

Roll No.-----

Paper Code

6 8 3

(To be filled in the
OMR Sheet)

प्रश्नपुस्तिका क्रमांक
Question Booklet No.

O.M.R. Serial No.

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

प्रश्नपुस्तिका सीरीज
Question Booklet Series

A

M.P.Ed. (Third Semester) Examination, April-2022
(MPCC 302)
Sports Medicine

Time: 1:30 Hours

Maximum Marks: 80

जब तक कहा न जाय, इस प्रश्नपुस्तिका को न खोलें

निर्देश :

1. परीक्षार्थी अपने अनुक्रमांक, विषय एवं प्रश्नपुस्तिका की सीरीज का विवरण यथास्थान सही : सही भरे, अन्यथा मूल्यांकन में किसी भी प्रकार की विसंगति की दशा में उसकी जिम्मेदारी स्वयं परीक्षार्थी की होगी।
2. इस प्रश्नपुस्तिका में 60 प्रश्न हैं, जिनमें से केवल 50 प्रश्नों के उत्तर परीक्षार्थियों द्वारा दिये जाने हैं। प्रत्येक प्रश्न के चार वैकल्पिक उत्तर प्रश्न के नीचे दिये गये हैं। इन चारों में से केवल एक ही उत्तर सही है। जिस उत्तर को आप सही या सबसे उचित समझते हैं, अपने उत्तर पत्रक (O.M.R. ANSWER SHEET) में उसके अक्षर वाले वृत्त को काले या नीले बाल प्वाइंट पेन से पूरा भर दें। यदि किसी परीक्षार्थी द्वारा निर्धारित प्रश्नों से अधिक प्रश्नों के उत्तर दिये जाते हैं तो उसके द्वारा हल किये गये प्रथमतः यथा निर्दिष्ट प्रश्नोत्तरों का ही मूल्यांकन किया जायेगा।
3. प्रत्येक प्रश्न के अंक समान हैं। आप के जितने उत्तर सही होंगे, उन्हीं के अनुसार अंक प्रदान किये जायेंगे।
4. सभी उत्तर केवल ओ०एम०आर० उत्तर पत्रक (O.M.R. ANSWER SHEET) पर ही दिये जाने हैं। उत्तर पत्रक में निर्धारित स्थान के अलावा अन्यत्र कहीं पर दिया गया उत्तर मान्य नहीं होगा।
5. ओ०एम०आर० उत्तर पत्रक (O.M.R. ANSWER SHEET) पर कुछ भी लिखने से पूर्व उसमें दिये गये सभी अनुदेशों को सावधानीपूर्वक पढ़ लिया जाय।
6. परीक्षा समाप्ति के उपरान्त परीक्षार्थी कक्ष निरीक्षक को अपनी प्रश्नपुस्तिका बुकलेट एवं ओ०एम०आर० शीट पृथक : पृथक उपलब्ध कराने के बाद ही परीक्षा कक्ष से प्रस्थान करें।
7. निगेटिव मार्किंग नहीं है।

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 कक्ष निरीक्षक को दिखाकर उसी सीरीज की दूसरी प्रश्नपुस्तिका प्राप्त कर लें।

