



Welcome to Our Channel

Sports & Physical Education



Sports & Physical
Education



Sports and Physical Education



thakuranjna99



Sports and Physical Education





PHYSICAL EDUCATION

❑ First Ancient Olympic Games were held in the honour of :

- A. God Apollo
- B. God Zeus
- C. God Poseidon
- D. None of these

❑ प्रथम प्राचीन ओलंपिक खेल किसके सम्मान में आयोजित किए गए थे:

- A. भगवान अपोलो
- B. भगवान ज़ीउस
- C. भगवान पोसीडॉन
- D. इनमें से कोई नहीं

B. God Zeus/ भगवान ज़ीउस

PHYSICAL EDUCATION



□ National Sports day begins on :

- A. 29 August, 1995
- B. 29 August, 1994
- C. 29 July, 1995
- D. 29 July, 1994

□ राष्ट्रीय खेल दिवस की शुरुआत :

- A. 29 अगस्त, 1995
- B. 29 अगस्त, 1994
- C. 29 जुलाई, 1995
- D. 29 जुलाई, 1994

A. 29 August, 1995



PHYSICAL EDUCATION



❑ **Mulana Abul Kalam Azad Trophy started in :**

- A. 1954-55
- B. 1952-53
- C. 1956-57
- D. 1958-59

❑ **मुलाना अबुल कलाम आजाद ट्रॉफी की शुरुआत :**

- A. 1954-55
- B. 1952-53
- C. 1956-57
- D. 1958-59

C. 1956-57



PHYSICAL EDUCATION



What was the official mascot of Tokyo Olympic 2020 ?

- Paloma
- Amik
- Vinicius
- Miraitowa

टोक्यो ओलंपिक 2020 का आधिकारिक शुभंकर क्या था?

- A. पालोमा
- B. अमीकी
- C. विनीसियस
- D. मिराईटोवा

D. Miraitowa/ मिराईटोवा

PHYSICAL EDUCATION



❑ Who hosted first Khelo India Programme?

- A. Pune
- B. Guwahati
- C. New Delhi
- D. Haryana

❑ पहले खेलो इंडिया कार्यक्रम की मेजबानी किसने की?

- A. पुणे
- B. गुवाहाटी
- C. नई दिल्ली
- D. हरयाणा

C. New Delhi/नई दिल्ली



PHYSICAL EDUCATION

FIVB is associated with :

- A. Volleyball
- B. Badminton
- C. Billiards
- D. Basketball

FIVB संबंधित है :

- A. वालीबाल
- B. बैडमिंटन
- C. बिलियर्ड्स
- D. बास्केटबाल

Sports & Physical Education

A. Volleyball/वालीबाल



PHYSICAL EDUCATION



❑ **Sudirman cup is associated with :**

- A. Football
- B. Lawn Tennis
- C. Badminton
- D. Cricket

❑ **सुदीरमन कप संबंधित है:**

- A. फुटबॉल
- B. लान टेनिस
- C. बैडमिंटन
- D. क्रिकेट

C. Badminton / बैडमिंटन

PHYSICAL EDUCATION



What is the number of players in a team in a Game of Polo?

- A. 5
- B. 7
- C. 6
- D. 4

पोलो के खेल में एक टीम में खिलाड़ियों की संख्या कितनी होती है?

- A. 5
- B. 7
- C. 6
- D. 4

D. 4

PHYSICAL EDUCATION



Ace against odd is autobiography of which player?

- A. Sania Mirza
- B. Martina Navratilova
- C. Mithali Raj
- D. Saina Nehwal

ऐस अगेंस्ट ऑड किस खिलाड़ी की आत्मकथा है?

- A. सानिया मिर्जा
- B. मार्टिना नवरातिलोवा
- C. मिताली राज
- D. साइना नेहवाल

A. Sania Mirza / सानिया मिर्जा



PHYSICAL EDUCATION

❑ Who is called father of sports psychology?

- A. Sigmund Freud
- B. Coleman Griffith
- C. William James
- D. K.M. Burns

❑ खेल मनोविज्ञान का जनक किसे कहा जाता है ?

- A. सिगमंड फ्राँयड
- B. कोलमैन ग्रिफ़िथ
- C. विलियम जेम्स
- D. के.एम. बर्न्स

B. Coleman Griffith / कोलमैन ग्रिफ़िथ

PHYSICAL EDUCATION



Which of the following is not a part of Sheldon's classification of personality?

