

CLASS : 10th (Secondary)

Series : Sec. M/2018

Roll No.

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

Code No. 3521

SET : A

स्वास्थ्य एवं शारीरिक शिक्षा

HEALTH AND PHYSICAL EDUCATION

(Academic/Open)

[हिन्दी एवं अंग्रेजी माध्यम]

[Hindi and English Medium]

(Only for Fresh/Re-appear Candidates)

समय : 3 घण्टे

Time allowed : 3 hours

[पूर्णांक : 60]

[Maximum Marks : 60]

- कृपया जाँच कर लें कि इस प्रश्न-पत्र में मुद्रित प्रश्न 28 हैं।

Please make sure that the printed question paper are contains 28 questions.

- प्रश्न-पत्र में दाहिने हाथ की ओर दिये गये कोड नम्बर तथा सेट को छात्र उत्तर-पुस्तिका के मुख्य-पृष्ठ पर लिखें।

The Code No. and Set 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.

3521/(Set : A)

P. T. O.

- उत्तर-पुस्तिका के अतिरिक्त कोई अन्य शीट नहीं मिलेगी। अतः आवश्यकतानुसार ही लिखें और लिखा उत्तर न करें।

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 के 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 question, ensure that you have been supplied the correct and complete question paper, **no claim in this regard, will be entertained after examination.***

सामान्य निर्देश :

General Instructions :

(i) सभी प्रश्न अनिवार्य हैं।

All questions are compulsory.

(ii) प्रत्येक प्रश्न के अंक उसके सामने दर्शाये गए हैं।

Marks of each question are indicated against it.

1. भोजन क्या होता है ? हम भोजन क्यों करते हैं ? 5

What is food ? Why do we have food ?

अथवा

OR

राष्ट्रीय एकता से क्या अभिप्राय है ? 5

What do you understand by National Integrity ?

(3)

3521/(Set : A)

2. व्यायाम से हृदय तथा रक्त प्रणाली को क्या-क्या लाभ होता है ? 5

What are the benefits of exercise on heart & blood system ?

अथवा

OR

किन्हीं दो संक्रामक रोग और उनकी प्रतिरक्षा के बारे में संक्षेप में लिखें। 5

Write short note about any **two** communicable diseases and their immunization.

3. हमारे शरीर में कितनी ज्ञानेन्द्रियाँ होती हैं ? इनके कार्यों का उल्लेख कीजिए। 5

How many sense organs are there in our body ? Mention their functions.

अथवा

OR

खेलकूद क्या होते हैं ? खेलों में प्रतियोगिताओं के महत्व का वर्णन कीजिए। 5

What are Sports ? Describe the importance of competition in Sports.

4. स्वास्थ्य शिक्षा के महत्व का वर्णन करें। 3

Describe the importance of Health Education.

5. जल को साफ करने की विधियों का वर्णन करें। 3

Describe the methods of purifying water.

6. राष्ट्रीय गान गाते समय किन-किन बातों का ध्यान रखा जाता है ? 3

3521/(Set : A)

P. T. O.

Which rules are taken into consideration while singing the National Anthem ?

- 7.** अस्थि संस्थान के बारे में लिखें। शरीर के विभिन्न भागों में अस्थियों की संख्या लिखें। 3

Write about skeletal system. Mention the number of bones in various parts of the body.

- 8.** एशियाई खेलों पर एक संक्षिप्त टिप्पणी लिखिए। 3

Write a short note on Asian Games.

- 9.** “जल ही जीवन है” इस कथन पर टिप्पणी कीजिए। 3

Write a note on "Water is Life".

- 10.** व्यक्ति के स्वास्थ्य को प्रभावित करने वाले कारणों का वर्णन कीजिए। 3

Describe the factors which influence Human Health.

- 11.** देशभक्ति से आप क्या समझते हैं ? 2

What do you understand by Patriotism ?

- 12.** वायु का संघटन लिखिए। 2

Write down the composition of air.

- 13.** खेलकूद के द्वारा नारी में सहनशीलता के गुण किस प्रकार उत्पन्न होते हैं ? 2

How does sports help women to generate the feeling of patience ?

