

Roll No. -----

Paper Code		
6	9	6
(To be filled in the OMR Sheet)		

प्रश्नपुस्तिका क्रमांक
Question Booklet No.

O.M.R. Serial No.

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

प्रश्नपुस्तिका सीरीज
Question Booklet Series

A

B.P.Ed. (Third Semester) Examination, April-2022
(EC 302)
Curriculum Design

Time: 1:30 Hours

Maximum Marks: 100

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 भरें, अन्यथा मूल्यांकन में किसी भी प्रकार की विसंगति की दशा में उसकी जिम्मेदारी स्वयं परीक्षार्थी की होगी।
2. इस प्रश्नपुस्तिका में 100 प्रश्न हैं, जिनमें से केवल 75 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।

- | | |
|--|---|
| 1. When was YMCA College of Physical Education formed? | 1. YMCA कॉलेज ऑफ फिजिकल एजुकेशन की स्थापना कब हुई थी ? |
| (A) 1920 | (A) 1920 |
| (B) 1896 | (B) 1896 |
| (C) 1918 | (C) 1918 |
| (D) 1928 | (D) 1928 |
| 2. Who was the 1 st Principal of YMCA College of Physical Education ? | 2. YMCA कॉलेज ऑफ फिजिकल एजुकेशन के प्रथम प्राचार्य कौन थे ? |
| (A) H.C. Buck | (A) एच०सी० बक |
| (B) G.D Sondhi | (B) जी०डी० सोन्धी |
| (C) Both | (C) दोनों |
| (D) None of these | (D) इनमें से कोई नहीं |
| 3. When did LNCPE established ? | 3. LNCPE कब बना ? |
| (A) 1958 | (A) 1958 |
| (B) 1957 | (B) 1957 |
| (C) 1963 | (C) 1963 |
| (D) 1961 | (D) 1961 |
| 4. When did NSNIS established ? | 4. NSNIS कब बना ? |
| (A) 1961 | (A) 1961 |
| (B) 1958 | (B) 1958 |
| (C) 1959 | (C) 1959 |
| (D) 1971 | (D) 1971 |

5. Which of the following is not a scheme Programme by S.A.I. for spotting talent ?

- (A) NSTC
- (B) SAG
- (C) SPDA
- (D) SGFI

6. National fitness Corps (NFC) Programme was framed in ?

- (A) 1965
- (B) 1986
- (C) 1972
- (D) 1984

7. What does time table Indicate ?

- (A) Load of work on teachers only
- (B) Working hours of school only
- (C) Location of class or teacher at particular time
- (D) All

8. Which of the following should form the content of curriculum in physical education ?

- (A) Rhythmic
- (B) Apparatus Activities
- (C) Combatives
- (D) All

5. S.A.I. की प्रतिभा खोज कार्यक्रम में निम्न में से कौन सा नहीं है ?

- (A) NSTC
- (B) SAG
- (C) SPDA
- (D) SGFI

6. राष्ट्रीय फिटनेस कोर कब बना ?

- (A) 1965
- (B) 1986
- (C) 1972
- (D) 1984

7. समय सारणी क्या बताती है ?

- (A) शिक्षकों का वर्कलोड
- (B) स्कूल के वर्किंग आवर्स
- (C) कक्षा तथा स्कूल में किसी विशेष समय पर स्थित
- (D) सभी

8. शारीरिक शिक्षा के पाठ्यक्रम के कन्टेन्ट क्या है ?

- (A) लयबद्धता
- (B) उपकरण क्रिया-कलाप
- (C) द्वन्दात्मक क्रियायें
- (D) सभी

- | | |
|---|---|
| <p>9. Which of the following factors affect time-table ?</p> <p>(A) Number of Students</p> <p>(B) Equipment available</p> <p>(C) Climatic conditions</p> <p>(D) All of the above</p> | <p>9. निम्न में से समय-सारणी को प्रभावित करता है ?</p> <p>(A) विद्यार्थियों की संख्या</p> <p>(B) उपकरण उपलब्धता</p> <p>(C) जलवायु दशा</p> <p>(D) उपरोक्त सभी</p> |
| <p>10. YMCA College of Physical Education is situated ?</p> <p>(A) Kolkata</p> <p>(B) Bengaluru</p> <p>(C) Mumbai</p> <p>(D) Chennai</p> | <p>10. YMCA कॉलेज ऑफ फिजिकल एजुकेशन कहाँ स्थित है ?</p> <p>(A) कोलकाता</p> <p>(B) बेंगलुरु</p> <p>(C) मुम्बई</p> <p>(D) चेन्नई</p> |
| <p>11. Which is deemed University of Physical Education ?</p> <p>(A) LNCPE</p> <p>(B) Punjab University</p> <p>(C) Government College of Physical Education Rampur</p> <p>(D) None of above</p> | <p>11. निम्न में से कौन सा शारीरिक शिक्षा की डीम्ड विश्वविद्यालय है ?</p> <p>(A) LNCPE</p> <p>(B) पंजाब विश्वविद्यालय</p> <p>(C) शारीरिक शिक्षा राजकीय विद्यालय रामपुर</p> <p>(D) इनमें से कोई नहीं</p> |
| <p>12. LNCPE became deemed University in :</p> <p>(A) 1990</p> <p>(B) 1995</p> <p>(C) 1999</p> <p>(D) 2002</p> | <p>12. LNCPE डीम्ड विश्वविद्यालय बना :</p> <p>(A) 1990</p> <p>(B) 1995</p> <p>(C) 1999</p> <p>(D) 2002</p> |

