Part A - Punjabi (Qualifying – No negative marking)

1. ਹੇਠ ਲਿਖਿਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਹੜਾ ਸ਼ਬਦ-ਜੁੱਟ ਵਿਰੋਧਾਰਥਕ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੀ ਮਿਸਾਲ ਪੇਸ਼ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ?

A. ਚੇਤੰਨ-ਜੜ੍ਹ
B. ਘ੍ਰਿਣਾ-ਪ੍ਰੀਤ
C. ਕੋਮਲ-ਕਠੋਰ
D. ਰਾਜਾ-ਰੰਕ

2. 'ਮੰਜੀ ਪ੍ਰਥਾ' ਦੀ ਸਥਾਪਨਾ ਕਿਸ ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬ ਨੇ ਕੀਤੀ ?

A. ਗੁਰੂ ਅਮਰਦਾਸ ਜੀ ਨੇ
B. ਗੁਰੂ ਰਾਮ ਜੀ ਨੇ
C. ਗੁਰੂ ਹਰਿਗੋਬਿੰਦ ਜੀ ਨੇ
D. ਗੁਰੂ ਅੰਗਦ ਦੇਵ ਜੀ ਨੇ

3. ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਸ਼ਬਦ Geometry ਦਾ ਸ਼ੁੱਧ ਪੰਜਾਬੀ ਰੂਪ ਕਿਹੜਾ ਹੈ?

A. ਜੁਮੈਟਰੀ
B. ਜਿਉਮੈਟਰੀ
C. ਜਿਮੈਟਰੀ
D. ਜਮੈਟਰੀ

4. ਪੰਜਾਬੀ ਸ਼ਬਦ ਜੋੜਾਂ ਦੇ ਨਿਯਮਾਂ ਮੁਤਾਬਕ ਟਿੱਪੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਿੱਥੇ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ?

A. ਲਘੂ ਸਵਰ ਲਿਪੀ ਚਿੰਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ
B. ਦੁਲੈਂਕੜ ਨੂੰ ਛੱਡ ਕੇ, ਦੀਰਘ ਸਵਰ ਲਿਪੀ ਚਿੰਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ
C. ਸਿਹਾਰੀ ਅਤੇ ਮੁਕਤੇ ਅੱਖਰ ਨਾਲ
D. ਔਂਕੜ ਅਤੇ ਦੁਲੈਂਕੜ ਲਗ ਨਾਲ

5. ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਦੇਸੀ ਮਹੀਨਿਆਂ ਦੇ ਨਾਵਾਂ ਵਿਚੋਂ ਕਿਹੜਾ ਸ਼ੁੱਧ ਪੰਜਾਬੀ ਹੈ?

A. ਚੇਤ
B. ਸੌਣ
C. ਆਸਾੜ
D. ਫਲਗੁਣ

6. 'ਸੋ ਕਿਉ ਮੰਦਾ ਆਖੀਐ ਜਿਤੁ ਜੰਮਹਿ ਰਾਜਾਨ' ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਰਚਿਤ ਇਹ ਬਾਣੀ-ਤੁਕ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਕਿਸ ਰਚਨਾ ਵਿੱਚ ਦਰਜ ਹੈ?

A. ਜਪੁਜੀ ਸਾਹਿਬ
B. ਆਸਾ ਦੀ ਵਾਰ
C. ਸਿਧ ਗੋਸਟਿ
D. ਮਲ੍ਹਾਰ ਦੀ ਵਾਰ

7. ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਜੀ ਦੁਆਰਾ ਰਚਿਤ 'ਚੰਡੀ ਦੀ ਵਾਰ' ਕਿਸ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਹੈ?

A. ਫ਼ਾਰਸੀ
B. ਉਰਦੂ
C. ਪੰਜਾਬੀ
D. ਬ੍ਰਿਜ ਭਾਸ਼ਾ

8. ਅੰਕ 51 ਦਾ ਟਕਸਾਲੀ ਪੰਜਾਬੀ ਰੂਪ ਕੀ ਹੈ?

A. ਕਵੱਨਜਾ
B. ਇਕਵੰਜਾ
C. ਕਵੰਜਾ
D. ਅਕਵੰਜਾ

House of Aspirants | houseofaspirants.in

9. ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਹੜਾ ਸ਼ਬਦ 'ਹਸਰਤ' ਦਾ ਸਮਾਨਾਰਥੀ ਨਹੀਂ ਹੈ?

A. ਚਾਹਤ
B. ਖਾਹਸ਼
C. ਇੱਛਾ
D. ਧੀਰਜ

10. ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸ ਸ਼ਬਦ ਦੇ ਸ਼ਬਦ-ਜੋੜ ਸਹੀ ਹਨ ?

A. ਰਮੈਣ
B. ਰਮਾਇਨ
C. ਰਮਾਇਣ
D. ਰਾਮਾਇਣ

11. 'ਕਰ ਕੇ ਅੱਖਾਂ ਟੇਢੀਆਂ ਤੇ ਵਾਜ ਛੁਟੇਰੀ ਹੌਲੀ ਹੌਲੀ ਆਖਿਆ ਫਿਰ ਬੁੱਢੇ ਬਾਵੇ,' ਇਨ੍ਹਾਂ ਕਾਵਿ ਸਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਮੁਹਾਵਰੇਦਾਰ ਵਾਕੰਸ਼ ਕਿਹੜਾ ਹੈ?

A. ਅੱਖਾਂ ਟੇਢੀਆਂ ਕਰਨਾ
B. ਵਾਜ ਛੁਟੇਰੀ ਕਰਨਾ
C. ਹੌਲੀ ਹੌਲੀ ਆਖਣਾ
D. ਕੋਈ ਵੀ ਨਹੀਂ

12. 'ਪਾ ਨਾ ਪੜ੍ਹੀ ਤੇ ਵਖ਼ਤ ਨੂੰ ਫੜੀ' ਅਖਾਣ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਿਸ ਪ੍ਰਸੰਗ ਵਿੱਚ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ?

A. ਜਦ ਕੋਈ ਪੜ੍ਹ ਤਾਂ ਜਾਵੇ ਪਰ ਜੀਵਨ ਅਨੁਭਵ ਹਾਸਲ ਨਾ ਕਰੇ।
B. ਜਦ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਹਿਸਾਬ ਕਿਤਾਬ ਨਾ ਆਉਂਦਾ ਹੋਵੇ।
C. ਜਦ ਕਿਸੇ ਪੜ੍ਹੇ ਲਿਖੇ ਬੰਦੇ ਨੂੰ ਨੀਵੇਂ ਪੱਧਰ ਦਾ ਗਿਆਨ ਹੋਵੇ।
D. ਜਦ ਕੋਈ ਥੋੜ੍ਹਾ ਗਿਆਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਕੇ ਉਸ ਦਾ ਵਿਖਾਲਾ ਬਹੁਤਾ ਕਰੇ

13. ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਵਾਕਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਹੜਾ ਵਾਕ ਵਿਆਕਰਨਿਕ ਪੱਖੋਂ ਅਸ਼ੁੱਧ ਹੈ?

A. ਮੈਂ ਕਿਉਂ ਤੇਰੀ ਗੱਲ ਸੁਣਾਂ?
B. ਉਹ ਕਿਉਂ ਤੇਰੀ ਗੱਲ ਸੁਣੇ?
C. ਮੈਂ ਕਿਉਂ ਇਹ ਗੱਲ ਸੁਣਾ।
D. ਕੀ ਤੂੰ ਇਹ ਗੱਲ ਸੁਣੀਂ ?

14. ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਵਿਕਲਪਾਂ ਵਿੱਚੋਂ 'ਪੈਰਾਂ ਥੱਲੇ _____ ਰੱਖਣਾ' ਮੁਹਾਵਰੇ ਦਾ ਵਿਚਲਾ ਹਿੱਸਾ ਕੀ ਹੈ ?

A. ਜੁੱਤੀ
B. ਤਲੀਆਂ
C. ਮਿੱਟੀ
D. ਧਨ

15. ਪੱਛਮੀ ਹਮਲਾਵਰ ਪੰਜਾਬ ਵਿੱਚ ਕਿਸ ਰਸਤੇ ਦਾਖਲ ਹੋਏ ?

A. ਦੱਰਾ ਟੱਚੀ
B. ਦੱਰਾ ਕੁਰੱਮ
C. ਦੱਰਾ ਗੋਮਲ
D. ਦੱਰਾ ਖੈਬਰ

16. 'ਬੁੱਧ ਸੁਨਿਚਰ ਕੱਪੜਾ ਗਹਿਣਾ ਐਤਵਾਰ' ਮੁਹਾਵਰੇ ਵਿੱਚ ਵਰਤੇ ਗਏ ਦਿਨਾਂ ਦੇ ਸ਼ੁੱਧ ਪੰਜਾਬੀ ਨਾਮ-ਰੂਪ ਕੀ ਹਨ ?

A. ਬੁੱਧਵਾਰ, ਛਨੀਵਾਰ, ਇਤਬਾਰ
B. ਬੁਦਵਾਰ, ਛਨਿੱਛਰਵਾਰ, ਏਤਬਾਰ
C. ਸ਼ਨਿਸ਼ਰਵਾਰ, ਬੁਧਬਾਰ, ਐਤਬਾਰ
D. ਸਨਿੱਚਰਵਾਰ, ਬੁੱਧਵਾਰ, ਐਤਵਾਰ

House of Aspirants | houseofaspirants.in

17. ਪੰਜਾਬ ਰਾਜ ਭਾਸ਼ਾ ਤਰਮੀਮ ਐਕਟ-27 ਕਿਸ ਸਾਲ ਪਾਸ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ?

A. 1968
B. 2008
C. 2022
D. 1967

18. ਕਿਸ ਭਾਸ਼ਾ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਨਾਲ 'ਪੰਜਾਬ' ਦਾ ਵਰਤਮਨ ਨਾਮ ਪਿਆ?

A. ਉਰਦੂ ਭਾਸ਼ਾ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਨਾਲ
B. ਹਿੰਦੀ ਭਾਸ਼ਾ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਨਾਲ
C. ਅਰਬੀ ਭਾਸ਼ਾ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਨਾਲ
D. ਫ਼ਾਰਸੀ ਭਾਸ਼ਾ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਨਾਲ

19. ਮੌਰੀਆ ਅਤੇ ਕੁਸ਼ਾਨ ਕਾਲ ਵਿੱਚ ਪੰਜਾਬ ਦੀ ਪੱਛਮੀ ਹੱਦ ਕਿੱਥੋਂ ਤੱਕ ਚਲੀ ਗਈ ਸੀ ?

A. ਹਿੰਦੂਕਸ਼ ਦੇ ਪਹਾੜਾਂ ਤੱਕ
B. ਪਿਸ਼ਾਵਰ ਤੱਕ
C. ਮੁਲਤਾਨ ਤੱਕ
D. ਲਾਹੌਰ ਤੱਕ

20. ਹੇਠ ਲਿਖਿਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਹੜੀ ਲੋਕ ਖੇਡ ਨਹੀਂ ਹੈ?

