

DU BPED

Sr.No	Question Id	Question Description	Question Body	Options
1	13636	DU_J19_BPED_Q01	All of the following are the nutrients found in food, except निम्नलिखित सभी खाद्य पदार्थों में पाए जाने वाले पोषक तत्व हैं, सिवाय इसके	24541:Plasma / प्लाज्मा, 24542:Proteins / प्रोटीन, 24543:Carbohydrates / कार्बोहाइड्रेट, 24544:Vitamins / विटामिन,
2	13637	DU_J19_BPED_Q02	Our body needs vitamins and minerals because हमारे शरीर को विटामिन और खनिज की आवश्यकता होती है क्योंकि	24545:They give the body energy / वे शरीर को ऊर्जा देते हैं, 24546:They help carry out metabolic reactions / वे चयापचय प्रतिक्रियाओं को पूरा करने में मदद करते हैं, 24547:They insulate the body organs / वे शरीर के अंगों को इंसुलेट करते हैं, 24548:They withdraw heat from body / वे शरीर से गर्मी निकालते हैं,
3	13638	DU_J19_BPED_Q03	Unit of energy that indicates the amount of energy contained in food ऊर्जा की इकाई जो भोजन में निहित ऊर्जा की मात्रा को इंगित करती है	24549:Label / लेबल , 24550:Food guide pyramid / खाद्य गाइड पिरामिड , 24551:Calorie / कैलोरी , 24552:Basket / टोकरी ,
4	13639	DU_J19_BPED_Q04	Food group that is the best source of energy खाद्य समूह जो ऊर्जा का सबसे अच्छा स्रोत है	24553:Meat group / मांस समूह ,

				24554:Fats, oils and sweets / वसा, तेल और मिठाई , 24555:Breads and cereals / ब्रेड और अनाज , 24556:Milk and cheese / दूध और पनीर ,
5	13640	DU_J19_BPED_Q05	Citrus fruits are the excellent source of खट्टे फल का उत्कृष्ट स्रोत हैं	24557:Calcium / कैल्शियम , 24558:Ascorbic Acid / एस्कॉर्बिक एसिड , 24559:Thiamine / थायमिन , 24560:Calories / कैलोरी ,
6	13641	DU_J19_BPED_Q06	This nutrient is needed for making hormones, healthier skin and to make cell membranes. हार्मोन, स्वस्थ त्वचा और कोशिका झिल्ली बनाने के लिए इस पोषण की आवश्यकता होती है।	24561:Fat / वसा , 24562:Carbohydrates / कार्बोहाइड्रेट , 24563:Fiber / रेशा , 24564:Cobalamin / कोबलामिन ,
7	13642	DU_J19_BPED_Q07	Which food item has calcium? किस खाद्य पदार्थ में कैल्शियम होता है?	24565:Honey / शहद , 24566:Milk / दूध , 24567:Sugar / चीनी , 24568:Potato / आलू ,
8	13643	DU_J19_BPED_Q08	What is meant by communicable disease? संचारी रोग से क्या अभिप्राय है?	24569:A disease that is contagious and which can be transmitted from one source to another / एक बीमारी जो संक्रामक होती है और जिसे एक स्रोत से दूसरे में स्थानांतरित किया जा सकता है ,

				24570:A patient contacts a condition from a health care provider / एक रोगी एक स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता से एक स्थिति से संपर्क करता है , 24571:A genetic condition that is passed through the family / एक आनुवांशिक स्थिति जो परिवार के लिए कठिन होती है , 24572:A patient communicates a condition to his doctor or other health caregiver / एक मरीज अपने चिकित्सक या अन्य स्वास्थ्य देखभालकर्ता के लिए एक स्थिति का संचार करता है ,
9	13644	DU_J19_BPED_Q09	Malaria is spread by मलेरिया द्वारा फैलता है	24573:Male mosquitoes / नर मच्छर , 24574:Female mosquitoes / मादा मच्छर , 24575:Both Male and Female mosquitoes / नर और मादा दोनों मच्छर , 24576:Dirty water and food / गंदा पानी और भोजन ,
10	13645	DU_J19_BPED_Q10	What are the 2 example of non-communicable diseases?गैर-संचारी रोगों के 2 उदाहरण क्या हैं?	24577:Flu, Obesity / फ्लू, मोटापा, 24578:Cancer, High blood pressure / कैंसर, उच्च रक्तचाप,

				24579:Sorethroat, Osteoarthritis / गलेमेंखराश, ऑस्टियोआर्थराइटिस, 24580:Asthma, Measles / अस्थमा, मीजल्स,
11	13735	DU_J19_BPED_Q100	If during training, the muscles are overloaded for increasing strength, super-compensation will take place यदि प्रशिक्षण के दौरान, मांसपेशियों को ताकत बढ़ाने के लिए अतिभारित किया जाता है, तो सुपर-क्षतिपूर्ति होगी	24937:In the area of endurance also / धीरज के क्षेत्र में भी , 24938:In all areas of fitness / फिटनेस के सभी क्षेत्रों में , 24939:In the related areas / संबंधित क्षेत्रों में , 24940:Only in the area of strength / केवल ताकत के क्षेत्र में ,
12	13646	DU_J19_BPED_Q11	Common Cold and Influenza are caused by कॉमन कोल्ड और इन्फ्लुएंजा के कारण होता है	24581:Overeating / ज्यादा खा , 24582:Bacteria / जीवाणु , 24583:Viruses / वायरस , 24584:Exposure to toxins / विषाक्त पदार्थों के संपर्क में ,
13	13647	DU_J19_BPED_Q12	What is the term for a disease caused by uncontrolled cell growth अनियंत्रित कोशिका वृद्धि के कारण होने वाली बीमारी के लिए क्या शब्द है	24585:Cancer / कैंसर , 24586:Meningitis / मस्तिष्कावरणशोथ , 24587:Heart attack / दिल का दौरा , 24588:Stroke / आघात ,
14	13648	DU_J19_BPED_Q13	The following are the postural deformities except इसके अलावा निम्नलिखित विकृति हैं	24589:Lordosis / अग्रकुब्जता , 24590:Kyphosis / कुब्जता , 24591:Scoliosis / स्कोलियोसिस ,