- | | |
|---|--|
| <p>13. Apex body for promotion of sports in country ?</p> <p>(A) LNCPE</p> <p>(B) NSNIS</p> <p>(C) SAI</p> <p>(D) None of these</p> | <p>13. देश में खेल के प्रमोशन करने सबसे बड़ी बाड़ी ?</p> <p>(A) LNCPE</p> <p>(B) NSNIS</p> <p>(C) SAI</p> <p>(D) इनमें से कोई नहीं</p> |
| <p>14. Rural sports tournament scheme was introduced by gov. of India in ?</p> <p>(A) 1956-57</p> <p>(B) 1991-92</p> <p>(C) 1970-71</p> <p>(D) 1980-81</p> | <p>14. ग्रामीण खेल प्रतियोगिता योजना (अभियान) केन्द्रीय सरकार ने कब निकाली ?</p> <p>(A) 1956-57</p> <p>(B) 1991-92</p> <p>(C) 1970-71</p> <p>(D) 1980-81</p> |
| <p>15. In 1953, who presented the Ist Project for organized sports coaching in India ?</p> <p>(A) Jawahar Lal Nehru</p> <p>(B) Raj Kumari Amrit Kaur</p> <p>(C) Rajendra Prasad</p> <p>(D) Sir Dorab ji Jamsed ji Tata</p> | <p>15. भारत में 1953 ई० में खेल कोचिंग के लिए पहला प्रोजेक्ट किसने दिया ?</p> <p>(A) जवाहर लाल नेहरू</p> <p>(B) राज कुमारी अमृत कौर</p> <p>(C) राजेन्द्र प्रसाद</p> <p>(D) सर दोराब जी जमशेद जी टाटा</p> |
| <p>16. What is the Minimum qualification to become a Coach in India ?</p> <p>(A) NSNIS diploma</p> <p>(B) B.P. Ed</p> <p>(C) M.P. Ed</p> <p>(D) M. Phil</p> | <p>16. भारत में कोच बनने के लिए न्यूनतम आर्हता क्या है ?</p> <p>(A) NSNIS डिप्लोमा</p> <p>(B) बी०पी०एड०</p> <p>(C) एम०पी०एड०</p> <p>(D) एम०फिल०</p> |

- | | |
|--|---|
| <p>17. Which trains maximum number to coaches ?</p> <p>(A) GIC</p> <p>(B) Government College of Physical Edu. Rampur</p> <p>(C) NSNIS Patiyala</p> <p>(D) None</p> | <p>17. निम्न में से कौन सबसे ज्यादा कोचों को ट्रेनिंग देता है ?</p> <p>(A) GIC</p> <p>(B) राजकीय कालेज ऑफ फिजिकल एजु० रामपुर</p> <p>(C) NSNIS पटियाला</p> <p>(D) कोई नहीं</p> |
| <p>18. Sliding Filament Theory was proposed by :</p> <p>(A) Huxley</p> <p>(B) Hudson</p> <p>(C) Sanderson</p> <p>(D) Denahue</p> | <p>18. स्लाइडिंग फिलामेंट थ्योरी किसने बनायी :</p> <p>(A) हक्सले</p> <p>(B) हडसन</p> <p>(C) सन्दरसन</p> <p>(D) डेनाह</p> |
| <p>19. Phases of contraction in Huxley's Sliding filament Theory ?</p> <p>(A) 2</p> <p>(B) 3</p> <p>(C) 4</p> <p>(D) 5</p> | <p>19. हक्सले की स्लाइडिंग फिलामेंट डेरी में संकुचन की कितनी अवस्थाएँ हैं ?</p> <p>(A) 2</p> <p>(B) 3</p> <p>(C) 4</p> <p>(D) 5</p> |
| <p>20. Which is not the phase in sliding filament theory ?</p> <p>(A) Rest</p> <p>(B) Excitation</p> <p>(C) Expansion</p> <p>(D) Relaxation</p> | <p>20. स्लाइडिंग फिलामेंट थ्योरी का कौन सा फेज नहीं है ?</p> <p>(A) रेस्ट</p> <p>(B) एक्साइटेशन</p> <p>(C) एक्सपेन्सन</p> <p>(D) रिलेक्शेसन</p> |

