रौल नं०......................नाम परीक्षार्थी...

IX-23 वार्षिक परीक्षा सन् 2025 ई० A

नैतिक, योग, खेल एवं शारीरिक शिक्षा

समय – 3 घण्टा कक्षा – 9 पूर्णांक –50

नोट :– सभी प्रश्न करने अनिवार्य हैं। प्रत्येक प्रश्न के अंक प्रश्न के सामने अंकित हैं।

(बहुविकल्पीय प्रश्न, प्रत्येक 1 अंक)

निर्देश–निम्न प्रश्न–खण्डों में दिए गए विकल्पों में से सही विकल्प चुनकर अपनी उत्तर–पुस्तिका में लिखिए:–

1. "मानव चरित्र के सर्वमान्य मानवीय गुणों को अपनाना ही नैतिकता है।" यह कथन है :–
(क) अरविन्द घोष का (ख) महात्मा गाँधी का
(ग) मैकेन्जी का (घ) इनमें से कोई नहीं।

2. प्राचीन ग्रन्थों में महायज्ञों की संख्या बतायी गयी है :–
(क) पाँच (ख) सात
(ग) आठ (घ) दस।

3. जीवन की निर्माण स्थली किसे कहा जाता है :–
(क) अस्पताल को (ख) विद्यालय को
(ग) घर को (घ) बाजार को।

4. निम्न में से स्वयं के प्रति कौन–सा कर्त्तव्य है :–
(क) कानून का पालन करना (ख) दीन–दुःखी की सेवा करना
(ग) निर्वाचन में भाग लेना
(घ) अपनी शारीरिक, मानसिक व आध्यात्मिक उन्नति करना।

5. निम्न में कौन शहीद हैं :–
(क) चन्द्रशेखर आजाद (ख) जवाहर लाल नेहरू
(ग) सरदार पटेल (घ) इनमें से कोई नहीं।

6. विश्व शान्ति के स्थापना में योगदान करना किसके प्रति कर्त्तव्य है :–
(क) समाज के प्रति (ख) मानवता के प्रति
(ग) देश के प्रति (घ) ग्राम के प्रति।

7. पीठ दर्द के लिए किये जाने वाले आसन कौन–से हैं :–
(क) वक्रासन (ख) वज्रासन
(ग) भुजंगासन (घ) उपर्युक्त सभी।

8. "मन को शान्त करने की कुशल युक्ति का नाम योग है।" यह कथन किस ग्रंथ का है :–
(क) योग सूत्र (ख) विष्णुपुराण
(ग) वेदान्त (घ) योगवशिष्ठ।

(पृष्ठ पलटिए)

9. "शरीर में बात, पित्त व कफ की समान अवस्था तथा संतुलन ही स्वास्थ्य है।" यह परिभाषा उद्धृत है :-

(क) आयुर्वेद से (ख) आक्सफोर्ड डिक्शनरी से
(ग) विश्व स्वास्थ्य संगठन (घ) इनमें से कोई नहीं।

10. ओलंपिक गीत की रचना की :-

(क) प्लेटो ने (ख) सुकरात ने
(ग) स्पाइरॉस समारास ने (घ) आरनोल्ड टायन्बी ने।

(अतिलघु उत्तरीय प्रश्न, उत्तर सीमा 10 शब्द, प्रत्येक 1 अंक)

11. नैतिकता और कानून में क्या समानता है?
12. सदाचारी व्यक्ति के दो लक्षण बताइए।
13. विद्यालय का वातावरण किस प्रकार होना चाहिए?
14. देश-द्रोही कौन होता है?
15. पेट के बल किये जाने वाले प्रमुख आसन कौन से हैं?
16. योग का शाब्दिक अर्थ बताइए।
17. प्रत्याहार को संक्षेप में बताइए।
18. योग का किशोरावस्था में महत्व बताइए।
19. शैशवावस्था की एक प्रमुख विशेषता बताइए।
20. तपेदिक की रोकथाम के लिए कौन-सा टीका लगाया जाता है?

(लघु उत्तरीय प्रश्न, उत्तर सीमा 100 शब्द, प्रत्येक 2 अंक)

21. स्वास्थ्य रक्षा को प्रथम कर्त्तव्य क्यों माना गया है?
22. नैतिक शिक्षा को परिभाषित कीजिए।
23. आसन के प्रमुख उद्देश्य बताइए।
24. योग का अर्थ बताइए।
25. स्वास्थ्य की कोई एक उपयुक्त परिभाषा दीजिए।

(दीर्घ उत्तरीय प्रश्न, उत्तर सीमा 250 शब्द, प्रत्येक 10 अंक)

26. किन्हीं चार धर्मों की समान शिक्षाओं का वर्णन कीजिए और उनके पवित्र ग्रन्थों के नाम लिखिए।

अथवा

बाल अधिकार संरक्षण आयोग से आप क्या समझते हैं? स्पष्ट कीजिए।

27. पीठ के बल लेटकर किये जाने वाले प्रमुख आसनों का विवरण दीजिए।

अथवा

सन्तुलित भोजन से क्या तात्पर्य है? शरीर के लिए उसका क्या महत्व है?