

Roll. No. ....

Question Booklet Number

O.M.R. Serial No.

--	--	--	--	--	--	--	--

## M.P.Ed. (SEM.-IV) EXAMINATION, 2022

### ADAPTED PHYSICAL EDUCATION

( MPEC-401 )

Paper Code			
1	1	1	6

Question Booklet  
Series

**A**

Time : 1 : 30 Hours

Max. Marks : 100

#### Instructions to the Examinee :

1. Do not open the booklet unless you are asked to do so.
2. The booklet contains 60 questions. Examinee is required to answer any 50 questions in the OMR Answer-Sheet provided and not in the question booklet. If more than 50 questions are attempted by student, then the first attempted 50 questions will be considered for evaluation. All questions carry equal marks.
3. Examine the Booklet and the OMR Answer-Sheet very carefully before you proceed. Faulty question booklet due to missing or duplicate pages/questions or having any other discrepancy should be got immediately replaced.

*(Remaining instructions on last page)*

#### परीक्षार्थियों के लिए निर्देश :

1. प्रश्न-पुस्तिका को तब तक न खोलें जब तक आपसे कहा न जाए।
2. प्रश्न-पुस्तिका में 60 प्रश्न हैं। परीक्षार्थी को किन्हीं 50 प्रश्नों को केवल दी गई OMR आन्सर-शीट पर ही हल करना है, प्रश्न-पुस्तिका पर नहीं। यदि छात्र द्वारा 50 से अधिक प्रश्नों को हल किया जाता है तो प्रारम्भिक हल किये हुए 50 प्रश्नों को ही मूल्यांकन हेतु सम्मिलित किया जाएगा। सभी प्रश्नों के अंक समान हैं।
3. प्रश्नों के उत्तर अंकित करने से पूर्व प्रश्न-पुस्तिका तथा OMR आन्सर-शीट को सावधानीपूर्वक देख लें। दोषपूर्ण प्रश्न-पुस्तिका जिसमें कुछ भाग छपने से छूट गए हों या प्रश्न एक से अधिक बार छप गए हों या उसमें किसी अन्य प्रकार की कमी हो, उसे तुरन्त बदल लें।

*(शेष निर्देश अन्तिम पृष्ठ पर)*



- |   |   |
|---|---|
| <p>1. Adapted physical education made for:</p> <p>(A) Disabled person</p> <p>(B) Sick person</p> <p>(C) Both (A) and (B)</p> <p>(D) None of the above</p>   | <p>1. अनुकूलित शारीरिक शिक्षा बनी है:</p> <p>(A) अक्षम व्यक्ति के लिए</p> <p>(B) बीमार व्यक्ति के लिए</p> <p>(C) दोनों (A) तथा (B)</p> <p>(D) उपरोक्त में से कोई नहीं</p>   |
| <p>2. Aim of adapted physical education :</p> <p>(A) To provide physical education to special (adapted)</p> <p>(B) To provide physical education to discised</p> <p>(C) To provide physical education to all</p> <p>(D) None of the above</p> | <p>2. अनुकूलित शारीरिक शिक्षा का लक्ष्य है:</p> <p>(A) अनुकूलितों को शारीरिक शिक्षा देना (प्रदान करना)</p> <p>(B) बीमारों को शारीरिक शिक्षा देना</p> <p>(C) सभी को शारीरिक शिक्षा देना</p> <p>(D) उपरोक्त में से कोई नहीं</p> |
| <p>3. Origin of adapted physical education is in:</p> <p>(A) 2500 B.C.</p> <p>(B) 500 B.C.</p> <p>(C) 400 B.C.</p> <p>(D) 5000 B.C.</p>   | <p>3. अनुकूलित शारीरिक शिक्षा की उत्पत्ति कब हुई?</p> <p>(A) 2500 ई.पू. में</p> <p>(B) 500 ई.पू. में</p> <p>(C) 400 ई.पू. में</p> <p>(D) 5000 ई.पू. में</p>   |
| <p>4. Adapted physical education was origin in :</p> <p>(A) China</p> <p>(B) America</p> <p>(C) India</p> <p>(D) None of the above</p>  | <p>4. अनुकूलित शारीरिक शिक्षा की उत्पत्ति कहाँ हुई?</p> <p>(A) चीन में</p> <p>(B) अमेरिका में</p> <p>(C) भारत में</p> <p>(D) उपरोक्त में से कोई नहीं</p>  |
| <p>5. In which century adapted physical education was developed most?</p> <p>(A) 1600 A.D.</p> <p>(B) 1700 A.D.</p> <p>(C) 1900 A.D.</p> <p>(D) 2000 A.D.</p>   | <p>5. अनुकूलित शारीरिक शिक्षा किस सदी में सर्वाधिक विकसित हुई?</p> <p>(A) 1600 ई. में</p> <p>(B) 1700 ई. में</p> <p>(C) 1900 ई. में</p> <p>(D) 2000 ई. में</p>  |

