

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.***

(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.

