

Welcome to Our Channel

Sports & Physical Education





Sports and Physical Education



thakuranjna99



Sports and Physical Education





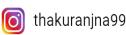




- Which of the following are recognized as psychosocial issues that teens deal with during their adolescent years?
- A. Establishing an identity

- B. Establishing autonomy
 C. Establishing intimacy
 D. All of the above
 □ निम्नलिखित में से किसे मनोसामाजिक मुद्दों के रूप में पहचाना जाता है जिनका सामना किशोर अपनी किशोरावस्था के दौरान करते हैं?
- A. एक पहचान स्थापित करना
- B. स्वायत्तता की स्थापना
- C. घनिष्ठता स्थापित करना
- D. ऊपर के सभी





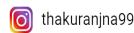




- The criteria that need to be met to diagnose hepatitis infection are
- A. Route of infection
- B. A reservoir

- D. All of the above
 □ हेपेटाइटिस संक्रमण का निदान करने के लिए जिन मानदंडों को पूरा करने की आवश्यकता है वे हैं
 - A. संक्रमण का मार्ग
 - B. संग्रह
 - C. प्रवेश का मार्ग
 - D. ऊपर के सभी









Malaria prevention and control activities are

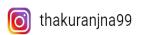
- A. Epidemic forecasting and prevention and early detection and control monitoring
- B. Selective vector control
- C. Early diagnosis and prompt treatment
- D. All of the above

□ मलेरिया की रोकथाम एवं नियंत्रण गतिविधियाँ हैं

- A. महामारी का पूर्वानुमान और रोकथाम तथा शीघ्र पता लगाना और नियंत्रण निगरानी B. चयनात्मक वेक्टर नियंत्रण

 - C. शीघ्र निदान और शीघ्र उपचार
 - D. ऊपर के सभी







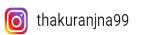


- Which of the following is not a major problems, which adolescents face?
- A. Problems of aggressive behavior
- B. Typical aggression
- C. Problems related to sex
- D. Lack of stability and adjustment
- C. Problems related to sex
 D. Lack of stability and adjustment

 □ निम्नलिखित में से कौन सी प्रमुख समस्या नहीं है जिसका सामना किशोर करते हैं?
- A. आक्रामक व्यवहार की समस्या
- B. विशिष्ट आक्रामकता
- C. सेक्स से जुड़ी समस्याएं D. स्थिरता और समायोजन का अभाव

C. Problem related to sex





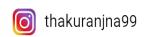




- Which of the following does not fall under the characteristics of a family?
- A. Family is a societal concern
- B. Family is a group through which descent or ancestry can be traced
- C. Family is a most basic and important group in primary socialization of an individual

 D. Family is the most important group in any individual's life.
- □ निम्नलिखित में से कौन सा परिवार की विशेषताओं के अंतर्गत नहीं आता है?
- परिवार एक सामाजिक चिंता है
- ☐ परिवार एक ऐसा समूह है जिसके माध्यम से वंश या वंशावली का पता लगाया जा सकता है
 ☐ किसी व्यक्ति के प्राथमिक समाजीकरण में परिवार सबसे बुनियादी और महत्वपूर्ण समूह है
 ☐ किसी भी व्यक्ति के जीवन में परिवार सबसे महत्वपूर्ण समूह है।







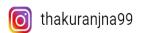


- Indian team participation in the Olympic games is controlled by
- A. OCA
- B. AAFI

- D. IOA
 □ ओलम्पिक खेलों में भारतीय टीम की भागीदारी किसके द्वारा नियंत्रित होती है?
 A. ओसीए

 - C. आईओसी









□ IOA formed in the year

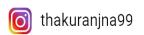
- A. 1928
- B. 1925

A. किस वर्ष IOA का गठन हुआ है. Physical Education Sports 2. 1928

- C. 1925
- D. 1926
- E. 1927

D. 1927





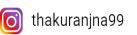




- "Physical education is a fundamental right to every citizen" is included in
- A. UNESCO Charter
- B. WHO Charter

