

5003

B.A. (Part-III) Examination, 2021

SPORTS AND PHYSICAL EDUCATION

Time : 1½ Hours]

[Maximum Marks : 100

Note : Write the correct alternative of the following multiple choice questions on your answer sheet. **All** questions carry equal marks.

नोट : निम्नलिखित बहुविकल्पीय प्रश्नों के सही विकल्प अपने उत्तर पत्रक पर अंकित कीजिए। सभी प्रश्नों के अंक समान हैं।

1. Where does the abrasion injury occur?
 - (A) Bone
 - (B) Skin
 - (C) Muscles
 - (D) Nerve
2. Blood circulation increases in :
 - (A) Cold method
 - (B) Hot method
 - (C) Both (A) and (B)
 - (D) None of these
3. Pancreas produces :
 - (A) Hormone
 - (B) Juice
 - (C) Insulin
 - (D) All of the above

1. एब्रेशन चोट कहाँ पर होती है?
 - (A) हड्डी
 - (B) त्वचा
 - (C) माँसपेशी
 - (D) नाड़ी
2. रक्त संचरण बढ़ जाता है :
 - (A) ठण्डी विधि से
 - (B) गर्म विधि से
 - (C) (A) और (B) दोनों से
 - (D) इनमें से कोई नहीं
3. पैंक्रियाज (यकृत) सावित करता है :
 - (A) हॉर्मोन
 - (B) जूस
 - (C) इन्सुलिन
 - (D) उपर्युक्त सभी

4. Asteroid is used for :
- (A) Doping
(B) Jumping
(C) Swimming
(D) None of these
5. The Olympic motto 'Citius' means :
- (A) Faster
(B) Higher
(C) Stronger
(D) None of these
6. Focus of Physical Education is :
- (A) Motion
(B) Fitness
(C) Man
(D) Man in motion
7. Psychology is the study of :
- (A) Human body
(B) Human behaviour
(C) Sensation
(D) Human Skull
8. Immovable joint is found in :
- (A) Hand
(B) Legs
(C) Skull
(D) Waist

4. एस्टेरॉयड का प्रयोग होता है
- (A) डोपिंग में
(B) कूदने में
(C) तैरने में
(D) इनमें से कोई नहीं
5. ओलम्पिक के उद्देश्य 'सिटियस' का अर्थ है :
- (A) तेज
(B) ऊँचा
(C) मजबूत
(D) इनमें से कोई नहीं
6. शारीरिक शिक्षा का केन्द्रीय विषय है :
- (A) गति
(B) शारीरिक क्षमता
(C) मानव
(D) गतिशील मानव
7. मनोविज्ञान अध्ययन है :
- (A) मानव शरीर का
(B) मानव व्यवहार का
(C) संवेग का
(D) मानव खोपड़ी का
8. अचल संधि पाई जाती है :
- (A) हाथ में
(B) पैर में
(C) खोपड़ी में
(D) कमर में

9. Body is made healthy and strong by:
- (A) Exercise
(B) Play
(C) Physical Training
(D) None of these
10. Fartlek training develops:
- (A) Speed
(B) Strength
(C) Endurance
(D) Flexibility
11. Christian College of Physical Education, Lucknow established in:
- (A) 1925
(B) 1930
(C) 1932
(D) 1935
12. Lakshmi Bai National Institute of Physical Education is situated in:
- (A) Gwalior
(B) Patiala
(C) Chandigarh
(D) Bhopal
9. शरीर को स्वस्थ एवं बलशाली बनाया जाता है :
- (A) व्यायाम द्वारा
(B) खेल द्वारा
(C) शारीरिक प्रशिक्षण द्वारा
(D) इनमें से कोई नहीं
10. फर्टलेक प्रशिक्षण विकसित करता है :
- (A) गति
(B) शक्ति
(C) सहनशीलता
(D) लचीलापन
11. क्रिश्चियन कॉलेज ऑफ फिजिकल शिक्षा, लखनऊ की स्थापना कब हुई?
- (A) 1925
(B) 1930
(C) 1932
(D) 1935
12. लक्ष्मीबाई नेशनल इन्स्टीट्यूट ऑफ फिजिकल एजुकेशन स्थित है :
- (A) ग्वालियर में
(B) पटियाला में
(C) चण्डीगढ़ में
(D) भोपाल में

