



3) Where do the compulsorily muscles active?

- A) Lungs B) Heart  
C) Hand D) Legs

खालीलपैकी कशामध्ये सक्तीने स्नायू कार्यरत असतात ?

- अ) फुफ्फुसे ब) हृदय  
क) हात ड) पाय

4) A standard (or regulation) atheletic track has length of 400 m. is\_\_\_\_\_.

- A) 6 lanes B) 8 lanes  
C) 10 lanes D) 8+1 lanes

प्रमाणित अशा धावण्यासाठीच्या 400 मीटरच्या ट्रॅकमध्ये ..... लेन (धावन मार्ग) असतात.

- अ) 6 लेन ब) 8 लेन  
क) 10 लेन ड) 8+1 लेन

5) The material in Hockey stick lasts for\_\_\_\_\_.

- A) Short duration B) Long duration  
C) Middle duration D) None above

हॉकीस्टिकसाठी वापरलेले मटेरिअल हे ..... काळासाठी टिकाऊ असते.

- अ) अल्प कालावधी ब) दीर्घ कालावधी  
क) मध्यम कालावधी ड) यापैकी नाही

6) Sociology means \_\_\_\_\_ study.

- A) Human mind  
B) Human behavior  
C) Mental group  
D) None above

समाजशास्त्र म्हणजे ..... अभ्यास होय.

- अ) मानवी मन  
ब) मानवी वर्तणूक  
क) मानसिक गट  
ड) यापैकी नाही

7) In hathayoga right nostril and left nostril are called as \_\_\_\_\_ and \_\_\_\_\_.

- A) Sun & Moon  
B) Day & Night  
C) Dhyana & Dharana  
D) None above

हठयोगामध्ये उजव्या नाकपुडीस ..... तर डाव्या नाकपुडीस ..... असे म्हणतात.

- अ) सूर्य - चंद्र  
ब) दिवस - रात्र  
क) ध्यान आणि धारणा  
ड) यापैकी नाही

8) Combination of Mind, Health, Atma, Organs is

- A) Co-ordination  
B) Concentration  
C) Mind  
D) None above

मन, आत्मा, आरोग्य व अवयव यांचा सहसंबंध म्हणजे .....

- अ) परस्पर समन्वय  
ब) एकाग्रता  
क) मन  
ड) यापैकी नाही

9) The total number of test items in the famous Kraus Weber test is\_\_\_\_\_.

- A) five B) six  
C) four D) three

सुप्रसिद्ध अशा क्रॉस वेबर चाचणीमध्ये एकूण चाचणी घटक ..... आहेत.

- अ) 5 ब) 6  
क) 4 ड) 3

10) Research is useful for\_\_\_\_\_.

- A) As basis for government policies  
B) Solving operational and planning problems of business and industry  
C) Study of social relationship  
D) All above

..... साठी संशोधन हे महत्वाचे असते.

- अ) सरकारी धोरणांचा आधार  
ब) उद्योगधंद्यामधील कार्यरत आणि योजनात्मक समस्यांचे निराकरण  
क) सामाजिक संबंधाचा अभ्यास  
ड) वरील सर्व

11) Case study gives the knowledge about

- A) Behavioral pattern B) Personal details  
C) A and B D) None of all these

व्यक्ती अभ्यास (Case Study) आपणास ..... ज्ञान करून देतो.

- अ) वर्तणुकीचा आकृतीबंध ब) व्यक्तीगत तपशील  
क) अ आणि ब ड) यापैकी नाही

12) A test is \_\_\_\_\_

- A) Tool  
B) Procedure  
C) Technique  
D) All mentioned

चाचणी ही ..... असते.

- अ) साधन  
ब) पद्धती  
क) तंत्र  
ड) वरील सर्व

13) Which one of the following is not a quantitative technique?

- A) Oral  
B) Practical  
C) Sociometry technique  
D) Normative test

खालीलपैकी कोणते तंत्र हे परिणामकारक तंत्र नाही.

- अ) तोंडी  
ब) कृती  
क) समूहातील संबंधाचे तंत्र  
ड) नमुनात्मक चाचणी

14) BMI can be clucked by

- A) Hip/Waist ratio  
B) Height/weight Rofian  
C) A and B  
D) None above

बॉडी मास इंडेक्स ..... द्वारे तपासता येवू शकतो.

- अ) कटी/कंबर गुणोत्तर  
ब) उंची / वजन गुणोत्तर  
क) अ आणि ब  
ड) यापैकी नाही

15) Trial and error theory is established by

- A) Rugewelt B) Thorndike  
C) Wells D) Freud

चाचणी आणि त्रुटी (Trial and Error) सिद्धांत ..... यांनी मांडला.