21. Fatty acids are stored in the :

- (A) Upper Most Layer
- (B) Adipose Tissue
- (C) Connective Tissue
- (D) None of the above

22. Which fat is not hazardous to health ?

- (A) Polyunsaturated
- (B) Unsaturated
- (C) Saturated
- (D) All of above

23. Deficiency of Vitamin D Causes ?

- (A) Beri-Beri
- (B) Scurvy
- (C) Rickets
- (D) Night blindness

24. Faulty bone development among children is caused due to :

- (A) Scurvy
- (B) Rickets
- (C) Beri-Beri
- (D) Typhoid

21. फैटी एसिड्स संरक्षित होते हैं ?

- (A) बाहरी परत
- (B) एडीपोस ऊतक
- (C) संयोजी ऊतक
- (D) इनमें से कोई नहीं

22. कौन से प्रकार का फैट स्वास्थ्य के लिए खतरनाक नहीं है ?

- (A) पॉलीअसन्तृप्त
- (B) असन्तृप्त
- (C) संतृप्त
- (D) उपरोक्त सभी

23. विटामिन D की कमी से कौन सा रोग होता है ?

- (A) बेरी-बेरी
- (B) स्कर्वी
- (C) रिकेट्स
- (D) रात में न दिखायी देना

24. "बच्चों में हड्डियों का विकास रुक जाता है" किसकी वजह से होता है ?

- (A) स्कर्वी
- (B) रिकेट्स
- (C) बेरी-बेरी
- (D) टाइफाइड

- | | |
|---|---|
| <p>25. Total No of Vitamin required by human body are :</p> <p>(A) 10</p> <p>(B) 11</p> <p>(C) 12</p> <p>(D) 13</p> | <p>25. मानव शरीर के लिए कुल विटामिन की आवश्यकता होती है :</p> <p>(A) 10</p> <p>(B) 11</p> <p>(C) 12</p> <p>(D) 13</p> |
| <p>26. Two types of vitamin D are :</p> <p>(A) D₂ and D₃</p> <p>(B) D₃ and D₄</p> <p>(C) D₅ and D₆</p> <p>(D) D₇ and D₈</p> | <p>26. विटामिन D के दो प्रकार बताइए :</p> <p>(A) D₂ और D₃</p> <p>(B) D₃ और D₄</p> <p>(C) D₅ और D₆</p> <p>(D) D₇ और D₈</p> |
| <p>27. "Vitamin K" is essential for :</p> <p>(A) Normal Coagulation of blood</p> <p>(B) Providing nourishment to body</p> <p>(C) Prevention of disease</p> <p>(D) Metabolism of the body</p> | <p>27. "विटामिन K" जरूरी है :</p> <p>(A) खून थक्का बनाने के लिए</p> <p>(B) शरीर पोषण हेतु</p> <p>(C) बीमारी से रोकने हेतु</p> <p>(D) शरीर की चयापचय के लिए</p> |
| <p>28. Vitamin Responsible for controlling body weight ?</p> <p>(A) B₂</p> <p>(B) B₅</p> <p>(C) Vitamin C</p> <p>(D) Vitamin D</p> | <p>28. शरीर के वजन को नियंत्रित करने वाली विटामिन है ?</p> <p>(A) B₂</p> <p>(B) B₅</p> <p>(C) Vitamin C</p> <p>(D) Vitamin D</p> |

29. Which is responsible for body growth and keeping the body healthy ?
- (A) Vit - C
(B) Vit - D
(C) Vit - K
(D) Vit – B complex
30. Which of the following Minerals keeps brain hairs and hair healthy ?
- (A) Potassium
(B) Sulphur
(C) Phosphorus
(D) Calcium
31. Mineral Present in Milk in abundance amount :
- (A) Mineral salts
(B) Calcium
(C) Fat
(D) Protein
32. For strength dominating sports the diet should be rich in :
- (A) Carbohydrate
(B) Vitamin
(C) Protein
(D) Mineral
29. निम्न में से कौन शरीर की वृद्धि और स्वस्थता बनाये रखने में प्रमुख है ?
- (A) Vit - C
(B) Vit - D
(C) Vit - K
(D) Vit – B complex
30. निम्न में कौन सा मिनिरल हमारे मस्तिष्क नाखून, बालों को स्वस्थ रखता है ?
- (A) पोटेशियम
(B) सल्फर
(C) फॉस्फोरस
(D) कैल्शियम
31. दूध में प्रचुर मात्रा में पाया जाने वाला मिनरल है ?
- (A) मिनरल सॉल्ट
(B) कैल्शियम
(C) फैट
(D) प्रोटीन
32. शक्ति प्रयुक्त खेलों में संतुलित आहार में किसकी अधिकता होनी चाहिए ?
- (A) कार्बोहाइड्रेट
(B) विटामिन
(C) प्रोटीन
(D) मिनरल

