www.prepp.in

Prepp
Your Personal Exams Guide

Series : @PSQR

SET – 4

प्रश्न-पत्र कोड
Q.P. Code 369

रोल नं.
Roll No.

परीक्षार्थी प्रश्न-पत्र कोड को उत्तर-पुस्तिका के मुख-पृष्ठ पर अवश्य लिखें ।
Candidates must write the Q.P. Code on the title page of the answer-book.

नोट / NOTE :

(i) कृपया जाँच कर लें कि इस प्रश्न-पत्र में मुद्रित पृष्ठ **15** हैं ।
Please check that this question paper contains **15** printed pages.

(ii) प्रश्न-पत्र में दाहिने हाथ की ओर दिए गए प्रश्न-पत्र कोड को परीक्षार्थी उत्तर-पुस्तिका के मुख-पृष्ठ पर लिखें ।
Q.P. Code given on the right hand side of the question paper should be written on the title page of the answer-book by the candidate.

(iii) कृपया जाँच कर लें कि इस प्रश्न-पत्र में **21** प्रश्न हैं ।
Please check that this question paper contains **21** questions.

(iv) **कृपया प्रश्न का उत्तर लिखना शुरू करने से पहले, उत्तर-पुस्तिका में यथा स्थान पर प्रश्न का क्रमांक अवश्य लिखें ।**
Please write down the serial number of the question in the answer-book at the given place before attempting it.

(v) इस प्रश्न-पत्र को पढ़ने के लिए 15 मिनट का समय दिया गया है । प्रश्न-पत्र का वितरण पूर्वाह्न में 10.15 बजे किया जाएगा । 10.15 बजे से 10.30 बजे तक परीक्षार्थी केवल प्रश्न-पत्र को पढ़ेंगे और इस अवधि के दौरान वे उत्तर-पुस्तिका पर कोई उत्तर नहीं लिखेंगे ।
15 minutes time has been allotted to read this question paper. The question paper will be distributed at 10.15 a.m. From 10.15 a.m. to 10.30 a.m., the candidates will read the question paper only and will not write any answer on the answer-book during this period.

शारीरिक गतिविधि प्रशिक्षक

PHYSICAL ACTIVITY TRAINER

निर्धारित समय : 2 घण्टे | *अधिकतम अंक : 50*
Time allowed : 2 hours | *Maximum Marks : 50*

Prepp
Your Personal Exams Guide

सामान्य निर्देश :

(i) *कृपया निर्देशों को ध्यानपूर्वक पढ़ें ।*

(ii) *इस प्रश्न-पत्र में **21** प्रश्न हैं जो कि **दो** खंडों में विभाजित हैं : खंड-**अ** और खंड-**ब** ।*

(iii) *खंड-**अ** में वस्तुनिष्ठ प्रकार के प्रश्न हैं तथा खंड-**ब** में विषयपरक प्रकार के प्रश्न हैं ।*

(iv) *दिए गए **(5 + 16) 21** प्रश्नों में से, उम्मीदवार को **2** घंटे के आबंटित (अधिकतम) समय में **(5 + 10) 15** प्रश्नों के उत्तर देने हैं ।*

(v) *किसी खंड विशेष के सभी प्रश्नों को सही क्रम में करने का प्रयास किया जाना चाहिए ।*

(vi) *खंड-**अ** : वस्तुनिष्ठ प्रकार के प्रश्न (**24** अंक) :*

(क) *इस खंड में **05** प्रश्न हैं ।*

(ख) *प्रत्येक प्रश्न/भाग के सामने आबंटित अंकों का उल्लेख किया गया है ।*

(ग) *कोई नकारात्मक अंकन नहीं है ।*

(घ) *दिए गए निर्देशों के अनुसार करें ।*

(vii) *खंड-**ब** : विषयपरक प्रकार के प्रश्न (**26** अंक) :*

(क) *इस खंड में **16** प्रश्न हैं ।*

(ख) *उम्मीदवार को **10** प्रश्न हल करने हैं ।*

(ग) *दिए गए निर्देशों के अनुसार करें ।*

(घ) *प्रत्येक प्रश्न/भाग के सामने आबंटित अंकों का उल्लेख किया गया है ।*

खंड – अ

(वस्तुनिष्ठ प्रकार के प्रश्न)

