

Samyak

An Institute For Civil Services

RAS - 23 MAINS TEST SERIES

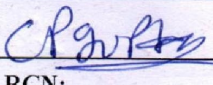
सिद्धि - 04/A2

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		46
Medium : Hindi	Part - B		59.5
Email :	Part - C		
Exam Date : 05/11/2023			105.5 200
Inviligators Signature : 			
ECN:	RCN:	Hindi: $\frac{11}{20}$	English: $\frac{05}{20}$

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.

SAMYAK, Near Riddhi Siddhi, Gopalpura Bypass, Jaipur, 9875170111
Test Series Helpline & Whatsapp - 9414988860, Email Id - samyakttestseries@gmail.com

	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. — अच्छा प्रभाव है उत्तर बनाने वाले
2. — सभी प्रश्नों को हल करने का प्रयास करें
3. — Keywords, flow chart, diagram का
4. — आसानी से प्रयोग करें
5. — संकेतों के आकृषणों से सहायता प्राप्त करें और
भी उत्तर में समावेश करें।
6. — हिन्दी व English का प्रयोग पर ध्यान दें।
- 7.
- 8.
- 9.
- 10.
- 11.

Keep
writing

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?

X

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?

① जो-जो अहिमसा ③ शूटिंग X
② कबड्डी ④ बास्केटबॉल ✓
⑤ फुटबॉल (ड्रग्स कर)
⑥ बालीबॉल ✓
एक करोड़ 100,200,400 रु.

1/2
false
current

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

1) साइक्लिंग अकादमी (बीकानेर) नीलवाड़ा
2) हॉकी अकादमी (जयपुर)
3) बास्केटबॉल अकादमी (उदयपुर) वाइलेट व लीक
4) फुटबॉल अकादमी (भीलवाड़ा) सीकर व बोधवाड़ा
Athletics चिन्म

1

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?

① ग्रामीण, महिला, आदिवासी क्षेत्रों को खेल में भागीदारी
बढ़ाना तथा प्रोत्साहन देना।

② राष्ट्रीय, अंतर्राष्ट्रीय, एशियाई, राष्ट्रमंडल खेलों में
भाग्यवान होना और देश की अग्रणी बनना।

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

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

राष्ट्रीय खेल विकास कोष → इसके माध्यम से खिलाड़ियों
को विभिन्न सुविधाएँ उपलब्ध करवाना — उपकरण,
प्रशिक्षण, फौजिक आहार, तकनीकी सहायता,
खेल में निपुण खिलाड़ी जो किसी कारण से खेल में
भाग नहीं ले पा रहे आर्थिक सहायता उपलब्ध करवाना,

①

बनारस - वर्ष 1998

शुभ्रि.ए.पी.डी.जी.
निर्माण
एंड
रुजुएलक

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

R (Rest) → चोटित खिलाड़ी को आराम उरने देना ।

I (Ice) → चोटग्रस्त जगह बर्फ से हल्के हाथ से मासिज ।

C (Compress) → चोटग्रस्त जगह हल्के हाथ से दबाया जिससे चोटिले गाराप मिले

E (Elevation) → ध्यान रखना ।

2

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

ये यह एक प्रकार की हाइड्रोथैरेपी चिकित्सा पद्धति है

जिसमें चोटित खिलाड़ी को हाइड्रोकोलेटरल पैक के

माध्यम से सीखाव कर सहायता प्रदान की जाती है

जिससे उसको जल्दी सही होने में सहायता मिलती है।

1/2

जो नहर के
एक माध्यम के
मार्फत आराम
सुधो नम

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

यह केन्द्र सरकार की पहल है इसके माध्यम से खिलाड़ियों को प्रोत्साहन देने हेतु पुरस्कार दिया जाता है।

प्रशस्ति पत्र, ध्वज, मेडल

- लक्ष्य
- 1) उपर्युक्त में अच्छा प्रदर्शन ।
 - 2) राष्ट्रीय व अन्तर्राष्ट्रीय स्तर पर पदक प्राप्त ।
 - 3) देश को अग्रणी बनाने में भूमिका

1

वर्ष 2009
में शुरू

10. स्कंदपुराण में 'योग' को किस प्रकार परिभाषित किया गया है?
How has 'Yoga' been defined in Skandapuram?

0
✓

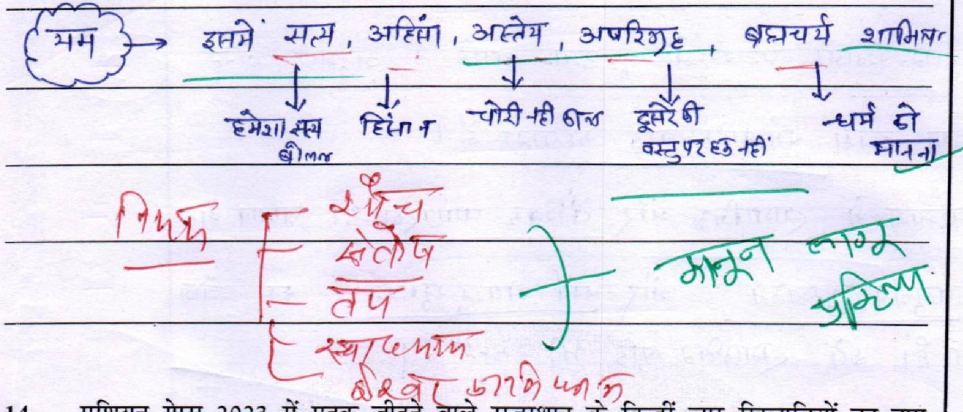
11. प्राणायाम के तीन पहलुओं का अंतर समझाएं।
Explain the difference between three aspects of Pranayama.

