



DELHI POLICE 2025

CONSTABLE HCM AWO/TPO DRIVER



यकीन बैच

STATIC G.K

खेल (SPORTS)



26-02-2025 05:00 PM

ओलम्पिक खेल Olympic Games

2024 → ओलम्पिक दिवस — 23 जून **Olympic Day - 23 June**

पहला ओलम्पिक दिवस 23 जून 1948 को मनाया गया था।

The first Olympic Day was celebrated on 23 June 1948.

थीम 2024 — **Let's Move and Celebrate"**

2025+776 ⇒

← प्राचीन ओलम्पिक खेल यूनान के ओलंपिया शहर में 776 ईसा पूर्व में खेले गये, प्राचीन ओलम्पिक खेल एक ही बार हुए, रोम के राजा थियोडोसियस के आदेश के कारण इन खेलों का आयोजन बन्द कर दिया गया।

The ancient Olympic Games were played in the Greek city of Olympia in 776 BC, the ancient Olympic Games were held only once, due to the order of King Theodosius of Rome, these games were stopped.

Imp → आधुनिक ओलम्पिक खेल प्रतियोगिता का प्रारम्भ **1896 ई.** में फ्रांस के **पियरे डी कोबार्टिन** के प्रयासों से यूनान के **एथेंस शहर** में हुआ।

Modern Olympic sports competition started in 1896 AD in the city of Athens, Greece with the efforts of Pierre de Cobartin of France.

Ioc → **अन्तर्राष्ट्रीय ओलम्पिक समिति** की स्थापना **23 जून 1894 ई.** में हुई
अध्यक्ष: विकेलस -
The International Olympic Committee was established on 23 June 1894.

Imp → **मुख्यालय** - **लुसाने (स्विटजरलैंड)**
headquarters - Lausanne (Switzerland).

→ आई. ओ. सी. के वर्तमान अध्यक्ष - **थॉमस बाक**

I. O. C. Current President of - Thomas Bak

Imp. { भारतीय ओलम्पिक संघ (IOA) की स्थापना — 1927 नई दिल्ली
Indian Olympic Association

प्रथम अध्यक्ष — JRD TATA

→ ओलम्पिक में participate

इंडियन ओलम्पिक संघ के वर्तमान अध्यक्ष — पी०टी० उषा (1984) (पहली ओलंपियन + पहली महिला अध्यक्ष)

Current President of the Indian Olympic Association - P.T. Usha (First Olympian + First Woman President)

ओलम्पिक ध्वज Olympic flag

- ध्वज के मध्य में पाँच चक्र एक-दूसरे से मिले हुए दर्शाये गये हैं, जो विश्व के 6 महाद्वीपों को दर्शाता हैं।

In the middle of the flag, five chakras are shown intertwined with each other, which represent the 6 continents of the world.



- नीला — यूरोप blue - europe
- काला — अफ्रीका black - africa
- लाल — उत्तरी और दक्षिणी अमेरिका Red - North and South America
- पीला — एशिया yellow - asia
- हरा — ऑस्ट्रेलिया green - australia

➡ ओलम्पिक ध्वज में कुल 6 रंग है। सफेद रंग की पृष्ठभूमि है।

The Olympic flag has a total of 6 colors. There is a white background. → father of olympic

➡ यह ध्वज कोबर्टिन ने डिजाइन किया था।

This flag was designed by Coubertin.

➡ यह ध्वज पहली बार 1920 में एंटरप ओलम्पिक में फहराया गया।

This flag was first flown in the 1920 Antwerp Olympics.

➡ ध्वज का उद्देश्य — सिटियस (तेज), अल्टीयस (ऊँचा), फोर्टीयस (बलवान),
कम्युनिटर (साथ—साथ)

→ 2021 में जोड़ा गया

Flag Purpose — Citius (Bright), Altius (high), Fortius (Strong),
Communicator (Side by Side)

ओलम्पिक मशाल — Olympic Torch -

इसे जलाने की शुरुआत 1928 ई. के एम्सटर्डम ओलम्पिक से हुई
(नीदरलैंड)

**It started burning from 1928 AD Amsterdam Olympics
(Netherlands)**

पहली बार मशाल मीनार के ऊपर जलाई गई

For the first time the torch was lit above the minaret

आधुनिक मशाल— 1936 (हाथ वाली)

Modern Torch - 1936 (Handed)

2024 में ओलम्पिक में भारत के मशाल वाहक — (अभिनव बिन्द्रा)

India's torchbearer at the 2024 Olympics - Abhinav Bindra



➤ इस मशाल को खेल शुरू होने के कुछ दिन पूर्व यूनान के ओलम्पिया में हेरा मंदिर के सामने सूर्य की किरणों से प्रज्वलित किया जाता है।

➤ The torch is lit by the sun in front of the Hera Temple in Olympia, Greece, a few days before the start of the Games.

