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

सीरीज़ **A**

क्रमांक : 2436625

कोड : DFMET–13

2018

विषय : शारीरिक शिक्षा

भाग–I : सामान्य अध्ययन : प्रश्न संख्या 1 से 30

भाग–II : शारीरिक शिक्षा : प्रश्न संख्या 31 से 150

समय : 2 घण्टे **पूर्णांक : 150**

अपना अनुक्रमांक सामने बॉक्स में लिखें

अंकों में → | | | | | | |

शब्दों में

प्रश्नों के उत्तर के लिए केवल काले बॉल-प्वॉइंट पेन का इस्तेमाल करें।

अभ्यर्थी उत्तर देने से पहले सभी अनुदेशों को सावधानीपूर्वक पढ़ लें।

आपको अपने सभी उत्तर केवल उत्तर-पत्रक पर ही देने हैं। परीक्षा के उपरांत उत्तर-पत्रक की मूल प्रति निरीक्षक को सौंप दें।

SEAL

महत्त्वपूर्ण अनुदेश

1. सभी प्रश्नों के उत्तर दें। सभी प्रश्नों के अंक समान हैं।
2. **उत्तर-पत्रक पर अभ्यर्थी अपना सही अनुक्रमांक, विषय, परीक्षण पुस्तिका का सही कोड एवं सीरीज़ अंकित करें अन्यथा उत्तर-पत्रक का मूल्यांकन नहीं किया जाएगा और उसकी जिम्मेदारी स्वयं अभ्यर्थी की होगी।**
3. **इस परीक्षण पुस्तिका में 150 प्रश्न हैं।** प्रत्येक प्रश्न के चार (4) वैकल्पिक उत्तर प्रश्न के नीचे दिए गए हैं। इन चारों में से केवल एक ही सही उत्तर है। जिस उत्तर को आप सही या सबसे उचित समझते हैं, उत्तर-पत्रक में उसके अक्षर वाले वृत्त को काले बॉल-प्वॉइंट पेन से पूरा काला कर दें।
4. अनुक्रमांक के अलावा परीक्षण पुस्तिका के कवर पेज पर कुछ न लिखें। इसके अलावा परीक्षण पुस्तिका के अंदर और कुछ न लिखें। यदि आप रफ़ कार्य करना चाहते हैं, तो आप निरीक्षक से वर्किंग शीट माँग लें व इस पर वांछित सूचनाएँ भर लें।
5. **परीक्षण पुस्तिका खोलने के तुरंत बाद जाँच करके देख लें कि परीक्षण पुस्तिका के सभी पेज भली-भाँति छपे हुए हैं। यदि परीक्षण पुस्तिका में कोई कमी हो, तो निरीक्षक को दिखाकर उसी सीरीज़ व कोड की दूसरी पुस्तिका प्राप्त कर लें।**
6. **गलत उत्तरों के लिए दण्ड :**

   उत्तर-पत्रक में उम्मीदवार द्वारा दिए गए गलत उत्तरों के लिए दण्ड दिया जाएगा।

   (i) प्रत्येक प्रश्न के लिए चार वैकल्पिक उत्तर हैं। उम्मीदवार द्वारा प्रत्येक प्रश्न के लिए दिए गए एक गलत उत्तर के लिए प्रश्न हेतु नियत किए गए अंकों का **एक-तिहाई** दण्ड के रूप में काटा जाएगा।

   (ii) यदि कोई उम्मीदवार एक से अधिक उत्तर देता है, तो इसे **गलत उत्तर** माना जाएगा, यद्यपि दिए गए उत्तरों में से एक उत्तर सही होता है, फिर भी उस प्रश्न के लिए उपर्युक्तानुसार ही उसी तरह का दण्ड दिया जाएगा।

   (iii) यदि उम्मीदवार द्वारा कोई प्रश्न हल नहीं किया जाता है अर्थात् उम्मीदवार द्वारा उत्तर नहीं दिया जाता है, तो उस प्रश्न के लिए **कोई दण्ड नहीं** दिया जाएगा।

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

Note : English version of the instructions is printed on the back cover of this Booklet.

PART–I : COMPULSORY / भाग–I : अनिवार्य

GENERAL STUDIES / सामान्य अध्ययन

1. In which of the following texts, it is stated that those who could not speak Sanskrit language correctly were called 'Mlecchas'?

(a) *Shvetashvatara Upanishad*

(b) *Gopatha Brahmana*

(c) *Brihadaranyaka Upanishad*

(d) *Shatapatha Brahmana*

1. निम्नलिखित में से किस ग्रंथ में कहा गया है कि वे जो संस्कृत भाषा शुद्ध नहीं बोल सकते थे उन्हें 'म्लेच्छ' कहा जाता था?

(a) *श्वेताश्वतर उपनिषद्*

(b) *गोपथ ब्राह्मण*

(c) *बृहदारण्यक उपनिषद्*

(d) *शतपथ ब्राह्मण*

2. Match List–I with List–II and select the correct answer using the codes given below the Lists :

List–I *(King)*	*List–II* *(Spouse)*
A. Chandragupta I	1. Dutta Devi
B. Samudragupta	2. Kuberanaga
C. Chandragupta II	3. Kumara Devi
D. Kumaragupta I	4. Ananta Devi

Codes :

	A	B	C	D
(a)	2	3	4	1
(b)	3	2	4	1
(c)	3	1	2	4
(d)	4	3	1	2

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

सूची–I **(राजा)**	**सूची–II** **(पत्नी)**
A. चन्द्रगुप्त प्रथम	1. दत्ता देवी
B. समुद्रगुप्त	2. कुबेरनागा
C. चन्द्रगुप्त द्वितीय	3. कुमार देवी
D. कुमारगुप्त प्रथम	4. अनन्त देवी

कूट :

	A	B	C	D
(a)	2	3	4	1
(b)	3	2	4	1
(c)	3	1	2	4
(d)	4	3	1	2

3. With reference to the book *Arthashastra*, which of the following statements is/are correct?

1. It is the oldest masterpiece on Indian State Policy.
2. There is no description of Mauryan empire and administration in this book.

Select the correct answer using the codes given below.

Codes :

(a) 1 only

(b) 2 only

(c) Both 1 and 2

(d) Neither 1 nor 2

4. Who among the following addressed Delhi as one of the greatest cities in the world?

(a) Ibn Batuta

(b) Alberuni

(c) Farishta

(d) Abul Fazl

5. Who is known as the Father of India's Local Self-Government?

(a) Lord Lytton

(b) Lord Ripon

(c) Lord Curzon

(d) Lord Dalhousie

6. At least how many days are required to give the prior notice for the impeachment of the President of India?

(a) 7 days

(b) 14 days

(c) 21 days

(d) 30 days

3. *अर्थशास्त्र* पुस्तक के संदर्भ में निम्नलिखित में से कौन-सा/से कथन सही है/हैं?

1. यह भारतीय राजशासन के संबंध में उपलब्ध प्राचीनतम उत्कृष्ट रचना है।
2. इस पुस्तक में मौर्य साम्राज्य तथा शासनतंत्र का कोई उल्लेख नहीं मिलता।

नीचे दिए गए कूट का प्रयोग कर सही उत्तर चुनिए।

कूट :

(a) केवल 1

(b) केवल 2

(c) 1 और 2 दोनों

(d) न तो 1 और न ही 2

4. इनमें से किसने दिल्ली को विश्व के उत्कृष्टतम शहरों में से एक के रूप में बताया?

(a) इब्न बतूता

(b) अलबेरूनी

(c) फरिश्ता

(d) अबुल फज़ल

5. भारत में स्थानीय स्वायत्त शासन का जनक किसे कहा जाता है?

(a) लॉर्ड लिटन

(b) लॉर्ड रिपन

(c) लॉर्ड कर्जन

(d) लॉर्ड डलहौज़ी

6. भारत के राष्ट्रपति पर महाभियोग चलाने के लिए कम-से-कम कितने दिन की पूर्व सूचना आवश्यक है?

(a) 7 दिन

(b) 14 दिन

(c) 21 दिन

(d) 30 दिन

7. Who administers the oath of office and secrecy to the Governor of a State in India?

(a) The President of India

(b) The Vice President of India

(c) The Chief Justice of the High Court of the State

(d) The Speaker of the Legislative Assembly of the State

8. Which Part of our Constitution envisages a three-tier system of Panchayati Raj?

(a) Part IX

(b) Part X

(c) Part XI

(d) Part XII

9. Which of the following States has ***no*** oil refinery?

(a) Gujarat

(b) Kerala

(c) Chhattisgarh

(d) West Bengal

10. Which of the following rivers does ***not*** flow in Australia?

(a) Hunter River

(b) Flinders River

(c) Orange River

(d) Gilbert River

11. Which of the following States recorded decrease in its population in 2011 Census?

(a) Kerala

(b) Sikkim

(c) Nagaland

(d) Manipur

7. भारत में किसी राज्य के राज्यपाल को पद और गोपनीयता की शपथ कौन दिलवाता है?

(a) भारत का राष्ट्रपति

(b) भारत का उपराष्ट्रपति

(c) राज्य के उच्च न्यायालय का मुख्य न्यायाधीश

(d) राज्य की विधान सभा का अध्यक्ष

8. हमारे संविधान के किस भाग में पंचायती राज के तीन सोपानों की व्यवस्था का विवेचन किया गया?