14. छूत के रोग कैसे फैलते हैं ? 2

How does communicable diseases spread ?

15. यकृत के क्या कार्य हैं ? 2

What is the function of liver ?

16. विटामिन 'सी' के बारे में संक्षेप में लिखें। उसकी कमी से होने वाली बीमारी का नाम लिखें। 2

Write short note on Vitamin "C". Write name of the disease which occurs due to its deficiency.

17. कितने डेसिबल से अधिक शोर, ध्वनि प्रदूषण कहलाता है ? 1

What is the limit of noise (in decibels) after which it is called sound pollution ?

18. कौन-सी गैस से ओजोन परत नष्ट हो रही है ? 1

Due to which gas Ozone layer is being depleted ?

19. विटामिन 'ई' हमारे लिए क्यों आवश्यक है ? 1

Why is Vitamin 'E' important for us ?

20. संतुलित भोजन के विभिन्न तत्व कौन-कौन-से हैं ? 1

What are the different elements of a balanced diet ?

21. पहला डूरंड टूर्नामेंट भारत में कब और कहाँ आयोजित हुआ ? 1

When and where was India's First Durand Tournament organized ?

22. देश की एकता के प्रतीक कौन-कौन-से हैं ? 1

3521/(Set : A) P. T. O.

What are the symbols of National Unity ?

23. बैडमिंटन से जुड़ी किन्हीं दो खिलाड़ियों के नाम लिखें। 1

Name any **two** Badminton Players.

24. टाइफाइड रोग किस जीवाणु द्वारा फैलता है ? 1

Typhoid disease is transmitted by which bacteria ?

25. गेंद-गड्ढा जोड़ हमारे शरीर में कहाँ पाए जाते हैं ? 1

Where ball & socket joints are found in our body ?

26. बड़ी आंत की लम्बाई बताएँ। 1

What is the length of large Intestine ?

27. हॉरिजॉन्टल बार का प्रयोग किस खेल में होता है ? 1

Horizontal bar is used in which game ?

28. 'कर्णम मल्लेश्वरी' किस खेल से संबंधित हैं ? 1

'Karnam Malleshwari' is associated with which game ?



CLASS : 10th (Secondary)

Series : Sec. M/2018

Roll No.

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

Code No. 3521

SET : B

स्वास्थ्य एवं शारीरिक शिक्षा

HEALTH AND PHYSICAL EDUCATION

(Academic/Open)

[हिन्दी एवं अंग्रेजी माध्यम]

[Hindi and English Medium]

(Only for Fresh/Re-appear Candidates)

समय : 3 घण्टे

Time allowed : 3 hours

[पूर्णांक : 60]

[Maximum Marks : 60]

- कृपया जाँच कर लें कि इस प्रश्न-पत्र में मुद्रित प्रश्न **28** हैं।

*Please make sure that the printed question paper are contains **28** questions.*

- प्रश्न-पत्र में दाहिने हाथ की ओर दिये गये कोड नम्बर तथा सेट को छात्र उत्तर-पुस्तिका के मुख्य-पृष्ठ पर लिखें।

*The **Code No.** and **Set** 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.

3521/(Set : B)

P. T. O.

- उत्तर-पुस्तिका के अतिरिक्त कोई अन्य शीट नहीं मिलेगी। अतः आवश्यकतानुसार ही लिखें और लिखा उत्तर न करें।

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 के 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 question, ensure that you have been supplied the correct and complete question paper, **no claim in this regard, will be entertained after examination.***

सामान्य निर्देश :

General Instructions :

(i) सभी प्रश्न अनिवार्य हैं।

All questions are compulsory.

(ii) प्रत्येक प्रश्न के अंक उसके सामने दर्शाये गए हैं।

Marks of each question are indicated against it.

1. किन-किन कारणों से छूत के रोग फैलते हैं ? इनसे बचने के उपाय लिखें। 5

What are the causes for spreading of contagious diseases ? Write its preventive measures.

अथवा

OR

अशुद्ध पानी को पीने लायक बनाने के लिए क्या उपाय किये जाएँ ?