- | | |
|---|--|
| <p>1. What is Sciatica ?</p> <p>(A) Loss of speech</p> <p>(B) Loss of Limb</p> <p>(C) Inflammatory condition of the sciatic nerve</p> <p>(D) Irritation of the brain stem</p> | <p>1. साइटिका क्या है ?</p> <p>(A) भाषण की हानि</p> <p>(B) अंग की हानि</p> <p>(C) कटिस्नायुशूल तंत्रिका की सूजन की स्थिति</p> <p>(D) ब्रेन स्टेम की जलन</p> |
| <p>2. What is another name for 'flat feet' ?</p> <p>(A) Pes planus</p> <p>(B) Pes cavus</p> <p>(C) Pes equine</p> <p>(D) Hallux rigidus</p> | <p>2. फ्लैट फुट का दूसरा नाम क्या है ?</p> <p>(A) पेस प्लेनस</p> <p>(B) पेस केवस</p> <p>(C) पेस इक्वाइन</p> <p>(D) हॉलक्स रिगिडस</p> |
| <p>3. A rupture in a blood vessel of brain or spinal cord is called :</p> <p>(A) Clotting</p> <p>(B) Swelling</p> <p>(C) Stroke</p> <p>(D) High blood pressure</p> | <p>3. मस्तिष्क की रक्त वाहिका और मेरुदण्ड में टूटना कहलाती है :</p> <p>(A) थक्का जमना</p> <p>(B) सूजन</p> <p>(C) स्ट्रेन</p> <p>(D) उच्च रक्तचाप</p> |
| <p>4. A bicep curl using a dumbbell is an example of a/an :</p> <p>(A) Isometric exercises</p> <p>(B) PNF exercises</p> <p>(C) Isokinetic exercises</p> <p>(D) Isotonic exercises</p> | <p>4. डम्बल का उपयोग करते हुए बाइसेप्स कर्ल किसका उदाहरण है :</p> <p>(A) आइसोमेट्रिक व्यायाम</p> <p>(B) पी० एन० एफ० व्यायाम</p> <p>(C) आइसोकाइनेटिक व्यायाम</p> <p>(D) आइसोटोनिक व्यायाम</p> |

5. Which of the following are important concerns when designing an effective rehabilitation program ?

- (A) Providing correct and immediate first aid
- (B) Reducing pain
- (C) Restoring full range of motion
- (D) All of the above

6. The primary purpose of a preseason health exam is to :

- (A) Identify whether an athlete is at risk before they participate
- (B) Determine body fat percentage for coaches
- (C) Reveal qualifying conditions
- (D) Satisfy insurance and liability issues

7. Stress fractures usually occur when you increase your high impact activity by ?

- (A) Frequency
- (B) Duration
- (C) Intensity
- (D) All of the above

5. एक पुनर्वास कार्यक्रम तैयार करते समय निम्नलिखित में से कौन सी चिंताएं महत्वपूर्ण हैं ?

- (A) सही और तत्काल प्राथमिक चिकित्सा प्रदान करना
- (B) दर्द कम करना
- (C) गति की पूरी श्रृंखला बहाल करना
- (D) उपरोक्त सभी

6. एक पूर्व-मौसम स्वास्थ्य परीक्षा का प्राथमिक उद्देश्य है :

- (A) यह पहचानना कि कोई एथलीट को भाग लेने में कोई खतरा तो नहीं
- (B) कोचों के लिए शरीर में वसा प्रतिशत निर्धारित करें
- (C) योग्यता शर्तों का खुलासा करें
- (D) बीमा और देयता मुद्दों को संतुष्ट करें

7. तनाव भंग आमतौर पर तब होता है जब आप अपनी उच्च प्रभाव गतिविधि को बढ़ाते हैं ?

- (A) आवृत्ति
- (B) अवधि
- (C) तीव्रता
- (D) उपरोक्त सभी

8. Softness of bones is known as :
- (A) Osteoporosis
 - (B) Osteomalacia
 - (C) Osteoblast
 - (D) Osteoclast
9. How should you open the airway of an unconscious person is breathing normally ?
- (A) Not more than ten seconds
 - (B) About ten seconds
 - (C) Exactly ten seconds
 - (D) At least ten seconds
10. Athletic Training is :
- (A) Specialization in sports programs and the medical community
 - (B) A major link between sports program and medical community
 - (C) Concerned with the prevention and treatment of athletic injuries
 - (D) All of the above

