

## DU BSc Physical Education N Sports Sciences

Topic:- PE BDC S2

### 1) Elevation helps reduce injury by

घायल शरीर के हिस्से को उठाने से चोट को कम करने में मदद मिलती है

[Question ID = 8244]

1. Helping to support the weight of the limb/अंग के वजन का समर्थन करने में मदद करना [Option ID = 32970]
2. Allowing white blood cells to be released to fight infection/संक्रमण से लड़ने के लिए श्वेत रक्त कोशिकाओं को छोड़ना [Option ID = 32971]
3. Reducing blood flow to the area/क्षेत्र में रक्त के प्रवाह को कम करना [Option ID = 32972]
4. Increasing blood flow to the area/क्षेत्र में रक्त का प्रवाह बढ़ाना [Option ID = 32973]

Correct Answer :-

- Reducing blood flow to the area/क्षेत्र में रक्त के प्रवाह को कम करना [Option ID = 32972]

### 2) An ankle sprain is an example of which type of injury

टखने की मोच किस प्रकार की चोट का एक उदाहरण है

[Question ID = 8245]

1. Skin/त्वचा [Option ID = 32974]
2. Soft tissue/नरम ऊतक [Option ID = 32975]
3. Hard tissue/कठिन ऊतक [Option ID = 32976]
4. Epithelial tissue /उपकला ऊतक [Option ID = 32977]

Correct Answer :-

- Soft tissue/नरम ऊतक [Option ID = 32975]

### 3) Which one among the following elements/ions is essential in small quantities for development of healthy teeth but causes mottling of the teeth if consumed in higher quantities?

स्वस्थ दांतों के विकास के लिए निम्नलिखित में से कौन सा तत्व / आयन कम मात्रा में आवश्यक है, लेकिन अधिक मात्रा में सेवन करने पर दांतों में खराबी आती है?

[Question ID = 8246]

1. Iron/आयरन  
[Option ID = 32978]
2. Chloride/क्लोराइड  
[Option ID = 32979]
3. Fluoride/फ्लोराइड  
[Option ID = 32980]
4. Potassium/पोटेशियम  
[Option ID = 32981]

Correct Answer :-

- Fluoride/फ्लोराइड  
[Option ID = 32980]

### 4) The vitamin necessary for coagulation of blood is

रक्त के जमाव के लिए आवश्यक विटामिन है

[Question ID = 8247]

1. Vitamin B/विटामिन बी [Option ID = 32982]
2. Vitamin C/विटामिन सी [Option ID = 32983]
3. Vitamin K/विटामिन के [Option ID = 32984]
4. Vitamin E. /विटामिन ई [Option ID = 32985]

Correct Answer :-

- Vitamin K/विटामिन के [Option ID = 32984]

### 5) Besides carbohydrates, a major source of energy in our food is constituted by

कार्बोहाइड्रेट के अलावा, हमारे भोजन में ऊर्जा का एक प्रमुख स्रोत है

[Question ID = 8248]

1. Proteins/प्रोटीन [Option ID = 32986]
2. Fats/वसा [Option ID = 32987]
3. Minerals/खनिज [Option ID = 32988]
4. Vitamins/विटामिन [Option ID = 32989]

Correct Answer :-

- Fats/वसा [Option ID = 32987]

6) Which of the following is a water-soluble vitamin and hence is required to be taken every day?

निम्नलिखित में से कौन सा पानी में घुलनशील विटामिन है और इसलिए इसे हर दिन लेना आवश्यक है?

[Question ID = 8249]

1. Vitamin D/विटामिन डी [Option ID = 32990]
2. Vitamin C/विटामिन सी [Option ID = 32991]
3. Vitamin K/विटामिन के [Option ID = 32992]
4. Vitamin A/विटामिन ए [Option ID = 32993]

Correct Answer :-

- Vitamin C/विटामिन सी [Option ID = 32991]

7) Which of the following has the highest calorific value?

निम्नलिखित में से किसका उच्चतम कैलोरी मान है?

[Question ID = 8250]

1. Carbohydrates/कार्बोहाइड्रेट [Option ID = 32994]
2. Fats/वसा [Option ID = 32995]
3. Proteins/प्रोटीन [Option ID = 32996]
4. Vitamins/विटामिन [Option ID = 32997]

Correct Answer :-

- Fats/वसा [Option ID = 32995]

8) The amount of Blood comes out from ventricle, per minute is called?

वेंट्रिकल से रक्त की मात्रा कितनी निकलती है, प्रति मिनट कहा जाता है?

[Question ID = 8251]

1. Cardiac cycle/हृदय चक्र [Option ID = 32998]
2. Cardiac output/कार्डियक आउटपुट [Option ID = 32999]
3. Cardiac volume/कार्डियक वॉल्यूम [Option ID = 33000]
4. Ventricle volume/वेंट्रिकल की मात्रा [Option ID = 33001]

Correct Answer :-

- Cardiac output/कार्डियक आउटपुट [Option ID = 32999]

9) The cause of postural defects / deformities is?

शरीर स्थिति-दोष / विकृति का कारण है?

[Question ID = 8252]

1. Balanced diet/संतुलित आहार  
[Option ID = 33002]
2. Malnutrition/कुपोषण  
[Option ID = 33003]
3. Extra diet/अतिरिक्त आहार  
[Option ID = 33004]
4. Sickness/बीमारी  
[Option ID = 33005]

Correct Answer :-

- Malnutrition/कुपोषण  
[Option ID = 33003]

10) During muscular contraction, if there is no change in the size of muscle, this contraction is

मांसपेशियों के संकुचन के दौरान, यदि मांसपेशियों के आकार में कोई परिवर्तन नहीं होता है, तो यह संकुचन कहा जाता है-

[Question ID = 8253]

1. Isometric/आइसोमेट्रिक [Option ID = 33006]
2. Isotonic/आइसोटोनिक [Option ID = 33007]
3. Isokinetic/आइसोकिनेटिक [Option ID = 33008]
4. Kinetic/काइनेटिक [Option ID = 33009]



Correct Answer :-

- Isometric/आइसोमेट्रिक [Option ID = 33006]

11) The PNF method of developing flexibility was developed by

लचीलेपन को विकसित करने का पीएनएफ तरीका किसके द्वारा विकसित किया गया था

[Question ID = 8254]

1. Kenneth Cooper/केनिथ कूपर [Option ID = 33010]
2. Edward L. Fox/एडवर्ड एल. फॉक्स [Option ID = 33011]
3. Frank W. Dick/फ्रैंक डब्ल्यू. डिक [Option ID = 33012]
4. H. Kabat/एच. काबट [Option ID = 33013]

Correct Answer :-

- H. Kabat/एच. काबट [Option ID = 33013]

12) The ability to realize the position of the body or it's part in space and time is called

शरीर की स्थिति या अंतरिक्ष और समय में इसके हिस्से को महसूस करने की क्षमता को कहा जाता है

[Question ID = 8255]

1. Balance Ability/संतुलन क्षमता [Option ID = 33014]
2. Differentiation Ability/भेदभाव की क्षमता [Option ID = 33015]
3. Jumping ability in space/अंतरिक्ष में कूदने की क्षमता [Option ID = 33016]
4. Orientation Ability/अभिदिन्यास क्षमता [Option ID = 33017]

Correct Answer :-

- Orientation Ability/अभिदिन्यास क्षमता [Option ID = 33017]

13) What is manufactured from the iron that we obtain from our diet?