Imp ➤ ओलम्पिक खेलों का टी.वी. पर प्रसारण — 1960 (रोम) से हुआ था

➤ Olympic Games TV But broadcast - was from 1960

➤ ओलम्पिक मेडल देने की शुरुआत 1904 (सेन्ट लुईस) से हुई

➤ The giving of Olympic medals started from 1904.

➤ ओलम्पिक शुभंकर (ग्रेनोबल) — 1968 (मेक्सिको)

➤ Olympic Mascot — 1968

रजत
G, S, B
स्वर्ण
कांस्य

ओलम्पिक पदक – Olympic medal -

→ सबसे अधिक पदक पुरुषों में – माइकल फ्रेड फेलप्स

Most medals in men - Michael Fred Phelps

→ माइकल फ्रेड फेलप्स ने 28 पदक जीते

Michael Fred Phelps won 28 medals

→ $23 \text{ G} + 3 \text{ S} + 2 \text{ B} = 28$

Book – No limits, Beneath the surface

उपनाम – **Flying fish, Mr. Swimming, Golden Shark**

→ 2008 में बीजिंग ओलम्पिक में 8 पदक जीते—

In 2008 Beijing Olympics won 8 medals-

➡ मार्क स्पिट्ज का रिकार्ड तोड़ा — 7 पदक थे

Breaks Mark Spitz's record - 7 medals

➡ **1972** का म्युनिख ओलम्पिक (जर्मनी)

1972 Munich Olympics (Germany)

➡ सबसे अधिक पदक महिलाओं में — लारिसा लेरिसा लेतिनीना (रूस,
जिम्नास्टिक में, पदक 18, 9 + 5 + 4)

**Most medals among women - Larisa Larisa Latynina (Russia, in
gymnastics, medal -18, 9 G + 5 S + 4 B)**

➡ महिलाओं ने ओलम्पिक में 1900 से भाग लेना शुरू किया।

Women started participating in the Olympics from 1900.

☛ सबसे अधिक बार ओलम्पिक — USA में हुए (1904, 1932, 1984, 1996, 2028)

Most number of Olympics held - USA (1904, 1932, 1984, 1996, 2028)

☛ अफ्रीका महाद्वीप में एक भी ओलम्पिक नहीं हुआ।

Not a single Olympics was held in the African continent.

☛ 2021 में ओलम्पिक गेम— टोक्यो (जापान)

Olympic Games in 2021 - Tokyo (Japan)

☛ 2024 में ओलम्पिक गेम — पेरिस (फ्रांस)

Olympic Games in 2024 - Paris (France)

☛ 2028 में ओलम्पिक गेम — लॉस एंजिल्स (अमेरिका) में होंगे

Olympic Games in 2028 - will be in Los Angeles (USA)

☛ 2032 में ओलम्पिक गेम — ब्रिस्बेन (ऑस्ट्रेलिया)

Olympic Games in 2032 - Brisbane (Australia)

☛ 2036 में ओलम्पिक गेम्स — अहमदाबाद (भारत)

Olympic Games in 2036 - Ahmedabad (India)

(उम्मीद)

← तीन बार ओलम्पिक खेल रद्द हुए हैं

The Olympic Games have been canceled three times

- 
- 1916 — बर्लिन **Berlin**
 - 1940 — टोक्यो **Tokyo**
 - 1944 — लंदन **London**

Iww - 1914-1918 ✓
IIww - 1939-1945

← सर्वाधिक पदक — अमेरिका **2765** (1105 गोल्ड)

Most Medals - USA 2765 (1105 Gold)

ओलम्पिक में भारत — India in Olympics

→ सबसे पहले नॉर्मन प्रिजार्ड ने ओलम्पिक में भाग लिया 1900 में

First Norman Prizard participated in the Olympics in 1900

- ब्रिटिश इंडिया की तरफ से **From Brithish India**
- एथलेटिक्स से सम्बन्धित थे
Was Associated with Athletics
- 2 रजत पदक जीते **Won 2 Silver Medals**

- भारत ने 1920 में ओलम्पिक में एंटवर्प के लिए पांच सदस्यीय भारतीय दल को चुना। पहले भारतीय ओलंपिक दल में पुरमा बनर्जी (100 मीटर और 400 मीटर), फडेप्पा चौगुले (10000 मीटर और मैराथन), सदाशिव दातार (मैराथन), कुमार नवाले और रणधीर शिंदे (कुश्ती) शामिल थे।

India selected a five-member Indian contingent for the 1920 Olympics in Antwerp. The first Indian Olympic contingent included Purma Banerjee (100 m and 400 m), Phadappa Chougule (10000 m and marathon), Sadashiv Datar (marathon), Kumar Navale and Randhir Shinde (wrestling).