- C. SNIPES Charter
 D. HRD Ministry Charter
 □ "शारीरिक शिक्षा प्रत्येक नागरिक का मौलिक अधिकार है" शामिल है
- A. यूनेस्को चार्टर B. डब्ल्यूएचओ चार्टर
- C. स्निप्स चार्टर
- D. मानव संसाधन विकास मंत्रालय चार्टर

A. UNESCO Charter







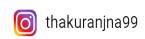
☐ Heart rate is defined as

- A. Number of heart contractions per minute
- B. Quantity of blood pumped away by heart in one minute
- C. Number of systolic contraction per minute D. Number of diastolic contractions per minute

□ हृदय गति को इस प्रकार परिभाषित किया गया है

- A. प्रति मिनट हृदय संकुचन की संख्या B. एक मिनट में हृदय द्वारा पंप किये गये रक्त की मात्रा
- C. प्रति मिनट सिस्टोलिक संकुचन की संख्या D. प्रति मिनट डायस्टोलिक संकुचन की संख्या









☐ Rickets is associated with

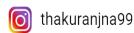
- A. Abrasion
- B. Knock Knees
- C. Pigeon Chest
- D. Oedema

□ रिकेट्स का संबंध है

- A. घर्षण
- B. नॉक नि
- C. पिजन चेस्ट
- D. ओडिमा

Sports & Physical Education

B. Knock Knees





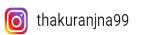


- To stop bleeding, the quickest and most effective way is
- A. Tourniquet
- B. Direct pressure on the wound

- □ रक्तस्राव रोकने का सबसे तेज़ और प्रभावी तरीका है

 टूनिकेट
 हात पर -
- A. टूनिकेट B. घाव पुर सीधा दबाव
- C. क्रायोथैरेपी
- D. जल चिकित्सा

B. Direct pressure on the wound





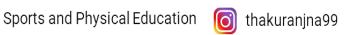


- ☐ In human body the largest muscle is
- A. Pectoralis Major
- B. Trapezius

- □ मानव शरीर में सबसे बड़ी मांसपेशी हैं . पेक्टोरलिस मेजर
- C. ग्लूट्स मेक्सीमस

C. Gluteus Maximus









- ☐ In muscle fibers, the proteins present is
- A. Myosin
- B. Actin

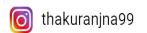
- □ मांसपेशीय तंतुओं में प्रोटीन मौजूद होता है

 ाणि

 - B. एक्ट्नि
 - C. A और B दोनों
 - D. इनमें से कोई भी नहीं

C. Both A and B









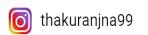
- While playing football type of energy used
- A. Muscular Energy
- B. Kinetic Energy

- C. Electrical Energy
 D. Thermal Energy

 u फुटबॉल खेलते समय किस प्रकार की ऊर्जा का उपयोग किया जाता है?
- A. मांसपेशियों की ऊर्जा
- B. गतिज ऊर्जा
- C. विद्युतीय ऊर्जा D. थर्मल ऊर्जा

B. Kinetic Energy









- Depression is characterized by more extreme feelings of hopelessness, sadness, isolation, worry, withdrawal and worthlessness that lasts for
- A. Two weeks or more

- ्राणि । one month । अवसाद की विशेषता निराशा, उदासी, अलगाव, चिंता, वापसी और बेकार की अधिक चरम भावनाएं हैं जो लंबे समय तक बनी रहती हैं दो सप्ताह या उससे अधिक रो दिन

 - C. एक सप्ताह और अधिक
 - D. एक माह

A. Two weeks or more









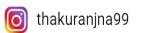
Parents can prevent their children from using drugs by

- A. Talking to them about drugs
- B. Open communication

C. Role modeling D. All of the above ा माता-पिता अपने बच्चों को नशीली दवाओं के सेवन से रोक सकते हैं

- A. उनसे ड्रग्स के बारे में बात कर रहे हैं B. खुली बातचीत C. आदर्श

 - D. ऊपर के सभी







- ☐ Children acquire skills at the very early stage of their life if the are responsive and understanding
- A. Teachers

