

## ALTERNATE EDUCATIONAL ACADEMIC PLAN FOR THE YEAR OF 2021-22

इयत्ता : 8

### विषय-शारीरिक शिक्षण

क्र,स	महिना/ आठवडा	प्रमुख अध्ययन सामर्थ्य	अध्ययन कृती	मूल्यमापन
1	ऑक्टोबर पहिला आठवडा	बॅडमिंटन (सैद्धांतिक) <ul style="list-style-type: none"><li>बॅडमिंटन खेळाचा इतिहास परिचय</li><li>बॅडमिंटन खेळाचा मैदान व मोजमाप</li><li>बॅडमिंटन खेळातील साहित्य (उपकरणे)</li><li>बॅडमिंटन खेळाचे नियम.</li></ul>	पाठ्यपुस्तकातील बॅडमिंटन हा पाठ मार्गदर्शकाचा साहयाने समजून घेवून खालील कृती पूर्ण करावी. <ol style="list-style-type: none"><li>अभ्यास पेपरातील बॅडमिंटन खेळाचे इतिहास समजून घेवून नंतर इतिहासाचा सारा सारांश पूर्ण करा.</li><li>चित्र पाहून बॅडमिंटन खेळातील (उपकरणे) साहित्यात रचना या विषयी विवरण लिहा.</li><li>बॅडमिंटन खेळात कोणत्या चूका मानल्या जातात त्याची यादी तयार करा</li></ol>	शिक्षक विद्यार्थ्यांना पेपर देऊन, त्यांनी पूर्ण केलेली उत्तरे मौल्यमापन करून (मार्गदर्शन कराने) प्रगतीचे दाखलीकरण करावे.
	ऑक्टोबर 2 रा. आठवडा	बॅडमिंटन (प्रात्यक्षिक) <ul style="list-style-type: none"><li>रॅकेट धरण्याच्या पद्धती.</li><li>फोर हँड सर्व्हिस,</li><li>फोर हँड - अंडर हँड रिसीव्ह रिटर्न</li><li>बॅडमिंटन खेळाच्या मैदानाचा परिचय.</li></ul>	पाठ्य पुस्तकातील बॅडमिंटन हा पाठ मार्गदर्शकाच्या साहयाने समजून घेवून खालील कृती पूर्ण करावी : <ol style="list-style-type: none"><li>अभ्यास पेपरातील चित्र पाहून, बॅडमिंटन रॅकेट पकडण्याच्या पद्धती विषयी विवरण लिहा,</li><li>खालील लिंक चा वापर करून बॅडमिंटन खेळातील कौशल्यांचा वीडिओ पाहून कौशल्या विषयी समजून घेणे</li></ol> <p>1. <a href="https://www.youtube.com/watch?v=mluqYsql1t4">https://www.youtube.com/watch?v=mluqYsql1t4</a> 2. <a href="https://www.youtube.com/watch?v=eaoVNgUsTLA">https://www.youtube.com/watch?v=eaoVNgUsTLA</a></p>	शिक्षक विद्यार्थ्यांना पेपर देऊन, त्यांनी पूर्ण केलेली उत्तरे मौल्यमापन करून (मार्गदर्शन कराने) प्रगतीचे दाखलीकरण करावे.

