

शारीरिक शिक्षा

कक्षा-XI(2020-21)

इकाई 1 शारीरिक शिक्षा में बदलती हुई सामान्य प्रवृत्तियां और कैरियर	1.1 शारीरिक शिक्षा का अर्थ एवं परिभाषा 1.2 शारीरिक शिक्षा के लक्ष्य एवं उद्देश्य 1.5 खेलो इंडिया कार्यक्रम
इकाई 2 ओलंपिक मूल्यपरक शिक्षा	2.1 ओलंपिक, पैरा ओलंपिक तथा विशेष ओलंपिक 2.4 भारतीय ओलंपिक एसोसिएशन
इकाई 3 शारीरिक क्षमता स्वस्थता एवं जीवन शैली	3.1 शारीरिक क्षमता या पुष्टि, स्वच्छता एवं जीवन शैली का अर्थ तथा महत्व 3.2 शारीरिक क्षमता तथा स्वच्छता के घटक
इकाई 4 दिव्यांगों के लिए शारीरिक शिक्षा एवं खेल	4.1 रूपांतरित शारीरिक शिक्षा के लक्ष्य एवं उद्देश्य 4.3 समावेशन की अवधारणा, इसकी आवश्यकता एवं कार्यान्वयन