				24592:Osteoarthritis / ऑस्टियोआर्थराइटिस ,
15	13649	DU_J19_BPED_Q14	Postural dysfunction contributing factors are the following, except पोस्टुरल डिस्फंक्शन योगदान कारकों को छोड़कर कर रहे हैं	24593:Sedentary life style / आसीन जीवन शैली , 24594:Lack of awareness about correct posture / सही मुद्रा के बारे में जागरूकता की कमी , 24595:Physical fitness / शारीरिक फिटनेस , 24596:Joint stiffness / जोड़ों का अकड़ जाना ,
16	13650	DU_J19_BPED_Q15	Maximum carbohydrates are obtained from अधिकतम कार्बोहाइड्रेट प्राप्त होते हैं	24597:Whole grain food / साबुत अनाज खाना , 24598:Fatty Fish / फैटी मछली , 24599:Plant oil / पौधे का तेल , 24600:Nuts / नट्स ,
17	13651	DU_J19_BPED_Q16	According to food guide pyramid, fat oils and sweets should be used फूड गाइड के अनुसार पिरामिड फैट ऑयल और मिठाइयों का इस्तेमाल किया जाना चाहिए	24601:2-3 servings / 2-3 सर्विंग्स , 24602:Frequently / बार बार , 24603:Sparingly / किफ़ायत से , 24604:2-4 servings / 2-4 सर्विंग ,
18	13652	DU_J19_BPED_Q17	The following are good sources of proteins ,except निम्नलिखित प्रोटीन के अच्छे स्रोत हैं	24605:Fish / मछली , 24606:Poultry / पोल्ट्री , 24607:Nuts / नट्स , 24608:Jaggery / गुड़ ,
19	13653	DU_J19_BPED_Q18	A diet containing right amount of energy, carbohydrate, protein, fat, fiber, vitamin, minerals and water to fulfill the requirement of the body is called शरीर की आवश्यकता को पूरा करने के लिए एक	24609:Nutrition / पोषण , 24610:Balanced diet / संतुलित आहार ,

			called शरीर की आवश्यकता को पूरा करने के लिए ऊर्जा, कार्बोहाइड्रेट, प्रोटीन, वसा, फाइबर, विटामिन, खनिज और पानी की सही मात्रा वाले आहार को कहा जाता है।	24611:Perfect diet / संपूर्ण आहार , 24612:Food pyramid / खाद्य पिरामिड ,
20	13654	DU_J19_BPED_Q19	Essential amino acids are आवश्यक अमीनो एसिड होते हैं	24613:Required for protein synthesis but cannot be made by the body / प्रोटीन संश्लेषण के लिए आवश्यक है लेकिन शरीर द्वारा नहीं बनाया जा सकता है , 24614:Naturally occurring substances that function in fighting infection / स्वाभाविक रूप से होने वाले पदार्थ जो संक्रमण से लड़ने में काम करते हैं , 24615:Important components of carbohydrates, fat and proteins / कार्बोहाइड्रेट, वसा और प्रोटीन के महत्वपूर्ण घटक , 24616:High energy nutrients that promote growth and development / उच्च ऊर्जा पोषण जो विकास और विकास को बढ़ावा देते हैं ,

21	13655	DU_J19_BPED_Q20	Which of the following processes characterizes the level of disease prevention known as tertiary prevention? निम्नलिखित में से कौन सी प्रक्रिया तृतीयक रोकथाम के रूप में ज्ञात रोग रोकथाम के स्तर की विशेषता है?	24617:Prevention of disease before its biological onset / इसकी जैविक शुरुआत से पहले रोग की रोकथाम , 24618:Prevention of disease progression and additional complications after overt clinical disease occurs / डिम्बग्रंथि नैदानिक रोग होने के बाद रोग की प्रगति और अतिरिक्त जटिलताओं की रोकथाम , 24619:Prevention of clinical illness through the early and a symptomatic detection and remediation of certain disease conditions / प्रारंभिक और एक रोगसूचकता का पता लगाने और कुछ रोग स्थितियों की संगोष्ठी के माध्यम से नैदानिक बीमारी की रोकथाम , 24620:Prevention of illness through appropriate individual and group behaviour modification / उपयुक्त व्यक्तिगत और समूह व्यवहार संशोधन के माध्यम से बीमारी की रोकथाम ,
----	-------	-----------------	--	---

22	13656	DU_J19_BPED_Q21	For a bleeding open wound we should- खून के खुले घाव के लिए हमें चाहिए-	24621:Allow the wound to bleed in order to minimize infection / संक्रमण को कम करने के लिए घाव को बहने दें , 24622:Use a tourniquet to stop all blood flow / सभी रक्त प्रवाह को रोकने के लिए एक टूर्निकेट का उपयोग करें , 24623:Apply direct and appropriate pressure and elevate area (if no broken bones) / प्रत्यक्ष और उपयुक्त दबाव और ऊंचाई क्षेत्र (यदि कोई टूटी हुई हड्डी नहीं है) लागू करें , 24624:Apply ice / बर्फ लगाओ ,
23	13657	DU_J19_BPED_Q22	In continuous compression CPR or CPR 10, the following should be done निरंतर संपीड़न में सीपीआर या सीपीआर 10 निम्नलिखित किया जाना चाहिए	24625:Chest compression at the rate of 100 times per minutes / प्रति मिनट 100 बार की दर से सीने में संपीड़न , 24626:Breathing and chest compression at the rate of 60 times per minutes / प्रति मिनट 60 बार की दर से श्वास और छाती संपीड़न , 24627:Chest compression at the rate of 60 beats per minutes / 60 बीट्स प्रति मिनट की दर से सीने में संपीड़न ,

