

Welcome to Our Channel

Sports & Physical Education





Sports and Physical Education



thakuranjna99



Sports and Physical Education





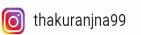




- First Ancient Olympic Games were held in the honour of :
- A. God Apollo
- B. God Zeus
- C. God Poseidon
- D. None of these
- physical Education □ प्रथम प्राचीन ओलंपिक खेल किसके सम्मान में आयोजित किए गए थे:
- A. भगवान अपोलो
- B. भगवान जीउस
- C. भगवान पोसीडॉन
- D. इनमें से कोई नहीं

B. God Zeus/ भगवान जीउस









- National Sports day begins on:
- A. 29 August, 1995
- B. 29 August, 1994

- **□ राष्ट्रीय खेल दिवस की शुरुआत** कि Physical Education 29 अगस्त 100-

 - B. 29 अगस्त, 1994

 - C. 29 जुलाई, 1995 D. 29 जुलाई, 1994

A. 29 August, 1995









- Mulana Abul Kalam Azad Trophy started in:
- 1954-55
- 1952-53 B.
- 1956-57
- 1958-59

Physical Education अबुल कलाम आजाद ट्रॉफी की शुरुआत :

- 1954-55 Α.
- В. 1952-53
- 1956-57
- 1958-59 D.

C. 1956-57







- ☐ What was the official mascot of Tokyo Olympic 2020 ?
- □ Paloma
- ☐ Amik
- □ Vinicius
- Miraitowa
- Physical Education ⊔टोक्यो ओलंपिक 2020 का आधिकारिक शुभंकर क्या था?
- पालोमा
- B. अमीकी
- विनीसियस
- मिराईटोवा

D. Miraitowa/ मिराईटोवा







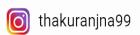


- Who hosted first Khelo India Programme?
- A. Pune
- B. Guwahati

- C. New Delhi
 D. Haryana

 पहले खेलो इंडिया कार्यक्रम की मेजबानी किसने की?
- D. हरयाणा

C. New Delhi/नई दिल्ली







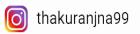
- FIVB is associated with:
- A. Volleyball
- B. Badminton
- C. Billiards
- D. Basketball

Sports & Physical Education □ FIVB संबंधित है :

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

A. Volleyball/वालीबाल









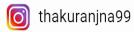
- ☐ Sudirman cup is associated with :
- A. Football

- □ सुदीरमन कप संबंधित हैं & Physical Education Sport

 - A. फ़ुटबॉल B. लान टेनिस
 - C. बैडमिंटन
 - क्रिकेट

C. Badminton / बैडमिंटन









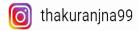
☐ What is the number of players in a team in a Game of Polo?

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

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



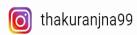




- ☐ Ace against odd is autobiography of which player?
- A. Sania Mirza
- B. Martina Navratilova
- C. Mithali Raj
- D. Saina Nehwal
- cal Education □ ऐस अगेंस्ट ऑड किस खिलाड़ी की आत्मकथा है?
- A. सानिया मिर्जा Sports हैं
- B. मार्टिना नवरातिलोवा
- C. मिताली राज
- D. साइना नेहवाल

A. Sania Mirza / सानिया मिर्जा









- **□** Who is called father of sports psychology?
- A. Sigmund Freud
- B. Coleman Griffith

- □ खेल मनोविज्ञान का जनक किसे कहा जाता है ?

 \. सिगमंड फ्रॉयड 500****

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

B. Coleman Griffith / कोलमैन ग्रिफ़िथ





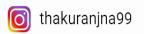




- Which of the following is not a part of Sheldon's classification of personality?
- A. Endomorph
- B. Mesomorph
- C. Ectomorph
- D. Pyknic
- 8 Physical Education निम्नलिखित में से कौन शेल्डन के व्यक्तित्व वर्गीकरण का हिस्सा नहीं है?
- एंडोमॉर्फ
- मेसोमोर्फ
- c. एक्टोमोर्फ
- D. पाइक्निक