- C. Relatives
 D. Friends
 चदि ____ उत्तरदायी और समझदार हैं तो बच्चे अपने जीवन के शुरुआती चरण में ही कौशल हासिल कर लेते हैं
- A. अध्यापक
- B. अभिभावक
- C. रिश्तेदार
- D. दोस्त

B. Parents







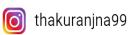


- Permissive parenting is a parenting style in which a child's freedom and their autonomy are valued and parents tend to rely mostly on
- A. Understanding and thinking

- B. Reasoning and explanation
 C. Experiencing and enjoying
 D. None of the above
 □ परमिसिव पेरेंटिंग एक पेरेंटिंग शैली है जिसमें बच्चे की स्वतंत्रता और उनकी स्वायत्तता को महत्व दिया जाता है और माता-पिता ज्यादातर इस पर भरोसा करते हैं
- A. समझना और सोचना B. तर्क और स्पष्टीक्रण
- C. अनुभव करना और आनंद लेना
- D. इनमें से कोई भी नहीं

B. Reasoning and explanation









- The role of parents in the child's development process consistently evolves but what contributes without change is the fact that, parents are the child's
- A. Friends

- B. Learning Models
 C. First Teachers
 D. Listeners
 □ बच्चे की विकास प्रक्रिया में माता-पिता की भूमिका लगातार विकसित होती रहती है, लेकिन जो बात बिना किसी बदलाव के योगदान देती है, वह यह है कि माता-पिता ही बच्चे के
- A. दोस्त
- B. शिक्षण मॉडल
- C. प्रथम शिक्षक
- D. श्रोता

B. Learning Models





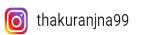


- Which of the following is not an important aspect in prenatal care among women
- A. It reduces the risk of pregnancy complications
- B. It reduces the fetus's and infant's risk for complications
- C. It keeps women motivated
- D. It helps to ensure the medications women take are safe.
- □ महिलाओं में प्रसव पूर्व देखभाल में निम्नलिखित में से कौन सा एक महत्वपूर्ण पहलू नहीं है?
- A. यह गर्भावस्था संबंधी जटिलताओं के जोखिम को कम करता है B. यह भ्रूण और शिशु की जटिलताओं के जोखिम को कम करता है C. यह महिलाओं को प्रेरित रखता है

- D. इससे यह सुनिश्चित करने में मदद मिलती है कि महिलाएं जो दवाएं लेती हैं वे सुरक्षित हैं।

C. It keeps women motivated









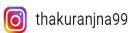
- Which of the following are types of families?
- A. Nuclear Family
- B. Extended Family

- □ निम्नलिखित में से कौन-से परिवार के प्रकार हैं?

 एकल परिवार
- B. विस्तृत परिवार C. A और B दोनों
- D. इनमें से कोई भी नहीं

C. Both A and B









- "Family is the biological social unit composed of husband, wife and children" is defined by
- A. Robert Bierstedt

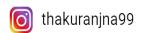
- C. Eliot and Merill

 D. MacIver

 □ "परिवार पति, पत्नी और बच्चों से बनी एक जैविक सामाजिक इकाई है" इसे परिभाषित किया गया है
 - A. रॉबर्ट बियरस्टेड
 - B. एमएफ निमकॉफ
 - C. एलियट और मेरिल
 - D. मैकलेवर

C. Eliot and Merill







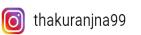


- Which type of motivation is not applicable to young children?
- A. Achievement motivation
- B. Intrinsic Motivation

- □ किस प्रकार की प्रेरणा छोटे बच्चों पर लागू नहीं होती?