0
✓

12. 'गोरक्ष संहिता' में वर्णित योग के छः अंग कौन-कौन से हैं?
What are the six parts of Yoga described in 'Goraksh Samhita'?

0
✓

13. 'यम' और 'नियम' के मध्य मूलभूत अंतर क्या है?
What is the fundamental difference between 'Yama' and 'Niyama'?



1

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.

(Blank lines for answer with a large green diagonal slash and a red 'X')

0

15. दिव्यकृति सिंह की खेल उपलब्धि क्या रही हैं?
What has been the sports achievement of Divyakriti Singh?

(Blank lines for answer with a large green diagonal slash and a red 'X')

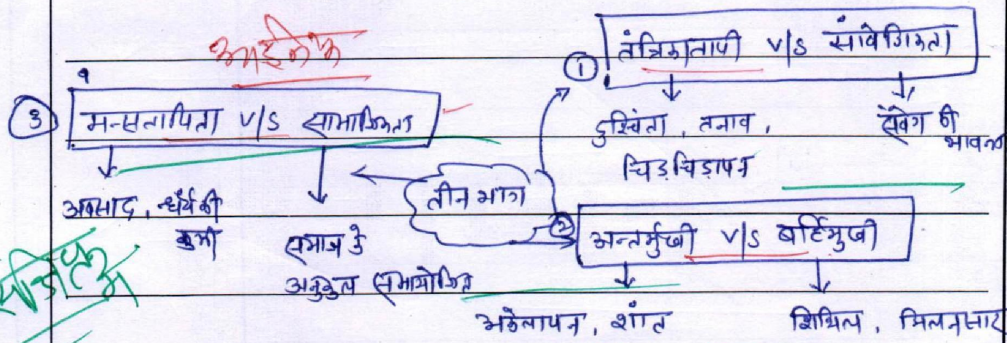
0

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

सांस्कृतिक शैलि-शिवामो, परम्पराओं, उला आदि के अनुसार व्यक्ति की बुद्धि का बचन सांस्कृतिक बुद्धि कहलाता है।

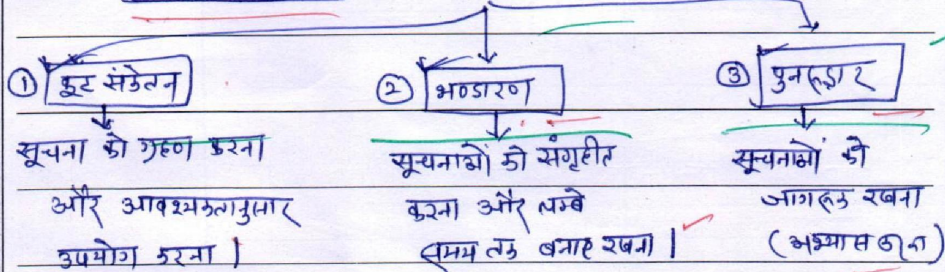
भारतीय परम्परा में ह्यमात्रिडु और वैशिक पर्यावरण का प्रभाव होता है इसमें 'वसुधैव कुटुम्बकम्' और 'सर्वे भवन्तु सुखिनः' का प्रयोग किया जाता है। इसे समाकलित बुद्धि भी कहते हैं।

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



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

स्मृति से तात्पर्य है कि किसी भी सूचना को गहन करना और उसे लम्बे समय तक बनाए रखना।



2

12

2

प्रकार की चर्चा

19. 'सामाजिक तनाव'
'Social tension'

सामाजिक तनाव से तात्पर्य है कि समाज का दबाव अर्थात्, पड़ोसियों या बाहरी स्त्रोत के द्वारा उत्पन्न तनाव होता है।
ex. पड़ोसियों की समस्या, समाज में अज्ञान

2 - 1/2
मानक शब्दों का उपयोग

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

X

0

21. 'दीर्घकालीन स्मृति'
'Long term memory'

दीर्घकालीन स्मृति से तात्पर्य है, कि सूचना का विस्तार पूर्वक अह्वयन अर्थात्, समय-समय पर किसी सूचना का अन्वयन करना इसकी संयोजी क्षमता-असीमित व अवधि-जीवनपर्यन्त होती है। जब हम किसी सूचना को भूल जाते हैं, तो वह पुनरुद्धार की विफलता के कारण होता है।

1 1/2
व्याख्या के लिए अधिकतम तक काटो

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

व्यक्ति के व्यक्तित्व में ज़ारीरिक्त व मात्रासिद्ध गुणों का विकास होता है ये शीलगुण प्रत्येक व्यक्ति में बिन्न-बिन्न होते हैं।

① रैमंड कैल → मूल/स्त्रीय शीलगुण (सापेक्ष रूप से स्थिर)
→ सहायी शीलगुण (मूल शीलगुणों से अलग हैं)

② ऑलपोर्ट → कार्डिनल
→ ड्रीम
→ गैज

③ आइजेन्क → तंत्रिकतापी V/S संवेगिता
→ बहिर्मुखी V/S अंतर्मुखी
→ अमानसिकता V/S सामाजिकता

2

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

✓ मनोविकृति से तात्पर्य व्यक्ति के मनोपैदानिक विचारों का प्रभाकि होना जैसे:- नैतिक मूल्य, स्वार्थता

✓ पराहम् → इसमें व्यक्ति के समाज और परिवार के नैतिक मूल्य समाहित होते हैं इसे नैतिकता का सिद्धान्त भी कहते हैं

2

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

सामाजिक अवलंब से तात्पर्य है, कि व्यक्ति को अपनी प्रगति तथा अन्य सामाजिक कार्यों में समाज द्वारा या परिवार द्वारा मिमा गया समर्थन।

जैसे:-

- एकमुटला से डारम करने का नेतृत्व
- सम्बन्ध समाप्ति की जगह सकारत्मक हल प्रस्तावना