5

3521/(Set : B)

(3)

3521/(Set : B)

What are the methods of making impure water fit for drinking ?

2. वातावरण से क्या अभिप्राय है ? खेलों के लिए स्वस्थ वातावरण संबंधी ध्यान रखने योग्य बातों के बारे में समझाइए। 5

What do you mean by Environment ? Describe things to be taken care of for maintaining a healthy environment for sports.

अथवा

OR

वसा में घुलनशील विटामिन के नाम बताइए तथा इनका विस्तार से वर्णन करें। 5

Name the vitamin which is soluble in fat and explain it in detail.

3. नॉक-आउट टूर्नामेंट क्या है ? विस्तार से बताएँ। 5

Describe knock-out tournament in detail.

अथवा

OR

खेलकूद प्रतियोगिताओं के क्या लाभ हैं ? 5

What are the benefits of sports competition ?

4. भोजन हमारे लिए क्यों आवश्यक है ? 3

Why food is essential for us ?

5. स्वास्थ्य प्रत्येक व्यक्ति के लिए क्यों ज़रूरी है ? 3

Why health is important for every individual ?

6. मृदा प्रदूषण के दुष्प्रभाव क्या होते हैं ? इसे कैसे नियंत्रित किया जा सकता है ? 3

What are the ill effects of soil pollution ? How it can be controlled ?

3521/(Set : B)

P. T. O.

7. एक देशभक्त नागरिक के अपने देश के प्रति क्या कर्तव्य हैं ? 3

What are the responsibilities of a patriotic citizen towards his country ?

8. आधुनिक ओलंपिक खेलों के कौन-कौन-से उद्देश्य हैं ? 3

What are the purposes behind Modern Olympic Games ?

9. राष्ट्रीय चिह्न से आपका क्या तात्पर्य है ? 3

What do you understand by National Symbol ?

10. श्वास संस्थान का संक्षेप में वर्णन कीजिए। 3

Describe briefly the Respiratory System.

11. राष्ट्रीय ध्वज किन-किन अवसरों पर लहराया जाता है ? 2

Name events on which National flag is hoisted.

12. एशियाई खेलों में झण्डा कैसा होता है ? 2

Describe the flag of Asian Games.

13. खेलकूद के द्वारा महिलाओं को क्या-क्या लाभ हो सकता है ? वर्णन कीजिए। 2

How is sports beneficial for women ? Explain.

14. इन्सुलिन क्या होता है ? इसका क्या महत्व है ? 2

What is Insulin ? What is its importance ?

15. विटामिन 'डी' के बारे में लिखें। 2

Write about Vitamin 'D'.

16. संतुलित आहार क्या होता है ? परिभाषित करें। 2

What is Balanced Diet ? Define.

17. रक्त की लाल कणिकाओं की उत्पत्ति कहाँ होती है ? 1

Where are Red Blood Cells of blood generated ?

18. एच० आई० वी० का विस्तार लिखें। 1

Write the full form of H.I.V.

19. भोजन के कौन-से अवयव शरीर को ऊर्जा प्रदान करते हैं ? 1

Which elements of food provide energy to our body ?

20. प्रदूषण कितने प्रकार के होते हैं ? नाम लिखें। 1

How many types of pollution are there ? Name them.

21. महिलाओं तथा पुरुषों में कोई ~~दो~~ मुख्य अन्तर लिखें। 1

Write any **two** major differences between women & men.

22. रक्तचाप के मापने वाले साधन का नाम लिखें। 1

Write blood pressure measuring instrument's name.

23. विटामिन 'ए' का मुख्य स्रोत क्या है ? 1

What is the major source of Vitamin 'A' ?

24. रंगास्वामी कप किस खेल से संबंधित है ? 1

Rangaswami Cup is associated with which game ?

25. एशियाई खेल कितने वर्षों के बाद कराए जाते हैं ? 1

After how many years Asian games are organized ?

26. खसरा किस आयु वर्ग में होता है ? 1

Measles is found in which age group ?

27. तिरंगे के **तीन** रंग किसके प्रतीक हैं ? 1

What the **three** colours of our National Flag symbolize ?

