

Language	Q.No.	Question	Option-1	Option-2	Option-3	Option-4
English	1	Who gave definition "Physical Education is the sum of those experiences which comes of the Individual through movements"?	J.B. Nash	J.F. William	Charles A. Bucher	D. Oberiteuffer
Hindi	1	परिभाषा किसने दी "शारीरिक शिक्षा उन अनुभवों का संकलन है जो वैयक्तिक क्रियाओं के माध्यम से आते हैं"	जे. बी. नैश	जे. एफ. विलियम	चार्ल्स ए. बुकर	डी. आबिरितुफर
English	2	God "Zeus" is related to -	Pythian games	Olympic Games	Nemean Games	Isthmian Games
Hindi	2	भगवन "जीयस" का सम्बन्ध है	पथियन खेल	ओलिंपिक खेल	निमियन खेल	एस्थीनियन खेल
English	3	Epic period is -	3000-2000 B.C.	2000-1000 B.C.	1000-600 B.C.	None of them
Hindi	3	महाकाव्य कल का युग है	3000-2000 ई. पू.	2000-1000 ई. पू.	1000-600 ई. पू.	इन में से कोई नहीं
English	4	2012 Olympic Games were held at	Atlanta	London	Beijing	Rome
Hindi	4	2012 ओलिंपिक खेल आयोजित हुए	अटलांटा	लन्दन	बीजिंग	रोम
English	5	What is the first treatment of injuries?	CRIE	ECIR	RICE	RCIE
Hindi	5	चोट का प्रथम उपचार क्या है?	सी. आर. आई.ई.	ई.सी. आई.आर.	आर.आई.सी. ई.	आर. सी. आई. ई.
English	6	Which muscle is known as "Lifter" muscle?	Deltoid muscle	Biceps muscle	Hamstring muscle	Calf muscle
Hindi	6	कौनसी मांसपेशी को लिफ्टर मांसपेशी कहते हैं ?	देल्टोइड पेशी	बाइसेप्स पेशी	हेमिस्ट्रिंग पेशी	काफ पेशी
English	7	When was the "World Health Organization" established?	07-Apr-48	04-May-66	01-May-55	08-Mar-55
Hindi	7	विश्व स्वास्थ्य संगठन की स्थापना कब हुई	07-अप्रैल-1948	04-मई-1966	01-मई-1955	08-मार्च-1955
English	8	Recreation' Word is derived from which language?	German	Hindi	Latin	France
Hindi	8	मनोरंजन' शब्द किस भाषा से लिया गया है ?	जर्मन	हिंदी	लैटिन	फ्रांस
English	9	Find out the factors affecting "growth and Development"	Heredity	Vitamin	Sex	All of them
Hindi	9	वृद्धि और विकास को प्रभावित करने वाला तत्व कौनसा है?	वंशानुक्रम	विटमिन	लिंग	सभी
English	10	"Health mind resides in healthy body" said by-	Plato	Aristotle	Hitler	Pavlov
Hindi	10	स्वस्थ शरीर में स्वस्थ मन कहा गया -	प्लेटो	अरस्तु	हिटलर	पेवलोव
English	11	Gestalt has propounded -	Theory of Trial and error	Theory of conditioning	Theory of insight	None of them
Hindi	11	गेस्टाल्ट ने प्रतिपादित किया	प्रयास और त्रुटी का सिद्धांत	अनुकूलन का सिद्धांत	अंतर्दृष्टि का सिद्धांत	इन में से कोई नहीं
English	12	Adulthood age starts at-	After 25 years	After 22 years	After 20 years	After 30 years
Hindi	12	वयस्कता आयु प्रारम्भ होती है	25 वर्ष पश्चात्	22 वर्ष पश्चात्	20 वर्ष पश्चात्	30 वर्ष पश्चात्

Language	Q.No.	Question	Option-1	Option-2	Option-3	Option-4
English	13	Main objective of YMCA College, Madras is -	To promote sports	To promote physical education	Prepare rules of games	None of them
Hindi	13	वाई.एम.सी. ए. कॉलेज, मद्रास का मुख्य उद्देश्य है	खेलों को बढ़ावा देना	शारीरिक शिक्षा को बढ़ावा देना	खेलों के नियम बनाना	इन में से कोई नहीं
English	14	Who is regarded as father of sports psychology?	Sigmund freud	John B. Watson	Skinner	Norman Triplet
Hindi	14	खेल मनोविज्ञान के पिता से रूप में जाने जाते हैं	सिगमुंड फ्रयूड	जॉन बी. वाटसन	स्किनर	नार्मन त्रिपलेट
English	15	Osteology is study of -	Muscles	Bones	Joints	Organs
Hindi	15	ओस्टोलोजी अध्ययन है	मांसपेशी का	हड्डियों का	जोड़ों का	अंगों का
English	16	In Olympic Motto "Altius" stands for -	Faster	Stronger	Higher	Deeper
Hindi	16	ओलिंपिक आदर्श वाक्य में 'अल्टिअस' से तात्पर्य है	अधिक तेज	अधिक शक्तिशाली	अधिक ऊँचा	अधिक गहरा
English	17	Newton's second law of motion is-	Law of Action-Reaction	Law of Inertia	Law of energy	Law of acceteration
Hindi	17	न्यूटन का गति का दूसरा नियम	क्रिया प्रतिक्रिया का नियम	जड़त्व का नियम	ऊर्जा का नियम	त्वरण का नियम
English	18	"Spinograph" is use to measure which deformity?	Kyphosis	Lordosis	Knock-knee	Scoliosis
Hindi	18	"स्पिनोग्राफ " कौनसी विकृति का मापन करता अहै?	कायफोसिस	लोर्डोसिस	नॉक-नी	स्कोलियोसिस
English	19	Unit of speed is	km/sec ²	km/sec	km/hr	km/min
Hindi	19	गति की इकाई है	किमी/सै. ²	किमी/सै.	किमी/घंटा	किमी/मिनट
