Max Marks : 150

All India Trade Test - 2024 for Crafstmen Training Scheme (CTS)
Trade Name: SPA Therapy
Year: 1st Year

Exam Date :
Exam Time :

Note:
1. Tick the correct option out of four alternatives provided
2. All questions carry equal marks (2 Marks each)
3. There is no negative marking

SAMPLE QUESTION PAPER SET 3

Sr. No.	Q ID	Question Body and Alternatives	Marks	Negative Marks
		Trade Theory		
1	1	What is the acupuncture? एक्यूपंचर क्या है? A1 : A crop culture फसल खेती A2 : A disease of heart हृदय रोग A3 : A method of treatment with needles निडल से चिकित्सा पद्धति A4 : Servicing of tubes 6 tyres टयूब टायर से सेवा	2.0	0.00
		Trade Theory		
2	2	What is the medicinal clay? औषधि संबधी मिट्टी क्या है? A1 : Bentonile clay बेंटोनाइल मिटटी A2 : Black clay काली मिट्टी A3 : Red clay लाल मिट्टी A4 : Yellow clay पीली मिट्टी	2.0	0.00
		Trade Theory		
3	3	What is the most healing colour? स्वस्थ होने का रंग कौन सा है? A1 : Green हरा A2 : Yellow पीला	2.0	0.00

		A3 : Blue नीला A4 : Red लाल		
		Trade Theory		
4	4	What is ear candling therapy? इयर कैन्डलिंग चिकित्सा क्या है? A1 : Same procedure therapy समान विधि थेरेपी A2 : Auricular therapy एरीकुलर थेरपी A3 : Wax therapy मोम थरेपी A4 : Ear bud therapy इयर बड थैरेपी	2.0	0.00
		Trade Theory		
5	5	Electropathy and electro homoeopathy _____ इलेक्ट्रोपेथी और इलेक्ट्रो होम्योपैथी क्या है? A1 : It same field वही क्षेत्र A2 : Ultra native field विकल्प क्षेत्र A3 : Individual field व्यक्तिगत क्षेत्र A4 : Company base field कम्पनी आधारित क्षेत्र	2.0	0.00
		Trade Theory		
6	6	Which plants are used to heal the body? शरीर को स्वस्थ करने के लिए कोन सा पैधा प्रयोग होता है? A1 : Aloe-vera एलो वेरा A2 : Flowering plant फूल के पौधे A3 : Moss मोस A4 : Sunflower plant सूर्य मुखी पौधा	2.0	0.00
		Trade Theory		
7	7	What is diamond meaning in Hindi? डायमन्ड का हिन्दी मे अर्थ क्या है? A1 : Panna	2.0	0.00

SAMPLE QUESTION PAPER SET 3

		पन्ना A2 : Moti मोती A3 : Heera हीरा A4 : Moonga मूंगा		
		Trade Theory		
8	8	Who is known as the father of homoeopathy? होमयोपैथी का जनक कौन है? A1 : Hippocrates हिप्पोक्रेट्स A2 : Samuel Hahnemann सेमुएल हनीमैन A3 : Kent केन्ट A4 : Aristotle एरिस्टोरिल	2.0	0.00
		Trade Theory		
9	9	When was the second international yoga celebrated in India? भार में द्वितीय अर्न्तराष्ट्रीय योग कब माना जाता है? A1 : 20 June 20 June A2 : 21 June 21 June A3 : 22 June 22 June A4 : 23 June 23 June	2.0	0.00
		Trade Theory		
10	10	A child with multiple fractures is suffering from _____ कई जगह से टूटी हड्डी वाले बालक का रोग है? A1 : Hypo parathyroidism हाइपोपैराथाईराइडिसम A2 : Osteogenis imperfecta ऑस्टियोजेनिस इम्परफेक्टा A3 : Rickets रिकेटस A4 : Scurvy स्कर्वी	2.0	0.00
		Trade Theory		
11	11	What is the most powerful form of energy healing?	2.0	0.00

