) Practical curriculum
(C) The whole school environment
(D) Research curriculum
अध्यापक शिक्षण का इंटर्नशिप कार्यक्रम उपलब्ध कराता है–
(A) विषयवस्तु पाठ्यक्रम
(B) प्रायोगिक पाठ्यक्रम
(C) पूर्ण विद्यालय परिवेश
(D) शोध पाठ्यक्रम

73 Gravity constantly supplies a force in the -
(A) Same direction
(B) Opposite direction
(C) Downward direction
(D) Upward direction
गुरुत्व निरंतर शक्ति की पूर्ति करता है –
(A) समान दिशा में
(B) विपरीत दिशा में
(C) नीचे की तरफ
(D) ऊपर की तरफ

74 In present scenario, which principle of first aid is used immediately after injury ?
(A) RICE (B) PRICES
(C) PRICE (D) ICE
वर्तमान समय में, चोट लगने के तुरंत बाद प्राथमिक उपचार के किस सिद्धांत का उपयोग किया जाता है ?
(A) राइस (B) प्राइसेज
(C) प्राइस (D) आइस

75 Inter-school tournament organized in sports known as -
(A) Pyramid (B) Intramural
(C) Extramural (D) Challenge
अन्तर विद्यालय खेल प्रतियोगिता का आयोजन कहलाता है –
(A) पिरामिड (B) इन्ट्राम्यूरल
(C) एक्स्ट्राम्यूरल (D) चैलेन्ज

76 Which of the following activities cannot be considered as Recreation?
(A) Collecting stamps
(B) Playing cards
(C) Doing Yoga Asanas
(D) Playing cricket
निम्न में से कौन सी क्रिया मनोरंजन की नहीं हैं ?
(A) टिकटें इकट्ठी करना
(B) ताश खेलना
(C) योग आसन करना
(D) क्रिकेट खेलना

77 The term 'Cue' is related with ________.
(A) Chess (B) Baseball
(C) Billiards (D) Golf
'क्यू (Cue)' शब्द किस खेल से सम्बन्धित है ?
(A) शतरंज (B) बेसबाल
(C) बिलियर्ड्स (D) गोल्फ

78 The headquarter of FIFA is situated at -
(A) Dubai (B) Jakarta
(C) Zurich (D) Tokyo
FIFA का मुख्यालय कहाँ स्थित है ?
(A) दुबई (B) जकार्ता
(C) ज्यूरिख (D) टोकियो

79 First Sports Psychology lab was established by -
(A) Sigmund Freud
(B) Pavlov
(C) John Watson
(D) Carl Diem
खेल मनोविज्ञान की प्रथम प्रयोगशाला किसने स्थापित की थी ?
(A) सिगमण्ड फ्रायड
(B) पावलोव
(C) जॉन वाटसन
(D) कार्ल डियम

Teachingninja.in

80 Which one of the following activities is a form of social recreation?
(A) Swimming (B) Gymnastics
(C) Folk dancing (D) Movies
इनमें से कौन सा सामाजिक मनोरंजन का प्रकार है ?
(A) तैराकी (B) जिम्नास्टिक
(C) लोकनृत्य (D) फिल्में

81 The most important function of a first aider for a casualty is -
(A) Taking the casualty to a doctor
(B) Treating the casualty
(C) Saving life using the means available
(D) Arranging transportation to carry the casualty to hospital
प्राथमिक उपचार का आकस्मिक स्थिति में सबसे महत्वपूर्ण कार्य होता है –
(A) दुर्घटनाग्रस्त व्यक्ति को डॉक्टर के पास ले जाना
(B) दुर्घटनाग्रस्त व्यक्ति का उपचार करना
(C) जो भी उपलब्ध हो उसकी मदद से जीवन बचाना
(D) दुर्घटनाग्रस्त व्यक्ति को अस्पताल ले जाने के लिए परिवहन की व्यवस्था करना