English	20	On 'Set' command, the sprinter is in	Stable equilibrium	un-stable equilibrium	neutral equilibrium	None of them
Hindi	20	सेट' आदेश पर स्प्रिंटर की स्थिति रहती है	स्थायी संतलन	अस्थायी संतलन	तटस्थ संतलन	इन में से कोई नहीं
English	21	Which is not law of learning?	Law of readiness	Law of effect	Law of reaction	Law of exercise
Hindi	21	कौनसा अधिगम का नियम नहीं है	तत्परता का नियम	प्रभाव का नियम	प्रतिक्रिया का नियम	अभ्यास का नियम
English	22	Psychology deals with	Functions of the body	Activity of the mind	Movement of the body	Study of behavior
Hindi	22	मनोविज्ञान अध्ययन करता है	शरीर के कार्यों का	मन की क्रियाओं का	शरीर की गतिविधियों का	व्यवहार का अध्ययन
English	23	John Dewey is father of-	Pragmatism	Realism	Idealism	Naturalism
Hindi	23	जॉन डेवी पिता है	व्यवहारवाद	यथार्थवाद	आदर्शवाद	प्रकृतिवाद
English	24	Period of Growth and Development upto 8 years is known as-	Infancy	Childhood	Adulthood	None of them
Hindi	24	वृद्धि एवं विकास के काल को 8 वर्ष की आयु को कहा जाता है	शिशु अवस्था	बाल्यावस्था	वयस्कता	इन में से कोई नहीं
English	25	Age in years, months and days is known as -	Anatomical age	Chronological age	Psychological age	None of them
Hindi	25	वर्षों, महीनों, एवं दिनों में आयु के रूप में जाना जाता है	शरीर रचना आयु	कालक्रमिक आयु	मनोविज्ञान आयु	इन में से कोई नहीं

Language	Q.No.	Question	Option-1	Option-2	Option-3	Option-4
English	26	Study of muscles is known as	Oesteology	Neurology	Myology	Myoglobin
Hindi	26	मांसपेशी अध्ययन को जाना जाता है	ओस्टोलोजी	न्यूरोलॉजी	मायोलोजी	मायोग्लोबिन
English	27	Law of motion is given by -	Aristotle	Plato	Newton	Woodworth
Hindi	27	गति के नियम दिए गए हैं	अरस्तू	प्लेटो	न्यूटन	वूडवर्थ
English	28	Sprain injury is related to -	Ligament	Muscle	Bone	Abrasion
Hindi	28	मोच चोट सम्बंधित है	स्नायु की	मांसपेशी की	अस्थि की	रगड़ की
English	29	In term "Aerobic" means-	With Oxygen	Without Oxygen	both With Oxygen and Without Oxygen	None of them
Hindi	29	एरोबिक शब्द से अभिप्राय है	ऑक्सीजन सहित	ऑक्सीजन रहित	ऑक्सीजन सहित एवं ऑक्सीजन रहित दोनों	इनमें से कोई नहीं
English	30	Method of warming up is -	Active warm up	Passive warm up	Active warm up and Passive warm up both	None of them
Hindi	30	वार्मिंग अप की विधि	एक्टिव वार्म अप	पैसिव वार्म अप	एक्टिव वार्म अप एवं पैसिव वार्म अप दोनों	इनमें से कोई नहीं
English	31	Movement around the ball and socket joints are	Flexion and extension	Rotation and circumduction	Hyper extension	All of them
Hindi	31	बाल एवं सॉकेट जोड़ में गति होती है	आकंचन एवं विस्तार	घुमाव एवं प्रयावर्तन	हाइपर विस्तार	उपरोक्त सभी
English	32	In the first class lever, the Axis is -	At right side	At left side	At center	None of them
Hindi	32	प्रथम श्रेणी उतोलक में अक्ष होता है	दाहिने ओर	बाएं ओर	केंद्र में	इनमें से कोई नहीं
English	33	What is the main principle of learning-	Complex to simple	Complex to complex	Simple to complex	Simple to simple
Hindi	33	अधिगम का मुख्य सिद्धांत क्या है	जटिल से सरल	जटिल से जटिल	सरल से जटिल	सरल से सरल
English	34	Law of exercise is -	Law of use	Law of disuse	both Law of use and Law of disuse	None of them
Hindi	34	अभ्यास का नियम है	उपयोग का नियम	अनुपयोग का नियम	उपयोग का नियम एवं अनुपयोग का नियम दोनों	इनमें से कोई नहीं
English	35	Physical Teacher known as in early Athenian period-	Paedotribe	Palastra	Pythian	Delphi
Hindi	35	पूर्व एथेंस काल में शारीरिक शिक्षक को किस नाम से जाना जाता है	पेदोत्रिब	पालेस्ट्रा	पीथियन	डेल्फी
English	36	Kyphosis' is also known as-	Hollow Bakc	Round Back	Lateral Back	Back Curve
Hindi	36	"कायफोसिस" को अन्य किस नाम से जानते हैं	होलो बैक	राउंड बैक	लेटरल बैक	बैक कर्व
English	37	Surplus Energy Theory of play was propounded by -	M.C. Dougal	Karl Groose	Aristotle	Herbert Spencer

Language	Q.No.	Question	Option-1	Option-2	Option-3	Option-4
Hindi	37	खेल के अतिरिक्त उर्जा के सिद्धांत के प्रतिपादक है	मैक डगल	कार्ल गूस	अरस्तु	हर्बर्ट स्पेंसर
English	38	"Play is Life" Theory was given by-	John Dewey	Lezarus	F. Gutsmuth	T.P. Nunn