1. रोज़गार योग्यता कौशलों से संबंधित दिए गए **6** प्रश्नों में से किन्हीं **4** प्रश्नों के उत्तर दीजिए : **4 × 1 = 4**

(i) सक्रिय श्रवण की कौन सी अवस्था में किसी चीज के मूल्य, मात्रा, महत्त्व व स्तर को जाँचना शामिल है ? **1**

(A) ग्रहण (B) स्मरण

(C) मूल्यांकन (D) समझना

(ii) निम्नलिखित में से कौन सा तनाव प्रबंधन का अनुशंसित तरीका नहीं है ? **1**

(A) सकारात्मक रहना और स्थिति का विश्लेषण करना ।

(B) उपलब्धियों की एक निष्पत्ति-सूची बनाए रखना ।

(C) विचारों को वर्तमान पर केन्द्रित रखना ।

(D) मित्रों या परिवार से बात करने से बचना और स्वयं को अलग-थलग कर लेना ।

www.prepp.in

Prepp
Your Personal Exams Guide

General Instructions :

(i) *Please read the instructions carefully.*

(ii) *The question paper consists of **21** questions in **two** Sections : Section – **A** & Section – **B**.*

(iii) *Section – **A** has Objective Type Questions whereas Section – **B** contains Subjective Type Questions.*

(iv) *Out of the given **(5 + 16) 21** questions, a candidate has to answer **(5 + 10) 15** questions in the allotted (maximum) time of **2** hours.*

(v) *All questions of a particular section must be attempted in the correct order.*

(vi) *Section – **A** : Objective Type Questions (**24** marks) :*

- *(a)* *This section has **05** questions.*
- *(b)* *Marks allotted are mentioned against each question/part.*
- *(c)* *There is no negative marking.*
- *(d)* *Do as per the instructions given.*

(vii) *Section – **B** : Subjective Type Questions (**26** marks) :*

- *(a)* *This section has **16** questions.*
- *(b)* *A candidate has to do **10** questions.*
- *(c)* *Do as per the instructions given.*
- *(d)* *Marks allotted are mentioned against each question/part.*

SECTION – A
(Objective Type Questions)

1. Answer any **4** out of the given **6** questions on Employability Skills : **4 × 1 = 4**

(i) Which stage of active listening involves judging the value, quantity, importance and amount of something ? **1**

(A) Receiving (B) Remembering

(C) Evaluating (D) Understanding

(ii) Which of the following is NOT a recommended way to manage stress ? **1**

(A) Stay positive and analyse the situation.

(B) Maintain an accomplishment sheet of achievement.

(C) Keep thoughts focused on the present.

(D) Avoid talking to friends or family and isolate yourself.

Prepp
Your Personal Exams Guide

(iii) की-बोर्ड पर Ctrl + X को दबाने का क्या कार्य है ? **1**

(A) चयनित टेक्स्ट या विषय को कॉपी करना ।

(B) चयनित टेक्स्ट या विषय को कट करना ।

(C) कॉपी किए गए टेक्स्ट या विषय को पेस्ट करना ।

(D) अंतिम क्रिया को पूर्णवत करना ।

(iv) अंतर्वैयक्तिक कौशल का आशय है __________ **1**

(A) बिना किसी संवाद के अकेले काम करने की क्षमता

(B) दूसरों के साथ प्रभावी संवाद और कार्य करने के लिए आवश्यक दक्षताएँ

(C) किसी विशिष्ट क्षेत्र में तकनीकी ज्ञान

(D) वित्तीय प्रबंधन से संबंधित कौशल

(v) वह वाक्य जो किसी तथ्य या राय को प्रकट करता है, कहलाता है – **1**

(A) प्रश्नसूचक वाक्य (B) विस्मयादिबोधक वाक्य

(C) घोषणात्मक वाक्य (D) आदेशात्मक वाक्य

(vi) यू.एन.ई.पी. (UNEP) के अनुसार किस प्रकार की नौकरियों में ऐसे कार्य शामिल हैं जो पर्यावरण की गुणवत्ता को संरक्षित या पुनर्स्थापित करने में योगदान करती हैं ? **1**