(a) भाग IX

(b) भाग X

(c) भाग XI

(d) भाग XII

9. निम्नलिखित में से किस राज्य में तेल शोधनशाला **नहीं** है?

(a) गुजरात

(b) केरल

(c) छत्तीसगढ़

(d) पश्चिम बंगाल

10. निम्नलिखित में से कौन-सी नदी ऑस्ट्रेलिया में **नहीं** बहती है?

(a) हंटर रिवर

(b) फ्लिन्डर्स रिवर

(c) ऑरेन्ज रिवर

(d) गिल्बर्ट रिवर

11. निम्नलिखित में से किस राज्य में 2011 की जनगणना में जनसंख्या का ह्रास अभिलिखित हुआ है?

(a) केरल

(b) सिक्किम

(c) नागालैण्ड

(d) मणिपुर

12. Which of the following is the most effective measure of population control according to Malthus?

(a) War

(b) Disaster

(c) Birth control

(d) Social evils

13. Which of the following is ***not*** a biome?

(a) Desert

(b) Grassland

(c) Ecosystem

(d) Tundra

14. Dudhwa National Park is situated in which of the following States?

(a) Assam

(b) Uttarakhand

(c) Rajasthan

(d) Uttar Pradesh

15. According to the Fourth Round of National Family Health Survey, the current TFR (Total Fertility Rate—children per woman) is

(a) 2·2

(b) 3·2

(c) 4·2

(d) 4·5

12. माल्थस के अनुसार निम्नलिखित में से कौन-सा उपाय जनसंख्या-नियंत्रण में सर्वाधिक प्रभावी है?

(a) युद्ध

(b) आपदा

(c) जन्म-नियंत्रण

(d) सामाजिक बुराइयाँ

13. निम्नलिखित में से कौन-सा एक जीवोम **नहीं** है?

(a) रेगिस्तान

(b) घास का स्थल

(c) पारिस्थितिक तंत्र

(d) टुण्ड्रा

14. दुधवा नैशनल पार्क निम्नलिखित में से किस राज्य में स्थित है?

(a) असम

(b) उत्तराखण्ड

(c) राजस्थान

(d) उत्तर प्रदेश

15. राष्ट्रीय परिवार स्वास्थ्य सर्वेक्षण के चतुर्थ चक्र के अनुसार, वर्तमान में टी० एफ० आर० (कुल प्रजनन दर — बच्चे प्रति महिला) है

(a) 2·2

(b) 3·2

(c) 4·2

(d) 4·5

16. Which of the following census years is known as the 'Year of Great Divide' in India?

(a) 1911

(b) 1921

(c) 1951

(d) 1991

17. SRI method is related to

(a) wheat

(b) cotton

(c) mustard

(d) paddy

18. Which of the following pairs is ***not*** correctly matched?

	Crop		*Insect-pest*
(a)	Groundnut	:	Pod borer
(b)	Gram	:	Pod borer
(c)	Paddy	:	Banka
(d)	Maize	:	Stem borer

19. The rotation intensity of Maize-Potato-Mung bean is

(a) 100%

(b) 200%

(c) 250%

(d) 300%

20. Which of the following pairs is ***not*** correctly matched?

	Crop		*Variety*
(a)	Groundnut	:	Kaushal
(b)	Mustard	:	Vardan
(c)	Linseed	:	Chamatkar
(d)	Gram	:	Udai

16. निम्नलिखित जनगणना वर्षों में से किसे भारत में 'महाविभाजन का वर्ष' के रूप में जाना जाता है?

(a) 1911

(b) 1921

(c) 1951

(d) 1991

17. एस० आर० आइ० विधि संबंधित है

(a) गेहूँ से

(b) कपास से

(c) सरसों से

(d) धान से

18. निम्नलिखित में से कौन-सा युग्म सही सुमेलित **नहीं** है?

	फसल		**कीट**
(a)	मूँगफली	:	फली छेदक
(b)	चना	:	फली छेदक
(c)	धान	:	बंका
(d)	मक्का	:	तना छेदक

19. मक्का-आलू-मूँग के फसल-चक्र की सघनता है

(a) 100%

(b) 200%

(c) 250%

(d) 300%

20. निम्नलिखित में से कौन-सा युग्म सही सुमेलित **नहीं** है?

	फसल		**प्रजाति**
(a)	मूँगफली	:	कौशल
(b)	सरसों	:	वरदान
(c)	अलसी	:	चमत्कार
(d)	चना	:	उदय

21. Which of the following diseases ***cannot*** be cured by antibiotics?

(a) Tuberculosis

(b) Tetanus

(c) Measles

(d) Cholera

22. Which of the following pairs is ***not*** correctly matched?

(a) Computer : Charles Babbage

(b) Radio : Karl Benz

(c) Barometer : E. Torricelli

(d) Dynamo : Michael Faraday

23. The communication satellites are invariably

(a) revolving at their own speed

(b) stationary

(c) geostationary

(d) changing their track and speed

24. For which substance among the following, conductivity increases with temperature?

(a) Copper

(b) Germanium

(c) Silver

(d) Iron

25. The area of a regular hexagon of side $2\sqrt{3}$ cm is

(a) $12\sqrt{3}\ cm^2$

(b) $18\sqrt{2}\ cm^2$

(c) $18\ cm^2$

(d) $18\sqrt{3}\ cm^2$

21. निम्नलिखित में से किस रोग का प्रतिजैविक द्वारा निदान **नहीं** किया जा सकता?

(a) क्षयरोग

(b) टेटनस

(c) खसरा

(d) हैजा

22. निम्नलिखित युग्मों में से कौन-सा सही सुमेलित **नहीं** है?

(a) कम्प्यूटर : चार्ल्स बैबेज

(b) रेडियो : कार्ल बेंज

(c) बैरोमीटर : ई० टॉरीसेली

(d) डायनामो : माइकल फैराडे

23. संचार उपग्रह सदैव

(a) अपनी चाल से ही भ्रमण करते रहते हैं

(b) स्थिर रहते हैं

(c) भू-स्थिर रहते हैं

(d) अपना पथ एवं चाल बदलते रहते हैं

24. निम्नलिखित पदार्थों में से किसकी चालकता तापक्रम के साथ बढ़ती है?

(a) ताँबा

(b) जर्मेनियम

(c) चाँदी

(d) लोहा

25. $2\sqrt{3}$ cm भुजा वाले समषड्भुज का क्षेत्रफल होगा

(a) $12\sqrt{3}\ cm^2$

(b) $18\sqrt{2}\ cm^2$

(c) $18\ cm^2$

(d) $18\sqrt{3}\ cm^2$

26. If $2x+\frac{2}{x}=3$, then the value of $x^3+\frac{1}{x^3}+2$ is

(a) $\frac{3}{8}$

(b) $\frac{19}{8}$

(c) $\frac{21}{8}$

(d) $\frac{7}{8}$

27. If one of the roots of the quadratic equation $2x^2+px+4=0$ is 2, then the other root is

(a) −2

(b) −1

(c) +1

(d) +2

28. In which State was the military exercise 'Vijay Prahar' held in May 2018?

(a) Maharashtra

(b) Gujarat

(c) Rajasthan

(d) Madhya Pradesh

29. Who has won the Women Singles Title of Badminton in Commonwealth Games, 2018?

(a) Saina Nehwal

(b) P. V. Sindhu

(c) K. Gilmour

(d) Michelle Li

30. In the World Press Freedom Index, 2018, India is placed at

(a) 135th

(b) 136th

(c) 138th

(d) 137th

26. यदि $2x+\frac{2}{x}=3$ हो, तो $x^3+\frac{1}{x^3}+2$ का मान है

(a) $\frac{3}{8}$

(b) $\frac{19}{8}$

(c) $\frac{21}{8}$

(d) $\frac{7}{8}$

27. यदि द्विघाती समीकरण $2x^2+px+4=0$ का एक मूल 2 है, तो इसका दूसरा मूल है

(a) −2

(b) −1

(c) +1

(d) +2

28. मई 2018 में किस राज्य में सैन्य अभ्यास 'विजय प्रहार' सम्पन्न हुआ?

(a) महाराष्ट्र

(b) गुजरात

(c) राजस्थान

(d) मध्य प्रदेश

29. राष्ट्रमंडल खेल, 2018 में बैडमिन्टन का महिला एकल खिताब किसने जीता है?

