Series #CDBA

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.

- कृपया जाँच कर लें कि इस प्रश्न-पत्र में मुद्रित पृष्ठ **15** हैं ।
- कृपया जाँच कर लें कि इस प्रश्न-पत्र में **21** प्रश्न हैं ।
- प्रश्न-पत्र में दाहिने हाथ की ओर दिए गए प्रश्न-पत्र कोड को परीक्षार्थी उत्तर-पुस्तिका के मुख-पृष्ठ पर लिखें ।
- **कृपया प्रश्न का उत्तर लिखना शुरू करने से पहले, उत्तर-पुस्तिका में प्रश्न का क्रमांक अवश्य लिखें ।**
- 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 ।

- Please check that this question paper contains **15** printed pages.
- Please check that this question paper contains **21** questions.
- 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.
- **Please write down the serial number of the question in the answer-book before attempting it.**
- 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*
*Time allowed : **2** hours*

*अधिकतम अंक : **50***
*Maximum Marks : **50***

सामान्य निर्देश :

(i) *कृपया निर्देशों को ध्यानपूर्वक पढ़ें ।*

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

(iii) *खण्ड–**अ** में वस्तुपरक प्रश्न हैं तथा खण्ड–**ब** में विषयपरक प्रश्न शामिल हैं ।*

(iv) *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 ।*

(v) *किसी भी खण्ड विशेष के उत्तर सही क्रम में लिखे जाएँ ।*

(vi) ***खण्ड–अ : वस्तुपरक प्रकार के प्रश्न (24 अंक) :***

(a) *इस खण्ड में **05** प्रश्न हैं ।*

(b) *कोई नकारात्मक अंकन नहीं होगा ।*

(c) *दिए गए निर्देशानुसार उत्तर लिखें ।*

(d) *निर्धारित अंक प्रत्येक प्रश्न/खण्ड के सामने दिए गए हैं ।*

(vii) ***खण्ड–ब : विषयपरक प्रकार के प्रश्न (26 अंक) :***

(a) *इस खण्ड में **16** प्रश्न हैं ।*

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

(c) *दिए गए निर्देशानुसार उत्तर लिखें ।*

(d) *निर्धारित अंक प्रत्येक प्रश्न/खण्ड के सामने दिए गए हैं ।*

खण्ड – अ

(वस्तुपरक प्रकार के प्रश्न)

1. रोज़गार–योग्यता कौशलों पर दिए गए **6** प्रश्नों में से किन्हीं **4** प्रश्नों के उत्तर दीजिए । **4 × 1 = 4**

(i) निम्न में से कौन सा संचार चक्र का भाग **नहीं** है ? **1**

(a) प्रेषक (भेजने वाला) (b) प्राप्तकर्ता

(c) प्रति–पुष्टि (d) शारीरिक मुद्रा

(ii) निम्न में से कौन सा तनाव प्रबंधन में सहायक **नहीं** है ? **1**

(a) शारीरिक व्यायाम (b) ध्यान

(c) स्वस्थ आहार (d) नकारात्मक सोच

General Instructions :

(i) *Please read the instructions carefully.*

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

(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. **$4 \times 1 = 4$**

(i) Which of the following is NOT a part of communication cycle ? **1**

(a) Sender (b) Receiver
(c) Feedback (d) Body posture

(ii) Which of the following does NOT help in stress management ? **1**

(a) Physical exercise (b) Meditation
(c) Healthy diet (d) Negative thinking

(iii) निम्नलिखित में से कौन सा कार्य माउस के प्रयोग से किया जाता है ? 1

(a) विषय-वस्तु का सम्पादन (b) एंटर की के प्रयोग में मदद

(c) एंटी-वायरस के प्रदर्शन में सुधार (d) ड्रेग एवम् ड्राप में मदद करना

(iv) त्यौहार के सीजन से ठीक पहले, संगीता सादे दिये लेकर आई, उन्हें खूबसूरती से पेंट किया तथा यूट्यूब पर एक वीडियो अपलोड किया । उसकी कला की सराहना हुई तथा उसे कई ऑर्डर भी मिले । दीये बनाने के अलावा उसने बर्तनों तथा टाइल्स पर भी पेंटिंग करना शुरू कर दिया, जिससे उसके व्यवसाय को काफ़ी बढ़ावा मिला । आपके अनुसार यह उद्यमिता का कौन सा कार्य है ? 1