- |   |   |
|---|---|
| <p>6. Adapted physical education is a right for upto years:</p> <p>(A) 30 years</p> <p>(B) 21 years</p> <p>(C) 40 years</p> <p>(D) 20 years</p>   | <p>6. अनुकूलित शारीरिक शिक्षा किस आयु तक के लिए एक अधिकार है?</p> <p>(A) 30 वर्ष</p> <p>(B) 21 वर्ष</p> <p>(C) 40 वर्ष</p> <p>(D) 20 वर्ष</p>   |
| <p>7. In which, Rehabilitation Act Adapted physical education is described?</p> <p>(A) 1973</p> <p>(B) 1980</p> <p>(C) 1990</p> <p>(D) 2000</p>   | <p>7. अनुकूलित शारीरिक शिक्षा का वर्णन किस रिहैबिलिटेशन एक्ट में है?</p> <p>(A) 1973</p> <p>(B) 1980</p> <p>(C) 1990</p> <p>(D) 2000</p>  |
| <p>8. Adapted physical education gives right under which section of Rehabilitation Act?</p> <p>(A) Section 504</p> <p>(B) Section 500</p> <p>(C) Section 600</p> <p>(D) None of the above</p> | <p>8. रिहैबिलिटेशन एक्ट की किस धारा में अनुकूलित शारीरिक शिक्षा का अधिकार दिया गया है?</p> <p>(A) 504 धारा</p> <p>(B) 500 धारा</p> <p>(C) 600 धारा</p> <p>(D) उपरोक्त में से कोई नहीं</p> |
| <p>9. Providing physical education to disable person is duty of:</p> <p>(A) Government</p> <p>(B) Institution</p> <p>(C) Government, Institution, NGO</p> <p>(D) None of the above</p>        | <p>9. अक्षम व्यक्ति को शारीरिक शिक्षा प्रदान करना किसका दायित्व है?</p> <p>(A) सरकार</p> <p>(B) संस्थान</p> <p>(C) सरकार, संस्थान, एन.जी.ओ.</p> <p>(D) उपरोक्त में से कोई नहीं</p>        |
| <p>10. Adapted physical education is important for:</p> <p>(A) Student</p> <p>(B) Industry</p> <p>(C) Society</p> <p>(D) All of the above</p>   | <p>10. अनुकूलित शारीरिक शिक्षा महत्वपूर्ण है:</p> <p>(A) छात्र के लिए</p> <p>(B) उद्योग के लिए</p> <p>(C) समाज के लिए</p> <p>(D) उपरोक्त सभी के लिए</p>                                   |

- |   |                                       |
|---|---------------------------------------|
| 11. Physical disability is:                 | 11. शारीरिक अक्षमता है:               |
| (A) Postural deformity                      | (A) शारीरिक संरचनात्मक दोष            |
| (B) Blindness                               | (B) अंधापन                            |
| (C) Dumb                                    | (C) मंदबुद्धि                         |
| (D) None of the above                       | (D) उपरोक्त में से कोई नहीं           |
| 12. Mental Retardation is:                  | 12. मानसिक अक्षमता है:                |
| (A) Dumb                                    | (A) गूँगा                             |
| (B) Genius                                  | (B) अतितीव्र                          |
| (C) Mental imbalance                        | (C) मानसिक विकृष्ट                    |
| (D) All of the above                        | (D) उपरोक्त सभी                       |
| 13. Echo hearing is:                        | 13. आवाज गूँजता है:                   |
| (A) Physical disability                     | (A) शारीरिक अक्षमता                   |
| (B) Mental disability                       | (B) मानसिक अक्षमता                    |
| (C) Visual impairment                       | (C) दृष्टि दोष                        |
| (D) Hearing impairment                      | (D) श्रवण दोष                         |
| 14. Night blindness is:                     | 14. रतौंधी है:                        |
| (A) Visual impairment                       | (A) दृष्टि बाधिता                     |
| (B) Mental retardation                      | (B) मानसिक अक्षमता                    |
| (C) Both (A) and (B)                        | (C) दोनों (A) तथा (B)                 |
| (D) None of the above                       | (D) उपरोक्त में से कोई नहीं           |
| 15. Behavior teaching management is:        | 15. व्यवहार शिक्षण प्रबंधन है:        |
| (A) Training                                | (A) प्रशिक्षण                         |
| (B) Management                              | (B) प्रबंधन                           |
| (C) Principle of adapted physical education | (C) अनुकूलित शारीरिक शिक्षा सिद्धान्त |
| (D) None of the above                       | (D) उपरोक्त में से कोई नहीं           |