 उपलब्धि की प्रेरणा
 मलभन जेर
- B. मूलभूत प्रेरणा C. बाह्री प्रेरणा
- D. इनमें से कोई भी नहीं

B. Intrinsic Motivation







In sports person the cause of frustration is

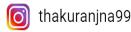
- A. Natural outcome of competitive of sports
- B. Result of own performance
- C. Normally due to mismatched level of aspiration and ability D. Result of good performance

 □ खिलाड़ी में निराशा का कारण होता है

- A. खेलों की प्रतिस्पर्धा का स्वाभाविक परिणाम
- B. खुद के प्रदर्शन का नतीजा C. आम तौर प्र आकांक्षा और क्षमता के बेमेल स्तर के कारण
- D. अच्छे प्रदर्शन का नतीजा

C. Normally due to mismatched level of aspiration and ability









- The behavior of a person is influenced during adolescence by
- A. Society
- B. Family

- C. Peer group

 D. School

 कशोरावस्था के दौरान व्यक्तिका व्यवहार प्रभावित होता है
- A. समाज
- **B.** परिवार
- C. सहकर्मी समूह
- D. विद्यालय

C. Peer Group



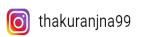






- is defined as most appropriate physical education curriculum
- A. Prescribed course of subjects for study
- B. Division of the subject for study
- C. Putting educational philosophy into action
- D. None of the above
- educational philosophy into action the above को सबसे उपयुक्त शारीरिक शिक्षा पाठ्यक्रम के रूप में परिभाषित किया गया है
- अध्ययन के लिए विषयों का निर्धारित पाठ्यक्रम
- B. अध्ययन हेतु विषय का विभाजन C. शैक्षिक दर्शन को क्रियान्वित करना
- D. इनमें से कोई भी नहीं

C. Putting educational philosophy into action

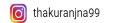






- ☐ Which of the following was the first to facilitate the introduction of modern physical education in schools?
- A. National Policy of Education
- B. National Fitness Corps
- C. The Plan of Physical Education and Recreation
- □ निम्नलिखित में से कौन स्कूलों में आधुनिक शारीरिक शिक्षा की शुरुआत की सुविधा प्रदान करने वाला पहला था?
- A. राष्ट्रीय शिक्षा नीति B. राष्ट्रीय स्वास्थ्य कोर
- C. शारीरिक शिक्षा और मनोरंजन की योजना
- D. एनसीईआरटी पाठ्यक्रम





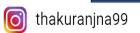




- Which was the first institute in India to propagate the cause of indigenous physical education?
- A. Punjab Govt College of Physical Education, Patiala
- B. YMCA Madras
- C. LNCPE Gwalior
- D. Hanuman Vyayam Prasarak Mandal, Amravati
- □ स्वदेशी शारीरिक शिक्षा का प्रचार करने वाला भारत का पहला संस्थान कौन सा था?
- A. पंजाब गवर्नमेंट कॉलेज ऑफ फिजिकल एजुकेशन, पटियाला
- B. वाईएमसीए मद्रास
- C. एलएनसीपीई ग्वालियर
- D. हनुमान व्यायाम प्रसारक मंडल, अमरावती

D. Hanuman Vyayam Prasarak Mandal, Amravati









☐ Storage of ATP is

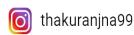
- A. Liver
- B. Muscle
- C. Gall bladder
- D. Pancreas

Sports & Physical Education □ एटीपी का भंडारण है

- A. यकृत B. माँसपेशियाँ
- C. पित्ताशय की थैली
- D. अग्र्याशय











- The family is not just a simple set of individuals engaging in their activities, it is a
- A. Simple social transformation

- B. Society based quality
 C. Complex social formation
 D. All of the above
 □ परिवार केवल अपनी गतिविधियों में संलग्न व्यक्तियों का एक साधारण समूह नहीं है, यह एक है
- A. सरल सामाजिक परिवर्तन
- B. समाज आधारित गुणवत्ता C. जटिल सामाजिक गठन
- D. ऊपर के सभी

C. Complex social formation









- Which of the following is not a dimension of personality?
- A. Physical Dimension
- B. Mental Dimension

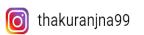
- □ निम्नलिखित में से कौन सा व्यक्तित्व का आयाम नहीं है?