- | | |
|---|--|
| <p>33. Vitamin easily destroyed by heat and air ?</p> <p>(A) K</p> <p>(B) C</p> <p>(C) D</p> <p>(D) A</p> | <p>33. गर्म करने व हवा में रहने पर कौन सा विटामिन निष्प्रेज होने लगता है ?</p> <p>(A) K</p> <p>(B) C</p> <p>(C) D</p> <p>(D) A</p> |
| <p>34. Which are water soluble vitamins ?</p> <p>(A) B and C</p> <p>(B) A and C</p> <p>(C) D and B</p> <p>(D) None</p> | <p>34. कौन सा जल घुलित विटामिन हैं ?</p> <p>(A) B और C</p> <p>(B) A और C</p> <p>(C) D और B</p> <p>(D) कोई नहीं</p> |
| <p>35. Which is fat soluble vitamins ?</p> <p>(A) B</p> <p>(B) C</p> <p>(C) A</p> <p>(D) B₂</p> | <p>35. कौन सा वसा घुलित विटामिन है ?</p> <p>(A) B</p> <p>(B) C</p> <p>(C) A</p> <p>(D) B₂</p> |
| <p>36. Which mineral forms teeth ?</p> <p>(A) Calcium and Phosphorus</p> <p>(B) Sulphur and Iron</p> <p>(C) Both</p> <p>(D) None of these</p> | <p>36. कौन से खनिज दाँत बनाते हैं ?</p> <p>(A) कैल्सियम और फॉस्फोरस</p> <p>(B) सल्फर और आइरन</p> <p>(C) दोनों</p> <p>(D) इनमें से कोई नहीं</p> |

- | | |
|---|---|
| <p>37. B₁ is also known as ?</p> <p>(A) Calcium</p> <p>(B) Thiamine</p> <p>(C) Phosphorous</p> <p>(D) None of above</p> | <p>37. B₁ का रासायनिक नाम क्या है ?</p> <p>(A) कैल्शियम</p> <p>(B) थाइमीन</p> <p>(C) फॉस्फोरस</p> <p>(D) इनमें से कोई नहीं</p> |
| <p>38. Absorption of the fat takes place in ?</p> <p>(A) Mouth</p> <p>(B) Large Intestine</p> <p>(C) Small Intestine</p> <p>(D) Liver</p> | <p>38. वसा का अवशोषण कहाँ होता है ?</p> <p>(A) मुँह</p> <p>(B) बड़ी आँत</p> <p>(C) छोटी आँत</p> <p>(D) लिवर</p> |
| <p>39. Carbohydrates are converted into Sugar in the :</p> <p>(A) Duodenum</p> <p>(B) Large intestine</p> <p>(C) Digestive track</p> <p>(D) Liver</p> | <p>39. कार्बोहाइड्रेट्स सुगर में बदलते हैं :</p> <p>(A) ड्योडिनम</p> <p>(B) बड़ी आँत</p> <p>(C) पाचन ट्रैक</p> <p>(D) लिवर</p> |
| <p>40. What is the name of Vitamin-A :</p> <p>(A) Retinol</p> <p>(B) Rickets</p> <p>(C) Pisiform</p> <p>(D) None of these</p> | <p>40. विटामिन A का नाम है :</p> <p>(A) रेटीनॉल</p> <p>(B) रिकेट्स</p> <p>(C) पिसीफार्म</p> <p>(D) इनमें से कोई नहीं</p> |

- | | |
|--|--|
| 41. Which one has greater food value : | 41. कौन से में ज्यादा फूड कीमत (खाद्य मूल्य) है : |
| (A) White egg | (A) श्वेत अण्डा |
| (B) Brown egg | (B) ब्राउन अण्डा |
| (C) Both | (C) दोनों |
| (D) Duck egg | (D) बत्तख का अण्डा |
| 42. Which is the richest source of vitamin C : | 42. निम्न में से कौन विटामिन C का प्रचुरता वाला खाद्य है : |
| (A) Amala | (A) आंवला |
| (B) Apple | (B) सेब |
| (C) Guava | (C) अमरुद |
| (D) None of above | (D) इनमें से कोई नहीं |
| 43. Physical Education and Recreation Board was established in : | 43. शारीरिक शिक्षा और मनोरंजन बोर्ड बना : |
| (A) 1950 | (A) 1950 |
| (B) 1948 | (B) 1948 |
| (C) 1952 | (C) 1952 |
| (D) None | (D) कोई नहीं |
| 44. Types of recreation are: | 44. मनोरंजन के प्रकार हैं : |
| (A) Active | (A) सक्रिय |
| (B) Passive | (B) असक्रिय |
| (C) Indore | (C) इंडोर |
| (D) A, B and C | (D) A, B और C |
| 45. Which is not included in Recreation : | 45. मनोरंजन में कौन नहीं शामिल है : |
| (A) Sports | (A) खेल |
| (B) Competition | (B) प्रतियोगिता |
| (C) Enthusiasm | (C) उत्साह |
| (D) Struggle | (D) संघर्ष |