1 1/2

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

वह स्थिति जिसमें किसी सूचना को किसी कारणवश भूल जाना होता है। इसमें अवरोध के कारण, चिह्नों का लोप व पुनरुद्धार ही असफलता का कारण शामिल हैं।

अधिगम और धारण की मात्रा में अंतर अधिक होने पर धारण की मात्रा कम।

स्मरण - विस्मरण प्रक्रिया
↑ विस्मरण की मात्रा (%)

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

- ① सामान्यीकरण प्रक्रिया में सम्पूर्ण इकाई के साथ सिखनाई जबकि विभेदन में अलग-अलग टुकड़ों में सीखता है।
- ② सामान्यीकरण - अन्तर्जागतिक प्रक्रिया जबकि विभेदन - क्रियात्मक
- ③ सामान्यीकरण - असंबंधित कार्यों में अनुभव, विभेदन - संबंधित कार्यों में अनुभव

27. आनुवांशिकता-पर्यावरण विवाद
Heredity-environment controversy

यह विवाद बुद्धि से संबंधित है। आनुवांशिकता में जुड़वाँ बच्चों को साथ-साथ पाला जाता है 0.92 बुद्धि सहसंबन्ध का विकास जबकि अलग-अलग पाले गये बच्चों में 0.72 होता है।

→ जोड़ लेने वाले माता-पिता की बुद्धि जन्म लेने वाले माता-पिता के अधिक निर्धार होती है।

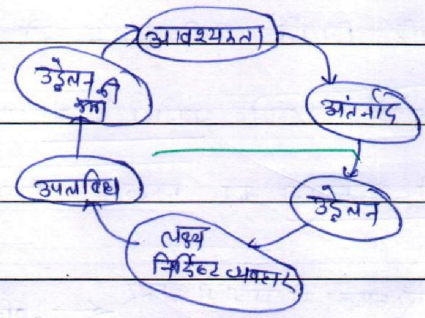
→ पर्यावरण के साथ अस्तित्व में आने पर बुद्धि माता-पिता (जोड़ लेने वाले) के अधिक निर्धार हो जाती है।

2

28. अभिप्रेरणा चक्र के तीन मुख्य तत्व कौन-कौनसे हैं?
What are the three main elements of motivation cycle?

अभिप्रेरणा चक्र के मुख्य तत्व

- 1) आवश्यकता ✓
- 2) अंतर्माद ✓
- 3) उद्देश्य ✓



2

29. 'मोटिवेशन-हाइजीन थ्योरी'?
'Motivation-Hygiene Theory'?

दोनों चक्र बताएँ

- 1) कार्य में अहंति ✓
- 2) उदासीनता का व्यवहार ✓
- 3) विश्वास की कमी ✓
- 4) धैर्य की कमी ✓

हर्म बर्न - डिखल की फ सिद्धान्त
[आदिगम - अभिप्रेरक]

- 1) कार्य में रुचि ✓
- 2) उत्सुकता का व्यवहार ✓
- 3) विश्वसनीय ✓
- 4) धैर्यवान ✓

1

30. व्यक्तित्व के शोध उपागम की नियमान्वेषी अवधारणा को स्पष्ट करें।
Explain the nomothetic concept of the research approach of personality.

(This section contains faint, illegible handwriting and a large red 'X' mark.)

0

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

~~अंतर्राष्ट्रीय~~ अंतर्राष्ट्रीय देशों के सम्बन्ध में अर्थात् दो या दो से अधिक देशों के सम्बन्ध में बनाई गई विधि अंतर्राष्ट्रीय विधि कहलाती है।

जैसे:- WTO के नियम, UNO के नियम

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

✓ सेबिनी के अनुसार कब्जा से तात्पर्य धारणा व काय से है।
✓ जिसमें धारणा का अर्थ — किसी वस्तु को प्राप्त करने की इच्छा व काय से तात्पर्य — किसी वस्तु पर भौतिक नियंत्रण।

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

आभासी कब्जा से तात्पर्य है कि किसी व्यक्ति द्वारा किसी वस्तु की वस्तु पर नियंत्रण या उपयोग जिसके कारण वह लाभ का हकदार होता है आभासी कब्जा कहलाता है।

जैसे:- खेत में जाते समय जाने के लिए अमर के खेत का उपयोग करना।

2

2

1

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

↳ इसमें सरकार द्वारा 14 वर्ष से कम उम्र के बच्चों से
बातचीत करवाने पर सजा का प्रावधान (3 माह + 5000 जुर्माना)
↳ बच्चों को अनुकूल वातावरण उपलब्ध करवाना तथा शैक्षिक
गतिविधियों में भागीदारी बढ़ाना
↳ तकनीकी ही और रूझान

112
- वास्तविकता को
अपेक्षा
- शैक्षिकता प्रदान
- शिक्षकों को
आय बढ़ाना
- शांतिपूर्ण हेतु
समाज की
सुख

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 से तात्पर्य है कि माता-पिता, वरिष्ठ नागरिकों की
पैदाइ संपत्ति से है जिस पर उनके बालक व वधवा-नाबालक
का हक होता है। तथा इसके बदले में वे उनके
जीवन निर्वाह में सहायता करना।

11

- बाल-अर्थ
- पैसा। स्वयं-आय
- मुक्ति। अर्थ

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?