Hindi	38	"खेल ही जीवन है" यह सिद्धांत दिया गया	जॉन देवी	लेज़ारस	एफ. गत्समूथ	टी.पी. नन
English	39	Which feeling is developed by the camp in a student?	Politics	Ethnic background	Leadership	Fear
Hindi	39	शिविर में विद्यार्थी में कौनसी भावना जागृत की जाती है	राजनीति	जातीय प्रष्ट भूमि	नेतृत्व	भय
English	40	Growth is a continuous process up to -	Adolescence	Childhood	Adulthood	Birth to till death
Hindi	40	वृद्धि कब तक चलने वाली प्रक्रिया है	युवावस्था तक	बाल्यावस्था तक	प्रोढ़ावस्था तक	जन्म से मृत्यु तक
English	41	The main person behind the foundation of I.O.A. (Indian Olympic Association) was -	Dr. A.G. Noehren and H.C. Buck	Dorabhi Tata	G.D. Sondhi	Pt. Jawahar Lal Nehru
Hindi	41	आई.ओ.ए. (भारतीय ओलिंपिक संघ) को बनाने में किसकी अहम भूमिका थी ?	डॉ. ए.जी. नोरान एवं एच. सी. बक	दोरब जी. टाटा	जी. दी. सौंधी	पंडित जवाहर लाल नेहरू
English	42	Who is the father of 'Kinesiology'	K.K. verma	Aristotle	Wound	Karl Groose
Hindi	42	गति विज्ञान के पितामह कौन है	के.के. वर्मा	अरस्तु	वुंड	कार्ल गूस
English	43	Types of Equilibrium is-	Stable equilibrium	un-stable equilibrium	neutral equilibrium	All of them
Hindi	43	संतुलन का प्रकार है	स्थायी संतुलन	अस्थायी संतुलन	उदासीन संतुलन	सभी
English	44	How much the period in periodisation-	2	3	5	4
Hindi	44	कल चक्र के अंतर्गत कितने कल आते हैं	2	3	5	4
English	45	In the word 'RECREATION' the word 'N' stands for -	Natural	New	National	News
Hindi	45	'RECREATION' में 'N' शब्द से क्या अभिप्राय है	प्राकृतिक	नया	राष्ट्रीय	समाचार
English	46	"Learning is the modification of behaviour through experience" according to -	Gates	Hillgard	Gardner murphy	Woodworth
Hindi	46	"अनुभव के द्वारा व्यवहार में होने वाले परिवर्तन को सीखना कहते हैं" किसने दी है	गेट्स	हिल्गार्ड	गार्डनर मर्फी	वूद्वर्थ
English	47	Neck Joint' is an example of -	Pivot joint	Hinge joint	Saddle joint	Condylloid joint
Hindi	47	ग्रीवा संधि उदाहरण है	कीलदार संधि का	कब्जेदार संधि का	प्रयाण संधि का	कांडीलायड संधि
English	48	In which year the First Modern Olympic Games were held -	1776	1876	1896	1796
Hindi	48	प्रथम आधुनिक ओलिंपिक खेल किस वर्ष में हुए थे	1776	1876	1896	1796
English	49	Who has given 'Social Theory'	Crow and Crow	Aristotle	Throndike	C.L. Brown
Hindi	49	"सामाजिक धरना" का सिद्धांत किसने दिया ?	क्रो एवं क्रो	अरस्तु	थ्रोनडाइक	सी.एल. ब्राउन
English	50	which Instrument used to measure 'Flat Feet'	Padograph	Spinograph	Spirometer	Exlarometer

Language	Q.No.	Question	Option-1	Option-2	Option-3	Option-4
Hindi	50	प्लेट फीट' का पता किस यंत्र से लगाया जाता है	पेडोग्राफ	स्पिनोग्राफ	स्पिरोमीटर	एक्स्लारोमीटर
English	51	Centripetal and Centrifugal force for an example of which Newton Law	Second Law	First Law	Third Law	All of them
Hindi	51	अपकेन्द्रिय एवं अभिकेन्द्रीय बल न्यूटन के किस नियम का उदाहरण है	द्वितीय नियम	प्रथम नियम	तृतीय नियम	सभी
English	52	who has given the ' anticipatory' Theory	Stern	Karl Groose	Shiller	Petrick
Hindi	52	पूर्वानुमान' का सिद्धांत किसने दिया ?	स्टर्न	कार्ल ग्रूस	शिलर	पेट्रीक
English	53	Wrestling player mostly used which equilibrium in a Wrestling Technique	Stable equilibrium	un-stable equilibrium	speed equilibrium	None of them
Hindi	53	कुश्ती का खिलाड़ी दांव लगाने के लिए सबसे अधिक किस संतुलन का प्रयोग करता है	स्थायी संतुलन	अस्थायी संतुलन	गति संतुलन	इनमें से कोई नहीं
English	54	Which of the following does not come under Types of Strength	Specific strength	Explosive strength	strength Endurance	Maxium strength
Hindi	54	निम्न में से कौनसा शक्ति का प्रकार नहीं है	विशिष्ट शक्ति	विस्फोटक शक्ति	सहनशीलता शक्ति	अधिकतम शक्ति
English	55	"Speed Play" is also known as	Weight Training	Pressure Training	Interval Training	Fartlek Training
Hindi	55	"स्पीड प्ले" को अन्य किस नाम से जानते हैं	भर प्रशिक्षण	प्रेसर प्रशिक्षण	इंटरवेल प्रशिक्षण	फार्टलेक प्रशिक्षण
English	56	Which of the following method of Endurance Improvement?	Competition and control method	Interval method	both Competition and control method and Interval method	None of them
