

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.

( 4 )

1921/(Set : A)

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 ?

1921/(Set : A)

( 5 )

1921/(Set : A)

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 ?

1921/(Set : A)

P. T. O.

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 ?