13. Learning means:
- (A) an adaptation
 (B) a continuous lifelong process
 (C) an improvement
 (D) All of the above
14. In fatigue condition which type of acids are deposited in muscles?
- (A) HCl
 (B) Alcohol
 (C) Carbon dioxide
 (D) Lactic acid
15. The development of Physical Education in India started :
- (A) From Indus Valley Civilization
 (B) Before one thousands year
 (C) From epic period
 (D) From English period
16. What do you understand by Entertainment?
- (A) Games and Sports
 (B) Personal Enjoyment
 (C) Small games
 (D) Big games

13. सीखने का अर्थ है :
- (A) अनुकूलन
 (B) जीवनपर्यन्त चलने वाली प्रक्रिया
 (C) सुधार
 (D) उपर्युक्त सभी
14. थकान की अवस्था में मांसपेशियों में कौन सा अम्ल एकत्र होता है?
- (A) HCl
 (B) एल्कोहॉल
 (C) कार्बन डाईऑक्साइड
 (D) लैक्टिक एसिड
15. शारीरिक शिक्षा का विकास भारत में कब शुरू हुआ?
- (A) सिन्धु घाटी सभ्यता से
 (B) एक हजार वर्ष पूर्व
 (C) महाकाव्य काल से
 (D) अंग्रेजी काल से
16. मनोरंजन से आप क्या समझते हैं?
- (A) खेल-कूद
 (B) व्यक्तिगत आनन्द
 (C) छोटे खेल
 (D) बड़े खेल

17. The components of education are:
- (A) Teacher
(B) Student
(C) Syllabus
(D) All of the above
18. What do the rings indicate in Olympic Flag?
- (A) Rivers
(B) Mountains
(C) Continents
(D) Ocean
19. The golden era of Physical Education in ancient history of India is :
- (A) Indus valley civilization
(B) Epic period
(C) Harsha period
(D) Neolithic age
20. In Gupta period which organisations gave important contribution in the development of Physical Education?
- (A) Nalanda and Takshashila
(B) Takshashila and Magadh University
(C) Patna University
(D) Kaushambi University

17. शिक्षा के अंग है :
- (A) शिक्षक
(B) विद्यार्थी
(C) पाठ्यक्रम
(D) उपर्युक्त सभी
18. ओलम्पिक झण्डे के छल्ले क्या दर्शाते हैं?
- (A) नदियाँ
(B) पहाड़ (पर्वत)
(C) महाद्वीप
(D) महासागर
19. भारत के प्राचीन इतिहास में किस काल को शारीरिक शिक्षा का स्वर्ण काल कहा जाता है?
- (A) सिंधु घाटी सभ्यता
(B) महाकाव्य काल
(C) हर्ष काल
(D) नवपाषाण युग
20. गुप्तकाल में शारीरिक शिक्षा के विकास में किन दो शिक्षण संस्थानों का महत्वपूर्ण योगदान रहा?
- (A) नालन्दा और तक्षशिला
(B) तक्षशिला और मगध विश्वविद्यालय
(C) पटना विश्वविद्यालय
(D) कौशाम्बी विश्वविद्यालय

21. Drill as an essential subject in Indian Physical Education was made by:
- (A) Raja Ram Mohan Roy
 (B) Babur
 (C) British
 (D) Iltutmish
22. Where and when was Y.M.C.A. College of Physical Education situated?
- (A) 1911 Kolkata
 (B) 1915 Mumbai
 (C) 1917 Bengaluru
 (D) 1920 Chennai
23. The best method of training to develop endurance:
- (A) Interval training
 (B) Continuous training
 (C) Circuit training
 (D) Swimming
24. What is the objective of Physical Education?
- (A) Physical development
 (B) Health development
 (C) Growth and development
 (D) All of the above

21. भारतीय शारीरिक शिक्षा में ड्रिल को अनिवार्य विषय बनाया गया।
- (A) राजा राममोहन राय ने
 (B) बाबर ने
 (C) अंग्रेजों ने
 (D) इल्तुतमिश ने
22. Y.M.C.A. कॉलेज ऑफ फिजिकल एजुकेशन की स्थापना कब और कहाँ हुई?
- (A) 1911 कोलकाता
 (B) 1915 मुंबई
 (C) 1917 बेंगलुरु
 (D) 1920 चेन्नई
23. सहन क्षमता बढ़ाने की सबसे अच्छी प्रशिक्षण विधि है :
- (A) अन्तराल प्रशिक्षण विधि
 (B) निरन्तर प्रशिक्षण विधि
 (C) परिधि प्रशिक्षण विधि
 (D) तैरना
24. शारीरिक शिक्षा का उद्देश्य क्या है?
- (A) शारीरिक विकास
 (B) व्यक्ति का स्वस्थ विकास
 (C) वृद्धि एवं विकास
 (D) उपर्युक्त सभी

