

Samyak

An Institute For Civil Services

RAS - 23 MAINS TEST SERIES

सिद्धि - 04/A2

Time : 3 Hours

Maximum Marks : 200

खेल एवं योग, व्यवहार एवं विधि
Sport and Yoga, Behaviour and Law

Paper - III (Unit-III)

Name :	MARKS		
Enroll. No.:	Part	Attempted Questions	Marks Obtained
Date of Birth :	Part - A		63
Medium : HINDI	Part - B	24	65
Email :	Part - C		
Exam Date : 05/11/2023			126
Inviligators Signature :			
ECN:	RCN:	Hindi: 9	English: 00

अनुदेश (Instructions)

- परीक्षा शुरू होने से पहले पुस्तिका को जाँच लें।
Please check the booklet before commencement of the exam.
- दिये गये रिक्त स्थान में निर्देशित शब्द सीमा में उत्तर दें।
Write the answers according to the prescribed word limit, in the space given.
- अंक योजना प्रत्येक खंड के प्रारम्भ में दी गई है।
The marking scheme is given at the start of every section.
- परीक्षा के पश्चात् उत्तर पुस्तिका हॉल अधीक्षक को सौंप दें।
Return the answer booklet to the hall superintendent after completing the paper.

प्रत्येक पेपर पर
कम से कम
50% अंक

	REVIEW PARAMETERS	SCALE			
		Good	Above Average	Average	Below Average
1.	DOES THE ANSWER ADDRESS THE DEMAND OF THE QUESTION? ✓				
a.	Answer Relevancy	✓			
b.	Answer Enrichment points like use of: · Key Terms/ Subject Vocabulary. Use of Commission/ report/ government publication/ judgements, etc. Association with the Current Affairs and use of examples to explain the concept and idea		✓	✓	
2.	HOW WELL IS THE ANSWER PRESENTED? ✓				
a.	Structure - Intro, Body, Conclusion	✓			
b.	Presentation – Using Subheadings/ points/ highlighting/ flowcharts/ diagrams/ maps	✓			
c.	Language & Grammar		✓		
d.	Word limit	✓			

Detailed Comments / Feedback / Suggestions for Improvement
विस्तृत टिप्पणियाँ/फीडबैक/सुधार के लिए सुझाव :-

- 1.
2. सामान्यतः कहीं गलती की सुंजाईश गयी है
3. * लेकिन कुछ Basic शब्द गलत लिख रहे हैं
4. * लाईनों से बाहर लिखने से बचना है,
5. Negative Impact पढ़ना है, Minus Marking भी
6. हो सकती है।
- 7.
8. 9 अन्य प्रयास अच्छा है, विषय के सादर
9. सफाई अच्छी है।
10. शुक्रकामगाएँ, प्रयास जारी रखे
11. सफलता सुनिश्चित है।

Note : Answer the following questions in 15 words. Each question carries 2 marks.

नोट : निम्न प्रश्नों के उत्तर 15 शब्दों में दीजिए। प्रत्येक प्रश्न 2 अंक का है।

1. अमित सरोहा हाल में क्यों चर्चित रहे हैं? वे किस खेल से संबंधित हैं?
Why has Amit Saroha been in news recently? Which sport is he related to?

4 सोनीपत (हरियाणा) निवासी, 2

4 अर्जुन अवार्ड प्राप्तकर्ता एथलीट

6 टोक्यो पैराऑलम्पिक में भारतीय टीम के सदस्य
तथा ध्वजवाहक थे।

2. राजीव गाँधी शहरी ओलंपिक खेल- 2023 में शामिल खेल कौन-कौन से हैं?
What are the sports included in Rajiv Gandhi Urban Olympic Games- 2023?

→ अगस्त - सितम्बर, 2023 में राजस्थान में सभी
ऑलम्पिक खेलों की शुरुआत - DMS स्टेडियम जयपुर में हुई
राजीव गाँधी शहरी ऑलम्पिक खेल में:-

● फुटबॉल, खो-खो, बॉलीबॉल, बॉस्केटबॉल, फुलबॉल,
टेनिसबॉल क्रिकेट, एथलेटिक्स खेल (बालक/बालिका) थे

3. राजस्थान बजट 2023-24 में प्रस्तावित खेल अकादमियों के नाम बताइए।
Name the sports academies proposed in Rajasthan Budget 2023-24.

बजट 2023-24 में - एथलेटिक्स (राजगढ़-चुरु)

शाश्वतिका (बीकानेर), कुश्ती (मीलवाड़ा)

बॉस्केटबॉल (सीकर-बाड़मेर)

पैरा स्पोर्ट्स अकादमी जोधपुर इत्यादि

4. राष्ट्रीय खेल नीति 2001 के दो अभिन्न घटक कौन-कौन से हैं?
What are the two integral components of the National Sports Policy 2001?

राष्ट्रीय खेल नीति-2001 (घटक)

खेलों के आधार को व्यापक बनाना

खेलों एवं खिलाड़ियों की राष्ट्रीय एवं अंतरराष्ट्रीय स्तर पर पहचान तथा बढ़ावा देना

5. एशियाई खेल 2023 में भारत ने कुल कितने मेडल हासिल किए हैं?
How many medals has India won in the Asian Games 2023?

एशियाई खेल - 2023 → हाउसंग (चीन) में आयोजित हुए | प्रथम स्थान - चीन |

भारत - 107 पदक - चतुर्थ स्थान |

28 (स्वर्ण) 38 (रजत) 41 (कांस्य)

प्रथम बार भारत ने 100 से अधिक पदक प्राप्त किए

6. 'राष्ट्रीय खेल विकास कोष'
'National Sports Development Fund'

भारत सरकार द्वारा → 1998 में इस कोष की

उद्देश्य

स्थापना → खेलों को बढ़ावा देने,

→ विभिन्न प्रतियोगिताओं का आयोजन,

→ खिलाड़ियों को प्रोत्साहन, प्रशिक्षण, उत्कृष्टता प्रदान करने

→ राष्ट्रीय एवं अंतरराष्ट्रीय स्तर पर आयोजन

→ संस्थानों को आर्थिक सहायता प्रदान करना।

7. मांसपेशियों की चोटों में काम आने वाली RICE पद्धति क्या है?
What is the RICE method used in muscle injuries?

यह प्राथमिक चिकित्सा की कोमल उत्कृष्ट
मांसपेशियों की चोट से संबंधित विधि है।

RICE → R = REST → घाव का आराम प्रदान करना
I = ICE → घाव पर बर्फ का सेक करना
C = COMPRESS → घाव के उपर धीरे-धीरे दबाना
E = ELEVATE → सहारा प्रदान करना

①

उत्कृष्ट

8. चोट उपचार में 'हाइड्रोकोलेटरल पैक' क्या है?
What is 'Hydro collateral Pack' in injury treatment?

