



BSP-22 2022

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 لکھ کر سیاہی سے بھر دیجئے۔ ایک سے زیادہ دائروں کو بھر کر یا کٹ کر یا کٹ کر کرنے 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 :	سال نمبر 1
Social سماجی (D) Economical معاشی (C) Political سیاسی (B) Individual 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 جسم (D) Brain دماغ (C) Nerves اعصاب (B) Muscles عضلات (A)		
Which enhances the Mutual Relations :	کس سے باہمی تعلقات میں اضافہ ہوتا ہے :	(4)
Walk سیر (D) Games کھیلوں سے (C) Gymnastic جمناسٹک سے (B) Exercises ورزشوں سے (A)		
_____ is considered Special Blessing of Summer :	_____ موسم گرما میں ایک خصوصی نعمت تصور کیا جاتا ہے :	(5)
Tea چائے (D) Beverages شربت (C) Coco کوکو (B) Sattoo آب جو (A)		
The height of Crossbar increases after every round :	کراس بار ہر راؤنڈ کے بعد بلندی کی جاتی ہے :	(6)
8 cm 8 سم (D) 6 cm 6 سم (C) 4 cm 4 سم (B) 2 cm 2 سم (A)		
The Weight of Chord Grip of Javeline is :	نیڑہ کی ری کی گرفت کی چوڑائی ہوتی ہے :	(7)
10 cm 10 سم (D) 15 cm 15 سم (C) 20 cm 20 سم (B) 25 cm 25 سم (A)		
_____ is called the Fuel of Balanced Diet :	_____ متوازن غذا کا ایندھن کہلاتے ہیں :	(8)
Water پانی (D) Vitamins حیاتین (C) Fats روغنات (B) Carbohydrate نشاستہ (A)		
In 400 meter race, Athletes are allotted lanes with :	400 میٹر دوڑ میں ایتھلیٹس کو گلیاں الاٹ کی جاتی ہیں :	(9)
By Refree ریفری کی مرضی سے (B) By Management انتظامیہ کی مرضی سے (A) By Draw قرعہ اندازی سے (D) By Coach کوچ کی مرضی سے (C)		
The important methods of First Aid are :	اہم 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 ایڈز (D) Syphilis آئفک (C) Chancroid چنکروڈ (B) Gonorrhoea سوزاک (A)		
Arsenic is available in form of _____ :	آرسنک کی صورت میں ملتا ہے :	(12)
Medicine دوائی (D) Capsules کپسول (C) Pieces ڈیوں (B) Tablets گولیوں (A)		
It is essential for the survival of Human Life :	انسانی زندگی کو قائم رکھنے کے لیے اشد ضروری ہے :	(13)
Hydrogen ہائیڈروجن (D) Carbon کاربن (C) Nitrogen نائٹروجن (B) Oxygen آکسیجن (A)		
The length of large Intestine is :	بڑی آنت کی لمبائی ہوتی ہے :	(14)
1.80 meter 1.80 میٹر (D) 1 meter 1 میٹر (C) 2.50 meter 2.50 میٹر (B) 3 meter 3 میٹر (A)		
The Tourniquet can be tied to the effected person :	ٹورنی کٹ متاثرہ فرد پر باندھی جاسکتی ہے :	(15)
For 3 Hours تین گھنٹوں کے لیے (B) For 2 Hours دو گھنٹوں کے لیے (A) For 5 Hours پانچ گھنٹوں کے لیے (D) For 4 Hours چار گھنٹوں کے لیے (C)		
(For Boys لڑکوں کے لیے)		
The Diameter of Iron band in Basketball is :	باسکٹ بال میں لوہے کے رنگ کا قطر ہوتا ہے :	(16)
55 cm 55 سینٹی میٹر (D) 35 cm 35 سینٹی میٹر (C) 45 cm 45 سینٹی میٹر (B) 25 cm 25 سینٹی میٹر (A)		
The length of Backboard in Hockey is :	ہاکی میں بیک بورڈ کی اونچائی ہوتی ہے :	(17)
36 cm 36 سینٹی میٹر (D) 46 cm 46 سینٹی میٹر (C) 66 cm 66 سینٹی میٹر (B) 26 cm 26 سینٹی میٹر (A)		
(For Girls لڑکیوں کے لیے)		
A Double Match of Table Tennis consist of _____ games :	ٹبل ٹینس کا ڈبل 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 پردوں کی لمبائی ہوتی ہے :	(17)
2 cm 2 سم (D) 7 cm 7 سم (C) 4 cm 4 سم (B) 5 cm 5 سم (A)		

(2018 - 2020) to (2020 - 22) سیشن	1322- 18000	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 وہی سوال نمبر اور جزو نمبر درج کریں جو 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 22 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 "بلاکنگ" سے کیا مراد ہے؟
(xi) باسکٹ بال میں "بیک بورڈ" پر مختصر نوٹ لکھیے۔
(xii) باسکٹ بال میں "فری تھرو" سے کیا مراد ہے؟
- (برائے طالباء) (For Boys)

- 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?
- (برائے طالبات) (For Girls)
- یڈمنٹن کھیل میں لیٹ (Let) کب دیا جاتا ہے؟
یڈمنٹن کھیل میں سکورنگ نظام کی مختصر وضاحت کیجئے۔
یڈمنٹن کھیل کے دو فائلز تحریر کیجئے۔
یڈمنٹن کھیل کا آغاز کیسے ہوتا ہے؟
ٹینس ٹیس بال پر مختصر نوٹ لکھیے۔
ٹینس ٹیس میں " ریلی " سے کیا مراد ہے؟
ٹینس ٹیس میں " درست سروں " کیا ہے؟
ٹینس ٹیس میں " ریسیور " اور " سرور " سے کیا مراد ہے؟
نیڑہ پھینکنے کے دو فائلز تحریر کیجئے۔

- 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?
- سوال نمبر 3 (i)
(ii) نیڑہ کی ری کی گرفت کی وضاحت کیجئے۔
(iii) مردوں اور عورتوں کے لیے نیڑے کا وزن تحریر کیجئے۔
(iv) نیڑہ پھینکنے کے چار قوانین لکھیے۔
(v) اونچی چھلانگ میں گراس ہار کا وزن اور لمبائی تحریر کیجئے۔
(vi) اونچی چھلانگ میں پولوں کی ساخت بیان کیجئے۔
(vii) اونچی چھلانگ میں اکھاڑے کی لمبائی اور چوڑائی تحریر کیجئے۔
(viii) اونچی چھلانگ کے دو فائلز 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 فائلز تحریر کیجئے۔
(ii) چھوٹی آنت پر مختصر نوٹ لکھیے۔
(iii) ارادی عضلات کی اقسام بیان کیجئے۔
(iv) غذائیت کی تعریف کیجئے۔
(v) مشروبات کی اقسام لکھیے۔
(vi) نشیات کی تعریف کیجئے۔
(vii) ایڈز کی تعریف کیجئے۔
(viii) ابتدائی طبی امداد میں اے۔ بی۔ سی کی وضاحت کیجئے۔
(ix) بیلاڈونا کے مریض کو کس طرح طبی امداد دی جاسکتی ہے؟
بے ہوش مریض کا سانس بحال کرنے کے لیے کن ہیڈز 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۔
سوال نمبر 9 باسکٹ بال کورٹ کا خاکہ بنائیے اور اس کی مکمل پیمائش تحریر کیجئے۔
(ii) ٹینس ٹیس کھیل کے آفیشلوں پر نوٹ لکھیے۔
- (برائے طالباء) (For Boys)
- (برائے طالبات) (For Girls)