82 Participation in recreational activities is largely determined by-
(A) Economic (B) Life style
(C) Social status (D) Motivation
मनोरंजनात्मक गतिविधियों में सहभागिता बृहद स्तर पर निर्धारित होती है–
(A) आर्थिक रूप से (B) जीने के तरीके से
(C) सामाजिक स्तर से (D) प्रेरणा से

83 Which of the following is not related to the School Health Programme?
(A) Keeping health records
(B) Health education
(C) Controlling of diseases
(D) Health inspection
निम्नलिखित में से किसका संबंध विद्यालय स्वास्थ्य कार्यक्रम से नहीं है ?
(A) स्वास्थ्य के रिकार्ड्स रखना
(B) स्वास्थ्य शिक्षा
(C) रोगों का नियंत्रण
(D) स्वास्थ्य निरीक्षण

84 'Supercompensation' is -
(A) Fatigue
(B) Second wind
(C) Variation in duration
(D) Adaptation to load
'सुपरकम्पनसेशन' है –
(A) थकान
(B) द्वितीयक वायु
(C) अवधि में विभिन्नता
(D) भार से अनुकूलन

85 It is not a motor performance component -
(A) Power (B) Speed
(C) Flexibility (D) Agility
इनमें से गामक दक्षता अवयव नहीं है –
(A) शक्ति (B) गति
(C) लचीलापन (D) चपलता

86 Which of the following tests measures Cardio-respiratory functions ?
(A) Harward Step Test
(B) JCR Test
(C) Kraus-Weber Test
(D) Mc Donald's Test
निम्नलिखित में से कौन सा टेस्ट हृदयी–श्वसनी कार्यों का मापन करता है ?
(A) हारवर्ड स्टेप टेस्ट
(B) जेसीआर टेस्ट
(C) क्राउस–वेबर टेस्ट
(D) मैक डोनाल्ड टेस्ट

87 What is the height of Goal Post in Handball from ground surface ?
(A) 2 meters (B) 2.5 meters
(C) 3 meters (D) 3.5 meters
जमीन की सतह से हैण्डबॉल के गोल पोस्ट की ऊँचाई कितनी होती है ?
(A) 2 मीटर (B) 2.5 मीटर
(C) 3 मीटर (D) 3.5 मीटर

88 The combination of strength and speed ability is called-
(A) Explosive strength
(B) Maximum strength
(C) Strength endurance
(D) Overload
शक्ति व गति योग्यता का संयोजन कहलाता है –
(A) विस्फोटक शक्ति
(B) अधिक शक्ति
(C) शक्ति सहनशीलता
(D) अत्यधिक भार

89 Which lever is known as lever of speed ?
(A) I^{st} class lever
(B) II^{nd} class lever
(C) III^{rd} class lever
(D) I^{st} and II^{nd} class lever
इनमें से कौन सा गति का उत्तोलक कहलाता है ?
(A) I^{st} क्लास उत्तोलक
(B) II^{nd} क्लास उत्तोलक
(C) III^{rd} क्लास उत्तोलक
(D) I^{st} तथा II^{nd} क्लास उत्तोलक

90 Which one of the following can not be done by Elbow Joint ?
(A) Rotation (B) Flexion
(C) Extension (D) Pronation
निम्न में से कौन सी गति कोहनी के जोड़ के द्वारा सम्भव नहीं है ?
(A) घूर्णन (B) संकुचन
(C) विस्तार (D) प्रोनेशन

91 'Story-telling' as a form of recreation is still very popular among the -
(A) Old people (B) School children
(C) Women folk (D) Village folk
मनोरंजन का एक प्रकार 'कहानी कहना' अभी तक इस समूह में बहुत लोकप्रिय है–
(A) वृद्ध लोगों में (B) विद्यालयी बच्चों में
(C) महिलाओं में (D) ग्रामीण लोगों में