25. The principles of Physical Education were first time was given by:

- (A) Gillin
- (B) Plato
- (C) Rousseau
- (D) Aristotle

26. "Physical Education is education that is given to the child with physical activity for development of personality". This is said by:

- (A) John Locke
- (B) J.F. Williams
- (C) T.P. Nunn
- (D) J.P. Thomas

27. Where is blood purified?

- (A) Lungs
- (B) Heart
- (C) Kidney
- (D) Liver

28. Where is humerus bone situated?

- (A) Thigh
- (B) Lower leg
- (C) Upper arm
- (D) Lower arm

25. शारीरिक शिक्षा के सिद्धान्त पहली बार किसके द्वारा निर्धारित किये गये?

- (A) गिलिन
- (B) प्लेटो
- (C) रूसो
- (D) अरस्तू

26. "शारीरिक शिक्षा शारीरिक गतिविधियों द्वारा बालक के समग्र व्यक्तित्व के विकास हेतु दी जाने वाली शिक्षा है।" यह कथन है :

- (A) जॉन लॉक का
- (B) जे. एफ. विलियम्स का
- (C) टी.पी नन का
- (D) जे. पी. थॉमस का

27. रक्त का शुद्धिकरण कहाँ होता है?

- (A) फेफड़ा
- (B) हृदय
- (C) किडनी
- (D) यकृत

28. ह्यूमरस अस्थि कहाँ पायी जाती है?

- (A) जाँघ में
- (B) पिण्डली में
- (C) ऊपरी भुजा में
- (D) अग्र भुजा में

29. In which of the following what works as a fuel in human body?
- (A) Protein
(B) Vitamin
(C) Carbohydrate
(D) Water
30. The thing that joints the bones to the muscles:
- (A) Ligaments
(B) Tendons
(C) Cartilage
(D) New small muscle
31. Which of the following is not the movable joint?
- (A) Wrist Joint
(B) Sutchter
(C) Ball and Socket Joint
(D) Elbow Joints
32. Bones are constructed with :
- (A) Cartilage
(B) Minerals
(C) Organic substance
(D) Contribution of all the above
29. निम्नलिखित में से कौन-सा पदार्थ मानव शरीर में ईंधन का कार्य करता है?
- (A) प्रोटीन
(B) विटामिन
(C) कार्बोहाइड्रेट
(D) जल
30. अस्थियों और पेशियों को आपस में जोड़ता है :
- (A) लिगामेंट
(B) टेण्डन
(C) उपास्थि
(D) एक नई छोटी पेशी
31. निम्नलिखित में से कौन सी चल संधि नहीं है?
- (A) रिस्ट संधि
(B) कपाल संधि
(C) गेंद और गड्ढा संधि
(D) कोहनी की संधि
32. अस्थियों का निर्माण होता है :
- (A) कार्टिलेज से
(B) खनिज लवण से
(C) कार्बनिक पदार्थ से
(D) इन सभी के योगदान से

33. 'Healthy mind in a healthy body.' Said by:
- (A) Descartes
(B) Rousseau
(C) Aristotle
(D) Plato
34. 12 months and above training is called:
- (A) Meso cycle
(B) Macro cycle
(C) Micro cycle
(D) None of these
35. During ancient times "Takshashila" was famous for :
- (A) Guerrilla warfare
(B) Horse riding
(C) Archery
(D) Cart race
36. Who was the first person to receive the "Rajiv Gandhi Khel Ratna" award?
- (A) K. Malleswari
(B) Baichung Bhutia
(C) Vishwanathan Anand
(D) Sachin Tendulkar
33. 'स्वस्थ शरीर में स्वस्थ मस्तिष्क ।' किसने कहा है?
- (A) देकार्त
(B) रूसो
(C) अरस्तू
(D) प्लेटो
34. 12 महीनों से वर्षों तक की ट्रेनिंग क्या कहलाती है?
- (A) मीजो चक्र
(B) मैक्रो चक्र
(C) माइक्रो चक्र
(D) इनमें से कोई नहीं
35. प्राचीनकाल में "तक्षशिला" किसके लिए प्रसिद्ध था?
- (A) छद्म युद्ध
(B) अश्वारोहण
(C) धनुर्विद्या
(D) रथों की दौड़
36. "राजीव गांधी खेल रत्न" पुरस्कार प्राप्त करने वाले व्यक्ति :
- (A) के. मल्लेश्वरी
(B) बैचुंग भूटिया
(C) विश्वनाथन आनन्द
(D) सचिन तेन्दुलकर

37. When was Indian Olympic Association established?

- (A) 1927
- (B) 1928
- (C) 1929
- (D) 1930

38. First Afro-Asian games were organised in:

- (A) Hyderabad
- (B) Tokyo
- (C) Peiking
- (D) Bangkok

39. The use of Psychology in modern education depends upon:

- (A) Individual differences
- (B) Religion
- (C) Specific group
- (D) School management

40. The most effective factor for learning is:

- (A) Eligible teacher
- (B) Capacity to learn
- (C) Curiosity
- (D) Good memory

37. भारतीय ओलम्पिक संघ की स्थापना कब हुई?

