



نوٹ : تمام سوالات کے جوابات دی گئی جوائی کاپی پر لکھیں۔ ہر سوال کے چار ممکنہ جوابات A, B, C, D دیے گئے ہیں۔ جس جواب کو آپ درست سمجھیں جوائی کاپی پر اس سوال نمبر کے سامنے دیے گئے دائروں میں سے صحیح دائرے کو قلم کی سیاہی سے مچھو۔ ایک سے زیادہ دائروں کو کڑے یا کٹ کر کرنے یا کات کرنے کی صورت میں مذکورہ جواب غلط سمجھا جائے گا۔

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.

Modern age has made the Human :	جدید دور نے انسان کو بنا دیا ہے	(1)
(A) Alert جانتی دہیرہ (B) Lethargic سست اور کال (C) Powerful طاقتور (D) Criminal مجرم پویش		
Kinds of Recreation are :	تفریح کی اقسام ہیں	(2)
(A) 02 (B) 03 (C) 05 (D) 06		
Gymnastic makes the Body :	جنا سنگ جسم کو بناتی ہے	(3)
(A) Fat بے (B) Strong طاقتور (C) Weak کمزور (D) Lazy سست		
Extra Energy of Body Exhausts through :	بہم کی باقی قوت کا اخراج ممکن ہے	(4)
(A) Reading پڑھنے سے (B) Knowledge علم سے (C) Wealth دولت سے (D) Games کھیلوں سے		
Diameter of Putting the Shot Circle is :	گول پھینچنے کے دائرے کا قطر ہوتا ہے	(5)
(A) 02 Meter میٹر 02 (B) 2.10 Meters میٹر 2.10 (C) 2.11 Meters میٹر 2.11 (D) 2.135 Meters میٹر 2.135		
Minimum weight of Baton in 4 x 100 meter relay race is :	100 x 4 میٹر ریلے ریس میں بیٹن کا کم از کم وزن ہوتا ہے	(6)
(A) 30 Grm گرام 30 (B) 40 Grm گرام 40 (C) 50 Grm گرام 50 (D) 60 Grm گرام 60		
How much distance cover an Athlete in 4 x 100 meter relay race :	100 x 4 میٹر ریلے ریس میں ایک کھلاڑی کتنا فاصلہ طے کرتا ہے	(7)
(A) 100 Meter میٹر 100 (B) 200 Meters میٹر 200 (C) 300 Meters میٹر 300 (D) 400 Meters میٹر 400		
Time given for Putting the Shot is :	گول پھینچنے کے لیے وقت دیا جاتا ہے	(8)
(A) 01 Minute منٹ 01 (B) 1.30 Minute منٹ 1.30 (C) 02 Minutes منٹ 02 (D) 3 Minutes منٹ 03		
Kinds of Postural Defects are :	طبعی نقصان کی اقسام ہیں	(9)
(A) 02 (B) 03 (C) 04 (D) 05		
How many Organs take part in Respiratory System :	طعام نفس میں کتنے اعضاء حصہ لیتے ہیں	(10)
(A) 08 (B) 10 (C) 12 (D) 14		
Many Cells together make :	بہت سے خلیے مل کر بناتے ہیں	(11)
(A) Body جسم (B) System نظام (C) Tissue بافت (D) Organ عضو		
Meaning of Health is :	صحت سے مراد ہے	(12)
(A) Life زندگی (B) Happiness خوشی (C) Safe and Sound Body محفوظ جسم (D) Weak Body کمزور جسم		
How many Bones are there in Human Body :	انسانی جسم میں کتنی ہڈیاں ہوتی ہیں	(13)
(A) 201 (B) 206 (C) 211 (D) 216		
Typhoid spreads :	تھائیفائیڈ پھیلتا ہے	(14)
(A) Vibro Cholera ویبرو کولیرا (B) Salmonella Typhi سالمونلا ٹیپھی (C) Rubella ریڈ (D) Peramisco پیرامیسکو		
The Causes of Fracture are :	ہڈی ٹوٹنے کی وجوہات ہوتی ہیں	(15)
(A) 02 (B) 03 (C) 04 (D) 05		
(For Boys طلباء کے لیے)		
The Length of Volleyball Net is :	وائی بال میں نیٹ کی لمبائی ہوتی ہے	(16)
(A) 07 Meter میٹر 07 (B) 8.5 Meters میٹر 8.5 (C) 9.5 Meters میٹر 9.5 (D) 10.5 Meters میٹر 10.5		
The Length of Football Ground is :	فٹ بال گراؤنڈ کی لمبائی ہوتی ہے	(17)
(A) 50 Meter میٹر 50 (B) 60 Meters میٹر 60 (C) 70 Meters میٹر 70 (D) 120 Meters میٹر 120		
(For Girls طالبات کے لیے)		
The Length of Volleyball Court is :	وائی بال کورٹ کی لمبائی ہوتی ہے	(16)
(A) 06 Meter میٹر 06 (B) 17 Meters میٹر 17 (C) 18 Meters میٹر 18 (D) 20 Meters میٹر 20		
The Width of Netball Court is :	نیٹ بال کورٹ کی چوڑائی ہوتی ہے	(17)
(A) 7.25 Meter میٹر 7.25 (B) 10.25 Meters میٹر 10.25 (C) 12.25 Meters میٹر 12.25 (D) 15.25 Meters میٹر 15.25		