			<p>4) फोर हॅंड सर्विस फोर हॅंड - अंडर हॅंड रिसेव्ह रिटर्न कौशल्या विषयी विवरण करा.</p> <p>5) बैडमिंटन खेळाच्या मैदानाची रचना करा,</p>	
ऑक्टोबर 3 रा. आठवडा	<p>मध्यम आणि   पल्ल्याचे धावणे (सैद्धांतिक)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• मध्यम आणि दूर पल्ल्याच्या धावण्याच्या स्पर्धांचे परिचय</li> <li>• मध्यम आणि दूर पल्ल्याच्या धावण्याच्या स्पर्धांचा प्रारंभ व शवर या बाबत माहितीचे आकलन:</li> <li>• स्पर्धांचे नियम</li> <li>• पुरुष आणि महिला विभागातील राज्य पातळीवरील दाखले,</li> </ul>	<p>पाठ्य पुस्तकातील मध्यम आणि दूर पल्ल्याचे धावणे हा विषयी मार्गदर्शकाच्या साध्याने समजून घेवून खालील कृती पूर्ण करावी.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. मध्यम आणि दूर पल्ल्याच्या धावण्याच्या स्पर्धांची यादी तयार करणे.</li> <li>2. मध्यम आणि दूर पल्ल्याच्या धावण्याच्या स्पर्धांचा प्रारंभ व शेवट या विषयी विवरण करणे</li> <li>3. मध्यम आणि दूर पल्ल्याच्या धावण्याच्या स्पर्धांचे नियम लिहा.</li> <li>4. पुरुष आणि महिला विभागातील राज्य पातळीवरील दाखले यांचे कोष्टक तयार करणे.</li> </ol>	<p>शिक्षक विद्यार्थ्यांना पेपर देऊन, त्यांनी पूर्ण केलेली उत्तरे मौल्यमापन करून (मार्गदर्शन कराने) प्रगतीचे दाखलीकरण करावे.</p>	

## 2021-22 सालातील पर्यायी शैक्षणिक योजना

### अध्ययन कृती

इयत्ता : 8	विषय-शारीरिक शिक्षण	महिना/आठवडा	ऑक्टोबर पहिला आठवडा
विद्यार्थ्यांचे नाव :		हाजरी नंबर	

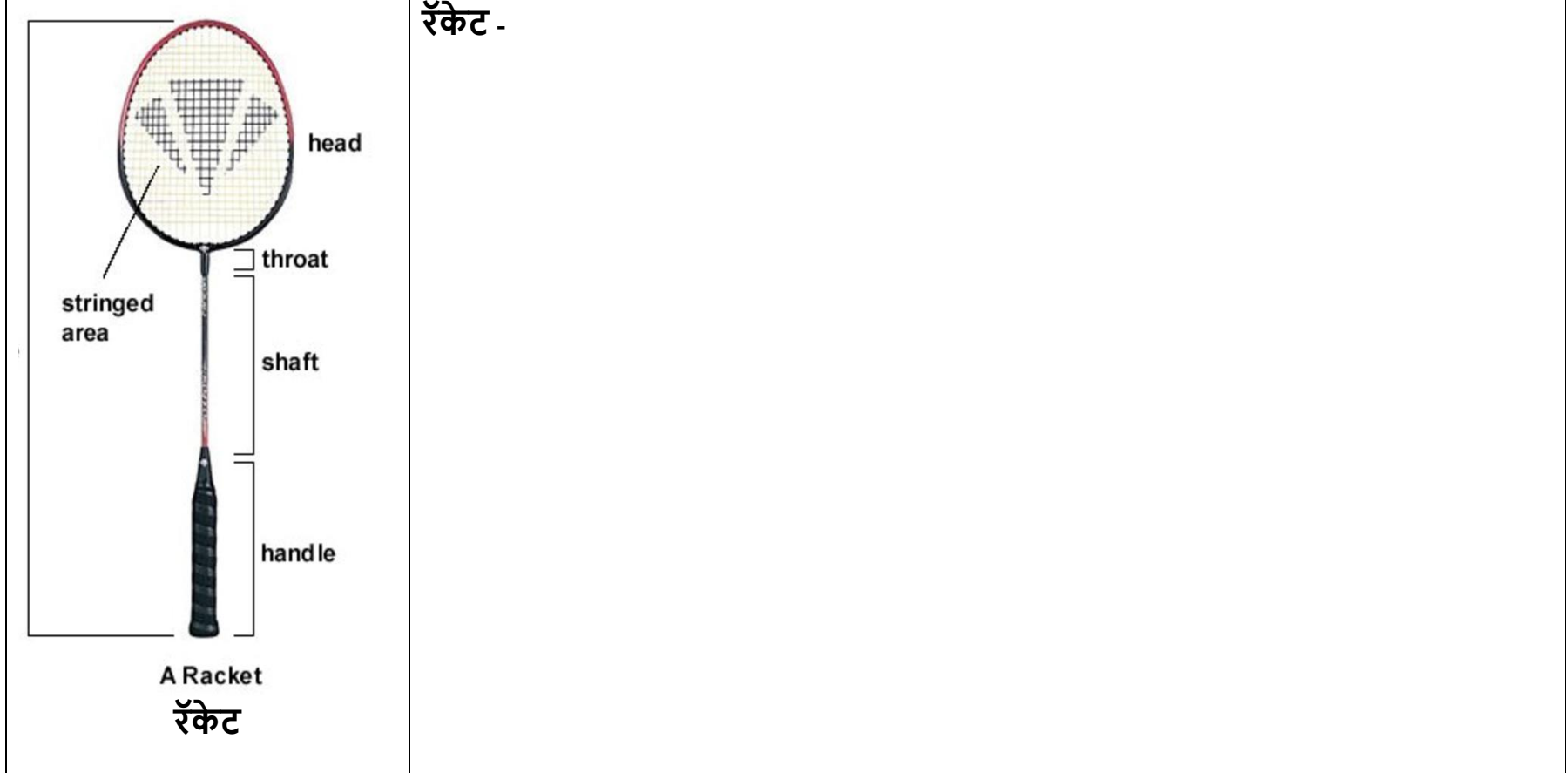
- बैटमिंटन खेळाचा इतिहास सारांशपूर्ण करा.

