

## **Welcome to Our Channel**

# **Sports & Physical Education**





**Sports and Physical Education** 



thakuranjna99



**Sports and Physical Education** 





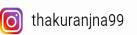




- ☐ Organized camping in India is modelled on the-
- (a) Eastern Example
- (b) Asian Example
- (c) Western Example
- (d) Indigenous Example
- भारत में संगठित शिविर प्रतिरूपित है भारत में संगठित शिविर प्रतिरूपित है भारत में संगठित शिविर प्रतिरूपित है भारत संगठित शिविर प्रतिरूपित है भारत संगठित शिवर प्रतिरूपित है भारत संगठित संगठित शिवर प्रतिरूपित है भारत संगठित संगठित
  - (अ) पूर्वी उदाहरण
  - एंशियन उदाहरण
  - (स) पशिचमी उदाहरण
  - (द) स्थानीय उदाहरण

(d) Indigenous Example









- ☐ Who broke Milkha Singh's 400 m National Record?
- A. Jyotirmoyee Sikendar
- B. Paramjit Singh

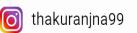
- ☐ मिल्खा सिंह का 400 मीटर राष्ट्रीय रिकॉर्ड किसने तोड़ा?

  परमानियी सिकंदर

  - (ब) परमजीत सिंह
  - (स) शक्ति सिंह
  - (द) ग्लाब चद

**B.** Paramjit Singh









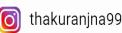
- National Park Service is provided by the
- (a) Govt. Agencies
- (b) Commercial Agencies
- (c) Voluntary Agencies
- (d) Private Agencies
- □ राष्ट्रीय उद्यान सेवा किसके द्वारा प्रदान की जाती है

  भ) सरकारी निकायों

  - (ब) व्यापारिक निकायों
  - (स) स्वैच्छिक निकायों
  - गैरसरकारी निकायों

(a) Govt. Agencies









- Who is known as father of Yoga?
- (a) Swami Shivananda
- (b) Rishi Mahesh Yogi

- च्यागुवा।

  □ योग का पितामह किसे कहा जाता है ?

  ा) स्वामी शिवार

  - (ब) ऋशि महेश योगी
  - (स) स्वामी स्वातमा राम
  - महर्शि पतंजलि

(d) Maharshi Patanjali









- Who declared "Recreation is a matter of motions but not emotions"?
- (a) Ramsay
- (b) Joseph Lee

- (c) Bright bill (d) John Dewey

  □ किसने कहा "मनोरंजन गति का विषय है, न कि भावुकता का" ?
  - (अ) रामसे
  - (ब) जोसेफ ली
  - (स) ब्राइटबिल

(a) Ramsay









- Community Recreation is sponsored by
- (a) Village, town and cities for their residents
- (b) Big Industrial House

- □ सामुदायिक मनोरंजन का जामीनदार होता है

  ा) गाँव, कस्बा व शहर भारे
  बड़े औटणें

  - (ब) बड़े औदयोगिक घर
  - (स) व्यवसायी
  - (द) बड़े संगठन

(a) Village, town and cities for their residents









- What is the major cause of poor posture in children?
- (a) Malnutrition
- (b) Assisted Movement

- ्राज्यां मं खराब अंग विन्यास का मुख्य कारण है?

  ा) कुपोषण
  सहायक गिन

  - (स) खेल गतिविधियों की कमी
  - (द) सख्त कपड़े पहनने से

(a) Malnutrition









- Which of the following factors is not affecting physical fitness?
- (a) Balance diet
- (b) Daily exercise
- (c) Reading and writing
- (d) Sound sleep and rest
- Reading and writing
  Sound sleep and rest

  निम्निलिखित में से कौन-सा कारक शारीरिक स्वस्थता पर प्रभाव नहीं डालता ?
  - सन्त्लित भोजन
  - प्रतिदिन व्यायाम
  - (स) लिखाई और पढ़ाई
  - (द) गहरी निन्द्रा और आराम

(c) Reading and writing







- Which type of age find out by X-rays?
- (a) Physiological age
- (b) Anatomical age
- (d) Psychological age or Mental age
- □ एक्स-रे (x-rays) के माध्यम से कौन सी आयू का पता चलता है ?
- (अ) कायिक आयु (ब) शरीर संरचनात्मक आयु
- (स) कालक्रमिक आयु

(b) Anatomical age









- ☐ Sociologists considered sports as a-
- (a) Survival activities
- (b) Life commitment

