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***

www.MsEducationTv.com

- *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.

- *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.

www.MsEducationTv.com

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

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.

www.MsEducationTv.com

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

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 ?

www.MsEducationTv.com

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 रूकावटें होती है ? 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 ?

www.MsEducationTv.com

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 ?

www.MsEducationTv.com

CLASS : 10th (Secondary) **Code No. 1921**

Series : Sec. M/2017

Roll No. | | | | | | | | | | |

SET : B

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.

www.MsEducationTv.com

- *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.

www.MsEducationTv.com

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

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

अथवा

OR

जल साफ करने की विधियों का विस्तार से वर्णन कीजिए।

Describe in detail the methods of purifying water.

2. अच्छे स्वास्थ्य के लिए आवश्यक खनिज लवणों का वर्णन कीजिए। 5

Describe the various minerals necessary for good health.

अथवा

OR

प्रोटीन क्या है ? इसके कार्य, इसकी कमी तथा अधिकता से हानियाँ बताइए।

What is Protein ? Describe its work and problems caused by its deficiency and its excess.

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.

www.MsEducationTv.com

4. ग्रामीण जीवन की स्वास्थ्य समस्याएँ क्या हैं ? 3

What are the health problems in rural life ?

5. मल-मूत्र निस्तारण के घरेलू उपायों का वर्णन करें। 3

Describe the domestic ways of waste disposal.

6. खसरा रोग के क्या लक्षण हैं ? खसरा रोग के फैलने के कारण तथा बचने के उपाय बताइये। 3

What are the symptoms of measles disease ? Also describe how it is spread and can be prevented.

7. खेलकूद प्रतियोगिताओं का हमारे जीवन में क्या महत्त्व है ? 3

What is the importance of sports competition in our life ?

8. लिंग भेद का शारीरिक शिक्षा में क्या महत्त्व है ? 3

What is the importance of gender differences in physical education ?

9. भारत में आयोजित की जाने वाली डूरंड कप तथा रणजी ट्रॉफी खेल प्रतियोगिताओं पर नोट लिखें। 3

Write a note on Durand Cup and Ranji Trophy organized in India.

www.MsEducationTv.com

10. एक देशभक्त नागरिक के अपने देश के प्रति क्या कर्त्तव्य हैं ? 3

What are the responsibilities of a patriotic citizen ?

11. भौतिक वातावरण से आप क्या समझते हैं ? 2

What is meant by Physical Environment ?

12. पानी साफ करने की यान्त्रिक विधि के बारे में बताइए। 2

Tell about the mechanical method of purifying water.

13. ओलम्पिक ज्योति का वर्णन करें। 2

Describe Olympic Mashal.

14. रोग निवारक क्षमता या रोग प्रतिरोधक शक्ति क्या है ? 2

What do you understand by disease resistance capacity ?

15. कोई दस बड़े व छोटे खेलों के नाम लिखिए। 2

Write down ten major and minor games.

16. 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 ?

17. शरीर में रोगों से लड़ने वाली शक्ति को क्या कहते हैं ? 1

What is known as disease resistance power ?

18. एड्स दिवस किस तिथि को मनाया जाता है ? 1

On which date AIDS day is celebrated ?

19. ओलम्पिक में महिलाओं ने पहली बार कब भाग लिया था ? 1

When did women participate in Olympics for the first time ?

20. किस हड्डी को शरीर का स्तम्भ कहा जाता है ? 1

Which bone is called pillar of the body ?

21. चूहे कौन-सा रोग फैलाते हैं ? 1

Which disease is spread by rats ?

22. राष्ट्रीय गीत का खेलों से क्या सम्बन्ध है ? 1

What is relation between National Anthem and Games ?

www.MsEducationTv.com

23. एन० सी० ई० आर० टी० का पूरा नाम लिखें। 1

Write down the full form of N.C.E.R.T.

24. प्राचीन ओलम्पिक खेलों में पहले कौन-सी दौड़ थी ? 1

Which was the only race in ancient Olympic games ?

25. खून की कमी को क्या कहते हैं ? 1

What is called deficiency of blood ?

26. वातावरण से क्या अभिप्राय है ? 1

What do you mean by atmosphere or environment ?

27. जल की ***तीन*** अवस्थाओं के नाम लिखें। 1

Write down the ***three*** states of water.