				24628:Breathing and chest compression off and on / श्वास और छाती की संपीड़न बंद और चालू ,
24	13658	DU_J19_BPED_Q23	In case of burn ,you should जलने के मामले में आपको चाहिए	24629:Flush with large amount of cold water / ठंडे पानी की बड़ी मात्रा के साथ फ्लश , 24630:Apply ice / बर्फ लगाओ , 24631:Apply Colgate / कोलगेट लगायें , 24632:Apply Burnol / बर्नोल लगाना ,
25	13659	DU_J19_BPED_Q24	Which one of the following are examples of personal hygiene?निम्नलिखित में से कौन व्यक्तिगत स्वच्छता के उदाहरण हैं?	24633:Talking case of your body, cleaning yourself / अपने शरीर के बारे में बात करना, खुद को साफ करना , 24634:Applying perfumes / इत्र लगाना , 24635:Applying deodorants / डियोड्रेंट लगाना , 24636:Applying powders / चूर्ण लगाने से
26	13660	DU_J19_BPED_Q25	Which of the following is a good source of iron निम्नलिखित में से कौन सा लोहे का अच्छा स्रोत है	24637:Fruits / फल , 24638:Green vegetables / हरी सब्जियाँ , 24639:Tomato / टमाटर , 24640:Beet root / चुकंदर ,
27	13661	DU_J19_BPED_Q26	Which of the following item has fibers? निम्नलिखित में से किस आइटम में फाइबर होते हैं?	24641:Eggs / अंडे , 24642:Fish / मछली , 24643:Sweet corn / स्वीट कॉर्न ,

				24644:Milk / दूध ,
28	13662	DU_J19_BPED_Q27	Prevention of communicable disease includes the following, except संचार बीमारी की रोकथाम में निम्नलिखित शामिल हैं	24645:Control of source / reservoir of infection / संक्रमण के स्रोत / जलाशय का नियंत्रण , 24646:Blocking of channel of transmission / संचरण के चैनल को अवरुद्ध करना , 24647:Health promotion / स्वास्थ्य संवर्धन , 24648:Eating fast food / फास्ट फूड खाना ,
29	13663	DU_J19_BPED_Q28	The following are the principles of health education exceptस्वास्थ्य शिक्षा के सिद्धांत निम्नलिखित हैं सिवाय किसके	24649:Credibility / विश्वसनीयता , 24650:Interest / दिलचस्पी , 24651:Participation / भाग लेना , 24652:Orders / आदेश ,
30	13664	DU_J19_BPED_Q29	The following are the medias of health education except स्वास्थ्य शिक्षा के औसत के निम्नलिखित हैं सिवाय किसके	24653:Television / टेलीविजन , 24654:Radio / रेडियो , 24655:Internet / इंटरनेट , 24656:Seminars / सेमिनार ,
31	13665	DU_J19_BPED_Q30	In panel discussion there is a पैनल चर्चा में एक है	24657:4-8 experts and a large group of audience / 4-8 विशेषज्ञ और दर्शकों का एक बड़ा समूह , 24658:3-5 experts / 3-5 विशेषज्ञ , 24659:A group of 25-30 audience / 25-30 दर्शकों का समूह ,

				24660:Any number of experts with a small group of audience / दर्शकों के एक छोटे समूह के साथ विशेषज्ञों की असीमित संख्या ,
32	13666	DU_J19_BPED_Q31	Meaning of first aid is प्राथमिक चिकित्सा मतलब है	24661:The immediate care / help given before emergency help arrives / आपातकालीन सहायता आने से पहले दी गई तत्काल देखभाल / सहायता , 24662:Treatment of minor ailments / छोटी-मोटी बीमारियों का इलाज , 24663:Prevention of accidents / दुर्घटनाओं की रोकथाम , 24664:Diagnosis of diseases / रोगों का निदान ,
33	13667	DU_J19_BPED_Q32	Which of the following is incorrect regarding the meaning of DRBACH निम्नलिखित में से कौन सा दी आर बी ऐ सी एच के अर्थ के बारे में गलत है	24665:D for Diagnosis / निदान के लिए डी , 24666:B for Breathing / श्वास के लिए बी , 24667:A for Airway / ऐ वायुमार्ग के लिए , 24668:H for Hemorrhage / हेमरेज के लिए एच ,
34	13668	DU_J19_BPED_Q33	In drowning rescue which one is the most appropriate डूबते बचाव में जो सबसे उपयुक्त है	24669:Use of long stick to reach the victim / पीड़ित तक पहुंचने के लिए एक लम्बी लकड़ी का प्रयोग , 24670:Swimming rescue / तैराकी बचाव ,

				24671:Informing the authorities / अधिकारियों को सूचित करना , 24672:Call for help / मदद के लिए पुकारना ,
35	13669	DU_J19_BPED_Q34	The following is not a part of hygiene निम्नलिखित स्वच्छता का हिस्सा नहीं है	24673:Personal hygiene / . व्यक्तिगत स्वच्छता , 24674:Domestic hygiene / घरेलू स्वच्छता , 24675:Mental hygiene / मानसिक स्वच्छता , 24676:Media hygiene / मीडिया स्वच्छता ,
36	13670	DU_J19_BPED_Q35	The following is not key to safer food निम्नलिखित भोजन को सुरक्षित करने के लिए महत्वपूर्ण नहीं है	24677:Safe temperature / सुरक्षित तापमान , 24678:keeping Raw and cooked food together / कच्चा और पका हुआ भोजन साथ में रखना , 24679:Use of safe water / सुरक्षित पानी का उपयोग , 24680:Keep clean / स्वच्छ रहना ,
37	13671	DU_J19_BPED_Q36	Which one among the following is not the commission of International Olympic Committee? अंतर्राष्ट्रीय ओलंपिक समिति का कौन सा आयोग नहीं है?	24681:Team Selection Commission / टीम चयन आयोग , 24682:Athletes Commission / एथलीट आयोग , 24683:Women Commission / महिला आयोग ,

