RSSB (RAJASTHAN STAFF SELECTION BOARD) · PREVIOUS YEAR PAPER WITH ANSWERS

RSSB Physical Training Instructor Grade-III – Paper II

25 September 2022

RSSB शारीरिक शिक्षक ग्रेड-तृतीय – प्रश्न पत्र-II – 25 सितंबर 2022 का प्रश्न पत्र, उत्तर सहित

130	120 min	1 / −1/3	EN + HI
Questions / प्रश्न	Duration / समय	Marks per Q / अंक	Language / भाषा

Booklet code: 128B

INSIDE THIS PDF / इस PDF में

Question Paper in English + Hindi, correct option marked in green — Page 2–24
प्रश्न पत्र अंग्रेज़ी + हिंदी में, सही विकल्प हरे रंग में

Official preliminary (model) answer key released by RSSB — Page 24
RSSB द्वारा जारी आधिकारिक प्रारंभिक (मॉडल) उत्तर कुंजी

HOW TO USE THIS PAPER / इस पेपर का उपयोग कैसे करें

1. Attempt the paper first as a timed online mock test (link below).
   पहले नीचे दिए लिंक से इसे टाइमर के साथ ऑनलाइन मॉक टेस्ट के रूप में हल करें।
2. Check your score, section-wise analysis and solutions online.
   ऑनलाइन अपना स्कोर, खंड-वार विश्लेषण और हल देखें।
3. Use this PDF for revision. Correct answers are shown in green.
   दोहराने के लिए इस PDF का उपयोग करें। सही उत्तर हरे रंग में दिए गए हैं।

Attempt this paper as a FREE online mock test

इस पेपर को फ्री ऑनलाइन मॉक टेस्ट के रूप में हल करें – टाइमर, स्कोर और हल के साथ

https://quicksarkari.com/rssb-physical-training-instructor-grade-iii-paper-ii-25-september-2022-mock-test/

All RSSB Physical Training Instructor (PTI) papers and mock tests: **quicksarkari.com/rssb-mock-test/#physical-training-instructor-pti**

Join WhatsApp Channel | Join Telegram Channel

RSSB Physical Training Instructor Grade-III – Paper II Question Paper (English + Hindi)

राजस्थान कर्मचारी चयन बोर्ड – शारीरिक शिक्षक ग्रेड-तृतीय – प्रश्न पत्र-II प्रश्न पत्र (अंग्रेज़ी + हिंदी)

25 September 2022 · 130 questions · correct answers marked ✔ in green
25 सितंबर 2022 · 130 प्रश्न · सही उत्तर हरे रंग में ✔ से चिह्नित

> Official preliminary (model) answer key released by RSSB. Questions are given in English and Hindi as printed in the official paper (language questions in their own language). Questions deleted by RSSB are marked "marks to all". Option (E) "Question not attempted" of the real paper is not shown.
> RSSB द्वारा जारी आधिकारिक प्रारंभिक (मॉडल) उत्तर कुंजी। प्रश्न आधिकारिक प्रश्न पत्र के अनुसार अंग्रेज़ी और हिंदी में हैं (भाषा के प्रश्न उसी भाषा में)। RSSB द्वारा हटाए गए प्रश्न "सभी को अंक" से चिह्नित हैं। वास्तविक पेपर का विकल्प (E) "अनुत्तरित प्रश्न" यहाँ नहीं दिखाया गया है।

General Studies

Q.1 Which day is celebrated as 'National Sports Day' ?
किस दिन को 'राष्ट्रीय खेल दिवस' के रूप में मनाया जाता है ?

(1) Birthday of Dhyanchand / ध्यानचंद का जन्मदिन ✔
(2) Birthday of Kapil Dev / कपिल देव का जन्मदिन
(3) Birthday of Jawahar Lal Nehru / जवाहर लाल नेहरू का जन्मदिन
(4) Birthday of Coubertin / कुबरटिन का जन्मदिन

Q.2 Who provides vitality to Physical Education programme ?
शारीरिक शिक्षा कार्यक्रम को कौन प्राणशक्ति प्रदान करते हैं ?

(1) Scientific principles / वैज्ञानिक सिद्धांत ✔
(2) Physiological backup / शरीर क्रिया समर्थन
(3) Philosophical backup / दार्शनिक समर्थन
(4) Humanistic approach / मानवीय दृष्टिकोण

Q.3 Lordosis is known as -
अग्रकुब्जता (Lordosis) को जाना जाता है –

(1) Round Back / राउण्ड बैक
(2) Flat Back / फ्लैट बैक
(3) Hollow Back / होलो बैक ✔
(4) S-Curve / S–कर्व

Q.4 What types of concepts are learned by experience ?
किस प्रकार की संकल्पनाएं अनुभव के द्वारा सीखी जाती हैं ?

(1) Mental / मानसिक
(2) Natural / प्राकृतिक ✔
(3) Artificial / कृत्रिम
(4) Cognitive / संज्ञानात्मक

QuickSarkari.com | WhatsApp Channel | Telegram: t.me/quick_sarkari

Q.5 Goal Area of football ground is -

फुटबाल मैदान का गोल क्षेत्र होता है –

(1) 6 × 20 yds. / 6 × 20 गज ✔

(2) 6 × 18 yds. / 6 × 18 गज

(3) 18 × 44 yds. / 18 × 44 गज

(4) 8 × 20 yds. / 8 × 20 गज

Q.6 When the National Discipline Scheme (NDS) was started in India ?

भारत में राष्ट्रीय अनुशासन योजना (एन.डी.एस.) कब शुरू हुई थी ?

(1) 1956

(2) 1954 ✔

(3) 1960

(4) 1957

Q.7 "Psycho physical unity of man" is :

'मानव शरीर की मनोभौतिक एकता' कहलाती है –

(1) Body and Bones development / शरीर तथा हड्डियों का विकास

(2) Body and Heart development / शरीर तथा हृदय का विकास

(3) Body and Mind development / शरीर तथा मन का विकास ✔

(4) Soul and Muscles development / आत्मा तथा मांसपेशियों का विकास

Q.8 "Physical Education is the sum of those experiences which come to the individual through movement." Definition is given by -

"शारीरिक शिक्षा उन अनुभवों का सामूहिक प्रभाव है जो शारीरिक क्रियाओं द्वारा व्यक्ति को प्राप्त होते है ।" यह परिभाषा दी गयी है –

(1) J. B. Nash / जे. बी. नैश द्वारा

(2) C. A. Bucher / सी. ए. बूचर द्वारा

(3) H. C. Buck / हैरी क्रो बक द्वारा

(4) D. Oberteufer / डी. ओबरट्यूफर द्वारा ✔

Q.9 The headquarter of 'World Health Organization' is situated at -

'विश्व स्वास्थ्य संगठन' का मुख्यालय कहाँ पर स्थित है ?