- (A) 1927
- (B) 1928
- (C) 1929
- (D) 1930

38. प्रथम एफ्रो-एशियन गेम्स निम्नलिखित शहर में आयोजित हुए:

- (A) हैदराबाद
- (B) टोकियो
- (C) पीकिंग
- (D) बैंकॉक

39. आधुनिक शिक्षा में मनोविज्ञान का अनुप्रयोग निम्नलिखित में से किस पर आधारित है?

- (A) व्यक्तिगत विभिन्नताएँ
- (B) धर्म
- (C) विशिष्ट वर्ग
- (D) विद्यालय प्रबन्ध

40. अधिगम का सबसे महत्वपूर्ण कारक है :

- (A) योग्य शिक्षक
- (B) सीखने की क्षमता
- (C) जिज्ञासा
- (D) अच्छी याददाश्त

41. According to Psychology the best discipline is:
- (A) Hard discipline
(B) Soft discipline
(C) Self-discipline
(D) Freedom from discipline
42. The hoisting of Olympic Games is given to: <https://www.mjpruonline.com>
- (A) City
(B) Country
(C) District
(D) Capital
43. In which continent Olympic Games have never been organised?
- (A) Asia
(B) Europe
(C) Africa
(D) America
44. The meaning of Olympic motto 'Altius' is :
- (A) Higher
(B) Faster
(C) Strengthen
(D) Practice
41. मनोविज्ञान की दृष्टि से सही अनुशासन निम्नलिखित में से कौन-सा है?
- (A) कठोर अनुशासन
(B) मृदु अनुशासन
(C) आत्मानुशासन
(D) अनुशासन से मुक्ति
42. निम्नलिखित में से किसको ओलम्पिक खेलों की मेजबानी दी जाती है?
- (A) शहर को
(B) देश को
(C) जिला को
(D) राजधानी को
43. किस महाद्वीप में अभी तक एक बार भी ओलम्पिक खेलों का आयोजन नहीं हुआ?
- (A) एशिया
(B) यूरोप
(C) अफ्रीका
(D) अमेरिका
44. ओलम्पिक के मोटो 'Altius' का शाब्दिक अर्थ है :
- (A) ऊँचा
(B) तेज
(C) शक्ति
(D) प्रयास

45. In command 'Set' the sprinter in which position?
- (A) Static equilibrium
 (B) Dynamic equilibrium
 (C) Uncertain equilibrium
 (D) None of these
46. Consumption of alcoholic drinks affects which of the following parts of body?
- (A) Brain
 (B) Liver
 (C) Kidney
 (D) All of the above
47. Anabolic steroid directly affect to:
- (A) Heart
 (B) Muscles
 (C) Lungs
 (D) Brain
48. Air communicable disease is:
- (A) Measles
 (B) Small pox
 (C) Typhoid
 (D) All of the above

45. 'सेट' कमाण्ड में स्प्रिंटर किस स्थिति में होता है?
- (A) स्थिर साम्यावस्था
 (B) अस्थिर साम्यावस्था
 (C) अनिश्चित साम्यावस्था
 (D) इनमें से कोई नहीं
46. मादक पदार्थों के सेवन से शरीर का निम्नलिखित अंग प्रभावित होता है :
- (A) मस्तिष्क
 (B) यकृत
 (C) वृक्क
 (D) उपर्युक्त सभी
47. एनाबोलिक स्टेरॉयड सीधे प्रभावित करते हैं :
- (A) हृदय को
 (B) पेशियों को
 (C) फेफड़ों को
 (D) दिमाग को
48. वायु द्वारा फैलाने वाला रोग है :
- (A) चेचक
 (B) खसरा
 (C) तपेदिक
 (D) उपर्युक्त सभी

