

रोल नं.....नाम विद्यार्थी.....

VIII-23

वार्षिक परीक्षा सन् 2024

BL

खेल एवं शारीरिक शिक्षा

समय: 2 घण्टा

कक्षा :- 8

पूर्णांक-30

नोट :- सभी प्रश्न अनिवार्य है।

(बहुविकल्पीय प्रश्न)

1. सही विकल्प छाँटकर लिखिए :-

(क) पौष्टिक भोजन में ये सब होने चाहिए :-

1

(अ) पौष्टिक तत्व

(ब) चॉकलेट

(स) रोटी

(द) कोका कोला।

(ख) खेल प्रतियोगिताओं से बच्चों में कौन-सी भावना पनपती है :-

(अ) खेल भावना

(ब) ईर्ष्या की

(स) दुःख की

(द) सुख की।

(ग) क्रिकेट का जन्म कहाँ हुआ था :-

1

(अ) आयरलैण्ड

(ब) स्विटजरलैण्ड

(स) इंग्लैण्ड

(द) अमरीका।

(घ) जूडो की कला को किसने विकसित किया था :-

1

(अ) रवीन्द्रनाथ टैगोर

(ब) फुनोगोशी ग्रिसिन ने

(स) डॉ. कैनोजिगारों ने

(द) बोधि धर्म ने।

(ङ) 'सिरोसिस' नामक बीमारी होती है :-

1

(अ) धूम्रपान से

(ब) शराब पीने से

(स) तम्बाकू से

(द) संक्रमण से।

(पृष्ठ पलटिए)

(2)

(अतिलघु उत्तरीय प्रश्न)

2. शारीरिक शिक्षा किसे कहते हैं? 1
3. मरीज की साँस बन्द होने पर क्या करना चाहिए? 1
4. सूर्य नमस्कार का अन्तिम मन्त्र कौन-सा है? 1
5. खो-खो में पीछा करने वाले को क्या कहते हैं? 1
6. किस ऐशियाड में सुनीता रानी पर डोपिंग का आरोप लगाया गया था? 1

(लघु उत्तरीय प्रश्न)

7. लम्बी छलांग के कितने पक्ष होते हैं? 2
8. दूध एक सम्पूर्ण भोजन है। कैसे? 2
9. कबड्डी के मैदान के स्वरूप का वर्णन कीजिए। 2
10. स्वास्थ्य पर प्रभाव डालने वाले प्रमुख कारकों का उल्लेख कीजिए। 2
11. अन्तर्जिला टूर्नामेंट के विषय में लिखिए। 2

(दीर्घ उत्तरीय प्रश्न)

12. सन्तुलित भोजन के आवश्यक तत्वों का विस्तारपूर्वक वर्णन कीजिए। 5

अथवा

मलेरिया रोग के लक्षण, कारण तथा बचने के उपाय बताइए।

13. स्कूल खेल प्रतियोगिताओं के लिए योग्यता नियमों का वर्णन कीजिए। 5

अथवा

ताडासन की विधि एवं लाभ बताइए।