28. एक प्रमुख ग्रीन हाउस गैस का नाम लिखें। 1

Name **one** major green house gas.

CLASS : 10th (Secondary)

Series : Sec. M/2018

Roll No.

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

Code No. 3521

SET : C

स्वास्थ्य एवं शारीरिक शिक्षा

HEALTH AND PHYSICAL EDUCATION

(Academic/Open)

[हिन्दी एवं अंग्रेजी माध्यम]

[Hindi and English Medium]

(Only for Fresh/Re-appear Candidates)

समय : 3 घण्टे

Time allowed : 3 hours

[पूर्णांक : 60]

[Maximum Marks : 60]

- कृपया जाँच कर लें कि इस प्रश्न-पत्र में मुद्रित प्रश्न **28** हैं।

*Please make sure that the printed question paper are contains **28** questions.*

- प्रश्न-पत्र में दाहिने हाथ की ओर दिये गये कोड नम्बर तथा सेट को छात्र उत्तर-पुस्तिका के मुख्य-पृष्ठ पर लिखें।

*The **Code No.** and **Set** 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.

3521/(Set : C)

P. T. O.

- उत्तर-पुस्तिका के अतिरिक्त कोई अन्य शीट नहीं मिलेगी। अतः आवश्यकतानुसार ही लिखें और लिखा उत्तर न करें।

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 के 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 question, ensure that you have been supplied the correct and complete question paper, **no claim in this regard, will be entertained after examination.***

सामान्य निर्देश :

General Instructions :

(i) सभी प्रश्न अनिवार्य हैं।

All questions are compulsory.

(ii) प्रत्येक प्रश्न के अंक उसके सामने दर्शाये गए हैं।

Marks of each question are indicated against it.

1. ग्रन्थियाँ क्या होती हैं ? ये कितने प्रकार की होती हैं ? 5

What are Glands ? How many types of glands are there ?

अथवा

OR

एड्स के फैलने के माध्यम, लक्षणों तथा इसके उपचार का वर्णन कीजिए। 5

3521/(Set : C)

(3)

3521/(Set : C)

Explain the medium of spreading AIDS, its characteristics & treatment.

2. अच्छे खिलाड़ी के क्या गुण हैं ? खेलकूद प्रतियोगिताएँ इन गुण को कैसे विकसित करती हैं ? 5

What are the qualities of a good player ? How does sport competitions develop these qualities ?

अथवा

OR

राष्ट्रीय एकता क्यों आवश्यक है ? 5

What is the need for National Integrity ?

3. रोग-प्रतिरोधक क्षमता के बारे में आप क्या जानते हैं ? यह कितने प्रकार की होती है ? 5

What do you understand by immunity ? How many types of immunity are there ?

अथवा

OR

किन्हीं दो संक्रामक रोग और उनकी प्रतिरक्षा के बारे में लिखें। 5

Write about any **two** communicable diseases and their immunization.

4. स्वास्थ्य शिक्षा के उद्देश्य का वर्णन करें। 3

Describe the objectives of Health Education.

5. अभी तक महिलाओं का खेलकूद में क्या योगदान रहा है ? 3

What has been the contribution of women in sports so far ?

3521/(Set : C)

P. T. O.

6. राष्ट्रीय झण्डे के **तीन** रंगों की क्या विशेषताएँ होती हैं ? 3

What is the importance of **three** colours in National Flag ?

7. आधुनिक ओलम्पिक के क्या उद्देश्य हैं ? 3

What are the objectives of Modern Olympics ?

8. खिलाड़ी भावना किसे कहते हैं ? खेलों से इस गुण का विकास किस प्रकार होता है ? 3

What do you mean by sportsman spirit ? How does games help in developing this quality ?

9. विभिन्न प्रकार की कूदों का वर्णन करें। 3

Describe the various types of Jumps.

10. स्वास्थ्य के विभिन्न पहलू या रूप का वर्णन करें। 3

Describe the various aspects of Health.

11. देश के प्रति एक नागरिक के कर्तव्य लिखें। 2

Write the duties of a citizen towards its Nation.

