Series : 4MNKL

SET ~ 4

प्रश्न-पत्र कोड
Q.P. Code **105**

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 minute 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*

सामान्य निर्देश :

(1) कृपया निर्देशों को ध्यानपूर्वक पढ़ें ।

*(2) इस प्रश्न-पत्र में **21** प्रश्न हैं जो कि दो खण्डों में विभाजित है – खण्ड **अ** और खण्ड **ब** ।*

*(3) खण्ड-**अ** में वस्तुपरक प्रकार के प्रश्न हैं तथा खण्ड-**ब** में विषयपरक प्रकार के प्रश्न शामिल हैं ।*

*(4) दिये गए **(5 + 16 =) 21** प्रश्नों में से, प्रत्येक विद्यार्थी को निर्धारित (अधिकतम) समय **2** घंटे में **(5 + 10 =) 15** प्रश्नों के उत्तर देने हैं ।*

(5) किसी विशेष खण्ड के सभी प्रश्नों को सही क्रम में करने का प्रयास किया जाना चाहिए ।

*(6) **खण्ड-अ : वस्तुपरक प्रकार के प्रश्न (24 अंक) :***

*(i) इस खण्ड में **5** प्रश्न हैं ।*

(ii) कोई नकारात्मक अंकन नहीं होगा ।

(iii) दिए गए निर्देशों के अनुसार कीजिए ।

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

*(7) **खण्ड-ब : विषयपरक प्रकार के प्रश्न (26 अंक) :***

*(i) इस खण्ड में **16** प्रश्न हैं ।*

*(ii) प्रत्येक विद्यार्थी को **10** प्रश्न हल करने हैं ।*

(iii) दिए गए निर्देशों के अनुसार कीजिए ।

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

खण्ड – अ

(वस्तुपरक प्रकार के प्रश्न)

1. रोजगार कौशल पर दिए गए **6** प्रश्नों में से किन्हीं **4** प्रश्नों के उत्तर दीजिए : **4 × 1 = 4**

(i) संचार में संदेश के प्रति प्राप्तकर्ता की स्वीकृति और प्रतिक्रिया को __________ कहा जाता है । **1**

(A) फीडबैक (B) चैनल

(C) सूचना (D) स्थानांतरण

(ii) कार्यस्थल में स्वतंत्र रूप से कार्य करने की क्षमता क्यों महत्त्वपूर्ण है ? **1**

(A) सहकर्मियों पर निर्भरता बढ़ाने के लिए

(B) नौकरी की जिम्मेदारियों को कम करने के लिए

(C) टीम वर्क और सहयोग से बचने के लिए

(D) व्यक्तिगत विकास और निर्णय लेने को बढ़ावा देने के लिए

General Instructions :

(1) *Please read the instructions carefully.*

(2) *This Question Paper consists of **21** questions in two sections : Section-**A** & Section-**B**.*

(3) *Section-**A** has Objective Type Questions, whereas Section-**B** contains Subjective Type Questions.*

(4) *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.*

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

(6) ***Section-A : Objective Type Questions (24 Marks) :***

- *(i)* *This section has **5** questions.*
- *(ii)* *There is no negative marking.*
- *(iii)* *Do as per the instructions given.*
- *(iv)* *Marks allotted are mentioned against each question/part.*

(7) ***Section-B : Subjective Type Questions (26 Marks) :***

- *(i)* *This section has **16** questions.*
- *(ii)* *A candidate has to attempt **10** questions.*
- *(iii)* *Do as per the instructions given.*
- *(iv)* *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) The receiver's acknowledgement and response to the message is called __________ in communication. **1**

(A) feedback (B) channel

(C) information (D) transfer

(ii) Why is the ability to work independently important in the work place ? **1**

(A) To increase dependence on colleagues.

(B) To reduce job responsibilities.

(C) To avoid team work and collaboration.

(D) To promote personal growth and decision making.