यह जल उपचार की विधि है जिसमें
हाइड्रोपैक शैलिया [ठण्डी एवं गर्म] मांसपेशियों
की चोट, रक्त का शक्का भादि के उपचार
में काम आती है। घाव के स्थान पर धीरे-धीरे
इनके द्वारा सेक किया जाता है।

①½

सूजात तथा
जोड़ों के
दर्द को
काफ

9. 'राष्ट्रीय खेल प्रोत्साहन पुरस्कार'
'National Sports Promotion Award'

↳ भारत सरकार द्वारा - 2009 से देना प्रारंभ
↳ संस्थागत पुरस्कार | 4 श्रेणियों में दिया जाता
उत्कृष्ट प्रदर्शन निजी सहयोग गैर-सरकारी राज्य एवं
संस्था संस्था संस्था राष्ट्रीय संस्थाएं
↳ प्रशस्ति-पत्र, पुरस्कार, स्मृति चिह्न प्रदान

②

10. स्कंदपुराण में 'योग' को किस प्रकार परिभाषित किया गया है?

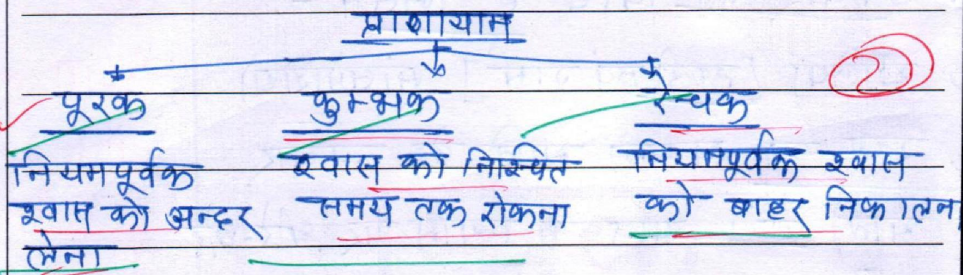
How has 'Yoga' been defined in Skandapuram?

योग: समाधि - अर्थात् अस्वास्थ्य के द्वारा मन को नियंत्रित कर समाधि में विलीन हो जाना ही योग है।

यजुः सना द्यौः।

11. प्राणायाम के तीन पहलुओं का अंतर समझाएं।

Explain the difference between three aspects of Pranayama.



⇒ प्रकार → विज्ञानात्मक, संवर्धनात्मक

12. 'गोरक्ष संहिता' में वर्णित योग के छः अंग कौन-कौन से हैं?

What are the six parts of Yoga described in 'Goraksh Samhita'?

⇒ सम, नियम, आसन, प्राणायाम, प्रत्याहार, ध्यान || धारणा, समाधि

(5)

13. 'यम' और 'नियम' के मध्य मूलभूत अंतर क्या है?

What is the fundamental difference between 'Yama' and 'Niyama'?

→ यम - संयम की अवस्था है। शारीरिक एवं
मानसिक क्रियाओं द्वारा अपने मन पर नियंत्रण करना
• नियम - नियमपूर्वक श्वास को लेना, यह मनुष्य
को उच्च प्रवृत्ति की ओर बढ़ाने तथा मानसिक (काग्रता
प्रदान)

(1/2)

14. एशियन गेम्स 2023 में पदक जीतने वाले राजस्थान के किन्हीं चार खिलाड़ियों का नाम बताइए।

Name any four players from Rajasthan who won medals in the Asian Games 2023.

- (1) अर्जुनलाल जाट (युवा)
- (2) रवि विश्नी (क्रिकेट) - जोधपुर
- (3) दिव्यकृति सिंह (घुड़सवार)
- (4) दिव्यांश पंवार

(2)

15. दिव्यकृति सिंह की खेल उपलब्धि क्या रही है?

What has been the sports achievement of Divyakriti Singh?

→ इन्होंने हाल ही में आयोजित एशियाई गेम्स
में भारतीय घुड़सवार टीम का नेतृत्व किया तथा
स्वर्ण पदक प्राप्त किया। राजस्थान में
इस तरह का यह प्रथम पदक है।
↳ शिक्षा - अजमेर-सेरो कॉलेज से

(2)

16. समाकलित बुद्धि क्या है?
What is integrated intelligence?

संकेतों को समझने, उनके अनुरूप मात्राकरण करने
वालावरण के साथ उचित समायोजन करने,
तथा उपलब्ध संसाधनों के आधार पर जहाँ
दृंग से निर्णय लेना ही समाकलित बुद्धि है।

(1)
समान
तथा
वैश्विक
पर्यावरण
में
समायोजन

17. आलपोर्ट ने व्यक्तित्व शीलगुणों को कौन-कौनसे तीन भागों में बाँटा है?
Into which three parts has Allport divided personality traits?

शीलगुण

<u>कार्डिनल</u>	<u>केन्द्रीय</u>	<u>सीन</u>
✓ व्यापक के लिए महत्वपूर्ण	✓ प्रत्येक व्यक्ति में	✓ व्यक्ति के लिए
✓ व्यक्ति को विश्वास	4-5 गुण समान	महत्वपूर्ण नहीं
स्थिति दिलाते	✓ व्यक्ति के व्यक्ति	
✓ अन्य व्यक्तियों से	का निर्धारण	उदा. चलने का तरीका
सम्पर्क प्रदान	उदा. ईमानदारी	खाने का तरीका
उदा. - गांधीजी का सत्य	सत्यनिष्ठा	
एवं महिला सिद्धान्त		

(2)

18. स्मृति से क्या तात्पर्य है?
What is meant by memory?

भूतपूर्व स्थितियों को संकलित करने तथा
वर्तमान स्थितियों को चेतन अवस्था में
उपलब्धता तथा समयानुसार अवलोकन करने
की शक्ति स्मृति कहलाती है।

(2)

19. 'सामाजिक तनाव'
'Social tension'

सामाजिक = सांस्कृतिक संबंधों, घर-परिवार, मित्र-समूह, तलाक, अगड़ा इत्यादि से उत्पन्न घटनाओं के कारण जो स्थिति उत्पन्न होती है सामाजिक तनाव कहलाती।

1/3

20. व्यक्तित्व वर्गीकरण में Type - T प्रकार क्या है?
What is Type-T type in personality classification?

↳ इस आधार पर व्यक्ति का आकार, रूप-रंग, गुणों की मात्रा की जाती है।
↳ नेकत्वकामत, प्रभावशीलता का वर्णन।
वैसाजिक का नाम भी लिखें।

1

1. सुजनात्मक
2. विद्वंसालात्मक

21. 'दीर्घकालीन स्मृति'
'Long term memory'

✓ यह स्थायी स्मृति की / दीर्घकालिक भण्डार
✓ क्लिप्त घटना (30 सेकंड से जीवनपर्यन्त) का भण्डारण
✓ असक्रिय तथा अचेतन सांज्ञिक में भण्डारित

1/2

William James ने इसे गैर स्मृति कहा है

22. 'शीलगुण' की परिभाषा दीजिए।
Define trait theory.

