

CLASS : 10th (Secondary)

Code No. 128

Series : Sec. April/2021

Roll No. 

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

**PHYSICAL EDUCATION & SPORTS**

National Skills Qualification Framework (NSQF)

**Level – 2**

[ हिन्दी एवं अंग्रेजी माध्यम ]

[ Hindi and English Medium ]

(Only for Fresh/School Candidates)

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 38 हैं।  
*Please make sure that the printed pages in this question paper are 8 in number and it contains 38 questions.*
  - प्रश्न-पत्र में दाहिने हाथ की ओर दिये गये कोड नम्बर को छात्र उत्तर-पुस्तिका के मुख्य-पृष्ठ पर लिखें।  
*The Code No. 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.*
-

## भाग – अ

## PART – A

**नोट :** निम्नलिखित अति लघु उत्तरीय प्रश्नों के उत्तर दीजिए। प्रत्येक प्रश्न 1 अंक का है :

*Answer the following very short answer type questions. Each question carry 1 mark :*

1. नैदानिक मूल्यांकन से आप क्या समझते हैं ? 1  
What do you mean by Diagnostic Assessment ?
2. मुक्त खेलने के छः बुनियादी घटकों को बताइए। 1  
List the **six** basic components of free play.
3. **तीन** पर्यावरणीय स्थिति जो एक एथलीट को समायोजित करने के लिए सीखना होगा, क्या है ? 1  
What are the **three** environmental conditions which an athlete will have to learn to adjust ?
4. (EOQ) आर्थिक आदेश मात्रा से आप क्या समझते हैं ? 1  
What do you understand by Economic Order Quantity (EOQ) ?
5. मूल्यांकन की प्रत्यक्ष विधि को परिभाषित कीजिए। 1  
Define direct method of Assessment.
6. आप स्पैम (अवांछित) संदेश से क्या समझते हैं ? 1  
What do you understand by Spam message ?
7. 'स्वयं जागरूक होने' से आप क्या समझते हैं ? 1  
What do you understand by 'being self-aware' ?

## भाग – ब

## PART – B

नोट : निम्नलिखित वस्तुनिष्ठ प्रश्नों के उत्तर दीजिए। प्रत्येक प्रश्न 1 अंक का है :

Answer the following objective type questions. Each question carry 1 mark :

8. शरीर का संतुलन है : 1
- (A) क्रिया (B) संतुलन  
(C) समन्वय (D) इनमें से कोई नहीं

Body balance is :

- (A) Action (B) Balance  
(C) Coordination (D) None

9. पैर-नेत्र समन्वय द्वारा विकसित किया जाता है : 1
- (A) बॉल को किक करना (B) टाइप करना  
(C) पतंग उड़ाना (D) इनमें से कोई नहीं

Feet-eye coordination is developed by :

- (A) Kicking a ball (B) Typing  
(C) Flying kite (D) None

10. समन्वय, शरीर की संवेदी क्रियाओं के सहयोग से शरीर की गति को नियंत्रित करने की क्षमता है। 1  
**सत्य/ असत्य**

Coordination is the ability to control the movement of the body in cooperation with the body's sensory function. **True/ False**

11. स्पोर्ट्स और अभ्यास के मनोवैज्ञानिक कारकों जो प्रदर्शन को प्रभावित करते हैं, हैं : 1
- (A) प्रेरणा (B) धर्म  
(C) शिक्षा (D) आय

Psychological factors of sports and exercise that effect performance are :

- (A) Motivation (B) Religion  
(C) Education (D) Income

12. नेटवर्किंग मनोरंजक गतिविधि का एक ..... कारक है। 1
- (A) सामाजिक (B) व्यवहारिक  
(C) मनोवैज्ञानिक (D) वातावरणीय
- Networking is a ..... factor of recreational activity.
- (A) Social (B) Behavioural  
(C) Psychological (D) Environmental
13. आने वाले उत्पादन और आउटगोइंग शिपमेंट के आधार पर इन्वेंटरी के बनाए रखने की प्रक्रिया को ..... कहा जाता है : 1
- (A) इन्वेंटरी शुद्धता (B) एज्ड इन्वेंटरी  
(C) आवधिक इन्वेंटरी (D) इनमें से कोई नहीं
- Process of maintaining inventory based on incoming production and outgoing shipment is called :
- (A) Inventory accuracy (B) Aged inventory  
(C) Periodic inventory (D) None
14. असंरचित खेल है : 1
- (A) खुला-अंत (B) लक्ष्य-उन्मुख  
(C) तार्किक (D) योजनाबद्ध
- Unstructured play is :
- (A) Open-ended (B) Goal-oriented  
(C) Logical (D) Planned
15. निम्नलिखित में से कौन-सा स्रोत एक अज्ञय स्रोत है ? 1
- (A) सौर ऊर्जा (B) लकड़ी  
(C) कोयला (D) पेट्रोल
- Which of the following sources is from renewable source ?
- (A) Solar energy (B) Wood  
(C) Coal (D) Petrol