8. हड्डियों की कोमलता के लिए जाना जाता है :
- (A) ऑस्टियोपोरोसिस
 - (B) अस्थिमृदुता
 - (C) अस्थिकोरक
 - (D) अस्थिशोषक
9. किस प्रकार देखेंगे कि एक बेहोश व्यक्ति साँस सामान्य रूप से ले रहा है या नहीं ?
- (A) 10 सेकेंड से अधिक नहीं
 - (B) लगभग 10 सेकेंड
 - (C) ठीक 10 सेकेंड
 - (D) कम से कम 10 सेकेंड
10. एथलेटिक प्रशिक्षण है :
- (A) खेल चिकित्सा में विशेषज्ञता
 - (B) खेल कार्यक्रमों और चिकित्सा समुदाय के बीच एक प्रमुख कड़ी
 - (C) एथलेटिक चोटें और उनके रोकथाम और उपचार के संबंध में
 - (D) उपर्युक्त सभी

11. What condition is it when there is an apophysitis at the insertion of the patellar tendon on the tibia tubercle ?
- (A) Osgood Schlatter's
(B) Patellar tendonitis
(C) Server's disease
(D) Housemaid's knee
12. What is an electrolyte disorder that a marathon runner may experience, caused by ingesting large quantities of water and sweating over several hours ?
- (A) Heat exhaustion
(B) Hyperthermia
(C) Heat Cramps
(D) Hyponatremia
13. Of the terms below, which is not a movement of the foot ?
- (A) Inversion
(B) Planter Flexion
(C) Dorsiflexion
(D) Aversion
11. टिबियल ट्यूबर्कल पर पटेलर कण्डरा के सम्मिलित पर एपोफाइटिस होने पर क्या स्थिति होती है ?
- (A) औसगूड श्लैटर का रोग
(B) पटेलर टेंडोनाइटिस
(C) सेवेट्स रोग
(D) हाउसमेड्स घुटने (नौकरानी के घुटने)
12. एक मैराथन धावक के लिए इलेक्ट्रोलाइट विकार क्या है जो बड़ी मात्रा में पानी की अन्तर्ग्रहण और कई घंटों से अधिक पसीना आने के कारण अनुभव हो सकता है ?
- (A) गर्मी से थकावट
(B) अतिताप (हाइपोथर्मिया)
(C) गर्मी की अकड़न
(D) हाइपोनेट्रेमिया
13. निम्नलिखित में से, जो पैर की गति नहीं है ?
- (A) प्रतिलोमन
(B) तल मोड़
(C) पीछे की ओर मुड़ना
(D) एवर्जन

14. What is another name for patellar tendinitis ?

- (A) Joint contusion
- (B) Runner's knee
- (C) Jumper's knee
- (D) Chondromalacia

15. Select the correct sequence from the code given below :

- (1) Compression
 - (2) Elevation
 - (3) Ice
 - (4) Rest
 - (5) Protection
- (A) 3, 4, 1, 2, 5
- (B) 4, 1, 2, 5, 3
- (C) 2, 4, 3, 1, 5
- (D) 5, 4, 3, 1, 2

16. Soft tissue injuries are classified as injuries to which of the following ?

- (A) Muscle, Tendon, Ligaments
- (B) Bones and Teeth
- (C) Muscle and bones
- (D) Muscle and skin

14. पटेलर टेन्डोनाइटिस का दूसरा नाम क्या है ?

- (A) संयुक्त संलयन
- (B) धावक के घुटने
- (C) जम्पर के घुटने
- (D) कॉन्ड्रोमालासिया

15. नीचे दिये गए कूट से सही क्रम को चुनिए :

- (1) संपीडन
 - (2) ऊँचाई
 - (3) बर्फ
 - (4) आराम
 - (5) संरक्षण
- (A) 3, 4, 1, 2, 5
- (B) 4, 1, 2, 5, 3
- (C) 2, 4, 3, 1, 5
- (D) 5, 4, 3, 1, 2

16. कोमल ऊतक चोटों का वर्गीकरण, निम्न चोटों में से किस में किया जाता है ?

