

## ದೈಹಿಕ ಶಿಕ್ಷಣ

9ನೇ ತರಗತಿಯ ಅರ್ಧ ವಾರ್ಷಿಕ ಪರೀಕ್ಷೆ ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್-2017

ಸಮಯ: 01-30 ಘಂಟೆ

ಅಂಕಗಳು: 40

1. ಬಹು ಆಯ್ಕೆ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು:

1X4=4

1. ದೈಹಿಕ ಶಿಕ್ಷಣದಲ್ಲ ಯೋಗಾಸನ & ಪ್ರಾಣಾಯಾಮವನ್ನು ಸಮವೃತ್ತಯಗೊಳಿಸಲು ಪ್ರಸ್ತಾಪಿದ್ದು ----- ಸಮಿತಿ.

ಎ) ತಾರಾಚಂದ್      ಬಿ) ದೇಶಮುಖ      ಸಿ) ಪ್ರೊ// ಎಲ್.ಆರ್. ವೈದ್ಯನಾಥನ್      ಡಿ) ರಾದಾಕೃಷ್ಣನ್

2. ಹ್ಯಾಂಡ್‌ಬಾಲ್ ಆಟಗಾರ ಶ್ರೀ ಸದಾನಂದ ಸಾಮುಯಲ್ ----- ಪ್ರಶಸ್ತಿ ಪುರಸ್ಕೃತರು.

ಎ) ದಸರಾ      ಬಿ) ಒಲಂಪಿಕ್      ಸಿ) ರಾಜ್ಯ ಪ್ರಶಸ್ತಿ      ಡಿ) ರಾಷ್ಟ್ರ ಪ್ರಶಸ್ತಿ

3. ಬಾಸ್ಕೆಟ್‌ಬಾಲ್ ಆಟದಲ್ಲ ----- ತಂತ್ರಗಳಿವೆ.

ಎ) ನಾಲ್ಕು      ಬಿ) ಎಂಟು      ಸಿ) ಎರಡು      ಡಿ) ಒಂಭತ್ತು

4. ಸುಣ್ಣದಲ್ಲ ----- ಅಂಶವಿದೆ.

ಎ) ಸೋಡಿಯಂ      ಬಿ) ಪೋಟಾಷಿಯಂ      ಸಿ) ಕ್ಯಾಲ್ಸಿಯಂ      ಡಿ) ಮೆಗ್ನೀಷಿಯಂ

2. ಹೊಂದಿಸಿ ಬರೆಯಿರಿ:

1X4=4

ಎ

ಬಿ

5. ರಾಜಾರೆಡ್ಡಿ

1) ಸಮಾಜ ನಿರ್ಮಾಣ

6. ಪ್ರಥಮೋಪಚಾರ

2) ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಕ್ರೀಡಾ ಪ್ರಾಧಿಕಾರ

7. ರೋಗ ಮುಕ್ತ

3) ಹ್ಯಾಂಡ್‌ಬಾಲ್ ಆಟಗಾರ

8. ಎನ್.ಐ.ಎಸ್.

4) ಪ್ರಾಣಾಪಾಯದಿಂದ ಪಾರು

5) ಸರಿಸೃಪ

3. ಈ ಕೆಳಗಿನ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಸರಿ ತಪ್ಪು ಉತ್ತರಿಸಿರಿ:

1X4=4

9. ಸ್ತ್ರೀನಿಂಗ್ ಬಾಸ್ಕೆಟ್‌ಬಾಲ್ ಆಟದ ಆಕ್ರಮಣಕಾರಿ ತಂತ್ರ.

10. ಒಂದು ಜ್ಞಾನ ಸಂಕಲನ & ಅದನ್ನು ಕಾರ್ಯಗತ ಮಾಡುವ ವಿಧಾನವೇ ಸಾಮಾಜಿಕ ಆರೋಗ್ಯವಾಗಿದೆ.

11. ಮಲಮೂತ್ರ ವಿಸರ್ಜನೆ ಬಯಲನಲ್ಲ ಮಾಡಬೇಕು.