पर व्यक्ति - वह व्यक्ति जिसमें सूचना का आवेदन
व सार्वजनिक अधिकारों की हानि होकर शेष व्यक्ति
पर व्यक्ति कहलाते हैं।

1

लोक
अधिकार
की
आवृत्ति

सार्वजनिक अधिकार - जिसकी व्याख्या (पद, संख्या) संसद,
राज्यविधानमंडल या स्थानीय प्राधिकारी द्वारा
की गई हो।

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

वह काश्तकार जो आवेदक के समय से ही सभी सीमा या प्रावधानों में अधिकृत होता है, खातेदार काश्तकार कहलाता है।
ex. अनुबंध के प्रावधान

राज. काश्तकार अधि.
1955

1/2

38. 'दस्तूर गँवाई'
'Dastur Ganwai'

दस्तूर गँवाई → बंदोबस्त कार्यों के दौरान भूमि के रिकॉर्ड, प्रतिबंधन, सुरक्षा, सिंचित, मृदा, भू-अभिलेख आदि की जानकारी रखता है। दस्तूर गँवाई कहलाता है।

भू-राजस्व अधि. 1956

1

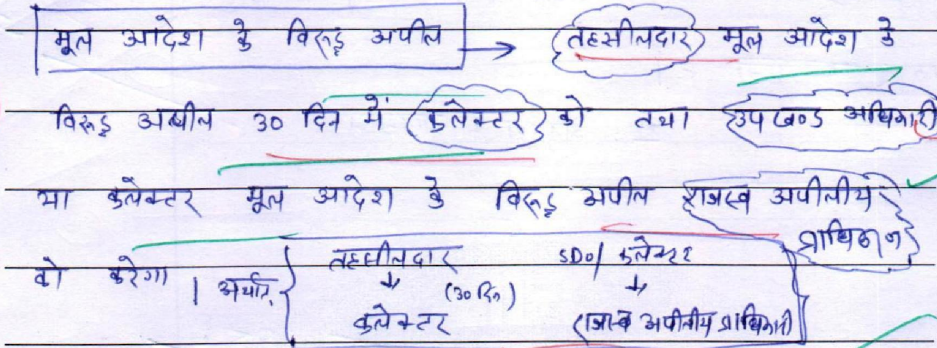
गोंव के निवासियों के अधिकारों के अधिकारों के अधिकार

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

- ① रिपोर्ट का अधिकार ।
- ② जालसाजी के विरुद्ध सजा का प्रावधान ।
- ③ अधिकार प्राप्ति | न्याय प्रदान ।
- ④ सुधार की मांगना ।
- ⑤ आर्थिक सुविधा प्राप्ति का अधिकार ।

1 1/2

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?



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.

① खिलाड़ियों को अनुकूल वातावरण उपलब्ध करना।

② पोषाहार उपलब्ध करना।

③ रोजगार व आर्थिक सहायता।

④ खिलाड़ियों में मनोबल बढ़ाना।

⑤ अनुसंधान व विकास को बढ़ावा देना।

⑥ अन्तरराष्ट्रीय स्तर पर प्रोत्साहन (पदक जीतने पर)।

⑦ खेल उद्योग को बढ़ावा देना।

⑧ ग्रामीण, महिला, आदिवासी क्षेत्रों को खेलों के प्रति जागरूक करना।

⑨ खिलाड़ियों को प्रशिक्षण का प्रबंध करना।

उपचार एवं बीमा कवर प्रदान

2/11
उपचार, बीमा कवर
नैतिकी के माध्यम से
प्रोत्साहन कराने

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.

• राजस्थान सरकार द्वारा महाशाना प्रताप पुरस्कार व होनाकरा गुप्त वशिष्ठ

पुरस्कार की राशि बढ़ाकर 5 लाख रूप्यक कर दी

• राइजिंग स्टार व रबसीनेल पुरस्कार की शुरुआत (2017)

• विभिन्न अकादमी स्थापित → साइकिलिंग (वीकानेर), हॉकी (जैसलमेर) आदि।

- खिलाड़ियों
- ① प्रशिक्षण की व्यवस्था
 - ② मनोबल व ~~कौशल~~ प्रोत्साहन
 - ③ रोजगार की सुविधा
 - ④ पेंशियन आदि
 - ⑤ ग्राम, पंचायत, स्तर पर विविधों का आयोजन

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.'

भारतीय पुरुष हॉकी टीम पुनः अपने पुराने प्रदर्शन की

ओर आगे बढ़ रही है ~~क्योंकि~~ इस समय से आशय

है, कि हाल ही में ओलम्पिक खेलों (टोक्यो 2020) में

हॉकी टीम ने कांस्य पदक प्राप्त किया जो भारत की

25 वर्ष के बाद की उपलब्धि है।

• भारत सरकार द्वारा खेलों को बढ़ावा व खेल जगत को लैटर प्रतिष्ठा का विषय बनाया है।

• राष्ट्रीय | अन्तर्राष्ट्रीय | एशियाई | राष्ट्रमंडल खेलों में

भाग्यवरी बढ़ाकर अग्रणी देश बनाया। कांस्य पदक रजत पदक

2
25 वीं लोकप्रिय श्रुति के
सिद्धि के 20 वीं लोकप्रिय
RAS/RPS के लिए
केला के किंग के लिए

2
वर्ष 1928
से 1980
तक
8 gold

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

- उद्देश्य →
- ① खिलाड़ियों के लिए अनुकूल वातावरण तैयार करना ।
 - ② संगठित भोजन की व्यवस्था ।
 - ③ ग्रामीण, पंचायत, त्रिना स्तर पर शिविरों का आयोजन कर खेलों के प्रति जागरूक करना ।
 - ④ आर्थिक कारण से खेलों में निपुण खिलाड़ी पीछे रह गये उन्हें मुख्य धारा में लाना । (रोजगार उपलब्ध)
 - ⑤ राष्ट्रीय, अन्तर्राष्ट्रीय खेलों में राजस्थान की (अग्रणी राज्य) खेलाडुओं में अनुसंधान व विकास को बढ़ावा देना ।
 - ⑥ प्रशिक्षण व्यवस्था करना जिससे अच्छे खिलाड़ी मिल सके ।