16. वह विकल्प चुनें जो सतत विकास पहल को परिभाषित नहीं करता है : 1
- (A) अनाज कटलरी का उपयोग करना (B) बायो-डिग्रेडेबल बैग का उपयोग करना  
(C) जल छाजन (D) कचरे को समुद्र में फेंकना
- Chose the option which doesn't define sustainable development initiatives :
- (A) Using grain cutlery (B) Using bio-degradable bags  
(C) Rainwater Harvesting (D) Dumping waste into ocean
17. निम्नलिखित में से कौन उद्यमी गुण है/हैं ? 1
- (A) विश्वास्त (B) रचनात्मक  
(C) धीरज (D) उपरोक्त सभी
- Which of the following is/are the qualities of an entrepreneur ?
- (A) Confident (B) Creative  
(C) Patient (D) All of the above
18. जब वे अपना व्यवसाय चलाते हैं, तो उद्यमी निम्न कार्य नहीं करते हैं : 1
- (A) ग्राहक की जरूरतों को पूरा करना (B) समाज की मदद  
(C) रोजगार के अवसर पैदा करना (D) पर्यावरण को नुकसान
- Entrepreneurs don't do following when they run their business :
- (A) Fulfill customer needs (B) Help society  
(C) Create jobs (D) Harm environment
19. किसी फाइल को काटने के लिए निम्न शॉर्टकट कुंजियों में से किसका उपयोग किया जाता है ? 1
- (A) Ctrl + C (B) Ctrl + V  
(C) Ctrl + A (D) Ctrl + X
- Which one of the following shortcut keys is used to cut a file ?
- (A) Ctrl + C (B) Ctrl + V  
(C) Ctrl + A (D) Ctrl + X

20. संयुक्त राष्ट्र द्वारा कितने सतत विकास लक्ष्य दिए गए हैं ? 1
- (A) 18 (B) 17  
(C) 15 (D) 20
- How many sustainable development goals are given by the United Nations ?
- (A) 18 (B) 17  
(C) 15 (D) 20
21. निम्नलिखित में से कौन मूल्यांकन उपकरण का उदाहरण नहीं है ? 1
- (A) चेकलिस्ट (B) लैब रिपोर्ट  
(C) ग्रेडिंग गाइड (D) प्रस्तावना
- Which of the following is not an example of assessment tool ?
- (A) Checklist (B) Lab report  
(C) Grading guide (D) Preface
22. इन्वेन्टरी प्रबन्धन आपूर्ति शृंखला प्रबन्धन का एक प्रमुख घटक है ? सत्य/असत्य 1
- Inventory management is a key component of supply chain management ?
- True/False

भाग – स

PART – C

**नोट :** निम्नलिखित लघु उत्तरीय प्रश्नों के उत्तर दीजिए। प्रत्येक प्रश्न 2 अंक का है :

*Answer the following short answer type questions. Each question carry 2 marks :*

23. एक कौशल के रूप में होपिंग का वर्णन कीजिए। इसके क्या फायदे हैं ? 2
- Describe Hopping as a skill. What are its advantages ?
24. स्थिर संतुलन और गतिशील संतुलन में अन्तर स्पष्ट कीजिए। 2
- Differentiate between static balance and dynamic balance.

25. विकास अनुशासन के लिए इस्तेमाल सक्रिय और प्रतिक्रियाशील रणनीतियों के बीच अन्तर स्पष्ट कीजिए। 2  
Differentiate between proactive and reactive strategies used for developing discipline.
26. शिक्षा में नैदानिक परीक्षण का क्या उद्देश्य है ? 2  
What is the purpose of diagnostic test in education ?
27. जैविक आयु को परिभाषित कीजिए और यह क्या दर्शाता है ? 2  
Define biological age and what does it reflect ?
28. शारीरिक गतिविधि को प्रभावित करने वाले मनोवैज्ञानिक कारक क्या हैं ? 2  
What are the psychological factors influencing physical activity ?
29. सदा सूची प्रणाली से आप क्या समझते हैं ? इसके कोई **दो** फायदे लिखिए। 2  
What do you understand by perpetual inventory system ? List its any **two** advantages.
30. आवधिक सूची की जाँच के महत्त्व क्या हैं ? 2  
What is the importance of periodic inventory check ?
31. शिक्षण और सीखने के बीच अन्तर बताइए। 2  
Differentiate between teaching and learning.
32. सतत विकास के लिए शिक्षा सबसे महत्त्वपूर्ण कारक क्यों है ? 2  
Why education is most important factor for sustainable development ?
33. एक उद्यमी के कार्य क्या हैं ? 2  
What are the functions of an entrepreneur ?

34. किसी भी कार्य को सही ढंग से पूरा करने के लिए प्रतिक्रिया इतनी महत्वपूर्ण क्यों है ? 2  
Why feedback is so important for accomplishing any task correctly ?
35. अपने पसंदीदा शिक्षक में सराहना करने वाले किन्हीं पाँच गुणों की सूची बनाइए। 2  
List any **five** qualities, which you admire in your favourite teacher.

## भाग – द

## PART – D

**नोट :** निम्नलिखित निबन्धात्मक प्रश्नों में से किन्हीं दो प्रश्नों के उत्तर दीजिए। प्रत्येक प्रश्न 6 अंकों का है :

*Answer any **two** of the following, Essay type questions. Each question carry 6 marks :*

36. एक अच्छा शिक्षक बनने के लिए कौन-कौन-से महत्वपूर्ण गुणों की आवश्यकता है ? व्याख्या कीजिए। 6  
Explain various important qualities that are needed to be a good teacher.
37. इन्वेंटरी प्रबन्धन तकनीकों के विभिन्न प्रकारों का वर्णन कीजिए। 6  
Explain the different types of inventory management techniques.
38. कुछ बुनियादी तरीकों का विस्तृत विवरण दीजिए, जिससे लोग सतत विकास लक्ष्यों को प्राप्त करने में मदद कर सकें। 6  
Give detailed description of some basic ways in which people can help towards achieving sustainable development goals.