(a) साइना नेहवाल

(b) पी० वी० सिन्धू

(c) के० गिलमौर

(d) मिशेल ली

30. विश्व प्रेस स्वतंत्रता सूचकांक, 2018 में भारत का स्थान है

(a) 135वाँ

(b) 136वाँ

(c) 138वाँ

(d) 137वाँ

PART–II : PHYSICAL EDUCATION / भाग–II : शारीरिक शिक्षा

31. For participation in 776 BC Olympic Games, participants had to practice for one month under the games expert was called

(a) hellanodikard
(b) paidonomus
(c) paidotribe
(d) spharistes

32. Arrange the following 'Awards' in chronological order :

1. Rajiv Gandhi Khel Ratna Award
2. Arjuna Award
3. Maulana Abul Kalam Azad Trophy
4. Dronacharya Award

Codes :

(a) 3, 2, 4, 1
(b) 1, 3, 2, 4
(c) 4, 1, 3, 2
(d) 3, 2, 1, 4

33. 'Ever forward' is the motto of

(a) Asian Games
(b) Olympic Games
(c) Commonwealth Games
(d) Afro-Asian Games

34. In which year were First Winter Olympic Games held?

(a) 1922
(b) 1924
(c) 1928
(d) 1948

35. How many gold did Jasse Owens get in 1936 Berlin Olympic Games?

(a) One
(b) Two
(c) Three
(d) Four

31. 776 ई० पू० ओलम्पिक खेलों में भाग लेने के लिए किस खेल विशेषज्ञ के अधीन प्रतिभागियों को एक महीने का अभ्यास करना पड़ता था?

(a) हेलेनोडिकार्ड
(b) पेडोनोमस
(c) पेडोट्राइब
(d) स्फेरिस्टिस

32. निम्नलिखित 'पुरस्कारों' को कालक्रम के अनुसार क्रमबद्ध कीजिए :

1. राजीव गाँधी खेल रत्न पुरस्कार
2. अर्जुन पुरस्कार
3. मौलाना अबुल कलाम आज़ाद ट्रॉफी
4. द्रोणाचार्य पुरस्कार

कूट :

(a) 3, 2, 4, 1
(b) 1, 3, 2, 4
(c) 4, 1, 3, 2
(d) 3, 2, 1, 4

33. 'निरंतर प्रगतिशील' आदर्श-वाक्य है

(a) एशियाई खेलों का
(b) ओलम्पिक खेलों का
(c) कॉमनवेल्थ खेलों का
(d) ऐफ्रो-एशियाई खेलों का

34. प्रथम शीतकालीन ओलम्पिक खेल किस वर्ष प्रारम्भ किए गए थे?

(a) 1922
(b) 1924
(c) 1928
(d) 1948

35. 1936 बर्लिन ओलम्पिक खेलों में जेसी ओवेन्स ने कितने स्वर्ण-पदक प्राप्त किए थे?

(a) एक
(b) दो
(c) तीन
(d) चार

36. When did Kaul Kapoor Committee start their work?

(a) 1900

(b) 1908

(c) 1960

(d) None of the above

37. Psychology is the study of

(a) human posture

(b) human behaviour

(c) human performance

(d) human relations

38. "Having learnt the forehand drive in tennis, the action is then modified to the forehand with top spin." This type of transfer of training is an example of

(a) positive transfer

(b) negative transfer

(c) retroactive transfer

(d) proactive transfer

39. How many types of law of learning were propounded by Thorndike on the basis of experiments?

(a) 2

(b) 3

(c) 5

(d) 7

40. Which type of personality is ***not*** competitive by nature?

(a) Type 'A' personality

(b) Type 'B' personality

(c) Type 'C' personality

(d) Type 'D' personality

41. "Sports psychology is the study of the application of psychological principles to sports and physical activity at all levels of skill improvement." Who said this?

(a) Clark and Clark

(b) Brown and Makoney

(c) K. M. Burns

(d) John Lauther

36. कौल कपूर कमेटी ने अपना कार्य कब शुरू किया?

(a) 1900

(b) 1908

(c) 1960

(d) उपर्युक्त में से कोई नहीं

37. मनोविज्ञान अध्ययन है

(a) मानव मुद्रा का

(b) मानव व्यवहार का

(c) मानव प्रदर्शन का

(d) मानव सम्बन्धों का

38. ''टेनिस में फोरहैन्ड ड्राइव सीखने पर क्रिया, टॉप स्पिन सहित फोरहैन्ड में रूपांतरित हो जाती है।'' इस प्रकार के प्रशिक्षण का स्थानान्तरण किसका उदाहरण है?

(a) सकारात्मक स्थानांतरण

(b) नकारात्मक स्थानांतरण

(c) पूर्वप्रभावी स्थानांतरण

(d) पश्चप्रभावी स्थानांतरण

39. थॉर्नडाइक ने परीक्षणों के आधार पर कितने प्रकार के सीखने के नियमों का प्रतिपादन किया था?

(a) 2

(b) 3

(c) 5

(d) 7

40. किस प्रकार का व्यक्तित्व स्वभाव से स्पर्द्धाशील नहीं होता है?

(a) टाइप 'A' व्यक्तित्व

(b) टाइप 'B' व्यक्तित्व

(c) टाइप 'C' व्यक्तित्व

(d) टाइप 'D' व्यक्तित्व

41. ''खेल मनोविज्ञान, मनोवैज्ञानिक सिद्धान्तों के, कौशलों की बढ़ोतरी के सभी स्तरों पर खेलों तथा शारीरिक क्रियाओं में लागू होने का अध्ययन है।'' यह कथन है

(a) क्लार्क और क्लार्क का

(b) ब्राउन और मैकोनी का

(c) के० एम० बर्न्स का

(d) जॉन लाउथर का

42. Mueller Anderson playback method is an example of which type of tournament?

(a) Knockout

(b) League

(c) Combination

(d) Challenge

43. Depending on the chemical organization, carbohydrates are divided in how many categories?

(a) 1

(b) 2

(c) 3

(d) 4

44. About 99% of the mass of each individual is constituted by six elements, i.e., carbon, oxygen, hydrogen,

(a) nitrogen, phosphorus and calcium

(b) phosphorus, potassium and sodium

(c) calcium, sulfur and copper

(d) nitrogen, phosphorus and iodine

45. Which is the compulsory amino acid for the body?

(a) Glycine

(b) Tyrocine

(c) Lysine

(d) Serine

46. Which substance helps to balance the body?

(a) Endolymph

(b) Perilymph

(c) Cochlea

(d) Mastoid bone

47. Which salt is most found in bone?

(a) Magnesium chloride

(b) Calcium phosphate

(c) Sodium chloride

(d) Calcium carbonate

42. मुलर ऐण्डर्सन प्लेबैक मेथड किस प्रकार के टूर्नामेन्ट का उदाहरण है?

(a) नॉकआउट

(b) लीग

(c) कम्बीनेशन

(d) चैलेन्ज

43. रासायनिक संगठन के आधार पर, कार्बोहाइड्रेट्स को कितनी श्रेणियों में बाँटा गया है?

(a) 1

(b) 2

(c) 3

(d) 4

44. प्रत्येक व्यक्ति की संहति का लगभग 99% छः तत्त्वों से बना होता है, अर्थात्—कार्बन, ऑक्सीजन, हाइड्रोजन,

(a) नाइट्रोजन, फॉस्फोरस और कैल्सियम

(b) फॉस्फोरस, पोटैशियम और सोडियम

(c) कैल्सियम, सल्फर और ताम्र

(d) नाइट्रोजन, फॉस्फोरस और आयोडिन

45. शरीर के लिए अनिवार्य अमीनो अम्ल कौन-सा है?

(a) ग्लाइसीन

(b) टाइरोसीन

(c) लाइसीन

(d) सेरीन

46. कौन-सा पदार्थ शरीर का संतुलन बनाने में मदद करता है?

(a) एण्डोलिम्फ

(b) पेरिलिम्फ

(c) कॉक्लिअ

(d) मैस्टॉयड बोन

47. अस्थि में कौन-सा लवण सबसे अधिक पाया जाता है?

(a) मैग्नीशियम क्लोराइड

(b) कैल्सियम फॉस्फेट

(c) सोडियम क्लोराइड

(d) कैल्सियम कार्बोनेट

48. Which cell organ of the human body is known by the name of 'traffic police'?

(a) Protoplasm

(b) Cytoplasm

(c) Lysosome

(d) Golgi bodies

49. Ciliac disease is caused by the lack of

(a) vitamin A

(b) vitamin C

(c) vitamin D

(d) vitamin E

50. What type of protein is found in the egg?

(a) Prolamin

(b) Glutelin

(c) Globulin

(d) Casein

51. The teachers of Physical Education must have knowledge of which factor when they teach any activity related to motion?

(a) The production of force

(b) The application of force

(c) The absorption of force

(d) All of the above

52. Hamstring curl is an example of

(a) class I lever

(b) class II lever

(c) class III lever

(d) All of the above

53. 'Raising an opponent in wrestling' is an example of Newton's which law of motion?

(a) Law of inertia

(b) Law of acceleration

(c) Law of reaction

(d) None of the above

48. मानव शरीर के किस कोशिकांग को 'ट्रैफिक पुलिस' के नाम से जाना जाता है?

(a) जीवद्रव्य

(b) कोशिकाद्रव्य

(c) लाइसोसोम

(d) गॉल्जी काय

49. सिलियक रोग किस विटामिन की कमी से होता है?

(a) विटामिन A

(b) विटामिन C

(c) विटामिन D

(d) विटामिन E

50. अण्डे में किस प्रकार का प्रोटीन पाया जाता है?

(a) प्रोलैमिन

(b) ग्लुटेलिन

(c) ग्लोब्युलिन

(d) केसीन

51. शारीरिक शिक्षा के अध्यापकों को, जब वे गति से सम्बन्धित किसी क्रिया का शिक्षण कराते हैं, किस कारक का ज्ञान होना चाहिए?