12. लीग प्रणाली के लाभ तथा हानियाँ लिखें। 2

Write advantages & disadvantages of League System.

13. सफाई हमारे लिए क्यों आवश्यक है ? 2

Why cleanliness is necessary for us ?

14. ओलंपिक ज्योति का वर्णन करें। 2

Describe Olympic Flame.

15. पाचन संस्थान का संक्षेप में वर्णन कीजिए। 2

Describe briefly the digestive system.

16. प्रोटीन की कमी तथा अधिकता से होने वाली हानियाँ बताइए। 2

Describe the problems caused by the deficiency & excess of proteins.

17. किसने कहा था कि “स्वास्थ्य ही प्रथम पूँजी है” ? 1

Who said "Health is Wealth" ?

18. कीटों द्वारा फैलने वाले रोगों के नाम लिखें। 1

Write the name of diseases which spread by insects.

19. वसा के कोई व्यार स्रोत लिखें। 1

Write any **four** sources of fats.

20. प्लाज्मा का क्या कार्य है ? 1

What is the function of Plasma ?

21. संतोष ट्रॉफी किस खेल से संबंधित है ? 1

Santosh Trophy is associated to which game ?

22. बाबी जॉर्ज किस खेल से संबंधित है ? 1

Bobby Jorge is associated to which game ?

- 23.** 'सत्यमेव जयते' का क्या अर्थ है ? 1

What is the meaning of 'Satyamev Jayate' ?

- 24.** पी० वी० सिंधु किस खेल से संबंध रखती हैं ? 1

P. V. Sindhu is associated to which game ?

- 25.** तिरंगे के अशोक चक्र में कितनी तीलियाँ हैं ? 1

How many spokes are there in Ashok Chakra of National Flag ?

- 26.** रक्त की श्वेत कणिकाएँ शरीर में क्या कार्य करती हैं ? 1

What is the function of white blood cells of blood in our body ?

- 27.** चेचक रोग फैलाने वाले कारक का नाम क्या है ? 1

By whom Chicken pox is spread ?

- 28.** गैस्ट्रिक रस क्या है ? उसका कार्य लिखें। 1

What is Gastric juice ? Write its function.



CLASS : 10th (Secondary)

Series : Sec. M/2018

Roll No.

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

Code No. 3521

SET : D

स्वास्थ्य एवं शारीरिक शिक्षा

HEALTH AND PHYSICAL EDUCATION

(Academic/Open)

[हिन्दी एवं अंग्रेजी माध्यम]

[Hindi and English Medium]

(Only for Fresh/Re-appear Candidates)

समय : 3 घण्टे

Time allowed : 3 hours

[पूर्णांक : 60]

[Maximum Marks : 60]

- कृपया जाँच कर लें कि इस प्रश्न-पत्र में मुद्रित प्रश्न 28 हैं।

Please make sure that the printed question paper are contains 28 questions.

- प्रश्न-पत्र में दाहिने हाथ की ओर दिये गये कोड नम्बर तथा सेट को छात्र उत्तर-पुस्तिका के मुख्य-पृष्ठ पर लिखें।

The Code No. and Set 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.

3521/(Set : D)

P. T. O.

- उत्तर-पुस्तिका के अतिरिक्त कोई अन्य शीट नहीं मिलेगी। अतः आवश्यकतानुसार ही लिखें और लिखा उत्तर न करें।

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 के 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 question, ensure that you have been supplied the correct and complete question paper, **no claim in this regard, will be entertained after examination.***

सामान्य निर्देश :

General Instructions :

(i) सभी प्रश्न अनिवार्य हैं।

All questions are compulsory.

(ii) प्रत्येक प्रश्न के अंक उसके सामने दर्शाये गए हैं।

Marks of each question are indicated against it.

1. अन्तर्रिंगा टूर्नामेंट का वर्णन करें।

5

Discuss about Inter-District Tournament.

अथवा

OR

3521/(Set : D)

(3)

3521/(Set : D)

भारत की मुख्य खेलकूद प्रतियोगिताओं पर नोट लिखें। 5

Write note on the major sport competitions of India.