49. The oldest Football competition of India is :
- (A) Santosh Trophy
(B) Durand Cup
(C) Roberts Cup
(D) Bag Bandhu Cup
50. In which country is Wimbledon competition organised?
- (A) America
(B) England
(C) France
(D) Australia
51. The height of the stumps from ground in cricket :
- (A) 22 inch
(B) 25 inch
(C) 27 inch
(D) 30 inch
52. What is the name of Autobiography of Dhyanchand?
- (A) My Side
(B) Golden Hattrick
(C) Goal
(D) Golden Goal
49. भारत की सबसे पुरानी फुटबॉल प्रतियोगिता कौन-सी है?
- (A) संतोष ट्रॉफी
(B) डूरण्ड कप
(C) रॉबर्ट्स कप
(D) बग बन्धु कप
50. बिम्बलडन प्रतियोगिता किस देश में आयोजित की जाती है?
- (A) अमेरिका
(B) इंग्लैण्ड
(C) फ्रांस
(D) ऑस्ट्रेलिया
51. क्रिकेट में भूमि से स्टम्प की ऊँचाई होती है :
- (A) 22 इंच
(B) 25 इंच
(C) 27 इंच
(D) 30 इंच
52. मेजर ध्यानचन्द की आत्मकथा का क्या नाम है?
- (A) माई साइड
(B) गोल्डन हैट्रिक
(C) गोल
(D) गोल्डन गोल

53. The deficiency of which Vitamin causes gums to bleed?
- (A) Vitamin-A
(B) Vitamin-B
(C) Vitamin-C
(D) Vitamin-D
54. From which of the following athlete obtains the faster energy?
- (A) Fat
(B) Vitamin
(C) Protein
(D) Carbohydrate
55. Movement in elbow edge :
- (A) Abduction
(B) Flexion
(C) Adduction
(D) All of the above
56. What is Decathlon?
- (A) 10 Km race
(B) 10 item competition
(C) The part of Marathon
(D) 7 item competition

53. निम्नलिखित में से किस विटामिन की कमी के कारण मसूड़ों से रक्त आता है?
- (A) विटामिन A
(B) विटामिन B
(C) विटामिन C
(D) विटामिन D
54. एथलीट को निम्नलिखित में से किससे जल्दी और ज्यादा ऊर्जा मिलती है?
- (A) वसा
(B) विटामिन
(C) प्रोटीन
(D) कार्बोहाइड्रेट
55. कोहनी में निम्नलिखित गति होती है :
- (A) अपावर्तन
(B) आकुंचन
(C) अभिवर्तन
(D) उपर्युक्त सभी
56. डेकाथलॉन क्या है?
- (A) 10 किमी. दौड़
(B) 10 आइटम की प्रतियोगिता
(C) मैराथन दौड़ का अंग
(D) 7 आइटम की प्रतियोगिता

57. Usain Bolt belongs to which country?

- (A) U.S.A.
- (B) Jamaica
- (C) South Africa
- (D) Bosnia

58. Advantage of exercise is:

- (A) Increment in self-confidence
- (B) Development in physical fitness
- (C) Development in memory
- (D) All of the above

59. Which component is developed by high altitude training?

- (A) Endurance
- (B) Speed
- (C) Strength
- (D) Flexibility

60. Which of the following events forms no part of decathlon?

- (A) 100 m sprint
- (B) 110 m hurdle
- (C) 200 m race
- (D) 400 m race

57. उसैन बोल्ट किस देश से है?

- (A) यू.एस.ए.
- (B) जमैका
- (C) दक्षिण अफ्रीका
- (D) बोसनिया

58. व्यायाम से होने वाला लाभ है :

- (A) आत्म विश्वास में वृद्धि
- (B) फिजिकल फिटनेस में वृद्धि
- (C) स्मृति में वृद्धि
- (D) उपर्युक्त सभी

59. High altitude प्रशिक्षण किस क्षमता को बढ़ाने के लिए दिया जाता है?

- (A) सहनशीलता
- (B) गति
- (C) शक्ति
- (D) लचीलापन

60. निम्नलिखित में से कौन सी प्रतिस्पर्धा डेकाथलॉन का हिस्सा नहीं है?

