aglasem.com

FOR HARYANA CLASS 10 PREPARATION

HBSE Class 10 Sample Paper 2027 Physical Education

EXAM	YEAR	TYPE	SUBJECT
Haryana Class 10	2027	Sample Paper	Physical Education

Sample Paper (2026-27) CLASS: 10th (Secondary)

Roll No. | | | | | | | | | | |

शारीरिक शिक्षा
PHYSICAL EDUCATION
[Hindi and English Medium]
ACADEMIC

[Time allowed: 3 hours] [Maximum Marks: 60]

सामान्य निर्देश

कृपया सुनिश्चित कर लें कि इस प्रश्नपत्र में 30 प्रश्न हैं जो ..... पृष्ठों पर अंकित हैं।
Please make sure that the printed pages in the question paper are(..) in number and it contains 30 questions.

प्रश्न क्रमांक 1 से 15 वस्तुनिष्ठ प्रकार के प्रश्न हैं, जिनमे से प्रत्येक प्रश्न एक अंक का है |

प्रश्न क्रमांक 16से 21 अति लघु उत्तरीय प्रश्न हैं, (प्रश्न संख्या 16 व 17 में आंतरिक विकल्प के साथ) जिनमे से प्रत्येक प्रश्न दो अंक का है |

प्रश्न क्रमांक 22 से 27 लघु उत्तरीय प्रश्न हैं, (प्रश्न संख्या 22 व 23 में आंतरिक विकल्प के साथ) जिनमे से प्रत्येक प्रश्न तीन अंक का है |

प्रश्न क्रमांक 28से 30 दीर्घ उत्तरीय प्रश्न हैं, (सभी प्रश्न आंतरिक विकल्प के साथ) प्रत्येक प्रश्न पांच अंक का है |

GENERAL INSTRUCTIONS:-

*Question no. 1 to 15 are objective type questions carrying 1 mark each.

* Question no. 16 to 21 are Very Short type questions (with internal choice in question no. 16 and 17) carrying 2 marks each.

* Question no. 22 to 27 are Short type questions (with internal choice in question no. 22 and 23) carrying 3 marks each.

* Question no. 28 to 30 are Long answer type questions (with internal choice in all three questions) carrying 5 marks each.

Objective Type Questions
(01 mark each)

प्रश्न -1 मेजर ध्यानचंद खेल रत्न पुरस्कार विजेताओं को कितनी राशी मिलती है?

(क) 15 लाख (ख) 10 लाख

(ग) 25 लाख (घ) 12 लाख

How much amount is given in Major Dhyan Chand Khel Ratna Award?

a) 15 Lakhs b) 10 Lakhs

c) 25 Lakhs d) 12 Lakhs

प्रश्न -2 खो-खो खेल में कितने खिलाड़ी होते हैं?

(क) पांच (ख) छह: (ग) सात (घ) बारह

Que:-How many players are there in Kho-Kho game?

a) Five b) Six c) Seven d) Twelve

प्रश्न -3 "शारीरिक शिक्षा की बुनियाद" नामक पुस्तक किसने लिखी?

(क) लास्की (ख) बी० वाल्टर (ग) चार्ल्स ए० बुचर (घ) जे०बी.नैश

Qu: Who is the author of the book "Foundations of Physical Education"?

(a) Loski b) B. Walter (c) C.A. Boucher (d) J.B. Nash

प्रश्न -4 जैवलिन थ्रो में सेक्टर कोण कितना होता है?

(क) 34.92′ (ख) 24′ (ग) 27′ (घ) 29′

Que:-What is the sector angle in javelin throw?

a) 34.92′ b) 24′ c) 27′ d) 29′

प्रश्न 5. वॉलीबॉल कोर्ट की लंबाई और चौड़ाई (.....) होती है।

Length and width of volleyball court is (.....)

_____

प्रश्न 6. फेफड़े **(.....)** तंत्र का हिस्सा हैं।
Que: The Lungs are the primary organs of **(.....)** system)?

_____

प्रश्न: 7 अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस (.....) को मनाया जाता है।
Que: International Yoga Day is celebrated on (.....)

_____

प्रश्न -8 मानक ट्रैक की कुल लम्बाई (.....) होती है।

Que: - Total length of standard track is (.....)

_____

प्रश्न –9 एक वयस्क मानव शरीर में कुल कितनी हड्डियाँ होती हैं

Que: How many bones are there in the body of an adult?