- |  |  |
|--|--|
| <p>16. Condition of person depend on:</p> <p>(A) Limitation of adapted physical education</p> <p>(B) Baldness</p> <p>(C) Both (A) and (B)</p> <p>(D) None of the above</p> | <p>16. व्यक्ति की स्थिति निर्भर करती है:</p> <p>(A) अनुकूलित शारीरिक शिक्षा की सीमा पर</p> <p>(B) गंजापन</p> <p>(C) दोनों (A) तथा (B)</p> <p>(D) उपरोक्त में से कोई नहीं</p>       |
| <p>17. In which year guiding principle of adapted physical education formulated?</p> <p>(A) 1951</p> <p>(B) 1952</p> <p>(C) 1953</p> <p>(D) 1954</p>                       | <p>17. अनुकूलित शारीरिक शिक्षा के निर्देशक सिद्धान्त किस वर्ष प्रतिपादित किये गये?</p> <p>(A) 1951 में</p> <p>(B) 1952 में</p> <p>(C) 1953 में</p> <p>(D) 1954 में</p>             |
| <p>18. Guiding principles were given by:</p> <p>(A) Arthur S. Daniel</p> <p>(B) Powel</p> <p>(C) Dunai</p> <p>(D) None of the above</p>                                    | <p>18. दिशा निर्देश सिद्धान्त किसने प्रतिपादित किया?</p> <p>(A) आर्थर एस. डेनियल</p> <p>(B) पॉवेल</p> <p>(C) डुनाई</p> <p>(D) उपरोक्त में से कोई नहीं</p>                          |
| <p>19. Which committee formulated guiding principles?</p> <p>(A) AAHPHERD</p> <p>(B) NITI</p> <p>(C) Both (A) and (B)</p> <p>(D) None of the above</p>                     | <p>19. किस समिति द्वारा दिशा निर्देशक सिद्धान्त बनाया गया?</p> <p>(A) AAHPHERD</p> <p>(B) NITI</p> <p>(C) दोनों (A) तथा (B)</p> <p>(D) उपरोक्त में से कोई नहीं</p>                 |
| <p>20. Who headed the committee to form guided principles?</p> <p>(A) Arthur S. Daniel</p> <p>(B) J.S. Dhau</p> <p>(C) Both (A) and (B)</p> <p>(D) None of the above</p>   | <p>20. निदेशक सिद्धान्त की प्रतिपादक समिति के प्रमुख कौन थे?</p> <p>(A) आर्थर एस. डेनियल</p> <p>(B) जे.एस. धौल</p> <p>(C) दोनों (A) तथा (B)</p> <p>(D) उपरोक्त में से कोई नहीं</p> |