हमारे आहार से प्राप्त होने वाले लोहे से क्या निर्मित होता है?

[Question ID = 8256]

1. Blood cells/रक्त कोशिकाओं [Option ID = 33018]
2. Hemoglobin/हीमोग्लोबिन [Option ID = 33019]
3. Bone Marrow/अस्थि मज्जा [Option ID = 33020]
4. Protoplasm/प्रोटोप्लाज्म [Option ID = 33021]

Correct Answer :-

- Hemoglobin/हीमोग्लोबिन [Option ID = 33019]

14) In Female Athletes Triad Osteoporosis, the mass of bone is reduced and is caused by low levels of

महिला एथलीट ट्रायड ऑस्टियोपोरोसिस में, हड्डी का द्रव्यमान कम होता है और निम्न स्तर के कारण होता है

[Question ID = 8257]

1. Estrogen/एस्ट्रोजन [Option ID = 33022]
2. Calcium/कैल्शियम [Option ID = 33023]
3. Vitamin-D/विटामिन-डी [Option ID = 33024]
4. Minerals/खनिज [Option ID = 33025]

Correct Answer :-

- Estrogen/एस्ट्रोजन [Option ID = 33022]

15) Which of the following statements is true about menstruation?

मासिक धर्म के बारे में निम्नलिखित में से कौन सा कथन सही है?

[Question ID = 8258]

1. In a normal 28 day menstrual cycle you would expect menstruation to last approximately 1 3-15 days./एक सामान्य 28 दिन के मासिक धर्म में आप मासिक धर्म की उम्मीद लगभग 1 से 3-15 दिनों तक करेंगे [Option ID = 33026]
2. During menstruation the entire endometrium is shed./मासिक धर्म के दौरान पूरे एंडोमेट्रियम को बहाया जाता है [Option ID = 33027]
3. During menstruation only the functional layer of the endometrium is shed, with the basal layer remaining intact./मासिक धर्म के दौरान एंडोमेट्रियम की केवल कार्यात्मक परत को बहाया जाता है, जिसमें बेसल परत शेष रहती है [Option ID = 33028]
4. Absence of menstruation always indicates an active pregnancy/मासिक धर्म की अनुपस्थिति हमेशा एक सक्रिय गर्भावस्था को इंगित करती [Option ID = 33029]

Correct Answer :-

- During menstruation only the functional layer of the endometrium is shed, with the basal layer remaining intact./मासिक धर्म के दौरान एंडोमेट्रियम की केवल कार्यात्मक परत को बहाया जाता है, जिसमें बेसल परत शेष रहती है [Option ID = 33028]

16) How many byes will be given in upper half and lower half if the number of teams participating in a competition is 9?

यदि किसी प्रतियोगिता में भाग लेने वाली टीमों की संख्या 9 है, तो ऊपरी आधे और निचले आधे हिस्से में कितने बाईज़ दिए जाएंगे?

[Question ID = 8259]

1. Upper half three and lower half four/ऊपरी आधा तीन और निचला आधा चार [Option ID = 33030]
2. Upper half four and lower half three/ऊपरी आधा चार और निचला आधा तीन [Option ID = 33031]
3. Upper half five and lower half two/ऊपरी आधा पाँच और निचला आधा दो [Option ID = 33032]
4. Upper half two and lower half five/ऊपरी आधा दो और निचला आधा पाँच [Option ID = 33033]



Correct Answer :-

- Upper half three and lower half four/ऊपरी आधा तीन और निचला आधा चार [Option ID = 33030]

17) How many numbers of matches will be played in first round of single elimination tournament with 11 teams?

11 टीमों के साथ एकल उन्मूलन टूर्नामेंट के पहले दौर में कितने मैच खेले जाएंगे

[Question ID = 8260]

1. 2 [Option ID = 33034]
2. 3 [Option ID = 33035]
3. 4 [Option ID = 33036]
4. 5 [Option ID = 33037]

Correct Answer :-

- 3 [Option ID = 33035]

18) The amount of force a muscle can exert is known as

एक मांसपेशी को कितना बल मिल सकता है, उसे क्या कहा जाता है?

[Question ID = 8261]

1. Muscular Endurance/मांसपेशियों का धीरज [Option ID = 33038]
2. Muscular Strength/मांसपेशियों की मजबूती [Option ID = 33039]
3. Flexibility/लचीलापन [Option ID = 33040]
4. Body composition/शारीरिक संरचना [Option ID = 33041]

Correct Answer :-

- Muscular Endurance/मांसपेशियों का धीरज [Option ID = 33038]

19) Running, Swimming, and Biking are what kind of activity?

दौड़ना, तैरना और बाइक चलाना किस तरह की गतिविधि है?

[Question ID = 8262]

1. Anaerobic/एनारोबिक [Option ID = 33042]
2. Dynamic/गतिशील [Option ID = 33043]
3. Aerobic/एरोबिक [Option ID = 33044]
4. Static/स्टैटिक [Option ID = 33045]

Correct Answer :-

- Aerobic/एरोबिक [Option ID = 33044]

20) What is one benefit gained from physical activity will benefit your cardiovascular system?

शारीरिक गतिविधि से प्राप्त एक लाभ आपके हृदय प्रणाली को क्या लाभ होगा?

[Question ID = 8263]

1. Reduce Stress/तनाव कम करें [Option ID = 33046]
2. Manage Stress/तनाव का प्रबंधन करें [Option ID = 33047]
3. Increase Resting heart rate/आराम दिल की दर बढ़ाएँ [Option ID = 33048]
4. Allows heart to pump blood more efficiently/हृदय को अधिक कुशलता से रक्त पंप करने की अनुमति देता है [Option ID = 33049]

Correct Answer :-

- Allows heart to pump blood more efficiently/हृदय को अधिक कुशलता से रक्त पंप करने की अनुमति देता है [Option ID = 33049]

21) What is the number of Games of The Olympiad - Tokyo 2020

ओलंपियाड के खेलों की संख्या कितनी है - टोक्यो 2020

[Question ID = 8264]

1. XXXII [Option ID = 33050]
2. XXXI [Option ID = 33051]
3. XXX [Option ID = 33052]
4. XXIX [Option ID = 33053]

Correct Answer :-

- XXXII [Option ID = 33050]

22) The Butterfly Stroke is related with which game?

तितली खेल कौशल किस खेल से संबंधित है?

[Question ID = 8265]

1. Kho-Kho/खो-खो [Option ID = 33054]
2. Kabaddi/कबड्डी [Option ID = 33055]
3. Swimming/तैराकी [Option ID = 33056]
4. Cycling/सायकलिंग [Option ID = 33057]

Correct Answer :-

- Swimming/तैयकी [Option ID = 33056]

23) The Somatotype in physical education is used for

शारीरिक शिक्षा में सोमेटोटाइप का उपयोग क्यों किया जाता है

[Question ID = 8266]

1. Lean body type./दुबला शरीर का प्रकार [Option ID = 33058]
2. Fatty body type./फैटी शरीर का प्रकार [Option ID = 33059]
3. Study of body type./शरीर के प्रकार का अध्ययन [Option ID = 33060]
4. Study of school students./स्कूल के छात्रों का अध्ययन [Option ID = 33061]

Correct Answer :-

- Study of body type./शरीर के प्रकार का अध्ययन [Option ID = 33060]

24) The women Gymnastics was included in Olympics game in which year?

