

भंगहा नगरपालिका

Bhangaha Municipality

आधारभूत तह परीक्षा

Basic Level Examination

कक्षा (class)-८ (Eight)

पूर्णाङ्क -५०

विषय (subject) :- स्वास्थ्य शारीरिक तथा सिर्जनात्मक कला

समय:-२ घण्टा

सबै प्रश्नको उत्तर दिनुहोस । (Answer all the questions)

'समूह 'क' (Group A)

अति छोटो उत्तर आउने प्रश्नहरू (Very short Answer questions)

[10X1=10]

1. वीर्य थैलीले के काम गर्छ ? (What does the seminal Vesicle do?)
2. इकोसान कस्तो चर्पी हो ? (What kind of toilet is ecosan?)
3. खाद्य उपयोगिता भनेको के हो ? (What is food Utility?)
4. यौन रोगको रोकथामका लागि गरिने एक उपाय लेखुहोस् । (write one measure to prevent sexually transmitted diseases)
5. इम्प्लान्ट गर्भनिरोधकको कस्तो विधि हो ? (What kind of Contraceptive method is mplant?)
6. प्राथमिक उपचार भनेको के हो? CWhat is first aid 2)
7. कस्ता क्रियाकलापलाई साहसिक क्रियाकलाप भनिन्छ ? (What activities are called and venture activities?)
8. फूटबलको सुरुआत के वाट हुन्छ ? (What is the beginning of football?)
9. आहार्य अभिनय भनेको के हो ? (What is aaharya acting 2)
10. दिइएको चित्र सिर्जनात्मक कलाको कुन कार्यसँग सम्बन्धित छ ? (Which activity of creative arts does the given Figure belong to?)

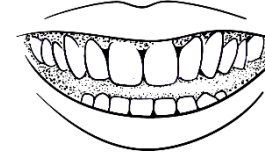


समूह 'ख' (Group B)

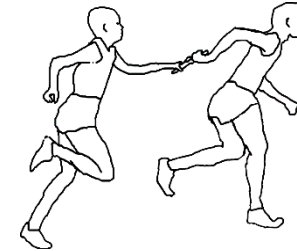
छोटो उत्तर उत्तरलो आउने प्रश्नहरू (Short answer questions)

11. प्याड क्रियाजलाई मिश्रीत ग्रन्थि भन्नुका दुई कारण लेखुहोस् । (Write two reasons why the pancreas is called a compound gland)

12. पूर्ण सरसफाइका लागि व्यक्तिले गर्न सक्ने दुइ कार्य लेखुहोस् । (Write two activities that a person can do for total sanitation)
13. चित्रमा सूक्ष्म पोषक तत्व सम्बन्धी कुन समस्या देखा परेको छ ? सूक्ष्म पोषक तत्वको कमीले कुनै एक रोगको परिचय दिनुहोस् । (Which problems of micronutrients has shown in the given figure? Introduce any one diseases caused by deficiency of micronutrients)



14. यौन रोग रोकथामका कुनै दुई उपाय सुझाउनुहोस । Suggest any two ways to prevent sexually transmitted diseases.)
15. सुरक्षित गर्भपतन गर्न सकिने कुनै दुई अवस्था वर्णन गर्नुहोस । (Describe any two Situations in which safe abortion can be performed.
16. तितरवितर र छुट्टीबीच भिन्नता देखाउनुहोस । (Distinguish between disperse and dismiss .)
17. दिइएको चित्रमा कुन दौड देखाइएको छ ? रिले दौडका साधारण नियम लेखुहोस । (Which race has been shown in the given figure? Write the simple rules of Relay race.)



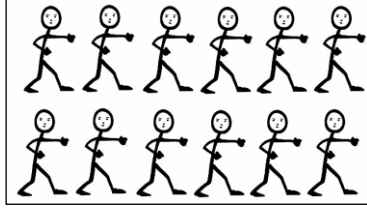
18. हलासनका कुनै दुई फाइदा लेखु होस । (Write any two advantages of Halasana)
19. कलाका आधारभूत नियमको प्रयोग गरी एक बस्तुको चित्र निर्माण गर्नुहोस (Create a picture of an object using the basic rules of art.)
20. तपाईंको कक्षामा गाउनुपर्ने कक्षागत गीत लेखु होस् । (Write the classroom Song to sing in the class.)

