

CLASS : 10th (Secondary)

Code No. 5528

Series : Sec. April/2022

Roll No. 

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

**PHYSICAL EDUCATION & SPORTS**

National Skills Qualification Framework (NSQF)

**Level – 2**

[ Hindi and English Medium ]

(Only for Fresh/Re-appear Candidates)

समय : 2½ घण्टे ]

[ पूर्णांक : 60

Time allowed : 2½ hours ]

[ Maximum Marks : 60

- कृपया जाँच कर लें कि इस प्रश्न-पत्र में मुद्रित पृष्ठ 8 तथा प्रश्न 38 हैं।  
*Please make sure that the printed pages in this question paper are 8 in number and it contains 38 questions.*
- प्रश्न-पत्र में दाहिने हाथ की ओर दिये गये कोड नम्बर को छात्र उत्तर-पुस्तिका के मुख्य-पृष्ठ पर लिखें।  
*The Code No. on the right side of the question paper should be written by the candidate on the front page of the answer-book.*
- कृपया प्रश्न का उत्तर लिखना शुरू करने से पहले, प्रश्न का क्रमांक अवश्य लिखें।  
*Before beginning to answer a question, its Serial Number must be written.*
- उत्तर-पुस्तिका के बीच में खाली पन्ना/ पन्ने न छोड़ें।  
*Don't leave blank page/pages in your answer-book.*
- उत्तर-पुस्तिका के अतिरिक्त कोई अन्य शीट नहीं मिलेगी। अतः आवश्यकतानुसार ही लिखें और लिखा उत्तर न काटें।  
*Except answer-book, no extra sheet will be given. Write to the point and do not strike the written answer.*
- परीक्षार्थी अपना रोल नं० प्रश्न-पत्र पर अवश्य लिखें।  
*Candidates must write their Roll Number on the question paper.*
- कृपया प्रश्नों का उत्तर देने से पूर्व यह सुनिश्चित कर लें कि प्रश्न-पत्र पूर्ण व सही है, परीक्षा के उपरान्त इस सम्बन्ध में कोई भी दावा स्वीकार नहीं किया जायेगा।  
*Before answering the questions, ensure that you have been supplied the correct and complete question paper, no claim in this regard, will be entertained after examination.*

## भाग – अ

## PART – A

**नोट :** अति लघु उत्तरीय प्रश्न। प्रत्येक प्रश्न एक अंक का है।

*Very Short Answer Type Questions. Each question carry **one** mark.*

1. मूल्यांकन से आप क्या समझते हैं ? 1  
What do you mean by evaluation ?
2. किसी भी तीन उपकरण और मूल्यांकन की तकनीक लिखिए। 1  
Write any three tools and techniques of assessment.
3. कौन से कारक जैविक आयु के निर्धारण को प्रभावित करते हैं ? 1  
Which factors influence determination of the biological age ?
4. आर्थिक आदेश मात्रा से आप क्या समझते हैं ? 1  
What do you understand by Economic Order Quantity (EOQ) ?
5. गतिशील संतुलन को स्पष्ट कीजिए। 1  
Define Dynamic balance.
6. जब कई उद्यमी बाजार में उत्पाद बेचते हैं। उत्पाद की कीमत पर इसका क्या प्रभाव पड़ता है ? 1  
When many entrepreneurs sell a product in market, what is its effect on the price of the product ?
7. बी आई ओ एस का पूर्ण रूप क्या है ? 1  
What is full form of BIOS ?

## भाग – ब

## PART – B

**नोट :** वस्तुनिष्ठ प्रकार के प्रश्न। प्रत्येक प्रश्न एक अंक का है।

Objective Type Questions. Each question carry **one** mark.

8. कूदना है .....

1

(A) क्रिया

(B) सन्तुलन

(C) समन्वय

(D) इनमें से कोई नहीं

Jumping is .....