				24684:Ethics Commission / आचार आयोग ,
38	13672	DU_J19_BPED _Q37	The Indian who won the Olympic gold medal. ओलंपिक स्वर्ण पदक जीतने वाले भारतीय	24685:Satpal Singh / सतपाल सिंह , 24686:Abhinav Bindra / अभिनव बिंद्रा , 24687:Sushil Kumar / सुशील कुमार , 24688:Vijay Kumar / विजय कुमार ,
39	13673	DU_J19_BPED _Q38	In which event did Norman Pritchard an Indian win the silver medal in 1900 Olympics Games? भारतीय नॉर्मन प्रिचर्ड जिन्होंने 1900 ओलंपिक खेलों में किस स्पर्धा में सिल्वर मेडल जीता	24689:100m / 100 मीटर , 24690:4×400m relay / 4×400 मीटर रिले , 24691:200m hurdles / 200 मी बाधा दौड़ , 24692:High Jump / ऊँची छलांग ,
40	13674	DU_J19_BPED _Q39	Head quarter of International Olympic Academy is situated at अंतर्राष्ट्रीय ओलंपिक अकादमी का प्रमुख कार्यालय कहाँ पर स्थित है?	24693:Greece / यूनान , 24694:France / फ्रांस , 24695:Rome / रोम , 24696:Switzerland / स्विट्जरलैंड ,
41	13675	DU_J19_BPED _Q40	In which year the International Olympic Academy, was founded? किस वर्ष अंतर्राष्ट्रीय ओलंपिक अकादमी की स्थापना हुई?	24697:1949 , 24698:1959 , 24699:1961 , 24700:1971 ,
42	13676	DU_J19_BPED _Q41	The operational date of NATIONAL OLYMPIC ACADEMY OF INDIA भारत की राष्ट्रीय ओलम्पिक अकादमी की परिचालन तिथि क्या थी?	24701:1980 , 24702:1988 , 24703:1989 , 24704:1990 ,
43	13677	DU_J19_BPED _Q42	Brain is not responsible for मस्तिष्क किसके लिए जिम्मेदार नहीं है	24705:Regulating the heart beat / हृदय की धड़कन को नियमित करना ,

				24706:Critical thinking / गहन सोच , 24707:Guttation / बिंदुस्त्राव , 24708:Balancing the body / शरीर को संतुलित करना ,
44	13678	DU_J19_BPED_Q43	How many events are there in Men synchronized swimming consist of पुरुषों में सिंक्रनाइज़ तैराकी में कितने इवेंट्स शामिल है	24709:Three / तीन , 24710:Two / दो , 24711:One / एक , 24712:Zero / शून्य ,
45	13679	DU_J19_BPED_Q44	How many boxing weight categories for men will be there in the 2020 Olympics? 2020 ओलंपिक में पुरुषों के लिए मुक्केबाजी भार वर्ग कितने होंगे	24713:5 / पाँच , 24714:6 / छह , 24715:7 / सात , 24716:8 / आठ ,
46	13680	DU_J19_BPED_Q45	Harvard step test is a test for measuring हार्वर्ड स्टेप टेस्ट मापने के लिए एक परीक्षण है ...	24717:Leg strength / पैर की ताकत , 24718:Agility / चपलता , 24719:Cardio vascular endurance / हृदय वाहिनी तंत्र की मज़बूती , 24720:Speed of movement / चाल की गति ,
47	13681	DU_J19_BPED_Q46	The 'Pep Talk' is related to 'पेप टॉक' किस से संबंधित है	24721:Physical training / शारीरिक प्रशिक्षण , 24722:Psychological training / मनोवैज्ञानिक प्रशिक्षण , 24723:Physiological training / शरीर-क्रियात्मक प्रशिक्षण , 24724:Social training. / सामाजिक प्रशिक्षण ,
48	13682	DU_J19_BPED_Q47	The recovery process after hard training completes in हार्ड ट्रेनिंग के बाद रिकवरी की प्रक्रिया पूरी हो जाती है	24725:Two phases / दो चरण ,

				24726:Three phases / तीन चरण , 24727:Four phases / चार चरण , 24728:Five phases / पाँच चरण ,
49	13683	DU_J19_BPED_Q48	Which one is not the inherent sports talent factor? कौन सा एक अंतर्निहित खेल प्रतिभा कारक नहीं है?	24729:Body height / शारीरिक लम्बाई , 24730:Body weight / शरीर का वजन , 24731:Reflection / प्रतिबिंब , 24732:Muscles composition / मांसपेशियों की रचना ,
50	13684	DU_J19_BPED_Q49	The Macro cycle, a training cycle is related to मैक्रो चक्र, एक प्रशिक्षण अवधि से सम्बन्धित है	24733:Fortnightly training / पाक्षिक प्रशिक्षण , 24734:Monthly training / मासिक प्रशिक्षण , 24735:Yearly training / वार्षिक प्रशिक्षण , 24736:Biannual training / द्विवार्षिक प्रशिक्षण ,
51	13685	DU_J19_BPED_Q50	The Peaking in sports training is related with खेल प्रशिक्षण में पीकिंग किससे संबंधित है	24737:Tapering for a minor competition / एक मामूली प्रतियोगिता के लिए टेपिंग , 24738:Tapering for a buildup championship / एक बिल्डअप चैम्पियनशिप के लिए टेपिंग , 24739:Tapering for a major championship / एक प्रमुख या चैम्पियनशिप के लिए टेपिंग ,

				24740:Tapering for a minor championship / एक प्रमुख या चैम्पियनशिप के लिए टेपिंग ,
52	13686	DU_J19_BPED_Q51	Plyometric training is performed by प्लायोमेट्रिक्स प्रशिक्षण किसके द्वारा किया जाता है	24741:Extra Weight / अतिरिक्त भार , 24742:Wands / वैंड्स , 24743:Hurdles jump / बाधाएं कूदना , 24744:Rope climbing / रस्सी पर चढ़ना ,
53	13687	DU_J19_BPED_Q52	The most important factor for better reaction time in sports is खेल में बेहतर प्रतिक्रिया समय के लिए सबसे महत्वपूर्ण कारक है	24745:Sharp sense organs / तीव्र इंद्रिय अंग , 24746:Better Skill / बेहतर कौशल , 24747:Better technique / बेहतर तकनीक , 24748:Receptors / रिसेप्टर्स ,
54	13688	DU_J19_BPED_Q53	Which is not the type of Plyometrics exercise? प्लायोमेट्रिक व्यायाम के प्रकार कौन से नहीं है?	24749:On the sport jumping / एक जगह पर कूदना , 24750:Short bounding / शॉर्ट बाउंडिंग , 24751:Depth Jumps / गहराई कूद , 24752:Sprinting / दौड़ लगाना ,
55	13689	DU_J19_BPED_Q54	When does the load adaptation start during sports training? खेल प्रशिक्षण के दौरान लोड अनुकूलन कब शुरू होता है?	24753:Adaptation shall take place if only the fatigue crosses certain limits. / अनुकूलन तब होगा जब केवल थकान कुछ सीमाएं पार कर जाए। ,