व्यक्ति के व्यक्तित्व निर्धारण से वे
सहायक तत्व जिसे व्यक्ति की वातावरण,
प्रतिक्रियाओं से सम्बन्धों का अध्ययन
किया जाता है।

①
व्यक्ति
के
व्यक्तियों
का
वर्णन

23. आइजेन्क के अनुसार मनोविकृति बनाम पराहम् की क्रियाओं को स्पष्ट कीजिए।
According to Eysenck, explain the functions of psychosis and super-ego.

आइजेन्क के अनुसार →

<p>❖ किसी एक तत्व के उच्च होने पर (मनोविकृति)</p> <p>स्मृति शक्ति कमजोर, एकाग्रता का ह्रास, भय, चिंता, क्रोध, चिड़चिड़ापन, याददाश्त कमजोर</p>	<p>दूसरा तत्व उच्च होने पर (पराहम्) अर्थात्</p> <p>नेतृत्व क्षमता, परानुभूति, कर्तव्यनिष्ठा प्रभावशीलता के गुण विद्यमान</p>
---	---

②

24. 'सामाजिक अवलंब' की अवधारणा क्या है?
What is the concept of 'social support'?

तनाव तथा मानसिक दबाव की स्थिति में
निवारण हेतु सामाजिक अवलंब लिया जाता है
जिसके अन्तर्गत - घर, परिवार, मित्र, समाज,
सामाजिक समूह इत्यादि में हिस्सा लेकर
तनाव से मुक्ति प्राप्त की जा सकती है।

हेतु

③

25. 'विस्मृति एक सक्रिय मानसिक अवस्था है'- स्पष्ट करें।
'Forgetfulness is an active mental state'- Explain.

✓ किसी भूतपूर्व स्थिति का वर्तमान समय में चेतन स्वरूप में विद्यमान न हो पाना

✓ नयी चीज अब होने पर पुरानी चीज भूल जाना

1

26. अधिगम की 'सामान्यीकरण' और 'विभेदन' प्रक्रिया में क्या भेद है?
What is the difference between 'generalization' and 'differentiation' process of learning?

सामान्यीकरण

विभेदन

सम्पूर्ण विषय-वस्तु

विषय-वस्तु पर पर्याप्त

का सर्व-अध्ययन

विभेदन द्वारा चयन

कर सामान्य करना

करना

1

विभेदन अभिजाता के प्रति अनुकूल होती है

27. आनुवंशिकता-पर्यावरण विवाद
Heredity-environment controversy

✓ कुछ तत्व आनुवंशिक रूप से विद्यमान जो व्यक्ति के व्यक्तित्व को निर्धारित करते हैं जबकि कुछ परिस्थितियों पर्यावरण द्वारा भी प्रभावित होती जिसमें 'आनुवंशिक-पर्यावरण विवाद' कहते हैं।

1/2

शक्ति के नहीं बालक के बुद्धि ले संबंधित है

31. 'अंतर्राष्ट्रीय विधि' को परिभाषित कीजिए।
Define 'International Law'.

दो या अधिक देशों द्वारा अपने संबंधों का निधारण करने के लिए बनाई गई विधि अन्तरराष्ट्रीय विधि कहलाती।
जैसे - UNO द्वारा बनाई गई विधियाँ

12

32. सेबिनी के अनुसार 'कब्जा' क्या है?
According to Sabini, what is 'possession'?

सेबिनी के अनुसार कब्जे का सार तत्व यह है कि -
किसी एक व्यक्ति के द्वारा अन्य व्यक्ति को कब्जाधीन वस्तु के उपयोग से वंचित कर देना।
कब्जा कहलाता।

13

कॉटिक
एल के
साधार पर

33. 'आभासी कब्जा' की अवधारणा को उदाहरण सहित स्पष्ट करें।
Explain the concept of 'virtual possession' with an example.

इससे तात्पर्य - किसी व्यक्ति की स्वयं की संपत्ति या कब्जा नहीं होने पर भी वह अन्य की संपत्ति या कब्जे के कुछ हिस्से का उपयोग करता है, आभासी कब्जा।
उदा० - दूसरे के खेत से होकर स्वयं के खेत में जाना।

2

34. पॉक्सो एक्ट 2012 के अंतर्गत सरकार की क्या भूमिका है?
What is the role of the government under the POCSO Act 2012?

- अधिनियम के प्रावधानों का प्रशिक्षण प्रदान कर
- जनसहभागिता बढ़ाना
- अधिनियम की विमर्शिता
- दूर करना
- हथक न्यायालय की स्थापना करना
- अधिकारियों एवं कर्मचारियों की कार्यकुशलता बढ़ाना
- सम्भावनी जनसत तैयार करना

35. माता-पिता एवं वरिष्ठ नागरिकों का भरण-पोषण तथा कल्याण अधिनियम 2007 के अंतर्गत 'संपत्ति' की परिभाषा दें।
Define 'property' under the Maintenance and Welfare of Parents and Senior Citizens Act 2007.

संपत्ति के अन्तर्गत चल-अचल, मूर्त-अमूर्त, स्वमर्जित तथा प्रदत्त मर्जित संपत्ति आती हैं।
इसे विधि द्वारा मान्यता प्राप्त।

36. सूचना का अधिकार अधिनियम 2005 में 'पर व्यक्ति' से क्या अभिप्राय है?
What is meant by 'other person' in the Right to Information Act 2005?

लोक सूचना अधिकारी तथा आवेदक के अतिरिक्त अन्य सभी पदाकार - पर व्यक्ति से सूचना का उपयोग कर सकते हैं।

37. खातेदार काश्तकार की परिभाषा दें।
Define Khatedar Tenant.

राजस्थान काश्तकारी अधिनियम-1955 के लागू होने के समय जिन व्यक्तियों को काश्तकारी के अधिकार प्राप्त थे, खातेदार काश्तकार कहलते।

38. 'दस्तूर गँवाई'
'Dastur Ganwai'

बंदोबस्त कार्य के द्वारा गाँव की सार्वजनिक भूमि ~~सुपर~~ निवासियों को प्राप्त अधिकार एवं कर्तव्य तथा रास्ते पर अधिकार के उपयोग का उल्लेख जिस रजिस्टर में, दस्तूर गँवाई।

39. कॉपीराइट की जालसाजी के विरुद्ध पीड़ित पक्ष के क्या अधिकार हैं?
What are the rights of the aggrieved party against copyright counterfeiting?

पीड़ित पक्षकार वाद दायर कर सकता है।

- ① ज्ञापित प्रदान करने
- ② सब कमाई गई रकम को प्राप्त करने
- ③ जालसाजी पर रोक लगाने
- ④ भविष्य में दोहराव न करने संबंधी।

40. भू-राजस्व अधिनियम 1956 के अंतर्गत मूल आदेश के विरुद्ध अपील कहाँ-कहाँ की जा सकती है?