Hindi	56	निम्न में से कौनसी सहनशीलता को विकसित करने की विधि है	स्पर्धा एवं नियंत्रण पद्धति	अन्तराल पद्धति	स्पर्धा एवं नियंत्रण पद्धति एवं अन्तराल पद्धति दोनों	इनमें से कोई नहीं
English	57	The amount of boold which is pushed out from the heart in a one stroke is called	Cardiac out put	Stroke volume	Heart sound	Residual volume
Hindi	57	रक्त की मात्रा जो एक आघात द्वारा हृदय से बाहर की ओर धकेली जाती अहै वह कहलाती है	हृदय निकास	आघात आयतन	हृदय ध्वनि	अपशिष्ट आयतन
English	58	Study of function of the Body	Kinesiology	Anatomy	Physiology	Psychology
Hindi	58	शरीर के कार्य का अध्ययन है	गति विज्ञान	शरीर रचना विज्ञान	शरीर क्रिया विज्ञान	मनोविज्ञान
English	59	Alveloi' is related to	Digestive system	Respiratory system	circulatory system	Skeleton System
Hindi	59	"अल्वियोलाई" का सम्बन्ध है	पाचन तंत्र से	स्वसन तंत्र से	परिसंचरण से	कंकाल तंत्र से
English	60	O ₂ debt' is discovered by	V.A. Joseph	V.A. Holmer	A.V. Hill	John Watson
Hindi	60	"ऑक्सीजन कर्ज" का अविष्कार किसके द्वारा किया गया	वी.ए. जोसफ	वी. ए. होल्मर	ए. वी. हिल	जॉन वाटसन

Language	Q.No.	Question	Option-1	Option-2	Option-3	Option-4
English	61	Who know as mother of All Games	Cricket	Swimming	Gymnastic	Chess
Hindi	61	समस्त खेलों की मां कौन है	क्रिकेट	तेराकी	जिमनास्टिक	शतरंज
English	62	Natural Motivation is also known as	Intrinsic	Extrinsic	Self assertion	Self actualization
Hindi	62	प्राकृतिक अभिप्रेरणा को किस नाम से जानते हैं	आन्तरिक	बाह्य	शक्ति प्रदर्शन	आत्म अभिव्यक्ति
English	63	Example of Ball and Socket Joint is	Hip joint	Shoulder joint	Elbow joint	both Hip joint and Shoulder joint
Hindi	63	बाल एवं सॉकेट जोड़ का उदाहरण है	कुल्हे की संधि	कंधे की संधि	कोहनी की संधि	कुल्हे की संधि एवं कंधे की संधि दोनों
English	64	Percentage of plasma in blood	40% to 50%	50% to 60%	60% to 70%	70% to 80%
Hindi	64	रक्त में प्लाज्मा का प्रतिशत	40% -50%	50% - 60%	60% - 70%	70% - 80%
English	65	Pushing against the stationery wall is an example of	Isometric exercise	Isotonic exercise	Isokinetic exercise	All of them
Hindi	65	दीवार को धकेलना का उदाहरण है	आइसोमेट्रिक व्यायाम	आइसो टोनिक व्यायाम	आइसोकाइनेटिक	सभी
English	66	Persona' word is derived from which language?	German	Roman	Latin	Hindi
Hindi	66	परसोना' शब्द किस भाषा से लिया गया है	जर्मन	रोमन	लातिन	हिंदी
English	67	Anabolic steroids affect directly	Heart	Muscle	Brain	Lungs
Hindi	67	प्रत्यक्ष रूप से एनाबोलिक स्टेरोइड्स से प्रभावित है	हृदय निकास	मांसपेशी	मस्तिष्क	फेफड़े
English	68	Introvert person interested in	interest in itself	Social work	Physical work	other person
Hindi	68	अन्तर्मुखी व्यक्तित्व वाले व्यक्ति रुचि रखते हैं	स्वयं अपने में	सामाजिक कार्य में	शारीरिक कार्य में	अन्य व्यक्ति में
English	69	Find out which is not Kretschmer's classification	Asthenic	Athletic	Choleric	Picnic
Hindi	69	निम्न में से कौनसा क्रेश्मर कृत वर्गीकरण नहीं है	एस्थेनिक	एथलेटिक	कोलेरिक	पिकनिक
English	70	The Lower Chamber of heart is called-	Ventricle	Atrial	both Ventricle and Atrial	None of them
Hindi	70	हृदय का निचला प्रकोष्ठ (चैम्बर) कहलाता है	निलय	आलिन्द	निलय एवं आलिन्द दोनों	इनमें से कोई नहीं
English	71	"Biceps muscle" is situated at	Upper extremity	Lower extremity	Back side	None of them
Hindi	71	"बाइसेप्स मांसपेशी" स्थित होती है	उपरी शाखा में	निचली शाखा में	पीछे की तरफ	इनमें से कोई नहीं
English	72	"Biceps muscle" is	Involuntary muscle	Voluntary muscle	cardiac Muscle	None of them
Hindi	72	"बाइसेप्स मांसपेशी" है	अनेच्छक पेशी	ऐच्छक पेशी	हृदयी पेशी	इनमें से कोई नहीं
English	73	Calf Muscle is also known as -	Biceps	Triceps	Deltoid	Gastronimious
Hindi	73	काफ पेशी' को अन्य किस नाम से जानते हैं	बाइसेप्स	ट्राइसेप्स	डेलटाइड	गेस्त्रोनिमिअस
English	74	Find out which is not types of Pressure Massage	Kneading	Petrissage	Percussion	Friction
Hindi	74	निम्न में से कौनसा प्रेशर मसाज (मालिश) का प्रकार नहीं है	नीडिंग	पेट्रीसाज	परकुशन	फ्रिक्शन

Language	Q.No.	Question	Option-1	Option-2	Option-3	Option-4
English	75	Find out which is not types of Kneading massage	Squeezing	Stationary	Circular	Hacking
