



# माध्यमिक शिक्षा बोर्ड, राजस्थान, अजमेर

उच्च माध्यमिक प्रायोगिक परीक्षा 2022

शारीरिक शिक्षा [Sub. Code- 60]

प्रपत्र अंक विभाजन –2022

समय :- 4 घण्टे

पूर्णांक :- 30

1. शारीरिक क्षमता (Physical Fitness) AAHPER	10
(i) पुल अप्स, फलेक्सड/आर्म हैंग	4
(ii) सिट अप्स	3
(iii) 50 मीटर दौड़	3
2. खेल-कौशल – (Sports Skill) S.G.F.I. द्वारा निर्धारित किसी एक खेल का कौशल प्रदर्शन	10
3. मौखिक परीक्षा (VIVA)	05
(i) विषय ज्ञान	2
(ii) अभिव्यक्ति	1
(iii) प्रस्तुतीकरण	1
(iv) अनुशासन	1
4. अभिलेख संधारण (Record File)	05
(i) चार्ट	1
(ii) खेल मैदान का चित्रण	3
(iii) प्रोजेक्ट	1



# माध्यमिक शिक्षा बोर्ड, राजस्थान, अजमेर

## उच्च माध्यमिक प्रायोगिक परीक्षा 2022

विषय :- शारीरिक शिक्षा [Sub. Code- 60]

केन्द्राधीक्षकों, आन्तरिक व बाह्य परीक्षकों के लिए निर्देश :-

1. प्रत्येक दल (बैच) में परीक्षार्थियों की संख्या 10-15 के बीच होनी चाहिए।
2. प्रायोगिक परीक्षा हेतु चार घण्टे समय निर्धारित है लेकिन परीक्षक द्वारा आवश्यकतानुसार समय में वृद्धि की जा सकती है।
3. मैदान, खेल उपकरण, मार्किंग एवं प्राथमिक चिकित्सा पेटी व्यवस्था एवं तैयारी शारीरिक शिक्षक या प्रभारी पूर्व में ही करके रखेंगे। ऐसा नहीं होने पर शारीरिक शिक्षक या प्रभारी जिम्मेदार होगा।
4. परीक्षा केन्द्रों पर प्रायोगिक परीक्षा पाठ्यक्रम एवं खेल सामग्री बाह्य परीक्षक को परीक्षा से पूर्व ठीक स्थिति में सुलभ होनी चाहिए, ऐसा नहीं होने पर केन्द्राधीक्षक ही जिम्मेदार होंगे।
5. प्रायोगिक कार्य का मूल्यांकन बाह्य परीक्षक द्वारा ही सम्पन्न होगा। केन्द्र पर उपस्थित आन्तरिक परीक्षक/केन्द्राधीक्षक का मूल्यांकन से सम्बन्धित किसी भी प्रकार का हस्तक्षेप नहीं होना चाहिए।
6. मौखिक परीक्षा के प्रश्न सैद्धान्तिक एवं प्रायोगिक पाठ्यक्रम में से भी पूछे जा सकते हैं।
7. विस्तृत मूल्यांकन प्रपत्र एवं परीक्षार्थी उपस्थिति पत्रक परीक्षा हेतु पहले से तैयार कर बाह्य परीक्षक को उपलब्ध करवाना चाहिए।
8. परीक्षक प्रायोगिक परीक्षा में बोर्ड कार्यालय द्वारा भेजी गई अंक वर्गीकरण योजना के आधार पर पाठ्यक्रम से शारीरिक शिक्षा व खेलों के प्रश्न बनायेंगे।
9. परीक्षा केन्द्र पर नियुक्त शारीरिक शिक्षक अथवा आन्तरिक परीक्षक परीक्षा के समय उपस्थित रहकर प्रायोगिक परीक्षा सम्पन्न कराने के लिए जिम्मेदार होंगे।
10. प्रायोगिक अभिलेख पर शारीरिक शिक्षक अथवा विषय से सम्बन्धित अध्यापक के समय-समय पर दिनांक सहित हस्ताक्षर होने आवश्यक है।
11. परीक्षार्थी परीक्षा के समय खेल-पोशाक में ही उपस्थित होंगे।
12. परीक्षार्थी परीक्षा के समय आवश्यक खेल सुरक्षा साधनों के साथ उपस्थित होंगे।
13. परीक्षा के दौरान परीक्षा स्थल पर निर्धारित व्यक्तियों के अतिरिक्त कोई भी बाह्य व्यक्ति उपस्थित नहीं रहना चाहिए।
14. जिन विद्यालयों में शारीरिक शिक्षक की नियुक्ति नहीं है। वहाँ पर आन्तरिक परीक्षक के रूप में परीक्षा के दौरान नजदीकी विद्यालय से शारीरिक शिक्षक या प्रभारी की नियुक्ति की व्यवस्था करनी चाहिए।