A. ਗੁੱਲੀ ਡੰਡਾ
B. ਸ਼ੱਕਰ ਭਿੱਜੀ
C. ਵਾਲੀਵਾਲ
D. ਬਾਂਦਰ ਕਿੱਲਾ

21. 'ਸਹੇੜ' ਸ਼ਬਦ ਦੀ ਕਿਹੜੀ ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਹੈ?

A. ਨਾਂਵ
B. ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਣ
C. ਕਿਰਿਆ
D. ਨਿਪਾਤ

22. ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਸ਼ਬਦਾ-ਸਮੂਹਾਂ ਵਿਚੋਂ ਕਿਹੜੇ ਸਮੂਹ ਦਾ ਲਿੰਗ ਬਹੁਅਰਥੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਭਾਵ ਇਕ ਅਰਥ ਵਿੱਚ ਪੁਲਿੰਗ ਅਤੇ ਦੂਜੇ ਅਰਥ ਵਿੱਚ ਇਸਤ੍ਰੀ ਲਿੰਗ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ?

A. ਹਾਰ, ਵੰਡ, ਵੱਟ
B. ਅਖ਼ਬਾਰ, ਸਾਈਕਲ, ਥਾਂ
C. ਦਹੀਂ, ਮੱਖਣ, ਡਾਕਟਰ
D. ਦੋਸਤ, ਵਰ, ਹਾਣੀ

23. ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸ ਸ਼ਬਦ ਦਾ ਬਹੁਵਚਨ ਸਧਾਰਨ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਉਸ ਦੇ ਇੱਕਵਚਨ ਦੇ ਸਮਾਨ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ?

A. ਦਿਸ਼ਾ
B. ਦੁਆ
C. ਧਾਰ
D. ਐਬ

24. ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਵਾਕਾਂ ਵਿਚੋਂ ਗ਼ਲਤ ਵਿਰਾਮ-ਚਿੰਨ੍ਹ ਵਾਲਾ ਵਾਕ ਪਛਾਣੋ?

A. ਗਾਵੈ ਕੋ ਤਾਣੁ ਹੋਵੈ ਕਿਸੈ ਤਾਣੁ।
B. ਮੈਂ ਜਾਣਨਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹਾਂ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਸੁਆਲ ਕਿਵੇਂ ਕੱਢਿਆ।
C. ਮਾਸਟਰ ਜੀ ਨੂੰ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਕਿ ਮੈਂ ਕਿਹੜੇ ਸੈਕੱਸ਼ਨ ਵਿੱਚ ਪੜ੍ਹਦਾ ਹਾਂ।
D. ਕੀ ਅੱਜ ਸਕੂਲ ਖੁੱਲ੍ਹ ਗਏ ਹਨ?

House of Aspirants | houseofaspirants.in

25. ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸ ਸ਼ਬਦ ਦੀ ਰਚਨਾ 'ਪਿਛੇਤਰ' ਲੱਗ ਕੇ ਹੋਈ ਹੈ?

A. ਅਟੱਲ
B. ਸਲੂਣਾ
C. ਆਰਥਿਕ
D. ਪਰਿਭਾਸ਼ਾ

26. 'ਆਜ਼ਾਦ ਅਖ਼ਬਾਰਾਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਲੋਕਰਾਜੀ ਦੇਸ ਦੀ ਪਹਿਲੀ ਲੋੜ ਹਨ' ਵਾਕ ਵਿੱਚ ਕਿੰਨੇ ਨਾਂਵ ਸ਼ਬਦ ਹਨ :

A. 3
B. 4
C. 2
D. 5

27. ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਸ਼ਬਦ Trial ਦਾ ਸ਼ੁੱਧ ਪੰਜਾਬੀ ਰੂਪ ਕਿਹੜਾ ਹੈ?

A. ਟ੍ਰਾਇਲ
B. ਟਰੈਲ
C. ਟਰਾਇਲ
D. ਟਰਾਈਲ

28. 'ਨਜ਼ਰ ਸਵੱਲੀ ਹੋਣਾ 'ਮੁਹਾਵਰਾ ਕਿਸ ਭਾਵ ਨੂੰ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰਦਾ ਹੈ?

A. ਆਸਰਾ ਦਿੱਸਣਾ
B. ਗਹੁ ਨਾਲ ਵੇਖਣਾ
C. ਕਾਰੋਬਾਰ 'ਚ ਵਾਧਾ ਹੋਣਾ
D. ਖ਼ੁਸ਼ਹਾਲੀ ਹੋਣਾ

29. ਹਰਿਮੰਦਰ ਸਾਹਿਬ ਦੀ ਉਸਾਰੀ ਦਾ ਕੰਮ ਕਿਸ ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬ ਨੇ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਵਾਇਆ ?

A. ਗੁਰੂ ਹਰਗੋਬਿੰਦ ਜੀ ਨੇ
B. ਗੁਰੂ ਅਮਰ ਦਾਸ ਜੀ ਨੇ
C. ਗੁਰੂ ਰਾਮ ਦਾਸ ਜੀ ਨੇ
D. ਗੁਰੂ ਅਰਜਨ ਦੇਵ ਜੀ ਨੇ

30. 'ਤੀਰ ਕਮਾਨੀ ਪਿੜ' ਦਾ ਸੰਬੰਧ ਕਿਸ ਨਾਲ ਹੈ ?

A. ਪੰਜਾਬ ਦੀਆਂ ਨਕਲਾਂ ਨਾਲ
B. ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਲੋਕ ਨਾਚਾਂ ਨਾਲ
C. ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਲੋਕ ਕਿੱਤਿਆਂ ਨਾਲ
D. ਪੰਜਾਬ ਦੀਆਂ ਖੇਡਾਂ ਨਾਲ

31. ਹੱਵਾ, ਛਾਂ,ਬਾਂਹ ਅਤੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾ ਦੇ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਬਹੁਵਚਨੀ ਰੂਪਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਹੜਾ ਬਹੁਵਚਨੀ ਰੂਪ ਸਹੀ ਨਹੀਂ ਹੈ?

A. ਹਵਾਵਾਂ
B. ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾਈਆਂ
C. ਬਾਂਹਵਾਂ
D. ਛਾਂਵਾਂ

32. ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਹੜਾ ਸ਼ਬਦ ਸਾਫ਼ਾ ਦਾ ਸਮਾਨਾਰਥੀ ਹੈ?

A. ਮੁਕਾ
B. ਪੱਗੜੀ
C. ਮੂਕਾ
D. ਮੁੱਕਾ

House of Aspirants | houseofaspirants.in

33. 'ਸਹੁ ਵੇ ਜੀਆ ਆਪਣਾ ਕੀਆ 'ਅਖਾਣ ਦਾ ਅਰਥ ਹੈ:

A. ਆਪਣਾ ਕੰਮ ਆਪ ਨੂੰ ਹੀ ਕਰਨਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ।

B. ਕੋਈ ਵੀ ਕੰਮ ਬਿਗਾਨੇ ਹੱਥਾਂ ਸੌਂਪ ਕੇ ਲਾਭ ਦੀ ਆਸ ਕਰਨੀ ਫ਼ਜ਼ੂਲ ਹੈ ।

C. ਜਦੋਂ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਥੋੜ੍ਹਾ ਨੁਕਸਾਨ ਦੂਜੇ ਦੇ ਬਹੁਤੇ ਨੁਕਸਾਨ ਤੋਂ ਵਧੇਰੇ ਜਾਪੇ।

D. ਹਰ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਕੀਤੀ ਦਾ ਫਲ ਭੁਗਤਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ।

34. ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸ ਜੁੱਟ ਦੇ ਸਾਰੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਨਾਲ ਲੱਗੇ 'ਅਗੇਤਰ' ਨਾਲ ਮੂਲ ਸ਼ਬਦ ਦੀ ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਵਿੱਚ ਪਰਿਵਰਤਨ ਨਹੀਂ ਆਇਆ ਹੈ?

A. ਅਨਪੜ੍ਹ, ਉਪਕਾਰ, ਸੰਯੋਗ

B. ਉਪਭਾਸ਼ਾ, ਸੰਪੂਰਨ, ਕਲਜੁਗ

C. ਅਸੰਭਵ, ਸੁਗੰਧ, ਅਮਰ

D. ਕਮਜ਼ੋਰ, ਵਿਕ੍ਰਿਤ, ਅਜਿੱਤ

35. ਚਾਹ, ਪਾਹ, ਜਾਹ ਅਤੇ ਮਾਘ ਆਦਿ ਸ਼ਬਦ ਕਿਹੜੀ ਸੁਰ ਨਾਲ ਬੋਲੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ?

A. ਉੱਚੀ ਸੁਰ ਨਾਲ

B. ਨੀਵੀਂ ਸੁਰ ਨਾਲ

C. ਪੱਧਰੀ ਸੁਰ ਨਾਲ

D. ਲਹਿੰਦੀ ਸੁਰ ਨਾਲ

36. 'ਅੱਖ ਮਾਰੀ ਜਾਣਾ ' ਮੁਹਾਵਰਾ ਕਿਸ ਭਾਵ ਨੂੰ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰਦਾ ਹੈ ?

A. ਅੱਖ ਨਾਲ ਇਸ਼ਾਰਾ ਕਰਨਾ

B. ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਵੇਖਣਾ

C. ਕਿਸੇ ਸੱਟ ਜਾਂ ਬਿਮਾਰੀ ਨਾਲ ਕਾਣਾ ਹੋ ਜਾਣਾ

D. ਬੇਸ਼ਰਮੀ ਨਾਲ ਵੇਖਣਾ

37. 'ਜਾ, ਕਰ, ਲਿਖ ਅਤੇ ਪੜ੍ਹ ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਦਾ ਸਾਂਝਾ ਲੱਛਣ ਦੱਸੋ ?

A. ਸਹਾਇਕ ਕਿਰਿਆ

B. ਮੂਲ ਕਿਰਿਆ ਰੂਪ

C. ਸਕਰਮਕਤਾ

D. ਸੰਚਾਲਕ ਕਿਰਿਆ

38. ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਹੜਾ ਸ਼ਬਦ ਗੈਰ-ਪਿਛੇਤਰੀ ਹੈ?

A. ਨਿਸੰਗ

B. ਉਣਾਈ

C. ਦਿਹਾੜੀ

D. ਨੂਰਾਨੀ

39. 'ਇਸ ਵਾਰ ਉਣਤੀ ਕੱਤਕ, ਦਿਨ ਗੁਰੂਵਾਰ ਨੂੰ ਦੀਵਾਲੀ ਹੈ।' ਇਸ ਵਾਕ ਵਿੱਚ ਅੰਕ , ਮਹੀਨਾ ਅਤੇ ਦਿਨ ਦੇ ਨਾਵਾਂ ਵਿਚੋਂ ਕਿਹੜਾ ਟਕਸਾਲੀ ਪੰਜਾਬੀ ਰੂਪ ਮੁਤਾਬਕ ਨਹੀਂ ਹੈ?

A. ਅੰਕ ਅਤੇ ਦਿਨ ਦੇ ਨਾਂ

B. ਅੰਕ ਅਤੇ ਮਹੀਨੇ ਦੇ ਨਾਂ

C. ਦਿਨ ਅਤੇ ਮਹੀਨੇ ਦਾ ਨਾਂ

D. ਇਕੱਲੇ ਮਹੀਨੇ ਦਾ ਨਾਂ

House of Aspirants | houseofaspirants.in

Join Telegram - House of Aspirants | houseofaspirants.in

40. ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਵਾਕਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਹੜਾ ਵਾਕ ਵਿਆਕਰਨਿਕ ਪੱਖੋਂ ਸ਼ੁੱਧ ਹੈ?