Session (2020 - 2022) to (2022 - 24)	L.K.No.1025 - II 000	رول نمبر
Health & Physical Education (Subjective)	(1 st A. Exam. 2023)	صحت و جسمانی تعلیم (انشائیہ)
کل نمبر : 68	Inter (Part - I)	وقت : 40 : 2 گھنٹے



ہدایات ﴿ حصوں یعنی سوال نمبر 2، سوال نمبر 3 میں سے کوئی سے (8-8) اور سوال نمبر 4 میں سے کوئی سے (6) اڑان کے نظریہ جملہات تحریر کرنا لازمی ہے۔ جبکہ حصہ دوم میں سے کوئی سے تین سوالات حل کیجئے۔ جملہ کاپی پر وہی سوال نمبر اور جڑوں نمبر درج کریں جو کہ سوال پر چہرہ 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) حصوں

Describe a comprehensive definition of Physical Education.	(i) جسمانی تعلیم کی جامع تعریف بیان کیجئے۔
Participating in Physical Activities leads to Mental Development. Explain.	(ii) جسمانی سرگرمیوں میں حصہ لینے سے ذہنی نشوونما ہوتی ہے۔ وضاحت کیجئے۔
What did John Dewey define Physical Education?	(iii) جان ڈیوی نے جسمانی تعلیم کی کیا تعریف کی ہے؟
Write down the J.B.Nash's famous Definition of Physical Education.	(iv) جے بی۔ نیشن کی جسمانی تعلیم کی مشہور تعریف تحریر کیجئے۔
Write down the four Objectives of Physical Education.	(v) جسمانی تعلیم کے چار مقاصد تحریر کیجئے۔
Explain the importance of Physical Education with reference to Hadith.	(vi) حدیث کے حوالے سے جسمانی تعلیم کی اہمیت واضح کیجئے۔
Write down two Benefits of Educational Gymnastic.	(vii) تعلیمی جمناسٹک کے دو فائدہ تحریر کیجئے۔
Write down two Benefits of Warm-Up.	(viii) گرمیوں کے دو فائدہ تحریر کیجئے۔
Describe two Definitions of Educational Gymnastic.	(ix) تعلیمی جمناسٹک کی دو تعریفیں بیان کیجئے۔
Write down names of four Passive Recreational Activities.	(x) چار غیر فعال تفریحی سرگرمیوں کے نام تحریر کیجئے۔
Write down two Objectives of Recreation.	(xi) تفریح کے دو مقاصد تحریر کیجئے۔
Describe the types of Recreation.	(xii) تفریح کی اقسام بیان کیجئے۔
Describe the Delivery Stance in Shot Putting.	(i) 3 نمبر سوال نمبر 3 کوزہ پھینکنے میں ڈیڈ وی سٹانس کو بیان کیجئے۔
Describe the Recovery in Shot Put.	(ii) شات پٹ میں دیکھاری کو بیان کیجئے۔
Describe the Landing Sector in Shot Put.	(iii) کوزہ پھینکنے میں گرنے کا ٹیکر بیان کیجئے۔
Describe the Marker in Shot Put.	(iv) کوزہ پھینکنے میں مارکر لائن کو بیان کیجئے۔
Define Baton in 4 x 100 m Relay Race.	(v) 4 x 100 میٹر ریلے ریس میں بیٹن کی تعریف کیجئے۔
Write down any two Rules in 4 x 100 m Relay Race.	(vi) 4 x 100 میٹر ریلے ریس میں کوئی سے دو ضابطے لکھیے۔
What will be the responsibility of each Athlete in 4 x 100 m Relay Race?	(vii) 4 x 100 میٹر ریلے ریس میں ہر ایتھلیٹ کی کیا ذمہ داری ہوگی؟
