

HEALTH AND PHYSICAL EDUCATION PAPER-II
(NEW SCHEME)صحت و تعلیم جسمانی پرچہ - دوسرا
(نیا سکیم)

TIME ALLOWED: 20 Minutes

OBJECTIVE حصہ معروضی

وقت = 20 منٹ

MAXIMUM MARKS: 17

کل نمبر = 17

نوٹ - ہر سوال کے چار ممکنہ جوابات A, B, C اور D دیے گئے ہیں۔ جوابی کاپی پر ہر سوال کے سامنے دیے گئے دائروں میں سے درست جواب کے مطابق متعلقہ دائرہ کو مارکر یا پین سے بھر دیجئے۔ ایک سے زیادہ دائروں کو نہ کرنے یا کٹ کر پُر کرنے کی صورت میں مذکورہ جواب غلط تصور ہوگا۔ دائروں کو پُر نہ کرنے کی صورت میں کوئی نمبر نہیں دیا جائے گا۔ اس سوال پرچہ پر سوالات ہرگز حل نہ کریں۔

Note: you have four choices for each objective type question as A, B, C and D. The choice which you think is correct, fill that bubble in front of that question number. On bubble sheet, use marker or pen to fill the bubbles. Cutting or filling two or more bubbles will result in zero mark in that question. Attempt as many questions as given in objective type question paper and leave others blank. No credit will be awarded in case BUBBLES are not filled. Do not solve questions on this sheet of OBJECTIVE PAPER.

Q.No.1

سوال نمبر 1-

- (1) Sports impart training: (1) کھیلوں سے تربیت ہوتی ہے۔
(A) Negative منفی (B) Technical فنی (C) Positive مثبت (D) Ethical اخلاقی
- (2) Javelin consists of _____ parts. (2) جیولن _____ حصوں پر مشتمل ہوتا ہے۔
(A) Three تین (B) Five پانچ (C) Four چار (D) Six چھ
- (3) A Kerb is in a track: (3) کرب ٹریک میں ہوتا ہے۔
(A) Inner edge اندرونی کنارہ (B) Changing zone تبدیلی کا علاقہ (C) Outer edge بیرونی کنارہ (D) Assembly line اسمبلی لائن
- (4) 400 m Race included in Olympic games in: (4) 400 میٹر کی دوڑ اولمپک کھیلوں میں شامل ہوتی ہے۔
(A) 1910ء میں (B) 1911ء میں (C) 1912ء میں (D) 1913ء میں
- (5) The length & width of crossbar supports in High Jump is: (5) اونچے چھلانگ میں ٹیکوں کی لمبائی اور چوڑائی ہوتی ہے۔
(A) 6 x 4 cm سینٹی میٹر (B) 6 x 6 cm سینٹی میٹر (C) 5 x 5 cm سینٹی میٹر (D) 6 x 5 cm سینٹی میٹر
- (6) The length of Runway in High Jump is: (6) اونچے چھلانگ میں دوڑ کے راستے کی لمبائی ہوتی ہے۔
(A) 10 m میٹر (B) 15 m میٹر (C) 12 m میٹر (D) 18 m میٹر
- (7) In liver there is storage of: (7) جگر میں ذخیرہ ہوتا ہے۔
(A) water پانی (B) Salt نمک (C) Glycogen (شکر) گلیکوجن (D) Protein پروٹین
- (8) The second name of Voluntary Muscles is: (8) ارادی عضلات کا دوسرا نام ہے۔
(A) Cardiac Muscles قلبی عضلات (B) Unstriated Muscles غیر دھاری دار عضلات (C) Striped Muscles دھاری دار عضلات (D) Best Muscles بہترین عضلات
- (9) Tannin and Theine are found in: (9) تینین اور تھینین پایا جاتا ہے۔
(A) Milk دودھ میں (B) Tea چائے میں (C) Alcohol الکحل میں (D) Cocoa کاکو میں
- (10) By stop taking Morphia at once, changes occur in the body: (10) مارفیا کا استعمال ایک دم روکنے سے جسم میں تبدیلیاں رونما ہوتی ہیں۔
(A) Tearing آنسو جاری ہوتا ہے (B) Feel uneasiness بے چینی ہوتی ہے (C) Hiccough ہچک چھ (D) All of these سبھی
- (11) Sex Hygiene related diseases are: (11) جنسی صحت سے متعلق بیماریاں ہوتی ہیں۔
(A) Seven سات (B) Eight آٹھ (C) Nine نو (D) Ten دس
- (12) The incubation period of Chancroid is: (12) شکر ذکا الکلیکیشن پیریڈ ہوتا ہے۔
(A) 3-5 days دن (B) 2-4 days دن (C) 2-6 days دن (D) 3-6 days دن
- (13) The stages of burn wounds are: (13) بے ہوشے زخموں کی درجہ بندی ہوتی ہے۔
(A) 3 stages درجے (B) 2 stages درجے (C) 4 stages درجے (D) 5 stages درجے
- (14) The types of Vitamins: (14) ویتامین کی اقسام ہیں۔
(A) A,B,C,D,E,K,P (B) A,B,D,E,P,R,O (C) A,B,D,S,T,I,K (D) A,B,T,U,V,W,Y
- (15) One gram of fats has _____ calories. (15) ایک گرام روغنیاں میں حرارت ہوتے ہیں۔
(A) 8 (B) 10 (C) 9 (D) 12