(1) New Delhi / नई दिल्ली

(2) Geneva / जेनेवा ✔

(3) Boston / बोस्टन

(4) Russia / रूस

Q.10 Push ups is the example of -

'पुश अप्स' उदाहरण है –

(1) I^{st} class lever / I^{st} क्लास उत्तोलक का

(2) II^{nd} class lever / II^{nd} क्लास उत्तोलक का ✔

(3) III^{rd} class lever / III^{rd} क्लास उत्तोलक का

(4) None of these / इनमें से कोई नहीं

Q.11 When 10 teams enter in a knockout tournament, the fixture shall be played in -
जब 10 टीम नॉक–आउट खेल प्रतियोगिता में भाग लेती हैं, तो फिक्सचर खेले जाएँगे–

(1) Three round / तीन राउंड में
(2) Five round / पाँच राउंड में
(3) Six round / छः राउंड में
(4) Four round / चार राउंड में ✔

Q.12 The performance area for floor exercise in gymnastics is -
जिम्नास्टिक में फ्लोर एक्सरसाइज का निष्पादन क्षेत्र है –

(1) 10 m × 10 m / 10 मी. × 10 मी.
(2) 11 m × 11 m / 11 मी. × 11 मी.
(3) 15 m × 15 m / 15 मी. × 15 मी.
(4) 12 m × 12 m / 12 मी. × 12 मी. ✔

Q.13 The Agha Khan Cup is associated with -
'आगा खाँ कप' किस खेल से सम्बन्धित है ?

(1) Hockey / हॉकी ✔
(2) Cricket / क्रिकेट
(3) Football / फुटबाल
(4) Volleyball / वॉलीबाल

Q.14 Dhyanchand Award was introduced in the year -
ध्यानचंद पुरस्कार किस वर्ष प्रारंभ किया गया था ?

(1) 2002 ✔
(2) 2003
(3) 2001
(4) 2004

Q.15 Largest and strongest muscles are found in which part of body ?
सबसे लम्बी एवं शक्तिशाली माँसपेशियाँ शरीर के कौन से भाग में पायी जाती हैं ?

(1) Chest / सीने में
(2) Lower limb / निचले भाग में ✔
(3) Upper limb / ऊपरी भाग में
(4) Abdomen / पेट में

Q.16 Who invented the insight theory of learning ?
सीखने के सूक्ष्म दृष्टि सिद्धान्त की खोज किसने की थी ?

(1) Ivan Pavlov / इवान पावलोव
(2) Thorndike / थोर्नडाईक
(3) Wolfgang Kohler / वोल्फगंग कोहलर ✔
(4) Hull / हल

QuickSarkari.com | WhatsApp Channel | Telegram: t.me/quick_sarkari

Q.17 The only way to build muscles and lean body mass is to engage in -

मांसपेशीय निर्माण व दुबला शरीर द्रव्यमान एकमात्र रूप से आकृष्ट करता है–

(1) Strength training / शक्ति प्रशिक्षण ✔

(2) Weight training / भार प्रशिक्षण

(3) Interval training / अंतराल प्रशिक्षण

(4) Pressure training / दबाव प्रशिक्षण

Q.18 Main focus of supervision in Physical Education must be -

शारीरिक शिक्षा में पर्यवेक्षण का मुख्य केन्द्र होना चाहिए –

(1) Improve Learning Situation / सीखने की स्थिति को सुधारना ✔

(2) Equipment Management / सामग्री प्रबन्धन

(3) Competition Programme / प्रतियोगिता कार्यक्रम

(4) Maintenance of Records / रिकार्डों का रखरखाव

Q.19 Psychologically - All learning spring from -

मनोवैज्ञानिक रूप से – सभी अधिगम प्रसारित होते हैं –

(1) Intelligence / बुद्धिमत्ता से

(2) Struggle / संघर्ष से ✔

(3) Inner uses / आंतरिक उपयोग से

(4) Activity endeavours / साहसिक गतिविधियों से

Q.20 Etymological meaning of Kinesiology is :

काइनिसियोलॉजी का व्युत्पत्तिमूलक अर्थ है :

(1) Kinesiology is science of motion. / काइनिसियोलॉजी गति विज्ञान है । ✔

(2) Kinesiology is the science of motion of living being. / काइनिसियोलॉजी जीवित प्राणियों का गति विज्ञान है ।

(3) Kinesiology is the science of motion of human being. / काइनिसियोलॉजी मनुष्य का गति विज्ञान है ।

(4) Kinesiology is the science of motion of human being during sports participation. / काइनिसियोलॉजी खेलों में भागीदारी के दौरान मनुष्यों का गति विज्ञान है ।

Q.21 Stress fracture is common among -

स्ट्रैस फ्रेक्चर सामान्यतया होता है –

(1) Children / बच्चों में ✔

(2) Adults / जवानों में

(3) Older people / बुढ़ों में

(4) Women / महिलाओं में

Q.22 The cardiac muscles are called-

हृदय पेशियाँ कहलाती हैं –

(1) Pericardium / पेरीकार्डियम

(2) Endocardium / एण्डोकार्डियम

(3) Myocardium / मायोकार्डियम ✔

(4) Epithelium / एपिथीलियम

Q.23 The normal temperature of Body is-

शरीर का सामान्य तापमान है –

(1) 99° F / 99° फ़ारेनहाइट

(2) 98.6° F / 98.6° फ़ारेनहाइट

(3) **98.4° F / 98.4° फ़ारेनहाइट ✔**

(4) 97.4° F / 97.4° फ़ारेनहाइट

Q.24 Pen Hold Grip is used in which of the following sports ?

पेन होल्ड ग्रिप निम्न में से किस खेल में उपयोग की जाती है ?

(1) Cricket / क्रिकेट

(2) Hockey / हॉकी

(3) **Table Tennis / टेबल टेनिस ✔**

(4) Badminton / बैडमिंटन

Q.25 The height of Volleyball (men) net is -

वॉलीबाल (पुरुष) नेट की ऊँचाई होती है –

(1) 2.45 meters / 2.45 मीटर

(2) 2.44 meters / 2.44 मीटर

(3) **2.43 meters / 2.43 मीटर ✔**

(4) 2.42 meters / 2.42 मीटर

Q.26 In the Olympic events, the gold medal awarded for the first place has the following ratio of gold -

ओलम्पिक खेलों में व्यक्तिगत रूप से दिये गये स्वर्ण पदक में शुद्ध स्वर्ण की कितनी मात्रा होती है ?