Hindi	75	निम्न में से कौनसा नीडिंग मसाज (मालिश) का प्रकार नहीं है	स्कुईज़िंग	स्टेशनेरी	सर्कुलर	हैकिंग
English	76	Who was the Pioneer of Medical Gymnastic	Rosseau	Gestalt	Aristotle	Hypocrates
Hindi	76	ओषधि व्यायाम का अन्वेषक कौन था	रूसो	गेस्टालट	अरस्तु	हिप्पोक्रेटस
English	77	Larynx is related to	Digestive system	Excretory system	Respiratory system	Circulatory system
Hindi	77	स्वर तंत्र का सम्बन्ध है	पाचन तंत्र से	उत्सर्जन तंत्र से	श्वसन तंत्र से	परिसंचरण से
English	78	Development of physical education is not related to	Sports & Games	Education	Life	Indiscipline
Hindi	78	शारीरिक शिक्षा का विकास किससे सम्बंधित नहीं है	खेल कूद से	शिक्षा से	जीवन से	अनुशासनहीनता से
English	79	"Isotonic Exercise" is related to	Flexibility	Endurance	Speed	Strength
Hindi	79	"आइसोटोनिक व्यायाम" का सम्बन्ध है	लचीलापन	सहनशीलता	गति	शक्ति
English	80	Method for flexibility Development through	Active Flexibility method	Passive Flexibility Method	both Active Flexibility method and Passive Flexibility Method	none of them
Hindi	80	लचीलापन विकसित करने की विधि कौनसी है	सक्रिय लचीलापन विधि	निष्क्रिय लचीलापन विधि	सक्रिय लचीलापन विधि एवं निष्क्रिय लचीलापन विधि दोनों	इनमें से कोई नहीं
English	81	Find out which is not a Postural Deformity	Scoliosis	Flat Feet	Knock-knee	Legosis
Hindi	81	निम्न में से कौनसी आसन विकृति नहीं है	स्योलियोसिस	फ्लैट फीट	नॉक - नी	लेगोसिस
English	82	Aim of Physical Education is	Physical Development	Mental Development	Social Development	Overa all Development
Hindi	82	शारीरिक शिक्षा का उद्देश्य है	शारीरिक विकास	मानसिक विकास	सामाजिक विकास	सर्वांगीण विकास
English	83	Misconception of Physical Education is	Body Building	Physical Training	both Body Building and Physical Training	None of them
Hindi	83	शारीरिक शिक्षा की भ्रान्ति है	शरीर सौष्ठव	शारीरिक प्रशिक्षण	शरीर सौष्ठव एवं शारीरिक प्रशिक्षण दोनों	इनमें से कोई नहीं
English	84	Study of motion is called	Kinesiology	Psychology	Anatomy	Physiology
Hindi	84	गति का अध्ययन कहलाता है	गति विज्ञान	मनोविज्ञान	शरीर रचना विज्ञान	शरीर क्रिया विज्ञान
English	85	Pace race are related to	Strength	Endurance	Flexibility	Speed
Hindi	85	पैस दौड़ का सम्बन्ध है	शक्ति	सहनशीलता	लचीलापन	गति
English	86	"Ballistic Method" is related to	Strength	Endurance	Flexibility	None of them
Hindi	86	"बैलिस्टिक पद्धति" का सम्बन्ध है	शक्ति	सहनशीलता	लचीलापन	इनमें से कोई नहीं

Language	Q.No.	Question	Option-1	Option-2	Option-3	Option-4	
English	87	"Sports Training is the basic form of preparation of sportsman" given by	Mathweyew	Martin	Watson	J.F. William	
Hindi	87	"क्रीड़ा प्रशिक्षण खिलाड़ी निर्माण करने की तैयारी का आधार है" परिभाषा किसने दी	मेथ्वेयु	मार्टिन	वाटसन	जे. एफ. विलियम	
English	88	5 to 10 days training known as	Meso cycle	Macro cycle	Micro cycle	None of them	
Hindi	88	5 से 10 दिन का प्रशिक्षण कहलाता है	मेसो चक्र	मैक्रो चक्र	माइक्रो चक्र	इनमें से कोई नहीं	
English	89	An Effective Official should be	Immediate decision	Impartiality	Mental Alert	All of them	
Hindi	89	एक प्रभावी निर्णायक को करना चाहिए	शीघ्र निर्णय	निष्पक्षता	मानसिक सजकता	सभी	
English	90	Who invented Weight Training?	Gosta Holmer	Fedrick Yahn	Watson	Morgon	
Hindi	90	भार प्रशिक्षण का अविष्कार किसने किया	गोस्टा होल्मर	फेडरिक यान	वाटसन मॉर्गन	मॉर्गन	
English	91	Which is an important content of physical fitness?	Taking rest	Speed	Jogging	Sprint	
Hindi	91	शारीरिक दक्षता का महत्वपूर्ण घटक कौनसा है ?	आराम करना	गति	जॉगिंग	स्प्रिंट	
English	92	How many types of flexibility?	One	Two	Three	Four	
Hindi	92	लचीलापन (लचकता) कितने प्रकार की होती है		1	2	3	4
English	93	"Circuit Training" method developed by	Gosta Holmer	Morgan and Adamson	Fedrick yahn	None of them	
Hindi	93	"सर्किट ट्रेनिंग" विधि विकास किसने किया	गोस्टा होल्मर	मॉर्गन एवं एडम्सन	फेडरिक यान	इनमें से कोई नहीं	
English	94	The largest training cycle is called	Micro cycle	Macro cycle	Meso cycle	None of them	
Hindi	94	सबसे लम्बा प्रशिक्षण चक्र कहलाता है	माइक्रो चक्र	मैक्रो चक्र	मेसो चक्र	इन में से कोई नहीं	
