

अनुक्रमांक (अंकों में) / Roll No. (in figures) :

अनुक्रमांक (शब्दों में) / Roll No. (in words) : _____

[कुल प्रश्नों की संख्या : 21] [Total No. of Questions: 21]
[कुल मुद्रित पृष्ठ : 02] [Total No. of Printed Pages : 02]

[समय : 3.15 घंटे] [Time: 3.15 Hours]
[पूर्णांक : 30] [Maximum Marks : 30]



कक्षा 9वीं अर्द्ध वार्षिक परीक्षा, 2025-26
Class 9th Half Yearly Examination, 2025-26
स्वास्थ्य एवं शारीरिक शिक्षा
HEALTH AND PHYSICAL EDUCATION



139275
B910-

सामान्य अनुदेश :

1) परीक्षार्थी प्रश्न-पत्र के पहले पृष्ठ पर अपना अनुक्रमांक अवश्य लिखें।
2) प्रत्येक प्रश्न के सामने उसका अंक भार अंकित है।

General Instructions :

1) Candidate must write his/her Roll Number on the first page of the Question Paper.
2) Marks for every question are indicated alongside.

नोट / Note:-

सभी प्रश्न करने अनिवार्य हैं। / All the questions are compulsory.

भाग - क / Part - A

वस्तुनिष्ठ प्रश्न / Objective type questions -

प्र.1 विकास एक होता है - (1)
(अ) अस्थायी प्रक्रिया (ब) असतत प्रक्रिया (स) सतत प्रक्रिया (द) प्रतिवर्ती प्रक्रिया

Development is a -
(A) Temporary Process (B) Discontinuous Process
(C) Continuous Process (D) Reversible Process

प्र.2 निम्न में से कौन पर्यावरण का हिस्सा नहीं है? (1)
(अ) मृदा (ब) जल (स) वायु (द) मशीन
Which of the following is NOT a part of the environment?
(A) Soil (B) Water (C) Air (D) Machine

प्र.3 संतुलित आहार शरीर को क्या प्रदान करता है? (1)
(अ) पोषण (ब) वीमारियाँ (स) कमज़ोरी (द) थकान
What does a balanced diet provide to the body?
(A) Nutrition (B) Diseases (C) Weakness (D) Fatigue

प्र.4 प्राथमिक चिकित्सा का मुख्य उद्देश्य क्या होता है? (1)
(अ) दवा देना (ब) तत्काल सहायता देना
(स) डॉक्टर का इंतजार करना (द) रोग बढ़ाना

What is the main objective of first aid?
(A) To give medicine (B) To give immediate help
(C) Wait for doctor (D) To worsen the injury

प्र.5 प्रोटीन का मुख्य कार्य क्या है? (1)
(अ) ऊर्जा देना (ब) रोग फैलाना
(स) वसा बनाना (द) शरीर की वृद्धि और मरम्मत

What is the main function of protein?
(A) Provide energy (B) Cause disease
(C) Make fat (D) Body growth and repair



प्र.6 कबड्डी खेल में कितने खिलाड़ी खेलते हैं एवं अतिरिक्त खिलाड़ी कितने होते हैं? (1)
 (अ) 7 + 6 (ब) 7 + 5 (स) 7 + 8 (द) 7 + 3
 How many players play in the game of Kabaddi and how many extra players are there?
 (A) 7 + 6 (B) 7 + 5 (C) 7 + 8 (D) 7 + 3

प्र.7 "योग" का अर्थ है - (1)
 (अ) मिलन (ब) श्वसन (स) व्यायाम (द) ध्यान
 The meaning of "Yoga" is -
 (A) Union (B) Breathing (C) Exercise (D) Meditation

प्र.8 हमें सड़क पर किस तरफ चलना चाहिए? (1)
 (अ) दायीं तरफ (ब) बायीं तरफ (स) सड़क के बीच में (द) इनमें से कोई नहीं
 Which side of the road should we walk on?
 (A) Right side (B) Left side (C) Center of road (D) None of these

भाग - ख / Part - B

प्र.9 रिक्त स्थानों की पूर्ति करो / Fill in the blanks - (1)
 सूर्य नमस्कार के एक पूर्ण चरण में आसन होते हैं।
 There are poses in one complete round of Surya Namaskar.

प्र.10 विटामिन डी का प्रमुख स्रोत है। (1)
 The main source of vitamin D is.....

प्र.11 प्राथमिक चिकित्सा का एक गुण निर्णय लेना है। (1)
 One quality of first aid is..... decision making.

प्र.12 कमर मरोड़ने का व्यायाम, शरीर की को सुधारता है। (1)
 Waist twisting exercise improves of body.



भाग - ग / Part - C

प्र.13 योग के दो शारीरिक लाभ लिखिए। (1½)
 Write any two physical benefits of Yoga.

प्र.14 वायु प्रदूषण को रोकने के लिए क्या करना चाहिए? (1½)
 What should be done to prevent air pollution?

प्र.15 संतुलित आहार क्या है? (1½)
 What is a balanced diet?

प्र.16 प्राथमिक चिकित्सा क्या है? (1½)
 What is first aid?

प्र.17 राजस्थान का राज्य खेल कौनसा है? (1½)
 What is the state sport of Rajasthan?

प्र.18 वृद्धि और विकास में क्या अन्तर है? (1½)
 What is the difference between growth and development?

भाग - घ / Part - D

प्र.19 किसी एक खेल के मैदान का नामांकित चित्र बनाइए। (2)
 Draw a labelled diagram of any one playground.

प्र.20 स्वास्थ्य शिक्षा क्यों आवश्यक है? (2)
 Why is health education necessary?



भाग - ङ / Part - E

प्र.21 जल प्रदूषण क्या है? इसके कारण, प्रभाव तथा रोकथाम के उपाय विस्तार से समझाइए। (5)
 What is water pollution? Explain its causes, effects and preventive measures in detail.

अथवा / OR

आधुनिक जीवनशैली में योग का महत्व बताइए।

Describe the importance of yoga in modern lifestyle.