(a) निर्णय लेना ।

(b) आय को बाँटना ।

(c) जोखिम उठाना ।

(d) नए विचार, विधि या उत्पाद का सृजन करना ।

(v) निम्नलिखित में से कौन सा पूर्ववत करने के लिए एक शॉर्टकट कमांड है ? 1

(a) CTRL + Z (b) CTRL + C

(c) CTRL + Y (d) CTRL + V

(vi) नीचे सतत् विकास लक्ष्यों से सम्बन्धित दो कथन दिए गए हैं : 1

कथन I : सतत् विकास के लक्ष्यों का शुभारम्भ न्यूयॉर्क में सितम्बर, 2015 को हुआ ।

कथन II : महत्त्वपूर्ण मुद्दों का ध्यान रखने के उद्देश्य से 19 सतत् विकास लक्ष्य बनाए गए हैं ।

उपरोक्त कथनों के संदर्भ में, निम्न में से सही विकल्प का चुनाव कीजिए :

(a) कथन I व कथन II दोनों सही हैं ।

(b) कथन I व कथन II दोनों गलत हैं ।

(c) कथन I सही है तथा कथन II गलत है ।

(d) कथन I गलत है तथा कथन II सही है ।

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

(i) शारीरिक शिक्षा अध्यापक छात्रों को ________ बनाना चाहता है ? 1

(a) शारीरिक गतिविधि प्रशिक्षक (b) शारीरिक रूप से शिक्षित व्यक्ति

(c) खेल-कार्यक्रम-समन्वयक (d) एक अच्छा प्रशिक्षक

(iii) Which of the following function can be performed by using a mouse ? **1**

(a) Editing the text
(b) Helps in using Enter Key
(c) Improves the performance of Anti-virus
(d) Helps in drag and drop

(iv) Just before the festive-season, Sangeeta bought some plain lamps, painted them beautifully and uploaded a video on Youtube. Her art was appreciated and she got many orders. Besides making lamps, she also started painting the pots and tiles, which gave a lot of boost to her business. According to you, which function of entrepreneurship is this ? **1**

(a) Making Decision
(b) Divide Income
(c) Taking Risk
(d) Creating New Idea, method or product

(v) Which of the following is a short cut command for undo ? **1**

(a) CTRL + Z (b) CTRL + C
(c) CTRL + Y (d) CTRL + V

(vi) Given below are two statements regarding Sustainable Development Goals. **1**

Statement I : Sustainable Development Goals were launched in New York in September, 2015.

Statement II : The 19 sustainable development goals have been set with the aim to take care of important issues.

In view of the above statements, choose the correct option from the following :

(a) Statement I and Statement II, both are correct.
(b) Statement I and Statement II, both are incorrect.
(c) Statement I is correct but Statement II is incorrect.
(d) Statement I is incorrect but Statement II is correct.

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

(i) Physical education teacher teaches students to become a ________ **1**

(a) Physical Activity Trainer
(b) Physically educated individual
(c) Sports program co-ordinator
(d) A good coach

(ii) _______ के द्वारा हमें इन दो प्रश्नों का उत्तर प्राप्त होता है । **1**

1. मैंने क्या सीखा ?
2. यह कितनी अच्छी तरह सीखा गया ?