(1) Silver gilt with 8 grams of fine gold / चांदी जड़ित 8 ग्राम शुद्ध सोना

(2) Silver gilt with 7 grams of fine gold / चांदी जड़ित 7 ग्राम शुद्ध सोना

(3) Silver gilt with 10 grams of fine gold / चांदी जड़ित 10 ग्राम शुद्ध सोना

(4) **Silver gilt with 6 grams of fine gold / चांदी जड़ित 6 ग्राम शुद्ध सोना ✔**

Q.27 Hepatitis 'B' is an infection of the -

हेपेटाइटिस 'B' संक्रमण है –

(1) Stomach / पेट का

(2) **Liver / लीवर/यकृत का ✔**

(3) Kidney / वृक्क का

(4) Heart / हृदय का

Q.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 ?

(1) 1948

(2) 1952

(3) **1944 ✔**

(4) 1956

Q.29 In which of the following track races does the phenomenon called second wind occurs-
निम्नलिखित में से किस ट्रैक रेस में द्वितीय वायु दौर घटित होती है ?

(1) 1500 meters / 1500 मीटर ✔
(2) 100 meters / 100 मीटर
(3) 200 meters / 200 मीटर
(4) 400 meters / 400 मीटर

Q.30 Treatment with ice method is known as –
बर्फ द्वारा उपचार विधि कहलाती है –

(1) Cryotherapy / क्रायो थैरेपी ✔
(2) Hydrotherapy / हाइड्रो थैरेपी
(3) Wax therapy / वैक्स थैरेपी
(4) Electrotherapy / इलेक्ट्रो थैरेपी

Q.31 _____ is the first Pada/chapter of Patanjali Yoga Sutra.
_____ पतंजलि योग सूत्र का पहला पाद/अध्याय है ।

(1) Kaivalya Pada / कैवल्य पाद
(2) Sadhana Pada / साधना पाद
(3) Samadhi Pada / समाधि पाद ✔
(4) Vibhuti Pada / विभूति पाद

Q.32 What is the selection process of student leaders in Physical Education ?
शारीरिक शिक्षा में विद्यार्थी नायकों के चयन की प्रक्रिया निम्न में से कौन सी है?

(1) Nomination / नामांकन
(2) Lottery / लाटरी
(3) Selection / चयन
(4) All of the above / उपर्युक्त सभी ✔

Q.33 The position of the Uttanapadasana:
उत्तानापादासन करने की अवस्था/मुद्रा है –

(1) Lying with support of back / लेट कर पीठ का सहारा ✔
(2) Lying with support of stomach / लेट कर पेट का सहारा
(3) In sitting position / बैठने की स्थिति में
(4) In standing position / खड़े होने की स्थिति में

Q.34 Who was 'Toxotace' in Athens ?
एथेंस में 'टोक्सोटेस' कौन था ?

(1) Dancer / नर्तक
(2) Swimmer / तैराक
(3) Archer / तीरंदाज ✔
(4) Runner / धावक

Q.35 Which of the following is considered as an active form of warming up ?
इनमें से कौन सा वार्मिंग–अप का सक्रिय प्रकार है ?

(1) Callisthenics / कैलिस्थेनिक ✔
(2) Diathermy / डायथर्मी
(3) Warm water showers / गर्म पानी की बौछार
(4) Oil massage / तेल मालिश

Q.36 The life span of RBC is -
लाल रक्त कणिकाओं का जीवन चक्र होता है –

(1) 90 days / 90 दिन
(2) 100 days / 100 दिन
(3) 120 days / 120 दिन ✔
(4) 125 days / 125 दिन

Q.37 The Author of "Yog-Sutra" is -
"योग सूत्र" के रचयिता है –

(1) Kapil Muni / कपिल मुनि
(2) Sampurnanand / सम्पूर्णानन्द
(3) Maharishi Patanjali / महर्षि पतंजलि ✔
(4) Vatsyayan / वात्स्यायन

Q.38 Which player's nickname is 'Dennis the Menace' ?
किस खिलाड़ी का उपनाम 'डेनिस द मीनेस' है ?

(1) Andre Agassi / आंद्रे अगासी ✔
(2) Jim Courier / जिम कूरियर
(3) Pete Sampras / पीट सेम्प्रास
(4) John McEnroe / जॉन मेकनेरो

Q.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
Code :
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
कोड :

(1) I-4, II-3, III-1, IV-2 ✔
(2) I-3, II-1, III-2, IV-4
(3) I-1, II-2, III-4, IV-3
(4) I-2, II-4, III-3, IV-1

Q.40 Who was the writer of 'Iliad and Odyssey' ?

'इलियड तथा ओडेसी' के रचयिता कौन थे ?

(1) Plato / प्लेटो

(2) **Homer / होमर ✔**

(3) Socrates / सुकरात

(4) Aristotle / अरस्तू

Q.41 Who was the member of International Olympic Committee in 1947 from India ?

1947 में भारत से अन्तर्राष्ट्रीय ओलम्पिक समिति का सदस्य कौन था ?

(1) Sir Darabji Jamshedji Tata / सर दराबजी जमशेदजी टाटा

(2) G. D. Sondhi / जी. डी. सोंधी

(3) **Raja Bhalendera Singh / राजा भालेन्द्र सिंह ✔**

(4) Dr. P. M. Josheph / डा. पी. एम. जोसफ

Q.42 An official engaged in officiating must have:

निर्णयन के समय एक निर्णायक में होना अति आवश्यक है –

(1) Knowledge / ज्ञान

(2) **Self confidence / आत्मविश्वास ✔**

(3) Technique / तकनीक

(4) Reaction time / प्रतिक्रिया समय

Q.43 The part of Astang Yoga is -

अष्टांग योग का भाग है –

(1) **Asana / आसन ✔**

(2) Mudra / मुद्रा

(3) Bandh / बन्ध

(4) Klesh / क्लेश

Q.44 International Yoga Day is celebrated on-

अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस कब मनाया जाता है ?

(1) 20th June / 20 जून

(2) **21st June / 21 जून ✔**

(3) 22nd June / 22 जून

(4) 23rd July / 23 जुलाई

Q.45 Which law is related with physically and mentally adjusted to receive stimule ?

उत्तेजकता प्राप्ति के समायोजन में कौन सा शारीरिक व मानसिक नियम सम्बन्धित है ?

(1) Law of Intensity / प्रबलता का नियम

(2) Law of Effect / प्रभाव का नियम

(3) Law of Exercise / अभ्यास का नियम

(4) **Law of Readiness / तत्परता का नियम ✔**

QuickSarkari.com | WhatsApp Channel | Telegram: t.me/quick_sarkari

Q.46 What was not included in 'Isthimian Sports' ?

'इस्थीमियन खेलों' में क्या सम्मिलित नहीं था ?

