

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 پر کرنے یا کاٹ کر پر کرنے کی صورت میں مذکورہ جواب غلط تصور ہوگا۔

1. 1 - The secretion produced during chewing food is
 (A) gastric juice گیسٹرک جوس
 (B) amylase ایملیز
 (C) maltose مالٹوز
 (D) saliva لعاب دہن
- 2 - The width of lanes in 400 meter track is
 (A) 1.22 m میٹر
 (B) 1.50 m میٹر
 (C) 2.00 m میٹر
 (D) 2.50 m میٹر
- 3 - Trial jumps are given before High Jump competition
 (A) 2 (B) 3 (C) 4 (D) 5
- 4 - _____ is a scale to measure the heat.
 (A) Calorie حرارہ
 (B) Meter میٹر
 (C) Kilogram کلوگرام
 (D) Minute منٹ
- 5 - Sportsmanship is created with _____.
 (A) food خوراک
 (B) exercise ورزش
 (C) sports کھیل
 (D) rest آرام
- 6 - Disciplinary characteristics are generated by
 (A) cinema watching فلم بینی
 (B) game کھیل
 (C) music موسیقی
 (D) walk سیر
- 7 - Maximum length of cross bar in High Jump is
 (A) 3.98 meter میٹر
 (B) 3.50 meter میٹر
 (C) 4.04 meter میٹر
 (D) 4.02 meter میٹر
- 8 - The virus of Aids was discovered in
 (A) 1986 (B) 1983 (C) 1980 (D) 1981
- 9 - Edible salt is called
 (A) Sodium Chloride سوڈیم کلورائیڈ
 (B) Phosphorus Chloride فاسفورس کلورائیڈ
 (C) Calcium Chloride کیلشیم کلورائیڈ
 (D) Magnesium Chloride میگنیشیم کلورائیڈ
- 10 - The sources of Carbohydrates are
 (A) 2 (B) 3 (C) 4 (D) 5
- 11 - Angle of sector for Javelin throw is
 (A) 32° (B) 34° (C) 92° (D) 29°
- 12 - 400 meter track is in shape of
 (A) Rectangular مستطیل
 (B) Square مربع
 (C) Oval بیضوی
 (D) Round گول
- 13 - _____ is a major component of all beverages.
 (A) water پانی
 (B) milk دودھ
 (C) tea چائے
 (D) lassi لسی
- 14 - Muscles that are voluntary in structure but involuntary in function are called _____ muscles.
 (A) involuntary غیر ارادی
 (B) voluntary ارادی
 (C) cardiac قلبی
 (D) skeletal استخوانی
- 15 - The width of arch line of Javelin Sector is
 (A) 5 cm سینٹی میٹر
 (B) 7 cm سینٹی میٹر
 (C) 9 cm سینٹی میٹر
 (D) 10 cm سینٹی میٹر

Only for Boys

- 16 - The distance between the goal posts of hockey is
7 meter (D) 4 meter (C)
- 17 - The length line of Basketball court is called
touch line (D) side line (C)

صرف طلباء کے لئے

- 16 - ہاکی میں گول پوسٹوں کا درمیانی فاصلہ ہوتا ہے
5 meter (A) 3.66 meter (B)
- 17 - باسکٹ بال کورٹ کی لمبائی والی لائن کہلاتی ہے
اینڈ لائن (A) بیک لائن (B)

Only for Girls

- 16 - Badminton shuttle has number of feathers
18 (D) 10 (C)
- 17 - Width of Table Tennis Table is
3.52 meter (D) 1.525 meter (C)

صرف طالبات کے لئے

- 16 - بیڈمنٹن میں شٹل کے پروں کی تعداد ہوتی ہے
14 (A) 16 (B)
- 17 - ٹیبل ٹینس کی میز کی چوڑائی ہوتی ہے
2.3 meter (A) 7.825 meter (B)

326-(III)-1stA 424-13500

Time: 2:40 Hours

Paper: II

SUBJECTIVE انشائی

II: 4

2:4 گھنٹے

Marks: 68

68:1

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

د: 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) سوالات کے مختصر جوابات تحریر کیجئے۔

- How does sports improve individual performance? - i کھیل فرد کی کارکردگی کو کیسے بڑھاتا ہے؟
- Describe the sportsmanship. - ii سپورٹس میں شپ کو بیان کیجئے۔
- Describe any two effects of games on human body. - iii کھیلوں کے جسم پر کوئی دو اثرات بیان کیجئے۔
- Write down two qualities of a good player. - iv اچھے کھلاڑی کے دو اوصاف لکھئے۔

Only for Boys

صرف طلباء کے لئے

- Write down the length and weight of hockey stick. - v ہاکی سٹک کی لمبائی اور وزن لکھئے۔
- Illustrate the execution of Panelty Corner in hockey. - vi ہاکی میں پنلٹی کارنر کیسے لگایا جاتا ہے؟
- Write down two rules of hockey game. - vii ہاکی کے کھیل کے دو قوانین تحریر کیجئے۔
- Write down the width and length of hockey ground. - viii ہاکی گراؤنڈ کی لمبائی اور چوڑائی تحریر کیجئے۔
- What is meant by jumpball in Basketball? - ix باسکٹ بال میں جسپ بال سے کیا مراد ہے؟
- Describe personal foul in short. - x ذاتی فاول مختصراً بیان کیجئے۔
- What is meant by held ball in Basketball? - xi باسکٹ بال میں ہیڈ بال سے کیا مراد ہے؟
- Write down two rules of Basketball game. - xii باسکٹ بال کھیل کے دو قوانین تحریر کیجئے۔

