

**CLASS : 12th Sr. Sec. (Academic) Code No. 3018**

**Series : SS-M/2016**

Roll No. 

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

**SET : C**

**शारीरिक शिक्षा**

**PHYSICAL EDUCATION**

[ Hindi and English Medium ]

**ACADEMIC**

**2nd SEMESTER**

(Only for Fresh/Re-appear Candidates)

**Evening Session**

*Time allowed : 2½ hours ] [ Maximum Marks : 60*

- कृपया जाँच कर लें कि इस प्रश्न-पत्र में मुद्रित पृष्ठ 8 तथा प्रश्न 17 हैं।

*Please make sure that the printed pages in this question-paper are 8 in number and it contains 17 questions.*

- प्रश्न-पत्र में दाहिने हाथ की ओर दिये गये कोड नम्बर तथा सेट को छात्र उत्तर-पुस्तिका के मुख्य-पृष्ठ पर लिखें।

*The Code No. and Set on the right side of the question-paper should be written by the candidate on the front page of the answer-book.*

**3018/ (Set : C)**

**P. T. O.**

( 2 )                      **3018/ (Set : C)**

- कृपया प्रश्न का उत्तर लिखना शुरू करने से पहले, प्रश्न का क्रमांक अवश्य लिखें ।

*Before beginning to answer a question, its Serial Number must be written.*

- उत्तर-पुस्तिका के बीच में खाली पन्ना/पन्ने न छोड़ें ।

*Don't leave blank page/ pages in your answer-book.*

- उत्तर-पुस्तिका के अतिरिक्त कोई अन्य शीट नहीं मिलेगी। अतः आवश्यकतानुसार ही लिखें और लिखा उत्तर न काटें ।

*Except answer-book, no extra sheet will be given. Write to the point and do not strike the written answer.*

- परीक्षार्थी अपना रोल नं० प्रश्न-पत्र पर अवश्य लिखें।

*Candidates must write their Roll Number on the question-paper.*

- कृपया प्रश्नों का उत्तर देने से पूर्व यह सुनिश्चित कर लें कि प्रश्न-पत्र पूर्ण व सही है, परीक्षा के उपरान्त इस सम्बन्ध में कोई भी दावा स्वीकार नहीं किया जायेगा ।

*Before answering the question, ensure that you have been supplied the correct and complete question-paper, **no claim in this regard, will be entertained after examination.***

---

**3018/ (Set : C)**

सामान्य निर्देश :

**General Instructions :**

(i) सभी प्रश्न अनिवार्य हैं।

**All questions are compulsory.**

(ii) प्रश्न संख्या 1 से 3 तक दीर्घ उत्तरीय प्रश्न हैं। प्रत्येक प्रश्न 5 अंकों का है।

*Question Nos. 1 to 3 are Long Answer Type Questions. Each question carries 5 marks.*

(iii) प्रश्न संख्या 4 से 10 तक लघु उत्तरीय प्रश्न हैं। प्रत्येक प्रश्न 3 अंकों का है।

*Question Nos. 4 to 10 are Short Answer Type Questions. Each question carries 3 marks.*

(iv) प्रश्न संख्या 11 से 16 तक अतिलघु उत्तरीय प्रश्न हैं। प्रत्येक प्रश्न 2 अंकों का है।

*Question Nos. 11 to 16 are Very Short Answer Type Questions. Each question carries 2 marks.*

(v) प्रश्न संख्या 17 में बारह (i से xii) वस्तुनिष्ठ प्रकार के प्रश्न हैं। प्रत्येक प्रश्न 1 अंक का है।

*Question No. 17 has twelve (i to xii) objective type questions. Each question carries 1 mark.*

(vi) सभी दीर्घ उत्तरीय प्रश्नों में आन्तरिक छूट उपलब्ध है। ऐसे प्रश्नों में से आपको केवल एक ही प्रश्न करना है।

*Internal choice is available in all long answer type questions. You have to attempt only one of the given choice in such questions.*

( 4 )                      **3018/ (Set : C)**

[ दीर्घ उत्तरीय प्रश्न ]

[ Long Answer Type Questions ]

1. समूह गत्यात्मक क्या है ? विस्तारपूर्ण वर्णन करें। 5  
What is Group Dynamics ? Discuss in detail.

अथवा

**OR**

खेल व स्पर्धा से सामाजीकरण को कैसे सुधारा जा सकता है ?

How Socialization is improved through Games and Sports ?