A. ਉਸਦੇ ਵਿਆਹ ਤੇ ਮਾਮਾ, ਮਾਮੀ, ਨਾਨਾ ਆਏ।
B. ਕੁੜੀਆਂ ਨੂੰ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਚੁਕੰਨੇ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।
C. ਸਾਰੇ ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਸ਼ਕਾਇਤ ਕੀਤੀ।
D. ਕੁੜੀ ਉਤਰਦੀ ਸਾਰ ਭੁੱਬਾਂ ਮਾਰ ਰੋਣ ਲੱਗੀ।

41. ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਹੜਾ ਸ਼ਬਦ 'ਵਸਲ' ਦਾ ਵਿਰੋਧੀ ਹੈ?

A. ਵਸਫ਼
B. ਵਿਛੋੜਾ
C. ਮਿਲਾਪ
D. ਸੰਯੋਗ

42. _____'ਤੇ ਮੂੰਹ ਨਾ ਹਿਲਾਵੇ 'ਅਖਾਣ ਦਾ ਪਹਿਲਾ ਹਿੱਸਾ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਵਿਕਲਪਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਹੜਾ ਹੈ?

A. ਫ਼ਰੇਬੀ ਖਾਵੇ
B. ਮੀਸਣੀ ਖਾਵੇ
C. ਮਾਸੀ ਖਾਵੇ
D. ਚਤਰੋ ਖਾਵੇ

43. ਹੇਠ ਲਿਖਿਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਹੜਾ ਇਸਤਰੀ ਲੋਕ ਨਾਚ ਨਹੀਂ ਹੈ ?

A. ਹੁੱਲੇ-ਹੁਲਾਰੇ
B. ਲੁੱਡੀ
C. ਧਮਾਲ
D. ਸੰਮੀ

44. ਕੀ 'ਯਾਦਗਾਰ' ਸ਼ਬਦ ਵਿੱਚ /ਗਾਰ/ ਪਿਛੇਤਰ ਲੱਗਣ ਨਾਲ ਮੂਲ ਸ਼ਬਦ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਪਰਿਵਰਤਨ ਆਇਆ ਹੈ ?

A. ਕੋਈ ਪਰਿਵਰਤਨ ਨਹੀਂ ਆਇਆ।
B. ਮੂਲ ਸ਼ਬਦ ਨਾਂਵ ਬਣ ਗਿਆ ਹੈ।
C. ਮੂਲ ਸ਼ਬਦ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਣ ਬਣ ਗਿਆ ਹੈ।
D. ਮੂਲ ਸ਼ਬਦ ਗੁਣਵਾਚਕ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਣ ਬਣ ਗਿਆ ਹੈ।

45. ਪੰਜਾਬੀ ਭਾਸ਼ਾ ਨੂੰ ਲਿਖਣ ਲਈ ਕਿਹੜੀ ਲਿਪੀ ਵਧੇਰੇ ਢੁਕਵੀਂ ਹੈ?

A. ਸ਼ਾਹਮੁਖੀ
B. ਫ਼ਾਰਸੀ
C. ਗੁਰਮੁਖੀ
D. ਉਰਦੂ

46. ਪੈਪਸੂ ਨੂੰ ਪੰਜਾਬ ਰਾਜ ਵਿੱਚ ਕਿਸ ਸਾਲ ਸ਼ਾਮਲ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ?

A. ਪਹਿਲੀ ਨਵੰਬਰ 1966
B. ਪਹਿਲੀ ਨਵੰਬਰ 1956
C. ਤੇਰਾਂ ਅਪ੍ਰੈਲ 1967
D. ਪਹਿਲੀ ਨਵੰਬਰ 1962

47. ਹੇਠ ਲਿਖਿਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸ ਸ਼ਬਦ-ਸਮੂਹ ਦੇ ਸਾਰੇ ਸ਼ਬਦ ਕੇਵਲ ਪੁਲਿੰਗ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਹੀ ਪ੍ਰਚਲਿਤ ਹਨ?

A. ਕਿਤਾਬ, ਕਮਰ , ਗੋਡਾ
B. ਮੇਜ਼, ਸੰਦੂਕੜੀ, ਯਤਨ
C. ਲੱਕ , ਘੜੀ, ਮੋਬਾਈਲ
D. ਨੇਤਰ, ਬਗਲਾ, ਖਟਮਲ

House of Aspirants | houseofaspirants.in

48. 'ਜੋੜਨੀ 'ਚਿੰਨ੍ਹ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਿਸ ਪ੍ਰਸੰਗ ਵਿੱਚ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ?

A. ਵਾਕਾਂ ਨੂੰ ਆਪਸ ਵਿੱਚ ਜੋੜਨ ਲਈ

B. ਦੋ ਜਾਂ ਦੋ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸ਼ਬਦਾਂ ਨੂੰ ਜੋੜ ਕੇ, ਨਵਾਂ ਸ਼ਬਦ ਬਣਾਉਣ ਲਈ

C. ਵਾਕੰਸ਼ਾਂ ਨੂੰ ਆਪਸ ਵਿੱਚ ਜੋੜਨ ਲਈ

D. ਉਪਵਾਕਾਂ ਨੂੰ ਆਪਸ ਵਿੱਚ ਜੋੜਨ ਲਈ

49. 'ਕੋਈ ਨਹੀਂ ਆਇਆ, ਸਾਰੇ ਕਿਤੇ ਚਲੇ ਗਏ', ਵਾਕ ਵਿੱਚ ਕਿਸ ਕਿਸਮ ਦੇ ਪੜਨਾਂਵ ਆਏ ਹਨ?

A. ਨਿਸ਼ਚੇ ਵਾਚਕ

B. ਪੁਰਖ ਵਾਚਕ

C. ਅਨਿਸ਼ਚੇਵਾਚਕ

D. ਸੰਬੰਧ ਵਾਚਕ

50. ਅੰਗਰੇ ੜਹੜਾ ਹੈ?

A.

B. ਰੇਜੋਲੇਸ਼ਨ

C.

D. ਰੈਜੋਲੂਸ਼ਨ

houseofaspirants.in

House of Aspirants | houseofaspirants.in

Part B - General Knowledge and Current Affairs, Punjab History and Culture, Logical Reasoning and Mental Ability, Punjabi, English, ICT

51. '_____ ਪੇਟ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪੀੜ' ਅਖਾਣ ਦਾ ਪਹਿਲਾ ਹਿੱਸਾ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਵਿਕਲਪਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਹੜਾ ਹੈ?

A. ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਖਾਧੀਆਂ ਮੂਲੀਆਂ
B. ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਖਾਧੀਆਂ ਗਾਜਰਾਂ
C. ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਖਾਧੀਆਂ ਤੋਰੀਆਂ
D. ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਖਾਧੀਆਂ ਭਿੰਡੀਆਂ

52. ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਸ਼ਬਦ Geometry ਦਾ ਸ਼ੁੱਧ ਪੰਜਾਬੀ ਰੂਪ ਕਿਹੜਾ ਹੈ?

A. ਜੁਮੈਟਰੀ
B. ਜਿਉਮੈਟਰੀ
C. ਜਿਮੈਟਰੀ
D. ਜਮੈਟਰੀ

53. 'ਈਂਗਣ ਮੀਂਗਣ ਤਲੀ _____' ਪੰਜਾਬ ਦੀ ਲੋਕ ਖੇਡ ਦੇ ਇਸ ਟੱਪੇ ਦਾ ਪਿਛਲਾ ਹਿੱਸਾ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਵਿਕਲਪਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਹੜਾ ਹੈ?

A. ਤਲੀਂਗਣ
B. ਤਲਾਂਗਣ
C. ਪਲਾਂਗਣ
D. ਤਰੀਂਗਣ

54. ਪੰਜਾਬੀ ਸ਼ਬਦ-ਜੋੜਾਂ ਵਿੱਚ ਹਾਹੇ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ /ਐ/ਦੇ ਉਚਾਰਨ ਨੂੰ ਲਿਖਣ ਲਈ ਕਿਹੜੀ ਮਾਤਰਾ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ?

A. ਹਾਹੇ ਤੋਂ ਪਹਿਲੇ ਅੱਖਰ ਨਾਲ ਲਾਵਾਂ।
B. ਹਾਹੇ ਤੋਂ ਪਹਿਲੇ ਅੱਖਰ ਨਾਲ ਦੁਲਾਵਾਂ।
C. ਹਾਹੇ ਤੋਂ ਪਹਿਲੇ ਅੱਖਰ ਨਲ ਸਿਹਾਰੀ।
D. ਹਾਹੇ ਨਾਲ ਸਿਹਾਰੀ।

55. Dextrosinistral ਸ਼ਬਦ ਦਾ ਕੀ ਅਰਥ ਹੈ?

A. ਖੱਬੇ ਤੋਂ ਸੱਜੇ ਵੱਲ ਨੂੰ
B. ਸੱਜੇ ਤੋਂ ਖੱਬੇ ਵੱਲ ਨੂੰ
C. ਉੱਪਰੋਂ ਹੇਠਾਂ ਵੱਲ ਨੂੰ
D. ਹੇਠੋਂ ਉੱਪਰ ਵੱਲ ਨੂੰ

56. Which of the following is not a number system in computers? / ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਹੜਾ ਕੰਪਿਊਟਰਾਂ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਨੰਬਰ ਸਿਸਟਮ ਨਹੀਂ ਹੈ?

A. Binary / ਬਾਈਨਰੀ
B. Octal / ਔਕਟਲ
C. Hexadecimal / ਹੈਕਸਾਡੈਸੀਮਲ
D. Decadecimal / ਡੈਕੈਡੈਸੀਮਲ

57. The server on the Internet is also known as a _____. / ਇੰਟਰਨੈੱਟ 'ਤੇ ਸਰਵਰ ਨੂੰ _____ ਨਾਮ ਨਾਲ ਵੀ ਜਾਣਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

A. Gateway / ਗੇਟਵੇ
B. Repeater / ਰੀਪੀਟਰ
C. Host / ਹੋਸਟ
D. Hub / ਹੱਬ

House of Aspirants | houseofaspirants.in

58. We can start MS Word by typing _____ in the Run Dialog box. / ਅਸੀਂ ਰਨ ਡਾਇਲਾਗ ਬਾਕਸ ਵਿੱਚ _____ ਟਾਈਪ ਕਰਕੇ MS Word ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ।

A. word.exe
B. winword.exe
C. msword.exe
D. docx.exe

59. Which function in MS Excel tells how many numeric entries are there? / ਐਮਐਸ ਐਕਸਲ ਵਿੱਚ ਕਿਹੜਾ ਫੰਕਸ਼ਨ ਦੱਸਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕਿੰਨੀਆਂ ਸੰਖਿਆਤਮਕ ਐਂਟਰੀਆਂ ਹਨ?