- अ) रूजवेल्ट ब) थॉर्नडाईक  
क) वेल्स ड) फ्रॉईड

16) Types of conception are

- A) Image B) Imagination  
C) A and B D) None above

संकल्पनेचे प्रकार आहेत -

- अ) प्रतिमा ब) कल्पना  
क) अ आणि ब ड) यापैकी नाही

17) I.Q. =

- A)  $\frac{\text{Mental age}}{\text{Physical age}} \times 100$  B)  $\frac{\text{Mental age}}{\text{Psychological age}} \times 100$   
C)  $\frac{\text{Physical age}}{\text{Mental age}} \times 100$  D) None above

बुद्ध्यांक =

- अ)  $\frac{\text{मानसिक वय}}{\text{शारीरिक वय}} \times 100$  ब)  $\frac{\text{मानसिक वय}}{\text{मानसशास्त्रीय वय}} \times 100$   
क)  $\frac{\text{शारीरिक वय}}{\text{मानसिक वय}} \times 100$  ड) यापैकी नाही

18) Which of the following are factors of creativity?

- A) Fluency  
B) Originality  
C) Synthesis  
D) All above

खालीलपैकी नवनिर्मिती क्षमतेचे घटक कोणते ?

- अ) अस्खलितपणा  
ब) कल्पकता  
क) संयोगीकरण  
ड) वरील सर्व

19) Prananyam awakens the power of

- A) Kundalini  
B) Nadi  
C) Sleep  
D) None above

प्राणायाम ..... ऊर्जा जागृत करते.

- अ) कुंडलिनी  
ब) नाडी  
क) निद्रा  
ड) यापैकी नाही

20) \_\_\_\_\_ is base for Physical Education.

- A) Running  
B) Throwing  
C) Movement  
D) Sleeping

..... हा शारीरिक शिक्षणाचा पाया आहे.

- अ) धावणे  
ब) फेकणे  
क) हालचाल  
ड) झोपणे

21) Which one of the following asana is balancing asana?

- A) Padamasana B) Dhanurasana  
C) Natarajasana D) None above

खालीलपैकी कोणत्या आसनाला तोलासन म्हणतात ?

- अ) पद्मासन ब) धनुरासन  
क) नटराजासन ड) यापैकी नाही

22) The matured sperm is technically called as

- A) Sperm B) Zygote  
C) Ovan D) None above

पक्व शुक्राणू ..... म्हणतात.

- अ) स्पर्म ब) झायगॉट  
क) ओवन ड) यापैकी नाही

23) How many parts does human heart include?

- A) Two B) Four  
C) Three D) Six

मानवी हृदयात किती कप्पे आहेत ?

- अ) 2 ब) 4  
क) 3 ड) 6



24) In order to acquaint yourself with the body of knowledge in the research area of interest, you are required to

- A) Do a literature review
- B) Do a survey in the research area
- C) Deepcomprehension of the research question
- D) All above

तुमच्या आवडीच्या संशोधन क्षेत्रातील ज्ञान भांडाराशी तुमची स्वतःची ओळख करून घेताना तुम्ही .....करणे गरजेचे असते.

- अ) वाडःमयीन आढावा घेणे
- ब) संशोधन क्षेत्रातील सर्वेक्षण करणे
- क) संशोधन प्रश्नांचे सखोल आकलन
- ड) वरील सर्व

25) Always the cotton material should be keep in \_\_\_\_\_ place

- A) Wet
- B) Dry
- C) Plain
- D) None above

सुतीवस्त्रे नेहमी ..... जागेत ठेवावीत.

- अ) ओलसर
- ब) कोरड्या
- क) सामान्य
- ड) यापैकी नाही

26) Which one of the following types of bandha is not bandha

- A) Udiyan
- B) Jalandhar
- C) Mul
- D) Nadishodhan

खालीलपैकी कोणता प्रकार बंधाचा नाही?

- अ) उडियान
- ब) जालंधर
- क) मुल
- ड) नाडीशोधन

27) Bhramari is the type of \_\_\_\_\_.

- A) Asanas B) Shudhakriya  
C) Pranayama D) None above

भ्रामरी ही ..... चा प्रकार आहे.

- अ) आसन ब) शुद्धीक्रिया  
क) प्राणायाम ड) यापैकी नाही

28) For which training method 'Cross Country' is the best?

- A) Farlake Training Method  
B) Space Training Method  
C) Continuous Training Method  
D) Isometric Exercise Method

क्रॉस कंट्री ही कोणत्या प्रशिक्षणाच्या पद्धतीसाठी सर्वोत्तम आहे?