(iii) निम्नलिखित में से कौन सी तनाव प्रबंधन तकनीक नहीं है ? **1**

(A) शारीरिक व्यायाम (B) ध्यान

(C) तनावों के बारे में चिंता करना (D) योग

(iv) कम्प्यूटर प्रदर्शन को अनुकूलित करने के लिए नियमित सफाई के दौरान किस प्रकार की फ़ाइलें आमतौर पर हटा दी जाती हैं ? **1**

(A) सिस्टम फाइलें (B) सॉफ्टवेयर एप्लिकेशन

(C) अस्थायी फाइलें (D) महत्त्वपूर्ण दस्तावेज़

(v) एक उद्यमी के कौन से कार्य में एक नई विधि, विचार या उत्पाद बनाना शामिल है ? **1**

(A) नवाचार (B) आय का विभाजन

(C) जोखिम प्रबंधन (D) निर्णय लेना

(vi) निम्नलिखित में से कौन सा पारिस्थितिक तंत्र और जैव विविधता को नुकसान पहुँचाने वाली अस्थिर प्रथाओं का परिणाम है ? **1**

(A) आर्थिक विकास (B) पर्यावरणीय गिरावट

(C) अल्पकालिक मुनाफ़ा (D) जनसंख्या वृद्धि

2. दिए गए **6** प्रश्नों में से किन्हीं **5** प्रश्नों के उत्तर दीजिए : **5 × 1 = 5**

(i) निम्नलिखित में से कौन सा शारीरिक गतिविधि का मनोवैज्ञानिक लाभ नहीं है ? **1**

(A) बेहतर एकाग्रता (B) बेहतर हृदयवाहिका सहनक्षमता

(C) बेहतर मानसिक स्वास्थ्य (D) सकारात्मक मनोदशा

(ii) शिक्षा में आकलन का मुख्य उद्देश्य क्या है ? **1**

(A) केवल छात्रों को ग्रेड देना ।

(B) शिक्षण और सीखने की प्रक्रिया को सुधारने के लिए जानकारी एकत्र करना ।

(C) छात्रों की एक-दूसरे से तुलना करना ।

(D) कमजोर छात्रों को दंडित करना ।

(iii) Which of the following is NOT a stress management technique ? **1**

(A) Physical exercise (B) Meditation

(C) Worrying about stressors (D) Yoga

(iv) Which type of files are typically removed during a routine cleanup to optimize computer performance ? **1**

(A) System files (B) Software Applications

(C) Temporary files (D) Important documents

(v) Which function of an entrepreneur involves to create a new method, idea or product ? **1**

(A) Innovation (B) Division of Income

(C) Managing Risk (D) Making decisions

(vi) Which of the following is a consequence of unsustainable practices that harm ecosystem and biodiversity ? **1**

(A) Economic growth (B) Environmental degradation

(C) Short term profits (D) Population growth

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

(i) Which of the following is NOT a psychological benefit of physical activity ? **1**

(A) Improved concentration

(B) Enhanced cardiovascular endurance

(C) Better mental health

(D) Positive mood

(ii) What is the primary purpose of assessment in education ? **1**

(A) Only to assign grades to students.

(B) To gather information to improve teaching and learning.

(C) To compare students with each other.

(D) To punish underperforming students.

(iii) कौन सी गतिविधि में सबसे अधिक संतुलन की आवश्यकता होती है ? **1**

(A) मैराथन दौड़ना (B) एक पैर पर जंप और लैंडिंग करना

(C) सिट–अप्स करना (D) शतरंज खेलना

(iv) निम्नलिखित में से कौन सी गतिविधि को 'खेल' के रूप में वर्गीकृत किया जाएगा ? **1**

(A) पार्क में अकेले दौड़ना। (B) दोस्तों के साथ शतरंज खेलना।

(C) फिटनेस के लिए तैराकी करना। (D) खिंचाव वाले व्यायाम करना।

(v) बाह्य: प्राचीर कार्यक्रम किस पर जोर देते हैं ? **1**

(A) कक्षाओं में स्वास्थ्य शिक्षा (B) संस्थानों / समूहों के बीच प्रतियोगिताएँ

(C) व्यक्तियों के लिए पुष्टि के अभ्यास (D) खाली समय में मनोरंजन

(vi) किशोर शिक्षार्थियों के लिए खेल उपकरण चुनते समय सबसे महत्त्वपूर्ण कारक क्या है ? **1**