(1) Running / दौड़ना ✔

(2) Music / संगीत

(3) War / युद्ध क्रियाएँ

(4) Boating / नाव चलाना

Q.47 First aid for dislocated shoulder is -

भंग हुए कंधे का प्राथमिक उपचार है –

(1) Stabilization / स्थिरीकरण ✔

(2) Bandaging / बंधन

(3) Traction / खींचने की क्रिया

(4) Reposition / प्रतिस्थापन

Q.48 What is impossible to change, when body is in air ?

क्या परिवर्तन करना असम्भव है, जब शरीर हवा में होता है ?

(1) Shape of body / शरीर का आकार

(2) Position of body / शरीर की स्थिति

(3) Body mass / द्रव्यमान ✔

(4) Movement of body / शरीर की गति

Q.49 The backbone is also called -

पीठ की अस्थि का दूसरा नाम है –

(1) Skeleton / कंकाल

(2) Vertebral column / वर्टीब्रल कॉलम ✔

(3) Joint / संधि

(4) Skull / खोपड़ी

Q.50 What makes it possible for us to stand, sit, speak and blink?

हमें खड़ा होने, बैठने, बोलने और आँख झपकाने में कौन संभव करता है ?

(1) Nerves / तंत्रिका

(2) Muscles / माँसपेशियाँ ✔

(3) Cells / कोशिका

(4) Tissues / ऊतक

Q.51 Who was the author of the book 'German Gymnastic' ?

'जर्मन जिम्नास्टिक' नामक पुस्तक किसने लिखी ?

(1) Salgeman / साल्जमैन

(2) Fedric Symen / फेड्रिक साइमन

(3) Karl Andre / कार्ल आन्द्रे

(4) Fedric Ludwin John / फेड्रिक लडविन जॉन ✔

QuickSarkari.com | WhatsApp Channel | Telegram: t.me/quick_sarkari

Q.52 The Fartlek training is known as -

फार्टलैक प्रशिक्षण कहलाता है –

(1) Circuit training / सर्किट ट्रेनिंग

(2) Acceleration training / गतिवृद्धि ट्रेनिंग

(3) **Speed play / स्पीड प्ले ✔**

(4) Pace method / गति प्रशिक्षण विधि

Q.53 The primary focus of supervision must watch-

पर्यवेक्षण का प्राथमिक ध्यान _____ देखना होगा ।

(1) **Learning situation / सीखने की स्थिति ✔**

(2) Maintenance of records / रिकार्डों का रखरखाव

(3) Activity programme / कार्यकलाप कार्यक्रम

(4) Competition programme / प्रतियोगिता कार्यक्रम

Q.54 The dimension of Basketball Court is -

बास्केटबाल कोर्ट का माप होता है –

(1) **28 × 15 meters / 28 × 15 मीटर ✔**

(2) 28 × 15 feet / 28 × 15 फिट

(3) 28 × 15 yards / 28 × 15 गज

(4) 26 × 15 meters / 26 × 15 मीटर

Q.55 When was the 'Olympic Flame' ceremony introduced in the Olympic Games ?

किस ओलम्पिक खेल में मशाल समारोह का आरम्भ हुआ था ?

(1) 1928

(2) 1896

(3) 1920

(4) **1936 ✔**

Q.56 'Central Board of Physical Education and Recreation' is situated at -

'सेन्ट्रल बोर्ड ऑफ फिजिकल एजुकेशन व रिक्रियेशन' स्थित है –

(1) Kolkata / कोलकाता में

(2) **New Delhi / नई दिल्ली में ✔**

(3) Chennai / चेन्नई में

(4) Mumbai / मुम्बई में

Q.57 Protraction and retraction take place in-

अपाकुंचन (प्रोट्रैकशन) और आकुंचन (रिट्रैकशन) कहाँ होते हैं ?

(1) Hip Joint / नितम्ब के जोड़ में

(2) **Shoulder Joint / कँधे के जोड़ में ✔**

(3) Elbow Joint / कुहनी के जोड़ में

(4) Knee Joint / घुटने के जोड़ में

QuickSarkari.com | WhatsApp Channel | Telegram: t.me/quick_sarkari

Q.58 Which type of muscles fibre are required for a good long distance runner?
एक अच्छे लम्बी दूरी के धावक के लिए किस प्रकार के पेशीय तन्तुक आवश्यक होते हैं ?

(1) Slow twitch / मन्द स्फुरण ✔
(2) Fast twitch / तीव्र स्फुरण
(3) Nerve fibre / तंत्रिका तन्तुक
(4) None of these / इनमें से कोई भी नहीं

Q.59 Spinograph is used to measure which deformity ?
स्पाइनोग्राफ कौन सी विकृति को मापने का यंत्र है ?

(1) Kyphosis / काइफोसिस
(2) Lordosis / लोर्डोसिस
(3) Knock knee / नॉक नी
(4) Scoliosis / स्कोलियोसिस ✔

Q.60 5 to 10 days training known as -
5 से 10 दिन का प्रशिक्षण कहलाता हैं –

(1) Meso cycle / मेसो चक्र
(2) Macro cycle / मैक्रो चक्र
(3) Micro cycle / माइक्रो चक्र ✔
(4) None of these / इनमें से कोई नहीं

Q.61 How many bones are there in Human Body?
मानव शरीर में कितनी हड्डियाँ होती हैं ?

(1) 206 ✔
(2) 210
(3) 208
(4) 209

Q.62 The term 'Altius' in the Olympic motto means -
ओलम्पिक आदर्श वाक्य में 'एल्टियस' शब्द का अर्थ है –

(1) Faster / तेज
(2) Stronger / ताकतवर
(3) Higher / उच्चतर ✔
(4) All of the above / उपरोक्त सभी

Q.63 What creates physical difference among people ?
लोगों की शारीरिक भिन्नता कैसी होती है ?

(1) Heredity / आनुवंशिकता ✔
(2) Environment / वातावरण
(3) Birth place / जन्म स्थान
(4) Ethnic background / जातीय पृष्ठभूमि

QuickSarkari.com | WhatsApp Channel | Telegram: t.me/quick_sarkari

Q.64 The major main components of growth and development are -
वृद्धि और विकास के प्रबल मुख्य घटक हैं –

(1) Hereditary / आनुवांशिक
(2) Environmental / वातावरणीय ✔
(3) Diet / आहारीय
(4) Play / खेल

Q.65 _____ may be a best medicine for mental illnesses.
_____ मानसिक बीमारियों के लिए सर्वोत्तम दवा हो सकती है ।

(1) Prayer / प्रार्थना
(2) Exercise / व्यायाम ✔
(3) Psychiatric drugs / मनश्चिकित्सीय दवाइयां
(4) Stimulating diet / उत्तेजित आहार

Q.66 Which of the following is our cultural heritage ?
निम्नलिखित में से कौन सी हमारी संस्कृति धरोहर है ?

