

SamplePaper(2023-24)

CLASS:10th(Secondary)

Code:A

RollNo.

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

शारीरिक शिक्षा

PHYSICAL EDUCATION

[Hindi and English Medium]

ACADEMIC/OPEN

[TIME ALLOWED:3hours]

[MAXIMUM MARKS:60]

Please make sure that the printed pages in the question paper are 17 in number and it contains 30 questions.

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.

Before beginning to answer a question, its Serial Number must be written.

Don't leave blank page/pages in your answer-book.

Except answer-book, no extra sheet will be given. Write to the point and do not strike the written answer.

Candidates must write their Roll Number on the question paper.

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.

सामान्य निर्देश :-

प्रश्नक्रमांक 1 से 15 वस्तुनिष्ठ प्रकार के प्रश्न हैं, जिनमें से प्रत्येक प्रश्न एक अंक का है।

प्रश्नक्रमांक 16 से 21 अति लघु उत्तरीय प्रश्न हैं, (प्रश्नसंख्या 16 व 17

में आंतरिक विकल्प के साथ) जिनमें से प्रत्येक प्रश्न दो अंक का है।

प्रश्नक्रमांक 22 से 27 लघु उत्तरीय प्रश्न हैं, (प्रश्नसंख्या 22 व 23 में आंतरिक विकल्प के साथ)

जिनमें से प्रत्येक प्रश्न तीन अंक का है।

प्रश्नक्रमांक 28 से 30 दीर्घ उत्तरीय प्रश्न हैं, (सभी प्रश्न आंतरिक विकल्प के साथ)

प्रत्येक प्रश्न पांच अंक का है।

GENERAL INSTRUCTIONS:-

- * Question no. 1 to 15 are objective type questions carrying 1 mark each.
- * Question no. 16 to 21 are Very Short type questions (with internal choice in question no. 16 and 17) carrying 2 marks each.
- * Question no. 22 to 27 are Short type questions (with internal choice in question no. 22 and 23) carrying 3 marks each.
- * Question no. 28 to 30 are Long answer type questions (with internal choice in all three questions) carrying 5 marks each.

(Objective Type Questions)

प्रश्न 1. टाइफाइड रोग किस जीवाणु द्वारा फैलता है ?

- (a) साल्मोनेला टाइफी (b) कोरिने बैक्टीरियम टाइफी
(c) कोमा बैक्टीरिया (d) वायरस

Typhoid disease is transmitted by which organism?

- (a) Salmonella Typhi
- (b) Coryne bacterium typhi
- (c) Coma Bacterium
- (d) Virus

प्रश्न2. हमारे शरीर में उपस्थित खून में हीमोग्लोबिन कौन सा तत्व बनता है ?

- (a) कैल्शियम
- (b) लोहा
- (c) आयोडीन
- (d) सोडियम

Which element is responsible for producing haemoglobin in the blood of our body?

- (a) Calcium
- (b) Iron
- (c) Iodine
- (d) Sodium

प्रश्न3. भारत में स्वतंत्रता दिवस कब मनाया जाता है ?

- (a) 15 अगस्त
- (b) 20 अगस्त
- (c) 25 सितम्बर
- (d) 2 अक्टूबर

When is 'Independence Day' celebrated in India?

- (a) 15 August
- (b) 20 August
- (c) 25 September
- (d) 2 October

प्रश्न4. ' वन्देमातरम ' गीत किस पुस्तक में छपा था ?

- (a) रामायण
- (b) महाभारत
- (c) गीतांजलि
- (d) आनंदमठ

In which book 'VandeMatram' song published?

- (a) Ramayan
- (b) Mahabharat
- (c) Gitanjali
- (d) Anand Math

प्रश्न5. 2022केएशियाईखेलकहाँआयोजितहुएथे ?

- (a) लंदन (b) टोक्यो
(c) पेरिस (d) चीन

Where was the 2022Asian Games organized?

- (a) London (b) Tokyo
(c) Paris (d) China

प्रश्न6. एड्सदिवसकबमनायाजाताहै

- (a) 1अगस्त (b) 1सितम्बर
(c) 1 जनवरी (d) 1 दिसंबर

When is World' s AIDS Day observed?