(A) ब्रांड की लोकप्रियता (B) आयु की अनुरूपता

(C) उपकरण का रंग (D) पेशेवर खिलाड़ियों की अनुशंसा

3. दिए गए **6** प्रश्नों में से किन्हीं **5** प्रश्नों के उत्तर दीजिए : **5 × 1 = 5**

(i) आज के उच्च प्रौद्योगिकी समाज में शारीरिक शिक्षा क्यों महत्त्वपूर्ण है ? **1**

(A) यह विद्यार्थियों को सभी शैक्षणिक कार्यों से बचने में मदद करती है।

(B) यह निष्क्रिय जीवनशैली का मुकाबला करती है और स्वस्थ विकास को बढ़ावा देती है।

(C) यह केवल प्रतिस्पर्धात्मक खेलों पर केंद्रित होती है।

(D) यह टीमवर्क को हतोत्साहित करती है।

(ii) कौन सी गतिविधि को खेल माना जाएगा, लेकिन गेम नहीं माना जाएगा ? **1**

(A) प्रतिस्पर्धात्मक तैराकी (B) ताश खेलना

(C) लुका–छिपी (D) गुड्डे–गुड़ियों से खेलना

(iii) Which activity requires the highest level of balance ? **1**

(A) Running a marathon

(B) Jumping and landing on one leg

(C) Doing sit-ups

(D) Playing chess

(iv) Which of these activities would be classified as a 'game' ? **1**

(A) Running alone in a park (B) Playing chess with friends

(C) Swimming for fitness (D) Doing stretching exercises

(v) Extramural programs emphasis on – **1**

(A) Health education in classrooms

(B) Competitions between institutions / groups

(C) Fitness drills for individuals

(D) Leisure – time recreation

(vi) What is the most important factor while selecting sports equipment for young learners ? **1**

(A) Brand popularity

(B) Age appropriateness

(C) Colour of equipment

(D) Professional player endorsements

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

(i) Why is physical education important in today's high-tech society ? **1**

(A) It helps students to avoid all academic work.

(B) It combats sedentary lifestyles and promotes healthy growth.

(C) It only focuses on competitive sports.

(D) It discourages teamwork.

(ii) Which activity would be considered a sport but not a game ? **1**

(A) Competitive swimming (B) Playing cards

(C) Hide-and-seek (D) Playing with dolls

(iii) नैदानिक मूल्यांकन मदद करता है : **1**

(A) सत्र के अंत में विद्यार्थियों को ग्रेड देने में

(B) अंतिम परीक्षाएँ आयोजित करने में

(C) विद्यार्थियों की ताकत और कमजोरियों की पहचान करने में

(D) प्रदर्शन के आधार पर विद्यार्थियों की रैंकिंग करने में

(iv) 40 विद्यार्थियों के बड़े समूह के लिए उपकरणों का वितरण कैसे किया जाना चाहिए ? **1**

(A) सभी विद्यार्थियों के लिए एक ही सेट ।

(B) छोटे–छोटे समूहों में बाँटकर पर्याप्त उपकरण देना ।

(C) केवल कुशल खिलाड़ियों को देना ।

(D) हर 10 मिनट बाद एक उपकरण बदल–बदलकर देना ।

(v) कौन सा कारक, आदर्श आवश्यकताओं के बावजूद, अकसर उपकरण चयन को सीमित करता है ? **1**

(A) खिलाड़ी की पसंद (B) अभिभावकों की राय

(C) कोच का पसंदीदा ब्रांड (D) बजट की उपलब्धता

(vi) खेल और गेम में क्या समानता है जो क्रीड़ा (प्ले) के संदर्भ में आवश्यक नहीं है ? **1**

(A) नियमों की उपस्थिति (B) शारीरिक गतिविधि

(C) आनंद लेना (D) बाहर खेलना

4. दिए गए **6** प्रश्नों में से किन्हीं **5** प्रश्नों के उत्तर दीजिए : **5 × 1 = 5**

(i) छात्रों के संज्ञानात्मक, शारीरिक और सामाजिक विकास को पोषित करने के लिए एक शारीरिक गतिविधि अनुदेशक को _______ बनाना चाहिए । **1**