21. First of all where was FIRST AID word was used?
- (A) England  
(B) Britain  
(C) India  
(D) None of the above
22. Breaking of bone is known as:
- (A) Bone cancer  
(B) Dislocation  
(C) Fracture  
(D) None of the above
23. Green stick fracture is found in:
- (A) Young  
(B) Children  
(C) Old  
(D) None of the above
24. Breaking of bone in many small parts:
- (A) Comminuted  
(B) Green stick  
(C) Both (A) and (B)  
(D) None of the above
25. Ligament injury is related to :
- (A) Strain  
(B) Sprain  
(C) Both (A) and (B)  
(D) None of the above
21. पहली बार प्राथमिक उपचार शब्द किस देश में प्रयोग किया गया?
- (A) इंग्लैंड  
(B) ब्रिटेन  
(C) भारत  
(D) उपरोक्त में से कोई नहीं
22. हड्डी का टूटना कहलाता है:
- (A) बोन कैंसर  
(B) डिस्लोकेशन  
(C) फ्रैक्चर  
(D) उपरोक्त में से कोई नहीं
23. ग्रीन स्टिक फ्रैक्चर देखने को मिलता है:
- (A) जवान में  
(B) बच्चों में  
(C) वृद्धों में  
(D) उपरोक्त में से कोई नहीं
24. हड्डियों का कई भागों (छोटे-छोटे) में टूटना कहलाता है:
- (A) कोम्पिनुटेड  
(B) ग्रीन स्टिक  
(C) दोनों (A) तथा (B)  
(D) उपरोक्त में से कोई नहीं
25. लिगामेन्ट चोट सम्बन्धित है:
- (A) स्ट्रेन  
(B) स्प्रेन  
(C) दोनों (A) तथा (B)  
(D) उपरोक्त में से कोई नहीं

26. Rehabilitation is used through:
- (A) PRICE  
(B) MIKE  
(C) Both (A) and (B)  
(D) None of the above
27. Where is humerus bone situated?
- (A) Arm  
(B) Leg  
(C) Knee  
(D) None of the above
28. Treatment by snow in injury is:
- (A) Cryotherapy  
(B) Whirlpool  
(C) Both (A) and (B)  
(D) None of the above
29. Injury in knee occurs in:
- (A) Cycling  
(B) Boating  
(C) Football  
(D) None of the above
30. Injury in tendon is related to:
- (A) Strain  
(B) Nervous system  
(C) Both (A) and (B)  
(D) None of the above
26. रिहैबिलिटेशन किसके द्वारा दिया जाता है?
- (A) PRICE  
(B) MIKE  
(C) दोनों (A) तथा (B)  
(D) उपरोक्त में से कोई नहीं
27. ह्यूमरस हड्डी कहाँ पायी जाती है?
- (A) बाँह  
(B) पैर  
(C) घुटना  
(D) उपरोक्त में से कोई नहीं
28. चोट लगने पर बर्फ से उपचार देना है:
- (A) क्रायोथेरेपी  
(B) व्हलपूल  
(C) दोनों (A) तथा (B)  
(D) उपरोक्त में से कोई नहीं
29. घुटने में ज्यादातर चोट लगती है:
- (A) साइक्लिंग में  
(B) नौकायन में  
(C) फुटबाल में  
(D) उपरोक्त में से कोई नहीं
30. टैन्डन में चोट सम्बन्धित है:
- (A) स्ट्रेन  
(B) तंत्रिका तंत्र  
(C) दोनों (A) तथा (B)  
(D) उपरोक्त में से कोई नहीं

31. Wax is used in which therapy?
- (A) Parafin bath  
(B) Whirlpool  
(C) Both (A) and (B)  
(D) None of the above
32. C stands for in RICE :
- (A) Compression  
(B) Sit  
(C) Stand  
(D) None of the above
33. Which is skin injury?
- (A) Abrasion  
(B) Fracture  
(C) Both (A) and (B)  
(D) None of the above
34. R stands for in RICE :
- (A) Rest  
(B) Easy  
(C) Ice  
(D) None of the above
35. Classification of injuries related to:
- (A) Serious injury  
(B) Overuse injury  
(C) Both (A) and (B)  
(D) None of the above
31. किस थेरेपी में मोम प्रयुक्त होता है?
- (A) पैराफिन बाथ  
(B) व्हर्लपूल  
(C) दोनों (A) तथा (B)  
(D) उपरोक्त में से कोई नहीं
32. RICE में C का अर्थ है:
- (A) दबाना  
(B) बैठना  
(C) खड़े होना  
(D) उपरोक्त में से कोई नहीं
33. त्वचा की चोट कौन-सी है?
- (A) अब्रेशन  
(B) फ्रैक्चर  
(C) दोनों (A) तथा (B)  
(D) उपरोक्त में से कोई नहीं
34. RICE में R का क्या तात्पर्य है?
- (A) आराम  
(B) आसान  
(C) बर्फ  
(D) उपरोक्त में से कोई नहीं
35. चोट का वर्गीकरण सम्बन्धित है:
- (A) गंभीर चोट  
(B) ओवरयूज चोट  
(C) दोनों (A) तथा (B)  
(D) उपरोक्त में से कोई नहीं