 भौतिक आयाम
 मानस्मिक अप

 - B. मानसिक आयाम
 - C. मनोवैज्ञानिक आयाम
 - D. सामाजिक डोमेन

C. Psychological Dimension









- ☐ Practice makes man perfect closely associates with which of the following law of learning?
- A. Law of Frequency

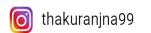
- C. Law of Effect

 D. All of the above

 □ अभ्यास मनुष्य को पूर्ण बनाता है सीखने के निम्नलिखित में से किस नियम से निकटता से जुड़ा है?
 - A. आवृत्ति का नियम
 - B. तत्परता का नियम
 - C. प्रभाव का नियम
 - D. ऊपर के सभी

A. Law of Frequency









- Which of the following is not a theory of motivation?
- A. Instinct Theory
- B. Drive Theory

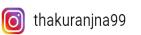
- □ निम्नलिखित में से कौन सा प्रेरणा का सिद्धांत नहीं है?

 ो वृत्ति सिद्धांत
 डाइव कि उं

 - 🗕 ड्राइव सिद्धांत
 - □ उँद्देश्य सिद्धांत
 - □ प्रोत्साहन सिद्धांत

C. Motive Theory







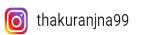


- The human personality is the end result of combination
- A. Knowledge and experience
- B. Nature and nurture

- □ मानव व्यक्तित्व संयोजन का अंतिम परिणाम है

 ज्ञान और अनुभव
- A. ज्ञान और अनुभव B. प्रकृति और पोषण
- C. व्यक्तित्व एवं व्यवहार
- D. लक्ष्य और उद्देश्य

B. Nature and Nurture







- ☐ Sports ethics is focused on equity in sport which is an expression of
- A. Human Excellence
- B. Human Potential

- C. Human Behavior
 D. Human Relations

 े खेल नैतिकता खेल में समानता पर केंद्रित है जो कि इसकी अभिव्यक्ति है
- A. मानवीय उत्कृष्टता
- B. मानव क्षमता
- C. मानव आचरण
- D. मानवीय संबंध

A. Human Excellence



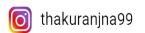






- is also called as hairline fracture
- A. Impacted Fracture
- B. Stress Fracture
- C. Torus
- D. Greenstick Fracture
- को हेयरलाइन फ्रैक्चर भी कहा जाता है
 प्चर
- A. प्रभावित फ्रैक्चर
- B. स्ट्रैस फ्रेक्चर C. टोरस
- D. ग्रीनस्टिक फ्रैक्चर

B. Stress Fracture





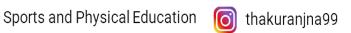


- ☐ In an average adult, the stoke volume is
- A. 90 ml
- B. 70 ml

- □ एक औसत वयस्क में, स्ट्रोक की मोत्री होती है
 . 90 मि.ली

 - B. 70 मि.ली
 - C. 80 मि.ली
 - D. 85 मि.ली

B. 70 ml







- ☐ Fuel used by the body while doing the exercise of severe intensity is
- A. Less Carbohydrates
- B. Carbohydrates
- C. Carbohydrates and fat equality
- C. Carbohydrates and fat equality
 D. None of the above

 ा व्यायाम करते समय शरीर द्वारा तीव्र तीव्रता का ईंधन उपयोग किया जाता है

- A. कम कार्बोहाइड्रेट B. कार्बोहाइड्रेट C. कार्बोहाइड्रेट और वसा समानता D. इनमें से कोई भी नहीं

B. Carbohydrates









- ☐ Minerals which keep brain, nails and hair health is
- A. Calcium
- B. Potassium

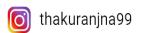
- □ जो खनिज मस्तिष्क, नाखून और बोलों को स्वस्थ रखते हैं

 . कैल्शियम
 पोटैशियम

 - B. पोटैशियम
 - C. गंधक
 - D. फास्फोरस

C. Sulphur









- For complete treatment of the sports injuries one should depend upon
- A. Corrective exercise therapy only
- B. Physiotherapy only

- C. Both the above
 D. None of the above
 □ खेल की चोटों के पूर्ण उपचार के लिए किसी पर निर्भर रहना चाहिए
- A. केवल सुधारात्मक व्यायाम चिकित्सा
- B. केवल फिंजियोथेरेपी
- C. उपरोक्त दोनों
- D. इनमें से कोई भी नहीं

C. Both the above







- Which of the following is not a source of protein?
- A. Milk
- B. Eggs

- □ निम्नलिखित में से कौन सा प्रोटीन की स्रोत नहीं है?

