

MODEL TEST PAPER (Term - II)

Class – 10+1 (Level - III)

Subject – Physical Education & Sports

Time : 3 hours

M.M. : 40

Q.1. Choose the right option in the answer 5×1=5

निम्नलिखित में से सही विकल्प चुनिए:

(a) Arobic activities perform in the presence of

एरोबिक गतिविधिया की जाती है ?

(i) oxygen (ii) Carbon

(iii) Nitrogen (iv) All of these

(1) आक्सीजन की उपस्थिति

(2) कार्बन की उपस्थिति में

(3) नाईट्रोजन की उपस्थिति में

(4) इनमें कोई नहीं

(b) How much time is recommended to wash your hands

हाथ धोने के लिए निधीरित समय होता है ?

(i) 10 second (ii) 20 second

(iii) 1 Minute (iv) 4 Minute

(1) 10 सेकण्ड (2) 20 सेकेण्ड

(3) 1 मिनट (4) 4 मिनट

(c) Which is the recommended position for a person to be in when are doing CPR ?

जब आप सी पी आर कर रहे हो तो किसी व्यक्ती के लिए कौन सी अनुशांसित स्थिती है ?

(i) Flat on a sofa

(ii) Sitting upright in a chair

(iii) Standing up (iv) lying flat on floor

(1) सोफे पर लेटा कर (2) कुर्सी पर सीधा बैठना

(3) खडे होकर (4) फर्स पर लेटा कर

(d) Which of the following resources of energy is form a renewable sources.

उर्जा का निम्नलिखित में से कौन सा स्त्रोत नवीकरणीय स्त्रोत से है ?

(i) Solar energy (ii) Coals

(iii) Wood (iv) Petrol

(1) सौर ऊर्जा (2) कोयला

(3) लकडी (4) पेट्रोल

(e) Family business always interested to handover the change of his business to.

पारिवशिक व्यवसाय हमेशा अपने व्यवसाय के परिवर्तन को सौपन मे रूयि रखता है ?

(i) Indian Administration officer

(ii) Professional Mangers

(iii) Next generation

(iv) None of the above

- (1) भारतीय प्रशासन अधिकारी
- (2) पेरोंवर प्रबंधक
- (3) अंगली पीढी
- (4) उपरोक्त में से कोई नहीं

2. Answer any Ten of the following question 10×2=20

निम्नलिखित में से किन्हीं दस प्रश्नों के उत्तर दीजिए

- (a) What do you mean by warm up ?
गर्मीना क्या होता है ?
- (b) What is first aid ?
प्राथमिक चिकित्सा क्या है ?
- (c) Define CPR ?
सीपीआर क्या है ?
- (d) What are the Benifits of Regular physical Activities ?
दैनिक शारीरिक गतिविधियों का क्या लाभ है ?
- (e) What are the preventive Measures use In case of Injury ?
चोट लगने पर क्या सावधानियाँ बरती जाती हैं ?
- (f) What are the Benifits of Recreational games?
मनोरंजनात्मक खेलों के क्या लाभ हैं ?
- (g) How to organise the sports Tournament ?
प्रतियोगिताओं का आयोजन किस प्रकार किया जाता है ?
- (h) Explain the method of Physical Hygiene ?

शारीरिक स्वच्छता किस प्रकार की जाती है ?

- (i) Who is Entrepreneurial ?
व्यवसायी कौन होता है ?
- (j) Where in the solar power is used in different sector's ?
ऊष्मा शक्ति प्रयोग कहाँ-कहाँ किया जा सकता है ?
- (k) What is Green revolution ?
हरित क्रांति क्या है ?

3. Answer any five of the following questions 5×3=15

निम्नलिखित में से पाँच प्रश्नों के उत्तर दीजिए ?

- (a) What are the benifits of anarobic activities ?
एनारोबिक गतिविधियों के क्या लाभ हैं ?
- (b) What are the medical facilites required on the play ground ?
खेल के मैदान पर किस प्रकार की चिकित्सकीय सुविधाएँ उपलब्ध होनी चाहिए ?
- (c) How to manage the sports equipment ?
खेल उपकरणों का रख-रखाव किस प्रकार किया जाता है ?
- (d) What are the major component for the development of Business ?
व्यवसाय के विकास के लिए महत्वपूर्ण घटक क्या हैं ?
- (e) How to green Energy renewable to Another Energy ?
हरित ऊर्जा को किस प्रकार से दुसरी ऊर्जा में परिवर्तित किया जा सकता है ?