SAMPLE QUESTION PAPER SET 3

		ऊर्जा उपचार का सबसे शक्ति शाली रूप क्या है? A1 : Qigong किगोंग A2 : Reiki रेकी A3 : Healing स्वस्थ होना A4 : Shiatsu शियात्सु		
		Trade Theory		
12	12	The factor responsible for Yamala garbha _____ यमला गर्भ के लिए कौन सा कारण उत्तरदायी है? A1 : Vata वात A2 : Kapha कफ A3 : Pitta पित्त A4 : Kaphapitta कफपित्त	2.0	0.00
		Trade Theory		
13	13	What is the Botulinum toxin? बोटूलिनम टॉक्सिन क्या है? A1 : Neurotoxic protein न्यूरोटॉक्सिक प्रोटीन A2 : Fairness cream गोरा करने वाली क्रीम A3 : Moisturize मॉस्यराइजर A4 : Cleanser क्लींसर	2.0	0.00
		Trade Theory		
14	14	While speaking to colleague/client it is important to? सहकर्मी ग्राहक से बात करते समय क्या आवश्यक है? A1 : Speak slowly धीरे बात करे A2 : Speak loudly जोर से बात करें A3 : Speak confidently आत्मविश्वास से बात करना	2.0	0.00

SAMPLE QUESTION PAPER SET 3

		A4 : Speak nervously घबरा कर बोलना		
		Trade Theory		
15	15	How we should appreciate the student for his/her good performance? हमें अपने छात्र को उसके उत्तम प्रदर्शन के लिए कैसे प्रशंसा करनी चाहिए? A1 : By giving some money उसे कुछ पैसे देकर A2 : By appreciating him/her in front of class कक्षा मे उसकी प्रशंसा करके A3 : By giving gift उपहार देकर A4 : Not punishing him/her दंड न देकर	2.0	0.00
		Trade Theory		
16	16	What should you do if client can called the appointment cancelled? यदि ग्राहक अप्वांइटमेट रद्द करता है तो आपको क्या करना चाहिए? A1 : Give appointment next time अगली बार की आप्वाइटमेंट दे A2 : Angry with the client ग्राहक से क्रोधित हो A3 : Never give again appointment अगली नियुक्ति न दे कभी भी A4 : Deduct the beautician salary ब्यूटिशियन की वेतन काट ले	2.0	0.00
		Trade Theory		
17	17	How many square feet of working space is required for a two person salon? दो व्यक्तियो के सैलून के लिए कितने वर्ग फीट काम करने की जगह की आवश्यकता होती है? A1 : 150 150 A2 : 100 100 A3 : 200 200 A4 : 350 350	2.0	0.00
		Trade Theory		
18	18	The term yoga is said to mean _____ योग शब्द कहने का क्या अर्थ है? A1 : The union of the Sun, Moon and Earth सूर्य चन्द्रमा और पृथ्वी का मेल A2 : The union of mind, body, spirit in communication and awareness	2.0	0.00

SAMPLE QUESTION PAPER SET 3

		मनशरीर आत्मा का संचार और जागरूकता मे मेल A3 : The union of mind, soul and body मन आत्मा और शरीर का मेल A4 : Posture of body शरीर की मुद्रा		
		Trade Theory		
19	19	Amla and guava are very rich sources of _____ आंवला और अमरूद किसके अच्छे स्त्रोत है? A1 : Vitamin A Vitamin A A2 : Vitamin C Vitamin C A3 : Vitamin D Vitamin D A4 : Vitamin B Vitamin B	2.0	0.00
		Trade Theory		
20	20	How many asanas are there in Surya Namaskar? सूर्य नमस्कार मे कितने आसन होत है ? A1 : 10 10 A2 : 7 7 A3 : 15 15 A4 : 12 12	2.0	0.00
		Trade Theory		
21	21	Utkatasana is refers to _____ उत्कटासन किससे संबन्धित है ? A1 : Chair posture कुर्सी मुद्रा A2 : Tree posture वृक्ष मुद्रा A3 : Mountain posture पर्वत मुद्रा A4 : Eagle posture गरूण मुद्रा	2.0	0.00
		Trade Theory		
22	22	One of the major elements required for good health is proper _____ अच्छे स्वास्थ के लिए आवश्यक प्रमुख तत्वों मे से एक है ? A1 : Diet	2.0	0.00