English	95	How many types of massage		2	4	6	8
Hindi	95	मालिश के कितने प्रकार हैं		2	4	6	8
English	96	Who invented volleyball?	James Broad	William G. Morgan	James Smith	Harris Brown	
Hindi	96	वाॅलीबॉल की खोज किसने की?	जेम्स ब्रॉड	विलियम जी. मोरगन	जेम्स स्मिथ	हेरिश ब्राउन	
English	97	In which year Volleyball Federation of India was established?		1948	1949	1959	1951
Hindi	97	किस वर्ष में भारतीय वाॅलीबॉल फेडरेशन की स्थापना हुई		1948	1949	1950	1951
English	98	At which place First World Championship of Volleyball takes place	Czechoslovakia	Tokyo	New York	London	
Hindi	98	वाॅलीबॉल की प्रथम विश्व चैंपियन किस स्थान पर आयोजित हुई	चेकोस्लोवाकिया	टोक्यो	न्यूयॉर्क	लन्दन	
English	99	In which year International Volleyball Federation was constituted		1947	1951	1952	1964

Language	Q.No.	Question	Option-1	Option-2	Option-3	Option-4
Hindi	99	अन्तराष्ट्रीय वॉलीबॉल फेडरेशन का गठन किस वर्ष हुआ	1947	1951	1952	1964
English	100	In which year Volleyball Game was included in Olympics	1960	1964	1968	1972
Hindi	100	वॉलीबॉल खेल को ओलिंपिक में किस वर्ष शामिल किया गया	1960	1964	1968	1972
English	101	At which place First National Championship of Volleyball held	Delhi	Mumbai	Chennai	Calcutta
Hindi	101	वॉलीबॉल की प्रथम राष्ट्रीय प्रतियोगिता किस स्थान पर हुई	दिल्ली	मुंबई	चेन्नई	कलकत्ता
English	102	What is the Height of Antenna	1.78 metre	1.80 metre	1.82 metre	1.84 metre
Hindi	102	एंटीना की ऊंचाई कितनी होती है	1.78 मीटर	1.80 मीटर	1.82 मीटर	1.84 मीटर
English	103	What is the breadth aof Volleyball Court	5 metre	7 metre	9 metre	11 metre
Hindi	103	वॉलीबॉल कोर्ट की चौड़ाई कितनी होती है	5 मीटर	7 मीटर	9 मीटर	11 मीटर
English	104	What is the breadth of Net	1 metre	2 metre	3 metre	4 metre
Hindi	104	नेट की चौड़ाई कितनी होती है	1 मीटर	2 मीटर	3 मीटर	4 मीटर
English	105	In which year Beach Volleyball is included in Olympics	1992	1996	2000	2004
Hindi	105	बीच वॉलीबॉल को किस वर्ष को ओलिंपिक में शामिल किया गया	1992	1996	2000	2004
English	106	What is the standard height of Net for men	2.41 metre	2.42 metre	2.43 metre	2.44 metre
Hindi	106	पुरुषों के लिए नेट की स्टैंडर्ड ऊंचाई कितनी होती है	2.41 मीटर	2.42 मीटर	2.43 मीटर	2.44 मीटर
English	107	What is the circumference of the ball	61 cm to 62 cm	63 cm to 64 cm	65 cm to 67 cm	68 cm to 70 cm
Hindi	107	बॉल की परिधि कितनी होती है	61 से. मी. से 62 से. मी.	63 से. मी. से 64 से. मी.	65 से. मी. से 67 से. मी.	68 से. मी. से 70 से. मी.
English	108	What should be the pressure of air in the ball	0.25 to 0.30 kg/cm ²	0.30 to 0.35 kg/cm ²	0.35 to 0.40 kg/cm ²	0.40 to 0.45 kg/cm ²
Hindi	108	बॉल में हवा का कितना प्रेशर होना चाहिए	0.25 से 0.30 किलोग्राम/सेन्टीमीटर ²	0.30 से 0.35 किलोग्राम /सेन्टीमीटर ²	0.35 से 0.40 किलोग्राम /सेन्टीमीटर ²	0.40 से 0.45 किलोग्राम /सेन्टीमीटर ²
English	109	What is the weight of the ball	220 gm to 250 gm	260 gm to 280 gm	290 gm to 320 gm	330 gm to 360 gm
Hindi	109	बॉल का भार कितना होता है	220 ग्राम से 250 ग्राम	260 ग्राम से 280 ग्राम	290 ग्राम से 320 ग्राम	330 ग्राम से 360 ग्राम
English	110	How many time outs can be taken in one set	1 Time out	2 Time out	3 Time out	None of them
Hindi	110	एक टीम एक सेट में कितने टाइम आउट ले सकती है	1 टाइम आउट	2 टाइम आउट	3 टाइम आउट	इनमें से कोई नहीं
English	111	How many atotal players are there in a team	6	8	10	12

Language	Q.No.	Question	Option-1	Option-2	Option-3	Option-4
Hindi	111	वॉलीबॉल टीम में कुल कितने खिलाड़ी होते हैं	6	8	10	12
English	112	How many sets are there in a volleyball match	4 set	5 set	6 set	7 set
Hindi	112	वॉलीबॉल के मैच में कितने सेट होते हैं	4 सेट	5 सेट	6 सेट	7 सेट
English	113	What is the accurate height of poles from the ground	2.45 metre	2.50 metre	2.55 metre	2.60 metre
Hindi	113	मैदान की सतह से पोल्स की वास्तविक ऊंचाई कितनी होती है	2.45 मीटर	2.50 मीटर	2.55 मीटर	2.60 मीटर
English	114	What is the standard Volleyball formation for beginners(players)	"4-2"	"5-1"	"6-2"	None of them