46. Which is not an example of active recreation ?
- (A) Chess
(B) Cricket
(C) T.T.
(D) Listening Radio
47. Which are the types of recreation :
- (A) Family Recreation
(B) Formal Recreation
(C) Community and Professional Recreation
(D) A, B and C
48. Recreation is a word of Language:
- (A) English
(B) Latin
(C) Italian
(D) None
49. Professional Agency of Recreation:
- (A) Circus
(B) School
(C) Colleges
(D) None of these
50. Meaning of Recreation is :
- (A) Again Construction
(B) Again Provide Energy
(C) Both
(D) None of these
46. सक्रिय मनोरंजन का उदाहरण नहीं है :
- (A) शतरंज
(B) क्रिकेट
(C) टेबल टेनिस
(D) रेडियो सुनना
47. निम्न में से कौन से मनोरंजन के प्रकार हैं :
- (A) पारिवारिक मनोरंजन
(B) औपचारिक मनोरंजन
(C) सामुदायिक और व्यवसायिक मनोरंजन
(D) A, B और C तीनों
48. मनोरंजन किस भाषा के शब्द से है :
- (A) अंग्रेजी
(B) लैटिन
(C) इटेलियन
(D) कोई नहीं
49. मनोरंजन की व्यवसायिक एजेंसी है :
- (A) सर्कस
(B) स्कूल
(C) कॉलेज
(D) इनमें से कोई नहीं
50. मनोरंजन का अर्थ है :
- (A) पुनः निर्माण करने वाला
(B) पुनः शक्ति प्रदान करने वाला
(C) दोनों
(D) कोई नहीं

51. Modern recreational sources are :

- (A) Computer
- (B) Mobile
- (C) Laptop
- (D) A, B and C

52. Objectives of Recreation are :

- (A) Health Development
- (B) Use of Leisure time
- (C) Area of Social organization
- (D) A, B and C

53. What is the percentage of water in human body ?

- (A) 30%
- (B) 40%
- (C) 70%
- (D) 90%

54. Where does vitamin K store :

- (A) Liver
- (B) Bone
- (C) Muscle
- (D) None of these

55. What is the formula of glucose :

- (A) $C_6H_{12}O_6$
- (B) $C_3H_3O_3$
- (C) $C_{10}H_{10}O_{10}$
- (D) None of these

51. आधुनिक मनोरंजन के स्रोत हैं :

- (A) कम्प्यूटर
- (B) मोबाइल
- (C) लैपटॉप
- (D) A, B और C

52. मनोरंजन के उद्देश्य हैं :

- (A) स्वास्थ्य विकास
- (B) अवकाश के समय का उपयोग
- (C) सामाजिक संगठनों का क्षेत्र
- (D) A, B और C

53. मानव शरीर में जल का % कितना होता है ?

- (A) 30%
- (B) 40%
- (C) 70%
- (D) 90%

54. विटामिन कहाँ संरक्षित (इकट्ठा) होता है :

- (A) लिवर
- (B) हड्डी
- (C) मांसपेशी
- (D) इनमें से कोई नहीं

55. ग्लूकोज का क्या फार्मूला होता है :

- (A) $C_6H_{12}O_6$
- (B) $C_3H_3O_3$
- (C) $C_{10}H_{10}O_{10}$
- (D) इनमें से कोई नहीं

56. Which is a mineral :

- (A) Calcium
- (B) Protein
- (C) Fat
- (D) Carbohydrate

57. Which element gives us energy :

- (A) Carbohydrate
- (B) Calcium
- (C) Magnese
- (D) Zink

58. Water Molecule is made up of :

- (A) Hydrogen, Oxygen
- (B) Calcium
- (C) Copper
- (D) None

59. Thairoxine hormone secrets by :

- (A) Thairoid Gland
- (B) Adrenal Gland
- (C) Both
- (D) None of these

60. Where is pituitary gland situated :

- (A) Brain
- (B) Leg
- (C) Foot
- (D) Liver

56. निम्न में से कौन सा खनिज है :

