



BWP-24

<p>نوٹ : ہر سوال کے چار جوابات A, B, C, D دیے گئے ہیں۔ جس جواب کو آپ درست سمجھیں معروضی جوابی کاپی انبل شیٹ 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 بھر کر یا کاٹ کر بھرنے کی صورت میں مذکورہ جواب غلط تصور ہوگا۔</p> <p>Note : Four choices A, B, C, D to each question are given. Which choice is correct, fill that circle in front of that question number on the Objective Bubble Sheet. Use marker or pen to fill the circles. Cutting or filling two or more circles will result in zero mark in that question</p>	
_____ can be removed by games :	_____ کیل سے دور کیے جاتے ہیں :
(A) Habits عادات (B) Hobbies مشاغل (C) Nature فطرت (D) Postural Defects قدامت فطری	(1)
The Practice throws are given before the event of Javelin Starts :	نیزہ پھینکنے کے مقابلے کے آغاز سے قبل پریکٹس تھرو دی جاتی ہیں :
(A) 1 (B) 2 (C) 3 (D) 6	(2)
The duration of Javelin Throw is :	نیزہ پھینکنے کے لیے کوشش کے آغاز کا دورانیہ ہے :
(A) 5 min 5 منٹ (B) 3 min 3 منٹ (C) 2 min 2 منٹ (D) 1 min 1 منٹ	(3)
Sportsmanship is derived by :	سپورٹس مین شپ پیدا ہوتی ہے :
(A) Rest آرام (B) Food خوراک (C) Exercise ورزش (D) Game کھیل	(4)
The length of Supports putting on a Cross Bar is :	کراس بار پر رکھنے والی ٹیکوں کی لمبائی ہوتی ہے :
(A) 6 cm 6 سینٹی میٹر (B) 4 cm 4 سینٹی میٹر (C) 2 cm 2 سینٹی میٹر (D) 3 cm 3 سینٹی میٹر	(5)
400 m race was included in Olympic events :	400 میٹر دوڑ کو اولمپک مقابلوں میں شامل کیا گیا :
(A) 1910 (B) 1911 (C) 1912 (D) 1914	(6)
The Width of lanes of standard track is :	معیاری ٹریک کی لکیوں کی چوڑائی ہوتی ہے :
(A) 1.17 m 1.17 میٹر (B) 1.20 m 1.20 میٹر (C) 1.16 m 1.16 میٹر (D) 1.22 m 1.22 میٹر	(7)
How much is minimum distance between upright and landing area in high jump :	ہائی جپ میں پل اور لینڈنگ ایریا کے درمیان کم از کم فاصلہ ہوتا ہے :
(A) 5 cm 5 سینٹی میٹر (B) 7 cm 7 سینٹی میٹر (C) 10 cm 10 سینٹی میٹر (D) 8 cm 8 سینٹی میٹر	(8)
The length of Esophagus is :	خوراک کی نالی کی لمبائی ہوتی ہے :
(A) 10 cm 10 سینٹی میٹر (B) 15 cm 15 سینٹی میٹر (C) 20 cm 20 سینٹی میٹر (D) 25 cm 25 سینٹی میٹر	(9)
Which harmful element is present in Tea :	چائے میں کونسا مضر صحت مادہ پایا جاتا ہے :
(A) Theine تھینین (B) Caffeine کیفین (C) CoCoa کوکو (D) Kanjee کانچی	(10)
One gram Carbohydrates has _____ Calories :	ایک گرام نشاستہ میں _____ حرارے ہوتے ہیں :
(A) 4.3 (B) 4.5 (C) 4.6 (D) 3.4	(11)
Muscles get their nutrition from :	عضلات اپنی خوراک حاصل کرتے ہیں :
(A) Liver جگر (B) Blood خون (C) Water پانی (D) Heart دل	(12)
The plant of opium abundantly found in :	اپیون کا پودا اکثر سے پایا جاتا ہے :
(A) USA امریکہ (B) Russia روس (C) Afghanistan افغانستان (D) France فرانس	(13)
How many stages of Syphilis are there :	آفک کی بیماری کے کتنے درجے ہوتے ہیں :
(A) 7 (B) 5 (C) 4 (D) 3	(14)
How many Oxygen is used in process of respiration :	سانس لینے کے عمل میں آکسیجن استعمال ہوتی ہے :
(A) 3% (B) 4% (C) 5% (D) 7%	(15)
(For Boys (طلباء کے لیے	
The duration of time out in Basket Ball is :	باسکٹ بال کھیل کے ٹائم آؤٹ کا دورانیہ ہوتا ہے :
(A) 2 Minutes 2 منٹ (B) 1 Minutes 1 منٹ (C) 3 Minutes 3 منٹ (D) 4 Minutes 4 منٹ	(16)
The total weight of Hockey is :	ہاکی کا مجموعی وزن ہوتا ہے :
(A) 737 gm 737 گرام (B) 740 gm 740 گرام (C) 747 gm 747 گرام (D) 750 gm 750 گرام	(17)
(For Girls (طالبات کے لیے	
The height of Net Assembly in Table Tennis is :	ٹبل ٹینس میز میں نیٹ اسمبلی کی بلندی ہوتی ہے :
(A) 16.25 cm 16.25 سینٹی میٹر (B) 12.95 cm 12.95 سینٹی میٹر (C) 15.25 cm 15.25 سینٹی میٹر (D) 3 cm 3 سینٹی میٹر	(16)
Short Service area in Badminton Court is :	بدمینٹن کورٹ کا شارٹ سروس ایریا ہوتا ہے :
(A) 1.98 m 1.98 میٹر (B) 1.90 m 1.90 میٹر (C) 2.98 m 2.98 میٹر (D) 1.50 m 1.50 میٹر	(17)