महिला जिमनास्टिक को ओलंपिक खेलों में किस वर्ष शामिल किया गया था?

[Question ID = 8267]

1. 1928 [Option ID = 33062]
2. 1924 [Option ID = 33063]
3. 1920 [Option ID = 33064]
4. 1912 [Option ID = 33065]

Correct Answer :-

- 1928 [Option ID = 33062]

25) Which type of fitness in senior citizens is measured by Eight foot up and go test?

वरिष्ठ नागरिकों में किस प्रकार की फिटनेस को आठ फुट ऊपर और परीक्षण द्वारा मापा जाता है?

[Question ID = 8268]

1. Strength/शक्ति [Option ID = 33066]
2. Lower body strength/शरीर के नीचे अंग की ताकत [Option ID = 33067]
3. Agility/चपलता [Option ID = 33068]
4. Lower body endurance/शरीर के नीचे अंग का धीरज [Option ID = 33069]

Correct Answer :-

- Agility/चपलता [Option ID = 33068]

26) To recede, rule of direction used in which sports.

"दूर जाना के लिए, किस खेल में नियम दिशा का उपयोग किया जाता है

[Question ID = 8269]

1. Kho-Kho/खो-खो [Option ID = 33070]
2. Fencing/बाड़ लगाना [Option ID = 33071]
3. Badminton/बैडमिंटन [Option ID = 33072]
4. Golf/गोल्फ [Option ID = 33073]

Correct Answer :-

- Kho-Kho/खो-खो [Option ID = 33070]

27) Lack of Vitamin B 12 results in

विटामिन बी 12 की कमी से परिणाम होता है

[Question ID = 8270]

1. Scurvy/स्कर्वी [Option ID = 33074]
2. Beri-beri/बेरी-बेरी [Option ID = 33075]
3. Pernicious Anemia/अनीमिया एनीमिया [Option ID = 33076]
4. Angular Stomatitis/कोणीय स्टोमेटाइटिस [Option ID = 33077]

Correct Answer :-

- Pernicious Anemia/अनीमिया एनीमिया [Option ID = 33076]

28) The Harvard Step test is to measure

हार्वर्ड स्टेप टेस्ट को मापने के लिए है

[Question ID = 8271]

1. Speed/गति [Option ID = 33078]
2. Flexibility/लचीलापन [Option ID = 33079]
3. Coordinative ability/समन्वयक क्षमता [Option ID = 33080]
4. Cardio vascular endurance/हृदय की मजबूती [Option ID = 33081]

Correct Answer :-

- Cardio vascular endurance/हृदय की मजबूती [Option ID = 33081]



29) The bent knee sit up test is measured within a time of

मुड़े हुए घुटने -बैठो के परीक्षण के लिए समय

[Question ID = 8272]

1. 30 sec./30 सेकंड [Option ID = 33082]
2. 60 sec./60 सेकंड [Option ID = 33083]
3. 90 sec./90 सेकंड [Option ID = 33084]
4. 120 sec./120 सेकंड [Option ID = 33085]

Correct Answer :-

- 60 sec./60 सेकंड [Option ID = 33083]

30) Ardha Matsyendrasana is helpful in the treatment of

अर्द्ध- मत्स्येन्द्रासन के उपचार में सहायक है

[Question ID = 8273]

1. Hypertension/उच्च रक्तचाप [Option ID = 33086]
2. Asthma/अस्थमा [Option ID = 33087]
3. Back pain/पीठ दर्द [Option ID = 33088]
4. Bulimia/बुलिमिया [Option ID = 33089]

Correct Answer :-

- Back pain/पीठ दर्द [Option ID = 33088]

31) The Carbohydrate normally constitute the healthy diet in percentage of food is

कार्बोहाइड्रेट भोजन के प्रतिशत में सामान्य रूप से स्वस्थ आहार है

[Question ID = 8274]

1. 50 % [Option ID = 33090]
2. 60-65 % [Option ID = 33091]
3. 60 % [Option ID = 33092]
4. 70-75 % [Option ID = 33093]

Correct Answer :-

- 60-65 % [Option ID = 33091]

32) The 2024 Olympics games will be held at

2024 का ओलंपिक खेल किस स्थान पर आयोजित किया जाएगा?

[Question ID = 8275]

1. Ankara/अंकारा [Option ID = 33094]
2. Los Angeles/लॉस एंजेलिस [Option ID = 33095]
3. Paris/पेरिस [Option ID = 33096]
4. Tokyo/टोक्यो [Option ID = 33097]

Correct Answer :-

- Los Angeles/लॉस एंजेलिस [Option ID = 33095]

33) The distance of " D" or shooting circle from goal in hockey is

हॉकी में लक्ष्य से "डी" या शूटिंग सर्कल की दूरी है

[Question ID = 8276]

1. 14.53 m/14.53 मी [Option ID = 33098]
2. 14.63 m/14.63 मी [Option ID = 33099]
3. 15.53 m/15.53 मी [Option ID = 33100]
4. 15.63 m/15.63 मी [Option ID = 33101]

Correct Answer :-

- 14.63 m/14.63 मी [Option ID = 33099]

34) The VO2 max is related to

VO2 मैक्स का संबंध किससे है

[Question ID = 8277]

1. Anaerobic capacity/अवायवीय क्षमता [Option ID = 33102]
2. Aerobic capacity/एरोबिक क्षमता [Option ID = 33103]
3. Muscles explosive capacity/मांसपेशियां विस्फोटक क्षमता [Option ID = 33104]
4. Nervous capacity/घबराहने की क्षमता [Option ID = 33105]

Correct Answer :-

- Aerobic capacity/एरोबिक क्षमता [Option ID = 33103]

35) What is circumference of the football

फुटबॉल की परिधि क्या है

[Question ID = 8278]

1. 66-70cm/66-70 से.मी. [Option ID = 33106]
2. 68-70cm/68-70 से.मी. [Option ID = 33107]
3. 70-72cm/70-72 से.मी. [Option ID = 33108]
4. 70-74cm/70-74 से.मी. [Option ID = 33109]

Correct Answer :-

- 68-70cm/68-70 से.मी. [Option ID = 33107]

36) What is the height and width of goal post of Handball

हैंडबॉल की गोल पोस्ट की ऊंचाई और चौड़ाई कितनी है

[Question ID = 8279]

1. 3m X 3m/3X3 मी [Option ID = 33110]
2. 2m X 3m/2X3 मी [Option ID = 33111]
3. 2.5m X 3m/2.5X3 मी [Option ID = 33112]
4. 3m X 4m/3X4 मी [Option ID = 33113]

Correct Answer :-

- 2m X 3m/2X3 मी [Option ID = 33111]

37) What is the minimum distance of free zone around the volleyball court

वॉलीबॉल कोर्ट के चारों ओर मुक्त क्षेत्र की दूरी क्या है

[Question ID = 8280]

1. 3 m/3 मी [Option ID = 33114]
2. 3.5m/3.5 मी [Option ID = 33115]
3. 2.5m/2.5 मी [Option ID = 33116]
4. 2 m/2 मी [Option ID = 33117]

Correct Answer :-

- 3 m/3 मी [Option ID = 33114]

38) Who is the Interim President / Chairmen of International Cricket Council.