(A) नीली-कॉलर वाली नौकरियाँ (B) हरित नौकरियाँ

(C) सफेद-कॉलर नौकरियाँ (D) स्वच्छंद नौकरियाँ

2. दिए गए **6** प्रश्नों में से किसी भी **5** प्रश्नों के उत्तर दीजिए । **5 × 1 = 5**

(i) शारीरिक शिक्षा में शिक्षक का अवलोकन ________ के लिए सबसे उपयुक्त है । **1**

(A) नियमों के सैद्धांतिक ज्ञान का आंकलन करने

(B) परिपक्व मोटर पैटर्न के लिए कौशलों के महत्त्वपूर्ण तत्त्वों के अधिग्रहण का आंकलन करने

(C) केवल कक्षा में भागीदारी का मूल्यांकन करने

(D) लिखित अभिलेखों के माध्यम से पुष्टि के स्तर को मापने

(ii) एरोबिक क्षमता का अर्थ है ________ की उपस्थिति में लम्बे समय तक गतिविधि को बनाए रखने की क्षमता । **1**

(A) कार्बन डाइऑक्साइड (B) ग्लूकोज

(C) नाइट्रोजन (D) ऑक्सीजन

www.prepp.in

(iii) What is the function of pressing Ctrl + X on the keyboard ? **1**

(A) Copy selected text or object

(B) Cut selected text or object

(C) Paste copied text or object

(D) Undo the last action

(iv) Interpersonal skills refer to _________. **1**

(A) The ability to work alone without interaction

(B) Competencies required to communicate and work effectively with other people

(C) Technical knowledge in a specific field

(D) Skills – related to manage finances

(v) A sentence that states a fact or opinion is called : **1**

(A) Interrogative sentence (B) Exclamatory sentence

(C) Declarative sentence (D) Imperative sentence

(vi) According to UNEP, which type of jobs involve work those contribute to preserving or restoring environment quality ? **1**

(A) Blue-collar jobs (B) Green jobs

(C) White-collar jobs (D) Freelance jobs

2. Answer any **5** out of the given **6** questions : **5 × 1 = 5**

(i) In physical education, teacher observation is most suitable for : **1**

(A) Assessing theoretical knowledge of rules

(B) Assessing acquisition of critical elements of skills for mature motor patterns

(C) Judging classroom participation only

(D) Measuring fitness levels through written records.

(ii) Aerobic capacity refers to the ability to sustain activity for a longer duration in the presence of ________. **1**

(A) Carbon dioxide (B) Glucose

(C) Nitrogen (D) Oxygen

(iii) लू-लगने के दौरान बर्फ की थैली या ठण्डे गीले तौलिए को रखने के लिए शरीर के निम्नलिखित में से कौन से अंगों को प्राथमिकता दी जाती है ? **1**

(A) हाथ और पैर (B) केवल टाँगें

(C) गर्दन, बगल और जांघ (D) सिर और कंधे

(iv) कौन सी दवा प्रतिदिन लेने पर वायुमार्ग की सूजन को कम करती है और उन्हें ट्रिगर्स के प्रति कम संवेदनशील बनाती है ? **1**

(A) प्रिवेंटर्स (B) रिलीवर्स

(C) नेब्युलाइज़र (D) स्टेरॉइड्स

(v) खराब व्यक्तिगत स्वच्छता का प्रभाव ______ पर पड़ सकता है। **1**

(A) केवल स्वयं

(B) केवल परिवार के सदस्यों

(C) केवल सामुदायिक स्वास्थ्य कार्यकर्ताओं

(D) स्वयं पर और आपके आस-पास के लोगों

(vi) निम्नलिखित में से कौन सी वस्तु खिलाड़ियों द्वारा प्रयोग में नहीं लाई जानी चाहिए ? **1**

(A) हेलमेट (B) विलायक आधारित चिपकने वाले पदार्थ

(C) सुरक्षात्मक वस्तु (गार्ड्स) (D) चमड़े के दस्ताने

3. दिए गए **6** प्रश्नों में से किसी भी **5** प्रश्नों के उत्तर दीजिए। **5 × 1 = 5**

