

चौबिसे गाउँपालिका स्तरीय
आधारभूत तह उत्तीर्ण वार्षिक परीक्षा २०८१

Class: 5

Full Marks: 50

Subject: **Health Physical & Creative Arts.**

Time: 2 hr.

सबै प्रश्नहरूको उत्तर दिनुहोस् । Answer all the questions:

तलका प्रश्नहरूको अति छोटो उत्तर दिनुहोस् । Give very short answer of the following questions: **10×1=10**

१. व्यक्तिगत स्वच्छता भनेको के हो ? एक वाक्यमा लेख्नुहोस् । What is personal Hygiene? Write in one sentence.
२. वातावरण किन सफा राख्नु पर्छ ? कुनै एक कारण दिनुहोस् । Why surrounding should be clean? Write any one reason.
३. पानी शुद्धिकरण गर्ने कुनै एक विधिको नाम लेख्नुहोस् । Write one method of water purification?
४. दुषित खाना र पानीबाट सर्ने कुनै दुईओटा रोगको नाम लेख्नुहोस् । Write the name of any two diseases caused by contaminated food and water.
५. प्राथमिक उपचार बाक्स भित्र राखिने कुनै दुईओटा सामग्रीहरू के के हुन् ? Write any two tools which are kept in first aid box.
६. कस्ता खानालाई जङ्फुड भनिन्छ ? What kind of food is called junk food?
७. शारीरिक व्यायाम भनेको के हो ? एक वाक्यमा लेख्नुहोस् । What is physical exercise? Write in one sentence.
८. स्थानीय परिपेश अनुसार खेल सकिने कुनै दुईओटा स्थानीय खेलको नाम लेख्नुहोस् । Name any two games that are played in a local context.
९. रेखा भनेको के हो ? What is line?
१०. नृत्य भनेको के हो ? एक वाक्यमा लेख्नुहोस् । What is dance? Write in one sentence.

तलका प्रश्नहरूको छोटो उत्तर दिनुहोस्:

१०×२=२०

११. आँखाको हेरचाह गर्ने कुनै दुईओटा उपायहरू लेख्नुहोस् । Mention two ways of caring eyes.
१२. जैविक फोहर र अजैविक फोहर बिच के फरक छ ? What are the differences between organic and inorganic wastes?
१३. लामखुट्टेको टोकाइबाट बच्ने कुनै तीन उपायहरूको सूची बनाउनुहोस् । List the three measures to be safe from mosquito bite.
१४. प्रदुषण कति प्रकारका हुन्छन् ? नाम लेख्नुहोस् । How many types of pollution? Give the names.

१५. सडक दुर्घटना भनेको के हो ? यसबाट सुरक्षित हुने एकओटा उपाय लेख्नुहोस् । What is road accident? Write one safety measures to prevent road accident.
१६. कसरतका कुनै दुईओटा महत्वहरू लेख्नुहोस् । Write two importance of physical exercise.
१७. कोलाज भनेको के हो ? What is collage?
१८. योगासानबाट हुने कुनै दुईओटा फाइदाहरू लेख्नुहोस् । Write any two advantages from yoga.
१९. रेखाचित्र बनाउँदा ध्यान दिनुपर्ने कुनै दुईओटा कुराहरू लेख्नुहोस् । What should be consider to draw picture, mentions two things.
२०. तिमिलाई मन पर्ने कुनै एउटा गीतको दुई हरफहरू लेख्नुहोस् । Write two lines of any one songs you like.

तलका प्रश्नहरूको लामो उत्तर दिनुहोस्:

५×४=२०

२१. महिनावारी हुँदा अपनाउनु पर्ने स्वस्थकर व्यवहारहरू के के हुन् ? लेख्नुहोस् । What are the hygienic behaviors during menstruation?
२२. पोषक तत्वका कार्यहरूको सूची बनाउनुहोस् । List the functions of nutrients?
२३. मद्यपान भनेको के हो ? मद्यपानबाट व्यक्तिमा के असरहरू पर्छ ? लेख्नुहोस् । What is called alcohol? What is the effect of alcohol intake in individual?
२४. फुटबल खेलका कुनै चार सिपहरू लेख्नुहोस् । Write any four skills of playing football?
२५. स्थानीय नृत्य भन्नाले के बुझिन्छ ? कुनै दुईओटा स्थानीय नृत्यको नाम लेख्नुहोस् । What do you mean by local dance? write two names of local dances.

-0-