समूह 'ग' (Group C)

5x4=20

21. ग्रन्थि प्रणालीका कार्य को वर्णन गर्नुहोस । Describe the functions of the glandular system)
22. लागु पदार्थ दुर्व्यसनको परिचय दिई यसबाट बच्ने उपाय लेखुहोस । (Give an Introduction drug addiction and write a way to avoid it.)
23. खेल मैदानमा सुरक्षित रहने कुनै चार उपाय लेखुहोस: । (Write any four ways to stay safe on the playground.)

24. चित्रमा कुन कवाज देखाइएको छ ? कवाजको अभ्यासका मुख्य क्रियाकलाप वर्णन गर्नुहोस) (Which drill has been shown in the figure? Describe the main activities of practicing drill.



25. कोलाजको परिचय दिई कोलाग निर्माण गर्ने तरिका वर्णन गर्नुहोस् ।
(Introduce collage and explain the ways to create collage.)

_____ The End _____

भंगहा नगरपालिका

Bhangaha Municipality

आधारभूत तह परीक्षा

Basic Level Examination

कक्षा (class)-८ (Eight)

पूर्णाङ्क -५०

विषय (subject) :- स्वास्थ्य शारीरिक तथा सिर्जनात्मक कला

समय:-२ घण्टा

समूह-क(Group-A)

Answer all the questions.

अति छोटो उत्तर आउने प्रश्नहरू:

10 x 1 = 10

1. स्नायु कोष भनेको के हो ? What is a nerve cell?
2. कुनै एक स्त्री प्रजनन अङ्गको नाम लेख्नुहोस । Write the name of any one female reproductive organ .
3. कुनै एक सामुदायिक स्वास्थ्य समस्या लेख्नुहोस । Write any one community health problem .
4. पसलमा सामान किन्दा कुन कुन विवरण हेर्नुपर्छ ? Which details should be looked at when buying goods at his store?
5. कुन भिटामिनको कमिले रतअन्धो लाग्छ ? Which vitamin deficiency causes night blindness?
6. आगलागी बाट बाच्ने एक उपाय लेख्नुहोस । Write one way to avoid fire .
7. फुटबलको सुरुआत के बाट हुन्छ ? What is the beginning of football?
8. कबड्डीका कुनै दुई आक्रामक सिप लेख्नुहोस । Write any two aggressive skills of kabaddi ?
9. त्रिआयामिक छपाइ भनेको के हो ? What is 3D Printing?
10. तारबाट बन्ने दुई सामग्रीको नाम लेख्नुहोस । Name two material made of wire .

समूह- ख (Group-B)

11. स्नायु प्रणालीका कुनै दुई कार्य लेख्नुहोस । Write any two function of nervous system.
12. सामुदायिक स्वास्थ्य समस्या समाधान गर्ने कुनै दुई उपाय लेख्नुहोस ।

13. कुपोषणका कुनै दुई लक्षण लेखुहोस । Write any two symptoms of malnutrition .
14. विद्यालयको खेल मैदानमा हुने जोखिमबाट कसरी बच्न सकिन्छ ? How can you avoid the risks in the school play ground?
15. व्यायम र कवाजका दुई भिन्नता लेखुहोस । Write two differences between physical exercise and drill .
16. सटपुट फाल्दा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरु लेखुहोस । Write down the things that should be considered while throwing the shotput .
17. योगको परिचय दिई यसका दुई महत्व लेखुहोस । Give an introduction to yoga and write it's the importance .
18. थाटको परिचय दिई दुईओटा थाटको नाम लेखुहोस । Introduce the that and write the names of two that .
19. रागका विशेषताहरु लेखुहोस । Write the characteristics of a rage .
20. आधुनिक र लोकगीतको फरक लेखुहोस । Write the difference between modern and folk songs .