Hindi	114	प्रारंभिक (बिगिनर्स) के लिए कौनसा स्टैण्डर्ड वॉलीबॉल फार्मेशन होता है	"4 -2"	"5 -1"	"6 -2"	इनमें से कोई नहीं
English	115	In which year libero player was introduced	1995	1996	1997	1998
Hindi	115	किस वर्ष में लिब्रो खिलाड़ी की शुरुआत हुई	1195	1996	1997	1998
English	116	Libero player is specialized in which skill	Attacking skill	Defensive skill	Blocking skill	Serving skill
Hindi	116	लिब्रो खिलाड़ी किस कौशल में महारथ होता है	अटैकिंग स्किल	डिफेंसिव स्किल	ब्लॉकिंग स्किल	सर्विंग स्किल
English	117	Libero player replaces from	Front-Row Players	Back-Row Players	Both Front-Row Players and Back-Row Players	None of them
Hindi	117	लिब्रो खिलाड़ी बदल सकता है	अग्रिम पंक्ति के खिलाड़ियों से	पिछली पंक्ति के खिलाड़ियों से	अग्रिम पंक्ति के खिलाड़ियों से और पिछली पंक्ति के खिलाड़ियों से दोनों	इनमें से कोई नहीं
English	118	What is the duration of a time - out for rest	10 second	20 second	30 second	40 second
Hindi	118	आराम हेतु टाइम आउट की अवधि कितनी होती है	10 सेकंड	20 सेकंड	30 सेकंड	40 सेकंड
English	119	How many substitution for one set	2	4	6	8
Hindi	119	सबस्टीट्यूशन को एक सेट में कितने खिलाड़ी बदल (सबस्टीट्यूशन) सकते हैं	2	4	6	8
English	120	The basick skills used in volleyball are	Serving	Passing	Diving	All of them
Hindi	120	वॉलीबॉल में प्रयोग की जाने वाली बेसिक स्किल है	सर्विंग	पासिंग	डाइविंग	सभी
English	121	What is the time-limit of Interval between Fourth and fifth set	2 minute	3 minute	4 minute	5 minute
Hindi	121	चौथे और पांचवें सेट में कितने समय का अन्तराल होता है	2 मिनट	3 मिनट	4 मिनट	5 मिनट
English	122	Who is the Arjuna Awardee of volleyball in 2002	P.V. Raman	Amir singh	Sukhpal Singh	Nripjit Singh

Language	Q.No.	Question	Option-1	Option-2	Option-3	Option-4
Hindi	122	2002 में वॉलीबॉल का अर्जुन पुरस्कार किसे मिला	पी.वी. रमण	अमीर सिंह	सुखपाल सिंह	नृपजीत सिंह
English	123	Who was awarded Dronacharya Award in 1995	R. K. Purohit	Dalel Singh Chauhan	M. Sham Sunder Rao	Abdul Bashid
Hindi	123	1995 में द्रोणाचार्य अवार्ड किसको मिला	आर.के. पुरोहित	दलेल सिंह चौहान	एम. शाम. सुंदर राव	अब्दुल बशीद
English	124	Rotation takes place	Before the change of service	After the change of service	Both Before the change of service and After the change of service	None of them
Hindi	124	रोटेशन होता है	सर्विस बदलने से पहले	सर्विस बदलने के बाद	सर्विस बदलने से पहले और सर्विस बदलने के बाद दोनों	इनमें से कोई नहीं
English	125	For one Rally Libero players plays in Zone	1, 6, 5	5, 4, 3	3, 2, 1	None of them
Hindi	125	लिब्रो खिलाड़ी एक रैली में इस जोन में खेलता है	1, 6, 5	5, 4, 3	3, 2, 1	इनमें से कोई नहीं
English	126	Which player is not allowed to take part in rotation	Smasher	Booster	Blocker	Libero
Hindi	126	कौनसा खिलाड़ी रोटेशन में भाग नहीं ले सकता	स्मशर	बूस्टर	ब्लॉकर	लिब्रो
English	127	Which team is the winner of 63 rd Senior National Volleyball Men Championship	Tamilnadu	Punjab	Haryana	Delhi
Hindi	127	63 वीं सीनियर राष्ट्रीय वॉलीबॉल पुरुष प्रतियोगिता की विजेता टीम कौनसी थी	तमिलनाडु	पंजाब	हरियाणा	दिल्ली
English	128	Currently Indian Senior Men Team is ranked in the world	36 th Rank	37 th Rank	38 th Rank	39 th Rank
Hindi	128	वर्तमान में सीनियर पुरुष टीम की वर्ल्ड में रैंकिंग है	36 वीं रैंक	37 वीं रैंक	38 वीं रैंक	39 वीं रैंक
English	129	Who is the President of Volleyball Federation of India	Dhanraj Chaudhary	Awadhesh Kumar Chaudhary	Mool Chand Chaudhary	Ram avtar Jakhar
Hindi	129	भारतीय वॉलीबॉल फेडरेशन से अध्यक्ष कौन है	धनराज चौधरी	अवधेश कुमार चौधरी	मूलचंद चौधरी	रामावतार जाखड़
English	130	In Asia Indian Volleyball team ranked as	Third	Fourth	Fifth	Sixth
Hindi	130	एशिया में भारतीय वॉलीबॉल टीम की रैंकिंग है	तीसरी	चौथी	पांचवीं	छठी
English	131	The ball in the air is called	Volley	Let	Float	None of them
Hindi	131	हवा में बॉल को मरना कहलाता है	वॉली	लेट	फ्लोट	इनमें से कोई नहीं
English	132	Width of centre line of Volleyball Court in Court A is	2.5 cm	3.5 cm	4.5 cm	5 cm
Hindi	132	वॉलीबॉल कोर्ट में कोई 'अ' की सेक्टर लाइन की चौड़ाई होती है	2.5 से. मी.	3.5 से. मी.	4.5 से. मी.	5 से. मी.