(a) शक्ति का उत्पन्न होना

(b) शक्ति का प्रयोग

(c) शक्ति का अवशोषण

(d) उपर्युक्त सभी

52. 'हैमस्ट्रिंग कर्ल' किस लीवर का उदाहरण है?

(a) प्रथम प्रकार का लीवर

(b) द्वितीय प्रकार का लीवर

(c) तृतीय प्रकार का लीवर

(d) उपर्युक्त सभी

53. 'कुश्ती में विरोधी को ऊपर उठाना' न्यूटन के किस गति-नियम का उदाहरण है?

(a) जड़ता का नियम

(b) त्वरण का नियम

(c) प्रतिक्रिया का नियम

(d) उपर्युक्त में से कोई नहीं

54. Swimmers lose body heat to water through the process of

(a) evaporation
(b) convection
(c) conduction
(d) radiation

55. What is called swelling around synovial fluid of joint?

(a) Sprain
(b) Strain
(c) Cramp
(d) Synovitis

56. 'Effleurage technique' of massage is

(a) stroking manipulation
(b) pressure manipulation
(c) percussion manipulation
(d) shaking manipulation

57. Which Asana is important for memory improvement?

(a) Vajrasana
(b) Chakrasana
(c) Dhanurasana
(d) Padmasana

58. At what distance is the 5th stagger from the starting line for 200 meter sprint of standard track?

(a) 11·19 meter
(b) 15·02 meter
(c) 18·86 meter
(d) 22·65 meter

59. Temperature of water in swimming pool should be

(a) 23 °C
(b) 24 °C
(c) 25 °C
(d) 30 °C

60. In which Olympic Games was rhythmic gymnastics added?

(a) 1968 Mexico
(b) 1972 Munich
(c) 1980 Moscow
(d) 1984 Los Angeles

54. तैराक शरीर की उष्मा को पानी में किस प्रक्रिया के तहत छोड़ते हैं?

(a) वाष्पीकरण
(b) संवहन
(c) चालन
(d) विकिरण

55. संधि के साइनोवियल नामक तरल पदार्थ वाले स्थान के पास सूजन आ जाए, तो उसे क्या कहते हैं?

(a) स्प्रेन
(b) स्ट्रेन
(c) क्रैम्प
(d) साइनोवाइटिस

56. मालिश की 'एफ़्ल्युरेज तकनीक' है

(a) सहलाना हस्तकौशल विधि
(b) दबाव हस्तकौशल विधि
(c) थपथपाना हस्तकौशल विधि
(d) झकझोरना हस्तकौशल विधि

57. स्मरण शक्ति बढ़ाने हेतु कौन-सा आसन महत्त्वपूर्ण है?

(a) वज्रासन
(b) चक्रासन
(c) धनुरासन
(d) पद्मासन

58. मानक धावन-पथ में 200 मीटर स्प्रिन्ट के लिए 5वाँ स्टैगर शुरुआती लाइन से कितनी दूरी पर लगाया जाता है?

(a) 11·19 मीटर
(b) 15·02 मीटर
(c) 18·86 मीटर
(d) 22·65 मीटर

59. तैराकी के तालाब के पानी का तापमान होना चाहिए

(a) 23 °C
(b) 24 °C
(c) 25 °C
(d) 30 °C

60. किस ओलम्पिक खेल में रिद्मिक जिम्नैस्टिक्स को शामिल किया गया था?

(a) 1968 मेक्सिको
(b) 1972 म्यूनिक
(c) 1980 मॉस्को
(d) 1984 लॉस ऐंजेलेस

61. The component of physical fitness is

(a) strength
(b) speed
(c) flexibility
(d) All of the above

62. The period of meso cycle training is

(a) 3 to 12 months
(b) 3 to 12 weeks
(c) 3 to 6 weeks
(d) 3 to 6 months

63. Flexibility test is

(a) ruller drop test
(b) medicine ball throw
(c) tiechy test
(d) None of the above

64. The full form of AAHPERD is

(a) American Alliance for Health, Physical Education, Recreation and Dance
(b) Alliance of American for Health, Physical Education, Recreation and Dance
(c) American Alliance for Health, Physical Education, Recreation and Drama
(d) Alliance of American for Health, Physical Education, Recreation and Drama

65. Harvard step test was developed by

(a) Wells and Dillon
(b) Rikli and Jones
(c) Perrine
(d) Brouha and others

66. Speed can be best measured by

(a) 100 meter sprint
(b) 80 meter sprint
(c) 80 yard sprint
(d) 50 yard sprint

61. शारीरिक पुष्टि का अंग है

(a) शक्ति
(b) गति
(c) लचक
(d) उपर्युक्त सभी

62. मेसो चक्र प्रशिक्षण की अवधि है

(a) 3 से 12 माह
(b) 3 से 12 सप्ताह
(c) 3 से 6 सप्ताह
(d) 3 से 6 माह

63. लचक की माप हेतु किया जाने वाला परीक्षण है

(a) रूलर ड्रॉप टेस्ट
(b) मेडिसिन बॉल थ्रो
(c) टीची टेस्ट
(d) उपर्युक्त में से कोई नहीं

64. AAHPERD का पूरा नाम है

(a) अमेरिकन एलायन्स फॉर हेल्थ, फिज़िकल एजुकेशन, रिक्रिएशन ऐण्ड डान्स
(b) एलायन्स ऑफ अमेरिकन फॉर हेल्थ, फिज़िकल एजुकेशन, रिक्रिएशन ऐण्ड डान्स
(c) अमेरिकन एलायन्स फॉर हेल्थ, फिज़िकल एजुकेशन, रिक्रिएशन ऐण्ड ड्रामा
(d) एलायन्स ऑफ अमेरिकन फॉर हेल्थ, फिज़िकल एजुकेशन, रिक्रिएशन ऐण्ड ड्रामा

65. हार्वर्ड स्टेप परीक्षण विकसित किया गया था

(a) वेल्स तथा डिल्लन द्वारा
(b) रिकली तथा जोन्स द्वारा
(c) पेरीन द्वारा
(d) ब्रोहा तथा अन्य द्वारा

66. गति मापन सर्वोत्तम रूप से किया जा सकता है

(a) 100 मीटर तेज दौड़ द्वारा
(b) 80 मीटर तेज दौड़ द्वारा
(c) 80 गज तेज दौड़ द्वारा
(d) 50 गज तेज दौड़ द्वारा

67. Which of the following is ***not*** related to periodization in sports training?

(a) Macro cycle

(b) Meso cycle

(c) Myo cycle

(d) Micro cycle

68. Polymetric training is used for developing

(a) explosive strength

(b) static flexibility

(c) coordinative ability

(d) long endurance

69. Which of the following measures cardio-vascular endurance?

(a) Tuttle pulse ratio test

(b) Harvard step test

(c) Run-walk test

(d) All of the above

70. In which year Ancient Olympic Games were banned?

(a) 396 AD

(b) 394 AD

(c) 776 AD

(d) 334 AD

71. In Olympic motto the meaning of 'fortius' is

(a) higher

(b) faster

(c) stronger

(d) lighter

72. Which of the following is ***not*** a law of learning?

(a) Law of readiness

(b) Law of effect

(c) Law of reaction

(d) Law of exercise

67. खेल प्रशिक्षण में समयबद्धता से निम्न में से कौन-सा सम्बन्धित **नहीं** है?

(a) मैक्रो साइकिल

(b) मेसो साइकिल

(c) मायो साइकिल

(d) माइक्रो साइकिल

68. पॉलीमेट्रिक ट्रेनिंग किसको विकसित करने के लिए प्रयोग किया जाता है?

(a) विस्फोटक शक्ति

(b) स्थिर लचीलापन

(c) सामन्जस्य योग्यता

(d) लम्बी सहनशीलता

69. निम्नलिखित में से कौन-सा परीक्षण हृद्वाहिका सहिष्णु क्षमता का मापन करता है?

(a) टटल पल्स अनुपात परीक्षण

(b) हार्वर्ड स्टेप परीक्षण

(c) रन-वॉक परीक्षण

(d) उपर्युक्त सभी

70. प्राचीन ओलम्पिक खेलों को किस वर्ष प्रतिबन्धित कर दिया गया?

(a) 396 AD

(b) 394 AD

(c) 776 AD

(d) 334 AD

71. ओलम्पिक के आदर्श-वाक्य में 'फोर्टियस' का अर्थ है

(a) ऊँचा

(b) तेज

(c) शक्तिशाली

(d) हलका

72. निम्नलिखित में से कौन-सा सीखने का नियम **नहीं** है?