समुह-ग (Group-C)

5

x 4=20

21. विद्यालयमा स्वास्थ्य परीक्षणको महत्व चार बुँदामा लेखुहोस । Write the importance of school health screening in four points .
22. खेल मैदानमा सुरक्षित रहने कुनै चार उपाय लेखुहोस । Write any four ways to stay safe on the playground .
23. बास्केटबलको परिचय दिई यसका सिपहरु लेखुहोस । Given an Introduction to basketball and write its skills .
24. मानवीय संवेगलाइ चित्रमा कसरी व्यक्त गरिन्छ ? How are human emotions expressed in pictures? Describe pictorially.
25. रजस्वला चक्रको वर्णन गर्नुहोस । Describe the menstrual cycle .

समाप्त

भंगहा नगरपालिका

Bhangaha Municipality

आधारभूत तह परीक्षा
Basic Level Examation

कक्षा (class)-८ (Eight)

पूर्णाङ्क -५०

विषय (subject) :- स्वास्थ्य शारीरिक तथा सिर्जनात्मक कला

समय:-२ घण्टा

सबै प्रश्नको उत्तर हिनुहोस
समुह (क) (Group-A)

१. अति छोटो उत्तर आउने प्रश्नहरु

(क) सुषुम्ना बाट कति जोडी सुषुम्ना स्नायु निस्किएका हुन्छन ?

How many pairs of Spinal nerves are released from the spinal cord ?

(ख) मानव शरिरको कुन ग्रन्थिलाई गुरु ग्रन्थि भनिन्छ ?

Which gland of the human body is called the Master Gland ?

(ग) रतन्धो कुन भिटामिनको कमिले गर्दा लाग्छ ?

Lack of which Vitamins causes Night Blindness ?

(घ) इकोसान कस्तो चर्पि हो ?

What kind of toilets is Ecosan ?

(ङ) तनाव भनेको के हो ?

what is the Stress ?

(च) पूर्ण सरसफाइ भनेको के हो ?

what is total Sanitation ?

(छ) सुरक्षित गर्भपतन केलाई भनिन्छ ?

What is the Safe abortion ?

(ज) कुपोषण भनेको के हो ?

what is Malnuetrition ?

(झ) लेक लाग्नु गतेको के हो ?

What is altitude Sickness?

(ञ) कुनै एक नसर्ने रोगको नाम लेखनुहोस ?

write the name of anyone non- cummunicable diseas ?

(ट) गर्भपतन भनेको के हो ?

what is abortion ?

(ठ) कवाज कति चरणका हुन्छ ?

what is done first in neck exercises ?

(ड) सेरामिस भनेको के हो ?

what is ceramic?

(ढ) माटोको मूर्ति बनाउने तरिका लेखनुहोस?

१३. मुटु रोग कसरी लाग्छ ?

How does heart disease?

१४. महिनावारीमा प्रयोग भएको कपडा कसरी सुकाउनुपर्छ ?

१५. खो-खो खेलका सिपहरू के-के हुन ?

Mention the skills of kho kho game ?

१६. नेपाली कलाका मुख्य विशेषताहरू लेखुहोस ?

Write the main features of Nepal ?

समूह (ख) (Group-)

छोटो उत्तर लेखुहोस

समाप्त

२. प्यान्क्रियाज लाई मिश्रित ग्रन्थी पनि भनिन्छ, किन प्रस्ट पार्नुहोस ?

pancreas is also called amixed gland, why ?

३. सामुदायिक स्वास्थ्य समस्या समाधान गर्ने कुनै दुइ उपायहरू लेखुहोस ?

write any two ways to solve community health problem ?

४. स्करभी रोगको दुईवटा लक्षण लेखुहोस ?

write the two Symptom of scurvy ?

५. यौनरोगको रोकथामका लागि गरिने दुईवटा उपायहरू लेखनुहोस ?

write two measure to prevent sexuallytransmitted ?

६. शारिरिक व्याम भनेको के ? यसका कुनै दुई फाइदा लेखुहोस् | What is physical

Exercise ? Write the two advantages of physical Exercise.

