

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 متعلقہ دائرہ کو مارکر یا پین سے بھر دیجئے۔ ایک سے زیادہ دائروں کو پُر کرنے یا کاٹ کر پُر کرنے کی صورت میں مذکورہ جواب غلط تصور ہوگا۔

1. 1 - Player is ambassador of nature (D) فطرت (D) family (C) گھرانہ (C) war (B) جنگ (B) peace (A) امن (A)
- 2 - It is a natural phenomena walk (D) سیر (D) sports (C) کھیل (C) study (B) مطالعہ (B) gymnastic (A) جمناسٹک (A)
- 3 - It converts sugar into glucose renin (D) رنین (D) pepsin (C) پیپسن (C) maltose (B) مالٹوز (B) eripson (A) اریپسن (A)
- 4 - Muscles in human body are 400 (D) 500 (C) 550 (B) 450 (A)
- 5 - Constituents of food are 6 (D) 3 (C) 5 (B) 4 (A)
- 6 - Secretion produces to chew food amylase (D) امیلایز (D) maltose (C) مالٹوز (C) gastric (B) گیسٹریک (B) saliva (A) سلیوا (A)
- 7 - Types of beverages are 5 (D) 2 (C) 4 (B) 3 (A)
- 8 - Maximum attempts in Javelin throw are given 4 (D) 8 (C) 7 (B) 6 (A)
- 9 - Attempts are given at each height in high jump 4 (D) 3 (C) 2 (B) 5 (A)
- 10 - Width of the lanes in standard track is 1.22 meter (D) میٹر 1.16 meter (C) میٹر 1.18 meter (B) میٹر 1.20 meter (A)
- 11 - The beverage which contains alcohol, is coffee (D) کافی (D) lassi (C) لسی (C) tea (B) چائے (B) brandi (A) برینڈی (A)
- 12 - The name of Aids virus is LHV (D) ایل ایچ وی (D) HIT (C) ایچ آئی وی (C) HIV (B) ایچ آئی وی (B) HID (A) ایچ آئی وی (A)
- 13 - The names of important methods of first aid, are ACD (D) ABC (C) ABD (B) ADC (A)
- 14 - The method, maximum used in artificial respiration, is Schaffer's method (B) شیفر کا طریقہ (B) Holger Nielsen method (D) هولگر نیلسن کا طریقہ (D) mouth to mouth method (A) منہ سے منہ کا طریقہ (A) Sylvester's method (C) سلوسٹر کا طریقہ (C)
- 15 - Types of poison are 6 (D) 4 (C) 3 (B) 2 (A)

Only for Boys

- 16 - The width of hockey ground is 65 meter (D) میٹر 60 meter (C) میٹر
- 17 - The length of basketball court is 26 meter (D) میٹر 28 meter (C) میٹر

Only for Girls

- 16 - The width of badminton court for game of doubles, is 5.5 meter (D) میٹر 7.0 meter (C) میٹر
- 17 - The length of table in table tennis is 2.60 meter (D) میٹر 2.74 meter (C) میٹر

صرف طلباء کے لئے

- 16 - ہاکی گراؤنڈ کی چوڑائی ہوتی ہے 50 meter (A) میٹر 55 meter (B) میٹر
- 17 - باسکٹ بال کورٹ کی لمبائی ہوتی ہے 30 meter (A) میٹر 32 meter (B) میٹر

صرف طالبات کے لئے

- 16 - ڈبلز کیلئے بیڈمنٹن کورٹ کی چوڑائی ہوتی ہے 6.5 meter (A) میٹر 6.1 meter (B) میٹر
- 17 - ٹیبل ٹینس میز کی لمبائی ہوتی ہے 2.90 meter (A) میٹر 2.85 meter (B) میٹر

Time: 2:40 Hours

Paper: II

SUBJECTIVE

انشائی

پرچہ: II

وقت: 2:40 گھنٹے

Marks: 68

مارکس: 68

Note: Section I is compulsory. Attempt any THREE (3) questions from Section II.

نوٹ: حصہ اول لازمی ہے۔ حصہ دوم میں سے کوئی سے تین (3) سوالات کے جوابات لکھئے۔

Section - I حصہ اول

2 - Write short answers to any EIGHT (8) questions. (2×8=16) - کوئی سے آٹھ (8) سوالات کے مختصر جوابات تحریر کیجئے۔

- Define game.
- Why do we play game?
- Write down four qualities of a good sportsman.
- A good player is the asset of a nation, explain briefly.

- کھیل کی تعریف کیجئے۔
- ہم کھیل کیوں کھیلتے ہیں؟
- ایک اچھے کھلاڑی کی چار خوبیاں تحریر کیجئے۔
- اچھا کھلاڑی قوم کا سرمایہ ہوتا ہے۔ مختصر وضاحت کیجئے۔

Only for Boys

صرف طلباء کے لئے

- Write down a brief note on Hockey Ball.
- Write down a brief note on free hit.
- What is meant by THF and PHF in hockey?
- What is meant by Flick in hockey?
- Write down the length and width of basketball court.
- What is meant by blocking in basketball?
- Write down three second rule in basketball.
- What is meant by dead ball in basketball?