(i) उच्च आवृत्ति निरीक्षण में किस मुद्दे पर सबसे अधिक ध्यान दिया जाता है ? **1**

(A) उपकरण-शृंखलाओं की टूट-फूट

(B) स्वच्छता संबंधी समस्याएँ और कचरे की उपस्थिति

(C) सतह मानकों का सत्यापन

(D) खेल के मैदान का संरचनात्मक पुन: डिज़ाइन

(ii) आपातकालीन कार्य योजना पर अधिकांश साहित्य ______ पर केंद्रित है। **1**

(A) एथलेटिक्स क्षेत्र (B) शारीरिक शिक्षा

(C) कक्षा प्रबंधन (D) पुष्टि (फिटनेस) परीक्षण

Prepp
Your Personal Exams Guide

(iii) Which of the following body parts are preferred for placing ice pack or cold wet towel during heat stroke ? **1**

(A) Hands and feet (B) Legs only

(C) Neck, armpits and groin (D) Head and shoulders

(iv) Which medication reduces airways inflammations and makes them less sensitive to triggers when taken daily ? **1**

(A) Preventers (B) Relievers

(C) Nebulizer (D) Steroids

(v) Poor personal hygiene can affect ______. **1**

(A) only yourself

(B) only family members

(C) only community health workers

(D) Both – yourself and those around you

(vi) Which of the following item should not be used by the players ? **1**

(A) Helmet (B) Solvent based adhesives

(C) Guards (D) Leather Gloves

3. Answer any **5** out of the given **6** questions. **5 × 1 = 5**

(i) Which issue is most likely addressed in a high frequency inspection ? **1**

(A) Wear and tear of equipment chains

(B) Sanitation problems and presence of trash

(C) Surfacing standards verifications

(D) Structural redesign of playground

(ii) Most literature on emergency action plans focus on ______ **1**

(A) Athletic areas (B) Physical education

(C) Classroom management (D) Fitness testing

(iii) अधिकांश फिटनेस परीक्षणों में, छात्र के स्कोर की तुलना ______ से की जाती है । 1

(A) पिछले वर्ष के परिणामों (B) शिक्षक की अपेक्षाओं

(C) कक्षा औसत (D) मानक तालिकाओं

(iv) यदि व्यक्ति साँस नहीं ले रहा है, तो आपको किस आपातकालीन नंबर पर कॉल करना चाहिए ? 1

(A) 102 (B) 108

(C) 112 (D) 100

(v) चमड़े की वस्तुओं को साफ करने के लिए कौन सा सफाई उत्पाद अधिक उपयुक्त है ? 1

(A) कठोर डिटर्जेंट (B) बच्चों का साबुन

(C) विलायक-आधारित मार्जक (D) स्थायी मार्कर

(vi) सटीक परिणाम सुनिश्चित करने के लिए विभिन्न परीक्षणों के बीच क्या दिया जाना चाहिए ? 1

(A) उपयुक्त स्वास्थ्यलाभ (B) अतिरिक्त अभ्यास

(C) तत्काल पुनरावृत्ति (D) केवल नाश्ता

4\. दिए गए **6** प्रश्नों में से किसी भी **5** प्रश्नों के उत्तर दीजिए । **5 × 1 = 5**

(i) प्राथमिक उपचार पेटी में कौन सी दवा बुखार और दर्द को कम करने में मदद करती है ? 1

(A) कैलामाइन लोशन (B) एंटीबायोटिक मरहम

(C) एसिटामिनोफ़ेन और आइबुप्रोफेन (D) हाइड्रोकॉर्टिसोन क्रीम

(ii) निम्नलिखित में से कौन सा सामान्य स्वास्थ्य व स्वास्थ्यवर्धक नियमों में नहीं माना जाता है ? 1

(A) खेलने के पश्चात् घर लौटने पर अपने हाथ, चेहरे व पैरों को धोएँ ।

(B) कपड़े तथा अंत:वस्त्र केवल सप्ताह में एक बार बदलें ।

(C) हाथ तथा पैरों के नाखून नियमित रूप से काटें ।

(D) कभी भी अपने दैनिक कपड़ो में सोने न जाएँ ।

(iii) आकलन व मूल्यांकन में एक मुख्य अंतर यह है कि आकलन ______ होता है, जबकि मूल्यांकन समापन प्रदान करता है । 1

