

**CLASS : 10th (Secondary) Code No. 2821**

**Series : Sec. M/2016**

Roll No. 

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

**SET : A**

**स्वास्थ्य एवं शारीरिक शिक्षा**

**HEALTH AND PHYSICAL EDUCATION**

*(Academic)*

2nd Semester

[ हिन्दी एवं अंग्रेजी माध्यम ]

[ Hindi and English Medium ]

(Only for Fresh/Re-appear Candidates)

**(Morning Session)**

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 27 हैं।

*Please make sure that the printed pages in this question paper are 8 in number and it contains 27 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.*

**2821/ (Set : A)**

**P. T. O.**

- 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.***

---

**नोट : सभी प्रश्न अनिवार्य हैं।**

***All questions are compulsory.***

1. छूत के रोग क्या होते हैं ? उनके फैलने के कारण तथा बचाव के उपाय बताएँ।

What are Communicable Diseases ? Give reasons for spreading it and preventive measures of it.

अथवा

**OR**

बच्चों में होने वाले **दो** संक्रामक रोगों के कारण, लक्षण तथा बचाव के उपाय लिखिए।

Give any **two** causes, symptoms and preventive measures of communicable diseases among children.

2. निम्नलिखित रोगों के कारण, लक्षण तथा बचाव के उपाय लिखिए। 5
- (i) चेचक (ii) डिप्थीरिया या गलघोंटू

Write down the causes, symptoms and preventive measures of the following diseases.

- (i) Small Pox                      (ii) Diphtheria

( 4 )      **2821/ (Set : A)**

अथवा

**OR**

ग्रन्थियाँ क्या होती हैं ? ये कितने प्रकार की होती हैं ? संक्षिप्त वर्णन कीजिए।

What are Glands ? How many types of glands are there ? Describe in short.

3. मानव मस्तिष्क का चित्र सहित वर्णन कीजिए। 5

Describe Human Brain with a neat sketch.

अथवा

**OR**

सुषुम्ना नाड़ी या मेरुरज्जु की रचना तथा कार्यों पर प्रकाश डालिए।

Put the light on structure and functioning of Spinal Cord.

4. खेलकूद प्रतियोगिताओं के क्या लाभ हैं ? 5

What are the benefits of sports competitions ?

अथवा

**OR**

अच्छे खिलाड़ी के क्या गुण हैं ? खेलकूद प्रतियोगिताएँ इन गुणों को कैसे विकसित करती हैं ?

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

**2821/ (Set : A)**

( 5 )      **2821/ (Set : A)**

- 5.** खेलकूद महिलाओं के सर्वांगीण विकास के लिए क्या योगदान दे सकते हैं ? 5

What does sports contribute in the overall development of women ?

**अथवा**

**OR**

खेल सम्बन्धी विभिन्न विचारधाराओं का वर्णन कीजिए।

Describe different sports related ideology.

- 6.** लीग प्रणाली क्या होती है ? इसके लाभ तथा हानियों का वर्णन कीजिए। 3

What is League System ? Explain its advantages and disadvantages.

- 7.** विसंक्रमण किसे कहते हैं ? 3

What is Sterilization ?

- 8.** श्वसोच्छ्वास के अवयवों का वर्णन कीजिए। 3

Describe the components of Respiration.

- 9.** मानव शरीर में कितने तंत्र होते हैं ? 2

How many systems are there in a human body ?

**2821/ (Set : A)**

**P. T. O.**

- 10.** खुजली रोग के कारण, लक्षण व बचाव के उपाय लिखिए।      2

Write the causes, symptoms and preventive measures of Itching disease.

- 11.** दौड़ें कितने प्रकार की होती हैं ?      2

How many types of Races are there ?

- 12.** प्लेग नामक महामारी की रोकथाम के उपाय लिखिए।      2

Suggest measures to prevent an epidemic disease called Plague.

- 13.** मनुष्य के शरीर में रक्त के कार्यों की एक सूची बनाएँ।      2

Make a list of functions of Blood in a human body.

- 14.** धमनियों तथा शिराओं में क्या अन्तर है ?      2

What is the difference between Arteries and Veins ?

- 15.** खेलों की अन्तर्राष्ट्रीय विशेषताएँ क्या हैं ?      2

What are the international characteristics of Games ?

**16.** ओलम्पिक खेल (2000) में किस भारतीय महिला ने पदक जीता था ?

उनका नाम एवं खेल का नाम लिखिए। 1

Write the name and game of the Indian woman who won medal in Olympic games (2000).

**17.** महिलाएँ किस प्रकार पुरुषों से भिन्न होती हैं ? 1

How are women different from men ?

**18.** खेलों में शीर्ष खिलाड़ियों को कौन-सा पुरस्कार मिलता है ? 1

Top players of games get which award ?

**19.** आधुनिक ओलम्पिक खेलों के नियम कब और कहाँ बनाए गए ? 1

When and where the rules of modern Olympic games created ?

**20.** ऐच्छिक माँसपेशियाँ क्या होती हैं ? 1

What are Voluntary Muscles ?

**21.** रक्त से क्या अभिप्राय है ? 1

What is meant by Blood ?

**22.** रक्त बिंबाणु या प्लेटलेट्स का क्या कार्य है ? 1

What is the function of Blood Platelets ?

23. खाल की **दो** परतों के नाम लिखिए। 1

Name the **two** layers of skin.

24. मच्छर के जीवन चक्र के **चार** भाग कौन-कौन-से हैं ? 1

What are the **four** parts of life cycle of a mosquito ?

25. फेफड़ों के तपेदिक के लक्षण लिखिए। 1

Write down the symptoms of Tuberculosis of lungs.

26. रोग कैसे फैलते हैं ? 1

How does disease spread ?

27. भारत की **दो** प्रसिद्ध महिला एथलीटों के नाम लिखिए। 1

Write the name of **two** famous Indian female athletes.