92 Function of living organism is known as-
(A) Anatomy (B) Anthropology
(C) Physiology (D) Psychology
जीवित जीव (प्राणी) के कार्य को जाना जाता है –
(A) शरीर रचना विज्ञान (B) मानवशास्त्रीय विज्ञान
(C) क्रिया विज्ञान (D) मनोविज्ञान

93 What is the formula for stagger in 400 m. Athletic Track ?
400 मीटर धावन पथ में स्टेगर देने का सूत्र क्या है ?
(A) $[W(n-1)-10cm]2\pi$
(B) $[W(n+1)-10cm]2\pi$
(C) $[W(n+1)+10cm]2\pi$
(D) $[W(n-1)-10cm]\pi$

94 Who among the following is known as father of Kinesiology ?
(A) Archimedes (B) Hippocratus
(C) Galon (D) Aristotle
निम्न में से किसे काइनिसियोलॉजी का पितामह कहा जाता है ?
(A) आर्किमीडीज (B) हिपोक्रेटस
(C) गेलन (D) अरस्तू

95 Which factor is not responsible for obesity?
(A) Physical inactivity
(B) Heredity
(C) Physical activity
(D) Psychological factors
मोटापा के लिये कौन सा कारक जिम्मेदार नहीं है ?
(A) शारीरिक निष्क्रियता
(B) वंशानुगत
(C) शारीरिक क्रियाएँ
(D) मनोवैज्ञानिक कारक

96 Sports Sociology deals with :
(A) Team cohesion
(B) Function of the body
(C) Mental training
(D) Motivation
खेल समाजशास्त्र का सम्बन्ध है :
(A) समूह के आपसी तालमेल से
(B) शारीरिक कृत्य से
(C) मानसिक प्रशिक्षण से
(D) अभिप्रेरणा से

Teachingninja.in

97 Which of the following games was invented by Jigaro Kano ?
(A) Taikwando (B) Kung Fu
(C) Judo (D) Gymnastics
निम्न में से किस खेल का आविष्कार जिगारो कानो ने किया ?
(A) ताइक्वांडो (B) कूंग फू
(C) जूडो (D) जिमनास्टिक्स

98 Which was the first institution to start Physical Education College in India ?
(A) L.N.C.P.E. Gwalior
(B) N.S.N.I.S. Patiala
(C) Y.M.C.A. Madras
(D) Christian College Lucknow
भारत में सर्वप्रथम किस संस्था ने शारीरिक शिक्षा कॉलेज आरम्भ की थी ?
(A) एल.एन.सी.पी.ई. ग्वालियर
(B) एन.एस.एन.आई.एस. पटियाला
(C) वाई.एम.सी.ए. मद्रास
(D) क्रिश्चियन कॉलेज लखनऊ

99 How many matches will be played in league tournament when there are 11 (eleven) teams ?
लीग प्रतियोगिता में कितने मैच खेले जायेंगे जब टीमों की संख्या 11 है ?
(A) 54 (B) 56
(C) 57 (D) 55

100 The knot used to tie a bandage is known as-
(A) Reef Knot (B) Clove Hitch
(C) Half Hitch (D) Granny Knot
पट्टी को बांधने के लिये जो गांठ उपयोग होती है उसको कहते हैं –
(A) रीफ गांठ (B) लौंगरूपी गांठ
(C) आधी गांठ (D) ग्रेनी गांठ

101 1 gm. fat provides energy-
(A) 4 kcal (B) 6 kcal
(C) 8 kcal (D) 9 kcal
एक ग्राम वसा ऊर्जा प्रदान करती है –
(A) 4 कि. कैलोरी (B) 6 कि. कैलोरी
(C) 8 कि. कैलोरी (D) 9 कि. कैलोरी

102 Which is most appropriate method of teaching in Physical Education practical classes ?
(A) Command method
(B) Lecture method
(C) Whole and Part method
(D) Demonstration
शारीरिक शिक्षा की प्रायोगिक कक्षाओं के लिये सबसे उपयुक्त अध्ययन विधि कौन सी है ?
(A) आदेश विधि
(B) भाषण विधि
(C) होल व पार्ट विधि (सम्पूर्ण व भाग विधि)
(D) प्रदर्शन विधि

