

रोल नं.....नाम विद्यार्थी.....

VI-23

वार्षिक परीक्षा सन् 2024

BL

खेल एवं शारीरिक शिक्षा

समय: 2 घण्टा

कक्षा :- 6

पूर्णांक-30

नोट :- सभी प्रश्न अनिवार्य है।

(बहुविकल्पीय प्रश्न)

1. सही विकल्प छाँटकर लिखिए :-

(क) सुरक्षा शिक्षा का ज्ञान :-

1

(अ) आवश्यक है

(ब) आवश्यक नहीं है

(स) मजबूरी है

(द) बेकार है।

(ख) वॉलीबॉल का खेल प्राचीन काल में किस नाम से जाना जाता था :-

1

(अ) हू-तू-तू

(ब) मिंटोनेट

(स) हैण्डबॉल

(द) बास्केटबॉल।

(ग) राष्ट्रगान कितने समय में गाते हैं :-

1

(अ) 25 सेकेण्ड में

(ब) 52 सेकेण्ड में

(स) 50 सेकेण्ड में

(द) 5 मिनट में।

(घ) जब दो राष्ट्रों की टीमें खेलती हैं तो किस भावना का विकास होता है :-

1

(अ) लड़ाई की

(ब) स्पर्धा का

(स) खेल भावना की

(द) तृतीय विश्व युद्ध का।

(ङ) किस आदेश में सीना तना हुआ होता है :-

1

(अ) पीछे मुड़

(ब) सावधान

(स) बैठ जाओ

(द) उपर्युक्त सभी में।

(पृष्ठ पलटिए)

(2)

(अतिलघु उत्तरीय प्रश्न)

2. योगासन से होने वाले दो लाभ लिखिए। 1
3. खो-खो में मैदान में कितने खिलाड़ी आते हैं। 1
4. स्विमिंग पूल की लम्बाई बताइए। 1
5. खेल की कोई एक परिभाषा लिखिए। 1
6. व्यक्तिगत स्वास्थ्य विज्ञान किसे कहते हैं? 1

(लघु उत्तरीय प्रश्न)

7. शारीरिक शिक्षा का महत्व स्पष्ट कीजिए। 2
8. सलामी कैसे दी जाती है? 2
9. 'पागल वाला' खेल किस प्रकार खेला जाता है? 2
10. सड़क दुर्घटनाओं के चार कारण लिखिए। 2
11. सूर्य नमस्कार के आवश्यक निर्देश लिखिए। 2

(दीर्घ उत्तरीय प्रश्न)

12. अनुशासन से क्या अभिप्राय है? इसका विस्तारपूर्वक वर्णन कीजिए? 5

अथवा

आँखों की देखभाल व सफाई किस प्रकार करनी चाहिए?

13. जिम्नास्टिक के विषय में आप क्या जानते हैं? विस्तारपूर्वक समझाइए। 5

अथवा

योगासनों में गुरुङासन व सर्वाङासन का महत्व बताइए।