(a) अभिभावक-शिक्षक बैठक (b) प्रतिपुष्टि
(c) आंकलन (d) मूल्यांकन

(iii) _______ के लिए राष्ट्रीय और अंतर्राष्ट्रीय निकायों द्वारा नियम निर्धारित किये जाते हैं । **1**

(a) खेल (स्पोर्ट्स) (b) गेम्स
(c) क्रीड़ा (प्ले) (d) असंरचित क्रीड़ा

(iv) फ्रंट रोल, बैक रोल और क्रॉलिंग में प्रशिक्षण के लिए कौन से उपकरण की आवश्यकता होती है ? **1**

(a) वर्णमाला कार्ड सेट (b) लागोरी
(c) पैराशूट (d) जिम मैट

(v) बास्केट, स्टम्प्स का सेट तथा संशोधित आधार वाले फ्लेक्सी पोल्स का उपयोग _______ किया जाता है । **1**

(a) संतुलन गतिविधियों के लिए (b) रिले-रेस के लिए
(c) कूदने संबंधित गतिविधियों के लिए (d) निशाना साधने के अभ्यास के लिए

(vi) अभिभावक-शिक्षक बैठक के संदर्भ में निम्न में से कौन सा कथन सत्य है ? **1**

(a) अभिभावक-शिक्षक बैठक विद्यालय के अकादमिक (शैक्षिक) सदस्यों व अभिभावकों के बीच होती है ।
(b) अभिभावक-शिक्षक बैठक प्रधानाचार्य व छात्रों के बीच होती है ।
(c) अभिभावक-शिक्षक बैठक ही विद्यालय के लिए धन जुटाने का एकमात्र तरीका है ।
(d) अभिभावक-शिक्षक बैठक महीने में दो बार अवश्य आयोजित की जानी चाहिए ।

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

(i) खेलों में क्रिया (एक्शन) को इस प्रकार परिभाषित किया गया है – **1**

(a) विशिष्ट खेल की आवश्यकतानुसार सही गतिविधि करने की योग्यता
(b) वजन उठाने की योग्यता
(c) थकान का विरोध करने की योग्यता
(d) जोड़ को मोड़ने की योग्यता

(ii) Through _____, we get the answers of these two questions. **1**

1. What I learned ?
2. How well was it learned ?

(a) Parent-Teacher Meeting (b) Feedback
(c) Assessment (d) Evaluation

(iii) For _______ rules are set by the National and International bodies. **1**

(a) Sports (b) Games
(c) Play (d) Unstructured Play

(iv) Which equipment is required for training in front roll, back roll and crawling ? **1**

(a) Alphabet Card set (b) Lagori
(c) Parachute (d) Gym Mat

(v) Basket, set of stumps and flexi poles with modified base are used for _______. **1**

(a) Balancing Activities (b) Relay Races
(c) Jumping Activities (d) Target Practice

(vi) Which one of the following statement is true in respect of Parent-Teacher Meeting ? **1**

(a) Parent-Teacher meeting held between the school academic staff and parents.
(b) Parent-Teacher meeting held between the principal and students.
(c) Parent-Teacher meeting is the only way to raise funds for school.
(d) Parent-Teacher meeting must be organized twice in a month.

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

(i) Action in Sports is defined as – **1**

(a) the ability to perform the right movement, as is required by the specific sport.
(b) the ability to lift weight.
(c) the ability to resist fatigue.
(d) the ability to flex the joint.

(ii) निम्न में से कौन सा मुक्त क्रीड़ा (फ्री प्ले) का लाभ नहीं है ? 1

(a) रचनात्मकता को बढ़ावा देना (b) संचार को बढ़ावा देना
(c) खिलाड़ियों के प्रदर्शन में सुधार करना (d) रुचि बनाए रखना

(iii) शारीरिक गतिविधि अनुदेशक का अनुसंधान, परियोजनाओं, सम्मेलनों और पढ़ने में संलग्न रहना किसके अंतर्गत आता है ? 1

(a) व्यावसायिक विकास गतिविधियाँ (b) व्यक्तित्व विकास गतिविधियाँ
(c) सामुदायिक विकास गतिविधियाँ (d) विद्यालय विकास गतिविधियाँ