103 Main consideration for effective periodization should be -
(A) Base creation
(B) Achievement of top form
(C) Skill development
(D) Development of tactical ability
प्रभावी अवधिकालीनता के लिए मुख्य विचार किस पर होना चाहिए ?
(A) आधार निर्माण करना
(B) शिखर प्रदर्शन प्राप्त करना
(C) कौशल विकास पर
(D) युक्तिगत क्षमता का विकास

104 Find the correct combination of different stages to plan a supervision program.
(i) Evaluation of teaching product
(ii) Development of implementation program
(iii) Concerned to qualities
(iv) Analysis and evaluation of study conditions
पर्यवेक्षणीय कार्यक्रम की योजना बनाने के विभिन्न कदमों/चरणों के सही संयोजन का पता लगाइए।
(i) शैक्षणिक उत्पाद का मूल्यांकन
(ii) क्रिया कार्यक्रम का विकास
(iii) गुणों से संबंधित
(iv) पाठन परिस्थितियों का विश्लेषण व मूल्यांकन
(A) (i), (ii), (iv) (B) (i), (ii), (iii)
(C) (ii), (iii), (iv) (D) (iii), (i), (iv)

105 In which Asana do we perform Pranayam?
(A) Padmasana (B) Naukasana
(C) Tadasana (D) Parvatasana
प्राणायाम हमें किस आसन में बैठ कर करना चाहिए ?
(A) पद्मासन (B) नौकासन
(C) ताड़ासन (D) पर्वतासन

106 When was the game of chess invented ?
(A) Vedic Period (2500 B.C. - 600 B.C.)
(B) Medieval Period (1000 A.D. - 1757 A.D.)
(C) Early Hindu Period (600 B.C. - 320 A.D.)
(D) Later Hindu Period (320 A.D. - 1000 A.D.)
शतरंज के खेल की खोज कब हुई थी ?
(A) वैदिक काल (2500 ई.पू. – 600 ई.पू.)
(B) मध्यकाल (1000 ईस्वी – 1757 ईस्वी)
(C) पूर्व हिन्दू काल (600 ई.पू. – 320 ईस्वी)
(D) उत्तर हिन्दू काल (320 ईस्वी – 1000 ईस्वी)

107 Approximate percentage of water in human body is -
मानव शरीर में पानी का अनुमानित प्रतिशत है –
(A) 50-60% (B) 65-75%
(C) 75-85% (D) 40-50%

108 The anatomical age of a boy or girl can be determined by –
(A) X-rays of the skeleton
(B) Growth curve
(C) Height and girth of the bones
(D) Measurement of the chest
एक बालक या बालिका के शरीर रचना संबंधी आयु पता की जाती है –
(A) कंकाल की एक्स–किरणों द्वारा
(B) वृद्धि रेखा द्वारा
(C) ऊँचाई व अस्थियों की परिधि द्वारा
(D) छाती की माप द्वारा

109 Large number of students are controlled by -
(A) Discussion method
(B) Command method
(C) Demonstration method
(D) Project method
बड़ी संख्या में छात्रों को नियंत्रित किया जाता हैं –
(A) चर्चा विधि
(B) आज्ञा विधि
(C) प्रदर्शन विधि
(D) परियोजना विधि

110 Yoga according to Kathopanishad is -
(A) Control on mind
(B) Control on sense organs, mind and intellect
(C) Control on sense organs and intellect
(D) Control on body and mind
कठोपनिषद के अनुसार योग है –
(A) दिमाग पर नियंत्रण
(B) ज्ञानेन्द्रियों, दिमाग व बुद्धि पर नियंत्रण
(C) ज्ञानेन्द्रियों व बुद्धि पर नियंत्रण
(D) शरीर व दिमाग पर नियंत्रण