- (A) मांसपेशी, टेन्डन, लिगामेन्ट्स
- (B) हड्डी और दाँत
- (C) मांसपेशी तथा हड्डी
- (D) मांसपेशी और त्वचा

17. N in PRINCE stands for :

- (A) Neutral
- (B) Nature
- (C) Neuro
- (D) NSAIDs

18. What is Strain ?

- (A) Ligaments injury
- (B) Muscle injury
- (C) Tendon injury
- (D) (B) and (C) both

19. How many stage of healing are there ?

- (A) 1
- (B) 2
- (C) 3
- (D) 4

20. A turf born is also known as :

- (A) A strain
- (B) An abrasion
- (C) An avulsion
- (D) A Lacration

17. PRINCE में Nका अर्थ है :

- (A) न्यूट्रल
- (B) नेचर
- (C) न्यूरो
- (D) NSAIDs

18. स्ट्रेन (खिंचाव) क्या है ?

- (A) लिगामेन्ट की चोट
- (B) पेशीय चोट
- (C) टेन्डन की चोट
- (D) (B) और (C) दोनों

19. उपचार के कितने चरण हैं ?

- (A) 1
- (B) 2
- (C) 3
- (D) 4

20. टर्फ बर्न को इससे भी जाना जाता है :

- (A) स्ट्रेन
- (B) एब्रेशन
- (C) एव्यूल्शन
- (D) लैकेशन

- | | |
|---|--|
| <p>21. Which best reduces the swelling of a bruise ?</p> <p>(A) Steak</p> <p>(B) Hot water bottle</p> <p>(C) Bandage</p> <p>(D) Ice pack</p> | <p>21. कौन सबसे अच्छा चोट (ब्रयूज) की सूजन कम करेगा ?</p> <p>(A) स्टीक</p> <p>(B) हॉट वाटर बोतल</p> <p>(C) बैंडेज</p> <p>(D) आइस पैक</p> |
| <p>22. Hot and cold application is related to :</p> <p>(A) Hydro therapy</p> <p>(B) Massage</p> <p>(C) Fracture</p> <p>(D) Electrotherapy</p> | <p>22. गर्म और ठण्डा अनुप्रयोग का सम्बन्ध है :</p> <p>(A) हाइड्रोथेरेपी</p> <p>(B) मालिश</p> <p>(C) फ्रैक्चर</p> <p>(D) इलेक्ट्रोथेरेपी</p> |
| <p>23. A Sprain or strain that involves total tearing of tissue is classified :</p> <p>(A) 1st degree</p> <p>(B) 2st degree</p> <p>(C) 3st degree</p> <p>(D) 4st degree</p> | <p>23. मोच या खिंचाव में पूरी तरह से ऊतक के टूटने का वर्गीकृत किया जाता है :</p> <p>(A) 1 डिग्री</p> <p>(B) 2 डिग्री</p> <p>(C) 3 डिग्री</p> <p>(D) 4 डिग्री</p> |
| <p>24. In which fracture bone is visible through the skin :</p> <p>(A) Open fracture</p> <p>(B) Stable fracture</p> <p>(C) Kavinicare fracture</p> <p>(D) Hors fracture</p> | <p>24. किस फ्रैक्चर में त्वचा पर हड्डी दिखती है :</p> <p>(A) ओपेन फ्रैक्चर</p> <p>(B) स्टेबल फ्रैक्चर</p> <p>(C) केविनवेर फ्रैक्चर</p> <p>(D) हार्स फ्रैक्चर</p> |

25. Hematoma is related to :

- (A) Tendonitis
- (B) Spine
- (C) Head
- (D) Leg

26. Full form of P.N.F. :

- (A) Proprioceptive
Neuromuscular fascilitation
- (B) Proper Neuro fascilitation
- (C) Present in Nerve first
- (D) None of the above

27. Head injury is diagnose by :

- (A) C. T. Scan
- (B) G. C. S.
- (C) M. R. I.
- (D) All of the above

28. Which exercise will you refer to a frozen shoulder athlete ?

- (A) Agility exercise
- (B) Endurance exercise
- (C) Flexibility exercise
- (D) Stretching and strengthening exercise

25. हेमाटोमा सम्बन्धित है :

- (A) टेन्डनाइटिस
- (B) स्पाइन
- (C) सिर
- (D) पैर

26. पी० एन० एफ० का पूर्ण रूप है :