B

-----☆☆☆☆-----

Session (2020 - 2022) to (2022 - 24)	L.K.No. 1479 - 10000	رول نمبر :
Health & Physical Education (Subjective)	(1 st A. Exam. 2024)	صحت و جسمانی تعلیم (انشائیہ)
کل نمبر : 68	Inter (Part - II)	وقت : 2 : 40 گھنٹے



ہدایات : حصہ اول یعنی سوال نمبر 2 سوال نمبر 3 میں سے کوئی سے (8 - 8) اقسام اور سوال نمبر 4 میں سے کوئی سے (6) اقسام کے مختصر جوابات تحریر کرنا لازمی ہے۔

جبکہ حصہ دوم میں سے کوئی سے تین سوالات حل کیجئے۔ جوابی کاپی پر وہی سوال نمبر اور جزو نمبر درج کریں جو کسوالیہ پرچہ پر درج ہے۔

Note : It is compulsory to attempt (8 - 8) parts each from Q.No.2 and Q.No.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

BWP-24

Why are Sports important in the present period?	موجودہ دور میں کھیلوں کی اہمیت کیوں ہے؟	(i) سوال نمبر 2
Write two qualities of a Good Player.	ایک اچھے کھلاڑی کی دو خوبیاں لکھیں۔	(ii)
What positive role does a good player perform in Society?	ایک اچھے کھلاڑی معاشرے میں کیا مثبت کردار ادا کرتا ہے؟	(iii)
Discuss why strengthen endurance is important in a player?	ایک کھلاڑی کے اندر قوت برداشت کا ہونا کیوں ضروری ہے؟ بحث کیجئے۔	(iv)
(For Boys برائے طلباء)		
When is a Free Hit given in a Hockey game?	ہاکی کھیل میں فری ہیٹ کب دی جاتی ہے؟	(v)
What is Centre Pass in Hockey?	ہاکی کھیل میں سنٹر پاس سے کیا مراد ہے؟	(vi)
Write down four fouls in the game of Hockey.	ہاکی کھیل کے چار فاول تحریر کیجئے۔	(vii)
Write two reasons why a Penalty Corner is awarded?	پینالٹی کورنر ملنے کی دو وجوہات تحریر کیجئے۔	(viii)
Explain the 8 second rule in the game of Basket Ball.	باسکٹ بال کے کھیل میں 8 سیکنڈ کے قانون کی وضاحت کیجئے۔	(ix)
Write two Personal fouls of a player in Basket Ball.	باسکٹ بال میں کھلاڑی کے دو پرسنل فاول تحریر کیجئے۔	(x)
How does a Basket Ball game begins?	باسکٹ بال کھیل کیسے شروع ہوتا ہے؟	(xi)
What is the 24 Second Rule in Basket Ball?	باسکٹ بال میں 24 سیکنڈ کے قانون سے کیا مراد ہے؟	(xii)
(For Girls برائے طالبات)		
Write two duties of Line Judge in Badminton.	بدمینٹن میں لائن جج کے دو فرائض تحریر کیجئے۔	(v)
How is Shuttle speed be tested in Badminton?	بدمینٹن میں شٹل کی رفتار کو کیسے جانچا جاتا ہے؟	(vi)
Write down four fouls of Service in Badminton.	بدمینٹن میں سروس کے چار فاول تحریر کیجئے۔	(vii)
What is Rally in Badminton Game?	بدمینٹن کھیل میں ریلی سے کیا مراد ہے؟	(viii)
Write two duties of Referee in the game of Table Tennis.	ٹینس ٹیبل میں ریفری کے دو فرائض تحریر کیجئے۔	(ix)
Write two rules of Service in Table Tennis.	ٹینس ٹیبل سروس کے دو قوانین لکھیں۔	(x)
Write down the measurement of the Table Tennis Table.	ٹینس ٹیبل کھیل کے میز کی پیمائش تحریر کیجئے۔	(xi)
What is meant by Receiver in Table Tennis?	ٹینس ٹیبل میں ریسیور سے کیا مراد ہے؟	(xii)
Explain the landing area of Javelin Throw.	جیزو گرنے کے علاقے کی وضاحت کریں۔	(i) سوال نمبر 3
What is the technique of measurement in Javelin Throw?	جیزو کی پیمائش کا طریقہ کیا ہے؟	(ii)
