

CLASS : 10th (Secondary)

Code No. 1921

Series : Sec. M/2017

Roll No.

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

SET : A

स्वास्थ्य एवं शारीरिक शिक्षा
HEALTH AND PHYSICAL EDUCATION
(Academic/Open)
[हिन्दी एवं अंग्रेजी माध्यम]
[Hindi and English Medium]
(Only for Fresh Candidates)
(Morning Session)

समय : 3 घण्टे]

[पूर्णांक : 60

Time allowed : 3 hours]

[Maximum Marks : 60

- कृपया जाँच कर लें कि इस प्रश्न-पत्र में मुद्रित प्रश्न **28** हैं।
*Please make sure that the printed in this 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.
- 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.

1921/(Set : A)

P. T. O.

- 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 : (i) सभी प्रश्न अनिवार्य हैं।

All questions are compulsory.

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

Marks of each question are indicated against it.

1. आस-पड़ोस के स्वास्थ्य से आपका क्या अभिप्राय है ? स्वच्छ वातावरण का हमारे स्वास्थ्य पर क्या प्रभाव पड़ता है ? 5

What do you understand by health in surrounding area ? What is the impact of clean environment on our health ?

अथवा

OR

मृदा प्रदूषण किसे कहते हैं ? कौन-कौन-से प्राकृतिक कारक मृदा को प्रदूषित करते हैं ? इसे नियन्त्रित करने के उपाय समझाइए।

What is soil pollution ? Which natural elements can pollute soil ? Suggest the ways to control it.

2. प्लेग रोग कैसे फैलता है ? इस रोग के लक्षण तथा रोकथाम के उपायों पर प्रकाश डालें। प्लेग को महामारी क्यों कहते हैं ? 5

(3)

1921/(Set : A)

How does plague spread ? Throw light on the symptoms and prevention of this disease. Why plague is called epidemic ?

अथवा

OR

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

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

- 3.** मानव शरीर विज्ञान के बारे में आप क्या जानते हैं ? इसके महत्त्व का वर्णन कीजिए।⁵

What do you know about the science of human body ? Explain its importance.

अथवा

OR

पाचन संस्थान का संक्षेप में वर्णन कीजिए।

Briefly describe the digestive system.

- 4.** संक्रामक रोग किन-किन कारणों से फैलते हैं ? 3

Describe the reasons of spreading of contagious disease.

- 5.** अस्थियाँ कितने प्रकार की होती हैं ? वर्णन कीजिए। 3

Explain the types of bones.

- 6.** घर में गन्दगी कैसे फैलती है ? घर की सफाई के लिए किन-किन बातों का ध्यान देना आवश्यक है ? 3

1921/(Set : A)

P. T. O.

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

7. राष्ट्रीय खेल क्या है तथा इनका क्या उद्देश्य है ? 3

What is National Game ? What is the purpose of these games ?

8. भारत की मुख्य **तीन** खेल प्रतियोगिताओं का वर्णन करें। 3

Explain the **three** main National games of India.

9. भोजन हमारे लिए क्यों आवश्यक है ? 3

Why food is essential for us ?

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

What do you understand by National song ? Who was the writer of this song ?

11. सफाई हमारे लिए क्यों आवश्यक है ? 2

Why cleanliness is necessary for us ?

12. आधुनिक ओलम्पिक खेलों में कौन-कौन-से इवेंट्स सम्मिलित हैं ? 2

What events are included in modern Olympic games ?

13. गणतंत्र दिवस (26 जनवरी) पर नोट लिखें। 2

Write a note on Republic Day (26 January).

14. रोगी को अलग रखने से क्या अभिप्राय है ? 2

What do you mean by keeping a patient separate ?

15. ऐच्छिक मांसपेशियों के बारे में संक्षेप में बताएँ। 2

Describe briefly about voluntary muscles.

16. खेलकूद के द्वारा नारी में सहनशीलता के गुण किस प्रकार उत्पन्न होते हैं ? 2

How the quality of tolerance generated in women through sports ?

17. वायु में नाइट्रोजन कितने प्रतिशत होती है ? 1

What is the percentage of Nitrogen in air ?

18. लाल बहादुर शास्त्री जी का जन्म कब हुआ ? 1

When was Lal Bahadur Shastri born ?

19. हरी पत्तेदार सब्जियों में कौन-सा विटामिन पाया जाता है ? 1

Which Vitamin is found in green leafy vegetables ?

20. मलेरिया की दवाई का क्या नाम है ? 1

What is the name of malaria medicine ?

21. दाँत और जिह्वा किस संस्थान का अंग है ? 1

Of which system teeth and tongue are the parts ?

22. किस दौड़ में थोड़ी-थोड़ी दूरी पर रुकावटें होती हैं ? 1

In which race there are hurdles at small intervals ?

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

How many bones are there in our body ?

24. “रोगों के वास्तविक कारण जीवाणु हैं।” यह निष्कर्ष किसने निकाला ? 1

Who discovered that "actual cause of diseases are the germs" ?

25. जन्म के समय लड़कियों के दिल की धड़कन प्रति मिनट कितनी होती है ? 1

What is the rate per minute of heart beat of girls at the time of birth ?

26. ओलम्पिक खेलों में कबूतर छोड़ना कब बन्द कर दिया गया ? 1

When was pigeon releasing stopped in Olympic Games ?

27. खेलकूद से जातीय भेदभाव कैसे समाप्त हो जाते हैं ? 1

How is caste discrimination eradicated by Sports ?

28. महिलाएँ बहुत तेज क्यों नहीं दौड़ पाती हैं ? 1

Why can't women run too fast ?