(A) Action

(B) Balance

(C) Coordination

(D) None of these

9. स्टैटिक बैलेंसिंग (सन्तुलन) के फायदे :

1

(A) शरीर पर नियन्त्रण विकसित करना

(B) वजन का हस्तांतरण

(C) लचीलापन

(D) उपरोक्त सभी

Advantages of static balancing :

(A) Develop body control

(B) Transfer of weight

(C) Flexibility

(D) All of the above

10. सन्तुलन एक स्थिर स्थिति में समर्थन के आधार के ऊपर द्रव्यमान के केन्द्र को बनाए रखने की क्षमता है। 1

सत्य/असत्य

Balance is the ability to retain the center of mass above the base of support in a stationary position.

**True/False**

11. लोगों को अधिक वजन और मोटे होने में भूमिका निभाने वाले कारक .....

1

(A) व्यवहार

(B) वातावरण

(C) जेनेटिक कारक

(D) उपरोक्त सभी

Factors that have a role in causing people to be overweight and obese are .....

(A) Behaviour

(B) Environment

(C) Genetic factors

(D) All of the above

12. आत्मविश्वास मनोरंजक गतिविधि का एक ..... कारक है। 1

- (A) सामाजिक (B) व्यावहारिक  
(C) मनोवैज्ञानिक (D) पर्यावरणीय

Self-confidence is a ..... factor of recreational activity.

- (A) Social (B) Behavioral  
(C) Psychological (D) Environmental

13. आवधिक इन्वेंट्री प्रत्येक बिक्री लेनदेन के साथ बेचे गए माल की लागत रिकॉर्ड नहीं करती है। 1

सत्य/असत्य

Periodic inventory doesn't record cost of goods sold with each sales transaction.

True/False

14. रचनात्मक और समझदारी एक अच्छे शिक्षक का एक महत्वपूर्ण गुण है। सत्य/असत्य 1

Creative and sense of humor is an important quality of a good teacher.

True/False

15. इन्वेंटरी प्रबंधन कम्पनी की इन्वेंटरी का उपयोग करके आदेश देने, भण्डारण करने की प्रक्रिया के प्रबंधन को संदर्भित करता है। सत्य/असत्य 1

Inventory management refers to management of process of ordering, storing, using a company's inventory.

True/False

16. संयुक्त राष्ट्र द्वारा कितने सतत विकास लक्ष्य दिए गए हैं ? 1

- (A) 18 (B) 17  
(C) 15 (D) 20

How many sustainable development goals are given by the United Nations ?

- (A) 18 (B) 17  
(C) 15 (D) 20

17. एक उद्यमी के कार्य हैं :

1

- |                 |                         |
|-----------------|-------------------------|
| (A) जोखिम उठाना | (B) व्यवसाय का प्रबन्धन |
| (C) निर्णय लेना | (D) उपरोक्त सभी         |

Functions of an entrepreneur is/are :

- |                     |                       |
|---------------------|-----------------------|
| (A) Making risk     | (B) Managing business |
| (C) Making decision | (D) All of the above  |

18. उद्यमी, बाजार में एक आवश्यकता की पहचान करते हैं और इसके लिए एक उत्पाद या सेवा का निर्माण करते हैं। सत्य/असत्य 1

Entrepreneurs identify a need in market and build a product or service for it.

**True/False**

19. निम्न में से, नोटपैड फाइल के लिए मान्य फाइल एक्सटेंशन है :

1

- |          |         |
|----------|---------|
| (A) jpg  | (B) doc |
| (C) Text | (D) txt |

Which of the following is a valid file extension for notepad file ?

- |          |         |
|----------|---------|
| (A) jpg  | (B) doc |
| (C) Text | (D) txt |

20. चेहरे की अभिव्यक्ति एक ..... संचार है।

1

- |           |                |
|-----------|----------------|
| (A) मौखिक | (B) गैर-मौखिक  |
| (C) दृश्य | (D) व्यावसायिक |

Facial expression is a ..... communication.