(FOR BOYS ONLY)

(صرف طلباء کے لئے)

- (16) A measurement of shooting circle in Hockey ground is: (16) ہاکی کے گراؤنڈ میں شوٹنگ سرکلی کی پیمائش ہوتی ہے۔
(A) 12.63 m میٹر (B) 14.63 m میٹر (C) 15.63 m میٹر (D) 16.63 m میٹر
- (17) Number of substitute players in Basketball game are: (17) باسکٹ بال کے کھیل میں متبادل کھلاڑیوں کی تعداد ہوتی ہے۔
(A) Six چھ (B) Seven سات (C) Eight آٹھ (D) Nine نو

(FOR GIRLS ONLY)

(صرف طالبات کے لئے)

- (16) The length of Badminton Racket is: (16) بیڈمنٹن ریکٹ کی لمبائی ہوتی ہے۔
(A) 67 cm سینٹی میٹر (B) 68 cm سینٹی میٹر (C) 69 cm سینٹی میٹر (D) 70 cm سینٹی میٹر
- (17) The height of Table Tennis Table from ground is: (17) ٹیبل ٹینس کے میز کی زمین سے اونچائی ہوتی ہے۔
(A) 75 cm سینٹی میٹر (B) 76 cm سینٹی میٹر (C) 78 cm سینٹی میٹر (D) 80 cm سینٹی میٹر

انٹرمیڈیٹ امتحان پارٹ - II (کلاس بارہویں)

HEALTH AND PHYSICAL EDUCATION PAPER-II

صحت و تعلیم جسمانی پرچہ - دوسرا

(NEW SCHEME)

(نیا سکیم)

TIME ALLOWED: 2.40 Hours

SUBJECTIVE

وقت = 2.40 گھنٹے

MAXIMUM MARKS: 68

کل نمبر = 68

NOTE: - Write same question number and its part number on answer book, as given in the question paper.

SECTION-I

حصہ اول

2. Attempt any eight parts.

16 = 2 x 8

(i) Write any two definitions of Game.

(ii) Why do we participate in Sports?

(FOR BOYS ONLY)

(iii) Write two fouls of Hockey game.

(iv) When the penalty stroke is awarded in Hockey game?

(v) Explain the goal post in Hockey ground.

(vi) Write a note on personal penalties in Hockey.

(vii) Write a short note on history of Hockey.