A. NUM
B. COUNT
C. SUM
D. CHKNUM

60. Which of the following shortcut keys is used to start the slideshow in PowerPoint? / ਪਾਵਰਪੁਆਇੰਟ ਵਿੱਚ ਸਲਾਈਡਸ਼ੋ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਲਈ ਹੇਠ ਲਿਖੀਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਹੜੀ ਸ਼ਾਰਟਕੱਟ ਦੀ ਵਰਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ?

A. F5 key / F5 की
B. F6 key / F6 की
C. F3 key / F3 की
D. F1 key / F1 की

61. Fill in the blanks with the correct preposition. We get out _____ life what we just put into it.

A. with
B. for
C. to
D. of

62. What is the synonym of 'Lately'?

A. Late
B. Immediately
C. Early
D. Recently

63. What is the antonym of 'Optimistic'?

A. Stoical
B. Dubious
C. Cynical
D. Pessimistic

64. The meaning of the idiom 'Hard of hearing' is _____.

A. Deaf
B. Inaudible
C. Disinterested
D. Insensitive

65. Which of the following sentences is correct?

A. You and me were present.
B. You and I was present.
C. You and I were present.
D. I and you was present.

66. The Tropic of Cancer passes through which country? / ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਟ੍ਰੋਪਿਕ ਕਿਸ ਦੇਸ਼ ਵਿੱਚੋਂ ਲੰਘਦਾ ਹੈ?

A. Brazil / ਬ੍ਰਾਜ਼ੀਲ
B. India / ਭਾਰਤ
C. Australia / ਆਸਟ੍ਰੇਲੀਆ
D. South Africa / ਦੱਖਣੀ ਅਫਰੀਕਾ

House of Aspirants | houseofaspirants.in

67. What is the SI unit of force? / ਬਲ ਦੀ SI ਇਕਾਈ ਕੀ ਹੈ?

A. Joule / ਜੂਲ
B. Pascal / ਪਾਸਕਲ
C. Newton / ਨਿਊਟਨ
D. Watt / ਵਾਟ

68. The Bharat 6G Vision Document, released by the Government of India, proposes the rollout of 6G technology by which target year? / ਭਾਰਤ ਸਰਕਾਰ ਦੁਆਰਾ ਜਾਰੀ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਭਾਰਤ 6G ਵਿਜ਼ਨ ਦਸਤਾਵੇਜ਼, ਕਿਸ ਟੀਚੇ ਵਾਲੇ ਸਾਲ ਤੱਕ 6G ਤਕਨਾਲੋਜੀ ਦੇ ਰੋਲਆਊਟ ਦਾ ਪ੍ਰਸਤਾਵ ਰੱਖਦਾ ਹੈ?

A. 2028
B. 2029
C. 2030
D. 2032

69. Which among the following COP summit initiated the concept of "Carbon Credit"? / ਹੇਠ ਲਿਖੇ COP ਸੰਮੇਲਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸਨੇ "ਕਾਰਬਨ ਕ੍ਰੈਡਿਟ" ਦੀ ਧਾਰਨਾ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਕੀਤੀ?

A. Kyoto Protocol / ਕਿਓਟੋ ਪ੍ਰੋਟੋਕੋਲ
B. Rio Summit / ਰੀਓ ਸੰਮੇਲਨ
C. Paris Summit / ਪੈਰਿਸ ਸੰਮੇਲਨ
D. Rome Accord / ਰੋਮ ਸਮਝੌਤਾ

70. The legal advisor to the State government is known as _____. / ਰਾਜ ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਕਾਨੂੰਨੀ ਸਲਾਹਕਾਰ ਨੂੰ _____ ਵਜੋਂ ਜਾਣਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

A. Advocate General / ਐਡਵੋਕੇਟ ਜਨਰਲ
B. Attorney General / ਅਟਾਰਨੀ ਜਨਰਲ
C. Solicitor General / ਸਾਲਿਸਟਰ ਜਨਰਲ
D. State Public Prosecutor / ਸਟੇਟ ਪਬਲਿਕ ਪ੍ਰੌਸੀਕਿਊਟਰ

71. Economic Survey is published by _____. / ਆਰਥਿਕ ਸਰਵੇਖਣ _____ ਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

A. Ministry of finance / ਵਿੱਤ ਮੰਤਰਾਲਾ
B. Planning commission / ਯੋਜਨਾ ਕਮਿਸ਼ਨ
C. Govt. of India / ਭਾਰਤ ਸਰਕਾਰ
D. Indian statistical institute / ਭਾਰਤੀ ਅੰਕੜਾ ਸੰਸਥਾ

House of Aspirants | houseofaspirants.in

72. Who among the following was called "Frontier Gandhi"? / ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸਨੂੰ "ਸਰਹੱਦੀ ਗਾਂਧੀ" ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਸੀ?

A. Mahatma Gandhi / ਮਹਾਤਮਾ ਗਾਂਧੀ
B. Khan Abdul Ghaffar Khan / ਖਾਨ ਅਬਦੁਲ ਗੱਫਾਰ ਖਾਨ
C. Sardar Patel / ਸਰਦਾਰ ਪਟੇਲ
D. Bhagat Singh / ਭਗਤ ਸਿੰਘ

73. Who has become the first Indian woman to score a century in all three formats of cricket? / ਕ੍ਰਿਕਟ ਦੇ ਤਿੰਨੇ ਫਾਰਮੈਟਾਂ ਵਿੱਚ ਸੈਂਕੜਾ ਲਗਾਉਣ ਵਾਲੀ ਪਹਿਲੀ ਭਾਰਤੀ ਔਰਤ ਕੌਣ ਬਣੀ ਹੈ?

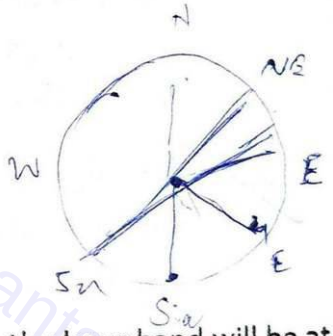
A. Samriti Mandhana / ਸਮਰਿਤੀ ਮੰਧਾਨਾ
B. Jemimah Rodrigue / ਜੇਮੀਮਾ ਰੌਡਰਿਗ
C. Shefali Verma/ ਸ਼ੈਫਾਲੀ ਵਰਮਾ
D. Richa Ghosh / ਰਿਚਾ ਘੋਸ਼

74. Gulliver's Travels was written by _____. / ਗੁਲੀਵਰਜ਼ ਟ੍ਰੈਵਲਜ਼ _____ ਦੁਆਰਾ ਲਿਖੀ ਗਈ ਸੀ।

A. Jonathan Swift / ਜੋਨਾਥਨ ਸਵਿਫਟ
B. Daniel Defoe / ਡੈਨੀਅਲ ਡਿਫੋ
C. Samuel Johnson / ਸੈਮੂਅਲ ਜੌਨਸਨ
D. Oliver Goldsmith / ਓਲੀਵਰ ਗੋਲਡਸਮਿਥ

75. The Kashi Tamil Sangamam initiative is part of which larger cultural programme launched by the Government of India? / ਕਾਸ਼ੀ ਤਮਿਲ ਸੰਗਮਮ ਪਹਿਲ ਭਾਰਤ ਸਰਕਾਰ ਦੁਆਰਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤੇ ਗਏ ਕਿਸ ਵੱਡੇ ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਹੈ?

A. Azadi Ka Amrit Mahotsav / ਆਜ਼ਾਦੀ ਕਾ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਮਹੋਤਸਵ
B. Ek Bharat Shreshtha Bharat / ਏਕ ਭਾਰਤ ਸ੍ਰੇਸ਼ਠ ਭਾਰਤ
C. Vikasit Bharat Sankalp / ਵਿਕਾਸਿਤ ਭਾਰਤ ਸੰਕਲਪ
D. Digital India / ਡਿਜੀਟਲ ਇੰਡੀਆ

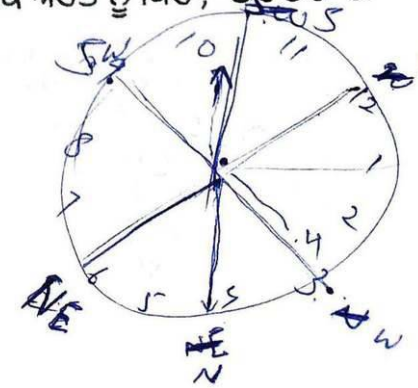


76. The minute hand of a clock is in North-East at 4:30. Then in which direction the hour hand will be at 10:30? / ਘੜੀ ਦਾ ਮਿੰਟ ਸੂਈ ਉੱਤਰ-ਪੂਰਬ ਵਿੱਚ 4:30 ਵਜੇ ਹੈ। ਫਿਰ ਘੰਟੇ ਦੀ ਸੂਈ ਕਿਸ ਦਿਸ਼ਾ ਵਿੱਚ 10:30 ਵਜੇ ਹੋਵੇਗੀ?

A. South / ਦੱਖਣ
B. North-West / ਉੱਤਰ-ਪੱਛਮ
C. West / ਪੱਛਮ
D. North-East / ਉੱਤਰ-ਪੂਰਬ

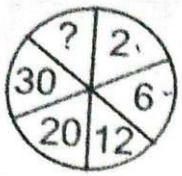
77. A man said to a woman, "Your brother's only sister is my mother". What is the relation of the woman with the maternal grandmother of that man? / ਇੱਕ ਆਦਮੀ ਨੇ ਇੱਕ ਔਰਤ ਨੂੰ ਕਿਹਾ, "ਤੇਰੇ ਭਰਾ ਦੀ ਇਕਲੌਤੀ ਭੈਣ ਮੇਰੀ ਮਾਂ ਹੈ"। ਉਸ ਔਰਤ ਦਾ ਉਸ ਆਦਮੀ ਦੀ ਨਾਨੀ ਨਾਲ ਕੀ ਸਬੰਧ ਹੈ?

A. Mother / ਮਾਂ
B. Sister / ਭੈਣ
C. Niece / ਭਤੀਜੀ
D. Daughter / ਧੀ



House of Aspirants | houseofaspirants.in

78.



A. 39
B. 41
C. 42
D. 54

79. Statement / ਬਿਆਨ:

1. All trucks fly / ਸਾਰੇ ਟਰੱਕ ਉੱਡਦੇ ਹਨ
2. Some scooters fly / ਕੁਝ ਸਕੂਟਰ ਉੱਡਦੇ ਹਨ

Conclusions / ਸਿੱਟੇ:

I. All trucks are scooters / ਸਾਰੇ ਟਰੱਕ ਸਕੂਟਰ ਹਨ
II. Some scooters do not fly / ਕੁਝ ਸਕੂਟਰ ਨਹੀਂ ਉੱਡਦੇ

A. Only I follows / ਸਿਰਫ਼ I ਇਸਦਾ ਪਾਲਣ ਕਰਦਾ ਹਾਂ
B. Only II follows / ਸਿਰਫ਼ II ਇਸਦਾ ਪਾਲਣ ਕਰਦਾ ਹੈ
C. Both I and II follow / ਦੋਵੇਂ ਅਤੇ II ਦਾ ਪਾਲਣ ਕਰਦੇ ਹਨ
D. Both I and II do not follow / ਦੋਵੇਂ I ਅਤੇ II ਦਾ ਪਾਲਣ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ

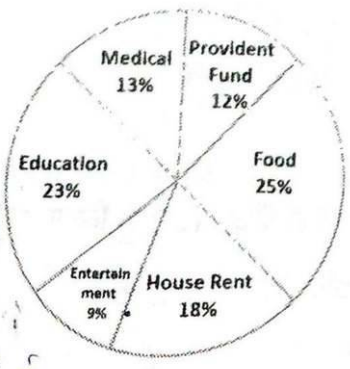
80. If the word TERMINATION is coded as 12345671586, what would be the code for word MOTION? / ਜੇਕਰ TERMINATION ਸ਼ਬਦ ਨੂੰ 12345671586 ਕੋਡ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ MOTION ਸ਼ਬਦ ਦਾ ਕੋਡ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ?