28. एक वाक्य में पानी की आवश्यकता के बारे में लिखें। 1

Write down the importance of water in one sentence.

www.MsEducationTv.com

www.MsEducationTv.com

CLASS : 10th (Secondary) **Code No. 1921**

Series : Sec. M/2017

Roll No. | | | | | | | | | | |

SET : C

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.

www.MsEducationTv.com

- *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. स्वास्थ्य शिक्षा क्या है ? वर्णन करें। 5

What is health education ? Describe.

अथवा

OR

जल किन-किन साधनों से प्राप्त किया जाता है ? वर्णन करें।

Water is obtained from which sources ? Describe.

2. शरीर में पाये जाने वाले खनिज लवणों का वर्णन करें। 5

Describe the mineral elements found in body.

www.MsEducationTv.com

अथवा

OR

वसा में घुलनशील विटामिन के नाम बताइए तथा इनका विस्तृत वर्णन करें।

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

3. श्वास क्रिया किसे कहते हैं ? श्वास प्रणाली के अंगों के नाम बताइए तथा उनका संक्षेप में वर्णन कीजिए। 5

What is known as respiration process ? Name the parts of respiratory system and explain them briefly.

अथवा

OR

दाँत कितने प्रकार के होते हैं ? उनकी बनावट तथा उनके कार्यों का विवरण दीजिए।

How many types of teeth are there ? Describe their structure and function.

www.MsEducationTv.com

4. नवीन ओलम्पिक खेल किसने शुरू करवाया ? 3

Who initiated modern Olympic games ?

5. कनफेड़ रोग का उपचार कैसे करेंगे ? 3

How can mumps be treated ?

6. क्रीड़ा क्षेत्र में महिलाओं की मुश्किलों का वर्णन करें। 3

Explain the difficulties of females in the field of Sports.

7. महिला और पुरुष की शारीरिक रचना में अन्तर स्पष्ट कीजिए। 3

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

8. आधुनिक ओलम्पिक खेलों की शपथ तथा इनका मोटो क्या है ? 3

What is the oath in modern Olympics and what is the Olympic motto ?

9. आधुनिक ओलम्पिक खेलों के कौन-कौन-से उद्देश्य हैं ? 3

What are the purposes behind modern Olympics games ?

10. राष्ट्रीय गीत 'वन्दे मातरम' का क्या भावार्थ है ? 3

What is the meaning of the National song 'Vande Matram' ?

www.MsEducationTv.com

11. शारीरिक शिक्षा क्या है ? 2

What is Physical Education ?

12. अच्छे भोजन से आप क्या समझते हैं ? 2

What do you mean by good (healthy) food ?

13. यकृत के क्या कार्य हैं ? 2

What is the function of liver ?

14. स्वास्थ्य के प्रमुख नियमों का उल्लेख करें। 2

What are the main rules for health ?

15. प्रदूषक किसे कहते हैं ? 2

What are pollutants ?

16. राष्ट्रीय एकता क्या है ? 2

What is national unity ?

17. जल की कमी से ***चार*** हानियाँ लिखें। 1

Write down the ***four*** disadvantages due to lack of water.

18. 15 अगस्त क्यों मनाया जाता है ? 1

Why 15th August is celebrated ?

19. पानी किन दो गैसों से मिलकर बना है ? 1

From which two gases water is made ?

20. शरीर को स्वस्थ बनाए रखने के लिए कैसा भोजन करना चाहिए ? 1

What type of food should be taken for keeping our body fit ?

21. पूर्ण स्वस्थ व्यक्ति किसे कहते हैं ? 1

Who is known as a complete healthy person ?

22. हीमोग्लोबिन क्या कार्य करता है ? 1

What does haemoglobin do ?

www.MsEducationTv.com

23. मास्टर ब्लास्टर के नाम से किसे जाना जाता है ? 1

Who is known as Master Blaster ?

24. श्वेत रक्त कणिकाओं का मुख्य कार्य लिखिए। 1

Explain main functions of white blood cells (corpuscles).

25. कौन-सा संस्थान हमारे शरीर पर नियन्त्रण रखता है ? 1

Which system has control over our body ?

26. हमारी छाती में कितनी हड्डियाँ होती हैं ? 1

How many bones are there in our chest ?

27. शरीर की सबसे बड़ी ग्रन्थि बताइए। 1

Which is the largest gland of the body ?