- |            |                  |
|------------|------------------|
| (A) Verbal | (B) Non-verbal   |
| (C) Visual | (D) Professional |

21. असंरचित खेल ..... है।

1

(A) खुला अंत

(B) लक्ष्य उन्मुख

(C) तार्किक

(D) योजनाबद्ध

Unstructured play is .....

(A) Open ended

(B) Goal oriented

(C) Logical

(D) Planned

22. आपूर्ति शृंखला प्रबन्धन की सूची प्रबन्धन एक महत्वपूर्ण घटक नहीं है।

सत्य/असत्य 1

Inventory Management is not a key component of supply chain management.

**True/False**

### भाग – स

### PART – C

**नोट :** लघु उत्तरीय प्रश्न। प्रत्येक प्रश्न दो अंकों का है।

*Short Answer Type Questions. Each question carry **two** marks.*

23. कौशल के रूप में चलने (दौड़ने) का वर्णन करें। इसके क्या फायदे हैं ?

2

Describe running as a skill. What are its advantages ?

24. फेंकना और पकड़ना किस प्रकार के कौशल हैं ? इसके क्या फायदे हैं ?

2

What types of skill is throwing & catching ? What are its advantages ?

25. क्रिया और समन्वय में क्या अन्तर है ?

2

Differentiate between Action & Co-ordination.

26. चिन्तनशील और गैर-चिन्तनशील शिक्षक के बीच अन्तर बताइए।

2

Differentiate between reflective and non-reflective teacher.

27. सीखने में नैदानिक मूल्यांकन कैसे समर्थन करता है ? संक्षेप में उदाहरण सहित बताइए। 2  
How does diagnostic assessment support learning ? Describe briefly with examples.
28. शारीरिक गतिविधि को प्रभावित करने वाले व्यावहारिक कारक क्या हैं ? 2  
What are the behavioural factors influencing physical activity ?
29. संरचित और असंरचित शारीरिक गतिविधि के बीच अन्तर स्पष्ट करें। 2  
Differentiate between structured and unstructured Physical activity.
30. सूची को बनाए रखने के लिए क्या कदम उठाए जाने चाहिए ? 2  
What are the steps to be followed to maintain inventory ?
31. प्रिय शिक्षक के किन्हीं पाँच गुणों का वर्णन कीजिए। 2  
List any **five** favorite teacher qualities.
32. बच्चों में कल्पना शक्ति बढ़ाने में खिलौनों की क्या भूमिका है ? 2  
What is role of toys in enhancing imaginative power in kids ?
33. स्थायी विकास से जुड़ी प्रमुख समस्याएँ क्या हैं ? 2  
What are the major problems related to sustainable development ?
34. आत्म-प्रेरणा के निर्माण के लिए क्या कदम हैं ? 2  
What are the steps for building self-motivation ?
35. क्या खेल शिक्षा समाज में सकारात्मक बदलाव ला सकती है ? टिप्पणी कीजिए। 2  
Can sports education bring positive change in society ? Comment.

## भाग – द

## PART – D

**नोट :** निबन्धात्मक प्रश्नों में से किन्हीं दो प्रश्नों के उत्तर दीजिए। प्रत्येक प्रश्न 6 अंकों का है।

Answer any **two** of the following Essay type questions. Each question carry 6 marks.

36. आयु उपयुक्त कौशल : ABC ढाँचा की व्याख्या करें। 6

Explain Age appropriate skills : ABC Framework.

37. इन्वेंट्री (सूची) को बनाए रखने की प्रक्रिया की व्याख्या कीजिए। 6

Explain the process of maintaining inventory.

38. कुछ बुनियादी तरीकों का विस्तृत विवरण दें जो लोगों को सतत विकास लक्ष्यों को प्राप्त करने की दिशा में मदद कर सकते हैं। 6

Give detailed description of some basic ways in which people can help towards achieving sustainable development goals.