(a) तैयारी का नियम

(b) प्रभाव का नियम

(c) प्रतिक्रिया का नियम

(d) अभ्यास का नियम

73. Which of the following is ***not*** correctly matched?

	List–I		*List–II*
(a)	Surplus Energy Theory	—	Carlgroos
(b)	Cathartic Theory	—	Aristotle
(c)	Recapitulatory Theory	—	G. Stanley Hall
(d)	Instinct Practice Theory	—	McDougall

74. Endomorph is characterized by

(a) thin and lethargic

(b) flabby and fat

(c) muscular and athletic

(d) All of the above

75. Theory of insight learning was propounded by

(a) Thorndike

(b) Pavlov

(c) Kohler

(d) Cattell

76. How many matches will be played in a single-league tournament, when 8 teams are participating?

(a) 16

(b) 32

(c) 28

(d) 56

77. Which of the following is ***not*** correctly matched :

	List–I		*List–II*
(a)	Osteology	—	Bones
(b)	Arthrology	—	Joints
(c)	Myology	—	Muscles
(d)	Neurology	—	Internal organs

78. Volume of air remaining in the lungs at the end of maximal expiration is known as

(a) tidal volume

(b) expiratory reserve volume

(c) residual volume

(d) inspiratory reserve volume

73. निम्नलिखित में से कौन-सा सुमेलित **नहीं** है?

	सूची–I		**सूची–II**
(a)	सरप्लस एनर्जी थ्योरी	—	कार्लग्रूस
(b)	केथार्टिक थ्योरी	—	अरस्तू
(c)	रीकैपीच्युलेटरी थ्योरी	—	जी० स्टैनूली हॉल
(d)	इन्सटिंक्ट प्रैक्टिस थ्योरी	—	मैक्डुगल

74. एण्डोमॉर्फ की विशेषता है

(a) पतला एवं आलसपन

(b) शिथिल एवं वसा

(c) मांसपेशीय एवं एथ्लेटिक

(d) उपर्युक्त सभी

75. अधिगम के अन्तर्दृष्टि सिद्धान्त का प्रतिपादन किया था

(a) थॉर्नडाइक ने

(b) पैवलव ने

(c) कोहलर ने

(d) कैटल ने

76. यदि किसी सिंगल-लीग प्रतियोगिता में 8 टीमें भाग ले रही हैं, तो कितने मैच खेले जायेंगे?

(a) 16

(b) 32

(c) 28

(d) 56

77. निम्नलिखित में से कौन-सा सुमेलित **नहीं** है?

	सूची–I		**सूची–II**
(a)	ऑस्टियोलॉजी	—	हड्डियाँ
(b)	आर्थ्रोलॉजी	—	संधियाँ
(c)	मायोलॉजी	—	पेशियाँ
(d)	न्युरोलॉजी	—	अन्तःअवयव

78. अधिक से अधिक श्वास बाहर निकलने के उपरान्त फेफड़ों में बची हुई वायु की मात्रा को कहते हैं

(a) टाइडल वॉल्यूम

(b) एक्सपीरेटरी रिज़र्व वॉल्यूम

(c) रेसीड्युअल वॉल्यूम

(d) इन्सपायरेटरी रिज़र्व वॉल्यूम

79. Which of the following is 'ball and socket' joint?

(a) Elbow joint

(b) Shoulder joint

(c) Wrist joint

(d) Knee joint

80. What will be the number of rounds in a cyclic method where 17 teams are participating in a single-league tournament?

(a) 15

(b) 16

(c) 18

(d) None of the above

81. When a group of people comes together to work for a common cause, it is called

(a) management

(b) administration

(c) organization

(d) None of the above

82. Who developed the administrative theory of management?

(a) Henry Fayol

(b) F. W. Taylor

(c) Max Weber

(d) Elton Mayo

83. The causative agent for syphilis is

(a) *Treponema pallidum*

(b) *Treponema sulphium*

(c) *Bacterium ribinoporium*

(d) *Multiporium derma*

84. Each gram of fats supplies how many calories to the body?

(a) 12 kcal

(b) 4 kcal

(c) 9 kcal

(d) 3·2 kcal

79. निम्नलिखित में से कौन-सी 'बॉल ऐण्ड सॉकेट' संधि है?

(a) कुहनी की संधि

(b) कन्धे की संधि

(c) कलाई की संधि

(d) घुटने की संधि

80. एक सिंगल-लीग प्रतियोगिता में 17 टीमें भाग ले रही हैं, तो साइक्लिक विधि में चक्रों की संख्या क्या होगी?

(a) 15

(b) 16

(c) 18

(d) उपर्युक्त में से कोई नहीं

81. जब कुछ व्यक्तियों का समूह एकसाथ किसी सार्वजनिक कार्य के उद्देश्य से जुड़ते हैं, तो उसे कहते हैं

(a) प्रबन्धन

(b) प्रशासन

(c) संगठन

(d) उपर्युक्त में से कोई नहीं

82. प्रबन्धन के प्रशासकीय सिद्धान्त को किसने विकसित किया?

(a) हेनरी फेयॉल

(b) एफ० डब्लु० टेलर

(c) मैक्स वेबर

(d) एल्टन मायो

83. सिफिलिस के लिए कारक अभिकर्मक है

(a) *ट्रेपोनेमा पैलिडियम*

(b) *ट्रेपोनेमा सल्फियम*

(c) *बैक्टिरियम रिबिनोपोरियम*

(d) *मल्टीपोरियम डर्मा*

84. वसा का प्रति ग्राम, शरीर को कितनी कैलोरी प्रदान करता है?

(a) 12 kcal

(b) 4 kcal

(c) 9 kcal

(d) 3·2 kcal

85. Which of the following is ***not*** correctly matched?

	List–I		*List–II*
(a)	Vitamin D	—	Sunlight
(b)	Vitamin B_1	—	Thiamin
(c)	Vitamin B_2	—	Riboflavin
(d)	Vitamin B_3	—	Rickets

86. When was Indian Red Cross Society established?

(a) 1921

(b) 1931

(c) 1920

(d) 1940

87. Metabolism is related with which system?

(a) Blood circulatory system

(b) Skeletal system

(c) Respiratory system

(d) Digestive system

88. Which is called anti-ricketic vitamin?

(a) Vitamin A

(b) Vitamin D

(c) Vitamin C

(d) Vitamin K

89. During exercise, muscles contraction can be avoided by the consumption of

(a) low-fat calcium diet

(b) potassium-rich food

(c) B-complex vitamins and water

(d) All of the above

90. 'Burner' injury in football players is commonly known as

(a) bursities

(b) strain

(c) stinger

(d) cramp

85. निम्नलिखित में से कौन-सा सुमेलित **नहीं** है?

	सूची–I		**सूची–II**
(a)	विटामिन D	—	सनलाइट
(b)	विटामिन B_1	—	थाइमिन
(c)	विटामिन B_2	—	राइबोफ्लेविन
(d)	विटामिन B_3	—	रिकेट्स

86. भारतीय रेड क्रॉस सोसाइटी की स्थापना कब हुई थी?

(a) 1921

(b) 1931

(c) 1920

(d) 1940

87. मेटाबोलिज़्म का सम्बन्ध किस तन्त्र से है?

(a) रक्त परिसंचरण तन्त्र

(b) कंकाल तन्त्र

(c) श्वसन तन्त्र

(d) पाचन तन्त्र

88. ऐण्टी-रिकेटिक विटामिन किसे कहते हैं?

(a) विटामिन A

(b) विटामिन D

(c) विटामिन C

(d) विटामिन K

89. व्यायाम के दौरान मांसपेशियों की सिकुड़न को किसके उपभोग द्वारा रोका जा सकता है?

(a) कम वसा वाला कैल्सियम युक्त आहार

(b) पोटैशियम युक्त भोजन

(c) बी-कॉम्प्लेक्स विटामिन एवं जल

(d) उपर्युक्त सभी

90. फुटबॉल खिलाड़ियों को लगने वाली 'बर्नर' चोट को सामान्यतः _____ नाम से जाना जाता है।

(a) बरसाइटिस

(b) स्ट्रेन

(c) स्टिंगर

(d) क्रैम्प

91. In which Olympic Games was doping test started?

(a) 1936 Berlin

(b) 1968 Mexico

(c) 1900 Paris

(d) 1924 Paris

92. Applying alternate cold and hot water in injured body part is called

(a) electrotherapy

(b) cryotherapy

(c) hydrotherapy

(d) contrast bath

93. With reference to 'hinge joint', which of the following movements is/are correct?

1. Abduction
2. Adduction

(a) 1 only

(b) 2 only

(c) Both 1 and 2

(d) Neither 1 nor 2

94. With reference to second type of lever, which of the following statements is/are correct?

1. Resistance is located between fulcrum and force.
2. Force is located between fulcrum and resistance.

(a) 1 only

(b) 2 only

(c) Both 1 and 2

(d) Neither 1 nor 2

91. किस ओलम्पिक खेल में डोपिंग टेस्ट शुरू किया गया था?

(a) 1936 बर्लिन

(b) 1968 मेक्सिको

(c) 1900 पेरिस

(d) 1924 पेरिस

92. ठण्डे एवं गर्म जल को बारी-बारी से शारीरिक चोट पर उपयोग करने को कहते हैं

(a) इलेक्ट्रोथेरैपी

(b) क्रायोथेरैपी

(c) हाइड्रोथेरैपी

(d) कॉन्ट्रास्ट बाथ

93. 'कोर-संधि (हिंज ज्वाइन्ट)' के परिप्रेक्ष्य में, निम्नलिखित में से कौन-सी गति/गतियाँ सही है/हैं?

1. अपवर्तन
2. अभिवर्तन

(a) केवल 1

(b) केवल 2

(c) 1 एवं 2 दोनों

(d) न तो 1 और न ही 2

94. द्वितीय प्रकार के लीवर के परिप्रेक्ष्य में, निम्नलिखित में से कौन-सा/से कथन सही है/हैं?

