

नाम .....

अनुक्रमांक .....

विद्यालय का नाम .....

दिनांक .....

**वार्षिक परीक्षा 2025**

समय : तीन घण्टे

विषय - नैतिक, योग, खेल एवं शारीरिक शिक्षा  
कक्षा - 12**A**

पूर्णांक : 50

नोट - सभी प्रश्न अनिवार्य हैं।

निर्देश : प्रश्न संख्या 1 से 10 तक बहुविकल्पीय प्रश्न हैं, जिनके सही उत्तर, पर सही का चिन्ह लगाएँ।

1x10=10

- प्रश्न1. हठयोग का विकास किस काल में हुआ ?  
क. मध्यकाल      ख. वैदिक काल      ग. आधुनिक काल      घ. काव्यकाल
- प्रश्न2. भगवद्गीता में किस योग का वर्णन है।  
क. कर्मयोग      ख. जनयोग      ग. भक्तियोग      घ. इन सभी का
- प्रश्न3. प्राचीन समय में बालीबाल को कहाँ जाता था ?  
क. पिन्टोमेट      ख. मिन्टोनेट      ग. पिंगपोंग      घ. इनमें से कोई नहीं
- प्रश्न4. बैटमिण्टन से सम्बन्धित खिलाड़ी है।  
क. प्रकाश पादूकोण      ख. सानिया मिर्जा      ग. सुशील कुमार      घ. महेश भूपति
- प्रश्न5. स्वास्थ्य का सम्पूर्ण विज्ञान ..... होता है।  
क. गृह विज्ञान      ख. भौतिक विज्ञान      ग. योग      घ. खेलकूद
- प्रश्न6. मैग्नाकार्टा किस देश से सम्बन्धित है?  
क. अमेरिका      ख. इंग्लैण्ड      ग. भारत      घ. चीन
- प्रश्न7. मन भटकने के कारण कौन- से है।  
क. लोभ      ख. मोह      ग. क्रोध      घ. ये सभी
- प्रश्न8. शारीरिक शिक्षा के कितने क्षेत्र हैं ?  
क. 8      ख. 30      ग. 35      घ. 40
- प्रश्न-9. अन्तर्राष्ट्रीय शतरंज अकादमी की स्थापना 2003 में कहाँ की गयी थी ?  
क. महाराष्ट्र      ख. केरल      ग. कोलकाता      घ. दिल्ली
- प्रश्न-10. जन्म के समय शिशु की लम्बाई लगभग होती है।  
क. 20 इंच      ख. 30 इंच      ग. 5 इंच      घ. 15 इंच

निर्देश: प्रश्न संख्या 11 से 20 तक अतिलघुउत्तरीय प्रश्न हैं, इनके उत्तर अधिकतम 10 शब्दों में लिखिए।

1x10=10

प्रश्न11. विकास की परिभाषा दीजिए।

उत्तर

प्रश्न12. शैशवावस्था का समय बताइए।

उत्तर

प्रश्न13. समाधि की अवस्था में किसका ज्ञान नहीं रहता ?

उत्तर

प्रश्न14. शारीरिक स्वास्थ्य और मानसिक स्वास्थ्य में क्या सम्बन्ध है।

उत्तर

प्रश्न15. भारतीय खेल प्राधिकरण की स्थापना कब हुई ?

उत्तर

प्रश्न16. योगसूत्र का निर्माण किसने किया था।

उत्तर

प्रश्न17. क्रिकेट में प्रयुक्त बैट का वजन कितना होता है।

उत्तर

प्रश्न18. मन भटकने के कारण कौन-से हैं ?

उत्तर

प्रश्न19. आयुर्वेद का शाब्दिक अर्थ बताइए।

उत्तर

प्रश्न20. शराब पीकर वाहन क्यों नहीं चलाना चाहिए।

उत्तर

निर्देश: प्रश्न संख्या 21 से 25 तक लघुउत्तरीय प्रश्न हैं, इनके उत्तर अधिकतम 100 शब्दों में लिखिए।

3x5=15

प्रश्न21. विकास की प्रमुख विशेषताएँ बताइए।

उत्तर

.....

.....

.....

.....

प्रश्न22. किशोरावस्था में शारीरिक विकास का वर्णन कीजिए।

उत्तर

प्रश्न23. आयुर्वेद चिकित्सा की विशेषताएँ लिखिए।

उत्तर

प्रश्न24. क्रिकेट खेल का परिचय दीजिए?

उत्तर

प्रश्न25. धैर्यवान रहना क्यों आवश्यक है ?

उत्तर

**निर्देश :** प्रश्न संख्या 26 से 28 तक दीर्घउत्तरीय प्रश्न हैं, इनके उत्तर अधिकतम 250 शब्दों में लिखिए।  $5 \times 3 = 15$

प्रश्न26. भारत में शारीरिक शिक्षा के आधुनिक स्वरूप का वर्णन कीजिए।

**अथवा**

वृद्धि से आप क्या समझते हैं? विकास तथा वृद्धि में अन्तर बताइए।

उत्तर.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

प्रश्न 27. आयुर्वेद का क्या अर्थ है? आयुर्वेद के विषय-क्षेत्र का वर्णन कीजिए।

**अथवा**

स्वास्थ्य के महत्व पर प्रकाश डालिए।

उत्तर

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

प्रश्न-28. फुटबाल खेल के मैदान तथा खेलने की विधि का वर्णन कीजिए।

**अथवा**

मौलिक अधिकार का अर्थ एवं प्रकृति स्पष्ट कीजिए।

उत्तर

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....