- (A) 100 मी. धावन दौड़
- (B) 110 मी. बाधा दौड़
- (C) 200 मी. दौड़
- (D) 400 मी. दौड़

61. Name the Indian athlete who won gold medal in World Athletic Championship?
- (A) Milkha Singh
(B) P.T. Usha
(C) Anju Bobby George
(D) Neelam J. Singh
62. In which part ball and socket joint is found?
- (A) Knee
(B) Shoulder and Pelvic
(C) Thigh
(D) Vertebral Column
63. During fatigue accumulates in muscles.
- (A) Lactic acid
(B) Insulin
(C) Waste water
(D) Oxygen
64. Lungs are the part of which system?
- (A) Respiratory system
(B) Excretory system
(C) Nervous system
(D) Digestive system
61. विश्व एथलेटिक प्रतियोगिता में स्वर्ण पदक विजेता भारतीय खिलाड़ी का नाम है :
- (A) मिल्खा सिंह
(B) पी.टी. ऊषा
(C) अंजू बॉबी जार्ज
(D) नीलम जे. सिंह
62. गेंद और गड्ढा सन्धि शरीर के किस अंग में होता है?
- (A) घुटने में
(B) कंधे व कूल्हे में
(C) जाँघ में
(D) रीढ़ की हड्डी में
63. थकान के समय माँसपेशियों में जमा हो जाता है:
- (A) दुग्धाम्ल
(B) इन्सुलिन
(C) अपशिष्ट जल
(D) ऑक्सीजन
64. फेफड़े निम्नलिखित में से किस प्रणाली के भाग हैं?
- (A) श्वसन तंत्र
(B) विसर्जन तंत्र
(C) तंत्रिका तंत्र
(D) पाचन तंत्र

65. Which of the following is known as a protective material?
- (A) Vitamin
(B) Protein
(C) Carbohydrate
(D) Fat
66. First step of sports management is:
- (A) Budgeting
(B) Co-ordinating
(C) Planning
(D) Directing
67. Classroom communication must be:
- (A) Teacher centric
(B) Student centric
(C) General centric
(D) Text-book centric
68. What was Nalanda University world famous for?
- (A) Logic
(B) Medical Science
(C) Buddhist Philosophy
(D) Chemical Science
65. निम्नलिखित में से किसे रक्षात्मक पदार्थ कहा जाता है?
- (A) विटामिन
(B) प्रोटीन
(C) कार्बोहाइड्रेट
(D) वसा
66. खेल प्रबन्धन का प्रथम चरण है :
- (A) बजट निर्माण
(B) समन्वयन
(C) नियोजन
(D) निर्देशन
67. कक्षा संप्रेषण होना चाहिए :
- (A) शिक्षक केन्द्रिक
(B) छात्र केन्द्रिक
(C) सामान्य केन्द्रिक
(D) पाठ्य-पुस्तक केन्द्रिक
68. नालन्दा विश्वविद्यालय विश्व में प्रसिद्ध था:
- (A) तर्क के लिए
(B) चिकित्सा विज्ञान के लिए
(C) बुद्ध दर्शन के लिए
(D) रसायन विज्ञान के लिए

69. "Learning is a process of development." who said?
- (A) Skinner
(B) Crow and Corv
(C) Woodworth
(D) Gates
70. John Dewey said :
- (A) School is a general environment
(B) School is a specific environment
(C) School is a technical environment
(D) School is a informal environment
71. Kinds of fatigue are :
- (A) Physical fatigue
(B) Mental fatigue
(C) Both (A) and (B)
(D) Social fatigue
72. The aspects of personality are:
- (A) Action
(B) Social
(C) Cause
(D) All of the above
73. Causes of individual differences are:
- (A) Heredity
(B) Environment
(C) Age and Intelligence
(D) All of the above

69. "सीखना विकास की प्रक्रिया है।" किसने कहा?

- (A) स्किनर
(B) क्रो एण्ड क्रो
(C) वुडवर्थ
(D) गेट्स

70. जॉन डीवी ने कहा :

- (A) विद्यालय एक साधारण वातावरण है।
(B) विद्यालय एक विशेष वातावरण है।
(C) विद्यालय एक तकनीकी वातावरण है।
(D) विद्यालय एक अनौपचारिक वातावरण है।

71. थकान के प्रकार हैं :

- (A) शारीरिक थकान
(B) मानसिक थकान
(C) (A) तथा (B) दोनों
(D) सामाजिक थकान

72. व्यक्तित्व के पहलू हैं :

- (A) क्रियात्मक
(B) सामाजिक
(C) कारण
(D) उपर्युक्त सभी

73. व्यक्तिगत भिन्नताओं के कारण हैं :

- (A) वंशानुक्रम
(B) वातावरण
(C) आयु एवं बुद्धि
(D) उपर्युक्त सभी

74. How many personality types are mentioned by Krestchmer?

- (A) 2
- (B) 3
- (C) 6
- (D) 4

75. Mental health of a child depends on:

- (A) School
- (B) Family
- (C) Community
- (D) All of the above

76. It is necessary for purification of human body:

- (A) Asana
- (B) Shatkarma ki Kriya
- (C) Pranayam
- (D) Meditation

77. According to Yoga how many cycles does a human body have?

- (A) 5
- (B) 7
- (C) 8
- (D) 10

74. केशमर ने कितने तरह के व्यक्तित्व बताये हैं?