(A) वैकल्पिक (B) अंतिम

(C) ग्रेड आधारित (D) सतत

www.prepp.in
Prepp
Your Personal Exams Guide

(iii) In most fitness tests, a student's score is compared to______. **1**

(A) Previous year's result (B) Teachers expectations

(C) Class average (D) Norm tables

(iv) What emergency number should you call if the person is not breathing ? **1**

(A) 102 (B) 108

(C) 112 (D) 100

(v) Which cleaning agent is preferred to clean the leather items ? **1**

(A) Harsh detergents (B) Baby soaps

(C) Solvent-based cleanser (D) Permanent marker

(vi) What should be given between different tests to ensure accurate results ? **1**

(A) Appropriate recovery (B) Extra practice

(C) Immediate repetitions (D) Snacks only

4. Answer any **5** out of the given **6** questions. **5 × 1 = 5**

(i) Which medicine in a first aid kit helps to reduce fever and pain ? **1**

(A) Calamine lotion

(B) Antibiotic ointment

(C) Acetaminophen and ibuprofen

(D) Hydrocortisone cream

(ii) Which of the following is NOT considered a general rule of hygiene and sanitation ? **1**

(A) Wash your hands, face and feet after returning home from play.

(B) Change clothes and undergarments only once a week

(C) Cut your hand and foot nails regularly.

(D) Never go to bed in your daily clothes.

(iii) One key difference between assessment and evaluation is that assessment is ________ while evaluation provides closure. **1**

(A) Optional (B) Final

(C) Graded (D) Continuous

(iv) निम्नलिखित में से कौन सा खेल सुविधाओं को प्रभावित करने वाला बाहरी कारक का उदाहरण है ? **1**

(A) जलवायु (B) उपकरण की आयु

(C) अधिक उपयोग (D) सामग्री की गुणवत्ता

(v) आर.आई.सी.ई. (R.I.C.E.) पद्धति में "R" का अर्थ क्या है ? **1**

(A) रिकवरी (B) रिलीफ (राहत)

(C) रिपेयर (मरम्मत) (D) रेस्ट (विश्राम)

(vi) आकलन के पश्चात् एक्सेल शीट पर डेटा अपलोड करने से पहले क्या किया जाना चाहिए ? **1**

(A) छात्रों के साथ साझा करना (B) रिपोर्ट प्रिंट करना

(C) डेटा को ध्यानपूर्वक जाँचना (D) प्रतिक्रिया एकत्रित करना

5. दिए गए **6** प्रश्नों में से किस भी **5** प्रश्नों के उत्तर दीजिए । **5 × 1 = 5**

(i) यदि आपको माता-पिता के किसी प्रश्न का उत्तर नहीं पता है, तो क्या नहीं करना चाहिए ? **1**

(A) उन्हें दिए गए ई-मेल पर लिखने के लिए कहना ।

(B) विनम्रता से स्वीकार करें कि आप बाद में जाँचेंगे ।

(C) गलत या यादृच्छिक उत्तर देना ।

(D) उनका सही स्रोत की ओर मार्गदर्शन करना ।

(ii) ______ लिगामेंट में होने वाली एक चोट है जो एक बार बल लगने पर लिगामेंट के तंतुओं के फटने से होती है । **1**

(A) खिंचाव (B) मोच

(C) अस्थिभंग (D) अस्थि का खिसकना

(iii) छात्रों में अवायवीय (एनारोबिक) क्षमता मापने के लिए किस परीक्षण का प्रयोग किया जाता है ? **1**

(A) 30 मीटर तीव्र दौड़ परीक्षण (B) बीप टेस्ट

(C) 600 मीटर दौड़/चलना (D) सिट एंड रीच टेस्ट

Prepp
Your Personal Exams Guide

(iv) Which of the following is an example of an external factor affecting sports facilities ? **1**