A. 438586
B. 458586
C. -481586
D. 485186

81. In a bag, there are coins of 25 p. 10p and 5 p in the ratio of 1:2:3. If there are Rs. 30 in all, how many 5 p coins are there? / ਇੱਕ ਬੈਗ ਵਿੱਚ 25 ਪੈਸੇ, 10 ਪੈਸੇ, ਅਤੇ 5 ਪੈਸੇ ਦੇ ਸਿੱਕੇ 1:2:3 ਦੇ ਅਨੁਪਾਤ ਵਿੱਚ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਕੁੱਲ ਮਿਲਾ ਕੇ 30 ਰੁਪਏ ਹਨ ਤਾਂ, 5 ਪੈਸੇ ਦੇ ਕਿੰਨੇ ਸਿੱਕੇ ਹਨ?

A. 50
B. 100
C. 150
D. 200

82.



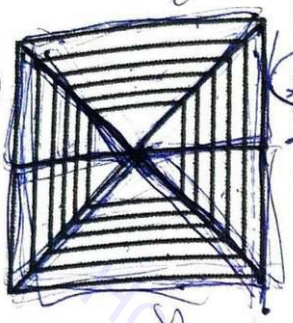
If total family income is Rs. 15000 thenwhat is the total amount that family is using in Education, House Rent and Food? / ਜੇਕਰ ਪਰਿਵਾਰ ਦੀ ਕੁੱਲ ਆਮਦਨ 15000 ਰੁਪਏ ਹੈ ਤਾਂ ਪਰਿਵਾਰ ਪੜ੍ਹਾਈ, ਮਕਾਨ ਕਿਰਾਇਆ ਅਤੇ ਖਾਣੇ 'ਤੇ ਖਰਚ ਵਿੱਚ ਕੁੱਲ ਕਿੰਨੀ ਰਕਮ ਵਰਤ ਰਿਹਾ ਹੈ?

A. 10900
B. 10800
C. 9900
D. 9800

House of Aspirants | houseofaspirants.in

83. If today is FRIDAY, what will be the day after 98 days from today? / ਜੇਕਰ ਅੱਜ ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ ਹੈ, ਤਾਂ ਅੱਜ ਤੋਂ 98 ਦਿਨਾਂ ਬਾਅਦ ਕਿਹੜਾ ਦਿਨ ਹੋਵੇਗਾ?

A. THURSDAY / ਵੀਰਵਾਰ
B. FRIDAY / ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ
C. SATURDAY / ਸ਼ਨੀਵਾਰ
D. SUNDAY / ਐਤਵਾਰ

84.  How many triangles are in this figure? / ਇਸ ਚਿੱਤਰ ਵਿੱਚ ਕਿੰਨੇ ਤਿਕੋਣ ਹਨ?

A. 48
B. 72
C. 45
D. 24

85. 68 : 130 :: ? : 350

A. 240
B. 222
C. 216
D. 210

86. Punjab's fertile alluvium is mainly deposited by _____. / ਪੰਜਾਬ ਦਾ ਉਪਜਾਊ ਜਲ-ਥਲ ਮੁੱਖ ਤੌਰ 'ਤੇ _____ ਦੁਆਰਾ ਜਮ੍ਹਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

A. Peninsular rivers / ਪ੍ਰਾਇਦੀਪੀ ਨਦੀਆਂ
B. Glacial rivers / ਗਲੇਸ਼ੀਅਰ ਨਦੀਆਂ
C. Seasonal streams / ਮੌਸਮੀ ਨਦੀਆਂ
D. Monsoon winds / ਮੌਨਸੂਨ ਹਵਾਵਾਂ

87. Giddha evolved mainly as _____. / ਗਿੱਧਾ ਮੁੱਖ ਤੌਰ 'ਤੇ _____ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਵਿਕਸਤ ਹੋਇਆ।

A. Ritual dance / ਰਸਮੀ ਨਾਚ
B. Narrative dance form / ਬਿਰਤਾਂਤਕ ਨਾਚ ਰੂਪ
C. Martial dance / ਮਾਰਸ਼ਲ ਨਾਚ
D. Temple dance / ਮੰਦਰ ਨਾਚ

88. Ghadar Movement started in _____. / ਗ਼ਦਰ ਲਹਿਰ _____ ਵਿੱਚ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਈ।

A. India / ਭਾਰਤ
B. USA & Canada / ਅਮਰੀਕਾ ਅਤੇ ਕੈਨੇਡਾ
C. England / ਇੰਗਲੈਂਡ
D. Russia / ਰੂਸ

House of Aspirants | houseofaspirants.in

89. The famous Sikh general who defended the north-west frontier of the Sikh Empire and died in battle at Jamrud (1837) was _____. / ਸਿੱਖ ਸਾਮਰਾਜ ਦੀ ਉੱਤਰ-ਪੱਛਮੀ ਸਰਹੱਦ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਅਤੇ ਜਮਰੌਦ (1837) ਵਿਖੇ ਲੜਾਈ ਵਿੱਚ ਮਾਰੇ ਗਏ ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਸਿੱਖ ਜਰਨੈਲ _____ ਸਨ।

A. Sham Singh Attariwala / ਸ਼ਾਮ ਸਿੰਘ ਅਟਾਰੀਵਾਲਾ

B. Hari Singh Nalwa / ਹਰੀ ਸਿੰਘ ਨਲਵਾ

C. Jassa Singh Ahluwalia / ਜੱਸਾ ਸਿੰਘ ਆਹਲੂਵਾਲੀਆ

D. Dewan Mokham Chand / ਦੀਵਾਨ ਮੋਖਮ ਚੰਦ

90. The Jnanpith Award–winning Punjabi novelist known for his works like "Satluj De Kandhe" is _____. / ਗਿਆਨਪੀਠ ਪੁਰਸਕਾਰ ਜੇਤੂ ਪੰਜਾਬੀ ਨਾਵਲਕਾਰ ਜੋ "ਸਤਲੁਜ ਦੇ ਕੰਧੇ" ਵਰਗੀਆਂ ਰਚਨਾਵਾਂ ਲਈ ਜਾਣੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ _____ ਹਨ।

A. G[illegible] / [illegible] ਸਿੰਘ

B. Amrita Pritam / ਅੰਮ੍ਰਿਤਾ ਪ੍ਰੀਤਮ

C. N[illegible]

[illegible]ran Singh / ਪੂਰਨ ਸਿੰਘ

houseofaspirants.in

House of Aspirants | houseofaspirants.in

Part C - Subject

91. What kind of muscle contraction is also referred to as "static tension"? / ਕਿਸ ਕਿਸਮ ਦੇ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀ ਸੰਕੁਚਨ ਨੂੰ ਸਥਿਰ ਤਣਾਅ (ਸਟੈਟਿਕ ਟੈਂਸ਼ਨ) ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ?

A. Dynamic / ਡਾਇਨਾਮਿਕ
B. Concentric / ਕੋਸੈਂਟ੍ਰਿਕ
C. Isometric / ਆਈਸੋਮੈਟ੍ਰਿਕ
D. Eccentric / ਐਕਸੈਂਟ੍ਰਿਕ।

92. Sprain is an injury to _____ / ਮੋਚ ਸਰੀਰ ਦੇ ਕਿਸ ਹਿੱਸੇ ਦੀ ਸੱਟ ਹੈ?

A. ligament / ਲਿਗਾਮੈਂਟ
B. muscle / ਮਾਸਪੇਸ਼ੀ
C. bone /ਹੱਡੀ
D. connective tissues. / ਜੋੜਨ ਵਾਲੇ ਟਿਸ਼ੂ।

93. Plyometrics is also called _____. / ਪਲਾਈਓਮੈਟ੍ਰਿਕਸ ਨੂੰ ਹੋਰ ਕੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ?

A. reflex phenomena / ਰਿਫਲੈਕਸ ਵਰਤਾਰਾ
B. reactive jumps. / ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆਸ਼ੀਲ ਛਾਲ
C. agility training / ਚੁਸਤੀ ਸਿਖਲਾਈ
D. all the above / ਉਪਰੋਕਤ ਸਾਰੇ।

94. The word "asana" refers to _____. / "ਆਸਣ" ਸ਼ਬਦ ਦਾ ਕੀ ਅਰਥ ਹੈ?

A. A yoga pose or posture / ਇੱਕ ਯੋਗਾ ਪੋਜ਼ ਜਾਂ ਮੁਦਰਾ
B. A breathing practice / ਇੱਕ ਸਾਹ ਲੈਣ ਦਾ ਅਭਿਆਸ
C. A relaxation technique / ਇੱਕ ਆਰਾਮ ਤਕਨੀਕ
D. A chant / ਇੱਕ ਜਾਪ

95. Physical education is a fundamental right to every citizen is included in _____. / ਸਰੀਰਕ ਸਿੱਖਿਆ ਹਰੇਕ ਨਾਗਰਿਕ ਦਾ ਇੱਕ ਮੌਲਿਕ ਅਧਿਕਾਰ ਹੈ, ਇਹ _____ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ।

A. WHO Charter / WHO ਚਾਰਟਰ
B. SNIPES Charter / SNIPES ਚਾਰਟਰ
C. HRD Ministry Charter / HRD ਮੰਤਰਾਲੇ ਦਾ ਚਾਰਟਰ
D. UNESCO Charter. / ਯੂਨੈਸਕੋ ਚਾਰਟਰ।

House of Aspirants | houseofaspirants.in

96. Who holds the current men's javelin world record with a throw of 98.48m? / 98.48 ਮੀਟਰ ਦੇ ਥਰੋਅ ਨਾਲ ਮੌਜੂਦਾ ਪੁਰਸ਼ ਜੈਵਲਿਨ ਵਿਸ਼ਵ ਰਿਕਾਰਡ ਕਿਸ ਦੇ ਨਾ ਤੇ ਹੈ?

A. Andreas Thorkildsen / ਐਂਡਰੀਅਸ ਥੋਰਕਿਲਡਸਨ
B. Jan Zelezny / ਜਾਨ ਜ਼ੇਲੇਜ਼ਨੀ
C. Julius Yego / ਜੂਲੀਅਸ ਯੇਗੋ
D. Neeraj Chopra / ਨੀਰਜ ਚੋਪੜਾ

97. Height of the volleyball net for men is _____. / ਪੁਰਸ਼ਾਂ ਲਈ ਵਾਲੀਬਾਲ ਨੈੱਟ ਦੀ ਉਚਾਈ ਕਿੰਨੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ?