- ➡ पुरमा बनर्जी को भारतीय ध्वज के साथ नेतृत्व करने का जिम्मा सौंपा गया और इस तरह से वह ओलंपिक उद्घाटन समारोह में देश की पहली भारतीय फ्लैग-बियरर बनीं।

Purma Banerjee was entrusted with the responsibility of leading with the Indian flag and thus became the country's first Indian flag-bearer at the Olympic opening ceremony.

- ➡ रणधीर शिंदे ने मेंस फेदरवेट (54 किग्रा) में ग्रेट ब्रिटेन के हेनरी इनमैन को हराकर ओलंपिक में भारत की पहली जीत हासिल की। उन्होंने 1920 के ओलंपिक में चौथे स्थान पर रहते हुए भारत के लिए सर्वश्रेष्ठ प्रदर्शन किया।

Randhir Shinde defeated Great Britain's Henry Inman in the men's featherweight (54 kg) to register India's first win at the Olympics. He gave the best performance for India in the 1920 Olympics by finishing fourth.

Imp ओलम्पिक में भारत ने कुल पदक — 41 जीते हैं। (10+10+21)
India has won total medals - 41 in Olympics. (10+10+21)
4 5 12

➡ हॉकी में कुल पदक — 13 (8 + 1 + 4)
Total Medals in Hockey - 13 (8 + 1 + 4)

➡ कुश्ती के पदक — (3 + 4)
Wrestling Medals - (3 + 4)
S B

➡ हॉकी टीम का ओलम्पिक में प्रदर्शन —
Hockey team's performance in Olympics -

➡ 1928 (एम्सटर्डम) में पहला गोल्ड (कप्तान — जयपाल सिंह मुण्डा)
First Gold in 1928 (Amsterdam) (Captain — Jaipal Singh Munda)

↑ first
1928, 1932, 1936, 1948,
1952, 1956, ~~1960~~
1964, 1980 → मॉस्को (रूस)

✦ 1932, 1936, 1948, 1952, 1956, 1964, (1980 मास्को में)
1932, 1936, 1948, 1952, 1956, 1964, (1980 in Moscow)

कैप्टन

Imp. 1936 → मेजर ध्यान चंद (बर्लिन)

1948 → किशन लाल (लंदन)

1980 → वासुदेव भास्करन (मास्को)

2021 → मनप्रीत सिंह (टोक्यो, कांस्य पदक)

2024 → हरमनप्रीत (पेरिस, कांस्य पदक)

Imp. (1975 → हॉकी विश्व कप (मलेशिया) : अजीत पाल सिंह) →

➡ मेजर ध्यानचंद (1905–1979) जन्म — प्रयागराज

Major Dhyhan Chand (1905-1979) Born - Prayagraj

Imp. ➡ 29 अगस्त — खेल दिवस 29 August - Sports Day

➡ एकल (व्यक्तिगत) स्पर्धा में पहला स्वर्ण —

First gold in singles (individual) event -

अभिनव बिंद्रा ने by Abhinav Bindra

2008 (बीजिंग में) 2008 (in Beijing)

10 मी. एयर राइफल 10 m air rifle

➡ एकल प्रतियोगिता में सबसे पहला पदक —

First medal in singles competition -

के.डी. जाधव KD Jadhav — (1952)

ने हेलसिंकी ओलम्पिक में कांस्य पदक जीता

नोट :- पहले व्यक्तिगत रजत पदक विजेता राज्य वर्धन सिंह राठौर (शूटिंग) 2004 एथेंस ओलम्पिक

Event — पुरुषों की डबल ट्रैप शूटिंग



➡ 2012 में ओलम्पिक लंदन में हुए — (30 वें)

2012 Olympics were held in London -

➡ 6 पदक (3 रजत + 3 कांस्य) जीते

Won 6 Medals (3 Silver +3 Bronze)



➡ विजय कुमार शूटिंग Vijay Kumar (Shooting)

➡ सुशील कुमार कुश्ती (66 किलोग्राम) Sushil Kumar (66 kg)

➡ योगेश्वरदत्त कुश्ती (60 किलोग्राम) Yogeshwar Dutt (60 kg)

➡ गगन नारंग (शूटिंग) Gagan Narang (Shooting)

➡ साइना नेहवाल (बैडमिंटन) Saina Nehwal (Badminton)

➡ मैरीकॉम मुक्केबाजी (51 किलोग्राम) Mary Kom (51 kg)



Imp

👉 2016 (रियो डी जेनेरियो) ब्राजील (31वें ओलम्पिक)