 . दूध
 अंटे

 - C. तेल
 - D. मांस











- ☐ Circuit training is an effective method for developing
- A. Ability
- B. Speed

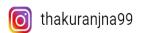
- □ सर्किट प्रशिक्षण विकास के लिए एक प्रभावी तरीका है

 . क्षमता
 रफ्तार

 - B. रफ़्तार
 - C. लचीलापन
 - D. शक्ति सहनशक्ति

D. Strength Endurance









- To take penalty stroke in hockey, any skill can be used except
- A. Hit
- B. Push

- D. Scoop
 □ हॉकी में पेनल्टी स्ट्रोक लेने के लिए इसके अलावा किसी भी कौशल का उपयोग किया जा सकता है
 - A. हिट
 - B. धक्कापुश
 - C. फ्लिक
 - D. स्कूप







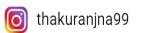




- Which of the following is best measure of variability?
- A. Mean Deviation
- B. Range

- C. Standard Deviation
 D. None of the above
 □ निम्नलिखित में से कौन सा परिवर्तनशीलता का सर्वोत्तम माप है?
- A. माध्य विचलन
- B. रेंज
- C. मानक विचलन
- D. इनमें से कोई भी नहीं

C. Standard Deviation







- ☐ Instrument which measures lungs capacity is
- A. Sphygmomanometer
- B. Anemometer

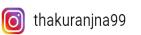
- □ फेफड़ों की क्षमता मापने वाला उपकरण है

 रक्तदाबमापी

 - C. वैंट स्पाइरोमीटर
 - D. गैल्वेनोमीटर

C. Wet Spirometer









- ☐ A tread mill is used for measuring
- A. Force
- B. Speed

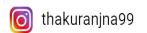
- ा मापने के लिए ट्रेडिमल का उपयोग किया जाता है
 Sports

 बल
 राम्मण

 - B. रफ़्तार
 - C. शक्ति
 - D. दौड़ने में किया गया कार्य

D. Work Done in Running





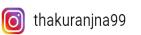




- Individuals, Government bodies, Sports Organizations are responsible for observance of
- A. Sports Monitoring

- B. Sports Ethics
 C. Sports Development
 D. None of the above
 □ व्यक्ति, सरकारी निकाय, खेल संगठन इसके पालन के लिए जिम्मेदार हैं
- A. खेल निगरानी
- B. खेल नैतिकता
- C. खेल विकास
- D. इनमें से कोई भी नहीं

C. Sports Development







- Which of the following psychological factors are not affecting sports performance?
- A. Stress

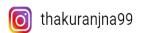
- C. Aggression

 D. Cohesion

 ☐ निम्नलिखित में से कौन सा मनोवैज्ञानिक कारक खेल प्रदर्शन को प्रभावित नहीं कर रहा है?
 - A. तनाव
 - B. चिंता
 - C. आक्रमण
 - D. एकजुटता











- The term Reinforcement is roughly synonymous with the term
- A. Reward
- B. Award

- □ सुदृढीकरण शब्द मोटे तौर पर इस शब्द का पर्याय है

 . रिवॉर्ड
 परस्कार

 - B. पुरस्कार
 - C. पाना
 - D. ड्राइव











- Much of the motor skill learning takes place during
- A. Childhood
- B. Infancy

- □ अधिकांश मोटर कौशल सीखना इसी दौरान होता है

 बचपन
 शैशतायण

 - B. शैशवावस्था
 - C. किशोरावस्था
 - D. प्रतियोगिता

A. Childhood









Thank You for Watching



Sports & Physical Education **Sports and Physical Education**



thakuranjna99



Sports and Physical Education