- (a) 1 August (b) 1 September
(c) 1 January (d) 1 December

प्रश्न7. रक्तकोज़मानेमें(.....)विटामिनसहायकहोताहै ?

Vitamin (.....) is helpful in blood clotting?

प्रश्न8कर्णमल्लेश्वरी(.....)खेलसेसम्बंधितहै ?

'KarnamMalleshwari 'is associated with (.....) game?

प्रश्न9. दालोंसेहमें(.....)मिलताहै ?

We obtain (.....) from pulses?

प्रश्न10. मानवखोपड़ीमेंकितनीअस्थियाँहोतीहैं?

How many bones are there in human skull?

प्रश्न11. पृथ्वीकेकितनेभागपरजलउपस्थितहै?

How much part of earth has water?

प्रश्न12. लवलीनाबोरगोहैनकिसखेलसेसम्बंधितहै?

To which game LovlinaBorgohain is associated?

~~~~~(ASSERTION/ REASONING) ~~~~~

There are two statements which are stated below and labelled as Assertion (A) and Reasoning (R)

**Q.13 ASSERTION(A)** Minamata is a harmful disease.

**REASON(R):** Minamata occurs due to excess of mercury

**Ans:** select the correct statement

- (a) (A) is right but(R) is wrong
- (b) (A) is wrong but (R) is right
- (c) (A) is right but(R) is not correct explanation of (A)
- (d) (A) and (R) both are right and (R) is correct explanation of (A)

**प्रश्न -13 अभिकथन (A)** मिनामाटा एक हानिकारक रोग है

**कारण (R)** मिनामाटा रोग पारे की अधिकता के कारण होता है

सही विकल्प चुनें I

उत्तर—

- 1) अभिकथन (A) सही है लेकिन कारण (R) गलत है I
- 2) अभिकथन (A) गलत है लेकिन कारण (R) सही है I
- 3) (A) और (R) दोनों सही हैं और (R) ; (A) की सही व्याख्या करता है I
- 4) (A) और (R) दोनों सही हैं लेकिन (R) ; (A) की सही व्याख्या नहीं करता I

**प्रश्न -14 अभिकथन**

(A) मानव शरीर की रचना का अध्ययन करने वाले विज्ञान को शरीर रचना विज्ञान कहते हैं |

(R) कारण (R) मानव शरीर हड्डियों से बना एक अस्थि पिंजर है जो मांसपेशियों से आच्छादित है |

## सहीविकल्पचुनें I

उत्तर-

- 1) अभिकथन (A) सहीहैलेकिनकारण (R) गलतहै I
- 2) अभिकथन (A) गलतहैलेकिनकारण (R) सहीहै I
- 3) (A) और(R) दोनोंसहीहैंऔर(R) ; (A) कीसहीव्याख्याकरताहै I
- 4) (A) और(R) दोनोंसहीहैंलेकिन (R) ; (A) कीसहीव्याख्यानहींकरता I

**Q14 ASSERTION(A). The science which studies the structure of human body is called Anatomy.**

**REASON(R):** Human body is a skeleton of bones ,covered by muscles.

**Ans:** select the correct statement

- (a) (A) is right but(R) is wrong
- (b) (A) is wrong but (R) is right
- (c) (A) is right but(R) is not correct explanation of (A)
- (d) (A) and (R) both are right and (R) is correct explanation of (A)

**प्रश्न -15 अभिकथन (A) एथलेटिक्स को खेलों की रानी कहा जाता है |**

**कारण (R) ट्रैक व फील्ड इवेंट्स में भाग लेने वाले को एथलीट कहते हैं/**

## सहीविकल्पचुनें I

उत्तर-

- 1) अभिकथन (A) सहीहैलेकिनकारण (R) गलतहै I
- 2) अभिकथन (A) गलतहैलेकिनकारण (R) सहीहै I
- 3) (A) और(R) दोनोंसहीहैंऔर(R) ; (A) कीसहीव्याख्याकरताहै I
- 4) (A) और(R) दोनोंसहीहैंलेकिन (R) ; (A) कीसहीव्याख्यानहींकरता I

**Q13 ASSERTION(A) Athletics is called as queen of sports.**

**REASON(R):** Those who participate in track and field events are called athlete.

**Ans:** select the correct statement

- (a) (A) is right but(R) is wrong

- (b) (A) is wrong but (R) is right  
(c) (A) is right but (R) is not correct explanation of (A)  