(1) Sports / खेल ✔
(2) Education / शिक्षा
(3) Love and affection / प्यार और स्नेह
(4) Respect of elders / बड़ों का आदर

Q.67 The term 'Psychology' is derived from which language ?
'मनोविज्ञान' (Psychology) शब्द किस भाषा से लिया गया है ?

(1) French / फ्रेन्च
(2) German / जर्मन
(3) Greek / ग्रीक ✔
(4) Latin / लेटिन

Q.68 What was the 'Motto' of Asian Games 2018 ?
एशियन खेल 2018 का 'ध्येय (Motto)' क्या था ?

(1) Power of Asia / पावर ऑफ एशिया
(2) Energy of Asia / एनर्जी ऑफ एशिया ✔
(3) Strength of Asia / स्ट्रेंथ ऑफ एशिया
(4) United Asia / यूनाइटेड एशिया

Q.69 In which Olympic, first time Olympic Torch Relay was used officially ?
वह कौन सा ओलम्पिक था जिसमें मशाल दौड़ प्रथम बार आधिकारिक रूप में उपयोग की गई ?

(1) 1968, Mexico / 1968, मेक्सिको
(2) 1936, Berlin / 1936, बर्लिन ✔
(3) 1964, Tokyo / 1964, टोकियो
(4) 1988, Seoul / 1988, सियोल

QuickSarkari.com | WhatsApp Channel | Telegram: t.me/quick_sarkari

Q.70 The imitation method of teaching is best suited to teaching :
शिक्षण की अनुकरण विधि किसके शिक्षण के लिये सबसे उचित होगी ?

(1) Adolescents / किशोर
(2) Adults / वयस्क
(3) **Children / बालक ✔**
(4) Women / महिला

Q.71 The disease of muscles is known as -
मांसपेशियों की बीमारी को कहते हैं –

(1) Myology / मायोलॉजी
(2) **Myopathy / मायोपैथी ✔**
(3) Psychology / साइकोलॉजी
(4) Astrology / एस्ट्रोलॉजी

Q.72 Internship program of teacher-teaching avails -
अध्यापक शिक्षण का इंटर्नशिप कार्यक्रम उपलब्ध कराता है–

(1) Subject matter curriculum / विषयवस्तु पाठ्यक्रम
(2) **Practical curriculum / प्रायोगिक पाठ्यक्रम ✔**
(3) The whole school environment / पूर्ण विद्यालय परिवेश
(4) Research curriculum / शोध पाठ्यक्रम

Q.73 Gravity constantly supplies a force in the -
गुरुत्व निरंतर शक्ति की पूर्ति करता है –

(1) Same direction / समान दिशा में
(2) **Opposite direction / विपरीत दिशा में ✔**
(3) Downward direction / नीचे की तरफ
(4) Upward direction / ऊपर की तरफ

Q.74 In present scenario, which principle of first aid is used immediately after injury ?
वर्तमान समय में, चोट लगने के तुरंत बाद प्राथमिक उपचार के किस सिद्धांत का उपयोग किया जाता है ?

(1) RICE / राइस
(2) **PRICES / प्राइजेज ✔**
(3) PRICE / प्राइस
(4) ICE / आइस

Q.75 Inter-school tournament organized in sports known as -
अन्तर विद्यालय खेल प्रतियोगिता का आयोजन कहलाता है –

(1) Pyramid / पिरामिड
(2) Intramural / इन्ट्राम्यूरल
(3) **Extramural / एक्स्ट्राम्यूरल ✔**
(4) Challenge / चैलेन्ज

Q.76 Which of the following activities cannot be considered as Recreation?

निम्न में से कौन सी क्रिया मनोरंजन की नहीं हैं ?

(1) Collecting stamps / टिकटें इकट्ठी करना

(2) Playing cards / ताश खेलना

(3) **Doing Yoga Asanas / योग आसन करना ✔**

(4) Playing cricket / क्रिकेट खेलना

Q.77 The term 'Cue' is related with _____.

'क्यू (Cue)' शब्द किस खेल से सम्बन्धित है ?

(1) Chess / शतरंज

(2) Baseball / बेसबाल

(3) **Billiards / बिलियर्ड्स ✔**

(4) Golf / गोल्फ

Q.78 The headquarter of FIFA is situated at -

FIFA का मुख्यालय कहाँ स्थित है ?

(1) Dubai / दुबई

(2) Jakarta / जकार्ता

(3) **Zurich / ज्यूरिख ✔**

(4) Tokyo / टोकियो

Q.79 First Sports Psychology lab was established by -

खेल मनोविज्ञान की प्रथम प्रयोगशाला किसने स्थापित की थी ?

(1) Sigmund Freud / सिगमण्ड फ्रायड

(2) Pavlov / पावलोव

(3) John Watson / जॉन वाटसन

(4) **Carl Diem / कार्ल डियम ✔**

Q.80 Which one of the following activities is a form of social recreation?

इनमें से कौन सा सामाजिक मनोरंजन का प्रकार है ?

(1) Swimming / तैराकी

(2) Gymnastics / जिम्नास्टिक

(3) **Folk dancing / लोकनृत्य ✔**

(4) Movies / फिल्में

Q.81 The most important function of a first aider for a casualty is -

प्राथमिक उपचार का आकस्मिक स्थिति में सबसे महत्वपूर्ण कार्य होता है –

(1) Taking the casualty to a doctor / दुर्घटनाग्रस्त व्यक्ति को डॉक्टर के पास ले जाना

(2) Treating the casualty / दुर्घटनाग्रस्त व्यक्ति का उपचार करना

(3) **Saving life using the means available / जो भी उपलब्ध हो उसकी मदद से जीवन बचाना ✔**

(4) Arranging transportation to carry the casualty to hospital / दुर्घटनाग्रस्त व्यक्ति को अस्पताल ले जाने के लिए परिवहन की व्यवस्था करना

QuickSarkari.com | WhatsApp Channel | Telegram: t.me/quick_sarkari

Q.82 Participation in recreational activities is largely determined by-

मनोरंजनात्मक गतिविधियों में सहभागिता बृहद स्तर पर निर्धारित होती है–

(1) Economic / आर्थिक रूप से

(2) Life style / जीने के तरीके से

(3) Social status / सामाजिक स्तर से

(4) **Motivation / प्रेरणा से ✔**

Q.83 Which of the following is not related to the School Health Programme?

निम्नलिखित में से किसका संबंध विद्यालय स्वास्थ्य कार्यक्रम से नहीं है ?