माध्यमिक शिक्षा बोर्ड, राजस्थान, अजमेर  
उच्च माध्यमिक प्रायोगिक परीक्षा-2022

शारीरिक शिक्षा [Sub. Code 60]

शारीरिक क्षमता (AAHPER) परीक्षण प्रपत्र

पूर्णांक 10

विद्यालय का नाम .....

कक्षा .....

क्र. सं.	नामांक	परीक्षार्थी का नाम	पिता का नाम	पुल-अप्स फलेक्स्ड/आर्म हैंग	सिट-अप्स	50 मी0 डेश	कुल प्राप्तांकों का योग	वि0वि0
				04 अंक	03 अंक	03 अंक	10 अंक	
1								
2								
3								
4								
5								
6								
7								
8								
9								
10								

आन्तरिक परीक्षक हस्ताक्षर

बाह्य परीक्षक के हस्ताक्षर

माध्यमिक शिक्षा बोर्ड, राजस्थान, अजमेर  
उच्च माध्यमिक प्रायोगिक परीक्षा-2022

शारीरिक शिक्षा [Sub. Code 60]

खेल कौशल परीक्षक प्रपत्र

पूर्णांक – 10

विद्यालय का नाम .....

कक्षा .....

क्र. सं.	नामांक	परीक्षार्थी का नाम	पिता का नाम	खेल कौशल का नाम	प्रदर्शन	कुल प्राप्तांकों का योग	वि०वि०
					10 अंक	10 अंक	
1							
2							
3							
4							
5							
6							
7							
8							
9							
10							

आन्तरिक परीक्षक हस्ताक्षर

बाह्य परीक्षक के हस्ताक्षर

माध्यमिक शिक्षा बोर्ड, राजस्थान, अजमेर  
उच्च माध्यमिक प्रायोगिक परीक्षा-2022  
शारीरिक शिक्षा [Sub. Code 60]

मौखिक परीक्षण प्रपत्र

पूर्णांक - 05

विद्यालय का नाम .....

कक्षा .....

क्र स	नामांक	परीक्षार्थी का नाम	पिता का नाम	विषय ज्ञान	अभिव्यक्ति	प्रस्तुतीकरण	अनुशासन	कुल प्राप्तांकों का योग	वि०वि०
				2 अंक	1 अंक	1 अंक	1 अंक	05अंक	
1									
2									
3									
4									
5									
6									
7									
8									
9									
10									

आन्तरिक परीक्षक हस्ताक्षर

बाह्य परीक्षक के हस्ताक्षर

माध्यमिक शिक्षा बोर्ड, राजस्थान, अजमेर  
उच्च माध्यमिक प्रायोगिक परीक्षा-2022

शारीरिक शिक्षा [Sub. Code 60]

अभिलेख संधारण प्रपत्र

पूर्णांक – 05

विद्यालय का नाम .....

कक्षा .....

क्र. सं.	नामांक	परीक्षार्थी का नाम	पिता का नाम	चार्ट	खेल मैदान का चित्रण	प्रोजेक्ट	कुल प्राप्तांकों का योग	वि०वि०
				1 अंक	3 अंक	1 अंक	05 अंक	
1								
2								
3								
4								
5								
6								
7								
8								
9								
10								

आन्तरिक परीक्षक हस्ताक्षर

बाह्य परीक्षक के हस्ताक्षर

माध्यमिक शिक्षा बोर्ड, राजस्थान, अजमेर  
उच्च माध्यमिक प्रायोगिक परीक्षा-2022

शारीरिक शिक्षा [Sub. Code 60]

पूर्णांक – 30

शारीरिक शिक्षा की प्रायोगिक परीक्षा हेतु परीक्षक द्वारा तैयार की जाने वाली समेकित अंक सूची का प्रारूप

विद्यालय का नाम .....

कक्षा .....