SAMPLE QUESTION PAPER SET 3

		भोजन A2 : Training प्रशिक्षण A3 : Clothing कपडे A4 : Co-worker सहकर्मी		
		Trade Theory		
23	23	What should we eat when BP is low? कम रक्त चाप में क्या खाना चाहिए? A1 : Low Carbohydrate foods कम कार्बोहाइड्रेट वाले भोजन A2 : Sodium सोडियम A3 : Calcium कैलिशयम A4 : Magnesium मैग्नीशियम	2.0	0.00
		Trade Theory		
24	24	Why milk is important for the body? शरीर के लिए दूध क्यो महत्तवपूर्ण है? A1 : Calcium कैल्शियम A2 : It is not a complete food यह पूर्ण आहार नही है A3 : It is unhealthy food यह अस्वस्थ्य भोजन है A4 : It contains to nutrients इसमे पौष्टिक तत्व है	2.0	0.00
		Trade Theory		
25	25	Which food is considered as balance diet? संतुलित आहार किस भोजन को कहते है? A1 : Fast food फास्ट फूड A2 : Green vegetables, pulses and fruits हरी सब्जियां दालें और फल A3 : Oily food तैलिय भोजन A4 : Unhygienic food अस्वास्थ्यकर भोजन	2.0	0.00
		Trade Theory		

SAMPLE QUESTION PAPER SET 3

26	26	Why we should take balanced diet? संतुलित आहार क्यो लेना चाहिए? A1 : It harmful for the body यह शरीर के लिए नुकसान दायक है A2 : It unusual diet यह आसमान्य भोजन है A3 : It's bad for the body यह शरीर के लिए खराब है A4 : It keep us fit and improve digestion यह शरीर को स्वस्थ और पाचन को सुधारता है	2.0	0.00
Trade Theory				
27	27	Which of these foods most likely triggers allergy? इनमें से कौन सा भोजन एलर्जी दूर करता है? A1 : Shell fish & wheat शैल फिश और आटा A2 : Grapes अंगूर A3 : Lime नींबू A4 : Oil तेल	2.0	0.00
Trade Theory				
28	28	A substance needed by the body for growth energy, repair and maintenance is called as _____ शरीर की ऊर्जा बढाने मरम्मत और रखरखाव के लिए जिस तत्व की आवश्यकता है वो है? A1 : Nutrients पोषक तत्व A2 : Carbohydrate कार्बोहाइड्रेट A3 : Calorie कैलोरी A4 : Tatly acid टैटली एसिड	2.0	0.00
Trade Theory				
29	29	The total number of elements found in the body are _____ शरीर मे पाये जाने वाले तत्वों की कुल संख्या क्या है? A1 : 12 12 A2 : 4 4 A3 : 6 6	2.0	0.00

SAMPLE QUESTION PAPER SET 3

		A4 : 3 3		
		Trade Theory		
30	30	The reason you meditate is to make your mind _____ आपका ध्यान करने का कारण आपके मन को क्या करना है? A1 : Calm and peaceful शांत और शान्ति पूर्ण A2 : Angry क्रोध A3 : Tense तनाव A4 : Aggressive आक्रामक	2.0	0.00
		Trade Theory		
31	31	While meditating _____ ध्यान करते समय .....? A1 : Breathe naturally प्राक्रतिक रूप से श्वास ले A2 : Control the breath श्वास की नियंत्रित करे A3 : Inhale quickly शीघ्रता से श्वास ले A4 : Exhale quickly शीघ्रता से श्वास छोडे	2.0	0.00
		Trade Theory		
32	32	Which one is not an Ashtanga-yoga? इनमें से क्या अष्टांग येाग नही है? A1 : Yama यम A2 : Niyama नियम A3 : Dhouti छौती A4 : Pranayam प्रणायाम	2.0	0.00
		Trade Theory		
33	33	The word yoga is derived from _____ योग शब्द की उत्पति कहां से हुई? A1 : Yuja युज A2 : Shiva	2.0	0.00

SAMPLE QUESTION PAPER SET 3

		शिव A3 : Yama यम A4 : Asana आसन		
		Trade Theory		
34	34	Good posture for meditating is _____ ध्यान की श्रेष्ठ मुद्रा है? A1 : Sitting on mat चटाई पर बैठना A2 : Sitting on stool स्टूल पर बैठना A3 : Standing खडे होकर A4 : Walking टहलते हुए	2.0	0.00
		Trade Theory		
35	35	Yogic diet is also known as _____ यौगिक आहार को इस नाम से भी जाना जाता है? A1 : Tamsic diet तामसिक आहार A2 : Satvic diet साटिवक आहार A3 : Rajsic diet राजसिक आहार A4 : Veg diet शाकाहारी आहार	2.0	0.00
		Trade Theory		
36	36	What is the best time of day to meditate? ध्यान करने के लिए दिन का सबसे अच्छा समय क्या है? A1 : Day time दिन का समय A2 : Early in the morning प्रात काल A3 : Sunset time सूर्यास्त A4 : Afternoon दोपहर	2.0	0.00
		Trade Theory		
37	37	Eating sour or spicy foods disrupt _____ खट्टा और मसालेदार भोजन क्या बाधित करते है?	2.0	0.00