(1) Keeping health records / स्वास्थ्य के रिकार्ड्स रखना

(2) Health education / स्वास्थ्य शिक्षा

(3) **Controlling of diseases / रोगों का नियंत्रण ✔**

(4) Health inspection / स्वास्थ्य निरीक्षण

Q.84 'Supercompensation' is -

'सुपरकम्पनसेशन' है –

(1) Fatigue / थकान

(2) Second wind / द्वितीयक वायु

(3) Variation in duration / अवधि में विभिन्नता

(4) **Adaptation to load / भार से अनुकूलन ✔**

Q.85 It is not a motor performance component -

इनमें से गामक दक्षता अवयव नहीं है –

(1) Power / शक्ति

(2) Speed / गति

(3) **Flexibility / लचीलापन ✔**

(4) Agility / चपलता

Q.86 Which of the following tests measures Cardio-respiratory functions ?

निम्नलिखित में से कौन सा टेस्ट हृदयी–श्वसनी कार्यों का मापन करता है ?

(1) **Harward Step Test / हारवर्ड स्टेप टेस्ट ✔**

(2) JCR Test / जेसीआर टेस्ट

(3) Kraus-Weber Test / क्राउस–वेबर टेस्ट

(4) Mc Donald's Test / मैक डोनाल्ड टेस्ट

Q.87 What is the height of Goal Post in Handball from ground surface ?

जमीन की सतह से हैण्डबॉल के गोल पोस्ट की ऊँचाई कितनी होती है ?

(1) **2 meters / 2 मीटर ✔**

(2) 2.5 meters / 2.5 मीटर

(3) 3 meters / 3 मीटर

(4) 3.5 meters / 3.5 मीटर

QuickSarkari.com | WhatsApp Channel | Telegram: t.me/quick_sarkari

Q.88 The combination of strength and speed ability is called-
शक्ति व गति योग्यता का संयोजन कहलाता है –

(1) Explosive strength / विस्फोटक शक्ति ✔
(2) Maximum strength / अधिक शक्ति
(3) Strength endurance / शक्ति सहनशीलता
(4) Overload / अत्यधिक भार

Q.89 Which lever is known as lever of speed ?
इनमें से कौन सा गति का उत्तोलक कहलाता है ?

(1) I^{st} class lever / I^{st} क्लास उत्तोलक
(2) II^{nd} class lever / II^{nd} क्लास उत्तोलक
(3) III^{rd} class lever / III^{rd} क्लास उत्तोलक ✔
(4) I^{st} and II^{nd} class lever / I^{st} तथा II^{nd} क्लास उत्तोलक

Q.90 Which one of the following can not be done by Elbow Joint ?
निम्न में से कौन सी गति कोहनी के जोड़ के द्वारा सम्भव नहीं है ?

(1) Rotation / घूर्णन ✔
(2) Flexion / संकुचन
(3) Extension / विस्तार
(4) Pronation / प्रोनेशन

Q.91 'Story-telling' as a form of recreation is still very popular among the -
मनोरंजन का एक प्रकार 'कहानी कहना' अभी तक इस समूह में बहुत लोकप्रिय है–

(1) Old people / वृद्ध लोगों में
(2) School children / विद्यालयी बच्चों में
(3) Women folk / महिलाओं में
(4) Village folk / ग्रामीण लोगों में ✔

Q.92 Function of living organism is known as-
जीवित जीव (प्राणी) के कार्य को जाना जाता है –

(1) Anatomy / शरीर रचना विज्ञान
(2) Anthropology / मानवशास्त्रीय विज्ञान
(3) Physiology / क्रिया विज्ञान ✔
(4) Psychology / मनोविज्ञान

Q.93 What is the formula for stagger in 400 m. Athletic Track ?
400 मीटर धावन पथ में स्टेगर देने का सूत्र क्या है ?

(1) [W(n−1)−10cm]2π ✔
(2) [W(n+1)−10cm]2π
(3) [W(n+1)+10cm]2π
(4) [W(n−1)−10cm]π

QuickSarkari.com | WhatsApp Channel | Telegram: t.me/quick_sarkari

Q.94 Who among the following is known as father of Kinesiology ?

निम्न में से किसे काइनिसियोलॉजी का पितामह कहा जाता है ?

(1) Archimedes / आर्किमीडीज

(2) Hippocratus / हिपोक्रेटस

(3) Galon / गेलन

(4) **Aristotle / अरस्तू ✔**

Q.95 Which factor is not responsible for obesity?

मोटापा के लिये कौन सा कारक जिम्मेदार नहीं है ?

(1) Physical inactivity / शारीरिक निष्क्रियता

(2) Heredity / वंशानुगत

(3) **Physical activity / शारीरिक क्रियाएँ ✔**

(4) Psychological factors / मनोवैज्ञानिक कारक

Q.96 Sports Sociology deals with :

खेल समाजशास्त्र का सम्बन्ध है :

(1) **Team cohesion / समूह के आपसी तालमेल से ✔**

(2) Function of the body / शारीरिक कृत्य से

(3) Mental training / मानसिक प्रशिक्षण से

(4) Motivation / अभिप्रेरणा से

Q.97 Which of the following games was invented by Jigaro Kano ?

निम्न में से किस खेल का आविष्कार जिगारो कानो ने किया ?

(1) Taikwando / ताइक्वांडो

(2) Kung Fu / कूंग फू

(3) **Judo / जूडो ✔**

(4) Gymnastics / जिमनास्टिक्स

Q.98 Which was the first institution to start Physical Education College in India ?

भारत में सर्वप्रथम किस संस्था ने शारीरिक शिक्षा कॉलेज आरम्भ की थी ?

(1) L.N.C.P.E. Gwalior / एल.एन.सी.पी.ई. ग्वालियर

(2) N.S.N.I.S. Patiala / एन.एस.एन.आई.एस. पटियाला

(3) **Y.M.C.A. Madras / वाई.एम.सी.ए. मद्रास ✔**

(4) Christian College Lucknow / क्रिश्चियन कॉलेज लखनऊ

Q.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 ?

(1) 54

(2) 56

(3) 57

(4) **55 ✔**

Q.100 The knot used to tie a bandage is known as-

पट्टी को बांधने के लिये जो गाँठ उपयोग होती है उसको कहते हैं –

(1) Reef Knot / रीफ गांठ ✔

(2) Clove Hitch / लौंगरूपी गांठ

(3) Half Hitch / आधी गांठ

(4) Granny Knot / ग्रेनी गांठ

Q.101 1 gm. fat provides energy-

एक ग्राम वसा ऊर्जा प्रदान करती है –

(1) 4 kcal / 4 कि. कैलोरी

(2) 6 kcal / 6 कि. कैलोरी

(3) 8 kcal / 8 कि. कैलोरी

(4) 9 kcal / 9 कि. कैलोरी ✔

Q.102 Which is most appropriate method of teaching in Physical Education practical classes ?

शारीरिक शिक्षा की प्रायोगिक कक्षाओं के लिये सबसे उपयुक्त अध्ययन विधि कौन सी है ?