(A) Climate (B) Equipment age

(C) Overuse (D) Material quality

(v) In the R.I.C.E. method, what does "R" stands for ? **1**

(A) Recovery (B) Relief

(C) Repair (D) Rest

(vi) Post assessment, what should be done before uploading the data on Excel sheets ? **1**

(A) Share with students (B) Print the report

(C) Check the data carefully (D) Collect feedback

5. Answer any **5** out of the given **6** questions : **5 × 1 = 5**

(i) What should NOT be done, if you don't know the answer to a parent's query ? **1**

(A) Ask them to write to the given email

(B) Admit politely you will check later

(C) Give a wrong or random answer

(D) Guide them towards the right source

(ii) _______ is an injury to a ligament caused by tearing of the fibres of the ligament by a single application of force. **1**

(A) Strain (B) Sprain

(C) Fracture (D) Dislocation of bone

(iii) Which test is used to measure anaerobic capacity in students ? **1**

(A) 30 metre Sprint test (B) Beep test

(C) 600 metre Run/Walk (D) Sit and Reach test

Prepp
Your Personal Exams Guide

(iv) निम्नलिखित में से कौन सा सुरक्षा नयाचार (प्रोटोकॉल) पूल में तैरते समय आवश्यक नहीं है ? 1

(A) सही तैराकी पोशाक पहनें ।

(B) यदि संक्रामक बीमारी से पीड़ित हैं तो पूल का उपयोग न करें ।

(C) अपनी क्षमता से परे न तैरें ।

(D) डूबने की नकल न करें ।

(v) सीमेंटेड खेल सतह को पोंछने की आवृत्ति है ______ 1

(A) सप्ताह में एक बार

(B) प्रतिदिन

(C) केवल मैचों के पश्चात्

(D) मासिक

(vi) यदि गले के पीछे रुकावट दिखाई दे, तो आप वायुमार्ग को कैसे साफ करेंगे ? 1

(A) पानी देकर

(B) छाती पर दबाव देकर

(C) उँगली से निकाल कर

(D) जैसा है वैसा ही छोड़कर

खंड–ब

(विषयपरक प्रकार के प्रश्न)

रोज़गार–योग्यता कौशल से संबंधित दिए गए **5** प्रश्नों में से किन्हीं **3** प्रश्नों के उत्तर दीजिए । **3 × 2 = 6**

प्रत्येक प्रश्न का उत्तर **20-30** शब्दों में दीजिए ।

6. जटिल वाक्य में समुच्चयबोधक की क्या भूमिका होती है ? उपयुक्त उदाहरण सहित समझाइए । **1 + 1 = 2**

7. उद्यमी की कोई दो भूमिकाएँ और कार्य समझाइए । **2**

8. विनिर्माण संयंत्रों और कारखानों के प्रबंधकों को अपशिष्ट और प्रदूषण को कम करने के लिए कोई चार तरीके सुझाएँ । **½ × 4 = 2**

9. स्प्रेडशीट में डेटा फ़िल्टर करने के चरण क्या हैं ? **2**

10. मानसिक और शारीरिक स्वास्थ्य को बेहतर बनाने के लिए सकारात्मक दृष्टिकोण कैसे बनाए रखा जा सकता है ? **½ × 4 = 2**

(iv) While swimming in a pool, which of the safety protocol is not vital ? **1**

(A) Wear a correct swimming attire.

(B) If suffering from infectious disease don't go to the pool.

(C) Do not swim beyond your capacity.

(D) Do not imitate drowning.

(v) Frequency of wiping the cemented playing surface is ________. **1**

(A) Once a week (B) Daily

(C) Only after matches (D) Monthly

(vi) How will you clear the airways if, a blockage is visible at the back of the throat ? **1**

(A) Give water (B) Start chest compressions

(C) Sweep it out with a finger (D) Leave it as it is

SECTION – B

(Subjective Type Questions)

Answer any **3** out of the given **5** questions on Employability skills : **3 × 2 = 6**

Answer each question in **20-30** words.