2. स्वास्थ्य शिक्षण से आप क्या समझते हैं ? इसके आधारभूत सिद्धान्त क्या हैं ? 5

What do you mean by Health Instruction ? What are its basic Principles ?

अथवा

**OR**

विद्यालयों में बच्चों के स्वास्थ्य को प्रभावित करने वाले कारक कौन-कौन-से हैं ?

What are the influencing factors of Health in School ?

**3018/ (Set : C)**

( 5 )                      **3018/ (Set : C)**

3. किशोरों की समस्याओं को अध्यापक व संरक्षकों को कैसे हल करना चाहिए ?                      5

How should teachers and guardians help in solving the problems of Adolescents ?

अथवा

**OR**

किशोरावस्था की समस्याओं को कैसे हल किया जा सकता है ?

How can the problems of Adolescence be managed ?

[ लघु उत्तरीय प्रश्न ]

**[ Short Answer Type Questions ]**

4. नेतृत्व के विभिन्न प्रकारों का वर्णन करें।                      3  
Discuss the various types of Leadership.
5. भारत में खेल व स्पर्धा के ऐतिहासिक विकास का वर्णन करें।                      3  
Explain historic development of Games and Sports in India.
6. स्वस्थपूर्ण कार्यक्षेत्र वातावरण के कुछ बिंदु बताइए।                      3  
Give some points for healthful work place environment.

**3018/ (Set : C)**

P. T. O.

( 6 )                      **3018/ (Set : C)**

7. स्कूल स्वास्थ्य सेवाओं के महत्त्व के बारे में बताइए।                      3  
Write down the importance of School Health Services.
8. विवाह की परिभाषा दीजिए। इसके कोई **दो** कार्य बताएँ।                      3  
Define Marriage. Give any **two** functions of its.
9. योग क्रियाओं का पाचन तन्त्र पर क्या प्रभाव है ?                      3  
What is the impact of Yoga activities on Digestive System ?
10. "योग" भारत की एक विरासत है।" वर्णन करें।                      3  
"Yoga as heritage of India." Discuss.

[ अतिलघु उत्तरीय प्रश्न ]

[ Very Short Answer Type Questions ]

11. स्वास्थ्य निर्देशन के क्षेत्र क्या हैं ?                      2  
What are the scope of Health Instruction ?
12. नेतृत्व की कोई **दो** परिभाषा दीजिए।                      2  
Give any **two** definitions of Leadership.
13. परिवार की सामाजिक संस्था के रूप में उपयोगिता की व्याख्या कीजिए।                      2  
Explain the utility of Family as a social institution.

3018/ (Set : C)

14. परिवार के मुख्य आधार का वर्णन कीजिए।                      2  
Discuss the chief basis of Family.
15. मोटापे को कम करने के लिये **दो** आसनों को बताइए।                      2  
Mention **two** Asanas which can cure obesity.
16. किन्हीं **दो** प्राणायाम का वर्णन कीजिए।                      2  
Explain any **two** Pranayam.

[ वस्तुनिष्ठ प्रश्न ]

[ Objective Type Questions ]

17. (i) सामाजिकता क्या है ?                      1  
What is Socialization ?
- (ii) समूह की गतिशीलता क्या है ?                      1  
What is the Activities of Groups ?
- (iii) वे गुण क्या हैं जो खेलकूद द्वारा प्राप्त किये जाते हैं ?                      1  
What are the qualities which are gained through games and sports ?
- (iv) एक नेता की परिभाषा दें।                      1  
Define a Leader.
- (v) स्कूल में खेलों में चोटों के कारण बताएँ।                      1  
Give the causes of sports injuries in school.

( 8 )                      **3018/ (Set : C)**

- (vi) स्कूल में, खेलों में चोटों की रोकथाम के सिद्धान्त बताएँ।                      1  
Write the principles of prevention of sports injuries in school.
- (vii) परिवार की उत्पत्ति के आधार कौन-कौन-से हैं ?                      1  
What are the basis of the origin of the Family ?
- (viii) परिवार के कार्य लिखें।                      1  
Write the functions of a Family.
- (ix) परिवार का अर्थ बताएँ।                      1  
Write the meaning of a family.
- (x) प्राणायाम का महत्त्व लिखें।                      1  
Write the importance of Pranayama.
- (xi) 'वज्रासन' कब करना चाहिए ?                      1  
When should be 'Vajrasana' done ?
- (xii) 'नियम' क्या है ?                      1  
What is 'Niyam' ?



**3018/ (Set : C)**