MARKING SCHEME
PHYSICAL EDUCATION
Class X (2023-24)
(Subject Code-125)

प्रश्न	अपेक्षित उत्तर / नैतिक मूल्य बिन्दु	अंक
प्रश्न	प्रश्न :-राष्ट्रीय एकता के मार्ग में आने वाली समस्याओं या बाधाओं का वर्णन कीजिए। Describe the problems or obstacles coming in the way of national integration. उत्तर- राष्ट्रीय एकता के उदय एवं विकास में बाधक कारक या समस्याएँ निम्नलिखित है- Answer- The following are the factors or problems hindering the rise and development of national unity- जातिवाद (Racism) - देश में जातिवाद राष्ट्रीय एकता के मार्ग में सबसे बड़ी बाधा उत्पन्न करता है। जातिवाद समाज देश में विघटन एवं टकराव उत्पन्न करता है। इसके कारण गुटबाजी,स्वार्थपरता, अपने-पराए की भावना श्रेष्ठ हो जाती है। इस प्रकार ये सभी बातें राष्ट्रीय एकता के मार्ग में बाधाएँ उत्पन्न करती हैं। Racism - Casteism in the country creates the biggest obstacle in the path of national unity. Racist societyCreates disintegration and conflict in the country. Due to this, factionalism, selfishness, the feeling of belonging to others becomes superior. Thus all these things create obstacles in the path of national unity. भाषावाद (Linguicism) भारत विविध भाषायी देश है। यहाँ विभिन्न भाषाएँ बोली एवं समझी जाती है। लगभग प्रत्येक राज्य क्षेत्रीय भाषाओं को अधिक महत्त्व देते हैं जिससे देश में अनेकता की स्थिति उत्पन्न होती है। अतः भाषावाद के कारण राष्ट्रीय एकता का विकास अवरुद्ध होता है। Linguicism India is a linguistically diverse country. Different languages are spoken and understood here. Almost every state gives more importance to regional languages, due to which a situation of diversity arises in the country. Therefore, due to linguism, national The development of unity is blocked. साम्प्रदायिकता (Communalism) - भारत में हिंदू मुस्लिम, सिख, ईसाई आदि अनेक धर्मों के लोग रहते हैं। ये सभी धर्म एक समान और महान हैं। परन्तु जब कुछ स्वार्थी लोगों द्वारा धर्म और सम्प्रदाय का अपने स्वार्थों की पूर्ति के लिए गलत इस्तेमाल किया जाता है तो इससे देश में साम्प्रदायिकता संघर्ष टकराव, मार-काट आदि को बढ़ावा मिलता है जिसके कारण जान-माल की बहुत हानि होती है। इस प्रकार की साम्प्रदायिकता किसी भी राष्ट्र के लिए ठीक नहीं है। साम्प्रदायिकता की भावना राष्ट्रीय एकता के विकास में बहुत बड़ी बाधा है। Communalism - People of many religions like Hindu, Muslim, Sikh, Christian etc. live in India. All these religions are equal and great. But when religion and community are misused by some selfish people to fulfill their selfish interests, then it gives rise to communalism, conflict, violence	5

Downloaded from cclchapter.com

etc. in the country, due to which there is a lot of loss of life and property. This type of communalism is not good for any nation. The feeling of communalism is a big obstacle in the development of national unity.

संकीर्ण दृष्टिकोणा (Narrow Viewpoint)-राष्ट्रीय एकता के मार्ग में संकीर्ण दृष्टिकोण और व्यापक स्वार्थी कारक भी बाधक होते हैं। संकीर्ण दृष्टिकोण वाले व्यक्ति कभी भी देश के हित में नहीं सोच सकते और स्वार्थी तत्त्वों को अपने हित के अलाता। किसी ओर का हित दिखता ही नहीं।

Narrow Viewpoint-Narrow point of view and wide selfishfactor also in thepath of national integration. There are obstacles. Narrow minded people can never think in the interest of the country and keep selfish elements aside for their own interest. No one else's interest is visible at all.

सांस्कृतिक विभिन्नता (Cultural Diversity)- भारत में विभिन्न संस्कृतियों एवं विभिन्न सभ्यताओं के लोग रहते हैं। यद्यपि सभी संस्कृतियाँ भारतीय संस्कृति का एक मिला-जुला रूप हैं फिर भी इनमें विभिन्नता पाई जाती है। अतः यह विभिन्न राष्ट्रीय एकता के विकास में बाधक है।

Cultural Diversity- People of different cultures and different civilizations live in India. Although all the cultures are a mixed form of Indian culture, yet there are differences among them. Hence it hinders the development of various national unity

क्षेत्रवाद (Provincialism)- देश के लोगों में क्षेत्रवाद या प्रांतवाद की भावना बहुत प्रबल है। इस प्रकार की भावना से संकीर्ण मनोवृत्ति विकसित होती है जो राष्ट्रीय एकता के विकास में बाधक सिद्ध होती |

Provincialism- The feeling of regionalism or provincialism is very strong among the people of the country in such a spirit A narrow attitude develops which proves to be a hindrance in the development of national unity.