- (A) कैल्सियम
- (B) प्रोटीन
- (C) वसा
- (D) कार्बोहाइड्रेट

57. कौन सा तत्व ऊर्जा प्रदान करता है :

- (A) कार्बोहाइड्रेट
- (B) कैल्शियम
- (C) मैग्नीज
- (D) जिंक

58. जल किससे बना होता है :

- (A) हाइड्रोजन, ऑक्सीजन
- (B) कैल्शियम
- (C) कॉपर
- (D) कोई नहीं

59. थाइरॉक्सिन हार्मोन स्रावित किया जाता है :

- (A) थाइराइड ग्लैण्ड
- (B) एडरीनल ग्लैण्ड
- (C) दोनों
- (D) इनमें से कोई नहीं

60. पीयूष ग्रन्थि कहाँ अवस्थित होती है :

- (A) मस्तिष्क
- (B) टांग
- (C) पैर
- (D) लिवर

61. When did UGC formed :

- (A) 1956
- (B) 2002
- (C) 2010
- (D) 2001

62. Source of vitamin D :

- (A) Sunlight
- (B) Apple
- (C) Guava
- (D) Gram

63. Which Mineral is found most in bone :

- (A) Calcium
- (B) Protein
- (C) Fat
- (D) Collagen

64. Mineral found in teeth is :

- (A) Calcium
- (B) Water
- (C) Protein
- (D) None of these

65. Carrot is rich in :

- (A) Vitamin A
- (B) Vitamin C
- (C) Vitamin B
- (D) None of these

61. UGC कब स्थापित हुआ :

- (A) 1956
- (B) 2002
- (C) 2010
- (D) 2001

62. विटामिन D का स्रोत है :

- (A) धूप
- (B) सेब
- (C) अमरुद
- (D) चना

63. हड्डी में सबसे ज्यादा पाया जाने वाला खनिज है :

- (A) कैल्शियम
- (B) प्रोटीन
- (C) वसा
- (D) कॉलेजन

64. दाँत में पाया जाने वाला खनिज है :

- (A) कैल्शियम
- (B) जल
- (C) प्रोटीन
- (D) इनमें से कोई नहीं

65. गाजर में प्रचुरता पायी जाती है :

- (A) विटामिन A
- (B) विटामिन C
- (C) विटामिन B
- (D) इनमें से कोई नहीं

66. Which vitamin is found in sour Food ?
 (A) Vitamin A
 (B) Vitamin B
 (C) Vitamin C
 (D) None of these
67. Fat is found in abundant amount :
 (A) Apple
 (B) Carrot
 (C) Meat
 (D) None of these
68. 'Glutin' Protein is found in :
 (A) Wheat
 (B) Gram
 (C) Carrot
 (D) None of these
69. What is the best source of carbohydrates :
 (A) Meat
 (B) Egg
 (C) Fruit
 (D) Wheat
70. What is Monosaccharite :
 (A) Fat
 (B) Protein
 (C) Carbohydrate
 (D) Calcium
66. खट्टे भोज्य में कौन सा विटामिन पाया जाता है?
 (A) विटामिन A
 (B) विटामिन B
 (C) विटामिन C
 (D) इनमें से कोई नहीं
67. वसा प्रचुर मात्रा में पाया जाता है :
 (A) सेब
 (B) गाजर
 (C) माँस
 (D) इनमें से कोई नहीं
68. 'ग्लूटिन' प्रोटीन पायी जाती है :
 (A) गेहूँ
 (B) चना
 (C) गाजर
 (D) इनमें से कोई नहीं
69. कार्बोहाइड्रेट का सबसे अच्छा स्रोत है :
 (A) माँस
 (B) अण्डा
 (C) फल
 (D) गेहूँ
70. मोनोसेकेराइट है :
 (A) वसा
 (B) प्रोटीन
 (C) कार्बोहाइड्रेट
 (D) कैल्शियम

71. What element is found in dairy Products ?

- (A) Vitamin B
- (B) Vitamin A
- (C) Vitamin C
- (D) None of these

72. Which is best product of Protein :

- (A) Apple
- (B) Orange
- (C) Carrot
- (D) Soyabean

73. Protein is used to strong :

- (A) Muscle
- (B) Eye
- (C) Ear
- (D) None of these

74. Which sugar is found in blood ?

- (A) Glucose
- (B) Maltose
- (C) Sucrose
- (D) None of these

71. दूध उत्पादों में क्या जाया जाता है ?

- (A) विटामिन 'B'
- (B) विटामिन 'A'
- (C) विटामिन 'C'
- (D) इनमें से कोई नहीं

72. प्रोटीन का उत्तम आहार है :

- (A) सेब
- (B) संतरा
- (C) गाजर
- (D) सोयाबीन

73. प्रोटीन किसको मजबूत करने में सहायक है :

- (A) मांसपेशी
- (B) आंख
- (C) कान
- (D) इनमें से कोई नहीं

74. रक्त में कौन सा सुगर बहुतायत में पाया जाता है ?