- (A) प्रोप्रियोसेप्टिव न्यूरो मस्क्युलर फेसिलिएशन
- (B) प्रोपर न्यूरो फेसिलिएशन
- (C) प्रेसेन्ट इन नर्व फर्स्ट
- (D) उपर्युक्त में से कोई नहीं

27. सिर की चोट की जाँच की जाती है :

- (A) सी० टी० स्कैन
- (B) जी० सी० एस०
- (C) एम० आर० आई०
- (D) उपर्युक्त सभी

28. आप कौन सा व्यायाम फ्रोजेन सोल्डर वाले एथलीट को बताएंगे :

- (A) चपलता व्यायाम
- (B) ताकत व्यायाम
- (C) लचीलापन व्यायाम
- (D) स्ट्रेचिंग और स्ट्रेंथिंग व्यायाम

29. Green stick fracture generally occurs among :
- Female
 - Young sportsman
 - Children
 - None of these
30. Importance of sports medicine deals with :
- Talent identification and evaluation of physical education program
 - Providing sound principles for sports training
 - Providing knowledge about doping
 - All the above
31. Slip disk is related to :
- Lower arm injury
 - Leg injury
 - Spine injury
 - Head injury
32. What is a Gait analysis ?
- The normal walking pattern
 - The normal running pattern
 - The normal jumping pattern
 - None of these
29. हरी छड़ फ्रैक्चर आमतौर पर होता है :
- महिला युवा
 - यंग स्पोर्ट्समैन में
 - बच्चे
 - इनमें से कोई नहीं
30. खेल चिकित्सा का महत्व व्यवहार करता है :
- टैलेंट आइडेंटिफिकेशन एंड इवेल्यूएशन ऑफ फिजिकल एजुकेशन प्रोग्राम
 - प्रोवाइडिंग साउन्डस् प्रिंसिपिल्स फॉर स्पोर्ट्स ट्रेनिंग
 - प्रोवाइडिंग नॉलेज एबाउट डोपिंग
 - उपर्युक्त सभी
31. स्लिप डिस्क सम्बन्धित है :
- लोवर आर्म इंजरी
 - लेग इंजरी
 - स्पाइन इंजरी
 - हेड इंजरी
32. Gait विश्लेषण क्या है ?
- नार्मल वाकिंग पैटर्न
 - नार्मल रनिंग पैटर्न
 - नार्मल जंपिंग पैटर्न
 - इनमें से कोई नहीं

33. Dislocation injury is occur in :

- (A) Muscle
- (B) Joint
- (C) Brain
- (D) Chest

34. Who developed P.N. F. ?

- (A) Kabat and Knot
- (B) Knot and Voss
- (C) Car and Shepherd
- (D) None of these

35. How long should ice be used after an injury ?

- (A) With in 10 to 15 minutes
- (B) With in 2 to 3 minutes
- (C) With in half an hour
- (D) With in 1 to 2 hour

36. Which of the following is not a spinal cord injury ?

- (A) Fracture
- (B) Displacement
- (C) Slip disc
- (D) Incision

33. अव्यवस्था की चोट होती है :

- (A) मांसपेशी
- (B) संयुक्त
- (C) मस्तिष्क
- (D) छाती

34. पी० एन० एफ० किसने विकसित किया :

- (A) कैबट और नाट
- (B) नाट और वोस
- (C) कार और शेफर्ड
- (D) इनमें से कोई नहीं

35. चोट लगने के बाद कितने समय तक बर्फ का इस्तेमाल करना चाहिए :

- (A) 10 से 15 मिनट के अन्तराल में
- (B) 2 से 3 मिनट के अन्तराल में
- (C) आधे घण्टे के अन्तराल में
- (D) 1 से 2 घण्टे के अन्तराल में

36. इनमें से कौन सी रीढ़ की चोट नहीं है :