- A. Endomorph
- B. Mesomorph
- C. Ectomorph
- D. Pyknic

निम्नलिखित में से कौन शेल्डन के व्यक्तित्व वर्गीकरण का हिस्सा नहीं है?

- A. एंडोमॉर्फ
- B. मेसोमोर्फ
- C. एक्टोमोर्फ
- D. पाइकिनक

D. Pyknic/ पाइकिनक

PHYSICAL EDUCATION



❑ Who gave the Psychoanalytic theory of Motivation?

- A. Mc Dougal
- B. C. Hull
- C. Sigmund Freud
- D. Maslow

❑ अभिप्रेरणा का मनोविश्लेषणात्मक सिद्धांत किसने दिया?

- A. मैक डॉगल
- B. सी. हल्लो
- C. सिगमंड फ्राँयड
- D. मास्लो

C. Sigmund Freud /सिगमंड फ्राँयड



PHYSICAL EDUCATION

❑ Protein present in the milk is -

- A. Casein
- B. Ovalbumin
- C. Pepsin
- D. Trypsin

❑ दूध में मौजूद प्रोटीन है -

- A. केसीन
- B. ओवलब्यूमिन
- C. पेप्सिन
- D. ट्रिप्सिन

Sports & Physical Education

A. Casein / केसीन



PHYSICAL EDUCATION



❑ Keratomalacia, in which irregular growth of teeth occurs, is caused due to deficiency of :-

- A. Vitamin A
- B. Vitamin B
- C. Vitamin C
- D. Vitamin D

❑ केराटोमलेशिया, जिसमें दांतों का अनियमित विकास होता है, किसकी कमी के कारण होता है:-

- A. विटामिन ए
- B. विटामिन बी
- C. विटामिन सी
- D. विटामिन डी

A. Vitamin A / विटामिन ए

PHYSICAL EDUCATION



Which of the following minerals is helpful in proper functioning of throat glands?

- A. Phosphorus
- B. Sodium
- C. Iodine
- D. Calcium

निम्नलिखित में से कौन सा खनिज गले की ग्रंथियों के समुचित कार्य में सहायक है?

- A. फास्फोरस
- B. सोडियम
- C. आयोडीन
- D. कैल्शियम

C. Iodine/आयोडीन



PHYSICAL EDUCATION



Which of the following is a viral disease?

- A. Malaria
- B. Cholera
- C. Syphilis
- D. Measles

निम्नलिखित में से कौन-सा एक वायरल रोग है?

- A. मलेरिया
- B. हैज़ा
- C. सिफलिस
- D. खसरा

D. Measles / खसरा



PHYSICAL EDUCATION



Study of teeth is called

- A. Cytology
- B. Arthrology
- C. Odontology
- D. Osteology

दांतों का अध्ययन कहलाता है-

- A. साइटोलॉजी
- B. आर्थ्रोलॉजी
- C. ओडोन्टोलॉजी
- D. ऑस्टियोलॉजी

C. Odontology/ ओडोन्टोलॉजी





PHYSICAL EDUCATION

□ A cell is made up of a life giving substance called :-

- A. Nucleus
- B. Mitochondria
- C. Protoplasm
- D. Cytoplasm

□ कोशिका एक जीवनदायिनी पदार्थ से बनी होती है जिसे कहते हैं:-

- A. केंद्रक
- B. माइटोकॉन्ड्रिया
- C. जीवद्रव्य
- D. कोशिका द्रव्य

C. Protoplasm/जीवद्रव्य



PHYSICAL EDUCATION

□ Tissue found in the outer layer of the skin are called

- A. Epithelial Tissue
- B. Ligament
- C. Columnar Epithelium
- D. Tendon

□ त्वचा की बाहरी परत में पाए जाने वाले ऊतक कहलाते हैं

- A. उपकला ऊतक
- B. स्नायुबंधन
- C. स्तंभ उपकला
- D. कण्डरा

A. Epithelial Tissue/उपकला ऊतक



PHYSICAL EDUCATION

Which of the following bone is known as Shoulder Blade ?

- A. Sphenoid Bone
- B. Calcaneus
- C. Fibula
- D. Scapula Bone

निम्नलिखित में से किस हड्डी को शोल्डर ब्लेड के नाम से जाना जाता है?