1873 साली इंग्लंड येथील गॉसेस्टर प्रांतातील बोफोर्ट ड्यूक यांच्या घरी स्नेहसंमेलन आयोजित करण्यात आले होते. तेथे येणाऱ्या पाहण्यांच्या मनोरंजनासाठी या खेळाचे आयोजन करण्यात आले होते. ड्यूक यांच्या बॅडमिंटन हाऊस येथे सर्वप्रथम हा खेळ खेळला गेला. म्हणून या खेळाला बॅडमिंटन असे नाव देण्यात आले. 1870 मध्ये भारतातील ब्रिटीश सैन्याधिकार्यांना या खेळाची माहिती मिळाली. त्यावेळी या खेळाला 'पूना' असे म्हणत असत. 1893 मध्ये इंग्लंड बॅडमिंटन फेडरेशनची स्थापना करण्यात आली. 1899 मध्ये ऑल इंग्लंड बॅडमिंटन चॅम्पीयनशीपचा प्रारंभ करण्यात आला. या चॅम्पीयनशीप स्पर्धा आंतरराष्ट्रीय स्तरावरील एक श्रेष्ठ चॅम्पीयनशीप स्पर्धा म्हणून ओळखल्या जातात. बॅडमिंटन या खेळाला अधिकृतपणे 1992 च्या बार्सिलोना ऑलिंपिक्समध्ये प्रवेश दिला गेला.

- बैटमिंटन खेळाचा इतिहास सारांशपूर्ण करा.

1873 साली इंग्लंड येथील ----- प्रांतांतील ----- यांच्या घरी स्नेहसंमेलन आयोजित करण्यात आले होते. तेथे येणाऱ्या पाहण्यांच्या ----- साठी या खेळाचे आयोजन करण्यात आले होते. ड्यूक यांच्या ----- हाऊस येथे सर्वप्रथम हा खेळ खेळला गेला. म्हणून या खेळाला ----- असे नाव देण्यात आले. 1870 मध्ये भारतातील ----- सैन्याधिकाऱ्यांना या खेळाची माहिती मिळाली. त्यावेळी या खेळाला ----- असे म्हणत असत. 1893 मध्ये ----- स्थापना करण्यात आली. 1899 मध्ये ऑल ----- प्रारंभ करण्यात आला. या चॅम्पीयनशीप स्पर्धा आंतरराष्ट्रीय स्तरावरील एक श्रेष्ठ चॅम्पीयनशीप स्पर्धा म्हणून ओळखल्या जातात. बॅटमिंटन या खेळाला अधिकृतपणे ----- च्या ----- ऑलंपिक्समध्ये प्रवेश दिला गेला.