- (A) फ्रैक्चर
- (B) विस्थापन
- (C) स्लिप डिस्क
- (D) चीरा

- | | |
|--|--|
| <p>37. Which sports causes the most heat injuries ?</p> <p>(A) Football</p> <p>(B) Cycling</p> <p>(C) Baseball</p> <p>(D) Volleyball</p> | <p>37. कौन सा खेल है जो मुख्यतः सिर की चोटों का कारण है :</p> <p>(A) फुटबाल</p> <p>(B) साइकिलिंग</p> <p>(C) बेसबाल</p> <p>(D) वॉलीबाल</p> |
| <p>38. For complete treatment of sports injuries one should depend upon :</p> <p>(A) Physiotherapy</p> <p>(B) Correct exercise</p> <p>(C) (A) and (B) both</p> <p>(D) Conditioning</p> | <p>38. पूर्णतया खेल चोटों के उपचार निर्भर करते हैं:</p> <p>(A) फिजियोथेरेपी</p> <p>(B) सुधारात्मक व्यायाम</p> <p>(C) (A) और (B) दोनों</p> <p>(D) कंडीशनिंग</p> |
| <p>39. Chronic sports injuries treated using :</p> <p>(A) Diathermy</p> <p>(B) Infrared</p> <p>(C) Ultraviolet</p> <p>(D) Ultrasound</p> | <p>39. पुरानी खेल चोटों का इलाज किया जाता है :</p> <p>(A) डायथर्मि</p> <p>(B) इन्फ्रारेड</p> <p>(C) अल्ट्रावायलेट</p> <p>(D) अल्ट्रासाउण्ड</p> |
| <p>40. Rehabilitation of sports injuries is done using :</p> <p>(A) Hydrotherapy</p> <p>(B) Corrective exercises</p> <p>(C) Cryotherapy</p> <p>(D) None of the above</p> | <p>40. पुनर्वास खेल चोटों का प्रयोग से किया जाता है :</p> <p>(A) जल चिकित्सा</p> <p>(B) सुधारात्मक व्यायाम</p> <p>(C) बर्फ चिकित्सा</p> <p>(D) उपर्युक्त में से कोई नहीं</p> |

- | | |
|---|--|
| <p>41. Electrocardiography is used to study :</p> <p>(A) Function of lung</p> <p>(B) Muscular endurance</p> <p>(C) Function of heart</p> <p>(D) None of these</p> | <p>41. इलेक्ट्रोकार्डियोग्राफी का प्रयोग अध्ययन के लिए करते हैं :</p> <p>(A) फेफड़ों के कार्य</p> <p>(B) पेशीय सहनशक्ति</p> <p>(C) हृदय के कार्य</p> <p>(D) उपर्युक्त में से कोई नहीं</p> |
| <p>42. Kneading technique is related to :</p> <p>(A) Massage</p> <p>(B) Bandage</p> <p>(C) Ice</p> <p>(D) Strain</p> | <p>42. नीड़िंग कौशल सम्बन्धित है :</p> <p>(A) मसाज</p> <p>(B) बैंडेज</p> <p>(C) बर्फ</p> <p>(D) स्ट्रेन</p> |
| <p>43. Sports injuries can be minimized by :</p> <p>(A) Massage</p> <p>(B) Sona bath</p> <p>(C) Steam bath</p> <p>(D) None of the above</p> | <p>43. खेल चोटों को कम से कम किया जा सकता है :</p> <p>(A) मालिश</p> <p>(B) सोना स्नान</p> <p>(C) भाप स्नान</p> <p>(D) उपर्युक्त में से कोई नहीं</p> |
| <p>44. Warming up and warming down help the athlete :</p> <p>(A) Improve the performance skill</p> <p>(B) Avoid being sick and ill</p> <p>(C) Prevent of injury and enhance performance</p> <p>(D) Keep the body mind relax</p> | <p>44. वार्मिंग अप और वार्मिंग डाउन से खिलाड़ी को मदद मिलती है :</p> <p>(A) उनके प्रदर्शन कौशल में</p> <p>(B) बीमारी और बीमार होने से बचे</p> <p>(C) चोट से बचाव एवं प्रदर्शन में वृद्धि</p> <p>(D) तन मन को शान्त रखे</p> |