- अ) फार्लेक प्रशिक्षण पद्धत ब) अवकाश प्रशिक्षण पद्धत  
क) सातत्यपूर्ण प्रशिक्षण पद्धत ड) आयसोमेट्रिक व्यायाम पद्धत

29) Due to \_\_\_\_\_ the expense of any program is done properly and accordingly

- A) Arrangement B) Planning  
C) Thinking D) None above

..... या कारणामुळे कोणत्याही कार्यक्रमावरील खर्च हा योग्य आणि व्यवस्थित होतो.

- अ) व्यवस्था ब) नियोजन  
क) चिंतन ड) यापैकी नाही

30) Which one of the following yoga mudra is not yoga mudra?

- A) Chin B) Pruthavi  
C) Apan D) Tratak

खालीलपैकी कोणती योगमुद्रा असू शकत नाही ?

- अ) चीन ब) पृथ्वी  
क) आपण ड) त्राटक

31) In which part of the body the bones named 'Tibiya and Fubila' are seen?

- A) Hand B) Legs  
C) Chest D) Back

शरीराच्या कोणत्या भागामध्ये 'टिबीया आणि फ्युबिला' नावाच्या अस्थी आढळतात ?

- अ) हात ब) पाय  
क) छाती ड) पाठ

32) The major aim of physical education is

- A) Child's optimal physical development.  
B) Programme of activity and sports for all.  
C) All-round development of the individual.  
D) Complete removal of boredom of the class-room activity.

शारीरिक शिक्षणाचे मुख्य ध्येय ..... आहे.

- अ) बालकाचा अधिकतम शारीरिक विकास  
ब) सर्वांसाठी कार्यरत ठेवणे आणि सर्वांसाठी खेळ  
क) व्यक्तिचा सर्वांगीण विकास  
ड) वर्गातील कृतीमधून निर्माण होणारा संपूर्ण कंटाळा काढून टाकणे

33) The largest think-tank of physical education in the recent times has emerged from

- A) United States B) Russia  
C) United Kingdom D) Australia

शारीरिक शिक्षणातील अलीकडील काळातील सर्वात मोठा वैचारिक गट (Think Tank) ..... या देशातून उदयास आला आहे.

- अ) अमेरिका ब) रशिया  
क) इंग्लंड ड) ऑस्ट्रेलिया

34) Most major systems of gymnastics have had origin in

- A) Greece B) Japan  
C) Germany D) None above

जिम्नॅस्टिक्सच्या सर्व प्रकारांचे मूळ ..... या देशात दिसते.

- अ) ग्रीस ब) जपान  
क) जर्मनी ड) यापैकी नाही

35) The “Interpretative and Intellectual Development” objective of physical education underlines an individual’s ability to

- A) Explain and interpret physical education as a subject  
B) Think correctly and solve problems.  
C) Acquire a fund of knowledge and be mentally sharp.  
D) Adjust in the environment

शारीरिक शिक्षणांचे ‘विश्लेषणात्मक आणि बौद्धिक विकास’ हा उद्देश व्यक्तीची ..... ही क्षमता अधोरेखित करतो.

- अ) शारीरिक शिक्षणाचा विषय म्हणून स्पष्टीकरण व विश्लेषण.  
ब) सुयोग्य विचार करणे आणि समस्यांचे निराकरण करणे.  
क) ज्ञानभांडार मिळवणे आणि मानसिकदृष्ट्या सजग राहणे.  
ड) परिस्थितीशी मिळते जुळते घेणे.



39) The chief objective of the philosophy of Idealism is to seek.

- A) Perfection of man in body, mind and spirit.
- B) Truth, Beauty and Goodness
- C) Man's "self-actualization".
- D) Blending aestheticism and athleticism in right proportion

आदर्शवादाच्या तत्वज्ञानाचा प्रमुख उद्देश ..... चा शोध घेणे होय.

- अ) मनुष्यातील शरीर, मन व आत्मा यांचे परीपूर्णत्व
- ब) सत्य, सौंदर्य आणि चांगुलपणा
- क) मनुष्यातील स्ववास्तविकरण
- ड) सौंदर्यवाद आणि क्रीडावाद यांचे योग्य मिश्रण करणे

40) The National Plan of Physical Education-1956 was formulated by

- A) Laxmibai College of physical Education.
- B) Union Ministry of Education
- C) All India Council of Sports
- D) Central Advisory Board of Physical Education and Recreation

1956 च्या शारीरिक शिक्षणाचे राष्ट्रीय धोरण ..... यांनी तयार केले.

- अ) लक्ष्मीबाई शारीरिक शिक्षण महाविद्यालय
- ब) केंद्रीय शिक्षण मंत्रालय
- क) अखिल भारतीय क्रिडा परिषद
- ड) केंद्रीय शारीरिक शिक्षण आणि मनोरंजन सल्लागार मंडळ

41) Differentiation, integration and learning are the major characteristics of human

- A) Growth and Development                      B) Education  
C) Personality    D) Character

फरक करणे, एकरूपीकरण करणे आणि अध्ययन करणे ही मनुष्याच्या ..... ची प्रमुख वैशिष्ट्ये आहेत.