2. चित्र पाहून बैटमिंटन खेळामध्ये उपयोग करणाऱ्या विषयी विवरण करा.?



काक-



3. बैडमिंटन खेळात चूका स्वीकारल्या जातात. या संदर्भातील यादी तयार करा.

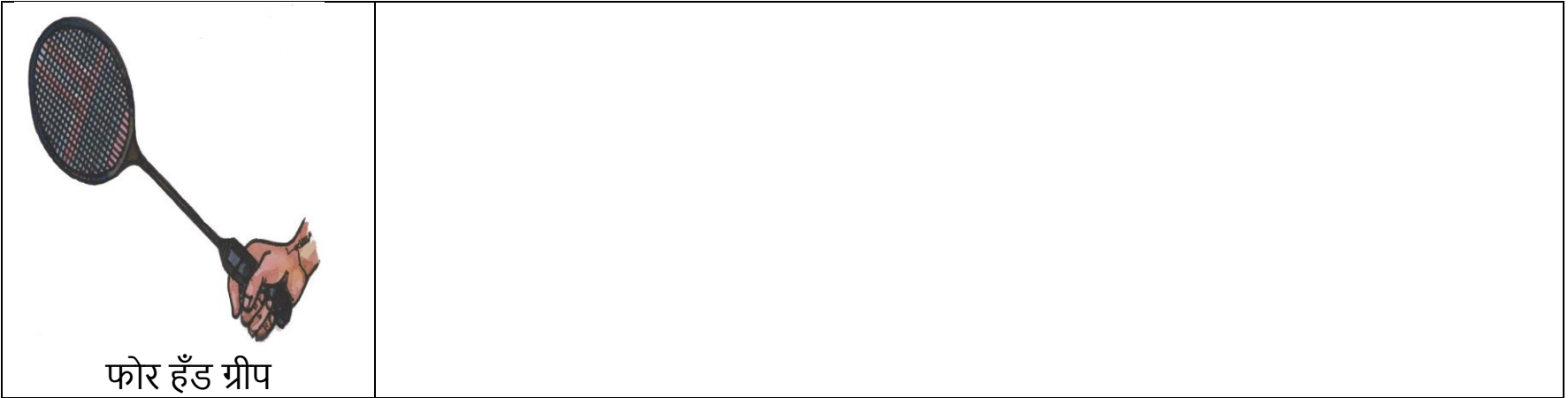
क्र.सं.	चुका ग्राह्य धरणे
१	
२	
३	
४	
५	

2021-22 सालातील पर्यायी शैक्षणिक योजना

अध्ययन कृती

इयत्ता : 8	विषय-शारीरिक शिक्षण	महिना/आठवडा	ऑक्टोबर 2 रा. आठवडा
विद्यार्थ्यांचे नाव :		हाजरी नंबर	

- १) चित्र पाहून बॅडमिंटन रॅकेट पकडण्याच्या पद्धती विषयी विवरण कुरा !  
फोर हँड ग्रीप !



b) बैक हँड ग्रीप :

बैक हँड ग्रीप :



बैक हँड ग्रीप :



2. बैडमिंटन खेळातील कौशल्या विषयी विवरण करा :