36. 'Specific Adaptation to Imposed Demands' related to:
- (A) SAID  
(B) SAFF  
(C) SADD  
(D) None of the above
37. A stands for in SAID :
- (A) Adaptation  
(B) Administration  
(C) Both (A) and (B)  
(D) None of the above
38. D stands for in SAID:
- (A) Depend  
(B) Demand  
(C) None of the above  
(D) Both (A) and (B)
39. In which game Tennis elbow generally occurs?
- (A) Tennis  
(B) Badminton  
(C) Both (A) and (B)  
(D) None of the above
40. Lumber go related to :
- (A) waist pain  
(B) arm pain  
(C) finger pain  
(D) None of the above
36. 'स्पेसिफिक अडाप्टेशन टू इम्पोज्ड डिमान्ड' सम्बन्धित है:
- (A) SAID  
(B) SAFF  
(C) SADD  
(D) उपरोक्त में से कोई नहीं
37. SAID में A का क्या तात्पर्य है?
- (A) अनुकूलन  
(B) प्रशासन  
(C) दोनों (A) तथा (B)  
(D) उपरोक्त में से कोई नहीं
38. SAID में D से क्या तात्पर्य है?
- (A) डिपैण्ड  
(B) डिमान्ड  
(C) उपरोक्त में से कोई नहीं  
(D) दोनों (A) तथा (B)
39. किस खेल में टेनिस एल्बो ज्यादातर प्रदर्शित होती है?
- (A) टेनिस  
(B) बैडमिन्टन  
(C) दोनों (A) तथा (B)  
(D) उपरोक्त में से कोई नहीं
40. लम्बर गो सम्बन्धित है:
- (A) कमर दर्द  
(B) बाँह दर्द  
(C) उँगली दर्द  
(D) उपरोक्त में से कोई नहीं

- |  |   |
|--|---|
| <p>41. Weakening of muscles is:</p> <p>(A) Atrophy</p> <p>(B) Hypertrophy</p> <p>(C) Both (A) and (B)</p> <p>(D) None of the above</p>                                 | <p>41. माँसपेशियों का कमजोर पड़ जाना है:</p> <p>(A) एट्रॉफी</p> <p>(B) हाइपरट्रॉफी</p> <p>(C) दोनों (A) तथा (B)</p> <p>(D) उपरोक्त में से कोई नहीं</p>                  |
| <p>42. Mud Therapy related to:</p> <p>(A) Mud (soil)</p> <p>(B) Wax</p> <p>(C) Water</p> <p>(D) None of the above</p>  | <p>42. मड थेरेपी सम्बन्धित है:</p> <p>(A) मड या मिट्टी</p> <p>(B) मोम</p> <p>(C) पानी</p> <p>(D) उपरोक्त में से कोई नहीं</p>  |
| <p>43. Corrective exercise is related to:</p> <p>(A) correct posture of injured part</p> <p>(B) walk properly</p> <p>(C) sit properly</p> <p>(D) none of the above</p> | <p>43. करैक्टिव व्यायाम सम्बन्धित है:</p> <p>(A) चोटिल भाग के विन्यास को सही करना</p> <p>(B) सही से चलना</p> <p>(C) सही से बैठना</p> <p>(D) उपरोक्त में से कोई नहीं</p> |
| <p>44. Yoga therapy is related to:</p> <p>(A) Yoga</p> <p>(B) Walk</p> <p>(C) Jump</p> <p>(D) None of the above</p>  | <p>44. योग थेरेपी सम्बन्धित है:</p> <p>(A) योग</p> <p>(B) टहलना</p> <p>(C) कूद</p> <p>(D) उपरोक्त में से कोई नहीं</p>   |
| <p>45. Steam Therapy is related to:</p> <p>(A) Steam</p> <p>(B) Water</p> <p>(C) Wax</p> <p>(D) None of the above</p>  | <p>45. स्टीम थेरेपी सम्बन्धित है:</p> <p>(A) भाप</p> <p>(B) जल</p> <p>(C) मोम</p> <p>(D) उपरोक्त में से कोई नहीं</p>  |