1. आलम्ब (फलक्रम) एवं बल के मध्य प्रतिरोध स्थित रहता है।
2. आलम्ब (फलक्रम) एवं प्रतिरोध के मध्य बल स्थित रहता है।

(a) केवल 1

(b) केवल 2

(c) 1 एवं 2 दोनों

(d) न तो 1 और न ही 2

95. What is the unit of force in FPS?

(a) Poundal

(b) Pound

(c) Newton

(d) Dyne

96. The father of Kinesiology is

(a) Aristotle

(b) Thorndike

(c) Gallon

(d) Henery

97. Protraction and retraction take place in

(a) hip joint

(b) shoulder joint

(c) elbow joint

(d) knee joint

98. 'Hang' technique is related with

(a) high jump

(b) gymnastic

(c) long jump

(d) tennis

99. Match List–I with List–II and select the correct answer using the codes given below the Lists :

	List–I		*List–II*
A.	High jump	1.	Hang style
B.	Long jump	2.	Straddle role
C.	Sprint race	3.	Rear cross step
D.	Javelin throw	4.	Shoulder shrup

Codes :

	A	B	C	D
(a)	2	1	4	3
(b)	2	3	1	4
(c)	3	1	4	2
(d)	1	2	3	4

95. एफ० पी० एस० में बल का मात्रक क्या है?

(a) पाउण्डल

(b) पाउण्ड

(c) न्यूटन

(d) डाइन

96. गतिविज्ञान (काइनेसियोलॉजी) के जनक हैं

(a) अरस्तू

(b) थॉर्नडाइक

(c) गैलन

(d) हेनरी

97. अपाकुंचन (प्रोट्रैक्शन) और आकुंचन (रिट्रैक्शन) होता है

(a) नितम्ब के जोड़ में

(b) कंधे के जोड़ में

(c) कुहनी के जोड़ में

(d) घुटने के जोड़ में

98. 'हैंग' तकनीक किससे सम्बन्धित है?

(a) ऊँची कूद

(b) जिम्नैस्टिक

(c) लम्बी कूद

(d) टेनिस

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

	सूची–I		**सूची–II**
A.	ऊँची कूद	1.	हैंग स्टाइल
B.	लम्बी कूद	2.	स्ट्रैडल रोल
C.	फर्राटा दौड़	3.	रियर क्रॉस स्टेप
D.	भाला फेंक	4.	शोल्डर श्रप

कूट :

	A	B	C	D
(a)	2	1	4	3
(b)	2	3	1	4
(c)	3	1	4	2
(d)	1	2	3	4

100. Which of the following terms is associated with the game of hockey?

(a) Bully

(b) Gully

(c) Fly ball

(d) Rolling ball

101. Which of the following lines is ***not*** related to kabaddi?

(a) End line

(b) Bonus line

(c) Baulk line

(d) Attack line

102. Match List–I with List–II and select the correct answer using the codes given below the Lists :

List–I	*List–II*
A. Libero	1. Badminton
B. Stop board	2. Basketball
C. Let	3. Volleyball
D. Fast break	4. Track and Field

Codes :

	A	B	C	D
(a)	3	1	4	2
(b)	3	4	1	2
(c)	2	1	4	3
(d)	4	3	2	1

103. Which of the following is ***not*** correctly matched?

	List–I		*List–II*
(a)	110 m hurdles	—	Men
(b)	50 km race walk	—	Women
(c)	3000 m steeple-chase	—	Men and women
(d)	Heptathlon	—	Women

100. निम्नलिखित में से कौन-सा शब्द हॉकी के खेल से सम्बन्धित है?

(a) बुली

(b) गली

(c) फ्लाई बॉल

(d) रोलिंग बॉल

101. निम्नलिखित में से कौन-सी लाइन कबड्डी से सम्बन्धित **नहीं** है?

(a) एन्ड लाइन

(b) बोनस लाइन

(c) बॉल्क लाइन

(d) अटैक लाइन

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

सूची–I	**सूची–II**
A. लिबेरो	1. बैडमिन्टन
B. स्टॉप बोर्ड	2. बास्केटबॉल
C. लेट्	3. वॉलीबॉल
D. फास्ट ब्रेक	4. ट्रैक ऐन्ड फील्ड

कूट :

	A	B	C	D
(a)	3	1	4	2
(b)	3	4	1	2
(c)	2	1	4	3
(d)	4	3	2	1

103. निम्नलिखित में से कौन-सा सुमेलित **नहीं** है?

	सूची–I		**सूची–II**
(a)	110 मी॰ हर्डल	—	पुरुष
(b)	50 कि॰ मी॰ रेस वॉक	—	महिला
(c)	3000 मी॰ स्टीपल-चेज़	—	पुरुष एवं महिला
(d)	हेप्टैथ्लॉन	—	महिला

104. Match List–I with List–II and select the correct answer using the codes given below the Lists :

List–I	*List–II*
A. Padmasana	1. The lotus pose
B. Sarvangasana	2. The crocodile pose
C. Makarasana	3. Shoulder stand pose
D. Bhujangasana	4. The cobra pose

Codes :

	A	B	C	D
(a)	3	1	4	2
(b)	4	3	1	2
(c)	1	3	2	4
(d)	2	1	4	3

105. Match List–I with List–II and select the correct answer using the codes given below the Lists :

List–I	*List–II*
A. Central lane (Kho-kho)	1. 75 mm
B. Goal line (Hockey)	2. 30 cm
C. Side line (Football)	3. 7 cm
D. Runway arch (Javelin)	4. 5 inches

Codes :

	A	B	C	D
(a)	4	2	1	3
(b)	2	1	4	3
(c)	1	2	3	4
(d)	3	2	1	4

106. Which of the following lines is related to volleyball?

(a) Bonus line

(b) Baulk line

(c) Attack line

(d) Service line

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

सूची–I	**सूची–II**
A. पद्मासन	1. लोटस मुद्रा
B. सर्वांगासन	2. मगरमच्छ मुद्रा
C. मकरासन	3. शोल्डर स्टैन्ड मुद्रा
D. भुजंगासन	4. कोबरा मुद्रा

कूट :

	A	B	C	D
(a)	3	1	4	2
(b)	4	3	1	2
(c)	1	3	2	4
(d)	2	1	4	3

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

सूची–I	**सूची–II**
A. मध्य गली (खो-खो)	1. 75 mm
B. गोल लाइन (हॉकी)	2. 30 cm
C. साइड लाइन (फुटबॉल)	3. 7 cm
D. रनवे आर्च (जैवलिन)	4. 5 inches

कूट :

	A	B	C	D
(a)	4	2	1	3
(b)	2	1	4	3
(c)	1	2	3	4
(d)	3	2	1	4

106. निम्नलिखित में से कौन-सी लाइन वॉलीबॉल से सम्बन्धित है?

(a) बोनस लाइन

(b) बॉल्क लाइन

(c) अटैक लाइन

(d) सर्विस लाइन

107. The total weight of the shuttle cock is

(a) 4·65 gm–4·47 gm

(b) 4·55 gm–4·65 gm

(c) 4·67 gm–4·74 gm

(d) 4·75 gm–5·50 gm

108. Match List–I with List–II and select the correct answer using the codes given below the Lists :

	List–I		*List–II*
A.	Lobby (Kabaddi)	1.	0·46 m
B.	Runway (Long jump)	2.	1·00 m
C.	Runway (Javelin throw)	3.	1·22 m
D.	Side gallery (Badminton)	4.	4·00 m

Codes :

	A	B	C	D
(a)	1	2	3	4
(b)	2	3	4	1
(c)	2	1	4	3
(d)	3	1	2	4

109. The measurement of floor exercise mat in gymnastic is

(a) 10×10 meter

(b) 12×10 meter

(c) 12×12 meter

(d) 10×12 meter

110. The total length and breadth of lawn tennis court (singles) is

(a) 76×25 feet

(b) 78×27 feet

(c) 77×26 feet

(d) 79×28 feet

107. शटल कॉक का कुल वजन होता है

(a) 4·65 gm–4·47 gm

(b) 4·55 gm–4·65 gm

(c) 4·67 gm–4·74 gm

(d) 4·75 gm–5·50 gm

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

	सूची–I		**सूची–II**
A.	लॉबी (कबड्डी)	1.	0·46 m
B.	रनवे (लम्बी कूद)	2.	1·00 m
C.	रनवे (जैवलिन थ्रो)	3.	1·22 m
D.	साइड गैलरी (बैडमिन्टन)	4.	4·00 m

कूट :

	A	B	C	D
(a)	1	2	3	4
(b)	2	3	4	1
(c)	2	1	4	3
(d)	3	1	2	4

109. जिम्नैस्टिक में फ्लोर व्यायाम मैट की माप होती है

(a) 10×10 मीटर

(b) 12×10 मीटर

(c) 12×12 मीटर

(d) 10×12 मीटर

110. लॉन टेनिस कोर्ट (एकल) की कुल लम्बाई तथा चौड़ाई होती है

(a) 76×25 फीट

(b) 78×27 फीट

(c) 77×26 फीट

(d) 79×28 फीट

111. What is the length of neutral zone in basketball?

(a) 30 cm

(b) 40 cm

(c) 35 cm

(d) 45 cm

112. In how many groups did Spencer divide personality?

(a) 7

(b) 6

(c) 3

(d) 4

113. Which of the following organs is covered by 'pleura'?

(a) Heart

(b) Kidney

(c) Abdomen

(d) Lung

114. Which of the following is ***not*** correctly matched?

	List–I		*List–II*
(a)	Sesamoid bone	—	Patella
(b)	Short bone	—	Carpal
(c)	Flat bone	—	Scapula
(d)	Irregular bone	—	Tarsal

115. Which of the following anatomical terms is ***not*** correctly matched?

	List–I		*List–II*
(a)	Anterior	—	Front
(b)	Lateral	—	Outside
(c)	Prone	—	Face down
(d)	Medial	—	Face up

116. The control system of body reflexes lies in the

(a) spinal cord

(b) cerebral cortex

(c) medulla oblongata

(d) pons

111. बास्केटबॉल में न्यूट्रल ज़ोन की लम्बाई कितनी होती है?