(viii) Write a note on prohibited area in Basketball Court.

(ix) Explain the length, width and lines in Basketball Court.

(x) What is meant by Shot in Basketball game?

(xi) What is meant by Free Throw?

(xii) Write a note on "throw in" with reference to Basketball game.

(FOR GIRLS ONLY)

(iii) Write down the measurements of Table of Table tennis.

(iv) Explain the "Let" in Table tennis game.

(v) Write a note on start and scoring system in Table tennis game.

(vi) Write a note on the Free hand, the Server and the Receiver in Table tennis.

(vii) Explain "A Rally" in Table tennis.

(viii) Write length and width of Badminton Court.

(ix) Explain 29 all points in Badminton game.

(x) Explain the service in Badminton game.

(xi) Write four fouls of service in Badminton game.

(xii) Write a note on Empire in Badminton game.

3. Attempt any eight parts.

16 = 2 x 8

(i) Write the names of three methods of holding the Javelin.

(ii) Explain the sector of Javelin throw.

(iii) Write the weight of Javelin for men and women.

(درجہ لکھئے)

سوال نمبر 2- کوئی سے آٹھ اجزاء کے جوابات تحریر کیجیے۔

(i) کھیل کی کوئی سی دو تعریفیں تحریر کیجیے۔

(ii) ہم کھیلوں میں شمولیت کیوں اختیار کرتے ہیں؟

(صرف طلباء کے لئے)

(iii) ہاکی کھیل کے دو فاول لکھیے۔

(iv) ہاکی کے کھیل میں پینالٹی سٹروک کب دیا جاتا ہے؟

(v) ہاکی کے گراؤنڈ کے گول پوسٹ کی وضاحت کیجیے۔

(vi) ہاکی میں شخصی سزاؤں پر نوٹ لکھیں۔

(vii) ہاکی کی تاریخ پر مختصر نوٹ لکھیں۔

(viii) باسکٹ بال کورٹ کے ممنوعہ علاقے پر نوٹ لکھیں۔

(ix) باسکٹ بال کورٹ کی لمبائی، چوڑائی اور لائنوں کی وضاحت کیجیے۔

(x) باسکٹ بال کھیل میں شاٹ (Shot) سے کیا مراد ہے؟

(xi) فری تھرو سے کیا مراد ہے؟

(xii) باسکٹ بال کھیل کے حوالے سے تھرو ان پر نوٹ لکھیں۔

(صرف طالبات کے لئے)

(iii) ٹیبل ٹینس کے میز کی پیمائش تحریر کیجیے۔

(iv) ٹیبل ٹینس کھیل میں لیٹ (Let) کی وضاحت کیجیے۔

(v) ٹیبل ٹینس کھیل کا آغاز اور سکورنگ کے نظام پر نوٹ لکھیے۔

(vi) ٹیبل ٹینس میں فری ہینڈ، سرور اور ریسپور پر نوٹ لکھیں۔

(vii) ٹیبل ٹینس میں "ریلی" کی وضاحت کیجیے۔

(viii) بیڈمنٹن کورٹ کی لمبائی اور چوڑائی لکھیے۔

(ix) بیڈمنٹن کھیل میں 29 آؤٹس کی وضاحت کیجیے۔

(x) بیڈمنٹن کھیل میں سروس کی وضاحت کیجیے۔

(xi) بیڈمنٹن کھیل کے سروس کے چار فاول لکھیے۔

(xii) بیڈمنٹن کھیل میں ایمپائر پر نوٹ لکھیے۔

سوال نمبر 3- کوئی سے آٹھ اجزاء کے جوابات تحریر کیجیے۔

(i) نیزے کو پکڑنے کے تین طریقوں کے نام لکھیں۔

(ii) نیزہ پھینکنے کے سکٹور کی وضاحت کیجیے۔

(iii) نیزے کا عورتوں اور مردوں کے لیے وزن لکھیں۔

(2)