				24754:Just after the physical exercises. / शारीरिक व्यायाम के तुरन्त बाद। , 24755:After the physical exercises. / शारीरिक व्यायाम के बाद। , 24756:After the weight training exercises. / वजन प्रशिक्षण अभ्यास के बाद। ,
56	13690	DU_J19_BPED_Q55	Load density is related with लोड घनत्व किस से संबंधित है	24757:No recovery / कोई प्रतिलाभ नहीं , 24758:Less recovery / कम प्रतिलाभ , 24759:More recovery / अधिक प्रतिलाभ , 24760:Optimum recovery / इष्टतम प्रतिलाभ ,
57	13691	DU_J19_BPED_Q56	You have a mixed class of boys and girls which method would you adopt to improve cooperation between them आपके पास उन लड़कों और लड़कियों का एक मिश्रित वर्ग है, उनके बीच सहयोग को बेहतर बनाने के लिए क्या अपनाएंगे	24761:Asking parents to discuss equality / माता-पिता से समानता पर चर्चा करने के लिए कहना , 24762:Talking about equality in lesson / पाठ में समानता की बात करना , 24763:Making boys and girls share a bench / लड़कों और लड़कियों को बेंच बाँटना , 24764:Setting task which have to be done together / सेटिंग कार्य जो एक साथ किया जाना है ,

58	13692	DU_J19_BPED_Q57	Which of the following characteristics is most important in functioning effectively as a natural leader and positive role model in sports and physical education activities? एक प्राकृतिक नेता और खेल और शारीरिक शिक्षा गतिविधियों में सकारात्मक रोलमॉडल के रूप में प्रभावी रूप से कार्य करने में निम्नलिखित में से कौन सी विशेषता सबसे महत्वपूर्ण है?	24765:The ability to talk to others into a particular course of action in an intentional way / जानबूझकर एक विशेष पाठ्य क्रम में दूसरों से बात करने की क्षमता , 24766:A view of leadership as a process for working with problems that need to be solved / समस्याओं को हल करने के लिए एक प्रक्रिया के रूप में नेतृत्व का एक दृष्टिकोण , 24767:The belief that there are right and wrong responses in each situation and intervention is often necessary / यह विश्वास कि प्रत्येक स्थिति में सही और गलत प्रतिक्रियाएँ होती हैं और हस्तक्षेप अक्सर आवश्यक होता है , 24768:The ability to influence a group toward a particular goal in a nonjudgmental, collaborative way / एक समूह को एक विशेष लक्ष्य की तरीके से प्रभावित करने की क्षमता एक गैर-विवेकाधीन, सहयोगी ,
----	-------	-----------------	---	--

59	13693	DU_J19_BPED_Q58	Cooperative games and team sports help promote the development of positive traits and values primarily by providing opportunities in which students can: सहकारी खेल और टीम के खेल मुख्य रूप से छात्रों को सकारात्मक लक्षणों और मूल्यों के विकास को बढ़ावा देने में मदद करते हैं जो छात्रों को अवसर देते हैं	24769:Study and emulate the interpersonal skills of a variety of adult role models. / विभिन्न प्रकार के वयस्क रोलमॉडल के पारस्परिक कौशल का अध्ययन और अनुकरण करना। , 24770:Compete against themselves rather than against other individuals. / अन्य व्यक्तियों के मुकाबले खुद के खिलाफ प्रतिस्पर्धा करता है। , 24771:Remain confident and free of worries about the possibility that peers may make fun of them. / इस बात को लेकर आश्वस्त और चिंताओं से मुक्त रहें कि सहकर्मी उनका मजाक उड़ा सकते हैं। , 24772:Observe and practice character-building skills such as determination, loyalty, self-control, and civility. / दृढ़संकल्प, निष्ठा, आत्म-नियंत्रण और नागरिकता जैसे चरित्र-निर्माण कौशल का निरीक्षण और अभ्यास करने का ,
60	13694	DU_J19_BPED_Q59	What was the motto of the Olympic Games held in August 2016 in Rio de Janeiro? रियो डी जेनेरियो में अगस्त 2016 में आयोजित ओलंपिक खेलों का आदर्श वाक्य क्या था।	24773:A New World / एक नई दुनिया , 24774:One World One Dream / वन वर्ल्ड वन ड्रीम ,

				24775:Live your Passion / अपने जुनून को जीना , 24776:Inspire a Generation / एक पीढ़ी को प्रेरित करना ,
61	13695	DU_J19_BPED_Q60	Which language other than English is the official language of the International Olympic Committee? अंग्रेजी के अलावा कौन सी भाषा अंतर्राष्ट्रीय ओलंपिक समिति की आधिकारिक भाषा है?	24777:Chinese / चीनी , 24778:French / फ्रेंच , 24779:Spanish / स्पेनिश , 24780:German / जर्मन ,
62	13696	DU_J19_BPED_Q61	At which of the following Olympic Games was the Olympic flag flown for the first time? निम्नलिखित में से किस ओलंपिक खेल में पहली बार ओलंपिक ध्वज फहराया गया था?	24781:1900,Paris / 1900, पेरिस , 24782:1908, London / 1908, लंदन , 24783:1920, Antwerp / 1920, एंटवर्प , 24784:1928 , Amsterdam / 1928, एम्स्टर्डम ,
63	13697	DU_J19_BPED_Q62	The first Asian Games were held between the following datesएशियाई खेल निम्नलिखित तिथियों के बीच आयोजित किए गए थे	24785:1st May to 9th May 1951 / 1 मई से 9 मई 1951 तक , 24786:4th March to 11th March 1951 / 4 मार्च से 11 मार्च 1951 तक , 24787:24th May to 1st June 1951 / 24 मई से 1 जून 1951 तक , 24788:9th December to 20th December 1951 / 9 दिसंबर से 20 दिसंबर 1951 ,
64	13698	DU_J19_BPED_Q63	In which year the present name Common Wealth Games were coined? किस वर्ष में कॉमनवेल्थ गेम्स का नाम रखा गया?	24789:1970 , 24790:1974 , 24791:1978 , 24792:1982 ,