Describe Baton take over zone in 4 x 100 m Relay Race.	(viii) 4 x 100 میٹر ریلے ریس میں بیٹن سنبھالنے کے علاقہ بیان کیجئے۔
(For Boys) (مردانہ طالب علم)	
Describe " Front Zone " in Volleyball.	(ix) والی بال میں فرنٹ زون کو بیان کیجئے۔
Write a note on " Ball " in Volleyball.	(x) والی بال میں گیند پر نوٹ لکھیے۔
Write down the Duties of Assistant Referee in Football.	(xi) فٹ بال میں اسسٹنٹ ریفری کے فرائض لکھیے۔
What do you mean by " Off Side " in Football?	(xii) فٹ بال میں آف سائڈ کیا ہے؟
(For Girls) (عزائے طالبات)	
Describe " Antennae " in Volleyball.	(ix) والی بال میں اینٹنا کو بیان کیجئے۔
Describe " Rotation " in Volleyball.	(x) والی بال میں روٹیشن کو بیان کیجئے۔
Define Netball.	(xi) نیٹ بال کی تعریف کیجئے۔
Write the measurement of Goal Post in the Netball.	(xii) نیٹ بال میں گول پوسٹ کی پیمائش لکھیے۔
Define Health Education.	(i) 4 نمبر سوال نمبر 4 صحت کی تعلیم کی تعریف کیجئے۔
Write definition of Health by Thomas Wood.	(ii) تھامس ووڈ کی صحت کے مفہوم کی تعریف لکھیے۔
What is meant by Cell?	(iii) خلیہ سے کیا مراد ہے؟
Which are the four basic parts of Cell?	(iv) خلیے کے چار بنیادی حصے کون سے ہوتے ہیں؟
What is meant by Kyphosis?	(v) خالی سے کیا مراد ہے؟
Write two Symptoms of Cholera.	(vi) چیولرا کی دو علامات تحریر کیجئے۔
What is meant by Inspiration?	(vii) در آمد نفس سے کیا مراد ہے؟
What is meant by First Aid?	(viii) ابتدائی طبی امداد سے کیا مراد ہے؟
Explain Green Stick Fracture.	(ix) گرین سٹک فریکچر کی وضاحت کیجئے۔
(Part-II) حصہ دوم	
(8) Describe Aims and Objectives of Physical Education in detail.	سوال نمبر 5 جسمانی تعلیم کے مقاصد و مقاصد تفصیل سے بیان کیجئے۔
(8) Draw a Sketch of Football Ground alongwith its Measurement.	سوال نمبر 6 فٹ بال گراؤنڈ کا خاکہ مع پیمائش بنائیے۔
OR یا	
(8) Draw a Sketch of Netball Court alongwith its Measurement.	نیٹ بال کورٹ کا خاکہ مع پیمائش بنائیے۔
(8) Write down the Fouls of 100 x 4 meter Relay Race and describe the Structure of Baton.	سوال نمبر 7 4 x 100 میٹر ڈاک دوڑ کے فاولز لکھیے نیز بیٹن کی ساخت بیان کیجئے۔
(8) Define Respiratory System and explain it in detail.	سوال نمبر 8 نظام تنفس کی تعریف لکھیے اور اس کی تفصیلاً وضاحت کیجئے۔
(8) = 4 + 2 + 2	سوال نمبر 9 چیچک کی بیماری کی علامات، اسباب اور روک تھام کے طریقے بیان کیجئے۔
Describe the indications, Reasons and Prevention methods of Small Pox in detail.	

www.eduvision.edu.pk

Noor Coaching Centre
W-Block Satellite Town Khattar
0334-6861086