अंतर्राष्ट्रीय क्रिकेट परिषद के अंतरिम अध्यक्ष कौन हैं

[Question ID = 8281]

1. Manohar Shashank / मनोहर शशांक [Option ID = 33118]
2. Anurag Thakur / अनुराग ठाकुर [Option ID = 33119]
3. Justin Langer / जस्टिन लेंगर [Option ID = 33120]
4. Imran Khawaja / इमरान ख्वाजा [Option ID = 33121]

Correct Answer :-

- Manohar Shashank / मनोहर शशांक [Option ID = 33118]

39) The Khelo India Youth Games (KIYG), held annually in two age categories are-

खेलो इंडिया यूथ गेम्स, प्रतिवर्ष दो आयु वर्गों में आयोजित की जाती हैं

[Question ID = 8282]

1. Under-16 and under-20 years. / अंडर -16 और अंडर -20 साल [Option ID = 33122]
2. Under-17 and under-20 years. / अंडर -17 और अंडर -20 साल [Option ID = 33123]
3. Under-17 and under-21 years. / अंडर -17 और अंडर -21 वर्ष [Option ID = 33124]
4. Under-16 and under-19 years. / अंडर -16 और अंडर -19 साल [Option ID = 33125]

Correct Answer :-

- Under-17 and under-21 years. / अंडर -17 और अंडर -21 वर्ष [Option ID = 33124]

40) The Hospitality committee in sports competition is for

खेल प्रतियोगिता में आतिथ्य समिति किसके लिए है

[Question ID = 8283]

1. Receive the guests/मेहमानों को प्राप्त करें [Option ID = 33126]
2. Arrange for accommodation and food/आवास और भोजन की व्यवस्था क [Option ID = 33127]
3. Arrange for play field facilities/खेल मैदान की सुविधाओं की व्यवस्था करें [Option ID = 33128]
4. Taking the guests for touring/मेहमानों को भ्रमण के लिए ले जाना [Option ID = 33129]

Correct Answer :-

- Arrange for accommodation and food/आवास और भोजन की व्यवस्था क [Option ID = 33127]

41) How many byes will be given if 19 teams are participating in a tournament

यदि एक टूर्नामेंट में 19 टीमों भाग ले रही हैं तो कितने बाईज दिए जाएंगे



[Question ID = 8284]

1. 9 [Option ID = 33130]
2. 11 [Option ID = 33131]
3. 13 [Option ID = 33132]
4. 15 [Option ID = 33133]

Correct Answer :-

- 13 [Option ID = 33132]

42) \_\_\_\_\_ is usually interpreted as a process to develop a strategy to achieve desired objectives to solve problem and to facilitate action

\_\_\_\_\_ को आमतौर पर समस्या को हल करने और कार्रवाई को सुविधाजनक बनाने के लिए वांछित उद्देश्यों को प्राप्त करने के लिए एक रणनीति विकसित करने के लिए एक प्रक्रिया के रूप में व्याख्या की जाती है

[Question ID = 8285]

1. Intramural/इंट्राम्युलर [Option ID = 33134]
2. Extramular/एक्सट्राम्युलर [Option ID = 33135]
3. Tournament/टूर्नामेंट [Option ID = 33136]
4. Planning/योजना [Option ID = 33137]

Correct Answer :-

- Planning/योजना [Option ID = 33137]

43) The deficiency of vitamin C may cause

विटामिन सी की कमी हो सकती है

[Question ID = 8286]

1. Loss of leucocytes/ल्यूकोसाइट्स का नुकसान [Option ID = 33138]
2. Grey hair/ग्रे बाल [Option ID = 33139]
3. Scurvy/स्कर्वी [Option ID = 33140]
4. Impaired growth/बिगड़ा हुआ विकास [Option ID = 33141]

Correct Answer :-

- Scurvy/स्कर्वी [Option ID = 33140]

44) A cut through the skin that is made during surgery is called

सर्जरी के दौरान होने वाली त्वचा के माध्यम से एक कट कहा जाता है

[Question ID = 8287]

1. Laceration/पंजु बनाना [Option ID = 33142]
2. Abrasion/घर्षण [Option ID = 33143]
3. Bruise/खरोंच [Option ID = 33144]
4. Incision/चीस [Option ID = 33145]

Correct Answer :-

- Incision/चीस [Option ID = 33145]

45) Which of the following is not a essential amino acid

निम्नलिखित में से कौन सा एक आवश्यक अमीनो एसिड नहीं है

[Question ID = 8288]

1. Histidine/हिस्टीन [Option ID = 33146]
2. Leucine/ल्यूसीन [Option ID = 33147]
3. Valine/वैलिन [Option ID = 33148]
4. Tyrosine/टाइरोसिन [Option ID = 33149]

Correct Answer :-

- Tyrosine/टाइरोसिन [Option ID = 33149]

46) Which of the following vitamin helps in iron absorption

निम्नलिखित में से कौन सा विटामिन लोहे के अवशोषण में मदद करता है

[Question ID = 8289]

1. B12/बी 12 [Option ID = 33150]
2. B6/बी -6 [Option ID = 33151]
3. C/सी [Option ID = 33152]
4. A/ए [Option ID = 33153]

Correct Answer :-

- C/सी [Option ID = 33152]

47) If you wish to measure your grandfathers lower body flexibility which test would you suggest



यदि आप अपने दादा के शरीर के लचीलेपन को मापना चाहते हैं, तो आप कौन सा परीक्षण सुझाएंगे

[Question ID = 8290]

1. Chair stand test/चेयर स्टैंड टेस्ट [Option ID = 33154]
2. Chair sit and reach test/चेयर सित और पहुंच टेस्ट [Option ID = 33155]
3. Bade stretch test/बैड स्ट्रेच टेस्ट [Option ID = 33156]
4. Arm curl test/आर्म कर्ल टेस्ट [Option ID = 33157]

Correct Answer :-

- Chair sit and reach test/चेयर सित और पहुंच टेस्ट [Option ID = 33155]

48) According to Rikli and Jones, which test is recommended for aerobic endurance.

रिक्ली और जोन्स के अनुसार कौन सा परीक्षण एरोबिक धीरज के लिए परीक्षण किया जाता है

[Question ID = 8291]

1. 1 mile test/1 मील परीक्षण [Option ID = 33158]
2. 9 minute run/walk/9 मिनट रन / वाक [Option ID = 33159]
3. Six minute walk/छह मिनट की पैदल दूरी [Option ID = 33160]
4. 600 mts run/ walk/600 मीटर दौड़/चाल [Option ID = 33161]

Correct Answer :-

- Six minute walk/छह मिनट की पैदल दूरी [Option ID = 33160]

49) The volume of air remaining in the lungs at the end of expiration is called

श्वास समाप्ति के अंत में फेफड़ों में शेष हवा की मात्रा को कहा जाता है

[Question ID = 8292]

1. Total lung capacity/कुल फेफड़ों की क्षमता [Option ID = 33162]
2. Residual Volume/अवशिष्ट मात्रा [Option ID = 33163]
3. Vital capacity/महत्वपूर्ण क्षमता [Option ID = 33164]
4. Minute Ventilation/मिनट वेंटिलेशन [Option ID = 33165]

Correct Answer :-

- Residual Volume/अवशिष्ट मात्रा [Option ID = 33163]

50) Which fractures are commonly seen in children because their bones are very soft and delicate.