- (A) 2
- (B) 3
- (C) 6
- (D) 4

75. बालक का मानसिक स्वास्थ्य निर्भर करता है :

- (A) विद्यालय पर
- (B) परिवार पर
- (C) समुदाय पर
- (D) उपर्युक्त सभी

76. शरीर की शुद्धि के लिए आवश्यक है :

- (A) आसन
- (B) षट्कर्म की क्रियाएँ
- (C) प्राणायाम
- (D) ध्यान

77. योग के अनुसार मानव शरीर में कितने चक्र होते हैं?

- (A) 5
- (B) 7
- (C) 8
- (D) 10

78. Which is the fifth organ in 'Ashtang Yoga'?

- (A) Yam
- (B) Samadhi
- (C) Pratyahar
- (D) Asana

79. The Asana in which the feet acquire the shape of lotus?

- (A) Padmasana
- (B) Sukhasana
- (C) Vajrasana
- (D) Dandasana

80. The breathing organ in man is:

- (A) Lungs
- (B) Nose
- (C) Trachea
- (D) Nasal cavity

81. Physical Education syllabus and methods of physical Education are determined:

- (A) For the development of child
- (B) As per interest
- (C) As per requirement and capability of child
- (D) All of the above

78. 'अष्टांग योग' में पाँचवाँ अंग कौन-सा है?

- (A) यम
- (B) समाधि
- (C) प्रत्याहार
- (D) आसन

79. वह आसन जिसमें पैरों की आकृति कमल के फूल की पंखुड़ियों के समान होती है :

- (A) पद्मासन
- (B) सुखासन
- (C) वज्रासन
- (D) दण्डासन

80. मनुष्य में श्वासोच्छ्वास की क्रिया होती है:

- (A) फेफड़ों में
- (B) नासिका में
- (C) श्वास नली में
- (D) नासा गुहा में

81. शारीरिक शिक्षा के पाठ्यक्रम एवं शिक्षण विधियों का निर्धारण किया जाता है :

- (A) बच्चे के विकास के लिए
- (B) बच्चे की रुचि के अनुकूल
- (C) बच्चे की आवश्यकता एवं योग्यता के अनुसार
- (D) उपर्युक्त सभी

82. The best form of recreation is:

(A) Outdoor activity

(B) Indoor activity

(C) Both (A) and (B)

(D) None of these

83. The kind of curriculum of Physical Education are:

(A) Child-centered curriculum

(B) Subject-centered curriculum

(C) Core curriculum

(D) All of the above

84. Where is Firozshah Kotla Stadium?

(A) Kolkata

(B) Delhi

(C) Mumbai

(D) Nagpur

85. The king of Asanas is:

(A) Sheershasana

(B) Sarvangasana

(C) Bhujangasana

(D) Dhanurasana

86. Which of the following Yoga is mentioned in the 'Gita'?

(A) Karma Yoga

(B) Hatha Yoga

(C) Naad Yoga

(D) Laya Yoga

82. मनोरंजन का सर्वोत्तम प्रकार है :

(A) बाह्यसदन क्रियाएँ

(B) अन्तःसदन क्रियाएँ

(C) (A) और (B) दोनों

(D) इनमें से कोई नहीं

83. शारीरिक शिक्षा के पाठ्यक्रम के प्रकार हैं :

(A) बाल-केन्द्रित पाठ्यक्रम

(B) विषय-केन्द्रित पाठ्यक्रम

(C) कोर पाठ्यक्रम

(D) उपर्युक्त सभी

84. फिरोजशाह कोटला मैदान कहाँ है?

(A) कोलकाता

(B) दिल्ली

(C) मुम्बई

(D) नागपुर

85. आसनों का राजा है :

(A) शीर्षासन

(B) सर्वांगासन

(C) भुजंगासन

(D) धनुरासन

86. निम्नलिखित में से 'गीता' में कौन सा योग है?