- (d) Socio-cultural phenomenon

  ा समाजशास्त्री खेलों को मानते हैं -
  - (अ) जैविक क्रिया
  - जीवनबद्धता
  - प्रेमभाव

(d) Socio-cultural phenomenon









- ☐ The lower or center of gravity in woman makes their movements
- (a) Very unstable
- (b) Speeder

- (c) Slower (d) More stable

  □ महिलाओं में निम्न या केन्द्रीय गुरुत्वाकर्षण उनकी गति को बनाता है ?
- बह्त अस्थाई
- गतिवान
- (स) धीमा
- (द) बह्त स्थाई

(d) More stable







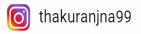
#### ☐ The need of Physical Education is-

- (a) Improve general fitness of people
- (b) Understand human fitness of people
- (c) Preserve natural resources
- (d) Understanding heredity and environment **ा शारीरिक शिक्षा की आवश्यकता है -**
- (अ) लोगों के आम स्वास्थ्य में सुधार (ब) मनुष्यों के सम्बन्धों को समझना (स) प्राकृतिक सम्पदा को बचाना

- (द) आन्वंशिक तथा वातावरण को समझना

(a) Improve general fitness of people









- ☐ Which of the following conditions is not a cause for the occurrence of Plateau in learning?
- (a) Physiological limit

- (b) Monotony
  (c) Distraction
  (d) Fatigue

  □ निम्न में से कौनसी शर्त सीखने में पठार की घटना का कारण नहीं है ?
  - (अ) शारीरिक सीमा
  - एकरसता
  - ट्याकलता
  - थकान

(b) Monotony







- ☐ Father of Naturalism is-
- (a) John Dewey
- (b) Rousseau

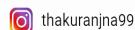
- □ प्रकृतिवाद का जनक किसे माना जाता है ?

  (अ) जॉन डेवी
  'ब) रूसो

  - (द) अरस्तू











- □ Transfer of training is-
- (a) Learning from environment
- (b) Verbal learning in different kinds of situation
- (c) Learning new situation in industry
- (d) Use of all learning from the old situation to a new situation
- □ प्रशिक्षण में स्थानांतरण क्या है ?
- (अ) वातावरण से सीखना
- (ब) विभिन्न अवस्थाओं से मौखिक सीखना
- (स) उदयोग में विभिन्न अवस्थाएँ सीखना
- (द) पुरानी अवस्था से नवीन अवस्था में समस्त सीखों का प्रयोग करना

(d) Use of all learning from the old situation to a new situation





- ☐ Reinforcement theory of motivation is given by-
- (a) Jung
- (b) Herzberg

- □ प्रेरणा का पुनर्बलन का मृत किसने दिया ?

  भ) जंग से

  - (अ) जंग से (ब) हर्जबर्ग ने
  - (स) मैसलो ने
  - स्किनर ने

(d) Skinner







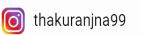


#### □ The Essence of Professional Ethics lie in-

- (a) Acquisition of knowledge
- (b) Development of own personality
- (c) Commitment to profession
- (d) Doing service to society
- Vsical Education □ व्यवसायिक नैतिकता का सत्व (सार) नि
  - (अ) खेलों के ज्ञान को प्राप्त करना
  - (ब) अपने व्यक्तित्व का विकास करना
  - (स) व्यवसाय के प्रति समर्पण
  - (द) समाज सेवा करने के लिए

(c) Commitment to profession









- □ Achievement motivation related to-
- (a) Knowledge of the person
- (b) Aptitude of the person
- (c) Experience of the person
- (d) Need of the person
- hysical Education □ उपलब्धि प्रेरणा किससे सम्बधित है ?
- (अ) व्यक्ति के ज्ञान से
- (ब) व्यक्ति की अभिवृद्धि से
- (स) व्यक्ति के अनुभवं से
- (द) व्यक्ति की आवश्यकता से

(d) Need of the person





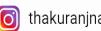




- ☐ In which type of lever, the force is in between weight and fulcrum?
- (a) Type I and II
- (b) Type I
- (c) Type III
- (d) Type II
- Physical Education □ कौन-से उत्तोलक में बल आधार तथा प्रतिरोध के बीच में होता है ?
- (3T) Type I and II
- (ब) Type I
- (स) Type III
- (द) Type II









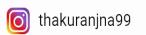


- Who considered the three domains suggested by Bloom et.al. as appropriate objectives of Physical education?
- (a) Harold M. Barrow
- (b) Edward F. Voltmer

