

CLASS : 10th (Secondary)

Code No. 2130

Series : Sec/Annual Exam.-2025

Roll No.

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

PHYSICAL EDUCATION

National Skills Qualification Framework (NSQF)

Level-2

[Hindi and English Medium]

(Only for Fresh/Re-appear/Improvement/Additional Candidates)

समय : **2.30 घण्टे**

[पूर्णांक : **60**]

Time allowed : **2.30 hours**

[Maximum Marks : **60**]

- कृपया जाँच कर लें कि इस प्रश्न-पत्र में सुनिश्चित पृष्ठ 8 तथा प्रश्न 30 हैं।

Please make sure that the printed pages in this question paper are 8 in number and it contains 30 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। रोल नं० के अतिरिक्त प्रश्न-पत्र पर अन्य कुछ भी न लिखें और वैकल्पिक प्रश्नों के उत्तरों पर किसी प्रकार का निशान न लगाएँ।
Candidates must write their Roll No. on the question paper. Except Roll No. do not write anything on question paper and don't make any mark on answers of objective type questions.
- कृपया प्रश्नों के 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 : सभी प्रश्न अनिवार्य हैं।

All questions are compulsory.

खण्ड – अ

SECTION – A

$15 \times 1 = 15$

(वस्तुनिष्ठ प्रश्न)

(Objective Type Questions)

1. कौन-सा निम्नलिखित संचार प्रक्रिया के भीतर संचार का एक तत्व **नहीं** है ?

(A) चैनल	(B) रिसीवर
(C) प्रेषक	(D) समय

Which of the following is **not** an element of communication within the communication process ?

(A) Channel	(B) Receiver
(C) Sender	(D) Time

2. जब आप बायें माउस कुंजी को दबाकर रखते हैं और माउस को चारों ओर हिलाते हैं, तो उसे क्या कहा जाता है ?

(A) हाइलाइटिंग	(B) खींचना
(C) चयन करना	(D) हिलाना

What is the term used when you press and hold the left mouse key and move the mouse around ?

(A) Highlighting	(B) Dragging
(C) Selecting	(D) Moving

3. संयुक्त राष्ट्र द्वारा कितने सतत विकास लक्ष्य दिए गए हैं ?

(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

4. 4R's में कौन-सा शामिल नहीं है ?

(A) घटाना	(B) पुनःउपयोग
(C) पुनरावृत्ति	(D) पुनर्प्राप्ति

Which is **not** included in 4R's ?

(A) Reduce	(B) Reuse
(C) Recycle	(D) Recover

5. आपको बिना दूसरों की प्रशंसा के काम या अध्ययन पूरा करने के लिए क्या प्रेरित करता है ?

(A) आत्म-विश्वास	(B) संचार
(C) आत्म-प्रेरणा	(D) आत्म-सम्मान

What makes you complete work or studies without others cheering you ?

(A) Self-confidence	(B) Communication
(C) Self-motivation	(D) Self-esteem

6. नेटवर्किंग मनोरंजक गतिविधि का एक कारक है।

(A) सामाजिक	(B) व्यावहारिक
(C) मनोवैज्ञानिक	(D) पर्यावरणीय

Networking is a factor of recreational activity.

(A) Social	(B) Behavioral
(C) Psychological	(D) Environmental

7. अपने कार्यों और भावनाओं को नियंत्रित और निर्देशित करने की क्षमता है।

..... is the ability to control and direct one's own actions and emotions.

8. एक नया व्यवसाय बनाने, लॉन्च करने और चलाने की प्रक्रिया है।

..... is the process of designing, launching and running a new business.

9. SMART लक्ष्यों में 'S' का क्या अर्थ है ?

In SMART goals, what does 'S' stand for ?

10. कौन-सा दिन राष्ट्रीय खेल दिवस के रूप में मनाया जाता है ?

Which day is celebrated as National Sports Day ?

11. किस संगठन ने सतत विकास लक्ष्य बनाए हैं ?

Which organization has made the Sustainable Development Goals ?

12. उद्यमी बाजार में एक आवश्यकता की पहचान करते हैं और उसके लिए एक उत्पाद या सेवा बनाते हैं।

(सत्य/असत्य)

Entrepreneurs identify a need in the market and build a product or service for it.

(True/False)

13. सुनना एक निष्क्रिय प्रक्रिया है और इसमें सक्रिय भागीदारी की आवश्यकता नहीं होती।

(सत्य/असत्य)

Listening is a passive process and does not require active engagement.

(True/False)

14. इस प्रश्न में दो कथन दिए गए हैं अभिकथन (A) तथा कारण (R)। कथनों को पढ़कर नीचे दिए गए विकल्पों में से सही उत्तर का चुनाव करें :

अभिकथन (A) : जलवायु परिवर्तन मुख्यतः मानव गतिविधियों द्वारा संचालित होता है।

कारण (R) : प्राकृतिक घटनाओं का जलवायु पर कोई प्रभाव नहीं पड़ता।

विकल्प :

(A) अभिकथन (A) और कारण (R) दोनों सही हैं तथा कारण (R), अभिकथन (A) की सही व्याख्या है।

(B) अभिकथन (A) और कारण (R) दोनों सही हैं लेकिन कारण (R), अभिकथन (A) की सही व्याख्या नहीं है।

(C) अभिकथन (A) सही है लेकिन कारण (R) गलत है।

(D) अभिकथन (A) गलत है लेकिन कारण (R) सही है।

Two statements are given in this question **Assertion (A)** and **Reason (R)**. Read the statements and choose the **correct** answer from given options below :

Assertion (A) : Climate change is largely driven by human activities.