_____

प्रश्न -10 प्राणायाम में सांस अंदर खींचने की प्रक्रिया को क्या कहा जाता है?
Que: In which step of Pranayama; the breath is inhaled?

_____

प्रश्न -11 एक धड़कन में पंप किए गए रक्त की मात्रा क्या को कहते हैं।
Que: - Name the term; volume of blood pumped from a heart with each heartbeat.

_____

प्रश्न -12 रिकेट्स रोग मुख्य रूप से किस विटामिन की कमी के कारण होता है?

Que: - Deficiency of which Vitamin causes Rickets?

_____

(अभिकथन/ कारण (ASSERTION/ REASONING)

नीचे दो कथन दिए गए हैं। एक को **अभिकथन (A)** और दुसरे को **कारण (R)** के रूप में दर्शाया गया है। सही कथन चुनिए। There are two statements which are stated below and labelled as Assertion (A) and Reasoning (R). Choose the correct answer.

_____

प्रश्न -13 अभिकथन (A) एथलेटिक्स को खेलों की रानी कहा जाता है ।

कारण (R) ट्रैक व फील्ड इवेंट्स में भाग लेने वाले को एथलीट कहते हैं ।

उपर्युक्त कथनों के आधार पर सही विकल्प चुनिए ।

उत्तर –
(क) अभिकथन (A) सही है लेकिन कारण (R) गलत है ।
(ख) अभिकथन (A) गलत है लेकिन कारण (R) सही है ।
(ग) (A) और (R) दोनों सही हैं और (R); (A) की सही व्याख्या करता है ।
(घ) (A) और (R) दोनों सही हैं लेकिन (R); (A) की सही व्याख्या नहीं करता ।

ASSERTION (A) Athletics is called as queen of sports.

REASON (R): Those who participate in track and field events are called athlete. Select the correct statement

Ans: select the correct statement

(a) (A) is right but (R) is wrong
(b) (A) is wrong but (R) is right
(c) (A) and (R) both are right and (R) is correct explanation of (A)
(d) (A) and (R) both are right but (R) is not correct explanation of (A)

प्रश्न -14 अभिकथन (A)**:** बॉडी मास इंडेक्स को क़्वेटलेट इंडेक्स भी कहा जाता है।

कारण (R) : बी. एम.आई. को अडोल्फ क़्वेटलेट ने 1930-1950 के बीच विकसित किया ।

उपर्युक्त कथनों के आधार पर सही विकल्प चुनिए ।

(क) अभिकथन (A) सही है लेकिन कारण (R) गलत है ।
(ख) अभिकथन (A) गलत है लेकिन कारण (R) सही है ।
(ग) (A) और (R) दोनों सही हैं और (R); (A) की सही व्याख्या करता है ।
(घ) (A) और (R) दोनों सही हैं लेकिन (R); (A) की सही व्याख्या नहीं करता ।

Qn: Assertion (A) Body Mass Index is also called as Quetlet Index.
Reason (R) B.M.I was developed by Adolf Quetlet between1930-1950.

Ans: select the correct statement

(a) (A) is right but (R) is wrong
(b) (A) is wrong but (R) is right
(c) (A) and (R) both are right and (R) is correct explanation of (A)
(d) (A) and (R) both are right but (R) is not correct explanation of (A)

प्रश्न -15 अभिकथन (A): घेंघा रोग गले (Throat) का रोग है।

कारण (R): इसका मुख्य कारण शरीर में आयोडीन की कमी या थायरॉइड हार्मोन का असंतुलन होना है

उपर्युक्त कथनों के आधार पर सही विकल्प चुनिए।
(क) अभिकथन (A) सही है लेकिन कारण (R) गलत है।
(ख) अभिकथन (A) गलत है लेकिन कारण (R) सही है।
(ग) (A) और (R) दोनों सही हैं और (R); (A) की सही व्याख्या करता है।
(घ) (A) और (R) दोनों सही हैं लेकिन (R); (A) की सही व्याख्या नहीं करता।

Qn: Assertion (A) Goitre is a diseases of throat.

Reason (R) It is due to deficiency of Iodine and imbalance of thyroid harmone.