Where can an appeal be made against the original order under the Land Revenue Act 1956?

राज्य अपीलिय प्राधिकरण

प्रथम अपील 30 दिन

यदि मूल आदेश जिला कलेक्टर

जिला कलेक्टर

प्रथम अपील 30 दिन में

मूल आदेश ⇒

तहसीलदार या उपखण्ड अधिकारी

Note : Answer the following questions in 50 words. Each question carries 5 marks.

नोट : निम्न प्रश्नों के उत्तर 50 शब्दों में दीजिए। प्रत्येक प्रश्न 5 अंक का है।

1. राष्ट्रीय खेल नीति 2001 के अंतर्गत खिलाड़ियों के प्रोत्साहन हेतु क्या-क्या प्रावधान किए गए हैं? स्पष्ट कीजिए।

What provisions have been made for the encouragement of players under the National Sports Policy 2001? Explain.

राष्ट्रीय खेल नीति-2001 में 15 तत्व निर्धारित किए गए हैं। यह वर्तमान खेल नीति भी कहलाती है;

प्रमुख प्रावधान -

- खेलों के आधार को व्यापक बनाना

- राष्ट्रीय एवं अन्तरराष्ट्रीय स्तर पर खेलों को प्रोत्साहन

- खेलों में शिक्षा का समन्वय
- उच्च प्रदर्शन प्रशिक्षण केंद्रों की स्थापना

- खिलाड़ियों को प्रोत्साहन
- नवीन वैज्ञानिक एवं तकनीक आधारित उपकरणों का निर्माण

- खेल संस्थाओं का निर्माण एवं सहयोग

- खिलाड़ियों की दक्षता, कार्यशीलता को बढ़ावा

काएटिंग
स्लिडेज

21

2. राजस्थान सरकार द्वारा खेल व खिलाड़ियों के समर्थन में हाल में कौन-कौनसे कदम उठाए गए हैं? बिंदुवार वर्णन करें।

What steps have been taken recently by the Rajasthan government in support of sports and players? Describe point by point.

3

- 1. राजस्थान सरकार द्वारा 2019-20 में नवीन खेल नीति लाई गई, 2. खिलाड़ियों के अंतरराष्ट्रीय खेलों में पदक प्राप्ति पर पुरस्कार राशि को बढ़ाया गया (कम से कम एक करोड़)
- 3. खेल में भाग लेने पर - सरकारी नौकरी, जमीन तथा पुरस्कार राशि प्रदान [राज्य सेवा अधिनियम 2013 में संशोधन]
- 4. विभिन्न खेल अकादमियों यथा - पैरा स्पोर्ट्स अकादमी (जयपुर)
- 5. खिलाड़ी पेंशन योजना को 6. ग्रैंड एंटेन्डर के रूप में जैसे अग्रनि लैप्परा-बेटी बचामो 7. ऑलम्पिक खेल (राजीव गांधी) एवं विभिन्न प्रतियोगिताओं का आयोजन (क्रिकेट आदि)

3. 'भारतीय पुरुष हॉकी टीम पुनः अपने पुराने प्रदर्शन की ओर आगे बढ़ रही है'- कथन के आलोक में भारतीय टीम की उपलब्धियों की चर्चा कीजिए।

Discuss the achievements of the Indian team in the light of the statement 'The Indian male hockey team is again moving towards its old performance.'

3

- सर्वप्रथम 1928 में भारत ने नीदरलैंड्स ऑलम्पिक खेलों में स्वर्ण पदक के साथ सफर शुरू किया जो वर्तमान (2023) में एशियाई खेलों में स्वर्ण पदक हासिल कर वट ब्रह्मा के रूप में पहचान दिलाई
- पेरिस ऑलम्पिक में महिलाओं द्वारा पदक प्राप्त
- टोक्यो ऑलम्पिक में टीम का सर्वश्रेष्ठ प्रदर्शन
- अब तक टीम द्वारा कुल आठ स्वर्ण पदक आलम्पिक खेलों में प्राप्त
- राष्ट्रीय स्तर पर भी टीम का सर्वश्रेष्ठ प्रदर्शन रहा।

लेजों की वर्ष की लिखें।
2023 का स्वर्ण पदक

4. राजस्थान खेल नीति 2013 के प्रमुख उद्देश्य कौन-कौन से हैं?
What are the main objectives of Rajasthan Sports Policy 2013?

राजस्थान खेल नीति - 2013 ⇒ उद्देश्य

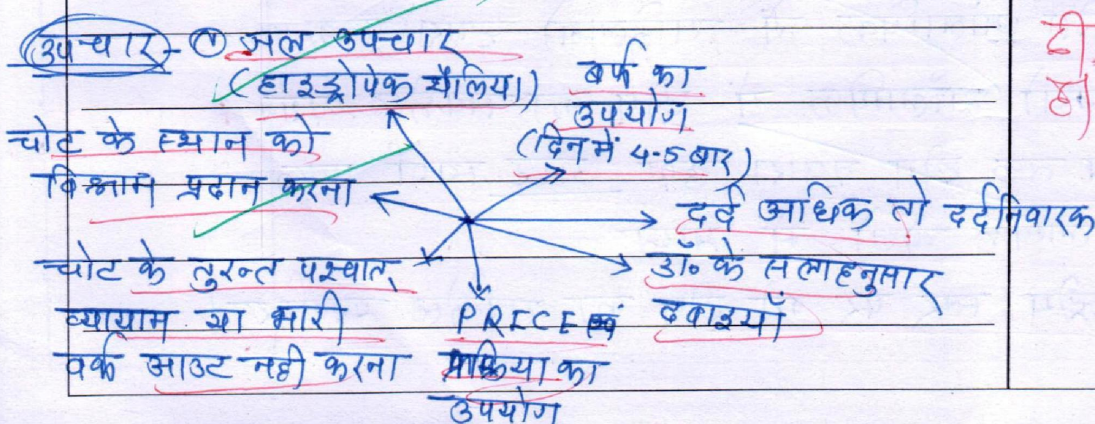
- * उच्च प्रशिक्षण एवं प्रशिक्षण संस्थानों की स्थानांतरण में खेल अकादमी
- * खिलाड़ियों को राष्ट्रीय एवं अंतरराष्ट्रीय स्तर पर भागीदारी प्रदान करना
- * आदिवासी तथा ग्रामीण इलाकों का खेलों में सहयोग प्रदान करना
- * शिक्षण संस्थानों तथा शिक्षा का क्षेत्र में समन्वय
- * खेलों में उत्कृष्टता, कार्यकुशलता को बढ़ावा देना
- * विभिन्न प्रतियोगिताओं का आयोजन करना
- * खिलाड़ी पेंशन योजना, समन्वित स्टेडियम, आउट ऑफ रन पॉलिसी का प्रभावी क्रियान्वयन

2

5. खेल चोटों में 'कन्ट्यूजन' क्या है? इस प्रकार की चोटों के लिए उचित उपचार सुझाइए।
What is 'contusion' in sports injuries? Suggest appropriate treatment for these types of injuries.