65	13699	DU_J19_BPED_Q64	The ancient Olympic games were held in Olympia every four year from निम्न में से किसमें ओलंपिया में हर चार साल में प्राचीन ओलंपिक खेल आयोजित किए जाते थे	24793:770 B.C. to 300 A.D. / 770 ई.पू. से 300 ए.डी. , 24794:786 B.C. to 350 A.D. / 786 ई.पू. से 350 ए.डी. , 24795:776 B.C to 392 A.D. / 776 ई.पू.से 392 ए.डी. , 24796:790 B.C. to 375 A. D / 790 ई.पू. से 375 ए.डी. ,
66	13700	DU_J19_BPED_Q65	In war time and during the peaceful Olympic games who best represented the "All for One, and One for All", concept. युद्ध के समय में और शांतिपूर्ण ओलंपिक खेलों के दौरान जिन्होंने "ऑल फॉर वन, और वन फॉर ऑल" अवधारणा का प्रतिनिधित्व किया था।	24797:Homeric / होमेर , 24798:Athenian / अथीनियान , 24799:Plato / प्लेटो , 24800:Spartan / परहेज़गार ,
67	13701	DU_J19_BPED_Q66	Which games were organized from 580 B.C every two years that is second and fourth year of each Olympiad कौन से खेलों का आयोजन 580 ई.पू. से ओलंपियाड के दूसरे एवं चौथे वर्षों में प्रत्येक दो वर्षों में किया जाता है	24801:Olympic Games / ओलंपिक खेलों , 24802:Isthmian Games / इस्तमियां खेल , 24803:Pythian Games / पायथियन गेम्स , 24804:Nemean Games / नेमन खेल ,
68	13702	DU_J19_BPED_Q67	From out of the following, name the one which is considered show of brute strength? निम्नलिखित में से, वह नाम बताइए जिसे पाशविक शक्ति का प्रदर्शन माना जाता है?	24805:Olympic style weight- lifting / ओलंपिक शैली वजन- उठाना , 24806:Body Building / बॉडी बिल्डिंग , 24807:Muscle Building / मांसपेशियों के निर्माण , 24808:Power Lifting / पावर लिफ्टिंग ,

69	13703	DU_J19_BPED_Q68	When a muscle is made to contract isometrically जब एक मांसपेशी को सममित रूप से अनुबंधित किया जाता है,	24809:It puffs up / यह फूल जाता है , 24810:It's length changes / यह लंबाई बदलता है , 24811:It's Length does not change / इसकी लंबाई नहीं बदलती है , 24812:It's size shortens / इसका आकार छोटा हो जाता है ,
70	13704	DU_J19_BPED_Q69	Technique in sport is defined as the motor procedure to tackle or cope with खेल में तकनीक को मोटर प्रक्रिया का सामना करना एवं निपटने के रूप में परिभाषित किया गया है	24813:Competitive stress / प्रतिस्पर्धी तनाव , 24814:A motor task / एक मोटर कार्य , 24815:Competition Stress / प्रतियोगिता तनाव , 24816:Situational Anxiety / परिस्थितिजन्य चिंता ,
71	13705	DU_J19_BPED_Q70	Fartlek, which means 'speed play', is a variation of फार्टलेक, जिसका अर्थ है 'स्पीड प्ले', भिन्नता है	24817:Fast continuous (pace) method / तीव्र सतत (गति) विधि , 24818:Interval method / अवधि विधि , 24819:Acceleration runs / त्वरण दौड़ , 24820:Circuit training / सर्किट प्रशिक्षण ,
72	13706	DU_J19_BPED_Q71	Speed is considered to be determining factor in गति को कारक का निर्धारण करने वाला माना जाता है	24821:Precision sports / सटीक खेल , 24822:Power sports / पावर स्पोर्ट्स , 24823:Explosive sports / विस्फोटक खेल ,

				24824:Endurance sports / सहन-शक्ति का खेल ,
73	13707	DU_J19_BPED_Q72	When isotonic exercise is performed against resistance, the load remains जब आइसोटोनिक व्यायाम प्रतिरोध के खिलाफ किया जाता है तो लोड रहता है	24825:Constant / स्थिर , 24826:Variable / परिवर्तनशील , 24827:Static / स्थिर , 24828:Oscillating / दोलन ,
74	13708	DU_J19_BPED_Q73	What is the number of hurdle jumps in steeple chase? स्टीपल चेज़ में बाधा दौड़ की संख्या कितनी है?	24829:24 , 24830:26 , 24831:28 , 24832:30 ,
75	13709	DU_J19_BPED_Q74	Learning about sports rules, history and traditions falls under which domains of learning? खेल के नियमों, इतिहास और परंपराओं के बारे में सीखना किस डोमेन के अंतर्गत आता है?	24833:Affective / भावात्मक , 24834:Cognitive / संज्ञानात्मक , 24835:Psychomotor / मनोप्रेरणा , 24836:Associative / सम्बद्ध ,
76	13710	DU_J19_BPED_Q75	The cardinal principles of learner centered education are शिक्षार्थी केंद्रित शिक्षा के कार्डिनल सिद्धांत हैं	24837:Learning by doing / करने से सीखना , 24838:Learning by living / जीवित रहकर सीखना , 24839:Learning by demonstration / प्रदर्शन द्वारा सीखना , 24840:Learning by doing & living / करने से सीखना तथा जीवित रहकर सीखना ,
77	13711	DU_J19_BPED_Q76	Where the thirty fourth summer Olympics will be held? चौतीसवा ग्रीष्मकालीन ओलंपिक कहाँ आयोजित किया जाएगा?	24841:Atlanta / अटलांटा , 24842:Australia / ऑस्ट्रेलिया ,