यह फ्रैक्चर आमतौर पर बच्चों में देखा जाता है क्योंकि उनकी हड्डियां बहुत नरम और नाजुक होती हैं

[Question ID = 8293]

1. Impacted/पूजावित [Option ID = 33166]
2. Green stick/हरी छड़ी [Option ID = 33167]
3. Simple/सरल [Option ID = 33168]
4. Depressed/उदास [Option ID = 33169]

Correct Answer :-

- Green stick/हरी छड़ी [Option ID = 33167]

51) The force resisting the motion when a body (such as a ball, tire etc.) rolls on a surface is called

जब कोई पिंड (जैसे गेंद, टायर आदि) किसी सतह पर लुढ़कता है तो गति का विरोध करने वाला बल कहलाता है

[Question ID = 8294]

1. Sliding Friction/फिसलने वाला घर्षण [Option ID = 33170]
2. Rolling Friction/रोलिंग घर्षण [Option ID = 33171]
3. Static Friction/स्थैतिक घर्षण [Option ID = 33172]
4. Kinetic Friction/काइनेटिक घर्षण [Option ID = 33173]

Correct Answer :-

- Rolling Friction/रोलिंग घर्षण [Option ID = 33171]

52) A skater gliding on a smooth surface of ice has a tendency of continue gliding on a straight line with a constant speed is an example of

बर्फ की चिकनी सतह पर ग्लाइड करने वाली एक स्केटर में एक निरंतर गति के साथ सीधी रेखा पर ग्लाइडिंग जारी रखने की प्रवृत्ति होती है

[Question ID = 8295]

1. Law of inertia/जड़ता का नियम [Option ID = 33174]
2. Law of acceleration/त्वरण का नियम [Option ID = 33175]
3. Law of reaction/प्रतिक्रिया का नियम [Option ID = 33176]
4. Friction/घर्षण [Option ID = 33177]

Correct Answer :-

- Law of inertia/जड़ता का नियम [Option ID = 33174]

53) Individual with this type of personality are not competitive in nature . they are easy going and patient



इस प्रकार के व्यक्तित्व वाले व्यक्ति स्वभाव से प्रतिस्पर्धी नहीं होते हैं वे आसानी से जा रहे हैं और सेमी हैं

[Question ID = 8296]

1. Type A/टाइप ए [Option ID = 33178]
2. Type B/टाइप बी [Option ID = 33179]
3. Type C/टाइप C [Option ID = 33180]
4. Type D/टाइप D [Option ID = 33181]

Correct Answer :-

- Type B/टाइप बी [Option ID = 33179]

54) Pushing against the wall is an example of which type of exercise

दीवार के खिलाफ धक्का देना किस प्रकार के व्यायाम का एक उदाहरण है

[Question ID = 8297]

1. a) Isotonic/आइसोटॉनिक  
[Option ID = 33182]
2. b) Isometric/सममितीय  
[Option ID = 33183]
3. c) Isokinetic/आइसोकायनेटिक  
[Option ID = 33184]
4. d) Combination of a and b/ए और बी का संयोजन  
[Option ID = 33185]

Correct Answer :-

- b) Isometric/सममितीय  
[Option ID = 33183]

55) It's the ability to maintain maximum speed for maximum time or distance

यह अधिकतम समय या दूरी के लिए अधिकतम गति बनाए रखने की क्षमता है

[Question ID = 8298]

1. Reaction ability/रिएक्शन की क्षमता [Option ID = 33186]
2. Acceleration ability/त्वरण की क्षमता [Option ID = 33187]
3. Locomotor ability/लोकोमोटर की क्षमता [Option ID = 33188]
4. Movement speed/चलने की गति [Option ID = 33189]

Correct Answer :-

- Locomotor ability/लोकोमोटर की क्षमता [Option ID = 33188]

56) The ability to combine the movement of different bodyparts for performing perfect sport movement is known as

परफेक्ट स्पोर्ट मूवमेंट करने के लिए विभिन्न बॉडीपार्ट्स के संचलन को मिलाने की क्षमता को कहा जाता है

[Question ID = 8299]

1. Coupling ability/युग्मन क्षमता [Option ID = 33190]
2. Differentiation ability/विभेदन क्षमता [Option ID = 33191]
3. Orientation ability/अभिदिन्यास क्षमता [Option ID = 33192]
4. Adaptation ability/अनुकूलन क्षमता [Option ID = 33193]

Correct Answer :-

- Coupling ability/युग्मन क्षमता [Option ID = 33190]

57) Every yoga teacher must start the yoga session with

प्रत्येक योग शिक्षक को योग सत्र की शुरुआत करनी चाहिए

[Question ID = 8300]

1. Pranayam/प्राणायाम [Option ID = 33194]
2. Asana/आसन [Option ID = 33195]
3. Kriya/क्रिया [Option ID = 33196]
4. Silence/मौन एकत्रता [Option ID = 33197]

Correct Answer :-

- Asana/आसन [Option ID = 33195]

58) Which one of the following is not the proved effect of meditation

निम्नलिखित में से कौन सा ध्यान का सिद्ध प्रभाव नहीं है

[Question ID = 8301]



1. Decreases stress/तनाव कम करता है [Option ID = 33198]
2. Normalize blood pressure/रक्तचाप को सामान्य करें [Option ID = 33199]
3. Normalize blood sugar/ब्लड शुगर को सामान्य करता है [Option ID = 33200]
4. Increase cortisol/कोर्टिसोल में वृद्धि [Option ID = 33201]

Correct Answer :-

- Increase cortisol/कोर्टिसोल में वृद्धि [Option ID = 33201]

59) If the skin or a fractured bone is intact the fracture is described as

यदि त्वचा या अस्थिभंग हड्डी बरकरार है तो फ्रैक्चर का वर्णन किया गया है

[Question ID = 8302]

1. Complicated Fracture/जटिल फ्रैक्चर [Option ID = 33202]
2. Impacted Fracture/पूभावित फ्रैक्चर [Option ID = 33203]
3. Simple or Closed Fracture/सरल या बंद फ्रैक्चर [Option ID = 33204]
4. Compound Fracture/मिश्रित अस्थिभंग [Option ID = 33205]

Correct Answer :-

- Simple or Closed Fracture/सरल या बंद फ्रैक्चर [Option ID = 33204]

60) Libero is associated with -

लिबरो किसके साथ जुड़ा हुआ है

[Question ID = 8303]

1. Handball/हैन्डबॉल [Option ID = 33206]
2. Volleyball/वालीबॉल [Option ID = 33207]
3. Basketball/बॉस्केटबॉल [Option ID = 33208]
4. Kabaddi/कबड्डी [Option ID = 33209]

Correct Answer :-

- Volleyball/वालीबॉल [Option ID = 33207]

61) Byes are given when the number of participating teams is not a power of

बाई तब दी जाता है जब भाग लेने वाली टीमों की संख्या एक शक्ति नहीं होती है

[Question ID = 8304]

1. Four/चार [Option ID = 33210]
2. Three/तीन [Option ID = 33211]
3. Two/दो [Option ID = 33212]
4. Five/पांच [Option ID = 33213]

Correct Answer :-

- Two/दो [Option ID = 33212]

62) The process of nourishing the body with the help of food based on some basic principles of living is referred as

जीने के कुछ बुनियादी सिद्धांतों के आधार पर भोजन की मदद से शरीर को पोषण देने की प्रक्रिया को कहा जाता है

[Question ID = 8305]

1. Balanced Diet/संतुलित आहार [Option ID = 33214]
2. Nutrition/पोषण [Option ID = 33215]
3. Supplementation/अनुपूरण [Option ID = 33216]
4. Diet/आहार [Option ID = 33217]