6. What is the role of conjunctions in a complex sentence ? Explain with suitable example. **1 + 1 = 2**

7. Explain any two roles and functions of an entrepreneur. **2**

8. Suggest any four ways to the managers of manufacturing plants and factories to minimize waste and pollution. **½ × 4 = 2**

9. What are the steps to filter data in a spreadsheet ? **2**

10. How positive attitude can be maintained to improve mental and physical health ? **½ × 4 = 2**

www.prepp.in

Prepp
Your Personal Exams Guide

निम्नलिखित **6** प्रश्नों में से किन्हीं **4** प्रश्नों के उत्तर दीजिए । प्रत्येक प्रश्न का उत्तर **20-30** शब्दों में दीजिए । **4 × 2 = 8**

11. अनुष्ठित आकलन से आपका क्या तात्पर्य है ? प्रदर्शन का आकलन करने के लिए A-3 अंक क्रम निर्धारण श्रेणी (ग्रेडिंग स्केल) की व्याख्या कीजिए । **½ × 4 = 2**

12. प्राथमिक उपचार के आधारभूत सिद्धांत क्या हैं ? **½ × 4 = 2**

13. खेल के मैदान की उचित देखभाल सुनिश्चित करने के लिए वर्ष में कम-से-कम एक बार की जाने वाली चार विशेष रखरखाव गतिविधियाँ बताइए । **2**

14. खेल के दौरान भोजन और पेय पदार्थ उपलब्ध कराने वाले व्यक्ति द्वारा अपनाए जाने वाले चार सुरक्षा उपाय बताएँ । **½ × 4 = 2**

15. एलर्जिक प्रतिक्रिया व अस्थमा के चार लक्षण लिखिए । **½ × 4 = 2**

16. आकलन के दिन याद रखने योग्य किन्हीं चार महत्त्वपूर्ण बिंदुओं का उल्लेख कीजिए । **2**

निम्नलिखित **5** प्रश्नों में से किन्हीं **3** प्रश्नों के उत्तर दीजिए । प्रत्येक प्रश्न का उत्तर **50-80** शब्दों में लिखिए । **3 × 4 = 12**

17. DRABC विधि की प्रक्रिया और इसमें शामिल चरणों का विस्तार से वर्णन कीजिए । 4

18. खेल सुविधाओं और किटों के रखरखाव में निम्न तथा उच्च आवृत्ति का निरीक्षण किस प्रकार योगदान देता है ? वर्णन कीजिए । 4

19. शारीरिक शिक्षा में गुणात्मक आकलन का आयोजन करते हुए, शिक्षक की आकलन-पूर्व और आकलन पश्चात् की जिम्मेदारियों का वर्णन कीजिए । **2 + 2 = 4**

20. मूल्यांकन को परिभाषित कीजिए । मूल्यांकन के तीन अलग-अलग प्रकारों का वर्णन कीजिए । 4

21. अभिभावक-शिक्षक बैठक का प्रबंधन कैसे किया जाना चाहिए ? विस्तार से वर्णन कीजिए । 4

Answer any **4** out of the given **6** questions in **20-30** words each. $4 \times 2 = 8$

11. What do you understand by assessment rubric ? Explain A-3 point grading scale to assess performance. ½ × **4** = **2**

12. What are the basic principles of First Aid ? ½ × **4** = **2**

13. Explain any four special maintenance activities that should be carried out at least once a year to ensure the proper upkeep of a sports ground. **2**

14. Mention any four safety measures that should be followed by the person providing food and drinks during play. ½ × **4** = **2**

15. Enlist any four symptoms of allergic reactions and asthma. ½ × **4** = **2**

16. Mention any four important points to remember on the day of the assessment. **2**

Answer any **3** out the given **5** questions in **50-80** words each.

3 × **4** = **12**

17. Describe in details the procedure and steps involved in the DRABC method. **4**

18. How Low and High frequency Inspections contribute in maintaining sports facilities and kits ? Explain. **4**

19. While organising qualitative assessment in Physical Education, explain the Pre and Post assessment responsibilities of a teacher. **2 + 2** = 4

20. Define evaluation. Explain three different types of evaluations. **4**

21. How should a parent-teacher meeting be managed ? Explain in detail. **4**

Prepp Your Personal Exam Guide

www.prepp.in
Prepp
Your Personal Exams Guide