(a) 30 cm

(b) 40 cm

(c) 35 cm

(d) 45 cm

112. स्पेंसर ने व्यक्तित्व को कितने वर्गों में बाँटा?

(a) 7

(b) 6

(c) 3

(d) 4

113. निम्नलिखित में से कौन-सा अंग 'प्लुरा' द्वारा ढँका रहता है?

(a) हृदय

(b) गुर्दा

(c) उदर

(d) फेफड़ा

114. निम्नलिखित में से कौन-सा सुमेलित **नहीं** है?

	सूची–I		**सूची–II**
(a)	सिसामॉइड बोन	—	पटेला
(b)	शॉर्ट बोन	—	कार्पल
(c)	फ्लैट बोन	—	स्कैपुला
(d)	इरेगुलर बोन	—	टार्सल

115. निम्नलिखित में से कौन-सा शरीररचना सम्बन्धी शब्द सुमेलित **नहीं** है?

	सूची–I		**सूची–II**
(a)	ऐन्टिरियर	—	सामने
(b)	लैटेरल	—	बाहर की ओर
(c)	प्रोन	—	चेहरा नीचे
(d)	मेडियल	—	चेहरा ऊपर

116. शरीर की प्रतिवर्ती क्रिया का नियन्त्रण केन्द्र होता है

(a) स्पाइनल कॉर्ड

(b) सेरेब्रल कॉर्टेक्स

(c) मेडुला ऑब्लांगेटा

(d) पोन्स

117. The valve situated between right auricle and right ventricle is known as

(a) pulmonary valve
(b) aortic valve
(c) tricuspid valve
(d) mitral valve

118. Cardiorespiratory efficiency is best measured through

(a) Indiana Motor Fitness test
(b) Harward Step test
(c) John-Methany test
(d) J. C. R. test

119. Purpose of the test is measured through

(a) reliability
(b) validity
(c) objectivity
(d) split-half method

120. Vertical jump to measure strength is also known as

(a) high jump
(b) broad jump
(c) two-leg jump
(d) sargent jump

121. Kraus-Weber test measures

(a) minimum muscular strength
(b) absolute muscular strength
(c) maximum muscular strength
(d) relative muscular strength

122. How many periods come under periodization?

(a) 2
(b) 3
(c) 5
(d) 6

123. In how many types can coordinative abilities be classified?

(a) 4
(b) 5
(c) 7
(d) 3

117. दायें आलिन्द एवं दायें निलय के मध्य स्थित कपाट कहलाता है

(a) पल्मोनरी वाल्व
(b) एओर्टिक वाल्व
(c) ट्राइकस्पिड वाल्व
(d) मिट्रल वाल्व

118. हृदय-श्वसन क्षमता सबसे उत्तम किससे मापी जाती है?

(a) इंडियाना मोटर फिट्नेस टेस्ट
(b) हार्वर्ड स्टेप टेस्ट
(c) जॉन-मेथैनी टेस्ट
(d) जे० सी० आर० टेस्ट

119. परीक्षण का प्रयोजन किसके माध्यम से मापा जाता है?

(a) विश्वसनीयता
(b) वैधता
(c) वस्तुपरकता
(d) स्प्लिट-हाफ पद्धति

120. लम्बवत् कूद द्वारा शक्ति मापने को और किस रूप में भी जाना जाता है?

(a) ऊँची कूद
(b) लम्बी कूद
(c) द्विपाद कूद
(d) सार्जेन्ट कूद

121. क्राउस-वेबर टेस्ट मापता है

(a) न्यूनतम मांसपेशीय शक्ति
(b) सम्पूर्ण मांसपेशीय शक्ति
(c) अधिकतम मांसपेशीय शक्ति
(d) सापेक्षिक मांसपेशीय शक्ति

122. अवधिकालीनता के अन्तर्गत कितने काल आते हैं?

(a) 2
(b) 3
(c) 5
(d) 6

123. समन्वयी योग्यताओं को कितने प्रकारों में वर्गीकृत किया जा सकता है?

(a) 4
(b) 5
(c) 7
(d) 3

124. In extensive interval method the intensity is

(a) 60–80%

(b) 80–90%

(c) 30–40%

(d) 40–70%

125. Sports performance is the bioproduct of

(a) skill

(b) conditional ability

(c) total personality

(d) tactical ability

126. The benefits of competitive sports

(a) help to realize sports performance of players

(b) help to know weakness of players

(c) help to develop technical skill of players

(d) All of the above

127. Which is the first thing used in contrast bath?

(a) Hot water

(b) Hot and cold water

(c) Cold water

(d) Lukewarm water

128. Kyphosis is also known as

(a) round shoulder

(b) lateral back

(c) hollow back

(d) curved back

129. Pre-event massage is given before _____ hours of competition.

(a) 8–12

(b) 12–24

(c) 1–3

(d) 36–48

124. विस्तृत अंतराल विधि में तीव्रता होती है

(a) 60–80%

(b) 80–90%

(c) 30–40%

(d) 40–70%

125. खेल प्रदर्शन परिणाम है

(a) कौशल का

(b) अभ्यस्तता योग्यता का

(c) सम्पूर्ण व्यक्तित्व का

(d) युक्तिक योग्यता का

126. प्रतियोगी खेलों से प्राप्त लाभ

(a) खिलाड़ियों के खेल प्रदर्शन को जानने में सहायक होते हैं

(b) खिलाड़ियों की कमजोरी को जानने में सहायक होते हैं

(c) खिलाड़ियों के तकनीकी कौशल के विकास में सहायक होते हैं

(d) उपर्युक्त सभी

127. कॉन्ट्रास्ट बाथ में प्रयोग की जाने वाली प्रथम वस्तु क्या है?

(a) गर्म पानी

(b) गर्म व ठण्डा पानी

(c) ठण्डा पानी

(d) गुनगुना पानी

128. कूबड़ को और किस रूप में भी जाना जाता है?

(a) घुमावदार कन्धा

(b) पार्श्व पीठ

(c) पोला पीठ

(d) वक्र पीठ

129. खेल से पहले की मालिश प्रतियोगिता से _____ घंटे पहले दी जाती है।

(a) 8–12

(b) 12–24

(c) 1–3

(d) 36–48

130. Match List–I with List–II and select the correct answer using the codes given below the Lists :

List–I		*List–II*	
A.	Round Robin	1.	Posture
B.	Kyphosis	2.	Bone
C.	Percussion	3.	Tournament
D.	Sternum	4.	Massage

Codes :

	A	B	C	D
(a)	2	4	3	1
(b)	4	3	1	2
(c)	3	1	4	2
(d)	1	2	3	4

131. Physical treatment is addressed by which of the following?

(a) Myotherapy

(b) Biotherapy

(c) Physiotherapy

(d) Ice therapy

132. What was the Mascot of 2003 World Cup Cricket?

(a) Mellow

(b) Stumpy

(c) Geeva

(d) Dazzler

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

सूची–I		सूची–II	
A.	राउन्ड रोबिन	1.	आसन
B.	काइफोसिस	2.	हड्डी
C.	पर्कुशन	3.	प्रतियोगिता
D.	स्टर्नम	4.	मालिश

कूट :

	A	B	C	D
(a)	2	4	3	1
(b)	4	3	1	2
(c)	3	1	4	2
(d)	1	2	3	4

131. शारीरिक उपचार को निम्नलिखित में से किससे सम्बोधित किया जाता है?

(a) मायोथैरेपी

(b) बायोथैरेपी

(c) फिज़ियोथैरेपी

(d) आइस थैरेपी

132. 2003 विश्व कप क्रिकेट का शुभंकर क्या था?