Only for Girls

صرف طالبات کے لئے

- Write down the measurement of Side gallery and Back gallery in Badminton. - v بیڈمنٹن میں سائیڈ گیلری اور بیک گیلری کی پیمائش تحریر کیجئے۔
- What is meant by "Let" in Badminton? - vi بیڈمنٹن میں "لیٹ" سے کیا مراد ہے؟
- Describe rally in Badminton shortly. - vii بیڈمنٹن میں ریلی کو مختصراً بیان کیجئے۔
- Write down two fouls of Badminton Service. - viii بیڈمنٹن میں سروں کے دو فاول تحریر کیجئے۔
- How point is scored in Table Tennis? - ix ٹیبل ٹینس میں پوائنٹ کیسے بنتا ہے؟
- Describe Server in Table Tennis. - x ٹیبل ٹینس میں "سرور" کو بیان کیجئے۔
- What is meant by Racket Band in Table Tennis? - xi ٹیبل ٹینس میں ریکٹ بینڈ سے کیا مراد ہے؟
- Describe the width and length of table of Table Tennis. - xii ٹیبل ٹینس میں میز کی لمبائی اور چوڑائی بیان کیجئے۔

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

- Explain the area where Javelin falls. - i نیزہ گرنے کے علاقے کی وضاحت کیجئے۔
- Explain briefly the white and yellow flags in the rules of Javelin throw. - ii نیزے کے قوانین میں سفید اور پیلی جھنڈی کی مختصر وضاحت کیجئے۔
- Explain briefly the function of scurge line in Javelin. - iii نیزہ میں سکرچ لائن کی مختصر وضاحت کیجئے۔
- Explain briefly the history of Javelin throwing. - iv نیزہ پھینکنے کی تاریخ کی مختصر وضاحت کیجئے۔
- Write down the technical steps of high jump. - v اونچی چھلانگ کے ٹیکنیکل مراحل تحریر کیجئے۔
- Explain briefly the third principle of resolving a tie in high jump. - vi اونچی چھلانگ میں برابری کے تیسرے اصول کی مختصر وضاحت کیجئے۔

(درج آئیے)

- vii - Explain briefly the uprights of high jump. - vii اُونچی چھلانگ کے پوز کی مختصر وضاحت کیجئے۔
viii - Write down the four rules of high jump. - viii اُونچی چھلانگ کے چار قوانین تحریر کیجئے۔
ix - Which method will be adopted to take False Start in 400 meter race? - ix 400 میٹر دوڑ میں فالس سٹارٹ (False Start) لینے کی صورت میں کیا طریقہ اختیار کیا جائے گا؟
x - What is meant by standard track? - x معیاری ٹریک سے کیا مراد ہے؟
xi - Why is the 400 meter race known as Man Killer. - xi 400 میٹر دوڑ کو "مین کلر" (Man Killer) کے نام سے کیوں جانا جاتا ہے؟
xii - Explain Crouch Position in 400 meter race. - xii 400 میٹر دوڑ میں کراؤچ پوزیشن کی وضاحت کیجئے۔

4 - Write short answers to any SIX (6) questions. (2 x 6 = 12) 4 - کوئی سے چھ (6) سوالات کے مختصر جوابات تحریر کیجئے۔

- i - Write down a note on the function of large intestine in Digestive System. - i نظام انہضام میں بڑی آنت کے کام پر نوٹ لکھئے۔
ii - Explain pancreas shortly. - ii لبلبہ کی مختصر وضاحت کیجئے۔
iii - Which types of muscles are cardiac muscles? Briefly describe. - iii قلبی عضلات کا شمار عضلات کی کن اقسام میں ہوتا ہے؟ مختصراً بیان کیجئے۔
iv - Write down two benefits of proteins. - iv لحمیات کے دو فوائد تحریر کیجئے۔
v - Write down the benefits of water in human body. - v پانی کے انسانی جسم میں فوائد تحریر کیجئے۔
vi - What is meant by "Theine"? - vi "تھین" سے کیا مراد ہے؟
vii - Write down brief note on Sleeping Pills. - vii خواب آور گولیوں پر مختصر نوٹ لکھئے۔
viii - What is meant by Artificial Respiration? - viii مصنوعی تنفس سے کیا مراد ہے؟
ix - What is meant by Sex Hygiene? - ix جنسی حفظانِ صحت سے کیا مراد ہے؟

Section - II حصہ دوم

- 5 - Discuss in detail how can we get benefits from the games? (8) - 5 ہم کھیلوں سے کیسے فوائد حاصل کر سکتے ہیں؟ تفصیلاً بحث کیجئے۔
6 - Write down the rules of 400 meter race. (8) - 6 400 میٹر دوڑ کے قوانین تحریر کیجئے۔
7 - What is meant by Food and Nutrition? Write down a note on any two constituents of diet. (8) - 7 خوراک اور غذائیت سے کیا مراد ہے؟ خوراک کے دو اجزاء پر نوٹ لکھئے۔
8 - Is tea injurious or beneficial for our body? Write in detail. (8) - 8 کیا چائے ہمارے جسم کے لیے نقصان دہ ہے یا فائدہ مند؟ تفصیل سے لکھئے۔

Only for Boys

- 9 - Draw a sketch of Basketball court and write down the measurements. (8)

Only for Girls

- 9 - Draw a sketch of Badminton court and write down the measurements. (8)

صرف طلباء کے لئے

- 9 - Basketball court کا خاکہ بنائیے اور پیمائش درج کیجئے۔

صرف طالبات کے لئے

- 9 - Badminton court کا خاکہ بنائیے اور پیمائش درج کیجئے۔