Reason (R) : Natural phenomena have no effect on the climate.

Options :

- (A) Both Assertion (A) and Reason (R) are correct, and Reason (R) is the correct explanation of Assertion (A).
- (B) Both Assertion (A) and Reason (R) are correct, but Reason (R) is not the correct explanation of Assertion (A).
- (C) Assertion (A) is correct, but Reason (R) is incorrect.
- (D) Assertion (A) is incorrect, but Reason (R) is correct.

15. इस प्रश्न में दो कथन दिए गए हैं अभिकथन (A) तथा कारण (R)। कथनों को पढ़कर नीचे दिए गए विकल्पों में से सही उत्तर का चुनाव करें :

अभिकथन (A) : फुटबॉल में एक लाल कार्ड का परिणाम खेल से तुरन्त निष्कासन होता है।

कारण (R) : खिलाड़ी को एक प्रतिस्थापन द्वारा प्रतिस्थापित नहीं किया जा सकता।

विकल्प :

- (A) अभिकथन (A) और कारण (R) दोनों सही हैं तथा कारण (R), अभिकथन (A) की सही व्याख्या है।

- (B) अभिकथन (A) और कारण (R) दोनों सही हैं लेकिन कारण (R), अभिकथन (A) की सही व्याख्या नहीं है।

- (C) अभिकथन (A) सही है लेकिन कारण (R) गलत है।

- (D) अभिकथन (A) गलत है लेकिन कारण (R) सही है।

Two statements are given in this question **Assertion (A)** and **Reason (R)**. Read the statements and choose the **correct** answer from given options below :

Assertion (A) : A red card in football results is immediate expulsion from the game.

Reason (R) : The player cannot be replaced by a substitute.

Options :

- (A) Both Assertion (A) and Reason (R) are correct, and Reason (R) is the correct explanation of Assertion (A).
- (B) Both Assertion (A) and Reason (R) are correct, but Reason (R) is not the correct explanation of Assertion (A).
- (C) Assertion (A) is correct, but Reason (R) is incorrect.
- (D) Assertion (A) is incorrect, but Reason (R) is correct.

(6)

2130

खण्ड – ब

SECTION – B

$6 \times 2 = 12$

(अति लघु उत्तरीय प्रश्न)

(Very Short Answer Type Questions)

16. कौशल परीक्षण क्या है ?

What is a skills test ?

17. आप आकलन से क्या समझते हैं ?

What do you mean by the assessment ?

18. आप एक रिपोर्ट का विश्लेषण कैसे करते हैं ?

How do you analyze a report ?

19. कौन-से कारक शारीरिक गतिविधि को प्रभावित करते हैं ?

What factors influence physical activity ?

20. मौद्रिक आइटम क्या हैं ?

What are Monetary items ?

अथवा

OR

मूलभूत खेल चोटें क्या हैं ?

What are the basic sports injuries ?

21. किन्हीं दो तनाव प्रबंधन तकनीकों की व्याख्या कीजिए।

Explain any **two** stress management techniques ?

अथवा

OR

स्थैतिक संतुलन और गतिशील संतुलन के बीच अंतर कीजिए।

Differentiate between static balance and dynamic balance.

2130

(7)

2130

खण्ड – स

SECTION – C

$6 \times 3 = 18$

(लघु उत्तरीय प्रश्न)

(Short Answer Type Questions)

22. प्राथमिक उपचार के क्या मूलभूत सिद्धान्त हैं ?

What are the basic principles of First Aid ?

23. आप मुक्त खेल से क्या समझते हैं और इसके घटक क्या हैं ?

What do you mean by Free Play and what are its components ?

24. विविधता समूह और समानता समूह के बीच अंतर कीजिए।

Differentiate between Heterogeneous and Homogeneous groups.

25. आवधिक सूची जाँच का क्या महत्व है ?

What is the importance of periodic inventory check ?

26. लागत का अनुमान लगाने के **तीन** मूलभूत प्रकार क्या हैं ?

What are the **three** basic types of cost estimating ?

अथवा

OR

कैसे निदान आकलन सीखने का समर्थन करता है ?

How does diagnostic assessment support learning ?

27. उद्यमी के कार्य क्या हैं ?

What are the functions of an entrepreneur ?

अथवा

OR

जैविक आयु को परिभाषित कीजिए और यह क्या दर्शाता है ?

Define biological age and what does it reflect ?

2130

P. T. O.

(8)

2130

खण्ड – द

SECTION – D

$3 \times 5 = 15$

(दीर्घ उत्तरीय प्रश्न)

(Long Answer Type Questions)

28. एक अच्छा शिक्षक बनने के लिए किन-किन महत्वपूर्ण गुणों की आवश्यकता होती है, उनकी व्याख्या कीजिए ?
Explain various important qualities that are needed to be a good teacher.

अथवा

OR

शिष्टाचार क्या है और शिष्टाचार के विभिन्न प्रकारों पर विस्तार से चर्चा कीजिए।

What is Etiquette and discuss the different types of Etiquette in detail.

29. डॉक्यूमेंटिंग में शामिल कदम क्या हैं ?

What are the steps involved in documenting ?

अथवा

OR

सूची प्रबंधन की विभिन्न तकनीकों की व्याख्या कीजिए।

Explain the different types of inventory management techniques.

30. आकलन के विभिन्न उपकरणों और तकनीकों को विस्तार से समझाइए।

Explain the different tools and techniques of assessment in detail.

अथवा

OR

छात्रों के जीवन में मुक्त खेल के महत्व की चर्चा कीजिए।

Discuss the importance of free play in student's life.



2130