७. हाइजम्पमा दुई पोलबिचको दुरी कति हुन्छ ?

What is the distance bittwem two poles in high jump ?

८. कबड्डी खेलका कुनै दुई ओटा नियम लेखनुहोस् ?

Write any two rules of kabaddi game?

९. योगका कुनै दुईओटा महत्व लेखुहोस ?

१०. खयाली तालमा कति मात्रा हुन्छ ।

How many volumes are therer in the Khyalital ?

११. तारबाट बने दुई सामाग्रीको नाम लेखनुहोस ?

Name two materials made of wire ?

समूह (ग)

१२. तपाइको समुदायमा देखिने कुनै चारवटा स्वास्थ्य समस्यालेखनुहोस ?

write any four health problems seen in your community ?

भंगहा नगरपालिका
Bhangaha Municipality
आधारभूत तह परीक्षा
Basic Level Examation

कक्षा (class)-८ (Eight)

पूर्णाङ्क -५०

विषय (subject) :- स्वास्थ्य शारीरिक तथा सिर्जनात्मक कला

समय:-२ घण्टा

सबै प्रश्नको उत्तर दिनुहोस

समुह-क(Group-A)

1. कुनै दुइ पुरुष प्रजनन अङ्गका नाम लेखुहोस ? Write any two names of male reproductive organs .
2. वियर्थैली ले के काम गर्छन ? What does the seminal residue do?
3. चिन्ता भनेको के हो ? What is anxiety .
4. कुपोषण भनेको के हो ? What is malnutrition .
5. खाद् उपयोगिता भनेको के हो ? What is food utilizing ?
6. लेक लाग्नु भनेको के हो ? What is the altitude sickness .
7. भलिबल खेलमा सर्भिस भनेको के हो ? What is service in a volleyball game .
8. फुलबलको सुरात के बाट हुन्छ ? What is the beginning of football ?
9. सेरामिक भनेको के हो ? What is ceramic ?
10. त्रिआयामिक छ भनेको के हो ? What is 3D printing?

छोटो उत्तर दिनुहोस (Give short answer)

1. स्नाफ प्रणालीमा कुनै दुई कार्य लेखुहोस ? Write any two functions of nervous system .
2. पूर्ण सरसफाइमा कुनै दुइ पक्ष लेखुहोस ? Write any two aspects of total sanitation .

3. घेरुलु प्याडको प्रयोग गर्दा हुने दुई फाइदा लेखुहोस ? Write two disadvantages of using domestic pads .
4. कवाज र पिटीको महत्व लेखुहोस ? Write the importance of drill and PT .
5. रिले दौडमा साधारण नियमहरू लेखुहोस ? Write the simple rules of relay race .
6. मकरासन किन गरिन्छ ? Why is makaransana done ?
7. सप्तकको परिचय दिनुहोस ? Introduce the octave/ saptak .
8. ख्याली र सेलोका समानता लेखुहोस ? Write the similarities between khyali and selo .
9. आधुनिक र परम्परागत नृत्यको परिचय दिनुहोस ? Introduce modern and traditional dance ?
10. इकोसान र सुलभ चर्पीमा दुई भिन्नता लेखुहोस ? Write two differences between ecosan and Water seal toilet .

लामो उत्तर दिनुहोस (Give long answer)

1. कुनै चार मानसिक स्वास्थ्य समस्याका वर्णन गर्नुहोस ? Describe any four mental health problems ?
2. विपतमा सुरक्षित रहने कुनै चार उपाय लेखुहोस ? Write any four ways to stay safe in disaster .
3. रक्तसञ्चार तथा श्वासप्रश्वासको कृत्रिम विधिको वर्णन गर्नुहोस ? Describe the artificial methods of bloods circulation and respiration .
4. बास्केटबलको परिचय दिइ यसमा सिपहरू लेखुहोस ? Give an introduction to basketball and write its skills .