D. Pyknic/ पाइक्निक









- Who gave the Psychoanalytic theory of Motivation?
- A. Mc Dougal
- B. C. Hull

- U. Sigmund Freud
 D. Maslow
 अभिप्रेरणा का मनोविश्लेषणात्मक सिद्धांत किसने दिया?
- A. मैक डॉगल
- B. सी. हल्लो
- c. सिगमंड फ्रॉयड
- D. मास्लो

C. Sigmund Freud /सिगमंड फ्रॉयड





- Protein present in the milk is -
- A. Casein
- B. Ovalbumin

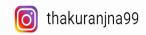
- □ द्ध में मौजूद प्रोटीन है Sports & Physical Education Sports & Physical Education

 - B. ओवलब्युमिन

 - D. ट्रिप्सिन

A. Casein / केसीन









- ☐ Keratomalacia, in which irregular growth of teeth occurs, is caused due to deficiency of :-
- A. Vitamin A
- B. Vitamin B

- B. Vitamin B
 C. Vitamin C
 D. Vitamin D
 □ केराटोमलेशिया, जिसमें दांतों का अनियमित विकास होता है, किसकी कमी के कारण होता है:-
- विटामिन ए
- विटामिन बी
- विटामिन सी
- विटामिन डी

A. Vitamin A /विटामिन ए







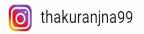


- Which of the following minerals is helpful in proper functioning of throat glands?
- A. Phosphorus
- B. Sodium

- B. Sogium
 C. lodine
 D. Calcium
 □ निम्निखित में से कौन सा खनिज गले की ग्रंथियों के समुचित कार्य में सहायक है?
- A. फास्फोरस
- B. सोडियम
- c. आयोडीन
- D. कैल्शियम











- ☐ Which of the following is a viral disease?
- A. Malaria
- B. Cholera

- □ निम्नलिखित में से कौन-सा एक वायरल रोग है?

 मलेरिया
 है,ना

 - हैज़ा
 - सिफलिस
 - D. खसरा

D. Measles / खसरा









- ☐ Study of teeth is called
- A. Cytology
- B. Arthrology

- □ दांतों का अध्ययन कहलाता है- Physical Education
 आइटोलॉजी

 - B. आर्थ्रोलॉजी
 - c. ओडोन्टोलॉजी
 - D. ऑस्टियोलॉजी

C. Odontology/ ओडोन्टोलॉजी





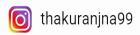




- ☐ A cell is made up of a life giving substance called :-
- A. Nucleus
- B. Mitochondria
- C. Protoplasm
- D. Cytoplasm
- usical Education □ कोशिका एक जीवनदायिनी पदार्थ से बनी होती है जिसे कहते हैं:-
- A. केंद्रक
- माइटोकॉन्ड्रिया
- C. जीवद्रव्य
- D. कोशिका द्रव्य

C. Protoplasm/जीवद्रव्य









- ☐ 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. स्नायुबधन
- C. स्तभ उपकला
- D. कण्डरा

A. Epithelial Tissue/उपकला ऊतक









- Which of the following bone is known as Shoulder Blade?
- A. Sphenoid Bone
- B. Calcaneus
- C. Fibula
- D. Scapula Bone
- C. Fibula
 D. Scapula Bone

 □ निम्नलिखित में से किस हड़डी को शोल्डर ब्लेड के नाम से जाना जाता है?
- A. स्फेनोइड हड़डी
- कैलकेनियस
- फिब्ला

D. Scapula Bone/स्केपुला हड्डी









- **□** Largest muscle is :
- A. Stapedius
- **B. Gluteus Maximus**

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

□ सबसे बड़ी पेशी है: Sports & Physical Education

स्टेपेटिसम्म B. Gluteus Maximus/ग्लूटस मेक्सीमस









- What brings the oxygenated blood from the lungs into the left atrium of heart?
- A. Pulmonary Arteries

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

 पे फेफड़ों से ऑक्सीजन युक्त रक्त हृदय के बाएं आलिंद में क्या लाता है?
 - फ्फ्फ्सीय धमनी
 - वेना कावा
 - फुफ्फुसीय शिरा महाधमनी