Write down the Angle of sector in Javelin Throw.	جیزو کے سیکٹر کا زاویہ تحریر کریں۔	(iii)
Describe the successful technique of Javelin Throw.	جیزو تھرو میں کامیاب تکنیک کیا ہے؟	(iv)
Describe the first rule of solving the equation in High Jump.	اونچی چھلانگ میں پہلی راہی کے حل کا پہلا اصول بیان کریں۔	(v)
Write a short note on Poles in High Jump.	اونچی چھلانگ کے پائلز پر مختصر نوٹ لکھیں۔	(vi)
Describe the Two rules of High Jump.	اونچی چھلانگ کے دو قوانین بیان کریں۔	(vii)
Write the measurement of Landing Area in High Jump.	اونچی چھلانگ میں لینڈنگ ایریا کی پیمائش لکھیں۔	(viii)
What is meant by "Heat" in 400 Meter Race?	400 میٹر دوڑ میں ہیٹ سے کیا مراد ہے؟	(ix)
Write the Two rules of 400 Meter Race.	400 میٹر دوڑ کے دو قوانین لکھیں۔	(x)
What is meant by "False Start" in 400 Meter race?	400 میٹر دوڑ میں "فالسٹارٹ" سے کیا مراد ہے؟	(xi)
Explain the "Tarsoo" in 400 Meter race.	400 میٹر دوڑ میں "ٹارسو" کی وضاحت کریں۔	(xii)
How does the tube of Throat look like?	طنق کی نالی کیسی ہوتی ہے؟	(i) سوال نمبر 4
Where does the food go from throat?	غذا طاق سے ہوتی ہوئی کہاں جاتی ہے؟	(ii)
What role do the Proteins play in Human body?	لحمیات انسانی جسم میں کیا کردار ادا کرتے ہیں؟	(iii)
What is Balanced Diet? Explain.	متوازن غذا کسے کہتے ہیں؟ وضاحت کیجئے۔	(iv)
What are the main causes of use of Narcotics? Explain.	نارکٹکس کے استعمال کی اہم وجوہات کیا ہیں؟ واضح کیجئے۔	(v)
What are the effects of Nicotine on Human Body?	نیکوٹین کے انسانی جسم پر کیا اثرات مرتب ہوتے ہیں؟	(vi)
What is meant by Sex Hygiene?	جنسی حفظان صحت سے کیا مراد ہے؟	(vii)
Write down the names of four kinds of Alcoholic Drinks.	الکھولک مشروبات کی چار اقسام کے نام لکھیں۔	(viii)
Write down the list of the equipments of First Aid.	پہلی مدد میں استعمال ہونے والے سامان کی فہرست تحریر کیجئے۔	(ix)

24 = 8 x 3

Part - II حصہ دوم

(8) What is the importance of sports in this Mechanical Era? Express your opinion.	آج کے مشینی دور میں کھیلوں کی کیا اہمیت ہے؟ اپنی رائے بیان کیجئے۔	سوال نمبر 5
(8) Describe rules and regulations of High Jump in detail.	اونچی چھلانگ کے قوانین و ضوابط بیان کریں۔	سوال نمبر 6
(8) Write down the different stages of food digestion in Digestive System in detail.	لظام ہضم میں خوراک کے ہضم ہونے کے مختلف مدارج تفصیل سے تحریر کیجئے۔	سوال نمبر 7
(8) What is meant by Poison? Write down its effects on Human Body and cure.	زہر سے کیا مراد ہے؟ انسانی جسم پر اس کے اثرات اور علاج لکھیں۔	سوال نمبر 8
(For Boys برائے طلباء)		
(8) Explain in detail when and how a Penalty Stroke is administered in Hockey?	ہاکی میں پینالٹی سٹروک کب ملتا ہے اور کیسے لگایا جاتا ہے؟ تفصیل سے وضاحت کیجئے۔	سوال نمبر 9
(For Girls برائے طالبات) Or یا		
(8) Write in detail the duties of Referee and Umpire in Table Tennis.	ٹینس ٹیبل میں ریفری اور امپائر کے فرائض تفصیل سے لکھیں۔	

05-04-2024