- कन्ट्यूजन प्राथमिक उपचार से संबंधित कोमल/मुलायम उत्क की चोट है। सामान्यतः इसे नील जमना कहते हैं।
- * यह शरीर के किली भंग पर मुक्का या दबाव लगने से होती है।
 - * मुक्के बाजी जैसे खेलों में अधिक संभावना है।

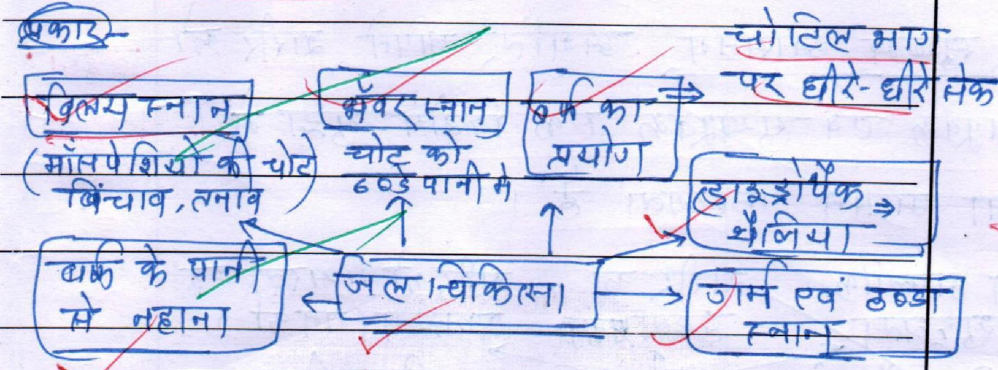
2



दीर्घ

6. जल चिकित्सा के विभिन्न प्रकार कौन-कौन से हैं? स्पष्ट करें।
What are the different types of hydrotherapy? Please clarify.

→ यह प्राथमिक चिकित्सा की उपयुक्त एवं संचालित विधि है।



जल चिकित्सा द्वारा - कोमल एवं मुलायम ठोस की चोट का प्रभावी उपचार (जिसमें - कंट्रिबूशन, बिन्दाव) किया जा सकता, जिसके तहत दिन में 4 से 5 बार अधिकतम 40 मिनट तक बर्फ का सेक आदि किया जाय।

7. महर्षि पतंजलि के अष्टांग योग के अंतरंग पक्ष की व्याख्या कीजिए।
Explain the intimate aspect of Maharishi Patanjali's Ashtanga Yoga.

महर्षि पतंजलि मनुष्य के अंतरंग पक्ष → धारणा, ध्यान, समाधि।
① धारणा - तत्र एकतानता ध्यानम्।

किसी एक सकारात्मक विषय का चयन करना
• जितनी प्रजातियाँ उतने विषय
• एक बार विषय चयन पर बदलाव नहीं

② ध्यान → चुने हुए विषय पर ध्यानपूर्वक मन को केन्द्रित करना तथा अपने चेतन स्वरूप की अवस्था को प्राप्त करना

③ समाधि - श्वास प्रश्वासे इति भविष्येद स्वरूपम्, अवस्थीतम् इति समाधि।

ध्यानस्थ के पश्चात् श्वास को अपनी इन्द्रियों के नियंत्रण में लाकर समाधिस्थ हो जाना।

3
21/11/20

2 2

दोनों पक्षों का संक्षिप्त परिचय

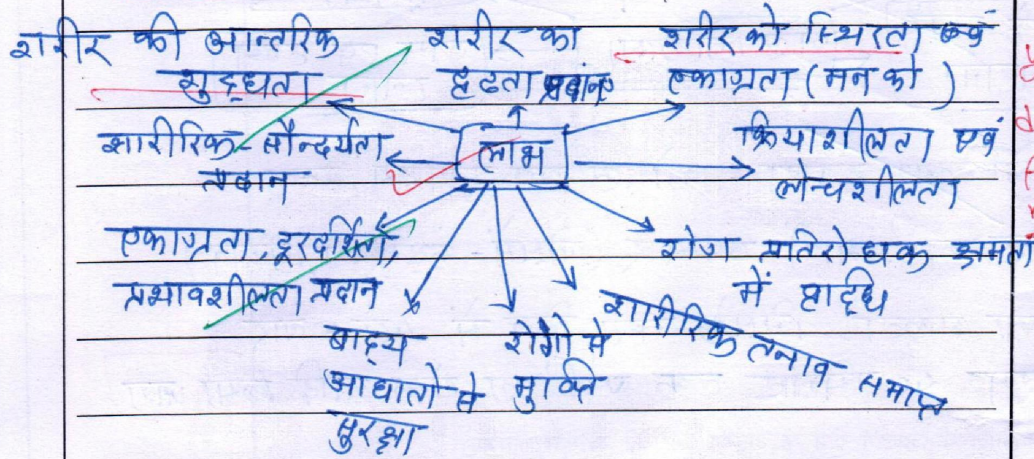
विषय का परिवर्तन बार-बार नहीं

8. 'स्थिर सुख आसनम्' को स्पष्ट करते हुए 'आसन' के शरीर-क्रियात्मक लाभों का उल्लेख कीजिए।

While explaining 'Sthira Sukh Asanam', mention the physiological benefits of 'Asana'.

आसन

स्थिर सुखम् आसनम् अर्थात् अपने शरीर को नियमपूर्वक एवं सुखपूर्वक एक विशेष मुद्रा में बनाना आसन कहलाता है।



3/3

इच्छा
उत्तर
लिखा
है

you
deserve
full
marks

9. तनाव/प्रतिबल क्या है? तनाव के व्यक्ति पर पड़ने वाले प्रभावों का विश्लेषण करें।
What is tension/stress? Analyze the effects of stress on a person.

