

Health & Physical Education
(New Scheme)

Paper : II

Time : 20 Minutes

Marks : 17

Inter Part - II (کلاس بارہویں) (نیمہ)

Roll No _____ Annual 2019

صحت و تعلیم جسمانی

Objective (موضوعی)

Code: 8421

پرچہ : II

وقت : 20 منٹ

نمبر : 17

نوٹ: ہر سوال کے چار ممکنہ جوابات A, B, C اور D دیئے گئے ہیں۔ جوابی کاپی پر ہر سوال کے سامنے دیئے گئے دائروں میں سے درست جواب کے مطابق حلقہ دائرہ کو مار کر یا چپن سے گھیر دیجئے۔ ایک سے زیادہ دائروں کو گزرنے کی صورت میں مذکور جواب غلط تصور ہوگا۔

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 circle in front of that question number. Use marker or pen to fill the circles. Cutting or filling two or more circles will result in zero marks in that question.

- 1- (1) Which one of the following is created in human, from play
(A) خود اعتمادی (B) self confidence (C) lack of confidence (D) fear (E) جسمانی کمزوری
- (2) Place of holding the javelin is called
(A) ٹیل (B) ٹیل (C) شافت (D) سر
- (3) Width of runway in javelin throw is
(A) 4 meter (B) 3 meter (C) 5 meter (D) 2 meter
- (4) The weight of crossbar in high jump is
(A) 1 kg (B) 2 kg (C) 3 kg (D) 4 kg
- (5) A race known as man killer is
(A) 200 meter (B) 400 meter (C) 800 meter (D) 100 meter
- (6) The shape of track in 400 meter race is
(A) بیضوی (B) گول (C) مربع (D) مستطیل
- (7) The length of large intestine is
(A) 1.50 meter (B) 1.25 meter (C) 1.60 meter (D) 1.80 meter
- (8) The muscles which are under the control of human are called
(A) ارادی (B) غیر ارادی (C) جلدی (D) استخوانی
- (9) Long life is due to
(A) لائی (B) لائی (C) لائی (D) لائی
- (10) Sleeping pills affect
(A) نظام ہضم (B) نظام تنفس (C) نظام گردش خون (D) نظام اعصاب
- (11) The kinds of diseases related to sex hygiene are
(A) 9 (B) 7 (C) 8 (D) 6
- (12) The AIDS was first of all discovered in
(A) 1991 A.D (B) 1971 A.D (C) 1981 A.D (D) 1987 A.D
- (13) The injuries due to burning can be divided into
(A) 4 (B) 3 (C) 14 (D) 2
- (14) Number of calories in one gram of carbohydrates is
(A) 4.3 (B) 5.3 (C) 6.5 (D) 7.00
- (15) Percentage of water in human body is
(A) 60 % (B) 70 % (C) 80 % (D) 90 %

For Boys only

- (16) In hockey, the height of goal post from ground level is
(A) 2.10 meter (B) 2.14 meter (C) 2.18 meter (D) 2.20 meter
- (17) The weight of ball in basketball is
(A) 700 Gram (B) 650 Gram (C) 670 Gram (D) 690 Gram

For Girls only

- (16) The width of all lines in badminton court is
(A) 6 cm (B) 4 cm (C) 5 cm (D) 3 cm
- (17) The length of table in table tennis is
(A) 2.74 meter (B) 2.74 meter (C) 2.74 meter (D) 2.74 meter

Note:- Section I is compulsory. Attempt any three (3) questions from Section II
(Section - I حصہ اول)

2. Write short answers to any Eight parts : (8 x 2 = 16)

- Write down two benefits of sports / games.
- Write down two characteristics of a good player.
- Explain team member in hockey.
- When is free hit given in hockey?

(Only for Boys)

- Write down two duties of team captain in hockey.
- Write a note on time limit in hockey.
- When the bully is given in hockey?
- Define own basket in basket ball.
- Write down the length and width of back board in basket ball.
- Write a note on ball in basket ball.
- Explain back court in basket ball.
- Explain team member in basket ball.

(Only for Girls)

- Describe the length & width of badminton net.
- Describe the length & width of badminton racket.
- Define server and receiver in badminton.
- Write down two foules of service in badminton.
- Write short service area in badminton.
- Explain ball in table tennis.
- Explain racket hand and free hand in table tennis.
- Define ball in play in table tennis.

3. Write short answers to any Eight parts : (8 x 2 = 16)

- What is meant by jump off in high jump?
- Explain runway in high jump.
- Explain to resolve the tie in high jump.
- Write a note on the structure of javelin.
- Write the names of three methods of holding javelin.
- Write two fouls of javelin throw.
- Explain the law of allotment of staggers in 400 meter race.
- Write two rules in 400 meter race.
- Write two foules in 400 meter race.
- What is meant by heats in 400 meter race?
- Explain the polls in high jump.
- Explain the parts of javelin.