- अ) वाढ आणि विकास                                      ब) शिक्षण  
क) व्यक्तिमत्व    ड) चारित्र्य

42) The only way to keep muscles well-toned is to :

- A) Keep them always moving  
B) Exercise them properly and adequately  
C) Massage them with oil every morning  
D) Engage in yogic twists and turns.

स्नायूंना तंदरूस्त ठेवण्याचा एकमेव मार्ग ..... हा आहे.

- अ) त्यांची सतत हालचाल सुरू ठेवणे                      ब) त्यांचा योग्य व पुरेसा व्यायाम करून घेणे  
क) दररोज सकाळी त्यांना तेल लावून चोळणे              ड) योगासने करणे

43) In which of the following places, no regional center of the National Institute of Sports is located?

- A) Bangalore    B) Calcutta  
C) Gandhinagar    D) Lucknow

यापैकी कोठे राष्ट्रीय क्रिडा संस्थेचे (NIS) प्रादेशिक केंद्र नाही?

- अ) बेंगलोर    ब) कोलकाता  
क) गांधीनगर    ड) लखनौ

44) The Indian Olympic Association was formed in

- A) 1927 B) 1952  
C) 1937 D) 1947

भारतीय ऑलंपिक संघटनेची स्थापना ..... मध्ये करण्यात आली.

- अ) 1927 ब) 1952  
क) 1937 ड) 1947

45) The Olympic Games were revived with the sole objective of

- A) Promoting games and sports among the masses.  
B) Creating amity, understanding and brotherhood among nations.  
C) Giving a new look to ancient sports.  
D) Making children and youth more skillful.

ऑलंपिक स्पर्धेचे पुनरुज्जीवन ..... या उद्देशाने करण्यात आले.

- अ) जनतेमध्ये खेळांचा प्रसार करणे.  
ब) राष्ट्रांमध्ये सलोखा, समजूतदारपणा आणि बंधुत्वाची भावना निर्माण करणे.  
क) प्राचीन खेळांना नवीन रूप देणे.  
ड) बालके व तरूण यांना अधिक कुशल करणे.

46) Who among the ancient Greek philosophers regarded physical education as “a powerful means of bringing moral perfection in the youth.”

- A) Aristotle B) Socrates  
C) Plato D) Aristophanes

शारीरिक शिक्षण म्हणजे तरूणांतील नैतिक परिपूर्णत्व घडवून आणण्याचे एक प्रभावी साधन आहे असे कोणता प्राचीन ग्रीक तत्ववेत्ता मानत असे.

- अ) अ‍ॅरिस्टॉटल ब) सॉक्रेटिस  
क) प्लेटो ड) अ‍ॅरिस्टोफेनिस



47) Which of the following is a key factor in man's socialization process?

A) Social understanding B) Social courtesies

C) Social interaction among people D) Social visits

खालीलपैकी मानवाच्या सामाजीकरणातील प्रमुख घटक कोणता ?

अ) सामाजिक समज ब) सामाजिक सौजन्य

क) मानसामानसातील सामाजिक आंतरक्रिया ड) सामाजिक भेटी

48) The Rajiv Gandhi KhelRatna Award was instituted by the Government of India in

A) 1991-92 B) 1993-94

C) 1995-96 D) 1997-98

भारत सरकारद्वारे राजीव गांधी खेलरत्न पुरस्काराची स्थापना ..... मध्ये करण्यात आली.

अ) 1991-92 ब) 1993-94

क) 1995-96 ड) 1997-98

49) During highly strenuous exercise, the normal requirement of 1500 cc of oxygen per minute may shoot up to

A) 4000 cc B) 6000 cc

C) 7000 cc D) 8000 cc

अधिक तणावाच्या व्यायामामुळे एका मिनिटास आवश्यक असणारा 1500 cc एवढ्या प्राणवायूची आवश्यकता ..... एवढ्या प्रमाणात वाढू शकते.

अ) 4000 cc ब) 6000 cc

क) 7000 cc ड) 8000 cc

50) In the world history of physical education which ancient country is known as the “cradle of European Civilization”?

A) Egypt

B) Greece

C) Mesopotamia

D) Iraq

कोणत्या प्राचीन देशास शारीरिक शिक्षणाच्या जागतिक इतिहासात ‘युरोपियन संस्कृतीचा पाळणा’ असे संबोधतात ?

अ) इजिप्त

ब) ग्रीस

क) मोसोपोटोमिया

ड) इराक



**Rough Work / रफ कार्य**

**Rough Work / रफ कार्य**