12. ಹಾಗಲಕಾಯ ಉಪಯೋಗದಿಂದ ಅಲರ್ಜಿ, ಮಧುಮೇಹ ನಿಯಂತ್ರಿಸಬಹುದು.

4. ಒಂದು ವಾಕ್ಯದಲ್ಲ ಉತ್ತರಿಸಿ:

1X4=4

13. ಹ್ಯಾಂಡ್‌ಬಾಲ್‌ನಲ್ಲಿ ಏಕಲವ್ಯ ಪ್ರಶಸ್ತಿ ಪುರಸ್ಕೃತ ಆಟಗಾರರ ಹೆಸರನ್ನು ತಿಳಿಸಿ?
14. ಸಾಮಾಜಿಕ ಸ್ವಚ್ಛತೆಯ ಅರಿವು ಮೂಡಿಸಲು ಯಾವ ಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸಬಹುದು?
15. ಬಾಸ್ಕೆಟ್‌ಬಾಲ್ ನಲ್ಲಿ ಪಾಸ್ಟ್ ಬ್ರೇಕ್ ಎಂದರೇನು?
16. ಏರೋಬಿಕ್ಸ್ ಕೇಂದ್ರಗಳು ಎಂದರೇನು?

5. ಈ ಕೆಳಗಿನ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ 2 ಅಥವಾ 3 ವಾಕ್ಯದಲ್ಲ ಉತ್ತರಿಸಿ:

2X4=8

17. ಬಾಸ್ಕೆಟ್‌ಬಾಲ್ ಆಟದಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟು ವಿಧದ ತಂತ್ರಗಳಿವೆ? ಅವು ಯಾವುವು?
18. ನಿಯಮಿತ ವಾಯು ವಿಹಾರದಲ್ಲಿ ಪಾಲ್ಗೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ ಉಂಟಾಗುವ 2 ಲಾಭಗಳು ಯಾವುವು?
19. ಹ್ಯಾಂಡ್‌ಬಾಲ್ ಆಟದ ರಕ್ಷಣಾತ್ಮಕ ತಂತ್ರಗಳನ್ನು ತಿಳಿಸಿ?
20. ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಮುಳುಗಿದವರಿಗೆ ಯಾವ ರೀತಿ ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡುವಿರಿ ವಿವರಿಸಿ?

6. ಈ ಕೆಳಗಿನ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ 4-5 ವಾಕ್ಯದಲ್ಲ ಉತ್ತರಿಸಿ:

3X4=12

21. 1948ರಲ್ಲಿ ದೈಹಿಕ ಶಿಕ್ಷಣವನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಪಡಿಸಲು ಕೇಂದ್ರ ಸರ್ಕಾರ ನೇಮಿಸಿದ ಸಮಿತಿಗಳು ಯಾವುವು? ಸಮಿತಿಗಳ ಶಿಫಾರಸ್ಸುಗಳನ್ನು ತಿಳಿಸಿ?
22. ಹ್ಯಾಂಡ್‌ಬಾಲ್ ಆಟಗಾರನ ಗುಣ ಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಿ?
23. ಉತ್ತಮ ಸಾಮಾಜಿಕ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಹೊಂದಲು ಯಾವ ರೂಢಿಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸುವುದು ಸೂಕ್ತ ವಿವರಿಸಿ?
24. ಹಸಿರು ತೊಪ್ಪಲು ತರಕಾರಿಗಳಿಂದ ಆಗುವ ಪ್ರಯೋಜನಗಳನ್ನು ತಿಳಿಸಿ?

7. ಚಿತ್ರ ಬಿಡಿಸುವುದು:

4X1=4

25. ಬಾಸ್ಕೆಟ್‌ಬಾಲ್ ಆಟದಲ್ಲಿ ವ್ಯಕ್ತಿ-ವ್ಯಕ್ತಿ ರಕ್ಷಣೆಯ ಚಿತ್ರ ಬರೆದು ಆಟಗಾರರ ಸ್ಥಾನಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ?