

पोखरा महानगरपालिका, कास्की (Pokhara Metropolitan City, Kaski)  
आधारभूत तह उत्तीर्ण परीक्षा-२०८२ (Basic Level Examination-2082)

कक्षा : आठ

समय : २:०० घण्टा

पूर्णाङ्क : ५०

विषय : स्वास्थ्य, शारीरिक तथा सिर्जनात्मक कला

Subject: Health, Physical & Creative Arts

सबै प्रश्नहरू अनिवार्य छन् । (Attempt all questions.)

समूह (क) (Group 'A')

तलका प्रश्नहरूको अति छोटो उत्तर दिनुहोस : (10×1=10)

Give very short answer to following questions.

१. मस्तिष्कको कुन भागले मांसपेशीको चाल नियन्त्रण र समन्वय गर्दछ? (Which part of the brain controls and coordinates muscular movement?)
२. सामान्यतः निषेचन स्त्री प्रजनन प्रणालीको कुन भागमा हुन्छ ? (Where does fertilization generally occur in female reproductive system?)
३. भांग/गाँजा सेवन गर्ने व्यक्तिलाई हुने एक सजाय लेख्नुहोस् । (Write a punishment for the person who consumes cannabis.)
४. सुकेनासका कुनै दुई लक्षणहरू उल्लेख गर्नुहोस् ? (State any two symptoms of Marasmus.)
५. हाम्रो भोजनमा "भिटामिन ए" को कमी भयो भने कुन रोग लाग्न सक्छ ? (Which disease may be caused due to lack of "Vitamin A" in our diet?)
६. कोरोनरी मुटु रोगको एक वाक्यमा परिभाषा दिनुहोस् । (Define coronary heart disease in a sentence.)
७. एक प्रश्नको मात्र उत्तर दिनुहोस् । (Attempt only one question.)  
भलिबल खेलका कुनै दुई आक्रामक सीपहरू लेख्नुहोस् । (Write any two offensive skills of Volleyball game.)

अथवा (or)

क्रिकेट खेलमा "ब्याटिङ्ग" अन्तर्गतका कुनै दुई आधारभूत सीपहरू लेख्नुहोस्

। (Write any two basic skills of cricket game under "Batting".)

८. एक प्रश्नको मात्र उत्तर दिनुहोस् । (Attempt only one question.)

फुटबल खेलको अर्को लोकप्रिय नाम के हो? (What is the next popular name of Football game?)

अथवा (or)

खो-खो खेलमा "खो" दिने कुनै दुई तरिकाहरू उल्लेख गर्नुहोस् । (State any two methods of "Giving Kho" in kho-kho game.)

९. कोलाज निर्माणको लागि सतहको रूपमा प्रयोग गर्न सकिने कुनै दुई सामग्रीहरूको नाम दिनुहोस् ? (Name any two materials that can be used as the base of collage construction.)

१०. छपाइ कार्यको छोटो परिचय दिनुहोस् । (Give a short introduction of print making.)

समूह (ब) (Group 'B')

तलका प्रश्नहरूको छोटो उत्तर दिनुहोस् । (10×2=20)

Give short answer to the following questions.

११. नलीविहिन ग्रन्थीहरूका मुख्य दुई विशेषताहरू लेख्नुहोस् । (Write two major characteristics of endocrine glands.)
१२. पूर्ण सरसफाईका लागि परिवारले गर्नुपर्ने कुनै दुई कार्यहरू लेख्नुहोस् । (Write any two actions that a family should do for total sanitation.)
१३. बजारमा सामान खरिद गर्दा ध्यान दिनुपर्ने कुनै दुई बुँदाहरू सुझाउनुहोस् । (Suggest any two points that should be considered while buying goods in the market.)

१४. प्राथमिक उपचारमा सबै भन्दा उपयुक्त विधि कुन हो? यसको पूरा रूप लेख्नुहोस् ।  
(Which method is the most appropriate in first aid? Write its full form.)
१५. गर्धनको व्यायाम गर्दा हुने कुनै दुई फाइदाहरू लेख्नुहोस् । (Write any two benefits while performing Exercise of Neck.)
१६. लड-जम्पका कुनै चार वटा नियमहरूको सूची तयार पार्नुहोस् । (List out any four rules of long jump.)
१७. क्विक स्केचको प्रयोग गरी पूर्ण हलासनको स्थिर चित्र कोर्नुहोस् । (Draw a still figure of perfect Halasan by using quick sketch.)
१८. सङ्गितका कुनै चार शारीरिक फाइदाहरू लेख्नुहोस् । (Write any four physical benefits of music.)
१९. सारंगी निर्माणमा घोडाको सम्बन्ध कुनै दुई बुँदामा देखाउनुहोस् । (Show the relation between horse and construction of Sarangi in any two points.)
२०. चरित्र अभिनय गर्दा तपाईंले के-के कुरामा ध्यान दिनुहुन्छ ? कुनै चार बुँदाहरू उल्लेख गर्नुहोस् । (What points do you consider while performing "character acting"? State any four points.)

समूह (ग) (Group 'C')

तलका प्रश्नहरूको लामो उत्तर दिनुहोस् : (5×4=20)

Give long answer to following questions.

२१. तपाईंको जीवनमा मानसिक स्वास्थ्य समस्या देखा परेमा कसरी व्यवस्थापन गर्नुहुन्छ ? कुनै चार बुँदामा लेख्नुहोस् । (How do you manage mental health problems if they occur in your life? Write in any four points.)

२२. घरमा आगलागी विपद पर्न सक्ने कुनै चार सम्भावित कारणहरु लेखी त्यस बेला आफ्नो सुरक्षाको लागि तपाईंले अपनाउन सक्ने कुनै दुई बुँदाहरु प्रस्तुत गर्नुहोस् ।  
(Write any four possible causes of fire disaster at home and present any two points that you can follow for your safety.)

२३. कस्तो अवस्थामा सुरक्षित गर्भपतन गर्न सकिन्छ? कुनै चार बुँदाहरु उल्लेख गर्नुहोस् ।  
(In which condition can safe abortion be done? Mention any four points.)

२४. एक प्रश्नको मात्र उत्तर दिनुहोस् । (Attempt only one question.)

फुटबल खेलको कस्ता अवस्थामा "गोल किक" "पेनाल्टी किक" "कर्नर किक" र "किक अफ" प्रयोग गरी खेललाई निरन्तरता दिइन्छ ? (In which conditions the game is continued by using "Goal kick" "Penalty kick" "Corner kick" and "Kick off" in Football game.)

अथवा (or)

बास्केटबल खेलमा "चेष्ट पास" र "बाउन्स पास"को छोटो परिचय दिनुहोस् । (Give short introduction of "Chest pass" and "Bounce pass" in Basketball game.)

अथवा (or)

कवड्डी खेलमा रेडर समूहले पालना गर्नुपर्ने कुनै चार नियमहरुको सूची बनाउनुहोस् । (Make a list of any four rules that should be followed by Raider Team in Kabaddi game.)

२५. कलाका आधारभूत नियमका आधारमा औपचारिक सन्तुलन र अनौपचारिक सन्तुलन बीच कुनै चार बुँदामा फरक छुट्टयाउनुहोस् । (On the basis of fundamental of Arts, differentiate between formal balance and informal balance in any four points.)

समाप्त (The End)