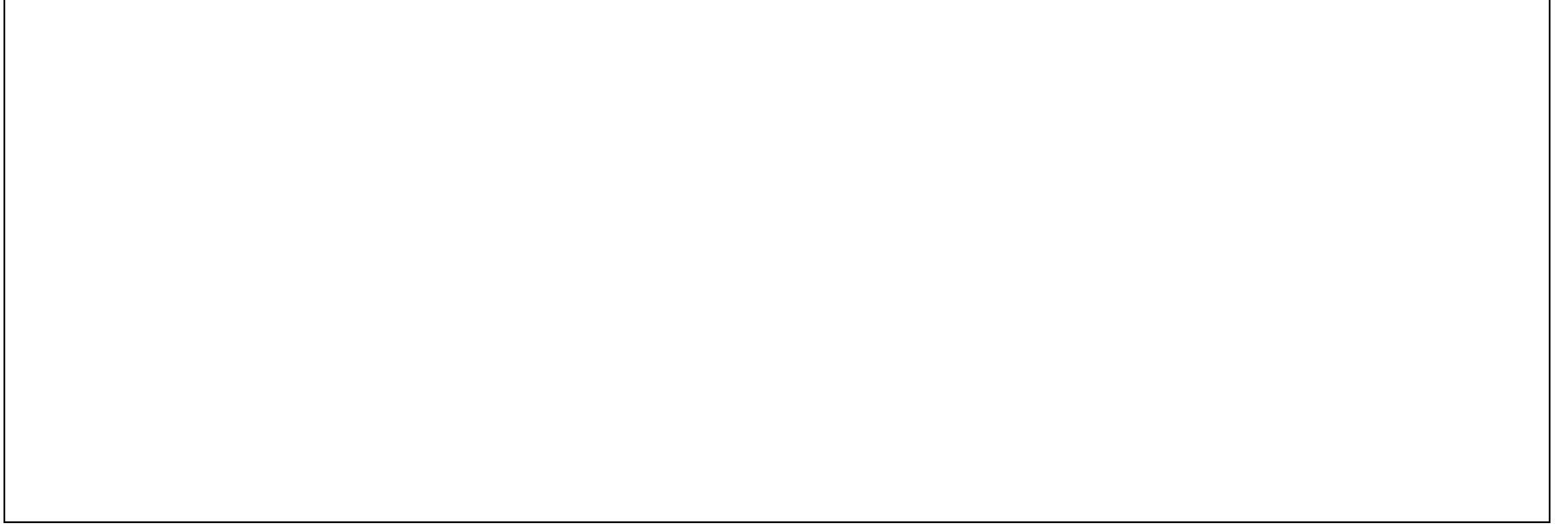


फोर हैंड सर्टिस

१) फोर हैंड सर्टिस:

b) फोर हँड - अँडर हँड रिसीव / रिटर्न:

३, बैडमिंटन मैदानाचे चित्र काढा । मैदानाची रचना करा:



--

2021-22 सालातील पर्यायी शैक्षणिक योजना  
अध्ययन कृती

इयत्ता : 8	विषय-शारीरिक शिक्षण	महिना/आठवडा	ऑक्टोबर 3 रा. आठवडा
विद्यार्थ्यांचे नाव :		हाजरी नंबर	

१) मध्यम आणि दूर पल्ल्याचे धावणे या स्पर्धांची यादी करणे,

क्र.सं.	मध्यम दूर पल्ल्याचे धावणे	दूर पल्ल्याचे धावणे

१		
२		
३		
४		
५		

२) मध्यम आणि दूर पल्ल्याचे धावाण्याच्या प्रारंभ आणि शेवट या विषयी विवरण करा:

मध्यम आणि दूर पल्ल्याचे धावाण्याच्या प्रारंभ या विषयी लिहा :

मध्यम आणि दूर पल्ल्याचे धावण्याच्या शेवट या विषयी विवरण लिहा :

३) मध्यम आणि दूर पल्ल्याचे धावण्याच्या स्पर्धांचे नियम कोणते विवरण करा?

१)

२)

३)

४) पुरुष आणि महिला विभागातील राज्य पातळी घरील दाखले मात्वे कोष्टक तयार करा."

पल्ल्याचे विभाग	रुपर्धा	पुरुष विभाग	महिला विभाग
मध्यम दूर रुपर्धा	800 मी.		
	1500 मी.		
	3000 मी.		
दूर रुपर्धा	5000 मी.		
	10.000 मी.		
	अर्ध मॅरेथॉन		
	मॅरेथॉन		