				24843:Los Angeles / लॉस एंजिल्स , 24844:Bejing / बीजिंग ,
78	13712	DU_J19_BPED_Q77	The major disadvantage of punishment in education is that शिक्षा में दंड का मुख्य नुकसान यह है कि	24845:It causes embarrassment in children / इससे बच्चों में शर्मिंदगी होती है , 24846:It generates unpleasant feelings / यह अप्रिय भावनाओं को उत्पन्न करता है , 24847:It does not solve the problem permanently / यह समस्या को स्थायी रूप से हल नहीं करता है , 24848:It prevents team work / यह टीम के काम को रोकता है ,
79	13713	DU_J19_BPED_Q78	What would you do if you notice that students tend to doze off in your class आप क्या करेंगे अगर आप देखें कि छात्र आपकी कक्षा में सो जाते हैं?	24849:Give a command seeking attention / ध्यान देने की आज्ञा दीजिए , 24850:Provide them a chance to be physically active / उन्हें शारीरिक रूप से सक्रिय होने का मौका प्रदान करें , 24851:Reprimand them / उन्हें फटकार लगाना , 24852:Stop teaching for a while / कुछ समय के लिए पढ़ाना बंद कर ,
80	13714	DU_J19_BPED_Q79	National Policy on Education' 1986 was reviewed by किसके द्वारा 'शिक्षा पर राष्ट्रीय नीति' 1986 की समीक्षा की गई थी?	24853:Adielsehiah Committee / अदिलेशहिया समिति ,

				24854:IswarBhai Patel Committee / ईश्वर भाई पटेल समिति , 24855:Ramamurti Committee / राममूर्ति समिति , 24856:Sampurnanand Committee / सम्पूर्णानंद समिति ,
81	13715	DU_J19_BPED_Q80	Why should a teacher be an idealist and set examples? एक शिक्षक को आदर्शवादी और उदाहरण स्थापित करने वाले क्यों होना चाहिए?	24857:Students do not have values / छात्रों के पास मूल्य नहीं हैं , 24858:Students usually imitate teachers / छात्र आमतौर पर शिक्षकों की नकल करते हैं , 24859:Teacher is an adult / शिक्षक एक वयस्क है , 24860:Teacher is a paternal figure / शिक्षक एक पैतृक व्यक्ति है ,
82	13716	DU_J19_BPED_Q81	Following is suitable to slow learners. निम्न धीमा सिखने वाले शिक्षार्थियों के लिए उपयुक्त है।	24861:Creative writing / रचनात्मक लेखन , 24862:Learning by rote / रटे द्वारा सीखना , 24863:Mechanical repetition of an action / किसी क्रिया का यांत्रिक पुनरावृत्ति , 24864:Role playing / भूमिका निभाना ,
83	13717	DU_J19_BPED_Q82	As a Principal, how would you behave with below average students? एक प्रधानाचार्य के रूप में, आप औसत से निचले छात्रों के साथ कैसे व्यवहार करेंगे?	24865:Same as with other students / अन्य छात्रों के साथ जैसा , 24866:Generously / उदारता से ,

				24867: Won't pay any attention / कोई ध्यान नहीं देंगे , 24868: Won't allow them in the next class / अगली कक्षा में उन्हें जाने की अनुमति नहीं देंगे ,
84	13718	DU_J19_BPED_Q83	You want to ensure participation of more students in class. Which of the following methods of teaching would you adopt? आप कक्षा में अधिक छात्रों की भागीदारी सुनिश्चित करना चाहते हैं। आपको पढ़ाने के निम्नलिखित तरीकों में से कौन सा तरीका अपनाएंगे?	24869: Demonstration / प्रदर्शन , 24870: Discussion / चर्चा , 24871: Recitation / सस्वर पाठ , 24872: Role-play / रोल-प्ले ,
85	13719	DU_J19_BPED_Q84	To make learning effective, a goal must be meaningful in terms of सीखने को प्रभावी बनाने के लिए, लक्ष किस संदर्भ में सार्थक होना चाहिए	24873: Objectives of the curriculum / पाठ्यक्रम का उद्देश्य , 24874: Intellectual ideas / बौद्धिक विचार , 24875: Standards of others / दूसरों के मानक , 24876: Needs and purposes of students / छात्रों की आवश्यकताएं और उद्देश्य ,
86	13720	DU_J19_BPED_Q85	If a student is rude to you, which strategy would you adopt as a teacher? यदि कोई छात्र आपसे रूखा है, तो शिक्षक के रूप में आप कौन सी रणनीति अपनाएंगे?	24877: Argue with the student / छात्र के साथ बहस करें , 24878: Express shock at such behaviour / इस तरह के व्यवहार पर सदमा व्यक्त करें , 24879: Punish the student / छात्र को दंडित करें ,

				24880:Remind the student of classroom rules / कक्षा के नियमों की छात्र को याद दिलाएं ,
87	13721	DU_J19_BPED_Q86	Epsom (England) is the place associated with एप्सोम (इंग्लैंड) किस जगह से जुड़ा है	24881:Horse racing / घोड़ों की दौड़ , 24882:Polo / पोलो , 24883:Shooting / शूटिंग , 24884:Snooker / स्नूकर ,
88	13722	DU_J19_BPED_Q87	The Olympic Flame, was, for the first time, ceremonially lighted and burnt in a giant torch at the entrance of the stadium at ओलंपिक ज्वाला का पहली बार, स्टेडियम के प्रवेश द्वार पर एक विशाल मशाल में समारोहपूर्वक रोशन और जलाया गया था	24885:Athens Games (1896) / एथेंस गेम्स (1896) , 24886:London Games (1908) / लंदन गेम्स (1908) , 24887:Paris Games (1924) / पेरिस गेम्स (1924) , 24888:Berlin Games (1936) / बर्लिन गेम्स (1936) ,
89	13723	DU_J19_BPED_Q88	Who was the top medalist in Olympic Games till 2012 games? 2012 खेलों तक ओलंपिक खेलों में शीर्ष पदक विजेता कौन था?	24889:Larisa Latynina / लरिसा लैटिना , 24890:Paavo Nurmi / पवोनूर्मी , 24891:Mark Spitz / मार्क स्पिट्ज , 24892:Michael Phelps / ,
90	13724	DU_J19_BPED_Q89	The standard distance for hurdle events for men are : पुरुषों के लिए बाधा दौड़ के लिए मानक दूरी हैं:	24893:100 Meters and 200 Meters / 100 मी. और 200 मी , 24894:100Meters and 400Meters. / 100 मी. और 400 मी ,