समाप्त

Bhangaha Municipality

आधारभूत तह परीक्षा

Basic Level Examation

कक्षा (class)-८ (Eight)

पूर्णाङ्क -५०

विषय (subject) :- स्वास्थ्य शारीरिक तथा सिर्जनात्मक कला

समय:-२ घण्टा

समूह (क) (Group 'A') (१०×१=१०)

अति छोटो उत्तर आउने प्रश्नहरू (Very short answer questions):-

सबै प्रश्नहरूको उत्तर दिनुहोस (Answer all the questions) :-

१. स्नायु कोष भनेको के हो ?

What is a nerve cell .

२. पूर्ण सरसफाईलाई परिभाषित गर्नुहोस ?

Define total sanitation .

३. कुपोषण भनेको के हो ?

What is malnutrition .

४. लेक लाग्नु भनेको के हो ?

What is altitude sickness .

५. किशोर अवस्थामा हुने एक यौन जिज्ञासा लेख्नुहोस ।

Write a sexual curiosity in adolescence .

६. आगलागी बाट बच्ने एक उपाय लेख्नुहोस ?

Write one way to avoid fire?

७. शारीरिक व्यायाम भनेको के हो ?

What is physical exercises .

८. योग भनेको के हो ?

What is Yoga?

९. तारबाट बन्ने एक सामग्रीको नाम लेख्नुहोस ?

Name One materials made of wire?

१०. संगीतका महत्व एक बुँदा मा लेख्नुहोस ?

Write the importance of music in one parts ?

समूह —ख(Group-B)

छोटो उत्तर आउने प्रश्नहरू । (Short answer question)

११. कुनै दुई पुरुष प्रजनन अंगका नाम लेख्नुहोस ?

Write any two names of male reproductive organs ?

१२. तनाव व्यवस्थापनका कुनै दुई रचनात्मक उपाय लेख्नुहोस ?

Write any two creative ways to manage stress ?

१३. खाद्य सुरक्षाको दुई तत्व लेख्नुहोस ।

Write two elements of food security ?

१४. आगलागीबाट बच्ने दुई उपाय लेख्नुहोस ?

Write two ways to avoid fire ?

१५. शारीरिक व्यायाम बाट हुने दुई फाइदा लेख्नुहोस ?

Write two advantage of physical exercise ?

१६. रिले दौडका दुई ओटा साधारण नियमहरू लेख्नुहोस ?

Write the two simple rules of relay race ?

१७. सुक्कम यौग कुनै दुई आवश्यकता लेख्नुहोस ?

Write any two necessary of microyota ?

१८. औपचारिक संतुलन कायम गर्ने कार्य लेख्नुहोस ?

Write the function of one work formal balance ?

१९. कलेजको कुनै दुई महत्व लेख्नुहोस ?

Write any two importance of collage ?

२०. नृत्यको कारण स्वास्थ्यमा पर्ने कुनै दुई प्रभाव लेख्नुहोस ?

Write any two effect of dance on human health ?

समूह-ग(Group-C)

लामो उत्तर आउने प्रश्नहरू:

२१. ग्रन्थि प्रणालीका चार कार्यमो वर्णन गर्नुहोस ?

Describe the four function of the glandular system?

२२. मानसिक स्वास्थ्य समस्या व्यवस्थापन गर्ने चार उपायहरू लेख्नुहोस ?

Write the four ways to manage mental health problems ?

२३. खाद्य सुरक्षा किन आवश्यक छ ? दुई कारणहरू उल्लेख गर्नुहोस ?

Food security is it necessary ? Writes any two cause?

२४. रिले दौडको परिचय दिइ कुनै दुई नियमहरू लेख्नुहोस ?

Introduce relay race and writes any two its rales ?

२५. खेर गएका वस्तु बाट निर्माण कार्य गर्दा हुने चार फाइदाहरू लेख्नुहोस ?

Writes the four benefits of building from ways to materials .

समाप्त

भंगहा नगरपालिका

Bhangaha Municipality

आधारभूत तह परीक्षा

Basic Level Examation

कक्षा (class)-८ (Eight)

पूर्णाङ्क -५०

विषय (subject) :- स्वास्थ्य शारीरिक तथा सिर्जनात्मक कला समय:-२ घण्टा सबै

प्रश्नहरू अनिवार्य छन् ।

Answer all the questions.