(A) एक अत्यधिक प्रतिस्पर्धी रैंकिंग प्रणाली

(B) शारीरिक और भावनात्मक रूप से सुरक्षित शिक्षण वातावरण

(C) प्रतिभाशाली एथ्लीटों के लिए विशेष प्रशिक्षण

(D) साप्ताहिक कठोर फिटनेस परीक्षण

(ii) मुक्त क्रीड़ा (फ्री प्ले) की मुख्य विशेषता क्या है ? **1**

(A) पूर्व नियोजित नियम (B) प्रतिस्पर्धात्मक संरचना

(C) प्रशिक्षक द्वारा पूर्ण नियंत्रण (D) स्वतः प्रवृत्ति (बिना पहले सोचे हुए)

(iii) Diagnostic evaluation helps in : **1**

(A) Grading students at the end of the term
(B) Conducting final examinations
(C) Identifying students strengths and weaknesses
(D) Ranking students based on performance

(iv) How should equipment be distributed to a large group of 40 students ? **1**

(A) Single set for all students.
(B) Divide into small groups with adequate equipment.
(C) Only for skilled players.
(D) Rotate an equipment after every 10 minutes.

(v) Which factor often limits equipment selection despite ideal requirements ? **1**

(A) Player preferences (B) Parents opinion
(C) Coach's favourite brand (D) Budget availability

(vi) What is common in sports and games but not necessary for play ? **1**

(A) The presence of rules (B) Physical activity
(C) Having fun (D) Playing outdoors

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

(i) To nurture student's cognitive, physical and social development, a physical activity facilitator must create _______. **1**

(A) A highly competitive ranking system
(B) A physically and emotionally safe learning environment
(C) Exclusive training for gifted athletes
(D) Rigorous fitness tests weekly

(ii) What is the main characteristic of free play ? **1**

(A) Pre-planned rules
(B) Competitive structure
(C) Complete control by the trainer
(D) Spontaneity (Impromptu)

(iii) शारीरिक शिक्षा में लक्ष्य अभ्यास गतिविधियों के लिए कौन से उपकरण और सामग्री आमतौर पर उपयोग किए जाते हैं ? **1**

1. मार्किंग कोन
2. बास्केट
3. प्लास्टिक रैकेट
4. स्टम्प्स सेट

निम्नलिखित में से सही विकल्प चुनें :

(A) 1 और 2
(B) 2 और 3
(C) 1, 2 और 3
(D) 2 और 4

(iv) निम्नलिखित में से कौन सा फिटनेस का कौशल संबंधी घटक है ? **1**

(A) एरोबिक क्षमता
(B) शारीरिक संरचना
(C) समन्वय
(D) लचीलापन

(v) दंड-बैठक और मल्लखंब जैसी गतिविधियों को किस प्रकार वर्गीकृत किया गया है ? **1**

(A) लोक नृत्य
(B) पारंपरिक व्यायाम
(C) छोटे खेल
(D) जुझारू खेल

(vi) अधिकांश संगठन सॉफ्टवेयर-आधारित भंडार (इन्वेंटरी) प्रणाली का उपयोग क्यों करते हैं ? **1**

(A) प्रक्रिया को और जटिल बनाने के लिए
(B) बड़ी मात्रा में वस्तुओं / सामग्री का कुशलतापूर्वक पता लगाने के लिए
(C) उपकरण की गुणवत्ता घटाने के लिए
(D) उपकरण के उपयोग को हतोत्साहित करने के लिए

5. दिए गए **6** प्रश्नों में से किन्हीं **5** प्रश्नों के उत्तर दीजिए : **$5 \times 1 = 5$**

(i) कौन सा कार्यक्रम, स्वास्थ्य, स्वच्छता और पर्यावरण के ज्ञान के बारे में शारीरिक शिक्षा के अनुदेशात्मक पहलू पर केंद्रित है ? **1**

(A) अंतःप्राचीर कार्यक्रम
(B) बाह्य प्राचीर कार्यक्रम
(C) सेवा कार्यक्रम
(D) फिटनेस कार्यक्रम

(ii) टेनिस खेलने के लिए किस प्रकार की फिटनेस की आवश्यकता होती है ? **1**

(A) केवल स्वास्थ्य-संबंधी फिटनेस
(B) केवल कौशल-संबंधी फिटनेस
(C) स्वास्थ्य-संबंधी और कौशल-संबंधी दोनों फिटनेस
(D) केवल शारीरिक संरचना