(a) मेलो

(b) स्टम्पी

(c) गीवा

(d) डैज़लर

133. Match List–I with List–II and select the correct answer using the codes given below the Lists :

List–I	List–II
A. Weight of handball (men)	1. 260–280 gm
B. Weight of football	2. 425–475 gm
C. Weight of basketball (women)	3. 510–567 gm
D. Weight of volleyball	4. 410–450 gm

Codes :

	A	B	C	D
(a)	2	4	3	1
(b)	4	3	1	2
(c)	3	4	2	1
(d)	2	4	1	3

134. The total number of field events in decathlon is

(a) 4
(b) 5
(c) 6
(d) 7

135. Alternating possession indicator (arrow) is used in which game?

(a) Hockey
(b) Shooting
(c) Basketball
(d) Volleyball

136. How many medals did India win in Ninth Asian Games?

(a) 13 Gold, 19 Silver, 25 Bronze
(b) 8 Gold, 26 Silver, 32 Bronze
(c) 21 Gold, 20 Silver, 26 Bronze
(d) 2 Gold, 17 Silver, 36 Bronze

137. India participated in Olympic Games for the first time in

(a) 1896
(b) 1900
(c) 1904
(d) 1924

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

सूची–I	सूची–II
A. हैन्डबॉल का वजन (पुरुष)	1. 260–280 gm
B. फुटबॉल का वजन	2. 425–475 gm
C. बास्केटबॉल का वजन (महिला)	3. 510–567 gm
D. वॉलीबॉल का वजन	4. 410–450 gm

कूट :

	A	B	C	D
(a)	2	4	3	1
(b)	4	3	1	2
(c)	3	4	2	1
(d)	2	4	1	3

134. डिकैथ्लॉन में कुल कितने फील्ड इवेन्ट होते हैं?

(a) 4
(b) 5
(c) 6
(d) 7

135. अल्टरनेटिंग पोजेशन इन्डीकेटर (ऐरो) का प्रयोग किस खेल में होता है?

(a) हॉकी
(b) शूटिंग
(c) बास्केटबॉल
(d) वॉलीबॉल

136. नौवें एशियाई खेलों में भारत ने कितने मेडल जीते थे?

(a) 13 स्वर्ण, 19 रजत, 25 काँस्य
(b) 8 स्वर्ण, 26 रजत, 32 काँस्य
(c) 21 स्वर्ण, 20 रजत, 26 काँस्य
(d) 2 स्वर्ण, 17 रजत, 36 काँस्य

137. भारत ने ओलम्पिक खेलों में सर्वप्रथम किस वर्ष भाग लिया?

(a) 1896
(b) 1900
(c) 1904
(d) 1924

138. Law of satisfaction is related to

(a) law of effect
(b) law of readiness
(c) law of exercise
(d) None of the above

139. Which of the following is ***not*** a technique of motivation?

(a) Reward and punishment
(b) Praise and blame
(c) Competition
(d) None of the above

140. The growth of behaviour is called

(a) learning
(b) human growth
(c) growth and development
(d) development

141. Modern Psychology studies about which of the following?

(a) Body
(b) Disease
(c) Brain
(d) Behaviour

142. The muscle which rotates head is

(a) Sternocleidomastoid
(b) Splenius capitus
(c) Longissimus capitus
(d) All of the above

143. The type of recreation is

(a) active recreation
(b) passive recreation
(c) indoor activities
(d) Both (a) and (b)

144. The contractile unit of skeletal muscle is

(a) sarcomere
(b) actin and myosin
(c) z-line
(d) myofibril

138. संतोष का नियम सम्बन्धित है

(a) प्रभाव के नियम से
(b) तत्परता के नियम से
(c) अभ्यास के नियम से
(d) उपर्युक्त में से कोई नहीं

139. निम्नलिखित में से कौन-सी प्रेरणा की तकनीक **नहीं** है?

(a) पुरस्कार एवं दण्ड
(b) प्रशंसा एवं निन्दा
(c) प्रतियोगिता
(d) उपर्युक्त में से कोई नहीं

140. व्यवहार की वृद्धि को कहा जाता है

(a) सीखना
(b) मानव वृद्धि
(c) वृद्धि एवं विकास
(d) विकास

141. आधुनिक मनोविज्ञान निम्नलिखित में से किसका अध्ययन करता है?

(a) शरीर
(b) रोग
(c) मस्तिष्क
(d) व्यवहार

142. वह पेशी जो सिर को घुमाती है, है

(a) स्टर्नोक्लेडोमैस्टॉइड
(b) स्प्लेनियस कैपीटस
(c) लोंगीसीमस कैपीटस
(d) उपर्युक्त सभी

143. मनोरंजन का प्रकार है

(a) सक्रिय मनोरंजन
(b) असक्रिय मनोरंजन
(c) इन्डोर क्रियाएँ
(d) (a) और (b) दोनों

144. अस्थि मांसपेशी की संकुचनशील इकाई है

(a) सार्कोमेयर
(b) ऐक्टिन और मायोसिन
(c) z-लाइन
(d) मायोफाइब्रिल

145. The scientific name of calf muscle is

(a) gastrocnemius

(b) trapezius

(c) pectoralis major

(d) biceps

146. Physiology deals with the study of

(a) structure of human body

(b) functions of human body organs

(c) movement of body

(d) human nature

147. The first treatment for closed injury should be

(a) application of ice and cold water

(b) application of hot packs

(c) application of medicine

(d) All of the above

148. Which one of the following is ***not*** the part of hydrotherapy?

(a) Wax bath

(b) Cryotherapy

(c) Whirlpool bath

(d) Contrast bath

149. The liquid part of the blood is

(a) plasma

(b) cerebrospinal fluid

(c) serum

(d) All of the above

150. Approximate glycogen stored in the liver of a sportsman is about

(a) 70–100 gm

(b) 10–30 gm

(c) 50–60 gm

(d) None of the above

145. काफ (पिण्डली) मांसपेशी का वैज्ञानिक नाम है

(a) गैस्ट्रोक्निमियस

(b) ट्रैपीजियस

(c) पेक्टोरालिस मेजर

(d) बाइसेप्स

146. शरीरक्रिया विज्ञान में अध्ययन किया जाता है

(a) मानव शरीर रचना का

(b) मानव शरीर के अंगों की क्रियाओं का

(c) शारीरिक गतिविधि का

(d) मानव प्रकृति का

147. बन्द चोट के लिए प्रथम उपचार होना चाहिए

(a) बर्फ व ठण्डे पानी से सेंकना

(b) गर्म पट्टी लगाना

(c) दवा लगाना

(d) उपर्युक्त सभी

148. निम्नलिखित में से कौन-सा जलचिकित्सा का हिस्सा नहीं है?

(a) वैक्स बाथ

(b) क्रायोचिकित्सा

(c) वर्लपूल बाथ

(d) कॉन्ट्रास्ट बाथ

149. खून का तरल भाग होता है

(a) प्लाज़्मा

(b) सेरेब्रोस्पाइनल द्रव

(c) सेरम

(d) उपर्युक्त सभी

150. एक खिलाड़ी के यकृत में संचित ग्लाइकोजेन की मात्रा होती है लगभग

(a) 70–100 gm

(b) 10–30 gm

(c) 50–60 gm

(d) उपर्युक्त में से कोई नहीं

DO NOT OPEN THIS TEST BOOKLET UNTIL YOU ARE TOLD TO DO SO.

SERIES

A

Code : DFMET-13

2018

Subject : PHYSICAL EDUCATION

Part–I : General Studies : Q. Nos. 1 to 30
Part–II : Physical Education : Q. Nos. 31 to 150

Time : 2 Hours **Maximum Marks : 150**

Write your Roll Number in the box **In numbers** → **In words**

To mark answer use Black Ballpoint pen only.

Candidates must read all the instructions carefully before writing the answers.

You are to mark your answer on Answer-Sheet only. After the examination is over, hand over the original Answer-Sheet to the Invigilator.

IMPORTANT INSTRUCTIONS

1. Answer all questions. All questions carry equal marks.
2. **The Candidate should indicate the correct Roll Number, Subject, Test Booklet Code and its Series on the Answer-Sheet, otherwise the Answer-Sheet will not be evaluated and the Candidate will be solely responsible for it.**
3. **This Test Booklet contains 150 questions.** Each question has four (4) options which are given below the questions. Only one option is correct out of four. You are required to darken the circle corresponding to the alternative which you consider to be the correct or most appropriate answer in the Answer-Sheet by Black Ballpoint Pen.
4. Do not write anything on the cover page of the Test Booklet except Roll Number. Except this, do not write anything else inside the Test Booklet. If you need a working sheet to do your rough work, please ask the Invigilator for it and mention required information on it.
5. **If you happen to find that the Booklet issued to you does not have all the pages properly printed or it has any other deficiency, then you need to approach the Invigilator to get another Booklet of same Series and Code.**
6. **Penalty for wrong answers :**
   THERE WILL BE PENALTY FOR WRONG ANSWERS MARKED BY A CANDIDATE IN THE ANSWER SHEET.
   (i) There are four alternatives for the answer to every question. For each question for which a wrong answer has been given by the candidate, **one-third** of the marks assigned to that question will be deducted as penalty.
   (ii) If a candidate gives more than one answer, it will be treated as a **wrong answer** even if one of the given answers happens to be correct and there will be same penalty as above to that question.
   (iii) If a question is left blank, i.e., no answer is given by the candidate, there will be **no penalty** for that question.

DO NOT OPEN THIS TEST BOOKLET UNTIL YOU ARE TOLD TO DO SO.

ध्यान दें : अनुदेशों का हिन्दी रूपांतर इस पुस्तिका के प्रथम पृष्ठ पर छपा है।

SEAL