Correct Answer :-

- Nutrition/पोषण [Option ID = 33215]

63) Saturated and Un-saturated are the two forms of

पानी संतृप्त और अन-संतृप्त दो रूप हैं

[Question ID = 8306]

1. Protein/प्रोटीन [Option ID = 33218]
2. Carbohydrate/कार्बोहाइड्रेट [Option ID = 33219]
3. Fat/वसा [Option ID = 33220]
4. Minerals/खनिज पदार्थ [Option ID = 33221]

Correct Answer :-

- Fat/वसा [Option ID = 33220]

64) A condition where the individual's lower extremity is affected is called

एक ऐसी स्थिति जहां व्यक्ति की निचली चरम सीमा प्रभावित होती है उसे कहा जाता है

[Question ID = 8307]



1. Quadriplegia/चतुरंगघात [Option ID = 33222]
2. Paraplegia/नीचे के अंगों का पक्षाघात [Option ID = 33223]
3. Paralysis/पक्षाघात [Option ID = 33224]
4. Hemiplegia/अर्धगघात [Option ID = 33225]

Correct Answer :-

- Paraplegia/नीचे के अंगों का पक्षाघात [Option ID = 33223]

65) A neurological disorder caused by a non - progressive brain injury or malformation that occurs during the brain development in the child is known as

एक गैर-प्रगतिशील मस्तिष्क की चोट या खराबी के कारण होने वाला एक न्यूरोलॉजिकल विकार जो बच्चे में मस्तिष्क के विकास के दौरान होता है  
[Question ID = 8308]

1. Multiple Sclerosis/मल्टीपल स्क्लेरोसिस [Option ID = 33226]
2. Cerebral Palsy/मस्तिष्क पक्षाघात [Option ID = 33227]
3. Muscular Dystrophy/मांसपेशीय दुर्बिकार [Option ID = 33228]
4. Hemiplegia/अर्धगघात [Option ID = 33229]

Correct Answer :-

- Cerebral Palsy/मस्तिष्क पक्षाघात [Option ID = 33227]

66) Individuals with this type of disability find it difficult to receive information and communicate further

इस प्रकार की विकलांगता वाले व्यक्तियों को जानकारी प्राप्त करना और आगे संवाद करना मुश्किल लगता है  
[Question ID = 8309]

1. Intellectual Disability/बौद्धिक अक्षमता [Option ID = 33230]
2. Cerebral Disability/सेरेब्रल डिसेबिलिटी [Option ID = 33231]
3. Neurological Disability/तंत्रिका संबंधी विकलांगता [Option ID = 33232]
4. Muscular Dystrophy/मांसपेशीय दुर्बिकार [Option ID = 33233]

Correct Answer :-

- Intellectual Disability/बौद्धिक अक्षमता [Option ID = 33230]

67) In one of the postural deformity, the spine curves from side to side

पोस्टयूरल विकृति में शीर्ष एक तरफ झुकने से मोड़ होता है  
[Question ID = 8310]

1. Scoliosis/पार्श्वकुब्जता [Option ID = 33234]
2. Kyphosis/कुब्जता [Option ID = 33235]
3. Lordosis/अग्रकुब्जता [Option ID = 33236]
4. Flat Foot/समतल पैर [Option ID = 33237]

Correct Answer :-

- Scoliosis/पार्श्वकुब्जता [Option ID = 33234]

68) An eating disorder that is characterized by self-induced starvation and significant weight loss is referred as

एक खा विकार जिसे स्व-प्रेरित भुखमरी की विशेषता है और महत्वपूर्ण वजन घटाने के रूप में संदर्भित किया जाता है  
[Question ID = 8311]

1. Bulimia Nervosa/बुलिमिया नर्वोसा [Option ID = 33238]
2. Anorexia Nervosa/एनोरेक्सिया नर्वोसा [Option ID = 33239]
3. Osteoporosis/ऑस्टियोपोरोसिस [Option ID = 33240]
4. Menstrual Dysfunction/मासिक धर्म की अस्थिरता [Option ID = 33241]

Correct Answer :-

- Anorexia Nervosa/एनोरेक्सिया नर्वोसा [Option ID = 33239]

69) A fracture where the bone breaks into multiple fragments which are driven into each other is

एक फ्रैक्चर जहां हड्डी कई टुकड़ों में टूट जाती है जो एक दूसरे में संचालित होती है  
[Question ID = 8312]

1. Impacted Fracture/पूषावित फ्रैक्चर [Option ID = 33242]
2. Stress Fracture/तनाव फ्रैक्चर [Option ID = 33243]
3. Green Stick Fracture/ग्रीन स्टिक फ्रैक्चर [Option ID = 33244]
4. Transverse Fracture/अनुप्रस्थ फ्रैक्चर [Option ID = 33245]

Correct Answer :-

- Impacted Fracture/पूषावित फ्रैक्चर [Option ID = 33242]

70) Acceleration runs are helpful in the development of

त्वरण रन के विकास में सहायक होते हैं  
[Question ID = 8313]



1. Coordinative Ability/समन्वयक क्षमता [Option ID = 33246]
2. Speed/स्पीड [Option ID = 33247]
3. Endurance/धीरज [Option ID = 33248]
4. Muscular Speed/मांसपेशियों की गति [Option ID = 33249]

Correct Answer :-

- Speed/स्पीड [Option ID = 33247]

71) Two blocks of wood measuring 2x2x4 inches are required for which one of the test?

2x2x4 इंच मापने वाले लकड़ी के दो ब्लॉक किसके लिए आवश्यक हैं?

[Question ID = 8314]

1. 40 Yards Shuttle Run/40 गज शटल रन [Option ID = 33250]
2. Harvard Step Test/हार्वर्ड स्टेप टेस्ट [Option ID = 33251]
3. 50m Dash/50 मीटर डैश [Option ID = 33252]
4. 1 Mile Rockport Test/1 माइल रॉकपोर्ट टेस्ट [Option ID = 33253]

Correct Answer :-

- 40 Yards Shuttle Run/40 गज शटल रन [Option ID = 33250]

72) The height of the bench in the Harvard Step Test for men is

पुरुषों के लिए हार्वर्ड स्टेप टेस्ट में बेंच की ऊंचाई है

[Question ID = 8315]

1. 18 inches/18 इंच [Option ID = 33254]
2. 12 inches/12 इंच [Option ID = 33255]
3. 20 inches/20 इंच [Option ID = 33256]
4. 14 inches/14 इंच [Option ID = 33257]

Correct Answer :-

- 20 inches/20 इंच [Option ID = 33256]

73) Fast twitch Fiber is suited for events predominated by

फास्ट ट्विच फाइबर पूर्ववर्ती घटनाओं के लिए अनुकूल है

[Question ID = 8316]

1. Endurance/धैर्य [Option ID = 33258]
2. Speed/गति [Option ID = 33259]
3. Flexibility/लचीलापन [Option ID = 33260]
4. Balance/संतुलन [Option ID = 33261]

Correct Answer :-

- Speed/गति [Option ID = 33259]

74) The lateral pressure exerted by the blood on the walls of the arteries is called

धमनियों की दीवारों पर रक्त द्वारा लगाए गए पार्श्व दबाव को कहा जाता है

[Question ID = 8317]