28. रक्त को जमाने में क्या सहायक होता है ? 1

What helps in blood coagulation ?

www.McEducationTv.com

CLASS : 10th (Secondary) **Code No. 1921**

Series : Sec. M/2017

Roll No. | | | | | | | | | | |

SET : D

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.

www.MsEducationTv.com

- *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.

www.MsEducationTv.com

1. स्वस्थ रहने के लिए हमें किन-किन नियमों का पालन करना चाहिए ? 5

What rules should be followed to keep healthy ?

अथवा

OR

पानी की अशुद्धता के कारण तथा उसे शुद्ध करने के ढंग लिखें।

List the reasons of impurity in water. Also state the ways of purifying it.

2. छूत के रोग से क्या अभिप्राय है ? ये किस प्रकार फैलते हैं ? इनसे बचने के उपाय बताइए। 5

What is meant by communicable disease ? How do they spread ? Mention how can they be prevented ?

अथवा

OR

नगर में संक्रामक रोग फैलने पर आप सबसे पहले किन-किन नियमों का पालन करेंगे ? विस्तृत व्याख्या कीजिए।

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

3. उच्च रक्तचाप पर संक्षिप्त नोट लिखिए। 5

Write a short note on high blood pressure.

अथवा

OR

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

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

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

What is called a sportsman spirit ? How does sports help in developing this quality ?

5. "जल ही जीवन है।" इस कथन पर टिप्पणी कीजिए। 3

Write a note on "Water is Life".

6. महिलाओं के खेलकूद में कम भाग लेने के ***छः*** महत्त्वपूर्ण कारण बताइए। 3

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

7. ओलम्पिक खेलों का प्रबन्ध कौन करता है ? वर्णन करें। 3

www.MsEducationTv.com

Who organizes Olympic games ? Explain.

8. एशियाई खेल कब और क्यों शुरू हुए ? 3

When & why did Asian Games start ?

9. राष्ट्रीय गान का अर्थ स्पष्ट करें। 3

Explain the meaning of our National Song.

10. स्कूल बनाते समय किन-किन बातों का ध्यान रखना चाहिए ? 3

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

11. ऐथ्लेटिक्स में कूदने तथा फेंकने वाले इवेंट्स के नाम लिखिए। 2

Write down the names of jumping and throwing events in Athletics.

12. धमनियों तथा शिराओं में क्या अन्तर है ? 2

What is the difference between Arteries and Veins ?

13. अनैच्छिक मांसपेशियों से क्या अभिप्राय है ? 2

What do you mean by Involuntary muscles ?

14. रक्त में उपस्थित प्लाज्मा के बारे में आप क्या जानते हैं ? 2

What do you understand by plasma present in blood ?

15. राष्ट्रीय झण्डे के द्वारा हमें क्या प्रेरणा मिलती है ? 2

www.MsEducationTv.com

What inspiration do we get from National Flag ?

16. श्वसन क्रिया में फेफड़ों की भूमिका के बारे में लिखें। 2

Write the role of lungs in respiration.

17. वायु में, सबसे अधिक प्रतिशत में कौन-सी गैस होती है ? 1

Which gas has maximum percentage in air ?

18. वर्षा द्वारा वायु का शुद्धिकरण किस प्रकार होता है ? 1

How does purification of air takes place by rain ?

19. आयोडीन की कमी से कौन-सा रोग होता है ? 1

Which disease is caused by lack of Iodine ?

20. जुकाम कैसे होता है ? 1

What causes cold ?

21. पाचन क्रिया में कौन-कौन से अंग कार्य करते हैं ? 1

Which parts of the body function in digestion ?

22. श्वसन क्रिया किसे कहते हैं ? 1

What is respiration ?

23. खेलकूद के अन्तर्गत कौन-कौन-सी मुख्य क्रियाएँ आती हैं ? 1

Under sports, which major actions takes place ?

www.MsEducationTv.com

24. ''प्रतियोगिता प्रगति का आधार है।'' कैसे ? 1

"Competition is the base of Success." How ?

25. हरियाणा में प्रथम भीम अवार्ड कब शुरू किया गया ? 1

When was first Bheem Award started in Haryana ?

26. ''संतोष ट्रॉफी'' प्रतियोगिता का नाम किसके नाम पर पड़ा ? 1

"Santosh Trophy" competition was named after whom ?

27. क्या प्राचीन ओलम्पिक खेलों में महिलाएँ भाग ले सकती थीं ? 1

Could women be a part of ancient Olympic Games ?

28. 'राष्ट्रीय गान' सबसे पहले कब गाया गया था ? 1

When was 'National Anthem' first sung ?

www.MsEducationTv.com