45. Therapeutic exercise known as :
- (A) Mental Gymnastic
 - (B) German Gymnastic
 - (C) Rhythmic Gymnastic
 - (D) Medical Gymnastic
46. What techniques to fractures treat?
- (A) Traction
 - (B) Effleurage
 - (C) Pillar
 - (D) Slap
47. Which of the following injuries is common among basketball player?
- (A) Shoulder injury
 - (B) Lateral ligaments of the hip
 - (C) Head injury
 - (D) Anterior lateral ligaments injury of the ankle
48. A direct injury is :
- (A) An injury that has occurred at the site of the impact/cause
 - (B) An injury that occurs at a referred site from the impact/cause
 - (C) A break in a bone
 - (D) A tear in a muscle

45. चिकित्सकीय व्यायाम को अन्यथा के रूप में जाना जाता है :
- (A) मानसिक जिम्नास्टिक
 - (B) जर्मन जिम्नास्टिक
 - (C) लयबद्ध जिम्नास्टिक
 - (D) चिकित्सकीय जिम्नास्टिक
46. फ्रैक्चर के इलाज में कौन सी तकनीक अपनाते हैं ?
- (A) कर्षण
 - (B) एल्यूरेज
 - (C) स्तम्भन
 - (D) थपक
47. निम्नलिखित में से कौन सी चोट बॉस्केटबाल खिलाड़ियों में आम है ?
- (A) कंधे की चोट
 - (B) नितम्ब की पार्श्विक अस्थिबंध चोट
 - (C) सिर की चोट
 - (D) टखने की अग्र पार्श्विक अस्थिबंध चोट
48. सीधी चोट है :
- (A) एक चोट जो प्रभाव/कारण की साइट पर हुई है
 - (B) एक चोट जो किसी संदर्भित साइट पर प्रभाव/कारण से होती है
 - (C) एक हड्डी में टूटना
 - (D) मांसपेशी टेअर

49. What is the therapy method in which wax is used?
- (A) Cryotherapy
(B) Hydrotherapy
(C) Paraffin bath
(D) Contrast bath
50. Tennis elbow is usually caused by?
- (A) Trauma
(B) Infection
(C) Underuse
(D) Overuse
51. Full form of is I. A. S. M. :
- (A) Association of Indian Sports Medicine
(B) Indian Association Sports Medicine
(C) International Association Sports Medicine
(D) None of these
52. Goals of the therapeutic exercises are to :
- (A) Mobilize the joint
(B) Improve coordination
(C) Reduce the rigidity of muscles and tendons
(D) All of these
49. वैक्स थेरेपी विधि को क्या कहते हैं जिसमें मोम का प्रयोग किया जाता है ?
- (A) क्रायोथेरेपी
(B) हाइड्रोथेरेपी
(C) पैराफीन बाथ
(D) कंट्रास्ट बाथ
50. टेनिस कोहनी आमतौर पर किसके कारण होती है :
- (A) आघात
(B) संक्रमण
(C) पराधीन
(D) अति प्रयोग
51. आई० ए० एस० एम० का पूर्ण रूप है :
- (A) एसोसिएशन ऑफ इंडियन स्पोर्ट्स मेडिसिन
(B) इंडियन एसोसिएशन स्पोर्ट्स मेडिसिन
(C) इंटरनेशनल एसोसिएशन स्पोर्ट्स मेडिसिन
(D) उपर्युक्त में से कोई नहीं
52. चिकित्सकीय व्यायाम के लक्षण हैं :
- (A) जोड़ को गतिमान करे
(B) समन्वयता में सुधार
(C) मांसपेशियों और टेन्डनस् की कठोरता कम करे
(D) ये सभी

53. Bench press exercise improve the _____ of player.

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

54. The origin of Sports medicine is :

- (A) United State
- (B) Greece
- (C) Germany
- (D) None of these

55. The reasons for the injury and injury of the player are :

- (A) Poor maintenance
- (B) Adverse weather conditions
- (C) Lack of training
- (D) All of the above

