

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

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

### CLASS 9

#### Part A: Employability Skills

S.No.	Units
1.	Communication Skills - I
2.	Self-management Skills - I
3.	Information and Communication Technology Skills-I
4.	Entrepreneurial Skills - I
5.	Green Skills - I
	<b>Total</b>

#### PART B–VOCATIONAL SKILLS

S.No.	Units
1.	Role of Physical Education in Child Development
2.	Planning Age Appropriate Physical Activity
3.	Organising Age Appropriate Physical Activities
4.	Children Health and Safety
	<b>Total</b>

Raman choudhary  
Vocational Teacher  
Physical Education & Sports  
GSSS Muhal

**Model Test Paper**  
**Physical Education & Sports**  
**Level :1 (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 सा कौशल ठीक से संवाद करने के लिए महत्वपूर्ण है ?  
(अ) पढ़ना (ब) लिखना

(स) बोलना

(द) ये सभी !

Which of the following skills are important to communicate properly ?

(A)Reading

(B) Writing

(C)Speaking

(D)All of the above.

- (ii) निम्नलिखित में से कौन सा ICT उपकरण नहीं है ?

(अ) कंप्यूटर

(ब) मोबाइल

(स) इन्टरनेट

(द) हैकिंग

Which of the following is not an ICT Tool?

(A) Computer

(B)Mobile

(C)Internet

(D)Hacking

- (iii) निम्नलिखित में से कौन-से प्राकृतिक संसाधन हैं?

(अ) भूमि

(ब) मिट्टी

(स) वन

(द) ये सभी !

Which of the following are natural resources?

(A) Land

(B) Soil

(C) Forest

(D) All of the above.

(iv) कीटाणु रहते हैं !

(अ) धूल

(ब) पानी

(स) वायु

(द) ये सभी !

Germs live in.

(A) Dust

(B) Water

(C) Air

(D) All of the above.

(v) शारीरिक शिक्षा बच्चे के विकास को बढ़ावा देती है ?

(अ) शरीर

(ब) दिमाग

(स) तंत्रिका-मांसपेशियाँ

(द) सम्पूर्ण व्यक्तित्व !

Physical Education promotes the child development of

(A) Body

(B) Mind

(C) Neuro- muscles

(D) Wholesome development.

(vi) अगर चेस खेल इंडोर खेल है तो \_\_\_\_\_ आउटडोर खेल है?

(अ) कैरम बोर्ड

(ब) वीडियो गेम

(स) क्रिकेट खेल

(द) ये सभी !

If chess game is indoor game then \_\_\_\_\_ is outdoor game .

(A) Carom board

(B) Video Game

(C) Cricket Game

(D) All of the above.

(vii) जो चक्र की सबसे छोटी योजना है ?

(अ) मैक्रो योजना

(ब) मीसो योजना

(स) माइक्रो योजना

(द) इनमें 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) घातक दुर्घटना में क्या होता है?

(अ) अस्पताल में भर्ती

(ब) फ्रैक्चर

(स) विकलांगता

(द) मौत

What happens in Fatal accident ?

(A) Hospitalization

(B) Fracture

(C) Disablement

(D) Death

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

(10x2=20 marks)

Answer any ten of the following questions.

(i) संचार कौशल का क्या महत्व है ?

What is importance of communication skill ?

(ii) पर्यावरण से आप क्या समझते हैं ?

What do you understand by Environment ?

(iii) व्यक्तिगत जीवन में ICT का क्या महत्व है ?

What is the importance of ICT in personal life ?

(iv) खेल दिवस से आप क्या समझते हैं ?

What do you understand by sports day ?

(v) पोषण क्या है ?

What is nutrition?

(vi) शारीरिक स्वस्थता से आप क्या समझते हैं ?

What do you mean by physical fitness ?

(vii) मनोरंजनात्मक गतिविधियाँ क्या हैं ?

What are the recreational activities ?

(viii) शारीरिक गतिविधियों के संचालन के लिए उपकरणों के महत्व पर संक्षिप्त टिप्पणी लिखें !

Write down brief note on the importance of equipment for conducting physical activities.

(ix) समय सारणी का क्या महत्व है ?

What is the importance of time table?

(x) प्राथमिक चिकित्सा क्या है ?

What is first aid ?

(xi) पाठ योजना से आप क्या समझते हैं ?

What do you understand by lesson plan?

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

(4x3=12 marks)

Answer any four of the following questions.

(i) वे कौन से कारक हैं जो आत्मविश्वास बनाने में मदद करते हैं ?

What are the factors that help in building self confidence ?

(ii) शारीरिक गतिविधियों को प्रभावित करने वाले कारक कौन से हैं ?

what are the factors influencing physical activity ?

(iii) सकल मोटर कौशल और ठीक मोटर कौशल के बीच अंतर स्पष्ट करें ?

difference in between gross motor skill & fine motor skill ?

(iv) बच्चों के स्वास्थ्य और स्वच्छता को प्रभावित करने वाले कारक क्या हैं ?

what are the factors influencing the child health and hygiene

(v) अपनी पसंद के किसी भी खेल के बारे में विस्तार पूर्वक लिखें !

Write in detail about any game of your choice.