- (iv) Explain the starting of Javelin throw. نیزہ پھینکنے کی شروعات کی وضاحت کریں۔ (iv)
- (v) Briefly explain the poles in High jump. اونچی چھلانگ کے پولز کی مختصر وضاحت کریں۔ (v)
- (vi) Write a note on landing area in High jump. اونچی چھلانگ کے اکھاڑے پر نوٹ لکھیں۔ (vi)
- (vii) Write the first principle of resolving tie in High jump. اونچی چھلانگ میں برابری کا پہلا اصول تحریر کریں۔ (vii)
- (viii) When the runway or landing area may be changed in High jump? اونچی چھلانگ میں دوڑنے کا راستہ یا اکھاڑا کب تبدیل کیا جاسکتا ہے؟ (viii)

- (ix) Write the characteristics of 400m race. 400 میٹر دوڑ کی خصوصیات کی مختصر وضاحت کریں۔ (ix)
- (x) Write number of lanes and their width in 400m race. 400 میٹر دوڑ میں گلیوں کی تعداد اور ان کی چوڑائی تحریر کریں۔ (x)
- (xi) How lanes are selected in 400m race? 400 میٹر دوڑ میں گلیوں کا انتخاب کیسے کیا جاتا ہے؟ (xi)
- (xii) How will athlete finish his race in 400m race? 400 میٹر دوڑ میں کھلاڑی اختتام کیسے کرے گا؟ (xii)

4. Attempt any six parts.

12 = 2 x 6

سوال نمبر 4۔ کوئی سے چھ اجزاء کے جوابات تحریر کیجیے۔

- (i) Define Digestive System. نظام ہضم کی تعریف کریں۔ (i)
- (ii) Write a short note on Liver. جگر پر مختصر نوٹ تحریر کریں۔ (ii)
- (iii) Define Voluntary Muscles. ارادی عضلات کی تعریف کریں۔ (iii)
- (iv) Write down two benefits of Fats. روغنیات کے دو فوائد تحریر کریں۔ (iv)
- (v) Define Nutrition. خوراک کی تعریف کریں۔ (v)
- (vi) Write down two effects of deficiency of Vitamin. وٹامن کی کمی کے دو اثرات تحریر کریں۔ (vi)
- (vii) Define Sex Hygiene. جنسی حفظانِ صحت کی تعریف کریں۔ (vii)
- (viii) Write down two responsibilities of First aider. ابتدائی طبی امداد دینے والے شخص کی دو ذمہ داریاں تحریر کریں۔ (viii)
- (ix) Define First aid. ابتدائی طبی امداد کی تعریف کریں۔ (ix)

SECTION-II حصہ دوم

NOTE: - Attempt any three questions.

24 = 8 x 3

نوٹ۔ کوئی سے تین سوالات کے جوابات تحریر کیجیے۔

5. Define Sportsmanship and write down the characteristics of a good player. سپورٹس مین شپ کی تعریف کریں اور اچھے کھلاڑی کے اوصاف تحریر کریں۔ 5
6. Draw a sketch of hockey ground and write its all measurements. ہاکی گراؤنڈ کا خاکہ بنائیں اور مکمل پیمائش تحریر کریں۔ 6

OR یا

Draw a sketch of Badminton Court and write its all measurements.

بیڈمنٹن کورٹ کا خاکہ بنائیں اور اس کی مکمل پیمائش لکھیں۔

7. Write down the rules and regulations of throwing the Javelin. نیزہ پھینکنے کے قواعد تحریر کیجیے۔ 7
8. Define Muscular system and describe its all kinds in detail. نظام عضلات کی تعریف کریں اور اس کی اقسام تفصیلاً بیان کریں۔ 8
9. Describe the basic principles and distinct features of First aid. ابتدائی طبی امداد کے بنیادی اصول اور خصوصیات تحریر کیجیے۔ 9