तनाव → वह अवस्था जिसमें व्यक्ति अपनी बुद्धि, व्यवहार तथा अतिविधियों पर नियंत्रण स्थापित नहीं कर सकता तथा तैयारी का अभाव विद्यमान

<u>मानसिक</u>	<u>शारीरिक</u>	<u>व्यवहारिक</u>
✓ एकाग्रता में कमी	• इवसन दर प्रभावित	• सादक पदार्थों के व्यसन में वृद्धि (ड्रग आराब)
✓ स्मरण शक्ति कम	• पेट में अल्सर	• एकान्त एवं अकेलापन महसूस
✓ चिंता, भय	• रक्ताल्पता	• ऑवरसिंकिंग
✓ क्रोध, उर	• रक्त की गति रूद्ध गति परिवर्तित	• सामाजिक-तन्मयता का अभाव
✓ चिड़चिड़ापन	• अस्थिमा की समस्या	
✓ दूरदर्शिता का अभाव	• बाल झड़ना	
✓ याददाश्त कमजोर	• शारीरिक दुर्बलता	

3

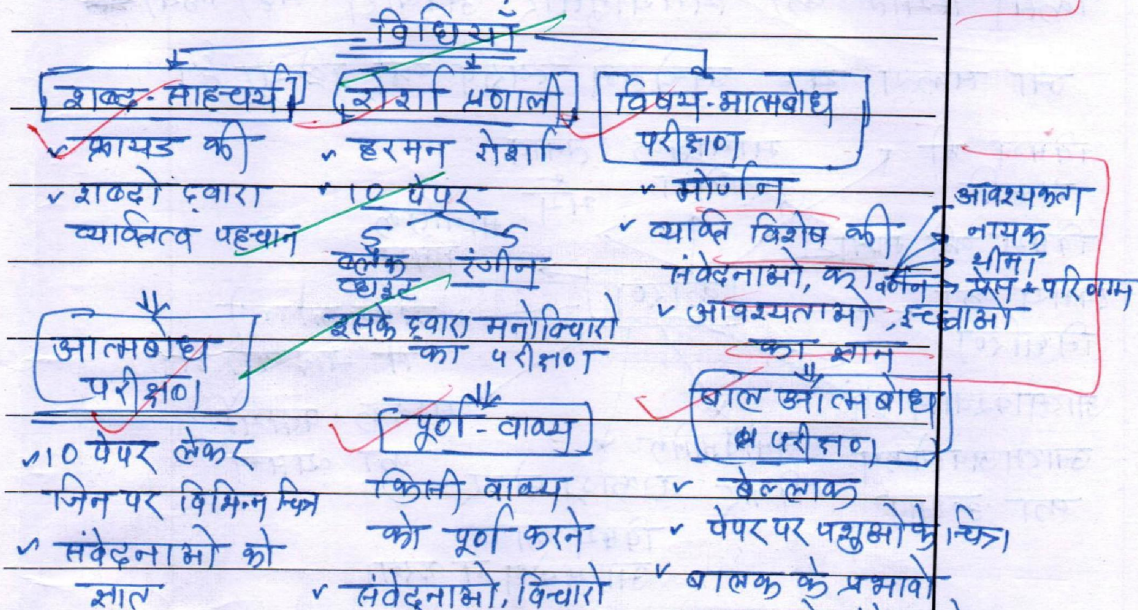
quest

10. व्यक्तित्व मापन की प्रमुख प्रक्षेपण विधियाँ कौन-कौनसी हैं? प्रक्षेपण विधियों की प्रमुख विशेषताओं को स्पष्ट करें।

What are the main projection methods of personality measurement? Explain the main features of projection methods.

3 1/2

प्रक्षेपण विधियाँ - इनके द्वारा अचेतन विचारों को सतत रूप से



आवश्यकता नायक शीमा प्रेम परिवारम

11. संवेगात्मक बुद्धि की शासन-प्रशासन में उपयोगिता की व्याख्या कीजिए। Explain the utility of emotional intelligence in governance & administration.

संवेगात्मक बुद्धि से तात्पर्य → स्वयं तथा दूसरों के संवेगों को समझने, प्रभावी संचार करने तथा संवेगों के आधार पर निर्णय लेना, संवेगात्मक बुद्धि

3

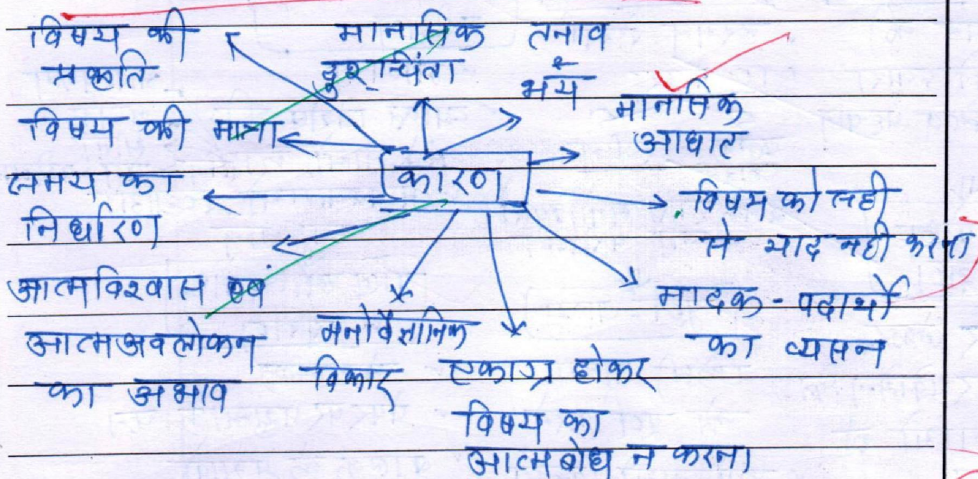
- उपयोगिता →
1. आत्मविश्वास - स्वयं के लिए निर्णय पर अटल रहना
 2. करुणा → दूसरे के संवेगों को समझ कर हल निकालना
 3. समानुभूति → गरीब, अनाथ, की पीड़ा का हल
 4. कर्तव्यनिष्ठा → आदेशों का पालन करना तथा अपने कर्तव्यों पर भड़िग रहना
 5. परानुभूति → सरकारी कार्यों का प्रभावी क्रियान्वयन
 6. निर्णय क्षमता → संवेगों में हड़ता से प्रभावी निर्णय
- आदि तत्वों की सहायता से प्रभावी सूचिका निर्वहन

Good

12. 'विस्मृति' क्या है? विस्मृति के विविध कारण कौन-कौन से हैं?

What is 'forgetfulness'? What are the various causes of forgetfulness?

विस्मृति एक निष्क्रिय अवस्था है जिसमें पूर्व किसी स्थिति का समयानुसार अवबोध नहीं किया जा सकता यह अचेतन स्वरूप की क्रिया है।



