



Bwp-22 105000

نوٹ : تمام سوالات کے جوابات دی گئی جوابی کاپی پر لکھیں۔ ہر سوال کے چار ممکنہ جوابات A, B, C, D دیئے گئے ہیں۔ جس جواب کو آپ درست سمجھیں جوابی کاپی پر اس سوال نمبر کے سامنے دیئے گئے دائروں میں سے متعلقہ دائرے کو قلم کی سیاہی سے بھر دیجئے۔ ایک سے زیادہ دائروں کو بھرنا یا کاٹ کر بھرنا کی صورت میں مذکورہ جواب غلط تصور ہوگا۔

Note : Four possible choices A, B, C, D to each question are given. Which choice 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 mark in that question

Which types of relationship develop on account of Sports :	کیوں کی بدولت کس قسم کے تعلقات استوار ہوتے ہیں :	17 سال نمبر 1
Social (D) Economical (C) Political (B) Individual (A)	سماجی (D) معاشی (C) سیاسی (B) انفرادی (A)	(1)
Quantity of Fats in Coco is :	کوکو میں چکنائی کی مقدار پائی جاتی ہے :	(2)
40 % (D) 20 % (C) 55 % (B) 50 % (A)		
_____ enables for Movement :	_____ حرکت کے قابل بناتے ہیں :	(3)
Body (D) Brain (C) Nerves (B) Muscles (A)	جسم (D) دماغ (C) اعصاب (B) عضلات (A)	
Which enhances the Mutual Relations :	کس سے باہمی تعلقات میں اضافہ ہوتا ہے :	(4)
Walk (D) Games (C) Gymnastic (B) Exercises (A)	سیر (D) گیمز (C) جمناستک (B) ورزشیں (A)	
_____ is considered Special Blessing of Summer :	_____ موسم گرما میں ایک خصوصی نعمت تصور کیا جاتا ہے :	(5)
Tea (D) Beverages (C) Coco (B) Sattoo (A)	چائے (D) مشروبات (C) کوکو (B) سٹو (A)	
The height of Crossbar increases after every round :	کراس بار ہر راؤنڈ کے بعد بلندی کی جاتی ہے :	(6)
8 cm (D) 6 cm (C) 4 cm (B) 2 cm (A)	8 سم (D) 6 سم (C) 4 سم (B) 2 سم (A)	
The Weight of Chord Grip of Javeline is :	نیڑہ کی رسی کی گرفت کی چوڑائی ہوتی ہے :	(7)
10 cm (D) 15 cm (C) 20 cm (B) 25 cm (A)	10 سم (D) 15 سم (C) 20 سم (B) 25 سم (A)	
_____ is called the Fuel of Balanced Diet :	_____ متوازن غذا کا ایندھن کہلاتے ہیں :	(8)
Water (D) Vitamins (C) Fats (B) Carbohydrate (A)	پانی (D) حیاتیں (C) روغنات (B) نشاستہ (A)	
In 400 meter race, Athletes are allotted lanes with :	400 میٹر دوڑ میں ایتھلیٹس کو گلیاں الاٹ کی جاتی ہیں :	(9)
By Referee (B) By Management (A)	ریفری کی مرضی سے (B) انتظامیہ کی مرضی سے (A)	
By Draw (D) By Coach (C)	قرعہ اندازی سے (D) کوچ کی مرضی سے (C)	
The important methods of First Aid are :	ابتدائی طبی امداد کے اہم طریقے ہیں :	(10)
EFC (D) DBC (C) BCD (B) ABC (A)		
_____ disease destroys the body's immune system :	_____ بیماری میں جسم کا مدافعتی نظام ختم ہو جاتا ہے :	(11)
Aids (D) Syphilis (C) Chancroid (B) Gonorrhoea (A)	ایڈز (D) آئفلس (C) چانکروئڈ (B) گونرہیا (A)	
Arsenic is available in form of _____ :	آرسنک کی صورت میں ملتا ہے :	(12)
Medicine (D) Capsules (C) Pieces (B) Tablets (A)	دوائی (D) کپسول (C) ٹیبلٹس (B) ٹیبلٹس (A)	
It is essential for the survival of Human Life :	انسانی زندگی کو قائم رکھنے کے لیے اشد ضروری ہے :	(13)
Hydrogen (D) Carbon (C) Nitrogen (B) Oxygen (A)	ہائیڈروجن (D) کاربن (C) نائٹروجن (B) آکسیجن (A)	
The length of large Intestine is :	بڑی آنت کی لمبائی ہوتی ہے :	(14)
1.80 meter (D) 1 meter (C) 2.50 meter (B) 3 meter (A)	1.80 میٹر (D) 1 میٹر (C) 2.50 میٹر (B) 3 میٹر (A)	
The Tourniquet can be tied to the effected person :	ٹورنیوئٹ متاثرہ فرد پر بائیں جاکتی ہے :	(15)
For 3 Hours (B) For 2 Hours (A)	تین گھنٹوں کے لیے (B) دو گھنٹوں کے لیے (A)	
For 5 Hours (D) For 4 Hours (C)	پانچ گھنٹوں کے لیے (D) چار گھنٹوں کے لیے (C)	
(For Boys کے لیے)		
The Diameter of Iron band in Basketball is :	باسکٹ بال میں لوہے کے رنگ کا قطر ہوتا ہے :	(16)
55 cm (D) 35 cm (C) 45 cm (B) 25 cm (A)	55 سینٹی میٹر (D) 35 سینٹی میٹر (C) 45 سینٹی میٹر (B) 25 سینٹی میٹر (A)	
The length of Backboard in Hockey is :	ہاکی میں بیک بورڈ کی اونچائی ہوتی ہے :	(17)
36 cm (D) 46 cm (C) 66 cm (B) 26 cm (A)	36 سینٹی میٹر (D) 46 سینٹی میٹر (C) 66 سینٹی میٹر (B) 26 سینٹی میٹر (A)	
(For Girls کے لیے)		
A Double Match of Table Tennis consist of _____ games :	ٹبل ٹینس کا ڈبلز کا میچ _____ گیمز پر مشتمل ہوتا ہے :	(16)
11 (D) 07 (C) 05 (B) 04 (A)		
The length of Feathers of Shuttle in Badminton is :	بیڈمنٹن میں مشل کے پر کی لمبائی ہوتی ہے :	(17)
2 cm (D) 7 cm (C) 4 cm (B) 5 cm (A)	2 سم (D) 7 سم (C) 4 سم (B) 5 سم (A)	