क्या खिलाड़ियों के लिए उपचार प्रदान करना

3

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 - यह मांसपेशियों की चोट है, इसे स्थानीय भाषा में नील जमना कहते हैं। यह चोट हाथ से मारने या किसी उपकरण से टकराने से होती है।

3

उपचार → ① बाइयोपेरेपी - इसके माध्यम से चोटिल खिलाड़ी को सहायता प्रदान (PRICE)

घाव की साफ करना

- ② वाल्थ स्ट्रे - चोटिल स्थान पर स्ट्रे करने से खिलाड़ी को अच्छी आराम मिलता है
 - ③ MICE
 - Motion
 - Ice
 - Compress
 - Elevation
- पड़ति का उपयोग करें

→ ④ प्राथमिक उपचार कर सहायता प्रदान करें ।

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

हाइड्रोथैरेपी → यह चिकित्सा पद्धति मासपेशियों एवं मज्जा तंत्रों में उपयोग ली जाती है।
इसमें भँवर स्नान, ठण्डी चिकित्सा (बर्फ का प्रयोग) आदि शामिल होता है।
इसमें हाइड्रोडोलेरेटल पैड का उपयोग कर चोटिल को सहायता प्रदान की जाती है।
इससे चोटिल को जल्दी आराम मिलता है।
जल्दी वह खेल के लिए तैयार

सटीक लिखें।

3

विलम्ब छात्र वर्ग करें

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

अष्टांग योग → ① यम ② नियम ③ आसन ④ प्राणायाम ⑤ प्रत्याहार ⑥ धारणा ⑦ ध्यान ⑧ समाधि

↳ अष्टांग योग के यम में सत्य, अहिंसा, अस्तेय, अपरिग्रह व ब्रह्मचर्य तत्वों का पालन किया जाता है।
↳ प्राणायाम - भस्त्रिका, सूर्यभेदी आदि

अंतरंग अष्टांग पक्ष

1 1/2

कोवटिक पक्ष समाप्त समाधि समाधि ?

संक्षिप्त वर्ग करें।

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'.

स्थिर सुख आसन

स्थिर सुख

आसन से तात्पर्य मानव द्वारा आसन की अवस्था

स्थिर सुख की अभ्यास करती है।

सूक्ष्मपूर्वक खंडन

2

असक संभव

लाभ

1 शरीर कठिनी बीमारियों से निजात

2 शक्ति की क्षमता में वृद्धि

3 स्मरण शक्ति बढ़ती है।

4 रक्त परिसंचन सही

5 पाचन क्रिया प्रभावी

3

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

तनाव वह परिस्थिति है जिसमें व्यक्ति किसी भी

चुनौती का सामना करना, क्षमता से अधिक होना, बाहरी

स्थितियों का सामना ही तनाव कहलाता है।

“ तनाव मनुक हमारे की तरह होता है जिसका प्रबंधन आवश्यक है।

प्रभाव

शारीरिक प्रभाव

सिरदर्द, रक्त प्रवाह बढ़ना आदि

संज्ञानात्मक प्रभाव

विचारे की गति, धर्म की कमी, विनाश कमी

संवेगात्मक प्रभाव

एकाग्रता की कमी, दुर्बल योजनाएँ

व्यपहारिक प्रभाव

दुर्बलता, अवसाद, डर, भय, चिड़चिड़ापन

3

gave points

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.

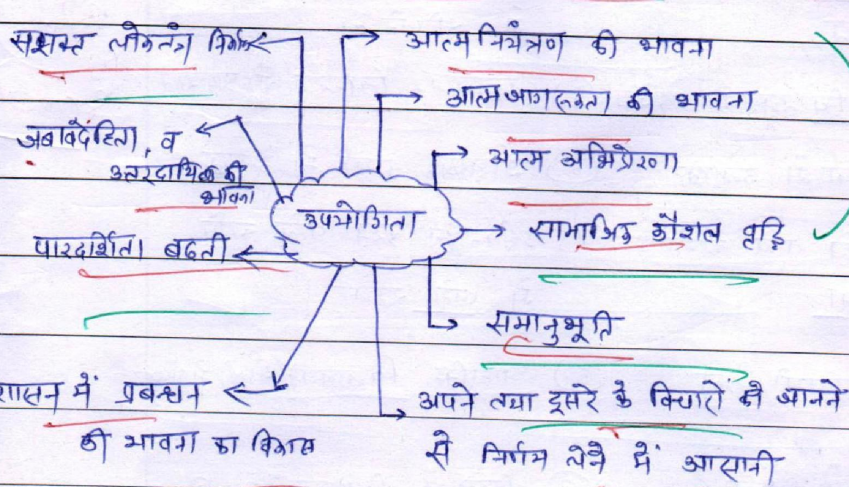
- विधियाँ
- ① रोशि स्मथी टेस्ट → 10 कार्ड → 5 सफेद/गरे, 2 लाल, 3 रंगीन } इन कार्ड की सहायता से परीक्षण करना।
 - ② छद्मानुसन्ध प्रत्यय परीक्षण → 1930, मैर्गन, सुरे → 31 कार्ड (मानव जीवन की सामान्य आदतें)।
 कार्ड दिखाकर छोटी छद्मानी लिखी जाती हैं और उसके आधार पर परीक्षण किया जाता है। भारत में (इमा चौधरी) ने प्रोत्साहन।
 - ③ वाक्य सन्धान परीक्षण → अपूर्ण वाक्य को पूर्ण करवाया जाता है।
(अर्थहीन) → मुझे गर्व है, कि ---
 - ④ रोत्रेनविंग ड्रॉ परीक्षण → शठ व्यक्ति को दिखाकर झूठे द्वारा डिमा लिखी जाती हैं। (डुंढा आधारित)
 - ⑤ Draw a Person → छोटे से कागज पर चित्र बनवाकर छद्मानी लिखी जाती हैं। अर्थ-तंत्र
- विशेषताएँ → समु विश्वसनीय, सिर बड़ा → अर्थ-वृद्धि, उत्तर नहीं बदला जा सकता, वस्तुनिष्ठ

उद्देश्य विधि क्या है?