C. Pulmonary Veins/फुफ्फुसीय शिरा









- Leukopenia is caused by
- A. Less WBC
- B. High WBC
- C.Less RBC
- □ ल्यूकोपेनिया किसके कारण होता है।

 A. कम डब्ल्यू बी सी

 B. उच्च डब्ल्यू बी सी

 C. कम आर बी सी

 D. उच्च अग्र की की

A. Less WBC /कम डब्ल्यू









- 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

 पक 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







- Which of the following enzymes released by Pancreas, breaks protein to peptone?
- A. Amylase
- B. Lipase

- लाइपेज

D. Trypsin / ट्रिप्सिन







Pivot joints are

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

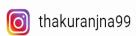
🗆 धुरी जोड़ हैं

- A. गर्दन और रेडियो-उलना जोड़
- B. कोहनी और घ्टने का जोड़
- C. कंधे और कुल्हें का जोड़
- D. कलाई का जोड़

Hip Joint

Sports & Physical Education

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







☐ Pushing of the wall gives:-

- A. Concentric Contraction
- **B.** Eccentric Contraction

□ दीवार को धक्का देने से होता है: संकेंि--

- विलक्षण सकचन

D. Isometric Contraction/ आइसोमेटिक





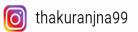




- ☐ Circuit Training method was given by :-
- A. Woldmer Gerschler
- B. Hettinger and Muller
- C. Dr. Ernst van Aaken
- D. Morgan and GT Anderson
- & Physical Education □ सर्किट प्रशिक्षण विधि दवारा दिया गया था: -
- A. वोल्मर गेश्र्तर
- B. हेटिंगर और मुलर C. डॉ. अन्स्ट वैन एकेने
- D. मॉर्गन और जीटी एंडरसन

D. Morgan and GT Anderson/

मॉर्गन और जीटी एंडरसन







- ☐ The time interval for Mesocycle is :-
- A. Upto 7 days

- ्र anan 1 Year **□ मेसोसायकल के लिए समय अंतराल** है:
 7 दिनों तक

 - B. 3 6 सप्ताह
 - C. 1 साल
 - D. 1 वर्ष से अधिक

B. 3 – 6 Weeks / 3 - 6 सप्ताह









- ☐ Retention of breath in yoga is called-
- A. Puraka
- B. Rechaka

- □ योग में श्वास को रोके रखना कहलाता है-पुरक

 - C. क्भक
 - D. इनमें से कोई नहीं

C. Kumbhaka / कुभक









WADA was founded in

- A. 10 Nov, 1999
- B. 14 July, 1989

□ वाडा की स्थापना में हुई थी⁸ 10 नमं

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

A. 10 Nov, 1999









- Indian Motor Fitness test was developed by
- A. Paul Hunsicker
- B. Bernarth E. Philips
- C. Bookwalter
- D. Scott
- & Physical Education □ इंडियन मोटर फिटनेस टेस्ट किसके द्वारा विकसित किया गया था?
- पॉल हन्सिकर
- बुकवाल्टर

C. Bookwalter / बुकवाल्टर





- **Brady's Skill Test is test for game of :-**
- A. Football
- B. Volleyball

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

 - C. बास्केटबाल
 - D. बैडमिंटन

B. Volleyball / वालीबाल



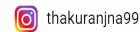


- Age of a person recorded in years, months and days is called:-
- A. Chronological Age
- B. Anatomical Age
- C. Mental Age
- U. Ivientai Age
 D. Physiological Age

 □ वर्ष, महीनों और दिनों में दर्ज व्यक्ति की आयु कहलाती है:-
 - कालानुक्रमिक उम्र
- मानसिक उम्र
- D. शारीरिक आय

A. Chronological Age /कालानुक्रमिक उम्र









- ☐ IAAF was formed in
- A. 1910
- B. 1911

- □ IAAF का गठन . में हुआ था⁸ Physical Education
 1910
 - A. 1910
 - B. 1911
 - C. 1912
 - D. 1913

C. 1912







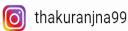
What are the length and width of landing area in long jump?