- (d) J.R. Sherman

  किसने ब्लूम व उसके साथियों द्वारा सुझाये गये तीन आयामों को शारीरिक शिक्षा के उद्देश्यों के तौर पर उपयुक्त माना ?
  - (अ) हारोल्ड एम.बैरो
  - (ब) एडवर्ड एफ.वाल्टमार
  - (स) चार्ल्स ए. बुचर (द) जे. आर, शरमन









- ☐ Density of bones is greater in-
- (a) Men
- (b) Women

- ाट ADOVE
  □ हड्डियों का घनत्व अधिक होता है
  □ प्रुषों

  - (सी) ए और बी दोनों
  - (डी) उपरोक्त में से कोई नहीं

(a) Men









- What is the primary goal of player on offense in Basketball?
- (a) Dribble
- (b) Score

- □ बास्केट बॉल में ओफेन्स के खिलाड़ी का प्राथमिक लक्ष्य क्या है ?

  अ) ड्रिबल

  - (ब) स्कोर
  - रिबाउण्ड
  - पास









☐ Whom a Govt. Of India awarded Arjuna award, Dronacharya award and Rajiv **Gandhi Khel Ratna Award to?** 

- (a) Prakash Padukone

(c) Ravi Shastri
(d) Mahesh Bhupati

अर्जुन पुरस्कार, द्रोणाचार्य पुरस्कार व राजीव गांधी खेल रत्न पुरस्कार किसी एक को दिये है ?

- (अ) प्रकाश पाद्कोण
- गोपी चंद पुलेला

(b) Gopi Chand Pullela







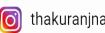


- ☐ 'One Day Wonders' book wrote by-
- (a) Mo. Azruddin
- (b) Kapil Dev
- (c) Sunil Gavaskar
- □ 'वन डे वन्डर्स' पुस्तक के रचिता खिलाड़ी है 
  (अ) मो. अजरुद्दीन
  (ब) कपिल टेट

  - (ब) कपिल देव
  - (स) सुनील गावस्कर (द) अजित वाडेकर

(c) Sunil Gavaskar









3

☐ Match List-I with List-II and select the correct option using the codes given below: सूची-। को सूची-।। के साथ सुमेलित करें और नीचे दिए गए कूट का प्रयोग कर सही विकल्प का चयन करें:

List-I		List-I	List-II		
(i) 1968 (ii) 1972 (iii) 1964 (iv) 1976		1. Tol 2. Me 3. Mu 4. Mo	1. Tokyo(टोक्यो ) 2. Mexico(मेक्सिको ) 3. Munich(म्यूनिख ) 4. Montreal(मॉन्ट्रियल)		
1	Ш	Ш	IV		
(a) 2	3	1	4		
(b) 2	1	3	4		
(c) 1	2	3	4		
(d) 1	4	2	3		





- ☐ Philosopher known as the father of the Philosophy of Idealism-
- (a) Aristotle
- (b) Rousseau

- (c) Plato
  (d) Darwin **प्रतिशास्त्री जिन्हें आदर्शवाद का जन्मदाता कहा जाता है ?**











- ☐ In which two growth periods of a human being is rapid growth rate observed?
- (a) Infancy and adolescence
- (b) Adulthood and old age

- (c) Infancy and childhood
  (d) Adolescence and old age

  □ मनुष्य की किन दो विकास अविधयों में तीव्र वृद्धि दर देखी जाती है?
- (ए) शेशवावस्था और किशोरावस्था
- (बी) वयस्कता और वृद्धावस्था (सी) बचपन और बचपन
- (डी) किशोरावस्था और वृद्धावस्था

(c) Infancy and childhood









- Meaning of "Psyche" is -
- (a) Science
- (b) Behavior

- □ "साइको" का अर्थ है ?

  ा) विज्ञान

  - व्यवहार
  - आत्मा
  - अध्ययन











- ☐ "Psychology as Scientific study of behaviour and mental process of Humans and other animals" according to -
- (a) Crooks and Stein
- (b) Jackson

- □ "मनोविज्ञान मनुष्य व अन्य प्राणियों के आचरण और मानसिक प्रक्रियाओं का वैज्ञानिक अध्ययन है।" | किसके अनुसार ?

  ) कुकस और मने⊐

(a) Crooks and Stein









- Negative transfer of learning means –
- (a) No learning
- (b) Obstruction in learning

- ्र गणात्मक सीखने का स्थानान्तरण कहलाता है ?