समूह क Group A 10x1 = 10

- वयस्क व्यक्तिमा मस्तिस्कको औसत तौल कति हुन्छ ।
What is the average weight of brain in adult person ?
- कुन ग्रन्थीले इन्सुलिन हार्मोन उत्पादन गर्छ । Which gland produces insulin harmon ?
- सामुदायिक स्वास्थ्य भनेको के हो ? What is community Health ?
- कुन भिटामिनको कमिले रतन्धो लाग्छ ? Which Vitamin deficiency cause night blindness ?
- कुपोषणको कुनै एउटा कारण लेखुहोस ? Write a cause of malnutrition.
- HIV को पुरा रूप लेखुहोस ? Write fulform of HIV.
- छपाई भनेको के हो ? What is print making ?
- कलेजको एउटा महत्व लेखुहोस ? Write one importance of collage.
- ख्याली तालमा कति मात्रा हुन्छन ? How many volumes are there in khyali tal.
- संगीतको एउटा महत्व लेखुहोस ? Write one importance of music.

समूह ख Group B

छोटो उत्तर आउने प्रश्नहरू 10x 2 = 20

- स्नायु प्रणालीका दुई कार्यहरू लेखुहोस ? Write any two functions of Nervous system ?
- तपाईंको समुदायमा भएको दुई सामुदायिक स्वास्थ्य समस्याको समाधान गर्ने उपायहरू लेखुहोस । Write any two ways to solve the community health problems in your community ?
- तपाईं आफ्नो परिवारका सदस्यलाई कुपोषणबाट कसरी बचाउन सक्नुहुन्छ । How can you keep safe your family members from malnutrition ?
- HIV AIDS बाट बच्ने दुइ उपायहरू लेखुहोस ? Write two safty measures of HIV/AIDS

१५.पेटको व्यायाम गर्दा हुने कुनै दुई फाईदाहरू लेखुहोस ? Write two advantage of abdomen exercise ?

१६.रिले दौडका साधारण नियम तपाईं आफ्नो साथीलाई कसरी सिकाउनु हुन्छ । How can you teach the rules of relay race to your friend ?

१७.तपाईं आफ्नो समुदायमा योग स्वास्थ्य जीवनको आधार हो भन्ने तथ्यलाई कसरी पुष्टी गर्नुहुन्छ ? How do you prove that yuga is the base for healthy life in your community ?

१८.फुटबल खेल लोकप्रिय हुनाका दुई कारणहरू लेखुहोस । Write two reasons of being popular of football game.

१९.तपाईंको गाउँघरमा मेला पर्व र उत्सवमा गाइने कुनै एक स्थानीय गीत लेखुहोस ? Write any one of the local songs that is sung in fairs, festivals and celebrations in your village.

२०.नृत्यले कसरी मानसिक सन्तुलन कायम राख्दछ । How does dance maintain mental balance ?

समूह ग Group C

5x 4 = 20

२१.वर्तमान समयमा तपाईंको समाजमा साथी संगतको लहैलहैमा लागेर लागु पदार्थ सेवन गर्नेको संख्या दिनानु दिन बढिरहेको छ । यो समस्या सामाधानको लागि तपाईंले कस्ता उपायहरू अपनाउनु हुन्छ । आफ्नो विचार प्रस्तुत गर्नुहोस । The number of drug addicts are increasing day by day in your society at present time, How can you solve this problem ? present your own opinion.

२२.स्त्री प्रजनन प्रणालीका बाह्य अंगको चित्र बनाइ नाम लेखुहोस । Draw and name the external parts of female reproductive system.

२३.खेल मैदानमा सुरक्षित रहने कुनै चार उपायहरू लेखुहोस । Write any four ways to stay safe on the play ground.

२४.सटपुटको परिचय दिई यसका चरणहरू लेखुहोस । Give an introduction to shotput and write its steps.

२५.कलाको आधारभूत नियम लेखी कुनै एक वस्तुको चित्र बनाउनुहोस । Sketch one thing of an art after writing the basic rules of art .