(2018 - 2020) to (2020 - 22) سیشن	1322- 18 000	رول نمبر
Health & Physical Education (Subjective)	Inter - A - 2022	صحت و جسمانی تعلیم (انشائیہ)
کل نمبر : 68	Inter (Part-II)	وقت : 40 : 2 گھنٹے



ہدایات : حصہ اول یعنی سوال نمبر 2، سوال نمبر 3 میں سے کوئی سے (8 - 8) اجزاء اور سوال نمبر 4 میں سے کوئی سے (6) اجزاء کے مختصر جوابات تحریر کرنا لازمی ہے۔ جبکہ حصہ دوم میں سے کوئی سے تین سوالات حل کیجئے۔ جوابی کاپی پر دی سوال نمبر اور جزو نمبر درج کریں جو کہ سوالیہ پرچہ پر درج ہے۔

Note : It is compulsory to attempt (8 - 8) parts each from Q.No.2 and 3 while attempt any (06) parts from Q.No.4 and attempt any (03) questions from Part II. Write same Question No. and its Part No. as given in the question paper.

44 = 2 x 22

(Part-I) حصہ اول

ص P-22

- سوال نمبر 2 (i) ہم کھیل کیوں کھیلتے ہیں؟
(ii) کھیل سے کیا مراد ہے؟
(iii) اچھا کھلاڑی کس طرح قانون کا پابند ہوتا ہے؟
(iv) سپورٹس میں شپ کی تعریف کیجئے۔
(v) ہاکی کی مختصر تاریخ بیان کیجئے۔
(vi) فری ہٹ کب دی جاتی ہے؟
(vii) ہاکی سٹک پر مختصر نوٹ لکھیے۔
(viii) ہاکی ریفری کے دو فرائض کون سے ہیں؟
(ix) باسکٹ بال میں "جپ بال" سے کیا مراد ہے؟
(x) باسکٹ بال میں "بلاک" سے کیا مراد ہے؟
(xi) باسکٹ بال میں "بیک بورڈ" پر مختصر نوٹ لکھیے۔
(xii) باسکٹ بال میں "فری تھرو" سے کیا مراد ہے؟
- (For Boys برائے طالباء)
- Describe a short history of Hockey.
When Free Hit is awarded?
Write a short note on Hockey Stick.
Which are the two duties of the Hockey Referee?
What is meant by " Jump ball " in Basketball?
What is meant by " Blocking " in Basketball?
Write a short note on " Backboard " in Basketball.
What is meant by " Free Throw " in Basketball?
- (For Girls برائے طالبات)
- When Let is awarded in Badminton Game.
Shortly explain Point System in Badminton Game.
Write two Fouls of Badminton Game.
How Badminton Game is started?
Write a short note on Table Tennis Ball.
What is meant by " Rally " in Table Tennis?
What is " Correct Service " in Table Tennis?
What is meant by Receiver and Server in Table Tennis?
Write two Fouls for Javelin Throw.
Explain the Chord Grip of Javelin.
Write Weight of Javelin for Men and Women.
Write down four Rules of Javelin Throw.
Write down the Weight and Length of Cross Bar in High Jump.
Describe the Structure of Poles in High Jump.
Write down Length and Width of Landing Area in High Jump.
Write down two Fouls of High Jump.
Write down Length and Width of 400 meter Standard Track.
What is meant by " Torso " in 400 meter Race?
Write down the Stages of Starting of 400 meter Race ?
Write down two Fouls of 400 meter Race.
Write a short note on Small Intestine.