(iv) _______ से तात्पर्य, उन वस्तुओं, सामग्रियों से है जिन्हें भविष्य में उपयोग करने के उद्देश्य से व्यवस्थित तरीके से भण्डारित करना है। 1

(a) उत्पादन (b) बजट
(c) वस्तुसूची (d) सॉफ्टवेयर

(v) यह जानने के लिए कि पाठ्यक्रम के अंत में क्या सीखा गया है, _______ कहलाता है। 1

(a) रचनात्मक मूल्यांकन (b) योगात्मक मूल्यांकन
(c) नैदानिक मूल्यांकन (d) सतत् मूल्यांकन

(vi) निम्न में से किसके लिए पहले से शारीरिक गतिविधि की योजना नहीं बनाई जाती ? 1

(a) संरचित क्रीड़ा
(b) असंरचित क्रीड़ा
(c) संरचित और असंरचित क्रीड़ा दोनों के लिए
(d) टूर्नामेंट

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

(i) विकृति या चोट के सुधार के लिए डॉक्टर द्वारा निर्धारित व्यायाम _______ के रूप में जाने जाते हैं। 1

(a) परम्परागत व्यायाम (b) सुधारात्मक व पुनर्वास व्यायाम
(c) मनोरंजनात्मक गतिविधियाँ (d) साहसिक गतिविधियाँ

(ii) निम्न में से कौन सी योग्यता/क्षमता स्वास्थ्य संबंधी पुष्टि का घटक है ? 1

(a) क्रिया (action) (b) संतुलन
(c) लचीलापन (d) समन्वय

(ii) Which of the following is NOT the advantage of Free Play ? 1

(a) Encourages creativity

(b) Promotes communication

(c) To improve the performance of Sportsmen

(d) Retains interest

(iii) Engagement of Physical activity facilitator in research projects, conferences and reading comes under 1

(a) Professional development activities

(b) Personality development activities

(c) Community development activities

(d) School development activities

(iv) _____ refers to goods, materials stocked in a systematic manner with the purpose of using it in the future. 1

(a) Production (b) Budget

(c) Inventory (d) Software

(v) To know what has been learned at the end of the course is known as _____. 1

(a) Formative Evaluation (b) Summative Evaluation

(c) Diagnostic Evaluation (d) Ongoing Evaluation

(vi) For which of the following, physical activity is/are not planned in advance ? 1

(a) Structured Play

(b) Unstructured Play

(c) For both structured and unstructured play

(d) Tournament

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

(i) Exercises prescribed by the Doctor for deformity or injury correction are known as _____. 1

(a) Traditional Exercises

(b) Corrective and Rehabilitative Exercises

(c) Recreational Activities

(d) Adventurous Activities

(ii) Which of the following ability/capacity is the component of Health Related Fitness ? 1

(a) Action (b) Balance

(c) Flexibility (d) Co-ordination

(iii) _______ के लिए आंकलन एक प्रभावी प्रक्रिया है । **1**

(a) सीखने में वृद्धि
(b) ग्रेडिंग देने
(c) परिणामों का पता लगाने
(d) चल रही प्रक्रिया पर निर्णय

(iv) किस शारीरिक गतिविधि में गतिविधि का परिणाम मौज-मस्ती होता है ? **1**

(a) गेम्स
(b) खेल (स्पोर्ट्स)
(c) क्रीड़ा (प्ले)
(d) एथलेटिक्स

(v) जब किसी क्रीड़ा (प्ले) की योजना विशेष रूप से चरणबद्ध तरीके से संचालित की जाती है तो यह _______ कहलाती/कहलाता है । **1**

(a) संरचित खेल
(b) एकान्त क्रीड़ा
(c) रोल प्ले
(d) काल्पनिक खेल

(vi) विद्यालय में सभी विद्यार्थियों और शिक्षकों के साथ जानकारी साझा करने, घोषणाएँ करने और छात्रों या शिक्षकों को सम्मानित करने के लिए एक स्थान पर एकत्रित होना कहलाता है **1**