46. Hydrotherapy is related to:
- (A) Water  
(B) Wax  
(C) Steam  
(D) None of the above
47. Cramp is injury of:
- (A) Muscles  
(B) Bone  
(C) Both (A) and (B)  
(D) None of the above
48. Dope test was started in which year in Olympic?
- (A) 1936  
(B) 1940  
(C) 1968  
(D) 2000
49. ODEMA is a :
- (A) Swelling  
(B) Cut  
(C) Pain  
(D) None of the above
50. Fungus between fingers:
- (A) Athlete foot  
(B) Sprain  
(C) Strain  
(D) None of the above
46. हाइड्रोथेरेपी सम्बन्धित है:
- (A) जल  
(B) मोम  
(C) भाप  
(D) उपरोक्त में से कोई नहीं
47. क्रेम्प चोट है:
- (A) मांसपेशी  
(B) हड्डी  
(C) दोनों (A) तथा (B)  
(D) उपरोक्त में से कोई नहीं
48. ओलंपिक में डोप टेस्ट किस वर्ष शुरू हुआ?
- (A) 1936 में  
(B) 1940 में  
(C) 1968 में  
(D) 2000 में
49. ODEMA सम्बन्धित है:
- (A) सूजन  
(B) कट  
(C) दर्द  
(D) उपरोक्त में से कोई नहीं
50. अंगुलियों के बीच फंगस लग जाना:
- (A) एथलीट फुट  
(B) स्प्रेन  
(C) स्ट्रेन  
(D) उपरोक्त में से कोई नहीं

51. E stands for in PRICE:
- (A) Elevation  
(B) Elimination  
(C) Both (A) and (B)  
(D) None of the above
52. Rehabilitation exercises are divided in:
- (A) General  
(B) Specific  
(C) Both (A) and (B)  
(D) None of the above
53. Exercise which is done without help of, is:
- (A) Active  
(B) Passive  
(C) Nutral  
(D) None of the above
54. Strengthening exercises in Rehabilitation are:
- (A) Isometric  
(B) Isotonic  
(C) Isokinetic  
(D) All of the above
55. Psychological Training methods are used in Rehabilitation to reduce:
- (A) Anxiety  
(B) Confidence  
(C) Both (A) and (B)  
(D) None of the above
51. PRICE में E से क्या तात्पर्य है?
- (A) एलीवेशन  
(B) एलीमिनेशन  
(C) दोनों (A) तथा (B)  
(D) उपरोक्त में से कोई नहीं
52. रीहैबिलिटेशन व्यायाम कितने भागों में बटे है?
- (A) सामान्य व्यायाम  
(B) विशिष्ट व्यायाम  
(C) दोनों (A) तथा (B)  
(D) उपरोक्त में से कोई नहीं
53. ऐसे व्यायाम जो बिना सहायता के किए जाते हैं:
- (A) सक्रिय  
(B) निष्क्रिय  
(C) उदासीन  
(D) उपरोक्त में से कोई नहीं
54. रीहैबिलिटेशन में शक्तिवर्धक व्यायाम हैं:
- (A) आइसोमेट्रिक  
(B) आइसोटोनिक  
(C) आइसोकाइनेटिक  
(D) उपरोक्त सभी
55. मनोवैज्ञानिक प्रशिक्षण विधियाँ रीहैबिलिटेशन में प्रयोग लायी जाती है ताकि ..... कम किया जा सके
- (A) चिन्ता  
(B) विश्वास  
(C) दोनों (A) तथा (B)  
(D) उपरोक्त में से कोई नहीं

56. General exercise is:
- (A) Exercise by sitting  
 (B) Exercise by running fast  
 (C) Both (A) and (B)  
 (D) None of the above
57. Massage therapy related to:
- (A) Massage  
 (B) Run  
 (C) Walk  
 (D) None of the above
58. Buoyancy is related to:
- (A) Swimming  
 (B) Walking  
 (C) Running  
 (D) All of the above
59. Tendinitis is related to \_\_\_\_ injury.
- (A) Tendon  
 (B) Muscle  
 (C) Bone  
 (D) None of the above
60. Who is the father of sports medicine?
- (A) Herodotus  
 (B) J.K. Bhosle  
 (C) Both (A) and (B)  
 (D) None of the above
56. सामान्य व्यायाम है:
- (A) बैठकर व्यायाम  
 (B) तेज दौड़कर व्यायाम  
 (C) दोनों (A) तथा (B)  
 (D) उपरोक्त में से कोई नहीं
57. मासाज थेरेपी सम्बन्धित है:
- (A) मसाज  
 (B) दौड़ना  
 (C) टहलना  
 (D) उपरोक्त में से कोई नहीं
58. बॉयान्सी सम्बन्धित है:
- (A) तैराकी से  
 (B) टहलने से  
 (C) दौड़ने से  
 (D) उपरोक्त सभी
59. टेन्डिनिटीज ..... चोट से सम्बन्धित है।
- (A) टेन्डन  
 (B) मांसपेशी  
 (C) हड्डी  
 (D) उपरोक्त में से कोई नहीं
60. खेल चिकित्सा के पितामह कौन हैं?
- (A) हैरोडिकस  
 (B) जे.के. भोसले  
 (C) दोनों (A) तथा (B)  
 (D) उपरोक्त में से कोई नहीं

