

कुल छपे पृष्ठों की संख्या - 2
कुल छपे प्रश्नों की संख्या - 10

A-20-

नामांक

अर्द्ध वार्षिक परीक्षा सत्र 2016-2017

कक्षा—X (दसवीं)

विषय—स्वास्थ्य एवं शारीरिक शिक्षा

समय : 3¼ घंटे

पूर्णांक : 30

निर्देश : (1) सभी प्रश्न हल करना अनिवार्य हैं।

(2) विद्यार्थी अपने नामांक प्रश्न-पत्र पर अनिवार्यतः लिखें।

(3) जिस प्रश्न के एक से अधिक भाग हैं, उन सभी भागों का उत्तर एक साथ ही लिखें, भिन्न-भिन्न दो स्थानों पर नहीं लिखें।

(4) प्रत्येक प्रश्न का उत्तर दी गई उत्तर-पुस्तिका में ही लिखें।

(5) प्रत्येक प्रश्न के अंक प्रश्न के सामने अंकित हैं।

1. एड्स क्या है? इसके फैलने के कारण बताइये।

3

What is AIDS? How is spread?

2. शारीरिक शिक्षा की परिभाषा बताइये।

3

Define Physical Education.

3. संगीत क्या है? संगीत की उपयोगिता का वर्णन कीजिए।

3

What is music? Describe the utility of music.

4. हड्डी टूटने पर क्या प्राथमिक उपचार करना चाहिए?

3

Which first aid will you give on Fracture?

5. तनाव मुक्त कार्यक्रम के बारे में बताइये।

3

Describe stressless Programme?

क. पृ. उ.

[2]

6. फुटबाल या खो-खो खेल के मैदान का चित्र बनाइये। 3'
Draw the diagram (picture) of the field of football and Kho-Kho?
7. विद्यालय के वातावरण का बालक के स्वभाव पर क्या प्रभाव पड़ता है? 3
What effects the nature of a child by the environment of school?
8. संतुलित भोजन किसे कहते हैं? संतुलित आहार के पोषक तत्व कौन-कौन से हैं? 3
What is balanced diet? Which are the main elements of balanced diet?
9. व्यक्तित्व से क्या आशय है? व्यक्ति के व्यक्तित्व की पहचान के लक्षण बताइये।- 3
What do you understand by personality? Mention the characteristics of the personality of a man. <http://www.rbseonline.com>
10. लम्बी दूरी की दौड़े, कौन-कौन सी होती हैं? नाम बताइये। 3
Which are the long races? Mention their names.

□ □ □