4. Write short answers to any Six parts : (6 x 2 = 12)

- Write the four names of organs involved in digestive system.
- Write about gall bladder in digestive system.
- Write two benefits of muscles.
- Write about carbohydrates.
- Write the benefits of vitamin "K".
- Write a note on stomach.
- Write the first aid for opium affected person.
- Write two precautions to prevent Aids.
- Write down demerits of tea.

(Section - II) Each question carries 0 marks نمبر ہیں (8 سوال کے آٹھ)

- Write down the importance of sports in detail.
- Write in detail about penalty corner in hockey.

OR

- Draw badminton singles court and write all measurements.
- Write the rules of Javelin throw.
- What is meant by balance diet? Write its characteristics.
- What is meant by First Aid? Give characteristics

2. کوئی سے آٹھ اجزاء کے مختصر جوابات تحریر کیجئے۔

- کھیلوں کے دو فوائد بیان کیجئے۔
- اچھے کھلاڑی کے دو اوصاف تحریر کیجئے۔
- ہاکی میں ٹیم لیڈر کی وضاحت کیجئے۔
- ہاکی میں فری ہٹ کب دی جاتی ہے؟

(صرف طلباء کے لیے)

- ہاکی میں ٹیم کے کپتان کے دو فرائض تحریر کیجئے۔
- ہاکی میں کھیل کے دوران پیر نوٹ لکھئے۔
- ہاکی میں کی کب دی جاتی ہے؟
- باسکٹ بال میں اپنی باسکٹ کی تعریف کیجئے۔
- باسکٹ بال کے مختصر تنجے کی لمبائی، چوڑائی تحریر کیجئے۔
- باسکٹ بال میں بال پر نوٹ تحریر کیجئے۔
- باسکٹ بال میں بیک کورٹ کی وضاحت کیجئے۔
- باسکٹ بال میں ٹیم لیڈر کی وضاحت کیجئے۔

(صرف طالبات کے لیے)

- بڈمنٹن میں جال کی لمبائی اور چوڑائی بیان کیجئے۔
- بڈمنٹن کے ریکٹ کی لمبائی اور چوڑائی بیان کیجئے۔
- بڈمنٹن میں سرور اور ریسور کی وضاحت کیجئے۔
- بڈمنٹن میں سروں کے دو فائلز تحریر کیجئے۔
- بڈمنٹن میں شارٹ سروں ایریا کی وضاحت کیجئے۔
- ٹینس میں گیند کی وضاحت کیجئے۔
- ٹینس میں ریکٹ ہینڈ اور فری ہینڈ کی وضاحت کیجئے۔
- ٹینس میں گیند کا کھیل میں تصور ہونا کی وضاحت کیجئے۔

3. کوئی سے آٹھ اجزاء کے مختصر جوابات تحریر کیجئے۔

- اوپنی چھلانگ میں جب آف سے کیا مراد ہے؟
- اوپنی چھلانگ میں دوڑنے کے راستے کی وضاحت کیجئے۔
- اوپنی چھلانگ میں برابری کے اصول کی وضاحت کیجئے۔
- نیزہ کی بناوٹ پر نوٹ لکھئے۔
- نیزہ پکڑنے کے تین طریقوں کے نام لکھئے۔
- نیزہ پھینکنے کے دو فائلز لکھئے۔
- 400 میٹر دوڑ میں زبے دینے کے قانون کی وضاحت کیجئے۔
- 400 میٹر دوڑ کے دو قوانین تحریر کیجئے۔
- 400 میٹر دوڑ کے دو فائلز تحریر کیجئے۔
- 400 میٹر دوڑ میں ہیٹس سے کیا مراد ہے؟
- اوپنی چھلانگ میں پلر کی وضاحت کیجئے۔
- نیزہ کے حصوں کی وضاحت کیجئے۔

4. کوئی سے چھ اجزاء کے مختصر جوابات تحریر کیجئے۔

- نظام انہضام میں حصہ لینے والے چار اعضاء کے نام تحریر کیجئے۔
- نظام انہضام میں "پا" کے بارے میں تحریر کیجئے۔
- عضلات کے دو فوائد تحریر کیجئے۔
- نشاستہ کے بارے میں تحریر کیجئے۔
- حیاتین "کے" کے فوائد تحریر کیجئے۔
- معدہ پر نوٹ لکھئے۔
- انہوں سے متاثرہ فرد کیلئے ابتدائی طبی امداد تحریر کیجئے۔
- الڈز سے بچاؤ کے دو اقدامات تحریر کیجئے۔
- جائے کے نقصانات بیان کیجئے۔

5. کھیلوں کی افادیت تفصیل سے تحریر کیجئے۔

6. ہاکی میں پنلٹی کورنر کے بارے میں تفصیل لکھئے۔

7. بڈمنٹن میں سنگلز کورٹ کا خاکہ بنائیے اور تمام پیمائشیں تحریر کیجئے۔

8. نیزہ پھینکنے کے قوانین لکھئے۔

9. متوازن غذا سے کیا مراد ہے؟ اسکی خصوصیات تحریر کیجئے۔

10. ابتدائی طبی امداد سے کیا مراد ہے؟ اسکی امداد دینے والے کی خصوصیات تحریر کیجئے۔