- (A) ग्लूकोज
- (B) माल्टोज
- (C) सुक्रोज
- (D) इनमें से कोई नहीं

75. We get Lactose from :

- (A) Milk
- (B) Water
- (C) Meat
- (D) Potato

76. Dehydration happens in lack of :

- (A) Water
- (B) Oil
- (C) Glucose
- (D) None of these

77. Which part of our body's growth dependent on calcium ?

- (A) Bone
- (B) Hand
- (C) Leg
- (D) None of these

78. How much energy is given by 1 gram carbohydrate ?

- (A) 4.1 Cal.
- (B) 9.10 Cal.
- (C) 24.1 Cal.
- (D) None of these

75. लैक्टोज कहाँ से मिलता है :

- (A) दूध
- (B) पानी
- (C) माँस
- (D) आलू

76. निर्जलीकरण किसकी कमी के कारण होता है :

- (A) जल
- (B) तेल
- (C) ग्लूकोज
- (D) इनमें से कोई नहीं

77. हमारे शरीर के कौन से भाग की वृद्धि कैल्शियम पर निर्भर करती है ?

- (A) हड्डी
- (B) हाथ
- (C) पैर
- (D) इनमें से कोई नहीं

78. 1 ग्राम कार्बोहाइड्रेट से कितनी ऊर्जा मिलती है ?

- (A) 4.1 कैलोरी
- (B) 9.10 कैलोरी
- (C) 24.1 कैलोरी
- (D) इनमें से कोई नहीं

79. When did H.V.P.M establish ?

- (A) 1914
- (B) 1934
- (C) 2001
- (D) 1985

80. When did Physical Education training started in Christian College, Lucknow :

- (A) 1932
- (B) 1940
- (C) 1900
- (D) 1820

81. When did Physical Education in Bachelor start in BHU ?

- (A) 1970
- (B) 1965
- (C) 1980
- (D) 2000

82. Who was President of Kunjuru committee ?

- (A) Hraday Nath Kunjuru
- (B) Ram Lal
- (C) Shekhar Reddy
- (D) None of these

79. H.V.P.M की स्थापना कब हुयी ?

- (A) 1914
- (B) 1934
- (C) 2001
- (D) 1985

80. लखनऊ क्रिश्चियन कालेज में 'शारीरिक शिक्षा' की ट्रेनिंग शुरू हुयी :

- (A) 1932
- (B) 1940
- (C) 1900
- (D) 1820

81. BHUमें शांशि० में बैचलर डिग्री कोर्स कब प्रारम्भ हुआ ?

- (A) 1970
- (B) 1965
- (C) 1980
- (D) 2000

82. कुंजुरु कमेटी के अध्यक्ष कौन थे ?

- (A) हृदय नाथ कुंजुरु
- (B) राम लाल
- (C) शेखर रेड्डी
- (D) इनमें से कोई नहीं

83. When did S.A.I establish ?
 (A) 1984
 (B) 1930
 (C) 1920
 (D) 1900
84. When did NSS established ?
 (A) 1969
 (B) 1820
 (C) 1870
 (D) 1888
85. What is the full form of S.A.I ?
 (A) Sports Authority of India
 (B) Sports Man
 (C) Both
 (D) None of these
86. Short form of National service Scheme is :
 (A) N.S.S.
 (B) N.C.S.
 (C) N.S.S.S.
 (D) N.S.
87. When did N.C.C established ?
 (A) 16 April 1948
 (B) 16 April 1820
 (C) 16 April 1830
 (D) 16 April 1900

83. S.A.I की स्थापना कब हुयी ?
 (A) 1984
 (B) 1930
 (C) 1920
 (D) 1900
84. NSS की स्थापना कब की गयी ?
 (A) 1969
 (B) 1820
 (C) 1870
 (D) 1888
85. S.A.I का पूरा नाम क्या है ?
 (A) स्पोर्ट्स अथॉरिटी ऑफ इण्डिया
 (B) स्पोर्ट्स मैन
 (C) दोनों
 (D) इनमें से कोई नहीं
86. राष्ट्रीय सेवा योजना का संक्षिप्त नाम है :
 (A) N.S.S.
 (B) N.C.S.
 (C) N.S.S.S.
 (D) N.S.
87. N.C.C कब बनी ?
 (A) 16 अप्रैल 1948
 (B) 16 अप्रैल 1820
 (C) 16 अप्रैल 1830
 (D) 16 अप्रैल 1900