(d) (A) and (R) both are right and (R) is correct explanation of (A)

---

### (Very Short Answer Type Questions)

---

प्रश्न 16. विसंक्रमण किसे कहते हैं?

What is Sterilization?

(OR)

एक देशभक्ति नागरिक के अपने देश के प्रति क्या कर्तव्य हैं

What are the responsibility of a patriotic citizen?

प्रश्न 17. भारत की राष्ट्रीय एकता का मूलमंत्र क्या है ?

What is the essence of National Integration?

(OR)

राष्ट्रीय ध्वज किन- किन अवसरों पर लहराया जाता है

On what occasions is the National Flag hoisted?

प्रश्न 18. विटामिन C के बारे में लिखें |

Write a short note on Vitamin C

प्रश्न 19. जोड़कितने प्रकार के होते हैं ?

How many types of joints are there?

प्रश्न 20. संतुलित आहार क्या है ?

What is Balanced Diet?

प्रश्न 21. गणतंत्र दिवस (26 जनवरी) पर नोट लिखें |

Write a note on Republic Day (26<sup>th</sup> January).

---

## (Short Answer Type Questions)

---

**प्रश्न22. राष्ट्रीय खेल क्या हैं? इनका क्या उद्देश्य है ?**

What do you mean by National Games? What is the purpose of these games?

**(OR)**

**रोग प्रतिरोधक क्षमता से आपका क्या अभिप्राय है ?**

What do you mean by Immunity?

**प्रश्न23. स्कूल भवन बनाते किन किन बातों का ध्यान रखना चाहिए ?**

What things should be taken care of while building a school?

**(OR)**

**प्रतियोगिताओं से राष्ट्रीय एकता का विकास होता है | व्याख्या करें |**

Competition develop National Integration. Explain.

**प्रश्न24. महिलाओं के खेल कूद में कम भाग लेने के छः महत्वपूर्ण कारण बताइये |**

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

**प्रश्न25. "जल ही जीवन है" इस कथन पर टिप्पणी कीजिए |**

Write a note on "Water is Life" .

**प्रश्न26. घर में गंदगी कैसे फैलती है ? घर की सफाई के लिए किन - किन बातों का ध्यान देना आवश्यक है ?**

How insanitation spreads in home? Which things should be kept in mind while cleaning the house?

**प्रश्न27. महिला और पुरुष की शारीरिक रचना में अंतर स्पष्ट कीजिए |**

Explain the difference between men and women's physical composition.

---

## Long Answer Type Questions



---

**प्रश्न28. राष्ट्रीयगीत 'वन्देमातरम' काक्याभावार्थहै?**

What is the meaning of the National Song 'VandeMataram' ?

**(OR)**

**राष्ट्रीयएकतासेक्याअभिप्रायहै ?स्पष्टकीजिए।**

What do you mean by National Unity?Explain.

**प्रश्न29. नगरमेंसंक्रमणरोगफैलनेपरआपसबसेपहलेकिन -किननियमोंकापालनकरेंगे? विस्तृतव्याख्याकीजिए।**

Explain the detail about the rules to be followed immediately at the spread of communicable disease in city. (OR)

**संक्रामकरोगसेआपकाक्यातात्पर्यहैएकव्यक्तिसेदूसरेव्यक्तिकोयेकैसेसंक्रमितकरतेहैं?**

**इनसेबचावकेउपायक्याहैं ?**

What do you mean by Communicable disease? How do they outbreak from one to another? What are precautionary measures to save from such disease?

**प्रश्न30. वायुमंडलकेबारेमेंआपक्याजानतेहैं ? वायुकीरचनातथावायुमेंपाईजानेवालीमुख्यगैसोंकावर्णनकीजिए ।**

What do you mean by Atmosphere? Describe the composition of air and main gases found in air.

**(OR)**

**पाचनसंस्थानकासंक्षेपमेंवर्णनकीजिए।**

Briefly describe the Digestive system.