- ہاکی بال پر مختصر نوٹ تحریر کیجئے۔
- فری ہیٹ پر مختصر نوٹ لکھئے۔
- ہاکی میں THF اور PHF سے کیا مراد ہے؟
- ہاکی میں فلیک سے کیا مراد ہے؟
- باسکٹ بال میں کورٹ کی لمبائی اور چوڑائی تحریر کیجئے۔
- باسکٹ بال میں بلاکنگ سے کیا مراد ہے؟
- باسکٹ بال میں تین سیکنڈ کا قانون بیان کیجئے۔
- باسکٹ بال میں مردہ بال (Dead Ball) سے کیا مراد ہے؟

Only for Girls

صرف طالبات کے لئے

- Write down two rules of service in badminton.
- What is meant by "LET" in badminton game?
- Write down the names of the parts of badminton racket.
- Write down the duties of referee with reference to badminton.
- Write down a brief note on the ball of table tennis.
- When the point is awarded in table tennis?
- Explain the racket in table tennis.
- Write down two fouls of table tennis game.

- بیڈمنٹن میں سروس کے دو قوانین تحریر کیجئے۔
- بیڈمنٹن گیم میں لیٹ "LET" سے کیا مراد ہے؟
- بیڈمنٹن ریکٹ کے حصوں کے نام لکھئے۔
- بیڈمنٹن کے حوالے سے ریفری کے فرائض بیان کیجئے۔
- ٹینس ٹینس بال پر مختصر نوٹ لکھئے۔
- ٹینس ٹینس میں پوائنٹ کب ملتا ہے؟
- ٹینس ٹینس کے ریکٹ کی وضاحت کیجئے۔
- ٹینس ٹینس کھیل کے دو فاولز تحریر کیجئے۔

3 - Write short answers to any EIGHT (8) questions. (2×8=16) - کوئی سے آٹھ (8) سوالات کے مختصر جوابات تحریر کیجئے۔

- Write down four fouls of throwing the javlin.
- Write down a short note on the structure of javlin.
- Explain run way in javlin throw.
- Explain the landing area for javlin.
- What is meant by jump off in high jump?
- Explain crossbar in high jump.
- Write down two fouls of high jump.
- Explain landing area of high jump.

- جیولن تھرو کے چار فاولز تحریر کیجئے۔
- جیولن کی بناوٹ پر مختصر نوٹ لکھئے۔
- جیولن پھینکنے میں دوڑنے کے راستے کی وضاحت کیجئے۔
- جیولن گرنے کے علاقہ کی وضاحت کیجئے۔
- اونچی چھلانگ میں جپ آف سے کیا مراد ہے؟
- اونچی چھلانگ میں کراس بار کی وضاحت کیجئے۔
- اونچی چھلانگ کے دو فاولز تحریر کیجئے۔
- اونچی چھلانگ کے اکھاڑے کی وضاحت کیجئے۔

(درج آئیے)

12-23-23

- ix - Explain tarso.
x - Write down two fouls of 400m race.
xi - Explain start in 400m race.
xii - Why 400m race is called man killer?

- ix - ٹارسو کی وضاحت کیجئے۔

- x - 400m دوڑ کے دو فاولز تحریر کیجئے۔

- xi - 400m دوڑ کے سٹارٹ کی وضاحت کیجئے۔

- xii - 400m دوڑ کو مین کھڑکیوں کہا جاتا ہے؟

4 - Write short answers to any SIX (6) questions.

(2 × 6 = 12) 4 - کوئی سے چھ (6) سوالات کے مختصر جوابات تحریر کیجئے۔

- i - Which organs take part in digestive system?

Write down names.

- ii - Define muscular system.

- iii - Write down only names of balanced diet components.

- iv - What is meant by calorie?

- v - What is meant by narcotics?

- vi - Write down a note on Arsenic.

- vii - What is meant by sexual hygiene?

- viii - Define beverages.

- ix - Define first aid.

- i - نظام انہضام میں کون کون سے اعضاء حصہ لیتے ہیں؟

نام تحریر کیجئے۔

- ii - نظام عضلات کی تعریف بیان کیجئے۔

- iii - متوازن غذا کے اجزاء کے صرف نام تحریر کیجئے۔

- iv - حرارہ سے کیا مراد ہے؟

- v - نشیات سے کیا مراد ہے؟

- vi - سکھیا پر نوٹ لکھئے۔

- vii - جنسی حفظان صحت سے کیا مراد ہے؟

- viii - مشروبات کی تعریف کیجئے۔

- ix - ابتدائی طبی امداد کی تعریف کیجئے۔

Section - II حصہ دوم

Note: Attempt any THREE (3) questions.

نوٹ: کوئی سے تین (3) سوالات کے جوابات لکھئے۔

- 5 - Write down a detailed note on benefits of sports.

(8)

- 5 - کھیلوں کی افادیت پر تفصیلاً نوٹ تحریر کیجئے۔

- 6 - Write down the rules of javelin throw in detail.

(8)

- 6 - نیزہ پھینکنے کے قوانین تفصیلاً تحریر کیجئے۔

- 7 - Explain in detail the stages of digestion of food in human.

(8)

- 7 - انسان میں خوراک کے ہضم ہونے کے مدارج تفصیل سے بیان کیجئے۔

- 8 - Write down in detail basic principles and characteristics of first aid.

(8)

- 8 - ابتدائی طبی امداد کے بنیادی اصول اور خصوصیات مفصل تحریر کیجئے۔

Only for Boys

- 9 - Write down in detail the powers and duties of basketball court officials.

(8)

صرف طلباء کے لئے

- 9 - باسکٹ بال کورٹ آفیشلز کے اختیارات و فرائض تفصیلاً لکھئے۔

Only for Girls

- 9 - Explain badminton officials in detail.

(8)

صرف طالبات کے لئے

- 9 - بیڈمنٹن آفیشلز کی تفصیل سے وضاحت کیجئے۔