- | | |
|---|--|
| <p>88. What is Short form of National Cadet Corps ?</p> <p>(A) N.C.P</p> <p>(B) N.P.P</p> <p>(C) N.C.C</p> <p>(D) None</p> | <p>88. नेशनल कैडेट कोर का संक्षिप्त नाम है :</p> <p>(A) N.C.P</p> <p>(B) N.P.P</p> <p>(C) N.C.C</p> <p>(D) कोई नहीं</p> |
| <p>89. Who was the first Principal of L.N.I.P.E ?</p> <p>(A) P.M. Josef</p> <p>(B) P.T. Rawat</p> <p>(C) K.K. Mahesh</p> <p>(D) None of these</p> | <p>89. L.N.I.P.E के प्रथम प्राचार्य कौन थे ?</p> <p>(A) पी०एम० जोसफ</p> <p>(B) पी०टी० रावत</p> <p>(C) के०के० महेश</p> <p>(D) इनमें से कोई नहीं</p> |
| <p>90. Where did N.S.N.I.S establish ?</p> <p>(A) Patiyala</p> <p>(B) Kerala</p> <p>(C) Maharashtra</p> <p>(D) Lucknow</p> | <p>90. N.S.N.I.S की स्थापना कहाँ हुयी ?</p> <p>(A) पटियाला</p> <p>(B) केरल</p> <p>(C) महाराष्ट्र</p> <p>(D) लखनऊ</p> |
| <p>91. When did Nehru Yuva Kendra establish ?</p> <p>(A) 1972</p> <p>(B) 1982</p> <p>(C) 1999</p> <p>(D) 2001</p> | <p>91. नेहरू युवा केन्द्र की स्थापना कब हुयी ?</p> <p>(A) 1972</p> <p>(B) 1982</p> <p>(C) 1999</p> <p>(D) 2001</p> |

92. What is the short form of University Grant Commission :
- (A) U.G.C
(B) N.C.T. E
(C) U.G.C.C
(D) None of these
93. Milkha Singh Belongs to :
- (A) Track
(B) Field
(C) Football
(D) None of these
94. Major Dhyan Chandra belongs to game :
- (A) Hockey
(B) Football
(C) Both
(D) None of these
95. Raj Kumari Amrit Kaur coaching scheme was mode in :
- (A) 1953
(B) 1972
(C) 1991
(D) 2000
92. यूनीवर्सिटी ग्रान्ट कमीशन की संक्षिप्तता है :
- (A) U.G.C
(B) N.C.T. E
(C) U.G.C.C
(D) इनमें से कोई नहीं
93. मिल्खा सिंह किससे सम्बन्धित है :
- (A) ट्रैक
(B) फील्ड
(C) फुटबाल
(D) इनमें से कोई नहीं
94. मेजर ध्यान चन्द्र किस खेल से सम्बन्धित है :
- (A) हॉकी
(B) फुटबाल
(C) दोनों
(D) इनमें से कोई नहीं
95. राज कुमारी अमृत कौर कोचिंग योजना कब बनी :
- (A) 1953
(B) 1972
(C) 1991
(D) 2000

96. When did Government Physical Education College Rampur establish in :

- (A) 1945
- (B) 1932
- (C) 1900
- (D) 1820

97. Durand cup relates to :

- (A) Football
- (B) Hockey
- (C) T.T.
- (D) None of these

98. Which Game was played by Kutubuddin Aivak ?

- (A) Chaugan
- (B) Hockey
- (C) Football
- (D) None

99. What is short form of School Games federation of India :

- (A) S.G.F.I
- (B) P.T.S
- (C) B.P.S
- (D) None

100. Who is Sachin Tendulkar :

- (A) Cricketer
- (B) Footballer
- (C) Hockey player
- (D) None of these

96. राजकीय शारीरिक शिक्षा कॉलेज रामपुर कब बना :

- (A) 1945
- (B) 1932
- (C) 1900
- (D) 1820

97. डूरण्ड कप किससे सम्बन्धित है :

- (A) फुटबाल
- (B) हॉकी
- (C) टी०टी०
- (D) इनमें से कोई नहीं

98. कुतुबुद्दीन ऐवक कौन सा गेम खेलता था ?

- (A) चौगान
- (B) हॉकी
- (C) फुटबाल
- (D) कोई नहीं

99. स्कूल गेम्स फेडरेशन ऑफ इण्डिया की संक्षिप्त फार्म क्या है :

- (A) S.G.F.I
- (B) P.T.S
- (C) B.P.S
- (D) कोई नहीं

100. सचिन तेन्दुलकर हैं :

- (A) क्रिकेटर
- (B) फुटबालर
- (C) हॉकी खिलाड़ी
- (D) इनमें से कोई नहीं

Rough Work / रफ कार्य

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 100 questions, out of which only 75 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.