SAMPLE QUESTION PAPER SET 3

		A1 : Pitta dosha पित्त दोष A2 : Vat dosha वात दोष A3 : Khapha dosha कफ दोष A4 : Samanavata समनवता		
		Trade Theory		
38	38	The dosha that controls muscle growth, body strength and stability is _____ मांसपेशियो को बढाने शरीरिक शक्ति और स्थिरता को कौन नियंत्रित करता है? A1 : Vata बात A2 : Pitta पित्त A3 : Khapha कफ दोष A4 : Netra नेत्र	2.0	0.00
		Trade Theory		
39	39	Who is traditionally regarded as the founder of Ayurveda? पारंपरिक रूप से आयुर्वेद का संस्थापक किसे माना जाता है? A1 : Dhanvantri धनंवतरी A2 : Airavata ऐरावत A3 : Kamadhenu कामधेनू A4 : Shri Laxmi श्री लक्ष्मी	2.0	0.00
		Trade Theory		
40	40	Ayurveda recognise five essential elements of nature : air, earth, fire, water are four of them. Which is the fifth element? आयुर्वेद ने प्रक्रिति के पांच आवश्यक तत्वो को मान्यता दी है वायु पृथ्वी अग्नि जल ये चार है पांचवा तत्व कौन सा है? A1 : Metal धातु A2 : Oil तेल A3 : Leeloo लीलो A4 : Space अंतरिक्ष	2.0	0.00

SAMPLE QUESTION PAPER SET 3

		Trade Theory		
41	41	Which of these is the most common element used in the Ayurvedic medical practice of Shirodhasa? शिरोधरा की आयुर्वेदिक चिकित्सा पद्धति मे इनमें से सबसे कॉमन तत्व कौन सा है? A1 : Oil तेल A2 : Stones पत्थर A3 : Chocolate चाकलेट A4 : Custard कर्स्टड	2.0	0.00
		Trade Theory		
42	42	Mental forarmen is present in _____ मानसिक रंध्र किसमें उपस्थित है? A1 : Mandible जबडा A2 : Rib पसली A3 : Vertebra वरटीब्रा A4 : Maxilla मेक्सिला	2.0	0.00
		Trade Theory		
43	43	The drug having fruit without flower is known as _____ ऐसी दवा जिसमें बिना फूल वाली फल है को किस नाम से जाना जाता है? A1 : Osadhi औषधि A2 : Vanaspati वनस्पति A3 : Vanspatya वनस्पतयां A4 : Viruda विरूदा	2.0	0.00
		Trade Theory		
44	44	Which of the following is the closest English translation of the Sanskrit word Ayurveda? निम्निलिखित मे से कौन सा संस्कृत शब्द आयुर्वेद का निकटतम अंग्रेजी अनुवाद है? A1 : Wind in the trees पेडो में हवा A2 : Grain of wheat गेहूं का दाना A3 : Water on the knee	2.0	0.00

SAMPLE QUESTION PAPER SET 3

		घुटने पर पानी A4 : Science of life जीवन का विज्ञान		
		Trade Theory		
45	45	Types of "Karana dravyas" are _____ करना द्रव्य के कितने प्रकार है? A1 : 3 3 A2 : 6 6 A3 : 9 9 A4 : 12 12	2.0	0.00
		Trade Theory		
46	46	Which one of the following is not included in kashaya yoni? निम्नलिखित मे से कौन सा कषाय योनी में शामिल नही है? A1 : Madhura मधुरा A2 : Amla अमला A3 : Lavana लावना A4 : Kashaya कषाय	2.0	0.00
		Trade Theory		
47	47	Ahara Matra depends upon _____ अहार मात्र किस पर आधारित है? A1 : Vyadhi bala व्याधि बाला A2 : Vaya वाया A3 : Agnibala अग्निवाला A4 : Yama यम	2.0	0.00
		Trade Theory		
48	48	According to Ayurveda the Pitta Prakriti are not _____ आयुर्वेद के अनुसार पित्त प्रकृति यह नही है? A1 : Hot गर्म	2.0	0.00