111 What is the main aim of Yoga?
(A) Strong built of body
(B) Win the game
(C) Control over the mind
(D) Sound sleep
योग का प्रमुख उद्देश्य क्या है ?
(A) शरीर को मजबूत बनाना
(B) खेल में जीतना
(C) मन पर नियन्त्रण करना
(D) अच्छी नींद सोना

112 Tactical action is a -
(A) Motor action (B) Motor ability
(C) Motor skill (D) Motor solution
युक्ति क्रिया है –
(A) गामक क्रिया (B) गामक योग्यता
(C) गामक कौशल (D) गामक उपाय / समाधान

113 Who is considered as the founding father of National Discipline Scheme ?
(A) Gen. A. S. Pathania
(B) Gen. J. K. Bhonsle
(C) Gen. Narendra Singh
(D) Gen. K. S. Thimiya
राष्ट्रीय अनुशासनात्मक योजना के जनक किसे कहा जाता है ?
(A) जनरल ए. एस. पठानिया
(B) जनरल जे. के. भौंसले
(C) जनरल नरेन्द्र सिंह
(D) जनरल के. एस. थीमिया

Teachingninja.in

114 Most abundant nutrient in milk and milk products is -
(A) Vitamin-C (B) Thiamin
(C) Calcium (D) Iron
दुग्ध व दुग्ध पदार्थ में सर्वाधिक मात्रा में पाया जाने वाला पोषक तत्व है –
(A) विटामिन सी (B) थायमिन
(C) कैल्सियम (D) लौह तत्व

115 In which period, 'Pranayam' and 'Surya Namaskar' was done ?
(A) Muslim Period
(B) Nalanda Period
(C) Mahakavya Period
(D) Rajput Period
किस काल में 'प्राणायाम' व 'सूर्य नमस्कार' क्रियाएँ की जाती थीं ?
(A) मुस्लिम काल
(B) नालंदा काल
(C) महाकाव्य काल
(D) राजपूत काल

116 NSS Expedition and Summer Camps are organised by-
(A) Educational institutions
(B) Govt. Agencies
(C) Private Agencies
(D) Youth Serving Agencies
राष्ट्रीय सेवा योजना (एन.एस.एस.) अभियान एवं ग्रीष्म शिविर का आयोजन किसके द्वारा होता है ?
(A) शिक्षण संस्थाओं द्वारा
(B) सरकारी निकायों द्वारा
(C) गैर–सरकारी निकायों द्वारा
(D) नवयुवक सेवा निकायों द्वारा

117 'Rahi Sarnobat' is concerned with the game-
(A) Archery (B) Football
(C) Badminton (D) Volleyball
'राही सरनोबत' किस खेल से संबंधित है ?
(A) तीरंदाजी (B) फुटबाल
(C) बैडमिंटन (D) वॉलीबाल

118 The capacity in which person do their activity for longer time under the condition of fatique is called-
(A) Speed (B) Strength
(C) Agility (D) Endurance
व्यक्ति की वह क्षमता जिसमें थकान की स्थिति में भी लगातार कार्य करता रहता है, कहलाता है –
(A) तेज गति चाल (B) ताकत
(C) चपलता (D) सहनशीलता

119 In which events women took part for the first time in Olympic Games ?
(A) Putting shot and Javelin Throw
(B) Long Jump and High Jump
(C) 100 meters and 200 meters race
(D) Lawn Tennis and Equestrian
ओलम्पिक खेलों में महिलाओं ने सबसे पहले किन प्रतियोगिताओं में भाग लिया था ?
(A) गोला फेंक व भाला फेंक
(B) लंबी कूद व ऊँची कूद
(C) 100 मीटर व 200 मीटर दौड़
(D) लॉन टेनिस व घुड़सवारी

120 Vitamin B_6 is present in -
(A) Liver (B) Milk
(C) Egg (D) Fish
विटामिन $बी_6$ पाया जाता है –
(A) लिवर (B) दूध
(C) अण्डा (D) मछली