2016 (Rio de Janeiro) Brazil (31st Olympics)

{ **पी.वी. सिन्धु (सिल्वर) PV Sindhu (Silver)**

साक्षी मलिक — 58 किलोग्राम , कुश्ती, ब्रॉन्ज

Sakshi Malik - 58 kg, Wrestling, Bronze

M. 2mp 👉 प्रथम भारतीय महिला — **First Indian woman -**
कर्णम मल्लेश्वरी

Karnam Malleswari (Won Bronze Medal)

✓ भारोत्तोलन से सम्बन्धित (weight lifting)

सन् 2000 में सिडनी ओलम्पिक में — कांस्य पदक जीता

👉 स्वतन्त्र भारत की पहली महिला एथलीट — नीलिमा घोष

First female athlete of independent India - Nilima Ghosh

टोक्यो ओलम्पिक — 2021 Tokyo Olympics — 2021

- ✦ 32वें ओलम्पिक, 11326 एथलीट, टीम — 206, इवेंट, 339
32nd Olympic, 11326 Athletes, Team - 206, Events, 339
- ✦ 23 जुलाई 2021 से 8 अगस्त 2021, शुभंकर — मिराइतोवा
23 July 2021 to 8 August 2021, Mascot - Miraitowa
- ✦ बोली— टोक्यो, मैड्रिड, इस्तांबुल
Bid - Tokyo, Madrid, Istanbul
- ✦ मशालधारी — नाओमी ओसाका (जापानी टेनिस खिलाड़ी)
The torchbearer - Naomi Osaka



✚ उद्घाटन — नारुहितो (जापान सम्राट)

Inauguration - Naruhito (Japan Emperor)

✚ नये खेल — स्केट बोर्ड, सर्फिंग, स्पोर्ट्स, क्लाइंबिंग, कराटे

New sports - skate board, surfing, sports, climbing, karate

✚ सबसे ज्यादा पदक — एमा मेंकॉन (तैराक— ऑस्ट्रेलिया, 4 गोल्ड, 3 कांस्य)

Most medals - Emma Menckon (swimmer - Australia, 4 gold, 3 bronze)

✚ भारतीय ध्वजवाहक— मनप्रीत सिंह और मैरीकॉम (उद्घाटन) बजरंग पूनिया

(समापन)

Indian flag bearers - Manpreet Singh and Mary Kom (Opening) Bajrang

Punia (Closing)

पदक तालिका— Medal Table-

1. अमेरिका — 39 गोल्ड (कुल पदक— 113)
America - 39 Gold (Total Medals - 113)
2. चीन — 38 China - 38
3. जापान — 27 Japan - 27
4. ब्रिटेन — 22 UK - 22
5. रूस — 20 Russia - 20
6. भारत 48 वाँ स्थान India 48th place

भारत के कुल पदक—^{1,2,4}7 (1 गोल्ड + 2 सिल्वर + 4 ब्रॉन्ज)

India's total medals - 7 (1 Gold + 2 Silver + 4 Bronze)

1. साइखोम मीराबाई चानू — (सिल्वर) 49 किलो — (भारोत्तलन)
Saikhom Mirabai Chanu - (Silver) 49 kg - (Weightlifting)
2. रवि दाहिया — कुश्ती — 57 किलोग्राम — सिल्वर
Ravi Dahiya - Wrestling - 57 kg - Silver
3. पी.वी. सिन्धु — बैडमिंटन — कांस्य
PV Sindhu - Badminton — Bronze



→ 2016, 2021
सिंधु लगातार दो ओलंपिक खेलों में पदक जीतने वाली पहली भारतीय महिला बनीं।

इससे पहले सिर्फ पहलवान सुशील कुमार ने ही भारत के लिए दो व्यक्तिगत ओलंपिक पदक जीतने का गौरव हासिल किया था। (2008, 2012)

4. लवलीना बोरगोहेन — मुक्केबाजी — 69 किलोग्राम — कांस्य

Lovlina Borgohain - Boxing - 69kg - Bronze



5. बजरंग पूनिया — कांस्य — 65 किलोग्राम — कुश्ती

Bajrang Punia - Bronze - 65 kg — Wrestling



1980

6. हॉकी टीम (कैप्टन—मनप्रीत सिंह) — कांस्य — 41 साल बाद (जर्मनी को हराकर)

Hockey Team (Captain-Manpreet Singh) - Bronze - After 41 Years

(Beating Germany)



7. नीरज चोपड़ा – गोल्ड – 87.58 मीटर – (7 अगस्त – भाला फेंक दिवस)
Neeraj Chopra - Gold - 87.58m - (August 7 - Javelin Throw Day)