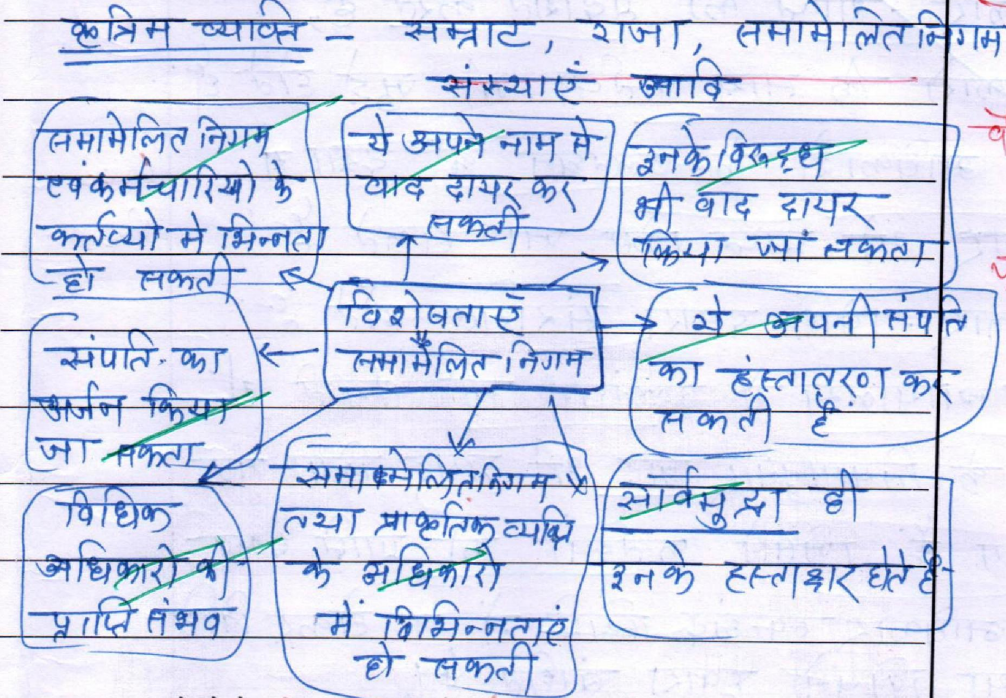
13. 'अधिगम' की संबंधात्मक और विश्लेषणात्मक शैली में अंतर बिंदुवार लिखिए।

Write point wise the difference between 'relational and analytical style of learning'.

संबंधात्मक शैली	विश्लेषणात्मक शैली	लार्निंग है फाइन डीप भाग से खचा है।
✓ विषय की समग्रता का चयन कर अधिगम	✓ विषय के किसी एक बिंदु का चयन कर अधिगम	
✓ सामाजिक एवं सांस्कृतिक ज्ञान	✓ वैज्ञानिक प्रणाली	
✓ अपेक्षाकृत विस्तृत शैली	✓ कम विस्तृत	
✓ बाह्य स्रोतों से प्रभावित	✓ बाह्य स्रोतों से अप्रभावित	
✓ सामाजिक ज्ञान की प्राप्ति	✓ तकनीकी; आविष्कारिक ज्ञान	
✓ समझन क्षमता, निर्णयन क्षमता को बढ़ावा	✓ तार्किकता, विश्लेषण क्षमता को बढ़ावा	
✓ सामान्यज्ञ प्रणाली	✓ विशेषज्ञ प्रणाली	
✓ तथ्यों को समझकर अध्ययन	✓ तथ्यों का गहराई से अध्ययन	

18. 'कृत्रिम व्यक्तित्व' के प्रकार बताते हुए समावेशित निगम की प्रमुख विशेषताओं को स्पष्ट कीजिए।
 Explain the main characteristics of an incorporated corporation by describing the types of 'artificial personality'.

3



वैधानिक पद की पंजीकृत संस्थाएँ

19. बाल श्रम रोकने हेतु किए गए प्रमुख वैधानिक प्रावधान कौन-कौन से हैं?
 What are the main legal provisions made to stop child labour?

3

बाल श्रम रोकने के वैधानिक प्रावधान

- ① कारखाना अधिनियम-1948
 ↳ 15 वर्ष से अधिक उम्र के बच्चों को भारी कार्यों में नहीं।
- ② बाल श्रम प्रतिषेध एवं निषारण अधिनियम (1986)
 ↳ बालों के कार्य करने पर प्रतिबंध
- ③ बाल श्रम प्रतिषेध एवं नियमन अधिनियम (2016)
 ↳ कार्य का समय निर्धारित, भारी कार्यों से मनाही, शिक्षा, विज्ञापन संबंधी एवं पारिवारिक कार्यों से छूट
- ④ संविधानिक प्रावधान
 अनुच्छेद-31'A अनुच्छेद-23 अनुच्छेद-39
 6-14 वर्ष के बच्चों को बाल श्रम का प्रतिषेध एवं निःशुल्क शिक्षा का अधिकार बाल श्रम का प्रतिषेध एवं बाल श्रम विरोध बाल कल्याण हेतु राज्य प्रावधान करेगा

Article 24 का शाब्दिक है

20. 'अधिकार विधि' द्वारा सुरक्षित हैं- स्पष्ट करें।

'Rights' are protected by law - Explain.

✓ अधिकार शास्त्र को संदर्भित करते हैं, अधिकारों के साथ कर्तव्य भी जुड़े होते हैं तथा अधिकारों के उल्लंघन की दशा में उपचार भी प्राप्त किए जा सकते हैं। अधिकार विधि द्वारा सुरक्षित होते हैं तथा न्यायालय में उल्लंघन की स्थिति में विधि के नियमानुसार वाद भी दायर किया जा सकता है। अतः अधिकार स्वच्छंद स्थिति में न होकर विधि तथा नियमों द्वारा बंधित हैं।

2

Good Answer

21. कार्यस्थल पर महिलाओं के साथ यौन उत्पीड़न (रोकथाम, निषेध और निवारण) अधिनियम 2013 के तहत नियोक्ता के क्या-क्या कर्तव्य बताए गए हैं?

What are the duties of the employer under the Sexual Harassment of Women at Workplace (Prevention, Prohibition and Redressal) Act 2013?

✓ नियोक्ता के कर्तव्य

- ① उचित वातावरण का निर्माण
- ② आन्तरिक समिति गठन → संस्था में 10 से अधिक सदस्य होने पर
- ③ कर्मचारियों पर कार्रवाई कर सकता है
- ④ किसी भी वाद न सुलझने पर जिला स्तरीय समिति के हस्तगत
- ⑤ आपसी सुलह एवं समझाव का अधिकार
- ⑥ कार्यस्थल पर महिलाओं हेतु उचित व्यवस्था
- ⑦ नैतिक नियमावली का सुचारु एवं प्रभावी क्रियान्वयन

2/1

शॉर्ट कांतिव्य

हेतु

22. राजस्थान भू-राजस्व अधिनियम 1956 में प्रयुक्त 'वार्षिक रजिस्टर' और अधिकार-अभिलेख क्या हैं? इन दोनों का अंतर स्पष्ट करें।
 What are 'Annual Register' and 'Record of Rights' used in Rajasthan Land Revenue Act 1956? Explain the difference between these two.

2½

वार्षिक रजिस्टर	अधिकार अभिलेख
वार्षिक खाते में भूमि क्षेत्र	अभिलेखों में लगान-वसूली
भू-राजस्व, लगान, खसरा खतौनी का विवरण	भू-राजस्व प्राप्ति का विवरण
✓ क्षेत्र - विस्तृत	✓ कम विस्तृत
✓ सम्पूर्ण भूमि का वर्णन	✓ किए गए क्रियाकलापों का
✓ पटवारी द्वारा विवरण दे	✓ तहसीलदार कार्यालय
✓ अधिकार अभिलेख का उच्चस्थ स्वरूप	✓ वार्षिक रजिस्टर के अधीनस्थ कार्ड

वेबट
लगानी भागी
वर्णन

23. राजस्थान काश्तकारी अधिनियम 1955 में वर्णित काश्तकार के वृक्षारोपण संबंधी अधिकारों का वर्णन कीजिए।
 Describe the plantation rights of the tenant mentioned in the Rajasthan Tenancy Act 1955.