SAMPLE QUESTION PAPER SET 3

		A2 : Sharp धरादार तेज A3 : Rotten सडा हुआ A4 : Cold ठंडा		
		Trade Theory		
49	49	According to Ayurveda individuals who are strong, wealthy, knowledgeable, brave and calm are _____ आयुर्वेद के अनुसार वो व्यक्ति जो सुदढ सम्पन्न साहासी और शांत प्रकृति के होते है क्या कहलाती है? A1 : Kapha dominant कफ प्रधान A2 : Pitta dominant वित्त प्रधान A3 : Vata dominant वात प्रधान A4 : Nabhas dominant नाभस प्रधान	2.0	0.00
		Trade Theory		
50	50	According to Ayurveda the qualities of Kapha dosha are not _____ आयुवेर्द के अनुसार यह कल्प दोष के गुण नही है? A1 : Oily तैलीय A2 : Smooth मुलायम चिकना A3 : Soft मुलायम A4 : Pungent तीखा	2.0	0.00
		Employability Skills		
51	51	Which one of the following is a good office etiquette? निम्नलिखित में से कौन सा एक अच्छा कार्यालय शिष्टाचार है? A1 : One should dress formally एक को औपचारिक रूप से पोशाक पहननी चाहिए A2 : One should not be punctual to work काम के लिए समय का पाबंद नहीं होना चाहिए A3 : One should have fancy mobile ring tone एक के पास फैंसी मोबाइल रिंग टोन होना चाहिए A4 : One should litter one's work place व्यक्ति को अपने काम के स्थान पर कूड़ा डालना चाहिए	2.0	0.00
		Employability Skills		
52	52	Word that is pronounced the same as another word but differs in meaning is called _____ वह शब्द जो किसी दूसरे शब्द के समान होता है, लेकिन अर्थ में भिन्न होता है, जिसे _____ कहा जाता है	2.0	0.00

SAMPLE QUESTION PAPER SET 3

		A1 : homophone होमोफ़ोन A2 : homograph होमोग्रफ़ A3 : diphthong संयुक्त स्वर A4 : syllable शब्दांश		
Employability Skills				
53	53	_____ can help me learn English. _____ मुझे अंग्रेजी सीखने में मदद कर सकता है। A1 : dedication निष्ठा A2 : fear डर A3 : anger क्रोध A4 : shyness शर्म	2.0	0.00
Employability Skills				
54	54	Which punctuation mark should be used in the following sentence? Is there any site engineer here निम्नलिखित वाक्य में किस विराम चिह्न का प्रयोग किया जाना चाहिए? Is there any site engineer here A1 : ? (question mark) ? (question mark) A2 : , (comma) , (comma) A3 : . (full stop) . (full stop) A4 : ! (exclamation) ! (exclamation)	2.0	0.00
Employability Skills				
55	55	When is capital letter used? बड़े अक्षर का प्रयोग कब किया जाता है? A1 : Beginning of a sentence एक वाक्य की शुरुआत A2 : Names of persons व्यक्तियों के नाम A3 : Names of places स्थानों के नाम A4 : All the above	2.0	0.00

SAMPLE QUESTION PAPER SET 3

		सब से ऊपर		
		Employability Skills		
56	56	Which one of the following is a describing word? निम्नलिखित में से कौन-सा एक वर्णनात्मक शब्द है? A1 : eat खाना खा लो A2 : repair मरम्मत A3 : hot गरम A4 : soup शोरबा	2.0	0.00
		Employability Skills		
57	57	When someone says 'Thank you' we should reply and say _____. जब कोई 'Thank you (धन्यवाद)' कहता है तो हमें जवाब देना चाहिए और _____ कहना चाहिए। A1 : Thank you. शुक्रिया A2 : You're welcome. आपका स्वागत है A3 : Bye-bye बाई-बाई A4 : How are you? आप कैसे हैं?	2.0	0.00
		Employability Skills		
58	58	Choose the odd word. odd (विषम) शब्द चुनें। A1 : please please A2 : sorry sorry A3 : paper paper A4 : thanks thanks	2.0	0.00
		Employability Skills		
59	59	I am a welder. I work with _____ मैं एक वेल्डर हूँ। मैं _____ साथ कार्य करता हूँ । A1 : nail polish नेल पॉलिश A2 : robots रोबोटों	2.0	0.00