(a) खेल-सभा
(b) सांस्कृतिक कार्यक्रम सभा
(c) प्रात:कालीन सभा
(d) विधान-सभा

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

(i) लम्बी-कूद को मापने के लिए निम्नलिखित में से किस उपकरण का प्रयोग किया जाता है ? **1**

(a) विराम घड़ी (स्टॉप वॉच)
(b) ऊँचाई चार्ट
(c) मापने का फीता (टेप)
(d) वजन मापने का पैमाना

(ii) बी.एम.आई. वसा और __________ के सापेक्ष अनुपात का सूचक है । **1**

(a) शरीर की ऊँचाई
(b) शरीर का वजन
(c) शरीर में पतले ऊतक
(d) शरीर की ऊँचाई और वजन

(iii) खेल उपकरणों की इन्वेंटरी का ट्रैक रखने के लिए इस्तेमाल की जाने वाली शीट को ________ कहा जाता है । **1**

(a) नोट शीट
(b) ऑडिट शीट
(c) बैलेंस शीट
(d) नकदी प्रवाह विवरण

(iii) Assessment is an effective process to – **1**

(a) Enhance learning

(b) Award grading

(c) Find out the outcomes

(d) Judging ongoing process

(iv) In which physical activity outcome of the activity is to just have fun ? **1**

(a) Games (b) Sports

(c) Play (d) Athletics

(v) When the play is planned, conducted step by step in a particular way, it becomes a _____. **1**

(a) Structured play (b) Solitary play

(c) Role play (d) Fantasy play

(vi) In school, coming together of all students and teachers in one place in order to share information, make announcements and felicitate students or teachers is known as ________ **1**

(a) Sports Assembly

(b) Cultural Program Assembly

(c) Morning Assembly

(d) Legislative Assembly

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

(i) Which of the following equipment is used to measure Long Jump ? **1**

(a) Stop Watch (b) Height chart

(c) Measuring Tape (d) Weighing Scale

(ii) BMI is an indicator of the relative proportion of fat and - **1**

(a) height of the body

(b) weight of the body

(c) lean tissue in the body

(d) height and weight of the body

(iii) The sheet used to keep a track of the sports equipment inventory is called ________ **1**

(a) Note Sheet (b) Audit Sheet

(c) Balance Sheet (d) Cash Flow Statement

(iv) एक कार्यक्रम जो एक समूह के भीतर शारीरिक गतिविधियों के माध्यम से कौशलों को विकसित करने का अवसर प्रदान करता है, कहलाता है – 1

(a) सेवा कार्यक्रम
(b) इंट्राम्यूरल कार्यक्रम
(c) एक्स्ट्राम्यूरल कार्यक्रम
(d) फिटनेस और मनोरंजन कार्यक्रम

(v) निम्न में से कौन से कथन निगरानी व इन्वेंटरी प्रबन्धन से सम्बन्धित हैं ? 1

(1) खेल के सामान गैर-उपभोग्य वस्तुएँ हैं ।
(2) आयु-उपयुक्त चयन, सूची-प्रबंधन का एक हिस्सा है ।
(3) प्रशिक्षण वृत्त-खंड (आर्चेज) का उपयोग कूदने की गतिविधियों के लिए किया जाता है ।

निम्न में से सही विकल्प का चुनाव कीजिए :

(a) 2 व 3
(b) 1 व 2
(c) 1 व 3
(d) 1, 2 व 3

(vi) विद्यालय में चोटों से बचाव के लिए निम्न में से किन शारीरिक गतिविधियों के लिए वयस्क पर्यवेक्षक की आवश्यकता होती है ? 1

(a) संरचित खेल के लिए
(b) असंरचित खेल के लिए
(c) संरचित और असंरचित खेल दोनों के लिए
(d) वीडियो गेम के लिए