(1) Command method / आदेश विधि

(2) Lecture method / भाषण विधि

(3) Whole and Part method / होल व पार्ट विधि (सम्पूर्ण व भाग विधि) ✔

(4) Demonstration / प्रदर्शन विधि

Q.103 Main consideration for effective periodization should be -

प्रभावी अवधिकालीनता के लिए मुख्य विचार किस पर होना चाहिए ?

(1) Base creation / आधार निर्माण करना

(2) Achievement of top form / शिखर प्रदर्शन प्राप्त करना ✔

(3) Skill development / कौशल विकास पर

(4) Development of tactical ability / युक्तिगत क्षमता का विकास

Q.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

(1) (i), (ii), (iv) ✔

(2) (i), (ii), (iii)

(3) (ii), (iii), (iv)

(4) (iii), (i), (iv)

Q.105 In which Asana do we perform Pranayam?

प्राणायाम हमें किस आसन में बैठ कर करना चाहिए ?

(1) Padmasana / पद्मासन ✔

(2) Naukasana / नौकासन

(3) Tadasana / ताड़ासन

(4) Parvatasana / पर्वतासन

Q.106 When was the game of chess invented ?

शतरंज के खेल की खोज कब हुई थी ?

(1) Vedic Period (2500 B.C. - 600 B.C.) / वैदिक काल (2500 ई.पू. – 600 ई.पू.)

(2) Medieval Period (1000 A.D. - 1757 A.D.) / मध्यकाल (1000 ईस्वी – 1757 ईस्वी)

(3) Early Hindu Period (600 B.C. - 320 A.D.) / पूर्व हिन्दू काल (600 ई.पू. – 320 ईस्वी) ✔

(4) Later Hindu Period (320 A.D. - 1000 A.D.) / उत्तर हिन्दू काल (320 ईस्वी – 1000 ईस्वी)

Q.107 Approximate percentage of water in human body is -

मानव शरीर में पानी का अनुमानित प्रतिशत है –

(1) 50-60%

(2) 65-75%

(3) 75-85% ✔

(4) 40-50%

Q.108 The anatomical age of a boy or girl can be determined by –

एक बालक या बालिका के शरीर रचना संबंधी आयु पता की जाती है –

(1) X-rays of the skeleton / कंकाल की एक्स-किरणों द्वारा ✔

(2) Growth curve / वृद्धि रेखा द्वारा

(3) Height and girth of the bones / ऊँचाई व अस्थियों की परिधि द्वारा

(4) Measurement of the chest / छाती की माप द्वारा

Q.109 Large number of students are controlled by -

बड़ी संख्या में छात्रों को नियंत्रित किया जाता हैं –

(1) Discussion method / चर्चा विधि

(2) Command method / आज्ञा विधि ✔

(3) Demonstration method / प्रदर्शन विधि

(4) Project method / परियोजना विधि

Q.110 Yoga according to Kathopanishad is -

कठोपनिषद के अनुसार योग है –

(1) Control on mind / दिमाग पर नियंत्रण

(2) Control on sense organs, mind and intellect / ज्ञानेन्द्रियों, दिमाग व बुद्धि पर नियंत्रण ✔

(3) Control on sense organs and intellect / ज्ञानेन्द्रियों व बुद्धि पर नियंत्रण

(4) Control on body and mind / शरीर व दिमाग पर नियंत्रण

QuickSarkari.com | WhatsApp Channel | Telegram: t.me/quick_sarkari

Q.111 What is the main aim of Yoga?

योग का प्रमुख उद्देश्य क्या है ?

(1) Strong built of body / शरीर को मजबूत बनाना

(2) Win the game / खेल में जीतना

(3) **Control over the mind / मन पर नियन्त्रण करना ✔**

(4) Sound sleep / अच्छी नींद सोना

Q.112 Tactical action is a -

युक्ति क्रिया है –

(1) **Motor action / गामक क्रिया ✔**

(2) Motor ability / गामक योग्यता

(3) Motor skill / गामक कौशल

(4) Motor solution / गामक उपाय / समाधान

Q.113 Who is considered as the founding father of National Discipline Scheme ?

राष्ट्रीय अनुशासनात्मक योजना के जनक किसे कहा जाता है ?

(1) Gen. A. S. Pathania / जनरल ए. एस. पठानिया

(2) Gen. J. K. Bhonsle / जनरल जे. के. भौंसले

(3) **Gen. Narendra Singh / जनरल नरेन्द्र सिंह ✔**

(4) Gen. K. S. Thimiya / जनरल के. एस. थीमिया

Q.114 Most abundant nutrient in milk and milk products is -

दुग्ध व दुग्ध पदार्थ में सर्वाधिक मात्रा में पाया जाने वाला पोषक तत्व है –

(1) Vitamin-C / विटामिन सी

(2) Thiamin / थायमिन

(3) **Calcium / कैल्सियम ✔**

(4) Iron / लौह तत्व

Q.115 In which period, 'Pranayam' and 'Surya Namaskar' was done ?

किस काल में 'प्राणायाम' व 'सूर्य नमस्कार' क्रियाएँ की जाती थीं ?

(1) Muslim Period / मुस्लिम काल

(2) **Nalanda Period / नालंदा काल ✔**

(3) Mahakavya Period / महाकाव्य काल

(4) Rajput Period / राजपूत काल

Q.116 NSS Expedition and Summer Camps are organised by-

राष्ट्रीय सेवा योजना (एन.एस.एस.) अभियान एवं ग्रीष्म शिविर का आयोजन किसके द्वारा होता है ?

(1) **Educational institutions / शिक्षण संस्थाओं द्वारा ✔**

(2) Govt. Agencies / सरकारी निकायों द्वारा

(3) Private Agencies / गैर–सरकारी निकायों द्वारा

(4) Youth Serving Agencies / नवयुवक सेवा निकायों द्वारा

QuickSarkari.com | WhatsApp Channel | Telegram: t.me/quick_sarkari

Q.117 'Rahi Sarnobat' is concerned with the game-
'राही सरनोबत' किस खेल से संबंधित है ?

(1) Archery / तीरंदाजी ✔
(2) Football / फुटबाल
(3) Badminton / बैडमिंटन
(4) Volleyball / वॉलीबाल

Q.118 The capacity in which person do their activity for longer time under the condition of fatique is called-
व्यक्ति की वह क्षमता जिसमें थकान की स्थिति में भी लगातार कार्य करता रहता है, कहलाता है –

(1) Speed / तेज गति चाल
(2) Strength / ताकत
(3) Agility / चपलता
(4) Endurance / सहनशीलता ✔

Q.119 In which events women took part for the first time in Olympic Games ?
ओलम्पिक खेलों में महिलाओं ने सबसे पहले किन प्रतियोगिताओं में भाग लिया था ?