## **Rough Work / रफ कार्य**

**Example :**

**Question :**

Q.1 (A) ● (C) (D)

Q.2 (A) (B) ● (D)

Q.3 (A) ● (C) (D)

4. Each question carries equal marks. Marks will be awarded according to the number of correct answers you have.
5. All answers are to be given on OMR Answer Sheet only. Answers given anywhere other than the place specified in the answer sheet will not be considered valid.
6. Before writing anything on the OMR Answer Sheet, all the instructions given in it should be read carefully.
7. After the completion of the examination, candidates should leave the examination hall only after providing their OMR Answer Sheet to the invigilator. Candidate can carry their Question Booklet.
8. There will be no negative marking.
9. Rough work, if any, should be done on the blank pages provided for the purpose in the booklet.
10. To bring and use of log-book, calculator, pager & cellular phone in examination hall is prohibited.
11. In case of any difference found in English and Hindi version of the question, the English version of the question will be held authentic.

**Impt. On opening the question booklet, first check that all the pages of the question booklet are printed properly. If there is any discrepancy in the question Booklet, then after showing it to the invigilator, get another question Booklet of the same series.**

**उदाहरण :**

**प्रश्न :**

प्रश्न 1 (A) ● (C) (D)

प्रश्न 2 (A) (B) ● (D)

प्रश्न 3 (A) ● (C) (D)

4. प्रत्येक प्रश्न के अंक समान हैं। आपके जितने उत्तर सही होंगे, उन्हीं के अनुसार अंक प्रदान किये जायेंगे।
5. सभी उत्तर केवल ओ०एम०आर० उत्तर-पत्रक (OMR Answer Sheet) पर ही दिये जाने हैं। उत्तर-पत्रक में निर्धारित स्थान के अलावा अन्यत्र कहीं पर दिया गया उत्तर मान्य नहीं होगा।
6. ओ०एम०आर० उत्तर-पत्रक (OMR Answer Sheet) पर कुछ भी लिखने से पूर्व उसमें दिये गये सभी अनुदेशों को सावधानीपूर्वक पढ़ लिया जाये।
7. परीक्षा समाप्ति के उपरान्त परीक्षार्थी कक्ष निरीक्षक को अपनी OMR Answer Sheet उपलब्ध कराने के बाद ही परीक्षा कक्ष से प्रस्थान करें। परीक्षार्थी अपने साथ प्रश्न-पुस्तिका ले जा सकते हैं।
8. निगेटिव मार्किंग नहीं है।
9. कोई भी रफ कार्य, प्रश्न-पुस्तिका में, रफ-कार्य के लिए दिए खाली पेज पर ही किया जाना चाहिए।
10. परीक्षा-कक्ष में लॉग-बुक, कैल्कुलेटर, पेजर तथा सेल्युलर फोन ले जाना तथा उसका उपयोग करना वर्जित है।
11. प्रश्न के हिन्दी एवं अंग्रेजी रूपान्तरण में भिन्नता होने की दशा में प्रश्न का अंग्रेजी रूपान्तरण ही मान्य होगा।

**महत्वपूर्ण:** प्रश्नपुस्तिका खोलने पर प्रथमतः जाँच कर देख लें कि प्रश्नपुस्तिका के सभी पृष्ठ भलीभाँति छपे हुए हैं। यदि प्रश्नपुस्तिका में कोई कमी हो, तो कक्षनिरीक्षक को दिखाकर उसी सिरीज की दूसरी प्रश्नपुस्तिका प्राप्त कर लें।