खण्ड-ब

(विषयपरक प्रकार के प्रश्न)

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

6. मौखिक संचार के किन्हीं दो प्रकारों को उदाहरण सहित लिखिए । 2

7. एक उद्यमी किस प्रकार समाज की सहायता करता है ? स्पष्ट कीजिए । 2

8. नियंत्रण बटन (कंट्रोल की) का क्या कार्य है ? 2

9. प्रभावी समय-प्रबंधन के कोई चार चरण बताइये । 2

10. सतत् विकास से सम्बन्धित किन्हीं दो समस्याओं को सूचीबद्ध कीजिए । 2

(iv) A program that provides an opportunity to develop skills through physical activities within a group is called – **1**

(a) Service Program

(b) Intramural Program

(c) Extramural Program

(d) Fitness and Recreational Programs

(v) Which of the following statements are related to monitoring and inventory management ? **1**

(1) Sports goods are non-consumable items

(2) Age appropriate selection is a part of inventory management

(3) Training arches are used for jumping activities

Choose the correct option from the following :

(a) 2 and 3 (b) 1 and 2

(c) 1 and 3 (d) 1, 2 and 3

(vi) In which of the following physical activities, adult supervision is necessary to avoid injuries in school ? **1**

(a) For structured play

(b) For unstructured play

(c) For both structured and unstructured play

(d) For video games

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. Write any two types of Verbal Communication with examples. **2**

7. Elucidate, how an entrepreneur helps society ? **2**

8. What is the function of control key ? **2**

9. State any four steps of effective Time Management. **2**

10. Enlist any two problems related to sustainable development. **2**

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

11. रचनात्मक और नैदानिक मूल्यांकन के बीच अंतर स्पष्ट कीजिए। **2**

12. बच्चों के लिए मुक्त क्रीड़ा (फ्री-प्ले) की क्या हानियाँ हैं ? **2**

13. समन्वयन और संतुलन योग्यता का संक्षिप्त विवरण दीजिए। **2**

14. वस्तु-सूची प्रबंधन का क्या महत्त्व है ? **2**

15. लचीलेपन और भार को मापने के लिए उपयोग किए जाने वाले उपकरणों को सूचीबद्ध करें। **2**

16. पुष्टि (फिटनेस) और मनोरंजन कार्यक्रम पर एक संक्षिप्त टिप्पणी लिखिए। **2**

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

17. एक शारीरिक गतिविधि अनुदेशक व्यावसायिक शिष्टाचार को कैसे बनाए रखता है ? **4**

18. मुक्त क्रीड़ा गतिविधि के लिए एक पाठ योजना तैयार करें। **4**

19. खेल उपकरण और सामग्री का चयन करते समय किन कारकों को ध्यान में रखना चाहिए ? उनमें से किन्हीं दो की व्याख्या कीजिए। **4**

20. कक्षा 6 के छात्र की पुष्टि के लिए एक प्रतिरूप आंकलन (असेसमेंट) रिपोर्ट तैयार करें। **4**

21. शारीरिक पुष्टि के किन्हीं दो स्वास्थ्य संबंधी घटकों तथा किन्हीं दो कौशल संबंधी घटकों की व्याख्या कीजिए। **4**

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

11. Differentiate between formative and diagnostic evaluation. **2**

12. What are the disadvantages of free play for children ? **2**

13. Briefly explain co-ordination and balance ability. **2**

14. What is the importance of Inventory Management ? **2**

15. Enlist the equipment used for measuring flexibility and weight. **2**

16. Write a short note on Fitness & Recreation program. **2**

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

17. How does a physical activity facilitator maintain professional etiquettes ? **4**

18. Prepare a lesson plan for free play activity. **4**

19. What factors should be kept in mind while selecting sports equipment and props ? Explain any two of them. **4**

20. Create a sample assessment report of fitness of class 6^{th} student. **4**

21. Explain any two Health related components and any two skill related components of physical fitness. **4**