- A. स्फेनोइड हड्डी
- B. कैल्केनियस
- C. फिबुला
- D. स्कैपुला हड्डी

D. Scapula Bone/स्कैपुला हड्डी

PHYSICAL EDUCATION



Largest muscle is :

- A. Stapedius
- B. Gluteus Maximus
- C. Masseter Muscle
- D. Sartorius

सबसे बड़ी पेशी है :

- A. स्टेपेडियस
- B. ग्लूटस मेक्सीमस
- C. मास्सेटर
- D. सार्टोरियस

B. Gluteus Maximus/ग्लूटस मेक्सीमस



PHYSICAL EDUCATION

❑ What brings the oxygenated blood from the lungs into the left atrium of heart?

- A. Pulmonary Arteries
- B. Vena cava
- C. Pulmonary Veins
- D. Aorta

❑ फेफड़ों से ऑक्सीजन युक्त रक्त हृदय के बाएं आलिंद में क्या लाता है?

- A. फुफुसीय धमनी
- B. वेना कावा
- C. फुफुसीय शिरा
- D. महाधमनी

C. Pulmonary Veins/फुफुसीय शिरा

PHYSICAL EDUCATION



❑ Leukopenia is caused by

- A. Less WBC
- B. High WBC
- C. Less RBC
- D. High RBC

❑ ल्यूकोपेनिया किसके कारण होता है-

- A. कम डब्ल्यू बी सी
- B. उच्च डब्ल्यू बी सी
- C. कम आर बी सी
- D. उच्च आर बी सी

A. Less WBC /कम डब्ल्यू बी सी

PHYSICAL EDUCATION



□ Amount of air inhaled or exhaled in one breath is called :-

- A. Residual Volume
- B. Tidal Volume
- C. Inspiratory Reserve Volume
- D. Expiratory Reserve Volume

□ एक सांस में ली गई या छोड़ी गई वायु की मात्रा कहलाती है:-

- A. अवशिष्ट आयतन
- B. ज्वारीय आयतन
- C. श्वसन आरक्षित मात्रा
- D. निःश्वास आरक्षित मात्रा

B. Tidal Volume/ज्वारीय आयतन

PHYSICAL EDUCATION



Which of the following enzymes released by Pancreas, breaks protein to peptone?

- A. Amylase
- B. Lipase
- C. Insulin
- D. Trypsin

अग्न्याशय द्वारा जारी निम्नलिखित में से कौन सा एंजाइम प्रोटीन को पेप्टोन में तोड़ता है?

- A. एमाइलेस
- B. लाइपेज
- C. इंसलिन
- D. ट्रिप्सिन

D. Trypsin / ट्रिप्सिन

PHYSICAL EDUCATION



❑ Pivot joints are

- A. Neck and Radio-Ulna Joint
- B. Elbow and knee joint
- C. Shoulder and Hip Joint
- D. Wrist Joint

❑ धुरी जोड़ हैं

- A. गर्दन और रेडियो-उलना जोड़
- B. कोहनी और घटने का जोड़
- C. कंधे और कूल्हे का जोड़
- D. कलाई का जोड़

**A. Neck and Radio – Ulna Joint/
गर्दन और रेडियो-उलना जोड़**

PHYSICAL EDUCATION



□ Pushing of the wall gives:-

- A. Concentric Contraction
- B. Eccentric Contraction
- C. Isokinetic Contraction
- D. Isometric Contraction

□ दीवार को धक्का देने से होता है:-

- A. संकेंद्रित संकुचन
- B. विलक्षण संकुचन
- C. आइसोकिनेटिक संकुचन
- D. आइसोमेट्रिक संकुचन

**D. Isometric Contraction/
आइसोमेट्रिक संकुचन**



PHYSICAL EDUCATION

❑ Circuit Training method was given by :-

- A. Woldmer Gerschler
- B. Hettinger and Muller
- C. Dr. Ernst van Aaken
- D. Morgan and GT Anderson

❑ सर्किट प्रशिक्षण विधि द्वारा दिया गया था: -

- A. वोल्मर गेश्लर
- B. हेटिंगर और मुलर
- C. डॉ. अन्स्ट वैन एकेने
- D. मॉर्गन और जीटी एंडरसन