121 The teaching methods are for the -
(A) Teaching skills in Physical Education
(B) Teaching theory in Physical Education
(C) Performance of Sportsmen
(D) Improvement of Understanding
अध्यापन विधियाँ इसके लिये होती हैं
(A) शारीरिक शिक्षा में कौशल सिखाना
(B) शारीरिक शिक्षा में थ्योरी पढ़ाना
(C) खिलाड़ी का प्रदर्शन
(D) समझने में सुधार

122 Which Asana is most beneficial in Blood Pressure ?
(A) Chakrasana (B) Shirshasana
(C) Shavasana (D) Dhanurasana
रक्तचाप में कौन सा आसन सबसे लाभप्रद है ?
(A) चक्रासन (B) शीर्षासन
(C) शवासन (D) धनुरासन

123 The study of joints is called-
(A) Arthrology (B) Arniology
(C) Nephrology (D) Cardiology
संधियों का अध्ययन कहलाता है –
(A) आर्थ्रोलॉजी (B) आरनियोलॉजी
(C) नेफ्रोलॉजी (D) कार्डियोलॉजी

124 By whom 'Asiad Games' are organized ?
'एशियाई खेलों' का आयोजन कौन करता है ?
(A) IAAF (B) BCCI
(C) IOC (D) OCA

125 Which type of motivation is more effective in learning ?
(A) Intrinsic motivation
(B) Extrinsic motivation
(C) Participation motivation
(D) Achievement motivation
किस प्रकार की अभिप्रेरणा का सीखने में अधिक प्रभाव है?
(A) आन्तरिक अभिप्रेरणा
(B) बाह्य अभिप्रेरणा
(C) सहभागिता अभिप्रेरणा
(D) उपलब्धि अभिप्रेरणा

126 Sports Psychology is taught to the students of Physical Education because :
(A) It enhances performance.
(B) It modifies the behaviour.
(C) It motivates athletes.
(D) It helps in learning.
शारीरिक शिक्षा के विद्यार्थियों को खेल मनोविज्ञान पढ़ाया जाता है क्योंकि :
(A) यह उपलब्धि बढ़ाती है ।
(B) यह व्यवहार को बदलती है ।
(C) यह खिलाड़ियों को अभिप्रेरित करती है ।
(D) यह सिखलाई में सहायक है ।

127 Psycho factor area of psycho-physique is concerned with -
(A) Knowledge (B) View
(C) Speed Skill (D) Values
मनोशारीरिक का मनोकारक क्षेत्र संबंधित है –
(A) ज्ञान से (B) दृष्टिकोण से
(C) गति कौशल से (D) मूल्य से

128 Camping is an extremely good activity for developing -
(A) Human personality
(B) Contact with nature
(C) Social interaction
(D) Aesthetic sense
शिविर एक सर्वोत्तम क्रिया है, विकसित करने के लिए –
(A) मानव व्यक्तित्व
(B) प्रकृति से संपर्क
(C) सामाजिक पारस्परिक क्रिया
(D) सौन्दर्यात्मक ज्ञान

129 Which of the following is the most common injury ?
(A) Fracture
(B) Cracky knee
(C) Knee cap dislocation
(D) Turn cartilage
निम्न में से सबसे अधिक होने वाली चोट है –
(A) अस्थि भंग
(B) घुटने में दरार पड़ना
(C) घुटने की संधि – च्युति
(D) उपास्थि का मुड़ना

130 In Russian terminology Physical Education is known as -
(A) Physical Culture
(B) Movement Education
(C) Kinesiology
(D) Physical Training
रशियन शब्दावली में शारीरिक शिक्षा को जाना जाता है–
(A) शारीरिक संस्कृति
(B) गतिक शिक्षा
(C) गतिक विज्ञान
(D) शारीरिक प्रशिक्षण

Teachingninja.in