3

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

संवेगात्मक बुद्धि → अपने तथा दूसरे की भावनाओं की जानकारी, समझना, विवेक करना, प्राप्त सूचनाओं का प्रभावी ढंग से उपयोग करना।



3 1/2

संवेगात्मक बुद्धि

संवेगात्मक बुद्धि

12. 'विस्मृति' क्या है? विस्मृति के विविध कारण कौन-कौन से हैं?
What is 'forgetfulness'? What are the various causes of forgetfulness?

विस्मृति → किसी सूचना का किसी कारणवश भूल जाना विस्मृति कहलाता है।

कारण → ① चिह्नों का लोप → इसे चिह्न/हाल्य का सिद्धान्त कहते हैं। जब हम कोई सूचना ग्रहण करते हैं, तो मस्तिष्क में चिह्न बनाते हैं तथा समय के अभाव में चिह्नों का लोप।

② अवरोध के कारण → "अवरोध का सिद्धान्त"।
 ↳ भ्रष्टो-मुली
 ↳ प्रष्टो-मुली
 i) भ्रष्टो-मुली — नई ज्ञिया सीधे पर पुरानी जिया अवरोध बनाता
 ii) प्रष्टो-मुली — नई ज्ञिया सीधे जाने पर पुराना स्मरण करने में अवरोध

③ पुनरुद्धार की विफलता के कारण → दीर्घकालीन स्मृति का विस्तारपूर्वक अध्ययन या अभ्यास के अभाव में सूचनाओं का भूलना।

13. 'अधिगम' की संबंधात्मक और विश्लेषणात्मक शैली में अंतर बिंदुवार लिखिए।
Write point wise the difference between 'relational and analytical style of learning'.

• रूढ़रसन ने बताया

अधिगम की पर्याप्त नहीं

सम्बन्धात्मक शैली	विश्लेषणात्मक शैली
① यह सम्पूर्ण रूढ़रस के साथ अधिगम से प्राप्त	① सूचना को टुकड़ों के रूप में सीखते हैं।
② अंतर्ज्ञानात्मक चिन्तन को प्रदर्शित	② क्रियात्मक चिन्तन को प्रदर्शित
③ अज्ञात/अज्ञात कार्यों में उन्मुख	③ ज्ञात/ज्ञात कार्यों में उन्मुख
④ उद्दीपक न करने वाले कार्यों से हटा	④ उद्दीपक न करने वाले कार्यों में लगे रहना।
⑤ पारम्परिक विद्यालयी शैली	⑤ आधुनिक विद्यालयी शैली में प्रचलित
⑥ समग्र चिन्तन के अभाव पर ध्यान	⑥ चिन्तन के क्रियात्मक अंश पर ध्यान

3/2
forget

14. फ्रायड द्वारा वर्णित व्यक्तित्व विकास की अवस्थाओं को स्पष्ट करें।
Explain the stages of personality development described by Freud.

फ्रायड द्वारा व्यक्तित्व विकास की अवस्थाएँ →

① मुखीय अवस्था → इसमें बालक मुख केन्द्रित होता है।

② गुदीय अवस्था → मूत्राशय व मलमूत्राशय से बालक की आवश्यकताओं की पूर्ति

③ लैंगिक अवस्था → इसमें बालक नर व मदा में अन्तर सीखता है। बालक अपनी माता (ऑडिपल गुच्छि) तथा बाप (इलेक्ट्रा गुच्छि) की ओर आकर्षित होते हैं।

④ कार्य प्रसूति अवस्था → इसमें बालक प्रतिष्ठा व उपलब्धि प्राप्त करने के लिए सादसी कार्य करते हैं।

⑤ जननांकिय अवस्था → इसमें बालक विपरीत लिंग के प्रति आकर्षित होता है।

15. स्पीयरमैन के 'त्रिकारक बुद्धि सिद्धांत' की व्याख्या करें।
Explain Spearman's 'Triple Intelligence Theory'.

त्रिकारक बुद्धि सिद्धांत → स्पीयरमैन

- ① संज्ञियाँ
- ② विषय-वस्तु
- ③ उत्पाद

① संज्ञियाँ → इसमें वे मानसिक क्रियाएँ शामिल होती हैं जिनमें व्यक्ति अधिक क्रियाशील होता है।

② विषय-वस्तु → किसी भी वस्तु के बारे में सभी प्रकार की जानकारी उपलब्ध कराना।

③ उत्पाद → उत्पाद को सही समय, सही स्थान पर पहुँचाना शामिल है।

3/2

good

2/2

सामान्य
विशेष
समूह
कारक

16. 'विधिक अधिकार' की परिभाषा देते हुए इसकी प्रमुख विशेषताओं को लिखिए।
Giving the definition of 'Legal Right', write its main characteristics.

विधिक अधिकार → अधिकार वह संकल्पना है जिसमें व्यक्ति को शक्ति व सामर्थ्य प्राप्त होता है और वह दीर्घकालिक होता है। अर्थात् विधि द्वारा बनाए गए नियमों को करने के लिए बाह्य करने की शक्ति अधिकार है।

Article
17
अधिकार
विशेषताएँ

- ① कार्य करने के लिए बाह्य करने की शक्ति
- ② अधिकार विहीन व्यक्ति शक्तिहीन होता है।
- ③ अधिकार सभ्यता व्यक्ति के पास शक्ति।
- ④ शक्ति व सामर्थ्य प्रदान करता है।
- ⑤ अधिकार की स्थापना पर कर्तव्य स्थापना होती है।
- ⑥ अधिकार दीर्घकालिक होते हैं।

3

17. काण्ट व हॉलैंड के 'कब्जा सिद्धांत' की व्याख्या करें।
Explain the 'possession theory' of Kant and Holland.