(iii) Which props and equipment are commonly used for target practice activities in physical education ? **1**

1. Marking Cone
2. Basket
3. Plastic racquet
4. Stumps set

Choose the correct option from the following :

(A) 1 and 2 (B) 2 and 3

(C) 1, 2 and 3 (D) 2 and 4

(iv) Which of these is a skill – related component of fitness ? **1**

(A) Aerobic capacity (B) Body composition

(C) Co-ordination (D) Flexibility

(v) Activities such as Dand-Baithaks and Malkhamb are categorized as : **1**

(A) Folk Dances (B) Traditional Exercises

(C) Minor games (D) Combative Sports

(vi) Why do most organisations use software based inventory systems ? **1**

(A) To make the process more complicated.

(B) To efficiently track large quantities of goods / materials.

(C) To reduce equipment quality.

(D) To discourage equipment usage.

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

(i) Which program focuses on the instructional aspect of physical education about health, hygiene and knowledge of environment ? **1**

(A) Intramural Program (B) Extramural Program

(C) Service Program (D) Fitness Program

(ii) What type of fitness is required for playing tennis ? **1**

(A) Only health – related fitness

(B) Only skill – related fitness

(C) Both health – related and skill – related fitness

(D) Only body composition

(iii) मुक्त खेल (फ्री प्ले) का सबसे बड़ा लाभ क्या है ? 1

(A) तकनीकी सुधार (B) प्रगति पर निगाह रखना

(C) रचनात्मकता का विकास (D) विवादों को कम करना

(iv) खेलों में मासिक या साप्ताहिक आधार पर ऑडिट शीट बनाए रखने का उद्देश्य क्या है ? 1

(A) छात्रों की उपस्थिति की निगरानी करने के लिए

(B) उपकरणों व सामान की वस्तु-सूची पर निगाह रखने के लिए

(C) गैर-अपघटनीय खेल सामग्री का भंडारण करने के लिए

(D) बिक्री और उपभोग के लिए बाज़ार तलाशने के लिए

(v) संगठित मनोरंजनात्मक गतिविधि का एक रूप, जिसमें प्रतियोगिता और विजेता का निर्धारण करने के मानदंड शामिल होते हैं, उसे ______ के रूप में जाना जाता है । 1

(A) गेम (B) क्रीड़ा

(C) खेल (D) मनोरंजनात्मक शिक्षा

(vi) कौशल-संबंधी फिटनेस में, "मोड़ना और घुमाना" किसके उदाहरण हैं ? 1

(A) क्रिया (Action) (B) लचीलापन (Flexibility)

(C) ताकत (Strength) (D) शारीरिक संरचना (Body Composition)

खण्ड-ब

(विषयपरक प्रकार के प्रश्न)

रोज़गार कौशल पर दिए गए **5** प्रश्नों में से किन्हीं **3** के उत्तर दीजिए । प्रत्येक प्रश्न का उत्तर **20-30** शब्दों में दीजिए । **3 × 2 = 6**

6. संचार में भाषाई बाधाएँ क्या हैं ? **2**

7. भावनात्मक बुद्धिमत्ता को प्रबंधित करने के चरण बताइए । **2**

8. (a) स्पैम (SPAM) मेल क्या है ?

(b) क्या हमें उनका जवाब देना चाहिए ? **1 + 1 = 2**

9. उद्यमिता के बारे में कोई दो मिथक लिखिए । **2**

10. हम संपोषणीय (sustainable) शहर कैसे बना सकते हैं ? **2**

(iii) What is the biggest benefit of free play ? **1**

(A) Technical improvement (B) Tracking progress

(C) Development of creativity (D) Reducing conflicts

(iv) What is the purpose of maintaining Audit Sheet on a monthly or weekly basis in sports ? **1**

(A) To monitor attendance of students.

(B) To keep a track of props and equipment inventory.

(C) To store non-degradable sports goods.

(D) To explore market for sales and consumption.

