

रौल नं०.....नाम परीक्षार्थी.....

VI-

वार्षिक परीक्षा सन् 2025 ई०

AS

शारीरिक शिक्षा, खेल एवं स्काउटिंग

समय - 2.00 घण्टा

कक्षा - 8

पूर्णांक - 50

नोट:-केवल पाँच प्रश्न करने है। सभी प्रश्नों के अंक समान है।

1. (क) शारीरिक शिक्षा किसे कहते हैं?
(ख) अच्छे स्वास्थ्य के लक्षण लिखिए।
(ग) भोजन के प्रमुख कार्य क्या है?
(घ) प्राणायाम किसे कहते हैं? प्राणायाम के पाँच लाभ बताइए।
(ङ) नशे की तीन दुष्परिणामों को लिखिए।
2. कुपोषण से आप क्या समझते हैं? विटामिन्स की कमी से होने वाले रोगों के नाम लिखिए।
3. हलासन करने से क्या-क्या लाभ होते है?
4. वालीबॉल खेल में मैदान की लम्बाई एवं चौड़ाई कितने मीटर होती है?
5. हड्डी टूटने की स्थिति में आप तुरन्त क्या करेंगे?
6. खेल प्रबन्धन से आप क्या समझते हो?
7. खेल उपकरण समिति क्या कार्य करती है?