				24895:110Meters and 400Meters. / 110 मी. और 400 मी , 24896:110 Meters and 410 Meters. / 110 मी. और 410 मी ,
91	13725	DU_J19_BPED_Q90	The standard distance for marathon race is : मैराथन दौड़ के लिए मानक दूरी है:	24897:26 km / 26 किमी , 24898:42 km / 42 किमी , 24899:42.195 km / 42.195 किमी , 24900:42.125 km / 42.125 किमी ,
92	13726	DU_J19_BPED_Q91	What is the major cause of poor posture in infants and children? शिशुओं और बच्चों में खराब मुद्रा का प्रमुख कारण क्या है?	24901:Malnutrition / कुपोषण , 24902:Assisted movements / सहायक हलचल , 24903:Lack of adequate play activity / पर्याप्त खेल गतिविधि का अभाव , 24904:Too tight clothing / बहुत तंग कपड़े ,
93	13727	DU_J19_BPED_Q92	Which of the following poses greatest threat to body posture in sports? निम्नलिखित में से कौन सा खेल में शरीर की मुद्रा के लिए सबसे बड़ा खतरा है?	24905:Unsuitable sports kit / अनुपयुक्त खेल किट , 24906:Wrong technique of play / खेलने की गलत तकनीक , 24907:Too much stress on limbs / अंगों पर बहुत अधिक तनाव , 24908:Injury from hits and falls / गिरने एवं लगने से चोट ,

94	13728	DU_J19_BPED_Q93	Skeletal deformities which lead to poor posture, are commonly found in कंकाल की विकृति जो खराब मुद्रा की ओर ले जाती है, सामान्यतः पाई जाती है	24909:Shoulder, arms and hands / कंधे, हाथ और हाथ, 24910:Neck, back and pelvis / गर्दन, पीठ और श्रोणि, 24911:Spine, legs and feet / रीढ़, पैर और पैर, 24912:Knees, elbows and ankles / घुटने, कोहनी और टखने,
95	13729	DU_J19_BPED_Q94	Lordosis is characterized by an abnormality of the contours of लॉर्डोसिस की आकृति की विषमता की विशेषता है	24913:Neck and lower back / गर्दन और पीठ के निचले हिस्से में , 24914:Curve of the spine / रीढ़ की वक्र , 24915:Bony cage of the chest / छाती का बोनी पिंजरा , 24916:Shoulder and back / कंधे और पीठ ,
96	13730	DU_J19_BPED_Q95	In sports, the highest rates of scoliosis are observed in खेल में, स्कोलियोसिस की उच्चतम दर में देखी जाती है	24917:Archers and Shooters / आर्चर और निशानेबाज , 24918:Footballers and Hockey Players / फुटबॉल खिलाड़ी और हॉकी खिलाड़ी , 24919:Basketball and Volleyball Players / बास्केटबॉल और वॉलीबॉल खिलाड़ी , 24920:Gymnasts and Swimmers / जिमनास्ट और तैराक ,
97	13731	DU_J19_BPED_Q96	A simple stretching programme is one of the best devices to एक साधारण स्ट्रेचिंग प्रोग्राम सबसे अच्छे उपकरणों में से एक है	24921:Tone your muscles / अपनी मांसपेशियों को टोन करने में ,

				24922:Keep you flexible as long as possible / जितना संभव हो अपने को लचीला रखने में , 24923:Improve neuromuscular coordination / न्यूरोमस्क्युलर समन्वय के सुधार में , 24924:Attain dynamic balance / गतिशील संतुलन बनाए रखने में ,
98	13732	DU_J19_BPED_Q97	By and large, sports training is considered as a/an सामान्य तौर पर खेल प्रशिक्षण को माना जाता है	24925:Practicing affair / प्रैक्टिस का चक्कर , 24926:Toughening process / कठोर बनाने की प्रक्रिया , 24927:Educative affair / शिक्षाप्रद प्रसंग , 24928:Life-long process / जीवन भर चलने वाली प्रक्रिया ,
99	13733	DU_J19_BPED_Q98	As far as enhancement in human performance is concerned, the three most often sought after individual bio-motor qualities are जहां तक मानव प्रदर्शन में वृद्धि का संबंध है, व्यक्तिगत जेव मोटर गुण जो ढूंढें जाते हैं वो हैं	24929:Agility, muscular endurance and general mobility / चपलता, मांसपेशियों में धीरज और सामान्य गतिशीलता , 24930:Muscular strength, speed and power / मांसपेशियों की शक्ति, गति और शक्ति , 24931:Absolute strength, dynamic balance, endurance / पूर्ण शक्ति, गतिशील संतुलन, धीरज ,

				24932:Flexibility, cardiovascular endurance and agility / लचीलापन, हृदय की धीरज और चपलता ,
100	13734	DU_J19_BPED_Q99	When the training load is neither too low nor excess of an athlete's capacity, it is called जब प्रशिक्षण भार न तो बहुत कम है और न ही किसी एथलीट की क्षमता से अधिक है, तो इसे कहा जाता है	24933:Normal load / सामान्य भार , 24934:Crest load / शिखा भार , 24935:Optimal load / इष्टतम भार , 24936:Maximum load / अधिकतम भार ,