1. Stroke Volume/आघात की मात्रा [Option ID = 33262]
2. Blood Pressure/रक्त चाप [Option ID = 33263]
3. Heart Rate/हृदय गति [Option ID = 33264]
4. Cardiac Output/हृदयी निर्गम [Option ID = 33265]

Correct Answer :-

- Blood Pressure/रक्त चाप [Option ID = 33263]

75) A disruption of the fibre of a muscle or tendon is referred as

एक मांसपेशी या कण्डरा के फाइबर के विघटन के रूप में जाना जाता है

[Question ID = 8318]

1. Sprain/मोच [Option ID = 33266]
2. Strain/तनाव [Option ID = 33267]
3. Dislocation/अव्यवस्था [Option ID = 33268]
4. Fracture/अस्थिभंग [Option ID = 33269]

Correct Answer :-

- Strain/तनाव [Option ID = 33267]

76) The binding of the joints in order to reduce the angle between the two bones is referred as

दो हड्डियों के बीच के कोण को कम करने के लिए जोड़ों को बांधना कहा जाता है

[Question ID = 8319]

1. Extension/एक्सटेंशन [Option ID = 33270]
2. Flexion/मोड़ [Option ID = 33271]
3. Abduction/अपहरण [Option ID = 33272]
4. Adduction/अभिवर्तन [Option ID = 33273]

Correct Answer :-

- Flexion/मोड़ [Option ID = 33271]

77) Movement that occurs towards the medial plane is referred as

मूवमेंट प्लेन की ओर होने वाले औसत दर्जे के मूवमेंट को कहा जाता है

[Question ID = 8320]

1. Flexion/मोड़ [Option ID = 33274]
2. Adduction/अभिवर्तन [Option ID = 33275]
3. Extension/एक्सटेंशन [Option ID = 33276]
4. Abduction/पक्षेप्य [Option ID = 33277]

Correct Answer :-

- Adduction/अभिवर्तन [Option ID = 33275]

78) The resistance to motion of two moving objects or surfaces that touch is called

स्पर्श करने वाली दो चलती वस्तुओं या सतहों की गति के प्रतिरोध को कहा जाता है

[Question ID = 8321]

1. Flexion/मोड़ [Option ID = 33278]
2. Projectile/पक्षेप्य [Option ID = 33279]
3. Friction/टकराव [Option ID = 33280]
4. Extension/एक्सटेंशन [Option ID = 33281]

Correct Answer :-

- Friction/टकराव [Option ID = 33280]

79) The 16 Personality Factor Personality Inventory was developed by

16 व्यक्तित्व कारक व्यक्तित्व इन्वेंटरी द्वारा विकसित किया गया था

[Question ID = 8322]

1. Hans Eysenck/हंस आइसेनक [Option ID = 33282]
2. Gordon Allport/गॉर्डन ऑलपोर्ट [Option ID = 33283]
3. Raymond B. Catell/रेमंड कैटेल [Option ID = 33284]
4. James Cramer/जेम्स क्रैमर [Option ID = 33285]

Correct Answer :-

- Raymond B. Catell/रेमंड कैटेल [Option ID = 33284]

80) A lack of purpose and intentionality in one's action, that is the relative absence of motivation is referred as

उद्देश्य की कमी और जानबूझकर किसी की कार्रवाई में, प्रेरणा की अनुपस्थिति के रूप में संदर्भित किया जाता है

[Question ID = 8323]

1. Intrinsic Motivation/आंतरिक प्रेरणा [Option ID = 33286]
2. Extrinsic Motivation/बहरी प्रेरणा [Option ID = 33287]
3. Amotivation/एक प्रेरणा [Option ID = 33288]
4. Passion/जुनून [Option ID = 33289]

Correct Answer :-

- Amotivation/एक प्रेरणा [Option ID = 33288]

81) The standard distance for marathon race is :

मैराथन दौड़ के लिए मानक दूरी है:

[Question ID = 8324]

1. 26 km/26 किमी [Option ID = 33290]
2. 42 km/42 किमी [Option ID = 33291]
3. 42.195 km/42.195 किमी [Option ID = 33292]
4. 42.125 km/42.125 किमी [Option ID = 33293]

Correct Answer :-

- 42.195 km/42.195 किमी [Option ID = 33292]

82) Indian Foot Ball team's first appearance in Olympics was

भारतीय फुट बॉल टीम की ओलंपिक में पहली उपस्थिति:

[Question ID = 8325]

1. 1936 [Option ID = 33294]
2. 1948 [Option ID = 33295]



3. 1952 [Option ID = 33296]
4. 1956 [Option ID = 33297]

Correct Answer :-

- 1948 [Option ID = 33295]

83) Who among one of the following official controls a Foot Ball match?

फुट बॉल मैच को नियंत्रित करने वाले अधिकारी में से एक:

[Question ID = 8326]

1. A referee/एक रेफरी [Option ID = 33298]
2. An Umpire/एक अंपायर [Option ID = 33299]
3. A line man/एक लाइन मैन [Option ID = 33300]
4. Score Keeper/स्कोर कीपर [Option ID = 33301]

Correct Answer :-

- A referee/एक रेफरी [Option ID = 33298]

84) Fatigue is the result of accumulation of

थकान का परिणाम है:

[Question ID = 8327]

1. Sulphuric Acid/सल्फ्यूरिक एसिड [Option ID = 33302]
2. Lactic acid/लैक्टिक अम्ल [Option ID = 33303]
3. Acetic acid/एसिटिक अम्ल [Option ID = 33304]
4. Lactose/लैक्टोज [Option ID = 33305]

Correct Answer :-

- Lactic acid/लैक्टिक अम्ल [Option ID = 33303]

85) Psychology means

मनोविज्ञान का अर्थ है:

[Question ID = 8328]

1. Study of mental disorders/मानसिक विकारों का अध्ययन [Option ID = 33306]
2. Study of behavior/व्यवहार का अध्ययन [Option ID = 33307]
3. Study of sports person/खेल व्यक्ति का अध्ययन [Option ID = 33308]
4. Study of society/समाज का अध्ययन [Option ID = 33309]

Correct Answer :-

- Study of behavior/व्यवहार का अध्ययन [Option ID = 33307]

86) The rich source of protein is

प्रोटीन का समृद्ध स्रोत है:

[Question ID = 8329]

1. Green Leafy vegetables/हरी पत्तेदार सब्जियाँ [Option ID = 33310]
2. Wheat/गेहूँ [Option ID = 33311]
3. Butter/मक्खन [Option ID = 33312]
4. Soyabean/सोयाबीन [Option ID = 33313]

Correct Answer :-

- Soyabean/सोयाबीन [Option ID = 33313]

87) Matsyendrasana is also called

मत्स्येन्द्रासन भी कहा जाता है:

[Question ID = 8330]

1. Lord of the Fishes Pose/मछलियों का भगवान मुद्रा [Option ID = 33314]
2. Cobra pose/कोबरा मुद्रा [Option ID = 33315]
3. Dog Pose/डॉग पोज़ [Option ID = 33316]
4. Tree Pose/ट्री पोज़ [Option ID = 33317]

Correct Answer :-

- Lord of the Fishes Pose/मछलियों का भगवान मुद्रा [Option ID = 33314]

88) Which of the following asana can be performed after meal is

भोजन के बाद निम्न में से कौन सा आसन किया जा सकता है:

[Question ID = 8331]