SAMPLE QUESTION PAPER SET 3

		A3: welding tools वेल्डिंग उपकरण A4: laptops लैपटॉप		
Employability Skills				
60	60	Today's weather is going to be _____. आज का मौसम _____ होने जा रहा है। A1: Hopeful आशापूर्ण A2: Warm गरम A3: Blue नीला A4: Urgent बहुत ज़रूरी	2.0	0.00
Employability Skills				
61	61	The word 'when' denotes _____ शब्द 'when (जब)' _____ को दर्शाता है A1: place स्थान A2: thing चीज़ A3: person व्यक्ति A4: time समय	2.0	0.00
Employability Skills				
62	62	Rahul enjoys _____ with his pet dog. राहुल को अपने पालतू कुत्ते के साथ _____ में मजा आता है। A1: playing खेलने A2: writing लिखने A3: doing करने A4: washing धुलाने	2.0	0.00
Employability Skills				
63	63	Having a clear idea of our personality including strengths, weaknesses, thoughts, beliefs, motivation, values etc is called _____. हमारे व्यक्तित्व का स्पष्ट विचार रखने को ताकत, कमजोरियों, विचारों, विश्वासों, प्रेरणा, मूल्यों आदि सहित को _____ कहा जाता है।	2.0	0.00

SAMPLE QUESTION PAPER SET 3

		A1 : Belief विश्वास A2 : Self Awareness आत्म जागरूकता A3 : Myth मिथ A4 : Threat धमकी		
		Employability Skills		
64	64	_____ are the abilities and qualities you have as a person that helps you grow well in life and career. _____ एक व्यक्ति के रूप में आपके पास मौजूद क्षमताएं और गुण हैं जो आपको जीवन और करियर में अच्छी तरह से बढ़ने में मदद करते हैं। A1 : Personal Strengths व्यक्तिगत ताक़त A2 : Personal weaknesses व्यक्तिगत कमजोरियां A3 : Opportunities मौके A4 : Threats धमकी	2.0	0.00
		Employability Skills		
65	65	_____ are the qualities that are considered negative, and need to be worked on. _____ ऐसे गुण हैं जिन्हें नकारात्मक माना जाता है और जिन पर काम करने की आवश्यकता है। A1 : Personal Strengths व्यक्तिगत ताक़त A2 : Personal weaknesses व्यक्तिगत कमजोरियां A3 : Opportunities मौके A4 : Threats धमकी	2.0	0.00
		Employability Skills		
66	66	Which of the following is an example of personal weakness? व्यक्तिगत कमजोरी का उदाहरण निम्नलिखित में से कौन सी है? A1 : Confidence आत्मविश्वास A2 : Being lazy आलसी होना A3 : Hard working मेहनती A4 : Active	2.0	0.00

SAMPLE QUESTION PAPER SET 3

		सक्रिय		
		Employability Skills		
67	67	Goals are of 2 types _____ लक्ष्य 2 प्रकार के होते हैं: A1: Good and bad goals अच्छे और बुरे लक्ष्य A2: Long-term and short-term goals दीर्घकालिक और अल्पकालिक लक्ष्य A3: Rich and poor goals अमीर और गरीब लक्ष्य A4: Fixed-term and non-fixed term goals निश्चित अवधि और गैर-निश्चित अवधि के लक्ष्य	2.0	0.00
		Employability Skills		
68	68	What is stress? तनाव क्या है? A1: Feeling of joy आनंद की अनुभूति A2: Feeling of surprise आश्चर्य की अनुभूति A3: Feeling of delight आनंद की अनुभूति A4: Feeling of frustration / disappointment निराशा / निराशा की भावना	2.0	0.00
		Employability Skills		
69	69	Which of these is a sign of good stress? अच्छे तनाव का संकेत इनमें से कौन सा है? A1: It prevents you from pursuing your goals. यह आपको अपने लक्ष्यों का पीछा करने से रोकता है। A2: It makes you doubt yourself. यह आपको खुद पर शक करता है। A3: Does not lead to long-term tension, loss of sleep. लंबे समय तक तनाव, नींद की कमी नहीं होती है। A4: Makes you physically ill or causes pain. आपको शारीरिक रूप से बीमार बनाता है या दर्द का कारण बनता है।	2.0	0.00
		Employability Skills		
70	70	An activity that stops or reduces stress is called a stress buster. Which of the following according to you is not a stress buster? एक गतिविधि जो तनाव को रोकती है या कम करती है उसे स्ट्रेस बस्टर कहा जाता है। आपके अनुसार निम्नलिखित में से कौन एक स्ट्रेस बस्टर नहीं है? A1: Spending long hours thinking about the problem. लंबे समय तक समस्या के बारे में सोचते रहना। A2: Going to bed on time. समय पर बिस्तर जाना	2.0	0.00