2. हैजा और क्षयरोग (तपेदिक) के कारण, लक्षण व बचने के उपाय बताइए। 5

Write the causes, symptoms & preventive measures of Cholera & Tuberculosis.

अथवा

OR

जोड़ किसे कहते हैं ? ये कितने प्रकार के होते हैं ? वर्णन कीजिए। 5

What are Joints ? How many types of joints are there ? Describe.

3. हमारे शरीर से मल का बाहर निकलना क्यों आवश्यक है ? 5

Why is it important to excrete faeces from our body ?

अथवा

OR

उच्च रक्तचाप पर संक्षिप्त नोट लिखें। 5

Write a short note on high blood pressure.

4. राष्ट्रीय गीत से आप क्या समझते हैं ? इसके लेखक कौन थे ? 3

What do you understand by National Song ? Who was the writer ?

3521/(Set : D)

P. T. O.

5. विटामिनों के विभिन्न प्रकारों के नाम बताएँ। ये किन-किन पदार्थों से मिलते हैं ? 3

Write names of different types of vitamins. Also, tell their sources from which they are obtained.

6. स्वास्थ्य शिक्षा से आप क्या समझते हैं ? 3

What is the meaning of Health Education ?

7. संक्रामक रोग को फैलने से कैसे बचा सकते हैं ? 3

How can we prevent the spread of communicable diseases ?

8. महिलाओं के खेलकूद में कम भाग लेने के छः महत्वपूर्ण कारण बताइए। 3

Write down **six** important reasons of women taking less part in sports.

9. एशियाई खेलों के मुख्य उद्देश्यों का वर्णन करें। 3

Describe the main objectives of Asian Games.

10. विसंक्रमण किसे कहते हैं ? 3

What is Sterilization ?

11. राष्ट्रगान के नियम बताइए। 2

Describe rules for National Anthem.

12. 'ओलम्पिक झण्डा' पर एक संक्षिप्त टिप्पणी लिखें। 2

3521/(Set : D)

Write a short note on 'Olympic Flag'.

13. दौड़े कितने प्रकार की होती हैं ? 2

How many types of races are there ?

14. श्वसोच्छ्वास के अवयवों का वर्णन कीजिए। 2

Describe the components of Respiration.

15. क्या हमारे शरीर की किसी अस्थि को गति प्रदान करने के लिए दो पेशियों को कार्य करना पड़ता है ? 2

Do two of our muscles have to work to provide speed to any bone of our body ?

16. राष्ट्रीय एकता क्या है ? 2

What is National Unity ?

17. दालों से क्या मिलता है ? 1

What do we obtain from pulses ?

18. ओलंपिक एसोसिएशन की स्थापना भारत में कब हुई ? 1

When was Olympic Association founded in India ?

19. पृथ्वी के कितने भाग पर जल उपस्थित है ? 1

How much part of earth has water ?

20. भारत में अब तक कितने एशियाई खेलों का आयोजन हुआ है ? 1

How many times Asian Games have been organized in India ?

21. हमारे शरीर में कुल कितनी हड्डियाँ होती हैं ? 1

How many bones are there in our body ?

22. वायु में कार्बन डाइऑक्साइड (CO_2) की मात्रा क्या है ? 1

What is the content of carbon dioxide (CO_2) in Air ?

23. रणजी ट्रॉफी किस खेल से संबंधित है ? 1

Ranji Trophy is associated to which game ?

24. राष्ट्रीय चिह्न में कितने शेर होते हैं ? 1

How many Lions are there in our National Symbol ?

25. हैज़ा रोग कैसे फैलता है ? 1

How does Cholera disease spread ?

26. शरीर की स्तम्भ हड्डी कौन-सी है ? 1

Which is the Pillar bone of the body ?

27. वालीबॉल में कितने खिलाड़ी होते हैं ? 1

How many players are in Volleyball game ?

28. गीता जुत्थी किस खेल से संबंधित है ? 1

3521/(Set : D)

(7)

3521/(Set : D)

Geeta Jutshi is associated to which game ?



3521/(Set : D)

P. T. O.