Best of luck

भंगहा नगरपालिका
Bhangaha Municipality
आधारभूत तह परीक्षा
Basic Level Examation

कक्षा (class)-८ (Eight)

पूर्णाङ्क -५०

विषय (subject) :- स्वास्थ्य शारीरिक तथा सिर्जनात्मक कला

समय:-२ घण्टा

अति छोटो उत्तर लेख्नुहोस: १*१०-१०

क) कुन ग्रन्थीले इनसुलिन हार्मोन उत्पादन गर्छ ?

Which gland produce insulin harmon ?

ख) चिन्ता भनेको के हो ?

What is anxiety ?

ग) गर्भाशयलाइ के ले अड्याएको हुन्छ ?

What is uterus supported by ?

घ) कुपोषण भनेको के हो ?

What is Malnutrition ?

ङ) हिउँले खादा सर्व प्रथम के हुन्छ ?

What happens first due to frost bite ?

च) क्रिकेट खेलमा व्यरिडका कुनै दुइ सीप लेख्नुहोस ?

Write any two skills of batting in the game ?

छ) फुटवल खेलको सुरुवात के बाट हुन्छ ?

ज) कलेज भनेको के हो ?

What is Collage ?

झ) सेरामिक्स भनेको के हो ?

What is called Ceramices ?

ञ) गर्भपतन भनेको के हो ?

What is abortion ?

प्रश्न नं.२. तलका प्रश्नहरूको छोटो लेख्नुहोस ।

Write Give short answer . 2 x 10 =20

क) स्नायु प्रणाली भनेको के हो ? यसका कुनै दुई कार्यहरू लेख्नुहोस । What is called nervous system? Write any two function of nervous system ?

ख) रतन्धो रोगबाट बच्ने कुनै दुइ उपायहरू लेख्नुहोस ?

Write any two measure to prevent of night blindness?

ग) सामुदायिक स्वास्थ्य समस्या सामाधान गर्ने कुनै दुइ उपाय लेख्नुहोस ? Write any two ways to solve community health problems ?

घ) महिनावारी चक्रका चरणहरू लेख्नुहोस ? Write the stage of menstrual cycle ?

ङ) तितर वितर र छुट्टी विचको कुनै दुइ भिन्नता लेख्नुहोस ।

Distinguish between disperse and dismiss ?

च) रिले दौडका सधारण नियमहरू लेख्नुहोस ? Write the simple rules of relay race ?

छ) मकरासन किन गरिन्छ ? Why is makarasna done ?

ज) रागका विशेषताहरू लेख्नुहोस ? Write the characteries of raga ?

झ) आधुनिक र लोक गीतको फरक लेख्नुहोस ?

Introduce moderan and traditional dance ?

ञ) झपतालमा अधारित एउटा गीत वा अलङ्कारको उदाहर दिनुहोस ? Give example of song or ornament based of Jhaptal ?

Group 'C'

लामो उत्तर लेख्नुहोस:-

4 x 5 = 20

३. लागु पदार्थ भनेको के हो ? यसबाट बच्ने उपायहरू लेख्नुहोस ?

What is called drug addition ? Write a way to avoid it ?

४. कलाको परिचय दिइ यसका अधारभुत नियमहरूको वर्णन गर्नुहोस ? Introduce art and describe its basic rules ?

५. भलिवल खेलको परिचय दिइ यो खेल खेल्ने सधारण नियमहरू लेख्नुहोस ? Introduce of volleyball and write its basic rules ?

६. रोग भनेको के हो ? यो कति प्रकारको हुन्छ ? सर्ने र नसर्ने रोग विचको कुनै दुइ आय भिन्ता लेख्नुहोस ? What is called disease ? How many kinds of disease . Different between communicable and non-communicable disease ?

७. प्राथमिक उपचार भनेको के हो ? करेन्ट लागेको व्यक्तिलाइ कसरी प्राथमिक उपचार गरिन्छ ? What is called first aid ? Write prevent of current ?

समाप्त