

कक्षा :- दसवीं
विशय:- शारीरिक शिक्षा
प्रथम सैमेस्टर 1 अप्रैल से 30 सितम्बर तक

मास	पुस्तक का नाम	विशय वस्तु	शिक्षण के पीरियड	दोहराई के पीरियड	प्रयोगात्मक कार्य
अप्रैल	Any book of Physical Education covering the syllabus according to BSEH Haryana	- Environmental Health - Food and Nutrition	7 7	2	4
मई प्रथम ईकाई टैस्ट 17 मई से 25 मई		National and International Sports: Asian games ancient Olympic, Modern Olympic Specific games /sports Boxing, Netball, Lazium, Dumbell, PT exercises Athletics, Running Events, Jumping events, Throwing events, Importance of competition in Games and sports Yogic Exercises -Women and Sports participation	8 8	2	6
जून		ग्रीष्म अवकाश 1 जून से 30 जून तक			
जुलाई		Swimming, Circle Kabaddi Introduction to basic rules related to these Games Introduction to basic rules related to events	7 8	3	6
अगस्त द्वितीय यूनिट टैस्ट 17 अगस्त से 25 अगस्त		-National Integration: patriotism, National Flag, National anthem, and festival	8 8	3	4
सितम्बर		Revision First semester exam			