1. Tadasana/ताड़ासन [Option ID = 33318]
2. Bhujangasana/भुजंगासन [Option ID = 33319]
3. Vajrasana/वज्रासन [Option ID = 33320]
4. Gomukhasana/गोमुख्यासन [Option ID = 33321]

Correct Answer :-

- Vajrasan/वज्रसन [Option ID = 33320]

89) Reaction time & frequency of movement per unit time are the elements of

प्रतिक्रिया समय और शारीरिक क्रिया की आवृत्ति प्रति समय इकाई के तत्व हैं

[Question ID = 8332]

1. Speed/स्पीड [Option ID = 33322]
2. Strength/शक्ति [Option ID = 33323]
3. Flexibility/लचीलापन [Option ID = 33324]
4. Endurance/धीरज [Option ID = 33325]

Correct Answer :-

- Speed/स्पीड [Option ID = 33322]

90) When two objects are not moving relative to each other a force opposes or resists the lateral movement of the object. This force is called

जब दो ऑब्जेक्ट एक दूसरे के सापेक्ष गतिमान नहीं होते हैं, तो बल वस्तु के पार्श्व आंदोलन का विरोध या प्रतिरोध करता है इस बल को कहा जाता है

[Question ID = 8333]

1. Static Friction/स्थैतिक घर्षण [Option ID = 33326]
2. Rolling Friction/रोलिंग घर्षण [Option ID = 33327]
3. Sliding Friction/सर्प घर्षण [Option ID = 33328]
4. Kinetic Friction/काइनेटिक घर्षण [Option ID = 33329]

Correct Answer :-

- Static Friction/स्थैतिक घर्षण [Option ID = 33326]

91) Which of the following is not the instrument to measure the Personality of athletes?

एथलीटों की व्यक्तित्व को मापने के लिए निम्नलिखित में से कौन सा उपकरण नहीं है?

[Question ID = 8334]

1. MMPI [Option ID = 33330]
2. Big Five inventory/बड़ी पाँच इन्वेंटरी [Option ID = 33331]
3. 16 PF Inventory/16 पीएफ इन्वेंटरी [Option ID = 33332]
4. SCAT/एस. सी ए टी [Option ID = 33333]

Correct Answer :-

- SCAT/एस. सी ए टी [Option ID = 33333]

92) The volume of the sports training may not incorporate.

खेल प्रशिक्षण की मात्रा निम्नलिखित में शामिल नहीं हो सकती है:

[Question ID = 8335]

1. Duration of training/प्रशिक्षण की अवधि [Option ID = 33334]
2. Distance covered/दूरी तय की गई [Option ID = 33335]
3. Diet/आहार [Option ID = 33336]
4. Weight lifted/भार उठाया गया [Option ID = 33337]

Correct Answer :-

- Diet/आहार [Option ID = 33336]

93) The weight of the medicine ball in Barrow three item general motor ability test is

बैरो थ्री आइटम सामान्य मोटर क्षमता परीक्षण में दवा गेंद का वजन है

[Question ID = 8336]

1. 1.5 kg/1.5 किग्रा [Option ID = 33338]
2. 2.0 kg/2.0 किग्रा [Option ID = 33339]
3. 2.5 kg/2.5 किग्रा [Option ID = 33340]
4. 3.0 kg/3.0 किग्रा [Option ID = 33341]

Correct Answer :-

- 3.0 kg/3.0 किग्रा [Option ID = 33341]

94) In volley ball, The playing court is a rectangle measuring

वॉली बॉल में, द प्लेइंग कोर्ट एक आयताकार माप है

[Question ID = 8337]

1. 20 x 9 m/20 x 9 मीटर [Option ID = 33342]
2. 18 x 9 m/18 x 9 मी [Option ID = 33343]
3. 18 x 10 m/18 x 10 मीटर [Option ID = 33344]
4. 20 x 10 m/20 x 10 मीटर [Option ID = 33345]



Correct Answer :-

- 18 x 9 m/18 x 9 मी [Option ID = 33343]

95) In hand ball, a 9-metre line broken line, drawn 3 meters outside the goal-area line is called

हाथ की गेंद में, एक 9-मीटर लाइन टूटी हुई रेखा, लक्ष्य-क्षेत्र रेखा के बाहर 3 मीटर खींची जाती है

[Question ID = 8338]

1. Restraining line/निरोधक लाइन [Option ID = 33346]
2. Foul line/फाउल लाइन [Option ID = 33347]
3. Goal area line/लक्ष्य क्षेत्र रेखा [Option ID = 33348]
4. Free throw line/फ्री थ्रो लाइन [Option ID = 33349]

Correct Answer :-

- Free throw line/फ्री थ्रो लाइन [Option ID = 33349]

96) In Kabaddi, one point scored, if player cross the line in court known as

कबड्डी में, एक अंक स्कोर किया जाता है, अगर खिलाड़ी खेल के मैदान में लाइन को पार कर जाता है

[Question ID = 8339]

1. Half line/आधी लाइन [Option ID = 33350]
2. Balk line/बॉल्क लाइन [Option ID = 33351]
3. Mid line/मध्य रेखा [Option ID = 33352]
4. Bonus line/बोनस लाइन [Option ID = 33353]

Correct Answer :-

- Balk line/बॉल्क लाइन [Option ID = 33351]

97) What is the weight of a Table Tennis ball?

टेबल टेनिस गेंद का वजन क्या है

[Question ID = 8340]

1. 2.9 grams/2.9 ग्राम [Option ID = 33354]
2. 2.7 grams/2.7 ग्राम [Option ID = 33355]
3. 2.6 grams /2.6 ग्राम [Option ID = 33356]
4. 2.5 grams /2.5 ग्राम [Option ID = 33357]

Correct Answer :-

- 2.9 grams/2.9 ग्राम [Option ID = 33354]

98) Between the sexes, for same amount of muscles, there are

लिंगों के बीच, समान मात्रा में मांसपेशियों के लिए:

[Question ID = 8341]

1. No differences in strength/ताकत में कोई अंतर नहीं  
[Option ID = 33358]
2. Differences in strength/शक्ति में अंतर  
[Option ID = 33359]
3. More strength in males/पुरुषों में अधिक ताकत  
[Option ID = 33360]
4. More strength in females/महिलाओं में अधिक ताकत  
[Option ID = 33361]

Correct Answer :-

- No differences in strength/ताकत में कोई अंतर नहीं  
[Option ID = 33358]

99) The amount of air that can be expelled after maximal inspiration is called

अधिकतम प्रेरणा कहे जाने के बाद बाहर निकलने वाली हवा की मात्रा को कहा जाता है:

[Question ID = 8342]

1. Lung volume/फेफड़े की मात्रा [Option ID = 33362]
2. Respiratory rate/श्वसन दर [Option ID = 33363]
3. Residual volume/अवशिष्ट मात्रा [Option ID = 33364]
4. Vital capacity/महत्वपूर्ण क्षमता [Option ID = 33365]

Correct Answer :-

- Vital capacity/महत्वपूर्ण क्षमता [Option ID = 33365]

100) Rohan Bopanna belongs to which sports

येहन वोपन्ना किस खेल से संबंधित हें

[Question ID = 8343]

1. Tennis/टेनिस [Option ID = 33366]
2. Badminton/बैडमिंटन [Option ID = 33367]
3. Athletics/एथलेटिक्स [Option ID = 33368]
4. Shooting/शूटिंग [Option ID = 33369]

Correct Answer :-

- Tennis/टेनिस [Option ID = 33366]