काण्ट का कब्जा सिद्धांत → प्रत्येक मनुष्य स्वतंत्र होता है, तो उसमें विभिन्न भावनाएँ और इच्छाएँ होती हैं।

ex. मैंने मैं को बिना मुझे नहीं पता आदि भावनाएँ।

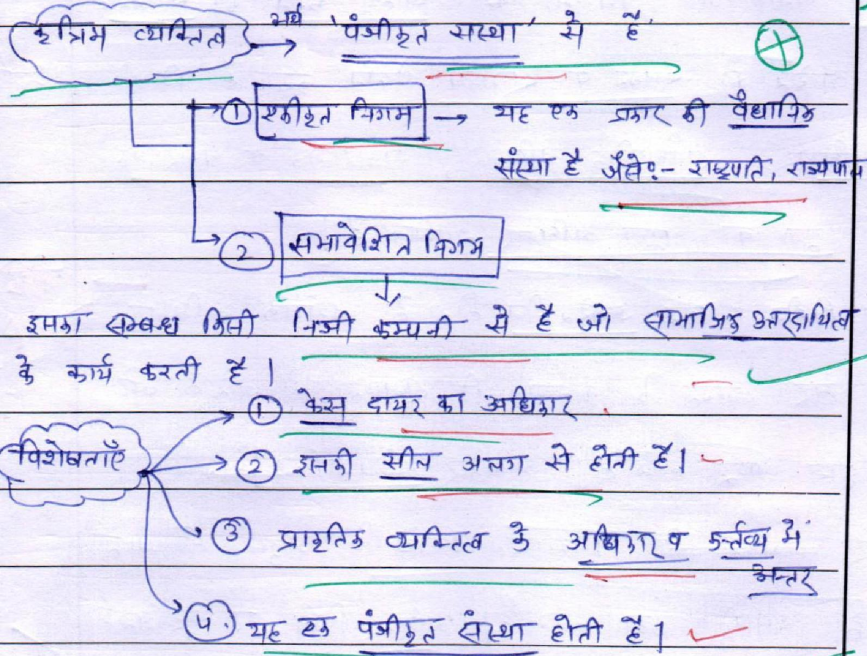
हॉलैंड का कब्जा सिद्धांत → मनुष्य किसी अन्य की सम्पत्ति का उपयोग करता है और निर्बाध व स्वतंत्र तरीके से जिससे वह बाद में स्वामी के समुचित कब्जा करना उर लेंगे।

ex. कर-पुकारे

सम्पत्ति की शक्ति का प्रयोग करने का अधिकार

1

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'.



वैधानिक संस्थाएँ

②

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?

बाल श्रम रोकने के लिए सरकार द्वारा निम्नलिखित प्रावधान किए गये हैं \rightarrow

- 1) बालश्रम उत्थान कौशल का गठन जिसमें बालों के उत्थान के लिए सहायता प्रदान।
- 2) POCSO, Act 2012 का गठन जिसमें 14 वर्ष से कम उम्र के बालों से कार्य ठहराने पर सजा (उम्र के हिसाब से) 14 वर्ष से 18 वर्ष के बीच के बालक से 5 घंटे से ज्यादा काम नहीं ठहरा सके
 - \rightarrow अवगारा (क्षालनाहिक)
 - \rightarrow 1 वर्षा विभ्राम
 - \rightarrow सात 7-100 बजे से सात 8 बजे तक काम नहीं

- बच्चों की शैक्षिक गतिविधियाँ प्रभावित नहीं होनी चाहिए

①

शैक्षिक गतिविधियाँ प्रभावित नहीं होनी चाहिए

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

'Rights' are protected by law - Explain.

→ विधि द्वारा बनाए गये नियमों को ^{सुरक्षित} आव्य करने की शक्ति है

अधिकार व्यक्ति को शक्ति व लाभार्थ प्रदान करता है जिसमें

मौलिक अधिकार, संवैधानिक अधिकार, समारात्मक व नगरात्मक

अधिकार, पूर्ण व अपूर्ण अधिकार शामिल हैं।

• अधिकार विहीन व्यक्ति अधिकारहीन होता है क्योंकि अधिकार

Article समाप्ति पर व्यक्ति के कर्तव्य भी समाप्त हो जाते हैं जो विधि द्वारा लागू होते हैं। अधिकार दीर्घकालिन होते हैं।

32
22b अधिकार व्यक्ति को निर्धारित विधि के अनुसार ही प्राप्त होते हैं। इसीलिए उदा. जागर्टा अधिकार विधि द्वारा सुरक्षित हैं।

2/2

पीडित पक्ष का हित

21. कार्यस्थल पर महिलाओं के साथ यौन उत्पीड़न (रोकथाम, निषेध और निवारण) अधिनियम 2013 के तहत नियोजक 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?

नियोजक के कर्तव्य → निम्नलिखित कर्तव्य → 4

* आन्तरिक शिकायत समिति का गठन → अध्यक्ष = पीदायीन अधिकारी ✓
सदस्य = 3 (आधे से अधिक फुल टाइम सदस्य)

→ पीडित महिला इस समिति में शिकायत दर्ज करा सकती है (3 माह)

→ आपसी सहायता से सुरक्षा न होने पर स्थानीय शिकायत समिति को रिपोर्ट भेजना।

* स्थानीय शिकायत समिति → स्थानीय समिति इस मामले की जांच कर सजा का वावदान।

* पीडित महिला को अनुकूल वातावरण उपलब्ध करवाना ✓

* आर्थिक सहायता में सहायता करना। ✓

* न्याय दिवाने में सहायता करना। ✓

3

1/2

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.