SAMPLE QUESTION PAPER SET 3

		A3: Listening to music. संगीत सुनना A4: Gardening बागवानी		
		Employability Skills		
71	71	What is mindfulness? माइंडफुलनेस क्या है? A1: It is the technique of not minding anything. यह किसी भी चीज पर ध्यान न देने की तकनीक है। A2: It is about sharpening your brain. यह आपके दिमाग को तेज करने के बारे में है। A3: It is the ability to be fully present in a moment. यह एक पल में पूरी तरह से उपस्थित होने की क्षमता है। A4: It is the word used to describe people who are full of thoughts. यह उन लोगों का वर्णन करने के लिए इस्तेमाल किया जाने वाला शब्द है जो विचारों से भरे हुए हैं।	2.0	0.00
		Employability Skills		
72	72	Which of the following is true about stress? तनाव के बारे में सही निम्नलिखित में से कौन सी है? A1: Stress can be managed तनाव को प्रबंधित किया जा सकता है A2: Stress cannot be controlled तनाव को नियंत्रित नहीं किया जा सकता A3: Stress can not be decreased तनाव कम नहीं हो सकता A4: All of the above ऊपर के सभी	2.0	0.00
		Employability Skills		
73	73	Which of the following statements is true? निम्नलिखित में से कौन से वक्तव्य विवरण सत्य हैं? A1: Only experts can solve any problem किसी भी समस्या का समाधान केवल विशेषज्ञ ही कर सकते हैं A2: The more problems you solve, the better you will get at problem solving! आप जितनी अधिक समस्याओं का समाधान करेंगे, समस्या को सुलझाने में आप उतने ही बेहतर होंगे! A3: We need to pursue a course to even solve a simple problem हमें एक साधारण समस्या को हल करने के लिए भी एक कोर्स करने की आवश्यकता है A4: It is not important to solve any problem किसी भी समस्या का समाधान जरूरी नहीं है	2.0	0.00
		Employability Skills		
74	74	Which of these should be considered while making decisions? निर्णय लेते समय इनमें से किस पर विचार किया जाना चाहिए? A1: Your mood	2.0	0.00

SAMPLE QUESTION PAPER SET 3

		तुम्हारा मिज़ाज A2 : The choices of your friends आपके दोस्तों की पसंद A3 : The rules of your community आपके समुदाय के नियम A4 : Your personal priorities. आपकी व्यक्तिगत प्राथमिकताएं।		
Employability Skills				
75	75	Which of these is the full form of SWOT? इनमें से कौन SWOT का पूर्ण रूप है? A1 : Special Wellness Organization Theme Special Wellness Organization Theme A2 : Speak Work Openly Together Speak Work Openly Together A3 : Strong World Olympic Team Strong World Olympic Team A4 : Strength Weakness Opportunity Threat Strength Weakness Opportunity Threat	2.0	0.00

SAMPLE QUESTION PAPER SET 3

Spa Therapy - 1 Year - Set 3

S.No.	Correct Answer Key
1	A3
2	A1
3	A1
4	A2
5	A1
6	A1
7	A3
8	A2
9	A2
10	A1
11	A2
12	A1
13	A1
14	A3
15	A2
16	A1
17	A4
18	A2
19	A2
20	A4
21	A1
22	A1
23	A1
24	A1
25	A2
26	A4
27	A1
28	A1
29	A3
30	A1
31	A1
32	A3
33	A1
34	A1
35	A2
36	A2
37	A1
38	A3

S.No.	Correct Answer Key
39	A1
40	A4
41	A1
42	A1
43	A3
44	A4
45	A3
46	A3
47	A3
48	A4
49	A1
50	A4
51	A1
52	A1
53	A1
54	A1
55	A4
56	A3
57	A2
58	A3
59	A3
60	A2
61	A4
62	A1
63	A2
64	A1
65	A2
66	A2
67	A2
68	A4
69	A3
70	A1
71	A3
72	A1
73	A2
74	A4
75	A4

KEY ANSWER SET 3

Note:
"In case answers found to be inaccurate due to typographical error or any other reason please sent mail to **qbnimigrievance@gmail.com"**