(A) कर्म योग

(B) हठ योग

(C) नाद योग

(D) लय योग

87. The Physical Education is related with:
- (A) P.T.
 (B) Gymnastic
 (C) Drill
 (D) All of the above
88. What is the aim of Physical Education?
- (A) Physical development of human
 (B) All round development of human
 (C) Mental development of human
 (D) Social development of human
89. The headquarters of Sports Authority of India is in:
- (A) Mumbai
 (B) Delhi
 (C) Chandigarh
 (D) Kolkata
90. What is the meaning of Yoga?
- (A) It is an art to devote body, heart and soul to the almighty
 (B) Physical Exercise
 (C) Asana
 (D) Pranayam

87. शारीरिक शिक्षा का सम्बन्ध है :
- (A) पी. टी. से
 (B) जिम्नास्टिक से
 (C) ड्रिल से
 (D) उपर्युक्त सभी से
88. शारीरिक शिक्षा का लक्ष्य क्या है?
- (A) मनुष्य का शारीरिक विकास
 (B) मनुष्य का सर्वांगीण विकास
 (C) मनुष्य का मानसिक विकास
 (D) मनुष्य का सामाजिक विकास
89. भारतीय खेल प्राधिकरण का मुख्यालय है :
- (A) मुम्बई में
 (B) दिल्ली में
 (C) चण्डीगढ़ में
 (D) कोलकाता में
90. योग का क्या अर्थ है ?
- (A) शरीर, मन और आत्मा को परमात्मा से जोड़ने की क्रिया है
 (B) शारीरिक व्यायाम
 (C) आसन
 (D) प्राणायाम

91. It is found more in fresh air:
- (A) Carbon dioxide
 (B) Oxygen
 (C) Nitrogen
 (D) All of the above
92. Which of the following according to 'Patanjali' is the formula for Yoga?
- (A) Prakriti Yoga
 (B) Aatma Yoga
 (C) Hatha Yoga
 (D) Ashtang Yoga
93. The Asana that helps to cure diabetes:
- (A) Tadasana
 (B) Shavasana
 (C) Dhanurasana
 (D) Mandukasana
94. The process of given out air:
- (A) Experation
 (B) Inspiration
 (C) Force pump
 (D) Respiration
95. The scope of Physical Education is:
- (A) Reading
 (B) To deliver speech
 (C) Physical activity
 (D) Dance

91. ताजी हवा में अधिक होता है :
- (A) कार्बन डाईऑक्साइड
 (B) ऑक्सीजन
 (C) नाइट्रोजन
 (D) उपर्युक्त सभी
92. निम्नलिखित में से योग दर्शन पर 'पतंजलि' द्वारा लिखित सूत्र क्या कहलाता है?
- (A) प्रकृति योग
 (B) आत्म योग
 (C) हठ योग
 (D) अष्टांग योग
93. वह आसन जो डायबिटीज दूर करता है :
- (A) ताडासन
 (B) शवासन
 (C) धनुरासन
 (D) मण्डूकासन
94. हवा को बाहर निकालने की क्रिया को कहते हैं
- (A) बहिः श्वास
 (B) निः श्वास
 (C) फोर्स पम्प
 (D) श्वसन
95. शारीरिक शिक्षा का क्षेत्र है :
- (A) पढ़ना
 (B) भाषण देना
 (C) शारीरिक क्रियाएँ
 (D) नृत्य

96. Good character possesses :
- (A) Lie
(B) Cheating
(C) Dishonesty
(D) Co-operation
97. It is not the cause of fatigue :
- (A) Continuous work
(B) Rest
(C) Teaching method
(D) Confidence
98. Contribution by learning in education is:
- (A) Change in behaviour
(B) In adjustment
(C) Gaining new experience
(D) All of the above
99. A useful sports teaching aid is:
- (A) Chart
(B) Diagram
(C) Drawing
(D) Audio-visual aids
100. Which of the following is not included in ancient activities?
- (A) Boxing
(B) Fencing
(C) Firing
(D) Wrestling

96. अच्छे चरित्र में होता है :
- (A) झूठ
(B) धोखा
(C) बेईमानी
(D) सहयोग
97. थकान का कारण नहीं है :
- (A) निरन्तर कार्य करते रहना
(B) विश्राम
(C) शिक्षण विधि
(D) आत्मविश्वास
98. अधिगम का शिक्षा में योगदान :
- (A) व्यवहार परिवर्तन में
(B) संयोजन में
(C) नवीन अनुभव प्राप्त करने में
(D) उपर्युक्त सभी
99. खेलों के लिए उपयोगी शिक्षण साधन है :
- (A) चार्ट
(B) चित्र
(C) ड्राइंग
(D) दृश्य-श्रव्य साधन
100. निम्नलिखित में से कौन प्राचीन शारीरिक गतिविधियों में शामिल नहीं है?
- (A) मुक्केबाजी
(B) तलवारबाजी
(C) फायरिंग
(D) कुश्ती