

ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਸਰੀਰਿਕ ਸਿੱਖਿਆ
ਸ਼੍ਰੇਣੀ-ਦਸਵੀ
(ਵਿਲੱਖਣ ਸਮੱਰਥਾ ਵਾਲੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਲਈ)
ਸੈਸ਼ਨ 2025-26

ਸਮਾਂ- 3 ਘੰਟੇ

ਕੁੱਲ ਅੰਕ- 50

1. ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਪੱਤਰ ਵਿੱਚ 3 ਭਾਗ ਹੋਣਗੇ ।
2. ਇਸ ਵਿੱਚ ਕੁੱਲ 21 ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਪੁੱਛੇ ਜਾਣਗੇ ।

ਭਾਗ-ੳ

ਪ੍ਰਸ਼ਨ 1-4 ਵਸਤੂਨਿਸ਼ਠ, ਪ੍ਰਸ਼ਨ 5-8 ਖਾਲੀ ਥਾਵਾਂ, ਪ੍ਰਸ਼ਨ 9-12 ਸਹੀ/ਗ਼ਲਤ, 13-15 ਬਹੁ-
ਭਾਂਤਿ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਪੁੱਛੇ ਜਾਣਗੇ । ਹਰੇਕ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਕਰਨਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ। ਹਰ ਇੱਕ ਪ੍ਰਸ਼ਨ 2 ਅੰਕਾਂ ਦਾ
ਹੋਵੇਗਾ ।

$$(15 \times 2 = 30)$$

ਭਾਗ-ਅ

ਪ੍ਰਸ਼ਨ 16-19 ਤੱਕ 4 ਸੰਖੇਪਾਤਮਕ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਪੁੱਛੇ ਜਾਣਗੇ । ਹਰੇਕ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਕਰਨਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ। ਹਰ
ਇੱਕ ਪ੍ਰਸ਼ਨ 3 ਅੰਕਾਂ ਦਾ ਹੋਵੇਗਾ ।

$$(4 \times 3 = 12)$$

ਭਾਗ-ੲ

ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਨੰਬਰ 20-21, 2 ਨਿਬੰਧਾਤਮਕ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਪੁੱਛੇ ਜਾਣਗੇ । ਹਰੇਕ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਕਰਨਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ ।
ਹਰ ਇੱਕ ਪ੍ਰਸ਼ਨ 4 ਅੰਕਾਂ ਦਾ ਹੋਵੇਗਾ ।

$$(2 \times 4 = 8)$$