A. 2.40 m / 2.40 ਮੀਟਰ
B. 2.41 m / 2.41 ਮੀਟਰ
C. 2.42 m / 2.42 ਮੀਟਰ
D. 2.43 m / 2.43 ਮੀਟਰ

98. Introverts are interested in _____. / ਅੰਤਰਮੁਖੀ ਲੋਕ ਕਿਸ ਵਿੱਚ ਦਿਲਚਸਪੀ ਰੱਖਦੇ ਹਨ?

A. themselves / ਆਪਣੇ ਆਪ
B. others / ਦੂਜਿਆਂ
C. themselves and others / ਆਪਣੇ ਆਪ ਅਤੇ ਦੂਜਿਆਂ
D. none of the above. / ਉਪਰੋਕਤ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਨਹੀਂ।

99. Which type of lever is most effective in sport movements? / ਖੇਡ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਵਿੱਚ ਕਿਸ ਕਿਸਮ ਦਾ ਲੀਵਰ ਸਭ ਤੋਂ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

A. Third class / ਤੀਜੀ ਸ਼੍ਰੇਣੀ
B. Second class / ਦੂਜੀ ਸ਼੍ਰੇਣੀ
C. First class / ਪਹਿਲੀ ਸ਼੍ਰੇਣੀ
D. None of the above. / ਉਪਰੋਕਤ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਨਹੀਂ।

100. What is the first step in treating a sprained ankle? / ਗਿੱਟੇ ਦੀ ਮੋਚ ਦੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਪਹਿਲਾ ਕਦਮ ਕੀ ਹੈ?

A. Apply heat / ਗਰਮੀ ਲਗਾਓ
B. Apply ice (compression) / ਬਰਫ਼ (ਕੰਪ੍ਰੈਸ਼ਨ) ਲਗਾਓ
C. Encourage the player to walk it off / ਖਿਡਾਰੀ ਨੂੰ ਇਸਨੂੰ ਉਤਾਰਨ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ
D. Massage the joint / ਜੋੜਾਂ ਦੀ ਮਾਲਿਸ਼ ਕਰੋ

101. Central nervous system consists of _____. / ਕੇਂਦਰੀ ਦਿਮਾਗੀ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਕਿਸ ਤੋਂ ਬਣੀ ਹੋਈ ਹੈ?

A. brain and spinal column / ਦਿਮਾਗ ਅਤੇ ਰੀੜ੍ਹ ਦੀ ਹੱਡੀ
B. ribs and vertebral column / ਪਸਲੀਆਂ ਅਤੇ ਵਰਟੀਬ੍ਰਲ ਕਾਲਮ
C. brain and neurons / ਦਿਮਾਗ ਅਤੇ ਨਿਊਰੋਨਸ
D. dendrites and axons / ਡੈਂਡਰਾਈਟਸ ਅਤੇ ਐਕਸੋਨ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

House of Aspirants | houseofaspirants.in

102. Respiration in the absence of the oxygen is _____. / ਆਕਸੀਜਨ ਦੀ ਅਣਹੋਂਦ ਵਿੱਚ ਸਾਹ ਲੈਣ ਦੀ ਕਿਰਿਆ ਨੂੰ ਕੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ?

A. Anaerobic / ਐਨੈਰੋਬਿਕ
B. Aerobic / ਐਰੋਬਿਕ
C. Mastication / ਮਾਸਟੀਕੇਸ਼ਨ
D. None of the above / ਉਪਰੋਕਤ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਨਹੀਂ

103. Duration of 'macro cycle' is _____ /'ਮੈਕਰੋ ਚੱਕਰ' ਦੀ ਮਿਆਦ ਹੈ?

A. 1 year plus /1 ਸਾਲ ਤੋਂ ਵੱਧ
B. 2 months /2 ਮਹੀਨੇ
C. 2 weeks /2 ਹਫ਼ਤੇ
D. 4 days /4 ਦਿਨ

104. Blood gets de-oxygenated in _____. / ਖੂਨ ਸਰੀਰ ਦੇ ਕਿਸ ਅੰਗ ਵਿਚ ਆਕਸੀਜਨ ਰਹਿਤ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ?

A. muscles / ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ
B. nerves / ਨਾੜੀਆਂ
C. lungs / ਫੇਫੜੇ
D. heart. / ਦਿਲ ਵਿੱਚ ਆਕਸੀਜਨ ਦੀ ਘਾਟ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

105. Which of the following vitamins is water soluble? / ਹੇਠ ਲਿਖਿਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਹੜਾ ਵਿਟਾਮਿਨ ਪਾਣੀ ਵਿੱਚ ਘੁਲਣਸ਼ੀਲ ਹੈ?

A. C and B complex / ਸੀ ਅਤੇ ਬੀ ਕੰਪਲੈਕਸ
B. D and K complex / ਡੀ ਅਤੇ ਕੇ ਕੰਪਲੈਕਸ
C. A and D complex / ਏ ਅਤੇ ਡੀ ਕੰਪਲੈਕਸ
D. B_1 and B5 complex. / ਬੀ$_1$ ਅਤੇ ਬੀ5 ਕੰਪਲੈਕਸ।

106. What is the main purpose of "post-event" massage? / "ਇਵੈਂਟ ਤੋਂ ਬਾਅਦ" ਮਾਲਿਸ਼ ਦਾ ਮੁੱਖ ਉਦੇਸ਼ ਕੀ ਹੈ?

A. To increase blood pressure / ਬਲੱਡ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ ਵਧਾਉਣ ਲਈ
B. To increase intensity of the muscles / ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਦੀ ਤੀਬਰਤਾ ਵਧਾਉਣ ਲਈ
C. To aid in recovery and reduce muscle soreness / ਰਿਕਵਰੀ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਅਤੇ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਦੇ ਦਰਦ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਲਈ
D. To prepare for immediate further activity / ਤੁਰੰਤ ਅਗਲੀ ਗਤੀਵਿਧੀ ਲਈ ਤਿਆਰੀ ਕਰਨ ਲਈ

107. Bile is produced by which organ and stored in the gallbladder until needed for digestion? / ਬਾਇਲ (Bile) ਸਰੀਰ ਦੇ ਕਿਸ ਅੰਗ ਦੁਆਰਾ ਪੈਦਾ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਪਾਚਨ ਕਿਰਿਆ ਲਈ ਲੋੜ ਪੈਣ ਤੱਕ ਪਿੱਤੇ ਦੀ ਥੈਲੀ ਵਿੱਚ ਸਟੋਰ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ?

A. Stomach / ਪੇਟ
B. Liver / ਜਿਗਰ
C. Pancreas / ਪੈਨਕ੍ਰੀਅਸ
D. Small intestine / ਛੋਟੀ ਆਂਤ

House of Aspirants | houseofaspirants.in

108. Who was the first individual Olympic medallist for independent India? / ਆਜ਼ਾਦ ਭਾਰਤ ਦਾ ਪਹਿਲਾ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਉਲੰਪਿਕ ਤਮਗਾ ਜੇਤੂ ਕੌਣ ਸੀ?

A. Milkha Singh / ਮਿਲਖਾ ਸਿੰਘ
B. K. D. Jadhav / ਕੇ. ਡੀ. ਜਾਧਵ
C. Leander Paes / ਲਿਏਂਡਰ ਪੇਸ
D. Neeraj Chopra / ਨੀਰਜ ਚੋਪੜਾ

109. The law of effect is also known as _____. / ਪ੍ਰਭਾਵ ਦੇ ਨਿਯਮ ਨੂੰ ਹੇਠ ਲਿਖਿਆ ਵਿੱਚੋਂ ਹੋਰ ਕਿਸ ਨਿਯਮ ਨਾਲ ਜਾਣਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ?

A. Law of use & disuse / ਵਰਤੋਂ ਅਤੇ ਵਰਤੋਂ ਦੇ ਕਾਨੂੰਨ
B. Law of satisfaction / ਸੰਤੁਸ਼ਟੀ ਦਾ ਕਾਨੂੰਨ
C. Law of recency / ਤਾਜ਼ਾਪਣ ਦਾ ਕਾਨੂੰਨ
D. Law of frequency. / ਬਾਰੰਬਾਰਤਾ ਦਾ ਕਾਨੂੰਨ ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

110. What is the function of bile in digestion? / ਪਾਚਨ ਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚ ਪਿੱਤੇ ਦਾ ਕੀ ਕੰਮ ਹੈ?

A. Emulsify fats / ਚਰਬੀ ਨੂੰ ਇਮਲਸੀਫਾਈ ਕਰੋ
B. Break down proteins / ਪ੍ਰੋਟੀਨ ਨੂੰ ਤੋੜੋ
C. Break down carbohydrates / ਕਾਰਬੋਹਾਈਡਰੇਟ ਨੂੰ ਤੋੜੋ
D. None of the above / ਉਪਰੋਕੱਤ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਨਹੀਂ

111. Heart rate is defined as _____. / ਦਿਲ ਦੀ ਧੜਕਣ ਨੂੰ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪਰਿਭਾਸ਼ਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ?

A. quantity of blood pumped away by heart in one minute / ਇੱਕ ਮਿੰਟ ਵਿੱਚ ਦਿਲ ਦੁਆਰਾ ਪੰਪ ਕੀਤੇ ਗਏ ਖੂਨ ਦੀ ਮਾਤਰਾ
B. number of systolic contractions per minute / ਪ੍ਰਤੀ ਮਿੰਟ ਸਿਸਟੋਲਿਕ ਸੰਕੁਚਨ(systolic contractions)ਦੀ ਗਿਣਤੀ
C. number of diastolic contractions per minute / ਪ੍ਰਤੀ ਮਿੰਟ ਡਾਇਸਟੋਲਿਕ ਸੰਕੁਚਨ(diastolic contractions) ਦੀ ਗਿਣਤੀ
D. number of heart contractions per minute. / ਪ੍ਰਤੀ ਮਿੰਟ ਦਿਲ ਦੇ ਸੰਕੁਚਨ ਦੀ ਗਿਣਤੀ।

112. When did the first modern Summer Olympic Games take place? / ਪਹਿਲੀਆਂ ਆਧੁਨਿਕ ਗਰਮੀਆਂ ਦੀਆਂ ਉਲੰਪਿਕ ਖੇਡਾਂ ਕਦੋਂ ਹੋਈਆਂ?

A. 1900
B. 1896
C. 1904
D. 1924

House of Aspirants | houseofaspirants.in

113. Which massage technique is characterized by long, gliding strokes used to increase blood circulation and prepare muscles? / ਖੂਨ ਸੰਚਾਰ ਨੂੰ ਵਧਾਉਣ ਅਤੇ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਨੂੰ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਲਈ ਵਰਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਲੰਬੇ, ਗਲਾਈਡਿੰਗ ਸਟ੍ਰੋਕ ਲਈ ਕਿਹੜੀ ਮਾਲਿਸ਼ ਤਕਨੀਕ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਪ੍ਰਚਲਿਤ ਹੈ?