  ा) कुछ न सीखना सीखने में

  - ब) सीखने में बाधा
  - (स) बायें हाथ से सीखना
  - (द) गलत कौशल सीखना

(b) Obstruction in learning









- □ The main factor affecting personality is -
- (a) Family
- (b) Heredity and Environment
- (c) Economic Condition
- (d) Social Factor
- Vsical Education व्यक्तित्व को प्रभावित करने वाला मुख्य कारक-
- परिवार
- वंशान्क्रम एवं वातावरण
- (स) आर्थिक स्थिति
- (द) सामाजिक कारक

(b) Heredity and Environment









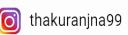
- □ The most effective public relation in Physical Education and Sports is -
- (a) Parent- Teacher Meeting
- (b) Activity Exhibitions

- (c) Sports Competitions
  (d) Television Programs

  ा शारीरिक शिक्षा व खेलों में सबसे प्रभावी जन-संपक्र है ?
- (अ) अभिभावक अध्यापक सभा
- (ब) गतिविधि प्रदर्शक
- (स) खेल प्रतियोगिता
- (द) दूरदर्शन कार्यक्रम

(c) Sports Competitions









- ☐ The Primary focus of Supervision must always be the-
- (a) Improving learning Situation
- (b) Equipment Management

- (c) Competition Programme (d) Maintenance of Records

  पर्यवेक्षण का मुख्य ध्यान केन्द्रित होना चाहिए-
  - (अ) सीखने की स्थिति में सुधार
- (ब) उपकरणों का प्रबंध
- (स) प्रतिस्पर्धा कार्यक्रम
- रिकार्डस का रखरखाव

(a) Improving learning Situation









- ☐ The most ideal formation for teaching skill is-
- (a) Single line
- (b) File

- □ शिक्षण कौशल के लिये सबसे आदर्श बनावट/रचना है ?

  भ) एकल रेखा
  पंक्ति

(c) Semi Circle









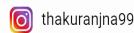
- ☐ Mass physical activity classes organized by the use of-
- (a) Command method
- (b) Demonstration method

- (c) Group-directed practice method
  (d) Discussion method

  े शारीरिक संचार गतिविधि कक्षाएँ किसके उपयोग द्वारा बेहतर ढंग से संगठित होती है?
- (अ) आदेश पद्धति (ब) प्रदर्शन पद्धति
- (स) समूह-निर्देशित अभ्यास पद्धति (द) विचार-विमर्श पद्धति

(a) Command method









- □ Essential principle of organization is -
- (a) To make money
- (b) Name and frame of organization ical Education
- (c) Departmentation
- (d) Job opportunities
- □ संगठन का आवश्यक
- सगठन का नाम व ढाँचा
- विभागीय
- रोजगार अवसर

(b) Name and frame of organization









- ☐ A statement of General and Specific goals attained by the learner under the guidance of teacher is called-
- (a) Teaching outline
- (b) Teaching philosophy

- (c) Lesson plan (d) Assignment पक वक्तव्य, जिसमें कि शिक्षार्थी, अध्यापक के निर्देशन में सामान्य और विशिष्ट लक्ष्य प्राप्त करता कहलाता है ?
- (अ) शिक्षा की बाह्य रेखा
- शिक्षा दर्शन
- पाठ योजना
- कार्यभार











- Reaction ability and acceleration ability are the forms of-
- (a) Flexibility
- (b) Agility

- □ प्रतिक्रिया योग्यता और त्वरण योग्यता इस रूप में है?

  भ) लचीलापन

  े चपटारा

  - (ब) चपलता
  - (स) सहनशक्ति

(d) Speed









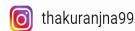


- ☐ Aim of Transition period is-
- (a) To get performance
- (b) To get supercompensation
- (c) Recreation
- (d) To get recovery
- ical Education विश्राम (संक्रमण) काल का उद्देशय होता है ?

- मॅनोरंजन
- रिकवरी प्राप्त करना

(d) To get recovery









- ☐ Strength can be measure by using of-
- (a) Dynamometer
- (b) Stadiometer
- (c) Goniometer
- (d) Skin fold calliper
- ) Goniometer d) Skin fold calliper ताकत को इनमें से किसके द्वारा मापा जाता है ?
- (अ) डायनेमोमीटर
- (ब) स्टेडीयोमीटर
- गोनियोमीटर
- स्किनफोल्ड कैलीपर

(a) Dynamometer









- ☐ It is unit for measuring energy-
- (a) Milligram
- (b) Kilogram

- □ यह ऊर्जा मापने की इकाई है ?