युवकों में असंतोष (Dissatisfaction in Youth) — शिक्षा एवं बेरोजगारी की समस्याओं आदि के कारण युवकों में असंतोष व्याप्त है। यह असंतोष आंदोलन, प्रदर्शन, हड़ताल आदि के रूप में उठ खड़ा होता है जिससे अपार जन-धन की हानि होती है। ऐसी राष्ट्र-विरोधी गतिविधियाँ राष्ट्रीय एकता के विकास में बाधा उत्पन्न करती हैं।

Dissatisfaction in Youth — Due to problems of education and unemployment etc. Discontent is widespread. This dissatisfaction arises in the form of agitation, demonstration, strike etc., due to which there is immense loss of public money. Such anti-national activities hinder the development of national integration.

बाहरी शक्तियाँ (External Powers)—हमारी राष्ट्रीय एकता में बाधक कुछ विदेशी शक्तियाँ भी हैं। अनेक ईसाई मिशनरियों ने हमारे देश में अनेक विघटनकारी समस्याएँ उत्पन्न कर दी हैं। उधर हमारे पड़ोसी देशों द्वारा धर्म आदि के नाम पर भारतीय नागरिकों को आपस में भड़काया जाता है।

External Powers—There are also some foreign powers that hinder our national unity. Many Christians Missionaries have created many disruptive problems in our country. On the other hand, Indian citizens are being instigated by our neighbouring countries in the name of religion etc.

Downloaded from cclchapter.com

	प्रश्न . राष्ट्रीय झंडे में तीनों रंगों का क्या महत्त्व है? Question 8. What is the significance of the three colours in the national flag? उत्तर- हमारा राष्ट्रीय झंडा देश की बहुमूल्य संपत्ति है। इसका सम्मान करना सभी नागरिकों का कर्तव्य है। हमारे राष्ट्रीय झंडे का आकार आयताकार है। इसमें तीन रंग हैं जिनका हमारे जीवन में विशेष महत्त्व है जैसे- 1. केसरिया रंग - राष्ट्रीय झंडे में केसरिया रंग (Saffron) सबसे ऊपर होता है। यह रंग आग से लिया गया है। जीवन और विनाश आग का गुण है। अतः केसरिया रंग हमें त्याग, साहस या वीरता व शक्ति का पाठ पढ़ाता है। यह हमें कमजोरों, दुखियों और जरूरतमंदों की सहायता करने के लिए प्रेरित करता है। 2. सफेद रंग — सफेद रंग (White) केसरिया तथा हरे रंग के मध्य में होता है। यह हमें सच्चाई (सत्य) तथा शांति से जीने की शिक्षा देता है। इसी रंग की पट्टी पर गहरे नीले रंग का चक्र बना होता है। यह चक्र सम्राट् अशोक के सारनाथ स्तंभ से लिया गया है। इस चक्र में 24 तीलियाँ (स्पोक्स) होती हैं। 3. हरा रंग - राष्ट्रीय झंडे के सबसे निचले भाग में हरा रंग (Green) होता है। यह देश के हरे-भरे खेतों का प्रतीक है। यह हमें देश को उपजाऊ और समृद्ध बनाने की प्रेरणा देता है। Answer- Our national flag is a valuable asset of the country. It is the duty of all citizens to respect it. The shape of our national flag is rectangular. There are three colours in it, which have special importance in our life; As- 1. Saffron colour - Saffron colour is at the top of the national flag. This colour is derived from fire. Life and 'destruction is the quality of fire. Therefore, saffron colour teaches us the lesson of sacrifice, courage or bravery and strength. It inspires us to help the weak, the sad and the needy. 2. White colour - White colour is in between saffron and green. It teaches us to live in truth (truth) and peace. A dark blue circle is made on this coloured strip. This wheel is taken from the Sarnath pillar of Emperor Ashoka. There are 24 spokes in this wheel. 3. Green colour - Green is the colour at the bottom of the national flag. It is a symbol of the green fields of the country. It inspires us to make the country fertile and prosperous.	1+1+1
	प्रश्न :- मानव हृदय के कोई दो कार्य लिखिए उत्तर- (i) यह ऑक्सीजन युक्त रक्त को कार्बन-डाइऑक्साइड युक्त रक्त के साथ मिलने से रोकने में मदद करता है। ii() यह ऑक्सीजन युक्त रक्त को शरीर के सभी अंगों तक पहुंचाने का काम करती है जिससे हमारे शरीर को ऊर्जा मिलती है। Question: -Write any two functions of human heart? Ans- (i) It helps in preventing oxygenated blood from mixing with carbon-dioxide containing blood. (ii) It works to deliver oxygen-rich blood to all the parts of the body, due to which our body gets energy	1+1

Downloaded from cclchapter.com

Downloaded from cclchapter.com