2½

अधिनियम के अनुसार →

- वृक्ष या वन भूमि पर काश्तकार को अधिकार प्रदान नहीं
- सड़क के किनारे वृक्षों पर राज्य की अनुमती ले वृक्षों संबंधी अधिकार राजस्व वसूल कर प्राप्त
- खेपों की भूमि/पट्टे में वृक्षारोपण का अधिकार
- मेड़बन्दी चारदीवारी हेतु वृक्षों का उपयोग
- संफोटग्रस्त पादपों एवं वृक्षों के कटाव पर प्रतिबंध
- सार्वजनिक, वन, जंगल से लकड़ी सरकार की अनुमती द्वारा प्राप्त की जा सकती।

अनुमति

चहारदीवारी

तहसीलदार की

24. 'बौद्धिक संपदा अधिकार' क्या है? कॉपीराइट और पेटेंट का अंतर बिंदुवार स्पष्ट कीजिए।
What is 'Intellectual Property Rights'? Explain the difference between copyright and patent point by point.

2

बौद्धिक संपदा अधिकार - व्यक्ति के रचनाशील
सक्षिप्त से कला, कौशल, चित्र, भावुकतियों इत्यादि
का रचनात्मक एवं कलात्मक तरीके से निर्माण विधिक
संरक्षण करना बौद्धिक संपदा तथा उन पर प्राप्त अधिकार
विधिक अधिकार कहलाते हैं।

<u>कॉपीराइट</u>	<u>पेटेंट</u>
✓ पुस्तक, प्रकाशन इत्यादि पर प्राप्त	✓ नवीन आविष्कार एवं वैज्ञानिक प्रयोज
✓ निजी उपयोग हेतु अधिकार प्राप्त	✓ इन्हें अन्य द्वारा प्राप्त नहीं किया जा सकता
✓ रचनात्मकता का अभाव	✓ रचनात्मकता विद्यमान
✓ राजस्व भाग का अभाव	✓ राजस्व रूपी राजस्व को प्राप्त
✓ सामान्य व्यक्ति द्वारा भी प्राप्त	✓ पेशेवरों की आवश्यकता
✓ अवधि की कोई सीमा नहीं	✓ विशेष अवधि (20 वर्ष) हेतु प्राप्त
✓ मूल्य के 60 साल कारगर	

हेतु

आधिनिष्ठ के वष सिद्ध

1. निम्नलिखित वाक्यों का शुद्ध रूप लिखिए-
(i) निराशा की किरणें छायी हुई है।

5 अंक

निराशा छायी हुई है।

3

- (ii) हमें अपना निजी काम करना चाहिए।

हमें अपना काम करना चाहिए।

- (iii) गत रविवार के वह जयपुर जाएगा।

अगले रविवार को वह जयपुर जाएगा।

- (iv) तितली के पास सुंदर पंख होते हैं।

तितली के पंख सुंदर होते हैं।

- (v) बाजार में साप्ताहिक अवकाश सोमवार का रहता है।

बाजार में सोमवार को साप्ताहिक अवकाश रहता है।

- (vi) आपके विवाह-समारोह में सम्मिलित न होने पर मैं बहुत शोकाकुल हूँ।

आपको विवाह-समारोह में सम्मिलित न होने पर मैं बहुत शोकाकुल हूँ।

- (vii) कई रेलवे के कर्मचारियों की गिरफ्तारी हुई।

रेलवे के कई कर्मचारियों की गिरफ्तारियाँ हुईं।

- (viii) उस समय चरखा कातना एक अनुशासन था।

उस समय चरखा कातना एक आवश्यकता थी।

- (ix) छात्रों ने पं. नेहरू को अभिनंदन पत्र प्रदान किया।

छात्रों ने पं. नेहरू को अभिनंदन पत्र प्रदान किया।

- (x) व्यक्ति को अपने समय का अच्छा सदुपयोग करना चाहिए।

व्यक्ति को अपने समय का अच्छा सदुपयोग करना चाहिए।

2. निम्नांकित शब्दों के शुद्ध रूप लिखिए-

5 अंक

(i) दृष्टा -

~~दृष्टा~~ दृष्टा

3

(ii) पड़ौसन -

~~पड़ौसन~~ पड़ौसिन ✓

(iii) कुमुदिनी -

~~कुमुदिनी~~ कुमुदिनी

(iv) वाल्मीकी -

~~वाल्मीकी~~ वाल्मीकि ✓

(v) फिटकिरी -

~~फिटकिरी~~ फिटकरी ✓

(vi) प्रदर्शनी -

~~प्रदर्शनी~~ प्रदर्शनी

(vii) अनुग्रहित -

~~अनुग्रहित~~ अनुग्रहीत ✓

(viii) अक्षोहणि-

~~अक्षोहणि~~ अक्षोहिणी ✓

(ix) पुनरोत्थान -

~~पुनरोत्थान~~ पुनरुत्थान ✓

(x) निर्दोषि -

~~निर्दोषि~~ निर्दोष

3. सचिव, बाल अधिकार समिति, टोंक की ओर से वार्षिक आम सभा की बैठक बावत् विज्ञप्ति जारी कीजिए। 10 अंक

राजस्थान सरकार

कार्यालय सचिव, बाल अधिकार समिति, टोंक जिला टोंक

प. 5 (1) (स.ब.भ./विविध) 2023

दिनांक - 5 अक्टूबर, 2023

विज्ञप्ति संख्या:- 11/82023

3

दिनांक 10 अक्टूबर, 2023 का जिला टोंक में
आवश्यक कार्य बावत् आम बैठक का
आयोजन होना या अपरिहार्य कारणवश
यह बैठक 29 अक्टूबर, 2023 को
आयोजित होने की विज्ञप्ति जारी की जाती है।

सचिव

(A) Select the correct word/phrase: (Q. No. 1-10)

Marks 10

1. A pale/pail full of milk was lying in the kitchen.

2. I do not advise you to have recourse/resource to legal action in this matter.

3. There was alteration/altercation between the shop keeper and my brother.

4. The two children of one family may have diverse/divers temperament.

5. The enemy rested/wrested his gun and killed him.

6. Gaurav is disinterested/uninterested in the study of science.

7. Once Britain was a great marine/maritime power.

8. There is noticeable/notable improvement in the patient.

9. When I visited temple, I saw him kneeling at the altar/alter.

10. The dead body was taken to the symmetry/cemetery for burial.

Blank lined area for writing, crossed out with a red diagonal line.

सत्यमेव जयते

107
66
41