

कञ्चन गाउँपालिका स्तरीय

अभ्यास परीक्षा-२०८१

विषय: स्वास्थ्य शारीरिक शिक्षा तथा सिर्जनात्मक कला

कक्षा: ८

पूर्णाङ्क : ५०

समय: २ घण्टा

समूह "क"

अति छोटो उत्तर दिनुहोस् :

१०x१ = १०

१. सुषुम्नाबाट कति जोडी सुषुम्ना स्नायुहरू निस्किएका हुन्छन् ? How many pairs of spinal nerves are released from the Spinal cord ?
२. प्रजनन भनेको के हो ? What is reproduction ?
३. पूर्ण सरसफाई भनेको के हो ? What is total sanitation ?
४. खो खो का दुइ मुख्य सिपहरू लेख्नुहोस् । Write down two main skills of kho kho.
५. घरेलु हिंसाको एउटा उदाहरण लेख्नुहोस् । Write an example of domestic Violence .
६. अण्डासयले कुन कुन हर्मोन उत्पादन गर्छ ? Which hormone is produced by ovaries ?
७. कलाको परिचय दिनुहोस् । Give introduce about art.
८. अनुपात भनेको के हो ? What is proportion ?
९. कोलाज बनाउन आवश्यक पर्ने दुई स्थानीय सामग्रीको नाम लेख्नुहोस् । Name any two local materials needed to make a collage .
१०. डिप्रेसन भन्नाले के बुझिन्छ ? What do you mean by depression ?

समूह "ख"

छोटो उत्तर दिनुहोस् :

१०x २ = २०

११. स्नायु प्रणालि भनेको के हो ? त्यसको कुनै दुइ वटा कार्य लेख्नुहोस् । What is the nervous system ? Write down any two functions of its .
१२. प्याकेटका तयारी खाना खाँदा मानिसहरूलाई हुने कुनै ४ असरहरू लेख्नुहोस् । Write any four harms to men that are caused by Junk food.
१३. हृदयघातका लक्षणहरू के के हुन ? Write the symptoms of Heart Attack.

१४. इकोसान र सुलभ चर्पीका दुइ भिन्नता लेख्नुहोस् । Write any two difference between ecosan and water -Seal toilet.
१५. यौन रोग रोकथामका कुनै दुईसुझावहरू लेख्नुहोस् । Suggest any two method of controlling sexually transmitted disease.
१६. कवाजका विभिन्न आदेशहरूको सूची बनाउनुहोस् । Make list of the different commands of drill
१७. पञ्जि जम्पिङ गर्नुअघि ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू लेख्नुहोस् । Write down the things to be considered Bungee jumping.
१८. क्रिकेट खेलको आधारभुत सिपहरू के के हुन ? छोटकरीमा लेख्नुहोस् । Write down the basic skills of cricket . And mention in short.
१९. योग किन आवश्यक छ ? कारण दिनुहोस् । Why is necessary of yoga? Give reason.
२०. नृत्यले कसरी मानसिक सन्तुलन कायम गर्छ ? How does dance maintain mental balance?

समूह "ग"

लामो उत्तर दिनुहोस् :

५x ४=२०

२१. मातृ स्वास्थ्य पोषण र स्वास्थ्य बिमा कार्यक्रमले सामुदायिक स्वास्थ्य प्रवर्धन गर्न सहयोग गरिरहेको छ । यस कथनलाई उदाहरण सहित पुष्टि गर्नुहोस् । Maternal health nutrition and health insurance program are supporting to promote the community health. Justify this statement with examples.
२२. यौन रोग भनेको के हो ? यौन रोगका कुनै तीन रोकथाम र नियन्त्रणका उपायहरू लेख्नुहोस् । What is a sexually transmitted infection ? write any three preventive and controlling measure of STDs .
२३. बिपतको समयमा जेष्ठ नागरिक र बालबालिकालाई प्राथमिकता दिनुपर्ने कुनै चार कारणहरू लेख्नुहोस् । Write any four reasons. why we should give priority to senior citizens and children during the disaster.
२४. मानव जीवनमा संगितको महत्व बुदागत रूपमा लेख्नुहोस् । Write down the important of music in human life.
२५. दुखी भाव देखाउने एउटा मानव आकृति कोर्नुहोस् । Draw a human figure showing sad mood.

/ समाप्त /