क्र स	नामांक	परीक्षार्थी का नाम	पिता का नाम	प्रश्न संख्या गतिविधि	शारीरिक क्षमता	खेल कौशल	मौखिक परीक्षा	अभिलेख संधारण	कुल योग	प्राप्तांकों का कुल योग पूर्णांकों में
				निर्धारित प्राप्तांक	10	10	5	5	30	30 अंक
1										
2										
3										
4										
5										
6										
7										
8										

नोट :- यह प्रपत्र परीक्षा समाप्ति पर उपस्थिति पत्र के साथ बोर्ड को पूर्ण या प्रतिपूर्ण के साथ अलग लिफाफे में रखकर भिजवा दें।

आन्तरिक परीक्षक हस्ताक्षर

बाह्य परीक्षक के हस्ताक्षर



# माध्यमिक शिक्षा बोर्ड, राजस्थान, अजमेर

## उच्च माध्यमिक प्रायोगिक परीक्षा 2022

विषय:— शारीरिक शिक्षा [Sub. Code- 60]

प्रायोगिक परीक्षा योजना

प्रश्न-पत्र प्रारूप

समय :- 4 घण्टे

पूर्णांक :- 30

- |   |    |
|---|----|
| 1. शारीरिक क्षमता जाँच :- AAHPER परीक्षक बेटरी में निम्नलिखित परीक्षण पद है —   | 10 |
| (अ) पुल अप्स (लड़कों के लिए) अथवा फलेक्स्ड आर्म हेंग  | 4  |
| (ब) सिट-अप्स (लड़के व लड़कियों के लिए)  | 3  |
| (स) 50 मीटर डेश   | 3  |
| 2. खेल कौशल— S.G.F.I. द्वारा निर्धारित किसी एक खेल का विस्तृत खेल कौशल का प्रदर्शन  | 10 |
| 3. मौखिक परीक्षा (VIVA) — सैद्धान्तिक एवं प्रायोगिक पाठ्यक्रम   | 05 |
| (i) विषय ज्ञान  | 2  |
| (ii) अभिव्यक्ति   | 1  |
| (iii) प्रस्तुतीकरण  | 1  |
| (iv) अनुशासन  | 1  |
| 4. अभिलेख संधारण (File) — S.G.F.I. द्वारा निर्धारित चुने गए किसी एक खेल मैदान का रेखांकित चित्र, खेल उपकरण, खेल के नियम, खेल कौशल, खेल शब्दावली आदि सम्मिलित हों। | 05 |
| (i) चार्ट   | 1  |
| (ii) खेल मैदान का चित्रण  | 3  |
| (iii) प्रोजेक्ट   | 1  |





# माध्यमिक शिक्षा बोर्ड, राजस्थान, अजमेर

उच्च माध्यमिक प्रायोगिक परीक्षा 2022

विषय:- शारीरिक शिक्षा [Sub. Code- 60]

परीक्षार्थी उपस्थिति पत्र

परीक्षा केन्द्र .....

कक्षा .....

दिनांक .....

समय .....

बैच नं० .....

क्र. सं.	नामांक	परीक्षार्थी का नाम	पिता का नाम	परीक्षार्थी के हस्ताक्षर	विवि

हस्ताक्षर तथा नाम  
आन्तरिक परीक्षक हस्ताक्षर

प्रमाणित

हस्ताक्षर तथा नाम  
बाह्य परीक्षक के हस्ताक्षर

हस्ताक्षर केन्द्राधीक्षक मय मुहर



# माध्यमिक शिक्षा बोर्ड, राजस्थान, अजमेर

उच्च माध्यमिक प्रायोगिक परीक्षा 2022

विषय:— पर्यावरण विज्ञान विषय कोड— 61

निर्धारित पुस्तक—पर्यावरण विज्ञान (प्रायोगिक)

प्रायोगिक परीक्षा योजना

समय :— 4 घण्टे

पूर्णांक :— 30

1 प्रमुख कार्य	12
(अ) प्रदूषण का प्रभाव — भारी धातुओं का बीजों के अंकुरण पर प्रभाव	06
(ब) पादप परीक्षण — वर्णक विश्लेषण	06
2 गोण कार्य	4
यातायात वाहनों द्वारा प्रदूषण का अध्ययन अथवा केंचुआ खाद की विधि व अध्ययन ।	
3 प्रोजेक्ट/सर्वेक्षण कार्य	4
4 प्रादर्श पहचान	5
5 प्रायोगिक अभिलेख	3
6 मौखिक परीक्षा	2