English	133	Dotted line of attacking area is	10 cm	15 cm	20 cm	25 cm
Hindi	133	आक्रामक क्षेत्र की डॉट लाइन होती है	10 से. मी.	15 से. मी.	20 से. मी.	25 से. मी.

Language	Q.No.	Question	Option-1	Option-2	Option-3	Option-4
English	134	Light needed for Volleyball Court	1-500 luxes (watt)	500-1000 luxes (watt)	1000 - 1500 luxes (watt)	None of them
Hindi	134	वॉलीबॉल कोर्ट में लाइट की आवश्यकता होती है	1-500 लक्सेस (वाॅट)	500 -1000 लक्सेस (वाॅट)	1000 - 1500 लक्सेस (वाॅट)	इनमें से कोई नहीं
English	135	In Volleyball kit T-shirts Numbers starts from	1 to 12	1 to 16	1 to 20	1 to 24
Hindi	135	वॉलीबॉल किट की टी-शर्ट पर नंबर प्रारम्भ होते हैं	1 से 12	1 से 16	1 से 20	1 से 24
English	136	How many maximum balls are used in a match		2	3	4
Hindi	136	एक मैच में अधिकतम कितनी बॉल्स का प्रयोग किया जाता है		2	3	4
English	137	Volleyball Net should be tie in	2 ropes	3 ropes	4 ropes	None of them
Hindi	137	वॉलीबॉल नेट को बांधा जाता है	2 रोप से	3 रोप से	4 रोप से	इनमें से कोई नहीं
English	138	What is the colour of Antena	Red and White	White and Black	White and yellow	Red and Orange
Hindi	138	एन्टिना का रंग होता है	लाल और सफ़ेद	सफ़ेद और काला	सफ़ेद और पीला	लाल और नारंगी
English	139	Length aof Service Area of Volleyball is of	6 meter	7 meter	8 meter	9 meter
Hindi	139	वॉलीबॉल में सर्विस एरिया की लम्बाई होती है	6 मीटर	7 मीटर	8 मीटर	9 मीटर
English	140	The distance of Attacking Line to Centre Line is	2 meter	3meter	6 meter	None of them
Hindi	140	आक्रामक रेखा से मध्य रेखा की दूरी होती है	2 मीटर	3 मीटर	6 मीटर	इनमें से कोई नहीं
English	141	Antena is fixed in a Net in such a way that it remain above the height of	70 cm	80 cm	90 cm	None of them
Hindi	141	एन्टिना को नेट में इस तरह लगाया जाता है कि उसकी नेट से ऊंचाई है	70 सेंटीमीटर	80 सेंटीमीटर	90 सेंटीमीटर	इनमें से कोई नहीं
English	142	Players stands in this formation	-----> 4 3 2 5 6 1	-----> 3 4 5 2 1 6	-----> 2 3 4 1 6 5	None of them
Hindi	142	खिलाड़ी इस फार्मेशन में खड़े होते हैं	-----> 4 3 2 5 6 1	-----> 3 4 5 2 1 6	-----> 2 3 4 1 6 5	इनमें से कोई नहीं
English	143	In Indian Volleb League how many teams are there	4 teams	5 teams	6 teams	8 teams
Hindi	143	भारतीय वॉली लीग में कितनी टीम हैं	4 टीम	5 टीम	6 टीम	8 टीम
English	144	National Club Volleball Championship of 2015 held at	Maharashtra	Kerala	Haryana	Delhi
Hindi	144	2015 की राष्ट्रीय क्लब वॉलीबॉल प्रतियोगिता आयोजित हुई	महाराष्ट्र	केरल	हरियाणा	दिल्ली
English	145	In which year India cam second in World Youth Championship		2001	2002	2003
						2004

Language	Q.No.	Question	Option-1	Option-2	Option-3	Option-4
Hindi	145	भारत ने विश्व यूथ चैंपियनशिप में द्वितीय स्थान किस वर्ष प्राप्त किया	2001	2002	2003	2004
English	146	What is the role of Booster in Volleyball	Hits the ball	Lifts the ball	Pass the ball	None of them
Hindi	146	वॉलीबॉल में बूस्टर की क्या भूमिका होती है	बॉल हिट करना	बॉल लिफ्ट करना	बॉल पास देना	इनमें से कोई नहीं
English	147	In which country Volleyball Game was included in Olympic Games	Berlin	Japan	Athens	Czechoslovakia
Hindi	147	वॉलीबॉल को कौनसे देश से ओलिंपिक खेलों में शामिल किया गया	बर्लिन	जापान	एथेंस	चेकोस्लोवाकिया
English	148	Which trophy is related to National Women Volleyball Championship	Santosh Trophy	Begum Hajrat Mal Trophy	Poornima Trophy	None of them
Hindi	148	वॉलीबॉल की राष्ट्रीय महिला चैंपियनशिप हेतु कौनसी ट्रॉफी होती है	संतोष ट्रॉफी	बेगम हजरत मल ट्रॉफी	पूर्णिमा ट्रॉफी	इनमें से कोई नहीं
English	149	In which year Volleyball was invented	1885	1890	1895	1899
Hindi	149	किस वर्ष में वॉलीबॉल का अविष्कार हुआ	1885	1890	1895	1899
English	150	What is the size of mesh in volleyball	5 cm	10 cm	15 cm	20 cm
Hindi	150	वॉलीबॉल में जल के खाने का आकार कितना होता है	5 सेंटीमीटर	10 सेंटीमीटर	15 सेंटीमीटर	20 सेंटीमीटर