

Model Test Paper
Subject: Physical Education & Sports
Level : II

MM:40 Marks

Employability Skills: 10 Marks
Vocational Skills : 30 Marks

Employability Skills			Total Marks	Vocational Skills			Total Marks	Grand total
MCQ 1 Mark	Short Questions 2 Marks	Long Question 3 Marks		MCQ 1 Mark	Short Questions 2 Marks	Long Question 3 Marks		
3 Questions	2 Questions	1 Question		5 Questions	8 Questions	3 Questions		
3 Marks	4 Marks	3 Marks	10 Marks				30 Marks	40 Marks

Raman choudhary
Vocational Teacher
Physical Education & Sports
GSSS Muhal

Model Test Paper
Physical Education & Sports
Level :II(English /Hindi)
MM:40 Marks

परीक्षार्थी यथासम्भव अपने ही शब्दों में उत्तर दें !

Candidate are required to give their answer in their own words as far as possible.

प्रत्येक प्रश्न के लिए आवंटित अंक उसके सामने दर्शाए गए हैं।

Marks allotted to each Question are indicated against it .

प्रश्नों का उत्तर देते समय जो प्रश्न संख्या प्रश्न पत्र पर दर्शाई गई है वही प्रश्न संख्या अपनी उत्तर पुस्तिका में दर्शाए !

While answering the questions, mention the question number shown on the question paper in your answer book

उत्तर पुस्तिका में खाली पन्ना /पन्ने ना छोड़े !

Do not leave blank page(s) in the answer book.

एक अंक के प्रश्नों का उत्तर एक शब्द या एक लाइन में दें दो अंको के प्रश्नों का उत्तर २० से ४० शब्दों में दें और तीन अंको के प्रश्नों का उत्तर ४० से ६० शब्दों में दें !

प्र०१ . बहु वैकल्पिक प्रश्नों के उत्तर दें !

(8x1=8 marks)

Multiple choice questions

- (i) निम्नलिखित में से कौन एक या दूसरे माध्यम से संदेश प्रसारित/भेज रहा है?
(अ) प्राप्त कर्ता (ब) सुनना

(स) प्रेषक

(द) इनमे से कोई नहीं !

Which of the following transmits/sending the message through one medium or another ?

(A)Receiver

(B) listener

(C)Sender

(D)None of the above.

- (ii) निम्नलिखित में से कौन से सफल उधमी के गुण हैं ?

(अ) बे आश्वस्त है

(ब) बे अपने कार्यों की जिम्मेदारी लेते

है

(स) बे कड़ी मेहनत करते है

(द) ये सभी !

Which of the following are the qualities of successful entrepreneurs?

(A) They are confident

(B)They take responsibility for their action

(C)They hard work

(D)All of the above .

- (iii) निम्नलिखित में से कौन सी पर्यावरणीय समस्या है ?

(अ) जलवायु परिवर्तन

(ब) ग्रीन हाउस का उत्सर्जन

(स) उपरोक्त दोनों

(द) इनमे से कोई नहीं !

Which of the following are Environment problem ?

(A) Climate change

(B) Emission of green house

(C) Both of the above

(D)None of the above.

(iv) बास्केटबॉल खेल मैदान की लम्बाई ब चौड़ाई होती है !

(अ) 26x15 Mtr

(ब) 28x15 Mtr

(स) 30x15 Mtr

(द) इनमे से कोई नहीं !

The length and breadth of a basketball court is .

(A) 26x15 Mtr

(B) 28x15 Mtr

(C) 30x15 Mtr

(D)None of the above.

(v) कट किस प्रकार की चोट का एक उदाहरण है ?

(अ) त्वचा

(ब) नरम उत्तक

(स) कठोर उत्तक

(द) इनमे से कोई नहीं

!

A cut is an example of which type of injury .

(A)Skin

(B) Soft Tissue

(C) Soft Tissue

(D) None of the above.

(vi) अगर हॉकी आउटडोर खेल है तो _____ इंडोर खेल है?

(अ) कैरम बोर्ड

(ब) फुटबॉल खेल

(स) क्रिकेट खेल

(द) ये सभी !

If hockey game is outdoor game then _____ is indoor game .

(A) Carom board game

(B) football game

(C) Cricket Game

(D) All of the above.

(vii) जो चक्र की सबसे छोटी योजना है ?

(अ) मैक्रो योजना

(ब) मेसो योजना

(स) माइक्रो योजना

(द) इनमे से कोई भी

नहीं !

Which is smallest planning of cycle?

(A)Macro Cycle

(B) Meso Cycle

(C) Micro Cycle

(D)None of the above.

(viii) मोच को निम्नलिखित मे से किससे परिभाषित किया गया है !

(अ) मांसपेशियों, कण्डरा या स्नायुबंधन में तीव्र दर्द

(ब) लिगामेंट का फटना

(स) मांसपेशी का फटना

(द) कण्डरा का टूटना !

A sprain is defined as which of the following ?

(A) acute pain in muscle, tendon or ligament after injury.

(B) Ligament tear

(C) Muscle tear

(D) Tendon tear

प्र०-2 निम्नलिखित में से किन्हीं दस प्रश्नों के उत्तर दें !

(10x2=20 marks)

Answer any ten of the following questions.

(i) तनाव प्रबंधन का महत्व क्या है ?

What is importance of stress management ?

(ii) उद्यमिता और समाज के बीच क्या संबंध है ?

What is the relation in between Entrepreneurship and society ?

(iii) सतत विकास से संबंधित समस्याएँ क्या हैं ?

What are the problems related to sustainable development ?

(iv) एक अच्छे शिक्षक में क्या गुण होने चाहिए ?

What are the qualities in a good teacher ?

(v) आकलन और मूल्यांकन के बीच में क्या अंतर है ?

What is the difference in between assessment & evaluation ?

(vi) स्वतंत्र खेल से आप क्या समझते हैं ?

What do you understand by free-play ?

(vii) सूची प्रबंधन से आप क्या समझते हैं ?

What do you mean by inventory management ?

(viii) सी०पी०आर क्या है ?

What is CPR ?

(ix) रिपोर्ट कैसे तैयार की जाती है ?

How the report is prepared ?

(x) प्रॉप्स और उपकरण के बीच क्या अंतर है ?

What is the difference in between props & equipments ?

(xi) मनोरंजक गतिविधियों को प्रभावित करने वाले कारक कौन से हैं ?

What are the factors influencing recreational activities ?

(xii) प्रतिक्रिया से आप क्या समझते हैं ?

What do you understand by feedback ?

प्र०-3 निम्नलिखित में से किन्हीं चार प्रश्नों के उत्तर दें !

(4x3=12 marks)

Answer any four of the following questions.

(i) संचार के तरीके कौन से हैं ?

what are the methods of communication ?

(ii) प्रॉप्स और उपकरणों का प्रबंधन कैसे करें ?

How to manage props & equipments ?

(iii) विद्यार्थी जीवन में स्वतंत्र खेल किस प्रकार से भूमिका निभाते हैं ?

What role do free-play in students life ?

(iv) प्राथमिक चिकित्सा क्या है ? प्राथमिक चिकित्सा किट के बारे में विस्तारपूर्वक लिखें !

what is first aid ? write in detail about first aid kit.

(v) वॉलीबॉल खेल के बारे में विस्तार पूर्वक लिखें !

Write in detail about volleyball game.