**D. Morgan and GT Anderson/
मॉर्गन और जीटी एंडरसन**



PHYSICAL EDUCATION

The time interval for Mesocycle is :-

- A. Upto 7 days
- B. 3 – 6 Weeks
- C. 1 year
- D. More than 1 Year

मेसोसायकल के लिए समय अंतराल है: -

- A. 7 दिनों तक
- B. 3 - 6 सप्ताह
- C. 1 साल
- D. 1 वर्ष से अधिक

B. 3 – 6 Weeks / 3 - 6 सप्ताह



PHYSICAL EDUCATION

Retention of breath in yoga is called-

- A. Puraka
- B. Rechaka
- C. Kumbhaka
- D. None of these

योग में श्वास को रोके रखना कहलाता है-

- A. पुरक
- B. रैचक
- C. कुंभक
- D. इनमें से कोई नहीं

C. Kumbhaka / कुंभक



PHYSICAL EDUCATION

WADA was founded in

- A. 10 Nov, 1999
- B. 14 July, 1989
- C. 21 March, 1979
- D. 20 October, 1984

वाडा की स्थापना में हुई थी

- A. 10 नवंबर, 1999
- B. 14 जुलाई, 1989
- C. 21 मार्च, 1979
- D. 20 अक्टूबर, 1984

A. 10 Nov, 1999





PHYSICAL EDUCATION

Indian Motor Fitness test was developed by

- A. Paul Hunsicker
- B. Bernarth E. Philips
- C. Bookwalter
- D. Scott

इंडियन मोटर फिटनेस टेस्ट किसके द्वारा विकसित किया गया था?

- A. पॉल हन्सिकर
- B. बर्नार्ड ई. फिलिप्स
- C. बुकवाल्टर
- D. स्काॅट

C. Bookwalter / बुकवाल्टर

PHYSICAL EDUCATION



Brady's Skill Test is test for game of :-

- A. Football
- B. Volleyball
- C. Basketball
- D. Badminton

ब्रैडी का कौशल परीक्षण किस खेल के लिए परीक्षा है:-

- A. फुटबॉल
- B. वालीबाल
- C. बास्केटबाल
- D. बैडमिंटन

B. Volleyball / वालीबाल

PHYSICAL EDUCATION



□ Age of a person recorded in years, months and days is called:-

- A. Chronological Age
- B. Anatomical Age
- C. Mental Age
- D. Physiological Age

□ वर्ष, महीनों और दिनों में दर्ज व्यक्ति की आयु कहलाती है:-

- A. कालानुक्रमिक उम्र
- B. शारीरिक आयु
- C. मानसिक उम्र
- D. शारीरिक आय

A. Chronological Age /कालानुक्रमिक उम्र



PHYSICAL EDUCATION

IAAF was formed in

- A. 1910
- B. 1911
- C. 1912
- D. 1913

IAAF का गठन . में हुआ था

- A. 1910
- B. 1911
- C. 1912
- D. 1913

C. 1912





PHYSICAL EDUCATION

What are the length and width of landing area in long jump?

- A. 8m, 2.70m
- B. 9m, 2.75m
- C. 10m, 2.80m
- D. 11m, 2.85m

लंबी कूद में लैंडिंग क्षेत्र की लंबाई और चौड़ाई कितनी होती है?

- A. 8 मी, 2.70मी
- B. 9 मी, 2.75मी
- C. 10 मी, 2.80मी
- D. 11 मी, 2.85मी

B. 9m, 2.75m



PHYSICAL EDUCATION

Weight of Javelin for women is-

- A. 800g
- B. 700g
- C. 600g
- D. 500g

महिलाओं के लिए भाला का वजन है-

- A. 800g
- B. 700g
- C. 600 ग्राम
- D. 500 ग्राम

C. 600g





PHYSICAL EDUCATION

Jules Rimet trophy is related to

- A. Football
- B. Volleyball
- C. Hockey
- D. Badminton

जूल्स रिमेट ट्रॉफी का संबंध से है

- A. फुटबॉल
- B. वालीबाल
- C. हॉकी
- D. बैडमिंटन

A. Football / फुटबॉल





PHYSICAL EDUCATION

Who was the first president of BCCI?

- A. Paul Leautey
- B. Grant Govan
- C. Ary Garcia
- D. Hamane Niang

बीसीसीआई के पहले अध्यक्ष कौन थे?

- A. पॉल लेउटे
- B. ग्रांट गोवन
- C. आर्य गार्सिया
- D. हमाने नियांग

B. Grant Govan/ ग्रांट गोवन





PHYSICAL EDUCATION

Where is the headquarter of IHF?

- A. Haryana
- B. Gurgaon
- C. Bangalore
- D. New Delhi

IHF का मुख्यालय कहाँ है?

- A. हरयाणा
- B. गुडगाँव
- C. बैंगलोर
- D. नई दिल्ली

D. New Delhi/नई दिल्ली





PHYSICAL EDUCATION

What are the dimensions of Badminton court in singles?

- A. 13.40 x 5.18
- B. 18 x 9
- C. 27 x 16
- D. 15.4 x 6.2

सिंगल्स में बैडमिंटन कोर्ट के आयाम क्या हैं?