Ans: select the correct statement
(a) (A) is right but (R) is wrong
(b) (A) is wrong but (R) is right
(c) (A) and (R) both are right and (R) is correct explanation of (A)
(d) (A) and (R) both are right but (R) is not correct explanation of (A)

(Very Short Answer Type Questions)
2 Marks Each

प्रश्न -16 मानव हृदय के कोई दो कार्य बताइए।
Write any two functions of Human Heart.

(अथवा/OR**)**

प्रश्न -16(अथवा) C.P.R. से आप क्या समझते हैं? What do you mean by CPR?

प्रश्न -17 शारीरिक शिक्षा का अर्थ और परिभाषा लिखिए ।

Write the meaning and definition of physical education

(अथवा/OR**)**

प्रश्न -17(अथवा) शारीरिक **शिक्षा और गणित के बीच क्या संबंध है?**

What is relation between Physical Education and Mathematics?

प्रश्न -18 वायु प्रदूषण के मानव स्वास्थ्य पर दो दुष्प्रभाव लिखिए?

Write any two harmful effects of air pollution on human health

---

प्रश्न -19 वृद्धि एवं विकास से आप क्या समझते हैं?

Que: What do you mean by gowth and Development**?**

प्रश्न - (20) वायुमंडल के बारे में आप क्या जानते हैं? वायु में पाई जाने वाली मुख्य गैसों का वर्णन कीजिए I What do you mean by Atmosphere? Describe the composition of air and main gases found in air.

प्रश्न -21 वॉलीबॉल खेल के मुख्य कौशल कौन- कौन से हैं?

Name various skills of volleyball game.

(Short Answer Type Questions)

3 Marks Each

प्रश्न 22 (B.M.I.) से आपका क्या अभिप्राय है? 63 किलोग्राम वजन और 170 सेंटीमीटर ऊंचाई वाले व्यक्ति की बी एम् आई (B.M.I.) की गणना कीजिए |What do you mean by B.M.I.? Calculate the BMI of a person with mass of 63 Kgs and height 170 cms.

_____

(अथवा/OR**)**

_____

प्रश्न -22 (अथवा) तनाव को नियंत्रित करने में योग की क्या भूमिका है?

Que: - What is role of Yoga in controlling Stress?

_____

प्रश्न -23 अर्जुन पुरस्कार पर विस्तृत नोट लिखिए।.

Write a detailed note on Arjun Award.

_____

(अथवा/OR**)**

_____

प्रश्न -23 (अथवा) भारत के प्रमुख राष्ट्रीय खेल पुरस्कारों के नाम लिखिए I Name the National Sports Awards.

_____

प्रश्न -24 एथलेटिक्स क्या है इसमें कौन-कौन से इवेंट्स होते हैं? What do you mean by athletics, name all the events of athletics?

_____

प्रश्न -25 श्वशन संस्थान के (मुख्य अंग और उनके कार्य लिखिए I

Name the parts/organs of the Respiratory system and their function.

_____

प्रश्न-26 प्राथमिक चिकित्सा क्या है? इसका महत्त्व भी लिखिए |

QN.26: What is First-Aid? Write its importance

प्रश्न 27- मांसपेशियों के प्रकार और कार्य लिखिए।

What are the types and functions of muscles?

Long Answer Type Questions
5 Marks Each

प्रश्न -28 रक्त परिसंचरण तंत्र का संक्षेप में वर्णन कीजिए। Describe blood circulatory system in brief

---

(अथवा/OR**)**

प्रश्न -28 (अथवा) व्यायाम द्वारा मांसपेशीय तंत्र पर पड़ने वाले प्रभावों का उल्लेख कीजिए I What are the effects of exercises on muscular system?

प्रश्न -29 विटामिनों से आपका क्या अभिप्राय है? उनके प्रकार और उनकी कमी से होने वाले रोगों के नाम लिखिए I What do you mean by Vitamins? Write their types and diseases caused due to their deficiency.

(अथवा/OR**)**

प्रश्न-29 (अथवा)

संतुलित आहार के मुख्य घटक कौन कौन से हैं? इसके महत्त्व भी लिखिए।

Name the components of Balanced Diet. Write its importance

प्रश्न -30 शारीरिक शिक्षा क्या है इसके मुख्य उद्देश्य लिखिए I What do you mean by Physical Education and any three of its objectives.

(अथवा/OR**)**

प्रश्न -30 (अथवा) प्रदूषण क्या है इसके प्रकार और कारण लिखिए I What do you mean by Pollution, name its type and causes.

COMPLETE