A. Petrissage / ਪੈਟ੍ਰੀਸੇਜ
B. Tapotement / ਟੈਪੋਟਮੈਂਟ
C. Effleurage / ਐਫਲੂਰੇਜ
D. Friction / ਰਗੜ

114. Where are the kidneys situated? / ਗੁਰਦੇ ਕਿੱਥੇ ਸਥਿਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ?

A. Between the 7th and 10th ribs /7ਵੀਂ ਅਤੇ 10ਵੀਂ ਪਸਲੀਆਂ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ
B. Between the last thoracic and third lumbar vertebra / ਆਖਰੀ ਥੋਰੇਸਿਕ ਅਤੇ ਤੀਜੀ ਲੰਬਰ ਵਰਟੀਬਰਾ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ
C. Between the 8th and 9th ribs /8ਵੀਂ ਅਤੇ 9ਵੀਂ ਪਸਲੀਆਂ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ
D. Between the first and second thoracic vertebra / ਪਹਿਲੀ ਅਤੇ ਦੂਜੀ ਥੋਰੇਸਿਕ ਵਰਟੀਬਰਾ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ।

115. What is the angle at which the throwing sector of shotput is marked? / ਥ੍ਰੋਇੰਗ ਸੈਕਟਰ ਨੂੰ ਕਿਸ ਕੋਣ 'ਤੇ ਚਿੰਨਤ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ?

A. 40°
B. 50°
C. 45°
D. 34.92°

116. What are the three categories of the muscles? / ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਦੀਆਂ ਤਿੰਨ ਸ਼੍ਰੇਣੀਆਂ ਕਿਹੜੀਆਂ ਹਨ?

A. Tendons, Ligaments, Joints / ਟੈਂਡਨ, ਲਿਗਾਮੈਂਟਸ, ਜੋੜ
B. Cardiac, Smooth, Skeletal / ਕਾਰਡੀਆਕ, ਸਮੂਥ, ਪਿੰਜਰ
C. Flexion, Smooth, Extension / ਫਲੈਕਸੀਅਨ, ਸਮੂਥ, ਐਕਸਟੈਂਸ਼ਨ
D. Skeletal, Stringy, Smooth. / ਪਿੰਜਰ, ਸਟਰਿੰਗੀ, ਸਮੂਥ।

117. The word "Pranayama" refers to _____. / "ਪ੍ਰਾਣਾਯਾਮ" ਸ਼ਬਦ ਦਾ ਕੀ ਅਰਥ ਹੈ?

A. The proper attire for a yoga practice / ਯੋਗ ਅਭਿਆਸ ਲਈ ਢੁਕਵਾਂ ਪਹਿਰਾਵਾ।
B. Vegetarian guidelines for yoga practitioners / ਯੋਗ ਅਭਿਆਸੀਆਂ ਲਈ ਸ਼ਾਕਾਹਾਰੀ ਦਿਸ਼ਾ-ਨਿਰਦੇਸ਼।
C. Breath control exercises / ਸਾਹ ਨਿਯੰਤਰਣ ਅਭਿਆਸ
D. Meditation / ਧਿਆਨ

118. Gluteus maximus muscle is situated in _____ / ਗਲੂਟੀਅਸ ਮੈਕਸੀਮਸ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀ ਕਿੱਥੇ ਸਥਿਤ ਹੈ?

A. upper back / ਉੱਪਰਲੀ ਪਿੱਠ
B. lower leg / ਹੇਠਲੀ ਲੱਤ
C. hips / ਕੁੱਲ੍ਹੇ
D. upper arm / ਉੱਪਰਲੀ ਬਾਂਹ ਵਿੱਚ ਸਥਿਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ

House of Aspirants | houseofaspirants.in

119. What is the longest, strongest bone in the body? / ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਸਭ ਤੋਂ ਲੰਬੀ, ਮਜ਼ਬੂਤ ਹੱਡੀ ਕਿਹੜੀ ਹੈ?

A. Ulna / ਉਲਨਾ
B. Femur / ਫੇਮਰ
C. Fibula / ਫਾਈਬੁਲਾ
D. Humerus / ਹਿਊਮਰਸ

120. Which is NOT a property of muscles? / ਹੇਠ ਲਿਖਿਆ ਵਿੱਚੋਂ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਦਾ ਕਿਹੜਾ ਗੁਣ ਨਹੀਂ ਹੈ?

A. Contractility / ਸੰਕੋਚਣ ਯੋਗਤਾ
B. Excitability ਉੱਤੇਜਨ ਯੋਗਤਾ
C. Extensibility ਵਿਸ਼ਤਰਨ ਯੋਗਤਾ
D. Durability ਟਿਕਾਊਪਣ

121. Who is the first Indian woman to win an Olympic medal? / ਉਲੰਪਿਕ ਤਗਮਾ ਜਿੱਤਣ ਵਾਲੀ ਪਹਿਲੀ ਭਾਰਤੀ ਔਰਤ ਕੌਣ ਹੈ?

A. P.V. Sindhu / ਪੀ.ਵੀ. ਸਿੰਧੂ
B. Karnam Malleswari / ਕਰਨਮ ਮੱਲੇਸ਼ਵਰੀ
C. Saina Nehwal / ਸਾਇਨਾ ਨੇਹਵਾਲ
D. Mary Kom / ਮੈਰੀ ਕੌਮ

122. During adolescence, the behaviour of a person is influenced by _____ / ਕਿਸ਼ੋਰ ਅਵਸਥਾ ਦੌਰਾਨ, ਵਿਅਕਤੀ ਦਾ ਵਿਵਹਾਰ ਕਿਸ ਤੋਂ ਜਿਆਦਾ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

A. family / ਪਰਿਵਾਰ
B. peer group / ਸਾਥੀ ਸਮੂਹ
C. school / ਸਕੂਲ
D. society / ਸਮਾਜ

123. Hamstring' muscle _____. / ਹੈਮਸਟ੍ਰਿੰਗ ਦੀ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀ (Hamstring' muscle) ਕੀ ਕਾਰਜ ਕਰਦੀ ਹੈ?

A. extends knee / ਗੋਡੇ ਨੂੰ ਵਧਾਉਂਦੀ ਹੈ
B. extends elbow / ਕੂਹਣੀ ਨੂੰ ਵਧਾਉਂਦੀ ਹੈ
C. flexes knee / ਗੋਡੇ ਨੂੰ ਮੋੜਦੀ ਹੈ
D. flexes elbow / ਕੂਹਣੀ ਨੂੰ ਮੋੜਦੀ ਹੈ

124. In which city were the first-ever Asian Games held? / ਪਹਿਲੀਆਂ ਏਸ਼ੀਆਈ ਖੇਡਾਂ ਕਿਸ ਸ਼ਹਿਰ ਵਿੱਚ ਹੋਈਆਂ ਸਨ?

A. Tokyo / ਟੋਕੀਓ
B. Bangkok / ਬੈਂਕਾਕ
C. New Delhi / ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ
D. Jakarta / ਜਕਾਰਤਾ

125. What is the designated zone for passing the baton called? / ਰੀਲੇਅ ਰੇਸਾਂ ਵਿਚ ਬੈਟਨ ਦੇ ਤਬਾਦਲੇ ਵਾਲੇ ਜੋਨ ਨੂੰ ਕਿਹੜਾ ਜ਼ੋਨ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ?

A. Passing Zone / ਪਾਸਿੰਗ ਜ਼ੋਨ
B. Exchange Zone / ਐਕਸਚੇਂਜ ਜ਼ੋਨ
C. Acceleration Zone / ਐਕਸਲਰੇਸ਼ਨ ਜ਼ੋਨ
D. Handover Zone / ਹੈਂਡਓਵਰ ਜ਼ੋਨ

House of Aspirants | houseofaspirants.in

126. Volume of air that enters and leaves the lungs in ordinary quiet breathing is called _____. / ਫੇਫੜਿਆਂ ਵਿਚ ਦਾਖਲ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਹਵਾ ਦੇ ਆਈਤਨ ਅਤੇ ਛੱਡਣ ਵਾਲੇ ਹਵਾ ਦੇ ਆਈਤਨ ਨੂੰ ਕੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ?

A. tidal air volume / ਜਵਾਰ ਹਵਾ ਦੀ ਮਾਤਰਾ
B. respiratory quotient / ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਾਲਾ ਭਾਗ
C. respiratory minute volume / ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਾਲਾ ਮਿੰਟ ਦੀ ਮਾਤਰਾ
D. total lung capacity / ਕੁੱਲ ਫੇਫੜਿਆਂ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ।

127. The length of relay baton shall be 28cm to_____? / ਰੀਲੇਅ ਬੈਟਨ ਦੀ ਲੰਬਾਈ 28cm ਤੋਂ _____ ਤੱਕ ਹੋਵੇਗੀ?

A. 30cm / 30 ਸੈਂਟੀਮੀਟਰ
B. 32cm / 32 ਸੈਂਟੀਮੀਟਰ
C. 29cm / 29 ਸੈਂਟੀਮੀਟਰ
D. None of these / ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਨਹੀਂ

128. 'Speed play' is also known as _____. /'ਸਪੀਡ ਪਲੇ' ਨੂੰ ਹੋਰ ਕਿਹੜੇ ਨਾਂ ਨਾਲ ਜਾਣਿਆਂ ਜਾਂਦਾ ਹੈ?

A. weight training / ਭਾਰ ਸਿਖਲਾਈ
B. pressure training / ਦਬਾਅ ਸਿਖਲਾਈ
C. fartlek training / ਫਾਰਟਲੇਕ ਸਿਖਲਾਈ
D. interval training / ਅੰਤਰਾਲ ਸਿਖਲਾਈ

129. What are the dimensions of a basketball court? / ਬਾਸਕਟਬਾਲ ਕੋਰਟ ਦਾ ਮਾਪ ਕੀ ਹੈ?

A. 28 x 15 m /28 x 15 ਮੀਟਰ
B. 28 x 15 yds /28 x 15 ਗਜ਼
C. 28 x 15 ft /28 x 15 ਫੁੱਟ
D. 26 x 15 m. / 26 x 15 ਮੀਟਰ

130. Who was the first person to receive 'Rajiv Gandhi Khel Ratna' Award? / 'ਰਾਜੀਵ ਗਾਂਧੀ ਖੇਲ ਰਤਨ' ਪੁਰਸਕਾਰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਪਹਿਲਾ ਵਿਅਕਤੀ ਕੌਣ ਸੀ?

A. K. Malleshwari / ਕੇ. ਮੱਲੇਸ਼ਵਰੀ
B. Baichung Bhutia / ਬਾਈਚੁੰਗ ਭੂਟੀਆ
C. Vishwanathan Anand / ਵਿਸ਼ਵਨਾਥਨ ਆਨੰਦ
D. Sachin Tendulkar / ਸਚਿਨ ਤੇਂਦੁਲਕਰ।

131. In a 400m hurdles race, how many hurdles do athletes have to jump over? / 400 ਮੀਟਰ ਰੁਕਾਵਟ ਦੌੜ ਵਿੱਚ, ਐਥਲੀਟਾਂ ਨੂੰ ਕਿੰਨੀਆਂ ਰੁਕਾਵਟਾਂ ਪਾਰ ਕਰਨੀਆਂ ਪੈਂਦੀਆਂ ਹਨ?

A. 8
B. 10
C. 20
D. 15

House of Aspirants | houseofaspirants.in

132. Psychology is taught to the student of physical education because _____ / ਸਰੀਰਕ ਸਿੱਖਿਆ ਦੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨੂੰ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨ ਇਸ ਲਈ ਸਿਖਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ _____.

