

सभी प्रश्न अनिवार्य हैं –

प्र0.1. दीर्घ उत्तरीय प्रश्न –

(25)

1. कबड्डी के नियम बताइए।
2. मार्ग अधिकार के नियम का विस्तारपूर्वक उल्लेख कीजिए।
3. योगासन का अर्थ स्पष्ट कीजिए एवं इसके लाभ बताइए।
4. खेल के लाभ लिखिए।
5. विद्यालय परिसर की स्वच्छता के लिए आप क्या करेंगे?

प्र0.2. लघु उत्तरीय प्रश्न –

(12)

1. श्रम दान का महत्व बताइए।
2. प्राथमिक चिकित्सा से आप क्या समझते हैं ?
3. खेल का अर्थ एवं परिभाषा लिखिए।
4. फ्लैशिंग लाल एवं पीली बत्ती का क्या अर्थ है ?
5. सुरक्षा शिक्षा की क्या आवश्यकता है ?
6. मुड़ने के संकेत के बारे में संक्षेप में लिखिए।

प्र0.3. अति लघु उत्तरीय प्रश्न –

(8)

1. स्टार्टर की पहली आज्ञा on your mark से क्या आशय है ?
2. सड़क संकेत कितने प्रकार के होते हैं ?
3. छोटी दूरी की दौड़ कौन-सी होती है ?
4. आँख में अगर कुछ गिर जाए तो हमें क्या करना चाहिए ?
5. योगासनों से सम्बन्धित दो महत्वपूर्ण बातें बताइए।
6. खेल के दो सिद्धान्त बताइए।
7. श्रमदान के कोई दो क्षेत्र बताइए।
8. 'टैक' क्या है ?

प्र0.4. बहुविकल्पीय प्रश्न –

(5)

(i) खेल के लाभ हैं –

- | | |
|---------------------|-------------------------|
| (a) पुष्ट शरीर | (b) स्वार्थपरता में कमी |
| (c) चारित्रिक विकास | (d) इनमें सभी |

(ii) ड्राइविंग के दौरान थकान कम करने का उपाय हैं –

- | | |
|--------------------------|----------------------------|
| (a) रुक जाएँ | (b) वाहन तेज गति से चलायें |
| (c) वाहन की गति मंद करें | (d) उक्त सभी। |

(iii) टैक सामान्यतः कितने मीटर दौड़ का बनाया जाता है ?

- | | | | |
|--------------|--------------|--------------|--------------|
| (a) 400 मीटर | (b) 500 मीटर | (c) 600 मीटर | (d) 700 मीटर |
|--------------|--------------|--------------|--------------|

(iv) भारत में प्रतिवर्ष लगभग कितने लोग सड़क दुर्घटनाओं में मारे जाते हैं ?

- | | | | |
|------------|--------------|------------|-------------|
| (a) एक लाख | (b) डेढ़ लाख | (c) दो लाख | (d) ढाई लाख |
|------------|--------------|------------|-------------|

(v) पेट के बल किए जाने वाले आसनो में कौन शामिल हैं ?

- | | | | |
|-------------|--------------|-------------|-------------|
| (a) धनुरासन | (b) पर्वतासन | (c) पद्मासन | (d) वक्रासन |
|-------------|--------------|-------------|-------------|