56. Common injuries are :

- (A) Rub
- (B) Peeling
- (C) Skin tearing
- (D) All of the above

53. बेंच प्रेस व्यायाम में _____ खिलाड़ी की होती है।

- (A) लचीलापन
- (B) चपलता
- (C) ताकत
- (D) धीरज

54. खेल चिकित्सा की उत्पत्ति हुई :

- (A) यूनाइटेड स्टेट
- (B) ग्रीस
- (C) जर्मनी
- (D) इनमें से कोई नहीं

55. खिलाड़ी के घायल व चोट ग्रस्त होने के कारण हैं :

- (A) मैदान के घटिया रख रखाव
- (B) मौसम के विपरीत स्थितियां
- (C) प्रशिक्षण का अभाव
- (D) उपर्युक्त सभी

56. सामान्य चोटें हैं :

- (A) रगड़
- (B) छिलना
- (C) त्वचा का फटना
- (D) उपर्युक्त सभी

57. Of the term below, which is not a movement of the foot ?

- (A) Inversion
- (B) Planter flexion
- (C) Dorsiflexion
- (D) Aversion

58. The closed basket weave taping technique is used to support which of the following ?

- (A) Knee
- (B) Skin
- (C) Ankle
- (D) Arch

59. Injury that affects the lateral ligaments of the ankle a :

- (A) Eversion ankle sprain
- (B) Syndesmotoc sprain
- (C) Deltoid ligaments sprain
- (D) Inversion ankle sprain

60. Which of the following muscles is located on the posterior surface of the arm ?

- (A) Biceps
- (B) Branchialis
- (C) Triceps
- (D) None of these

57. नीचे दिये गये पदों में से कौन सा पैर की गति नहीं है :

- (A) उल्टा
- (B) प्लान्टर पलैक्सन
- (C) डार्सिपलैक्सन
- (D) अवतरण

58. क्लोस्ड बास्केट वेव टेपिंग तकनीक का प्रयोग निम्न में से किसका समर्थन के लिए किया जाता है ?

- (A) घुटना
- (B) पिंडली
- (C) टखने
- (D) मेहराब

59. टखने के पार्श्व स्नायुबन्ध को प्रभावित करने वाली चोट :

- (A) एवर्सन टखने की मोच
- (B) सिंडेस्मोटिक मोच
- (C) डेल्टॉयड लिगामेन्ट मोच
- (D) इनवर्सन टखने की मोच

60. निम्नलिखित में से कौन सी पेशी बांह की पिछली सतह पर स्थित होती है ?

- (A) बाइसेप्स
- (B) ब्रेचियालिस
- (C) ट्राइसेप्स
- (D) इनमें से कोई नहीं

Rough Work / रफ कार्य

DO NOT OPEN THE QUESTION BOOKLET UNTIL ASKED TO DO SO

1. Examinee should enter his / her roll number, subject and Question Booklet Series correctly in the O.M.R. sheet, the examinee will be responsible for the error he / she has made.
2. **This Question Booklet contains 60 questions, out of which only 50 Question are to be Answered by the examinee. Every question has 4 options and only one of them is correct. The answer which seems correct to you, darken that option number in your Answer Booklet (O.M.R ANSWER SHEET) completely with black or blue ball point pen. If any examinee will mark more than one answer of a particular question, then the first most option will be considered valid.**
3. Every question has same marks. Every question you attempt correctly, marks will be given according to that.
4. Every answer should be marked only on Answer Booklet (O.M.R ANSWER SHEET). Answer marked anywhere else other than the determined place will not be considered valid.
5. Please read all the instructions carefully before attempting anything on Answer Booklet (O.M.R ANSWER SHEET).
6. After completion of examination please hand over the Answer Booklet (O.M.R ANSWER SHEET) to the Examiner before leaving the examination room.
7. There is no negative marking.

Note: On opening the question booklet, first check that all the pages of the question booklet are printed properly in case there is an issue please ask the examiner to change the booklet of same series and get another one.