A. it enhances performance / ਇਹ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਨੂੰ ਵਧਾਉਂਦਾ ਹੈ।

B. it is related to behaviour / ਇਹ ਵਿਵਹਾਰ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਹੈ

C. it help in learning / ਇਹ ਸਿੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ

D. it motivates athletes / ਇਹ ਐਥਲੀਟਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰੇਰਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ।

133. Decathlon consists of_____. / ਡੇਕੈਥਲੋਨ ਵਿੱਚ ਕੀ ਕੁਝ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ?

A. 6 track and 4 field events / 6 ਟਰੈਕ ਅਤੇ 4 ਫੀਲਡ ਈਵੈਂਟ

B. 4 track and 6 field events / 4 ਟਰੈਕ ਅਤੇ 6 ਫੀਲਡ ਈਵੈਂਟ

C. 3 track and 7 field events /3 ਟਰੈਕ ਅਤੇ 7 ਫੀਲਡ ਈਵੈਂਟ

D. 7 track and 3 field events / 7 ਟਰੈਕ ਅਤੇ 3 ਫੀਲਡ ਈਵੈਂਟ

134. Who is the most decorated Olympian of all time? / ਹੁਣ ਤੱਕ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸਨਮਾਨਿਤ ਓਲੰਪੀਅਨ ਕੌਣ ਹੈ?

A. Usain Bolt / ਉਸੈਨ ਬੋਲਟ

B. Michael Phelps / ਮਾਈਕਲ ਫੇਲਪਸ

C. Simone Biles / ਸਿਮੋਨ ਬਾਈਲਸ

D. Paavo Nurmi / ਪਾਵੋ ਨੂਰਮੀ

135. What is the width of lines in athletics track events? / ਐਥਲੈਟਿਕਸ ਟਰੈਕ ਈਵੈਂਟਾਂ ਵਿੱਚ ਲਾਈਨਾਂ ਦੀ ਚੌੜਾਈ ਕਿੰਨੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ?

A. 4 cm / 4 ਸੈਂਟੀਮੀਟਰ

B. 5 cm / 5 ਸੈਂਟੀਮੀਟਰ

C. 6 cm / 6 ਸੈਂਟੀਮੀਟਰ

D. 7 cm / 7 ਸੈਂਟੀਮੀਟਰ

136. Best method to develop flexibility is _____. / ਲੱਚਕਤਾ ਵਿਕਸਤ ਕਰਨ ਲਈ ਵਧੀਆ ਤਰੀਕਾ ਕਿਹੜਾ ਹੈ?

A. ballistic method / ਬੈਲਿਸਟਿਕ ਵਿਧੀ

B. slow method / ਹੌਲੀ ਵਿਧੀ

C. slow stretching and holding method / ਹੌਲੀ ਖਿੱਚਣ ਅਤੇ ਫੜਨ ਦਾ ਤਰੀਕਾ

D. relaxation method / ਆਰਾਮ ਵਿਧੀ

137. Who gave the laws of learning? / ਸਿੱਖਣ ਦੇ ਨਿਯਮ ਕਿਸਨੇ ਦਿੱਤੇ?

A. Watson / ਵਾਟਸਨ

B. McDougal / ਮੈਕਡੋਗਲ

C. Watson / ਵਾਟਸਨ

D. Thorndike / ਥੋਰਨਡਾਈਕ

House of Aspirants | houseofaspirants.in

138. The word 'Yoga' is derived from the Sanskrit word _____. / 'ਯੋਗ' ਸ਼ਬਦ ਸੰਸਕ੍ਰਿਤ ਦੇ ਕਿਹੜੇ ਸ਼ਬਦ ਤੋਂ ਲਿਆ ਗਿਆ ਹੈ?

A. Yuj / ਯੁਜ
B. Yog / ਯੋਗ
C. Yoja / ਯੋਗ
D. Yogeya / ਯੋਗਯ।

139. In 3000 m steeple chase the number of water jumps is _____. /3000 ਮੀਟਰ ਸਟੈਪਲ ਚੇਜ਼ ਵਿੱਚ ਪਾਣੀ ਦੀਆਂ ਛਾਲਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਕਿੰਨੀ ਹੈ?

A. 6
B. 7
C. 8
D. 9

140. Which sport is associated with the Vijay Hazare Trophy? / ਵਿਜੇ ਹਜ਼ਾਰੇ ਟਰਾਫੀ ਨਾਲ ਕਿਹੜਾ ਖੇਡ ਜੁੜਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ?

A. Football / ਫੁੱਟਬਾਲ
B. Cricket / ਕ੍ਰਿਕਟ
C. Hockey / ਹਾਕੀ
D. Kabaddi / ਕਬੱਡੀ

141. In sprint events of, how many false starts are allowed before the offending athletes are disqualified? / ਸਪ੍ਰਿੰਟ ਈਵੈਂਟਾਂ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਵੀ ਐਥਲੀਟ ਨੂੰ ਅਯੋਗ ਠਹਿਰਾਏ ਜਾਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕਿੰਨੇ ਗਲਤ ਸਟਾਰਟ ਲੈਣ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਹੈ?

A. 0
B. 1
C. 2
D. 3

142. Which of the following gland produces insulin hormone in human body? / ਹੇਠ ਲਿਖੀਆਂ ਗ੍ਰੰਥੀਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਹੜੀ ਗ੍ਰੰਥੀ ਮਨੁੱਖੀ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਇਨਸੁਲਿਨ ਹਾਰਮੋਨ ਪੈਦਾ ਕਰਦੀ ਹੈ?

A. Thymus / ਥਾਈਮਸ
B. Pancreas / ਪੈਨਕ੍ਰੀਅਸ
C. Thyroid / ਥਾਈਰੋਇਡ
D. Adrenaline. / ਐਡਰੇਨਾਲੀਨ।

143. Tuberculosis (TB) is primarily spread through _____. / ਟੀ.ਬੀ. ਮੁੱਖ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕਿਹੜੇ ਕਾਰਨਾਂ ਕਰਕੇ ਫੈਲਦਾ ਹੈ?

A. Contaminated water / ਦੂਸ਼ਿਤ ਪਾਣੀ
B. Airborne droplets(coughing /sneezing) / ਹਵਾ ਰਾਹੀਂ ਬੂੰਦਾਂ(ਖੰਘ /ਛਿੱਕ)
C. Skin-to-skin contact / ਚਮੜੀ ਤੋਂ ਚਮੜੀ ਦਾ ਸੰਪਰਕ
D. Blood transfusion / ਖੂਨ ਚੜ੍ਹਾਉਣਾ

House of Aspirants | houseofaspirants.in

House of Aspirants | houseofaspirants.in

144. What is the minimum length of the designated runway for a javelin throw? / ਜੈਵਲਿਨ ਥ੍ਰੋ ਲਈ ਨਿਰਧਾਰਤ ਰਨਵੇ ਦੀ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਲੰਬਾਈ ਕਿੰਨੀ ਹੈ?

A. 30 metres / 30 ਮੀਟਰ
B. 25 metres / 25 ਮੀਟਰ
C. 35 metres / 35 ਮੀਟਰ
D. 40 metres / 40 ਮੀਟਰ

145. What does the acronym RICER stand for in sports injury management? / ਖੇਡਾਂ ਦੀ ਸੱਟ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਵਿੱਚ RICEP ਸ਼ਬਦ ਦਾ ਸੰਖੇਪ ਰੂਪ ਕੀ ਹੈ?

A. Running, Ice, Compression, Emergency, Recovery / ਦੌੜਨਾ, ਬਰਫ਼, ਸੰਕੁਚਨ, ਐਮਰਜੈਂਸੀ, ਰਿਕਵਰੀ
B. Rest, Ice, Cold, Elevation, Referral / ਆਰਾਮ, ਬਰਫ਼, ਠੰਢ, ਉਚਾਈ, ਰੈਫਰਲ
C. Rest, Ice, Compression, Elevation, Referral / ਆਰਾਮ, ਬਰਫ਼, ਸੰਕੁਚਨ, ਉਚਾਈ, ਰੈਫਰਲ
D. Recovery, Immobilization, Cold, Elevation, Rehabilitation / ਰਿਕਵਰੀ, ਸਥਿਰਤਾ, ਠੰਢ, ਉਚਾਈ, ਪੁਨਰਵਾਸ

146. First law of motion is also called _____. / ਗਤੀ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਨਿਯਮ ਨੂੰ _____ ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

A. law of action and reaction / ਕਿਰਿਆ ਅਤੇ ਪ੍ਰਤੀਕ੍ਰਿਆ ਦਾ ਨਿਯਮ
B. law of conservation of energy / ਊਰਜਾ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਦਾ ਨਿਯਮ
C. law of inertia / ਜੜਤਾ ਦਾ ਨਿਯਮ
D. law of transference of momentum. / ਗਤੀ ਦੇ ਸੰਚਾਰ ਦਾ ਨਿਯਮ।

147. Which city will host the 2028 Summer Olympic Games? / ਕਿਹੜਾ ਸ਼ਹਿਰ 2028 ਦੀਆਂ ਗਰਮੀਆਂ ਦੀਆਂ ਓਲੰਪਿਕ ਖੇਡਾਂ ਦੀ ਮੇਜ਼ਬਾਨੀ ਕਰੇਗਾ?

A. Paris / ਪੈਰਿਸ
B. Tokyo / ਟੋਕੀਓ
C. Los Angeles / ਲਾਸ ਏਂਜਲਸ
D. Brisbane / ਬ੍ਰਿਸਬੇਨ

148. What is the weight of a basketball? / ਬਾਸਕਟਬਾਲ ਦਾ ਭਾਰ ਕਿੰਨਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

A. 400-800 gm /400-800 ਗ੍ਰਾਮ
B. 500-600 gm /500-600 ਗ੍ਰਾਮ
C. 567-650 oz /567-650 ਔਂਸ
D. 567-650 gm / 567-650 ਗ੍ਰਾਮ

149. The only vein that carries oxygenated blood is _____. / ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਉਹ ਕਿਹੜੀ ਨਾੜੀ (Vein) ਹੈ ਜੋ ਆਕਸੀਜਨ ਨਾਲ ਭਰਪੂਰ ਖੂਨ ਲੈਕੇ ਜਾਂਦੀ ਹੈ?

A. Cystic vein /-ਸਿਸਟਿਕ ਨਾੜੀ
B. Cardiac vein / ਕਾਰਡੀਅਕ ਨਾੜੀ
C. Pulmonary vein / ਪਲਮੋਨਰੀ ਨਾੜੀ
D. Hepatic Portal vein. / ਹੈਪੇਟਿਕ ਪੋਰਟਲ ਨਾੜੀ।

House of Aspirants | houseofaspirants.in

150. Largest muscle in the human body is _____. / ਮਨੁੱਖੀ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀ ਕਿਹੜੀ ਹੈ?

A. Trapezius / ਟ੍ਰੈਪੀਜ਼ੀਅਸ

B. Gluteus maximus / ਗਲੂਟੀਅਸ ਮੈਕਸਿਮਸ

C. Soleus / ਸੋਲੀਅਸ

D. Pectoralis major / ਪੈਕਟੋਰਲਿਸ ਮੇਜਰ।

House of Aspirants | houseofaspirants.in