(v) A form of organized recreational activity, characterized by competition and criteria for determining a winner is known as _____ **1**

(A) Games (B) Play

(C) Sport (D) Fun learning

(vi) In skill – related fitness, "twisting and turning" are examples of : **1**

(A) Action (B) Flexibility

(C) Strength (D) Body Composition

Section – B
(Subjective Type Questions)

Answer any **3** out of the given **5** questions on Employability Skills. Answer each question in **20-30** words. **3 × 2 = 6**

6. What are Linguistic barriers to communication ? **2**

7. State the steps to manage emotional intelligence. **2**

8. (a) What are SPAM mails ?
   (b) Do we respond them ? **1 + 1 = 2**

9. Write any two myths about entrepreneurship. **2**

10. How we can create sustainable cities ? **2**

दिए गए **6** प्रश्नों में से किन्हीं **4** प्रश्नों के उत्तर **20-30** शब्दों में दीजिए । **$4 \times 2 = 8$**

11. किसी अभिभावक शिक्षक बैठक (पीटीएम) के एजेंडे में शारीरिक शिक्षा के संदर्भ में शामिल किए जा सकने वाले कोई भी दो बिन्दु बताएँ । **2**

12. शरीर की संरचना से आप क्या समझते हैं ? इसे मापने का सूत्र लिखिए । **$1 + 1 = 2$**

13. आकलन व मूल्यांकन के बीच अंतर स्पष्ट कीजिए । **$1 + 1 = 2$**

14. मुक्त क्रीड़ा के लाभ और हानियाँ स्पष्ट कीजिए । **2**

15. इनडोर उपकरण, आउटडोर उपकरण से भिन्न क्यों होते हैं ? कारण बताइए । **2**

16. ऑडिट शीट में से किन्हीं चार खेल उपकरणों / प्रसाधनों की सूची बनाइए जिनकी नियमित निगरानी आवश्यक है और समझाइए क्यों ? **2**

दिए गए **5** प्रश्नों में से किन्हीं **3** प्रश्नों के उत्तर **50-80** शब्दों में दीजिए । **$3 \times 4 = 12$**

17. विद्यालय सभा की योजना बनाने और संचालन में शारीरिक गतिविधि अनुदेशक की भूमिका पर चर्चा कीजिए । **4**

18. शारीरिक शिक्षा के शिक्षण व अधिगम प्रक्रिया में आकलन क्यों महत्त्वपूर्ण है, इसके चार कारणों का वर्णन कीजिए । **$4 \times 1 = 4$**

19. कक्षा 6 के एक छात्र के लिए एक नमूना शारीरिक शिक्षा रिपोर्ट कार्ड बनाएँ, जिसमें कौशल, क्षमता और सुधार की आवश्यकता वाले क्षेत्रों का विवरण शामिल हो । **4**

20. संरचित और असंरचित खेल के बीच अंतर बताइए । दोनों में वयस्क पर्यवेक्षण क्यों आवश्यक है ? **4**

21. शारीरिक गतिविधियों के लिए खेल उपकरणों की निरंतर आपूर्ति सुनिश्चित करने के लिए विद्यालय द्वारा अपनाए जा सकने वाले चार उपाय सुझाइए । **4**

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

11. Mention any two points that can be included in the agenda of a PTM in the context of physical education. **2**

12. What do you understand by body composition ? Write the formula to measure it. **1 + 1 = 2**

13. Differentiate between assessment and evaluation. **1 + 1 = 2**

14. Elucidate the advantages and disadvantages of Free Play. **2**

15. Why does indoor equipment differ from outdoor equipment ? Give reasons. **2**

16. Enlist any four sports props / equipment from the audit sheet that need regular monitoring and explain why ? **2**

Answer any **3** out of the given **5** questions in **50-80** words each. **3 × 4 = 12**

17. Discuss the role of a physical activity facilitator in planning and conducting a school assembly. **4**

18. Describe any four reasons why assessment is important in the teaching and learning process of Physical Education. **4 × 1 = 4**

19. Create a sample physical education report card for a class 6^{th} student, including details of skills, strengths and areas, those need improvement. **4**

20. Differentiate between structured and unstructured play. Why is adult supervision necessary in both ? **4**

21. Suggest four measures a school can adopt to ensure continuous supply of sports equipment for physical activities. **4**