- A. 13.40 x 5.18
- B. 18 x 9
- C. 27 x 16
- D. 15.4 x 6.2

A. 13.40m x 5.18m





PHYSICAL EDUCATION

□ Length of Antenna is

- A. 1.70 m
- B. 1.80m
- C. 1.90 m
- D. 2 m

□ एंटीना की लंबाई है

- A. 1.70 मीटर
- B. 1.80 मीटर
- C. 1.90 मीटर
- D. 2 मीटर

Sports & Physical Education

B. 1.80 m





PHYSICAL EDUCATION

Who invented game of Basketball?

- A. James Naismith
- B. William G. Morgan
- C. Thomas Weikert
- D. Dr Alfort T Hall

बास्केटबॉल के खेल का आविष्कार किसने किया?

- A. जेम्स नैस्मिथ
- B. विलियम जी मॉर्गन
- C. थॉमस वीकेर्टो
- D. डॉ अल्फोर्ट टी हॉल

A. James Naismith /जेम्स नैस्मिथ





PHYSICAL EDUCATION

❑ What is the duration of match for men in Handball?

- A. 25 – 10 – 25
- B. 30 – 10 – 30
- C. 35 – 10 – 35
- D. 45 – 10 – 45

❑ हैंडबॉल में पुरुषों के लिए मैच की अवधि क्या है?

- A. 25 - 10 - 25
- B. 30 - 10 - 30
- C. 35 - 10 - 35
- D. 45 - 10 - 45

B. 30 – 10 – 30





PHYSICAL EDUCATION

Sanjeevani, Gaminee and Amar are types of :-

- A. Kho – Kho
- B. Wrestling
- C. Kabaddi
- D. None of these

संजीवनी, गामिनी और अमर निम्न प्रकार के होते हैं:-

- A. खो - खो
- B. कश्ती
- C. कबड्डी
- D. इनमें से कोई नहीं

C. Kabaddi/कबड्डी



PHYSICAL EDUCATION

The term “Bogey” is associated with :-

- A. Golf
- B. Chess
- C. Hockey
- D. Judo

"बोगी" शब्द संबंधित है:-

- A. गोल्फ़
- B. शतरंज
- C. हॉकी
- D. जूडो

A. Golf/गोल्फ़



PHYSICAL EDUCATION

What is the scoring system of a game of tennis?

- A. Love – 10 – 20 – 30 – Game
- B. Love – 01 – 02 – 03 – Game
- C. Love – 15 – 30 – 45 – Game
- D. Love – 15 – 30 – 40 - Game

टेनिस के खेल की स्कोरिंग प्रणाली क्या है?

- A. लव - 10 - 20 - 30 - खेल
- B. लव - 01 - 02 - 03 - गेम
- C. लव - 15 - 30 - 45 - गेम
- D. लव - 15 - 30 - 40 - गेम

**D. Love – 15 – 30 – 40 – Game/
लव - 15 - 30 - 40 - गेम**



PHYSICAL EDUCATION

The term Puck is used in which game ?

- A. Billiards
- B. Ice Hockey
- C. Golf
- D. Chess

पक शब्द का प्रयोग किस खेल में किया जाता है ?

- A. बिलियर्ड्स
- B. आइस हॉकी
- C. गोल्फ़
- D. शतरंज

B. Ice Hockey/आइस हॉकी



PHYSICAL EDUCATION

□ Who is known as Million Rupee Baby?

- A. Sachin Tendulkar
- B. Abhinav Bindra
- C. Mary Kom
- D. Dutee Chand

□ मिलियन रुपी बेबी के नाम से किसे जाना जाता है?

- A. सचिन तेंडुलकर
- B. अभिनव बिंद्रा
- C. मैरी कोम
- D. दुती चांडी

C. Mary Com/ मैरी कोम

PHYSICAL EDUCATION



❑ Who was the first athlete to be awarded Padmashree Award?

- A. Milkha Singh
- B. P.T. Usha
- C. G.S. Randhawa
- D. Vs Chauhan

❑ पद्मश्री पुरस्कार से सम्मानित होने वाले पहले एथलीट कौन थे?

- A. मिल्खा सिंह
- B. पी.टी. उषा
- C. जीएस रंधावा
- D. बनाम चौहान

A. Milkha Singh/मिल्खा सिंह



Thank You for Watching



Sports and Physical Education



thakuranjna99



Sports and Physical Education

Sports & Physical Education