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







- ☐ Weight of Javelin for women is-
- A. 800g
- B. 700g

- □ महिलाओं के लिए भाला का वजन है800g

 - 700g
 - 600 ग्राम
 - 500 ग्राम

C. 600g





- ☐ Jules Rimet trophy is related to
- A. Football
- B. Volleyball

- □ जूल्स रिमेट ट्रॉफी का संबंध से है

 फुटबॉल

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

A. Football / फ़ुटबॉल









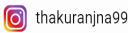
- **□** Who was the first president of BCCI?
- A. Paul Leautey
- B. Grant Govan

- च **बीसीसीआई के पहले अध्यक्ष कौन थे?**पॉल लेउटे

 - B. ग्रांट गोवन
 - c. आर्य गार्सिया
 - D. हमाने नियांग

B. Grant Govan/ ग्रांट गोवन









- **☐** Where is the headquarter of IHF?
- A. Haryana
- B. Gurgaon

- □ IHF का मुख्यालय कहाँ है?
 हररागण
 - A. हरयाणा
 - गडगाँव
 - बैंगलोर
 - D. नई दिल्ली

D. New Delhi/नई दिल्ली









What are the dimensions of Badminton court in singles?

. 10.4 x 6.2
☐ सिंगल्स में बैडमिंटन कोर्ट के आयाम क्या हैं?

13.40 x 5.18
8 x 9

- C. 27 x 16
- D. 15.4 x 6.2

A. 13.40m x 5.18m









□ Length of Antenna is

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

Sports & Physical Education □ एंटीना की लंबाई है

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

B. 1.80 m











- **☐** Who invented game of Basketball?
- A. James Naismith
- B. William G. Morgan

जम्स वैस्मिथ विलियम जी माँ के

- c. थॉमस वीकेर्टी
- D. डॉ अल्फोर्ट टी हॉल

A. James Naismith /जेम्स नैस्मिथ









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? 25 - 10 - 25

B. 30 - 10 - 30





- Sanjeevani, Gaminee and Amar are types of :-
- A. Kho Kho
- B. Wrestling

- B. Wrestling
 C. Kabaddi
 D. None of these

 ☐ संजीवनी, गामिनी और अमर निम्न प्रकार के होते हैं:-
- A. खो खो
- B. कुश्तीC. कबड्डी
- D. इनमें से कोई नहीं

C. Kabaddi/कबड़डी







- ☐ The term "Bogey" is associated with :-
- A. Golf
- B. Chess

- □ "बोगी" शब्द संबंधित है:- 8 Physical Education Spore
 - A. गोल्फ़
 - B. शतरंज
 - C. हॉकी
 - D. जूडो

A. Golf/गोल्फ़







□ What is the scoring system of a game of tennis?

A. Love
$$-10 - 20 - 30 - Game$$

B. Love
$$-01 - 02 - 03 - Game$$

D. Love
$$-15 - 30 - 40$$
 - Game

□ टेनिस के खेल की स्कोरिंग प्रणाली क्या है?









- ☐ The term Puck is used in which game?
- A. Billiards

- □ पक शब्द का प्रयोग किस खेल में किया जाता है ?
 बिलियर्ड्स भाइस हॉकी

 - B. आइस हॉकी
 - C. गोल्फ़
 - D. शतरज

B. Ice Hockey/आइस हॉकी







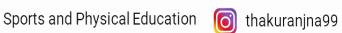


- Who is known as Million Rupee Baby?
- A. Sachin Tendulkar
- B. Abhinav Bindra
- C. Mary Kom
- □ मिलियन रुपी बेबी के नाम से किसे जाना जाता है?

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

C. Mary Com/ मैरी कोम









- Who was the first athlete to be awarded Padmashree Award?
- A. Milkha Singh
- B. P.T. Usha
- C.G.S. Randhawa
- □ 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 & Physical Education **Sports and Physical Education**



thakuranjna99



Sports and Physical Education