Describe the kinds of Voluntary Muscles.
Define Nutrition.
Write down the kinds of Beverages.
Define Drugs.
Define Aids.
Explain the A.B.C. in First Aid.
How the patient of Belladonna can be given First Aid?
The unconscious Patient should focus on the rest of the patient to restore?
- (v) بیڈمنٹن کھیل میں لیٹ (Let) کب دیا جاتا ہے؟
(vi) بیڈمنٹن کھیل میں سکورنگ نظام کی مختصر وضاحت کیجئے۔
(vii) بیڈمنٹن کھیل کے دو فاولز تحریر کیجئے۔
(viii) بیڈمنٹن کھیل کا آغاز کیسے ہوتا ہے؟
(ix) ٹیبل ٹینس بال پر مختصر نوٹ لکھیے۔
(x) ٹیبل ٹینس میں " ریلی " سے کیا مراد ہے؟
(xi) ٹیبل ٹینس میں " درست سروس " کیا ہے؟
(xii) ٹیبل ٹینس میں " ریسیور " اور " سرور " سے کیا مراد ہے؟
- سوال نمبر 3 (i) نیزہ پھینکنے کے دو فاولز تحریر کیجئے۔
(ii) نیزہ کی ری کی گرفت کی وضاحت کیجئے۔
(iii) مردوں اور عورتوں کے لیے نیزے کا وزن تحریر کیجئے۔
(iv) نیزہ پھینکنے کے چار قوانین لکھیے۔
(v) اونچی چھلانگ میں گراس ہار کا وزن اور لمبائی تحریر کیجئے۔
(vi) اونچی چھلانگ میں پلوں کی ساخت بیان کیجئے۔
(vii) اونچی چھلانگ میں اکھاڑے کی لمبائی اور چوڑائی تحریر کیجئے۔
(viii) اونچی چھلانگ کے دو فاولز تحریر کیجئے۔
(ix) 400 میٹر کے معیاری ٹریک کی لمبائی اور چوڑائی تحریر کیجئے۔
(x) 400 میٹر دوڑ میں " ٹورسو " سے کیا مراد ہے؟
(xi) 400 میٹر دوڑ کے سٹارٹ کے مراحل تحریر کیجئے۔
(xii) 400 میٹر دوڑ کے دو فاولز تحریر کیجئے۔
- سوال نمبر 4 (i) چھوٹی آنت پر مختصر نوٹ لکھیے۔
(ii) ارادی عضلات کی اقسام بیان کیجئے۔
(iii) غذائیت کی تعریف کیجئے۔
(iv) مشروبات کی اقسام لکھیے۔
(v) نشیات کی تعریف کیجئے۔
(vi) ایڈز کی تعریف کیجئے۔
(vii) ابتدائی طبی امداد میں اے۔ بی۔ سی کی وضاحت کیجئے۔
(viii) پیلاؤڈنا کے مریض کو کس طرح طبی امداد دی جاسکتی ہے؟
(ix) بے ہوش مریض کا سانس بحال کرنے کے لیے کن چیزوں پر توجہ دینی چاہیے؟

24 = 8 x 3

Part - II حصہ دوم

- سوال نمبر 5 سپورٹس سے کیا مراد ہے؟ موجودہ دور میں کالجز میں کھیلوں کی اہمیت بیان کیجئے۔
- سوال نمبر 6 400 میٹر دوڑ کے قوانین تفصیلاً تحریر کیجئے۔
- سوال نمبر 7 متوازن غذا سے کیا مراد ہے؟ اس کی خصوصیات تحریر کیجئے۔
- سوال نمبر 8 ابتدائی طبی امداد کے بنیادی اصول کون سے ہیں؟ تفصیلاً وضاحت کیجئے۔
- (For Boys برائے طالباء)
- What is meant by Sports? Describe the Importance of Sports in Colleges in modern age.
Write down the Rules of 400 meter Race in detail.
What is meant by Balance Diet? Write down its Characteristics.
What are the basic Principles of First Aid? Explain in detail.
- (For Girls برائے طالبات)
- Draw a Sketch of Basketball Court and Write its complete Measurement.
Write a note on Officials in Table Tennis Game.
- سوال نمبر 9 باسکٹ بال کورٹ کا خاکہ بنائیے اور اس کی مکمل پیمائش تحریر کیجئے۔
- ٹیبل ٹینس کھیل کے آفیشلوں پر نوٹ لکھیے۔