(1) Putting shot and Javelin Throw / गोला फेंक व भाला फेंक
(2) Long Jump and High Jump / लंबी कूद व ऊँची कूद
(3) 100 meters and 200 meters race / 100 मीटर व 200 मीटर दौड़
(4) Lawn Tennis and Equestrian / लॉन टेनिस व घुड़सवारी ✔

Q.120 Vitamin B_6 is present in -
विटामिन बी$_6$ पाया जाता है –

(1) Liver / लिवर ✔
(2) Milk / दूध
(3) Egg / अण्डा
(4) Fish / मछली

Q.121 The teaching methods are for the -
अध्यापन विधियाँ इसके लिये होती हैं

(1) Teaching skills in Physical Education / शारीरिक शिक्षा में कौशल सिखाना ✔
(2) Teaching theory in Physical Education / शारीरिक शिक्षा में थ्योरी पढ़ाना
(3) Performance of Sportsmen / खिलाड़ी का प्रदर्शन
(4) Improvement of Understanding / समझने में सुधार

Q.122 Which Asana is most beneficial in Blood Pressure ?
रक्तचाप में कौन सा आसन सबसे लाभप्रद है ?

(1) Chakrasana / चक्रासन
(2) Shirshasana / शीर्षासन
(3) Shavasana / शवासन ✔
(4) Dhanurasana / धनुरासन

QuickSarkari.com | WhatsApp Channel | Telegram: t.me/quick_sarkari

Q.123 The study of joints is called-

संधियों का अध्ययन कहलाता है –

(1) Arthrology / आर्थ्रोलॉजी ✔

(2) Arniology / आरनियोलॉजी

(3) Nephrology / नेफ्रोलॉजी

(4) Cardiology / कार्डियोलॉजी

Q.124 By whom 'Asiad Games' are organized ?

'एशियाई खेलों' का आयोजन कौन करता है ?

(1) IAAF

(2) BCCI

(3) IOC

(4) OCA ✔

Q.125 Which type of motivation is more effective in learning ?

किस प्रकार की अभिप्रेरणा का सीखने में अधिक प्रभाव है?

(1) Intrinsic motivation / आन्तरिक अभिप्रेरणा

(2) Extrinsic motivation / बाह्य अभिप्रेरणा

(3) Participation motivation / सहभागिता अभिप्रेरणा

(4) Achievement motivation / उपलब्धि अभिप्रेरणा ✔

Q.126 Sports Psychology is taught to the students of Physical Education because :

शारीरिक शिक्षा के विद्यार्थियों को खेल मनोविज्ञान पढ़ाया जाता है क्योंकि :

(1) It enhances performance. / यह उपलब्धि बढ़ाती है। ✔

(2) It modifies the behaviour. / यह व्यवहार को बदलती है।

(3) It motivates athletes. / यह खिलाड़ियों को अभिप्रेरित करती है।

(4) It helps in learning. / यह सिखलाई में सहायक है।

Q.127 Psycho factor area of psycho-physique is concerned with -

मनोशारीरिक का मनोकारक क्षेत्र संबंधित है –

(1) Knowledge / ज्ञान से

(2) View / दृष्टिकोण से

(3) Speed Skill / गति कौशल से ✔

(4) Values / मूल्य से

Q.128 Camping is an extremely good activity for developing -

शिविर एक सर्वोत्तम क्रिया है, विकसित करने के लिए –

(1) Human personality / मानव व्यक्तित्व ✔

(2) Contact with nature / प्रकृति से संपर्क

(3) Social interaction / सामाजिक पारस्परिक क्रिया

(4) Aesthetic sense / सौन्दर्यात्मक ज्ञान

Q.129 Which of the following is the most common injury ?

निम्न में से सबसे अधिक होने वाली चोट है –

(1) Fracture / अस्थि भंग

(2) Cracky knee / घुटने में दरार पड़ना

(3) Knee cap dislocation / घुटने की संधि – च्युति

(4) **Turn cartilage / उपास्थि का मुड़ना ✔**

Q.130 In Russian terminology Physical Education is known as -

रशियन शब्दावली में शारीरिक शिक्षा को जाना जाता है–

(1) **Physical Culture / शारीरिक संस्कृति ✔**

(2) Movement Education / गतिक शिक्षा

(3) Kinesiology / गतिक विज्ञान

(4) Physical Training / शारीरिक प्रशिक्षण

Answer Key / उत्तर कुंजी

1 1	**2** 1	**3** 3	**4** 2	**5** 1	**6** 2	**7** 3	**8** 4	**9** 2	**10** 2	**11** 4	**12** 4	**13** 1	**14** 1	**15** 2
16 3	**17** 1	**18** 1	**19** 2	**20** 1	**21** 1	**22** 3	**23** 3	**24** 3	**25** 3	**26** 4	**27** 2	**28** 3	**29** 1	**30** 1
31 3	**32** 4	**33** 1	**34** 3	**35** 1	**36** 3	**37** 3	**38** 1	**39** 1	**40** 2	**41** 3	**42** 2	**43** 1	**44** 2	**45** 4
46 1	**47** 1	**48** 3	**49** 2	**50** 2	**51** 4	**52** 3	**53** 1	**54** 1	**55** 4	**56** 2	**57** 2	**58** 1	**59** 4	**60** 3
61 1	**62** 3	**63** 1	**64** 2	**65** 2	**66** 1	**67** 3	**68** 2	**69** 2	**70** 3	**71** 2	**72** 2	**73** 2	**74** 2	**75** 3
76 3	**77** 3	**78** 3	**79** 4	**80** 3	**81** 3	**82** 4	**83** 3	**84** 4	**85** 3	**86** 1	**87** 1	**88** 1	**89** 3	**90** 1
91 4	**92** 3	**93** 1	**94** 4	**95** 3	**96** 1	**97** 3	**98** 3	**99** 4	**100** 1	**101** 4	**102** 3	**103** 2	**104** 1	**105** 1
106 3	**107** 3	**108** 1	**109** 2	**110** 2	**111** 3	**112** 1	**113** 3	**114** 3	**115** 2	**116** 1	**117** 1	**118** 4	**119** 4	**120** 1
121 1	**122** 3	**123** 1	**124** 4	**125** 4	**126** 1	**127** 3	**128** 1	**129** 4	**130** 1					

* = marks to all / सभी को अंक

QuickSarkari.com | WhatsApp Channel | Telegram: t.me/quick_sarkari

Quick Sarkari

Thank you for studying with QuickSarkari!

Get the latest Sarkari Naukri notifications, admit cards, results, answer keys and free previous-year papers first - follow us on WhatsApp and Telegram.

Visit www.quicksarkari.com

Join our WhatsApp Channel

https://whatsapp.com/channel/0029VaxxbrREquiPoXTWM229

Join our Telegram Channel

https://t.me/quick_sarkari

Share this PDF with your friends preparing for RSSB and other Rajasthan exams.