वार्षिक रजिस्टर → भू-राजस्व से सम्बन्धित मामलों

जैसे:- खेपट, जसरा, खतौनी, नामान्तरण, शीमांकन आदि के सम्बन्ध में बनाया गया रजिस्टर जिसमें भू-स्वामी का मेला-जोला होता है।

अधिकार-अभिलेख → इसमें भू-स्वामीधारी की भूमि के सम्बन्ध में रिजॉर्ड की जानकारी प्राप्त होना, प्रातिनिधि प्राप्त होना, नामान्तरण की जानकारी, आदि होना ही भू-स्वामी का अधिकार अभिलेख है।

1

वार्षिक रजिस्टर
 प्रमाणपत्रों पर
 लिखें।

वार्षिक | अधिकार
 1. |
 2. |
 3. |

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.

वृक्षारोपण सम्बन्धित अधिकार → काश्तकारी को राज्य में निहित भूमि से वृक्ष काटने व रोपण का अधिकार के लिए सरकार की मुग्तान उरना आवश्यक है।

- सड़क के किनारे लगे पेड़ों पर भी सरकार का अधिकार होता है, उपयोग करने पर मुग्तान आवश्यक है।

- वृक्षारोपण की भूमि जिस पर हबि करने का अधिकार नहीं है। (इन्हें मेवदत उपवन बीटाना)

2

वृक्षों का
 दौलत
 एवं
 रूप
 उपयोग

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.

बौद्धिक संपदा अधिकार → मानव द्वारा रचना, आविष्कार, कला, साहित्य, आदि के बारे में अल्पनिष्ठक कृत्नात्मक प्रयोग से है।

परिभाषा
उत्पत्ति
नदी
ध

पेटेंट

20 वर्ष
1970
पेटेंट अधिनियम

कॉपीराइट

60 वर्ष
1957 कॉपीराइट अधिनियम

① इसमें व्यक्ति का किसी भी वस्तु पर एकाधिकार होता है।

① साहित्य, कला की अथ लेखी द्वारा अपने नाम से प्रकाशित करना।

② इसमें सजा का प्रावधान व जुर्माना शामिल है।

② इसमें 6 माह की सजा व 10,000 जुर्माना शामिल है।

③ पेटेंट किसी वस्तु से सम्बन्धित होता है।

③ कॉपीराइट साहित्य, लेखन से सम्बन्धित होता है।

④

1. निम्नलिखित वाक्यों का शुद्ध रूप लिखिए- 5 अंक

(i) निराशा की किरणें छायी हुई है।

निराशा की किरणें छाई हुई हैं। X 0

(ii) हमें अपना निजी काम करना चाहिए।

हमें अपना काम करना चाहिए। ✓ (1/2)

(iii) गत रविवार के वह जयपुर जाएगा।

अगले रविवार को वह जयपुर जाएगा। X 0

(iv) तितली के पास सुंदर पंख होते हैं।

तितली के सुंदर पंख होते हैं। ✓ (1/2)

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

बाजार में ~~साप्ताहिक~~ अवकाश सोमवार का रहता है। X 0

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

X 0

(vii) कई रेलवे के कर्मचारियों की गिरफ्तारी हुई।

रेलवे के कई कर्मचारियों की गिरफ्तारी हुई। ✓ (1/2)

(viii) उस समय चरखा कातना एक अनुशासन था।

X 0

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

छात्रों ने पं. नेहरू को अभिवादन पत्र प्रदान किया। (1/2)

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

व्यक्ति को अपने समय का सदुपयोग करना चाहिए। ✓ (1/2)

2. निम्नांकित शब्दों के शुद्ध रूप लिखिए- 5 अंक

(i) दृष्टा -

दृष्टा

X

0

(ii) पड़ोसन -

पड़ोसिन

✓

(1/2)

(iii) कुमुदिनी -

कुमुदिनी

✓

(1/2)

(iv) वाल्मीकी -

वाल्मीकी

~~वाल्मीकी~~

(1/2)

(v) फिटकिरि -

फिटकीरी

X

0

(vi) प्रदर्शिनि -

प्रदर्शन

X

0

(vii) अनुग्रहित -

अनुग्रहीत

✓

(1/2)

(viii) अक्षोहणि-

अक्षोहिणी

✓

(1/2)

(ix) पुनरोत्थान -

पुनरुत्थान

✓

(1/2)

(x) निर्दोषि -

निर्दोष

✓

(1/2)

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

राजस्थान सरकार ✓

बाल अधिकार समिति ✓

पत्र क्रमांक - सबाअस/रफ(16)

दिनांक - 05.11.2023

विज्ञप्ति सूचना हेतु ✓

बाल अधिकार समिति, टोंक की ओर से वार्षिक आम सभा की बैठक आयोजित का आह्वान जिसके माध्यम से बच्चों के अधिकार देने व उनके हित पर समिति द्वारा उड़े प्रावधान करने के लिए।

इसके माध्यम से बालों अपने अधिकारों के प्रति जागृत करना और प्रोत्साहन देना जिससे वे सप्रत्या समाधान व निर्णय क्षमता में वृद्धि कर सकें।

सचिव

बाल अधिकार समिति
टोंक (राज.)

5

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

Marks 10

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

① A 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.

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

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

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

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

④ The two children of one family may have diverse temperment.

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

⑤ The enemy wrested his gun and killed him.

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

⑥ Gaurav is uninterested in the study of science.

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

⑦ Once Britain was a great maritime power.

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

⑧ There is notable improvement in the patient.

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

⑨ when I visited temple, I saw him kneeling at the altar.

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

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