  प) मिलिग्राम
  किरोप

  - किलोग्राम
  - कैलोरी
  - ग्राम













- □ Nephron is a microscopic structure of-
- (a) Lungs
- (b) Heart

- **□ नेफ्रॉन सूक्ष्म संरचना है** –

  (अ) फेफड़ो की

  'ब) हटरा =

  - (ब) हृदय की

  - (स) गुर्दे की (द) जिगर की











- ☐ "Health Education is the sum of all those experiences in school and elsewhere, that favorably influence habits, attitudes and knowledge related to individual, community and social health. Who defined?
- (a) Thomas wood

- (b) Sophic
  (c) WHO Technical Committee.
  (d) N. R. Somers

  □ "स्वास्थ्य शिक्षा स्कूल व दूसरी जगहों पर हुई उन सारे अनुभवों का निचोड़ है जो कि व्यक्ति समुदाय व समाज के स्वास्थ्य से जुड़ी आदतों, अभिवृत्तियों और ज्ञान पर सुखद प्रभाव डालती है।" किसने इस परिभाषित किया ?
- (अ) थामस व्ड
- विश्व स्वास्थ्य संगठन की तकनीकि समिति
- (द) एन. आर. सोमर्स

(a) Thomas wood







- ☐ Vital capacity measured by-
- (a) Lactometer
- (b) Thermometer

- (c) Goniometer (d) Spirometer □ जैव धारिता को किसके द्वारा मापा जा सकता है ?
- (अ) लेक्टोमीटर
- थर्मोमीटर
- गोनियोमीटर
- स्पाइरोमीटर

(d) Spirometer









- ☐ The study of muscles in called-
- (a) Osteology
- (b) Arthrology

- ा मांसपेशियों का अध्ययन कहलाता है ?

  ा) ओस्टियोलॉजी

  - (ब) ऑथ्रोलॉजी
  - मायोलॉजी











- Idealism bases on -
  - (a) Thinking
  - (b) Idea
- आदर्शवाद पर आधारित है -
- (अ) सोच
- विचार
- व्यवहार
- मन







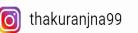




- ☐ Physical education develops the personality of an individual under-
- (a)Idealism
- (b) Naturalism
- (e) Pragmatism
- (d) Humanism
- शारीरिक शिक्षा व्यक्ति के व्यक्तित्व का विकास करती हैआदर्शवाद
- (अ) आदर्शवाद
- व्यावहारिकता
- मानवतावाद







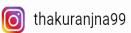




- Where are world athletics championship 2022 being held?
- A. London, UK
- B. Doha, Qatar
- C. Eugene, USA
- D. Tokyo, Japan
- Eugene, USA Tokyo, Japan विश्व एथलेटिक्स चैंपियनशिप 2022 कहाँ आयोजित की जा रही है?
- A. लंदन, यूके
- B. दोहा, कतार
- C. यूजीन, यूएसए D. टोक्यो, जापान

C. Eugene, USA









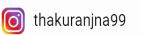
- ☐ Who became first Indian athlete to win a medal in world athletics championships?
- A. Neeraj Chopra
- B. Anju Bobby George

- C. Annu Rani
  D. Avinash Sable

  ☐ विश्व एथलीट चैंपियनशिप में पदक जीतने वाले पहले भारतीय एथलीट कौन बने?
- A. नीरज चोपड़ा
- B. अंजू बॉबी जॉर्ज
- C. अन्न रानी

B. Anju Bobby George





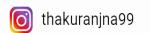




- What was the distance of the best throw of Javelin by Neeraj Chopra in World Athlete Championship 2022 final?
- A. 82.39 m
- B. 86.37 m

- D. 00.37 III
   C. 88.13 m
   D. 89.10 m
   □ विश्व एथलीट चैंपियनशिप 2022 के फाइनल में नीरज चोपड़ा द्वारा भाला फेंक के सर्वश्रेष्ठ थ्रो की दूरी कितनी थी?
- A. 82.39 वर्ग मीटर
- B. 86.37 वर्ग मीटर
- C. 88.13 वर्ग मीटर
- D. 89.10 वर्ग मीटर

C. 88.13 m







# Thank You for Watching



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



thakuranjna99



**Sports and Physical Education** 



