

**CLASS : 12th (Sr. Secondary)**

**4368/4318**

**Series : SS-M/2019**

Total No. of Printed Pages : 8

**SET : A, B, C & D**

**MARKING INSTRUCTIONS AND MODEL ANSWERS**

**शारीरिक शिक्षा**

**PHYSICAL EDUCATION**

**ACADEMIC/OPEN**

(Only for Fresh/Re-appear Candidates)

उप-परीक्षक मूल्यांकन निर्देशों का ध्यानपूर्वक अवलोकन करके उत्तर-पुस्तिकाओं का मूल्यांकन करें। यदि परीक्षार्थी ने प्रश्न पूर्ण व सही हल किया है तो उसके पूर्ण अंक दें।

**General Instructions :**

- (i) Examiners are advised to go through the general as well as specific instructions before taking up evaluation of the answer-books.
- (ii) Instructions given in the marking scheme are to be followed strictly so that there may be uniformity in evaluation.
- (iii) Mistakes in the answers are to be underlined or encircled.
- (iv) Examiners need not hesitate in awarding full marks to the examinee if the answer/s is/are absolutely correct.
- (v) Examiners are requested to ensure that every answer is seriously and honestly gone through before it is awarded mark/s. It will ensure the authenticity as their evaluation and enhance the reputation of the Institution.

**4368/4318/(Set : A, B, C & D)**

**P. T. O.**

- (vi) *A question having parts is to be evaluated and awarded partwise.*
- (vii) *If an examinee writes an acceptable answer which is not given in the marking scheme, he or she may be awarded marks only after consultation with the head-examiner.*
- (viii) *If an examinee attempts an extra question, that answer deserving higher award should be retained and the other scored out.*
- (ix) *Word limit wherever prescribed, if violated upto 10%. On both sides, may be ignored. If the violation exceeds 10%, 1 mark may be deducted.*
- (x) *Head-examiners will approve the standard of marking of the examiners under them only after ensuring the non-violation of the instructions given in the marking scheme.*
- (xi) *Head-examiners and examiners are once again requested and advised to ensure the authenticity of their evaluation by going through the answers seriously, sincerely and honestly. The advice, if not heeded to, will bring a bad name to them and the Institution.*

**महत्त्वपूर्ण निर्देश :**

- (i) अंक-योजना का उद्देश्य मूल्यांकन को अधिकाधिक वस्तुनिष्ठ बनाना है। अंक-योजना में दिए गए उत्तर-बिन्दु अंतिम नहीं हैं। ये सुझावात्मक एवं सांकेतिक हैं। यदि परीक्षार्थी ने इनसे भिन्न, किन्तु उपयुक्त उत्तर दिए हैं, तो उसे उपयुक्त अंक दिए जाएँ।
- (ii) शुद्ध, सार्थक एवं सटीक उत्तरों को यथायोग्य अधिमान दिए जाएँ।
- (iii) परीक्षार्थी द्वारा अपेक्षा के अनुरूप सही उत्तर लिखने पर उसे पूर्णांक दिए जाएँ।
- (iv) वर्तनीगत अशुद्धियों एवं विषयांतर की स्थिति में अधिक अंक देकर प्रोत्साहित न करें।
- (v) भाषा-क्षमता एवं अभिव्यक्ति-कौशल पर ध्यान दिया जाए।
- (vi) मुख्य-परीक्षकों/उप-परीक्षकों को उत्तर-पुस्तिकाओं का मूल्यांकन करने के लिए केवल Marking Instructions/ Guidelines दी जा रही है, यदि मूल्यांकन निर्देश में किसी प्रकार की त्रुटि हो, प्रश्न का उत्तर स्पष्ट न हो, मूल्यांकन निर्देश में दिए गए उत्तर से अलग कोई और भी उत्तर सही हो, तो परीक्षक, मुख्य-परीक्षक से विचार-विमर्श करके उस प्रश्न का मूल्यांकन अपने विवेक अनुसार करें।

## SET – A

वस्तुनिष्ठ प्रश्नों के उत्तर :

**Answers of objective type questions :**

17. (i) समतल सतह पर  
Smooth or plane surface
- (ii) दो प्रकार के : लाल एवं सफेद रेशे  
**Two** types : Red and White fibres
- (iii) राजा थिओडोसियस  
King Theodosius
- (iv) आइसोमीट्रिक व्यायामों में  
In Isometric Exercises
- (v) पाउंड्स या डाइन्स में  
In Pounds or Dynes
- (vi) टोकियो  
Tokyo
- (vii) विस्फोटक शक्ति  
Explosive strength or power
- (viii) (B) आठ  
Eight
- (ix) (B) इमर्सन  
Emerson
- (x) (D) एक बार भी नहीं  
Not even a single time

4368/4318/(Set : A, B, C & D)

- (xi) (D) अस्थि भंग  
Fracture  
(xii) (A) पेरीन  
Perrine

---

**SET – B**

---

वस्तुनिष्ठ प्रश्नों के उत्तर :

**Answers of objective type questions :**

17. (i) 1957 में  
In 1957  
(ii) 140 से 160 प्रति मिनट  
140 to 160 per minute  
(iii) फ्रांसिस बेकन  
Francis Bacon  
(iv) मोच  
Sprain  
(v) आइसोटोनिक व्यायामों में  
In Isotonic Exercises  
(vi) सम्पर्क खेलों में  
In contact sports  
(vii) वार्ड  
Ward  
(viii) (B) 1920 में  
In 1920

- (ix) (D) चार वर्ष  
Four years
- (x) (D) स्टेनले हॉल  
Stanley Hall
- (xi) (B) 12 वर्ष  
12 Years
- (xii) (A) एडम स्मिथ  
Adam Smith

---

**SET – C**

**वस्तुनिष्ठ प्रश्नों के उत्तर :**

**Answers of objective type questions :**

17. (i) आइसोमीट्रिक स्ट्रेंथ (शक्ति)  
Isometric strength
- (ii) सामाजीकरण के  
On Socialization
- (iii) सुरक्षा, आराम, बर्फ या शीत, दबाव, ऊँचा रखना  
Protection, Rest, Ice, Compression,  
Elevation
- (iv) हल्के कपड़े  
Light Clothes
- (v) कन्ट्यूशन  
Contusion
- (vi) बैरन डी० कोबरटीन  
Baron De Coubertin

4368/4318/(Set : A, B, C & D)

- (vii) 1961 में  
In 1961
- (viii) (A) एथेन्स  
Athens
- (ix) (B) डॉ० सम्पूर्णानन्द  
Dr. Sampurnanand
- (x) (A) एडम स्मिथ  
Adam Smith
- (xi) (B) सामाजिक संगठन  
Social Institution
- (xii) (A) हरियाणा  
Haryana

**SET – D**

**वस्तुनिष्ठ प्रश्नों के उत्तर :**

**Answers of objective type questions :**

17. (i) सफेद  
White
- (ii) 1985 में  
In 1985
- (iii) 776 ई० पू०  
776 B.C.
- (iv) श्वॉस लेना  
Inhalation
- (v) परिवार  
Family

- (vi) सामाजिक संस्था  
Social Institution
- (vii) गति खेल  
Speed play
- (viii) (B) 1968 में  
In 1968
- (ix) (C) पेरिस  
Paris
- (x) (A) पतंजलि  
Patanjali
- (xi) (B) तप  
Tapa
- (xii) (D) मॉर्गन व एडमसन  
Morgan and Adamson

