

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 بیچن 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 گھرانہ (C) war جنگ (B) peace امن (A) 1.1 - کھلاڑی جس کا سفیر ہوتا ہے
- 2 - It is a natural phenomena walk سیر (D) sports کھیل (C) study مطالعہ (B) gymnastic جمناسٹک (A) 2 - ایک فطری عمل ہے
- 3 - It converts sugar into glucose renin ریٹین (D) pepsin پیپسن (C) maltose مالٹوز (B) eripson ایرپسن (A) 3 - شکر کو گلوکوز میں تبدیل کرتا ہے
- 4 - Muscles in human body are 400 (D) 500 (C) 550 (B) 450 (A) 4 - انسانی جسم میں عضلات ہوتے ہیں
- 5 - Constituents of food are 6 (D) 3 (C) 5 (B) 4 (A) 5 - خوراک میں اجزاء ہوتے ہیں
- 6 - Secretion produces to chew food amylase ایملیز (D) maltose مالٹوز (C) gastric گیسٹریک (B) saliva سلیوا (A) 6 - غذا کو چبانے سے رطوبت خارج ہوتی ہے
- 7 - Types of beverages are 5 (D) 2 (C) 4 (B) 3 (A) 7 - مشروبات کی اقسام ہوتی ہیں
- 8 - Maximum attempts in Javelin throw are given 4 (D) 8 (C) 7 (B) 6 (A) 8 - نیزہ کیلئے کھلاڑی کو زیادہ سے زیادہ کوششیں دی جاتی ہیں
- 9 - Attempts are given at each height in high jump 4 (D) 3 (C) 2 (B) 5 (A) 9 - حائی جھپ میں ہر بلندی پر کوششیں دی جاتی ہیں
- 10 - Width of the lanes in standard track is 1.22 meter (D) 1.16 meter (C) 1.18 meter (B) 1.20 meter (A) 10 - معیاری ٹریک میں گلیوں کی چوڑائی ہوتی ہے
- 11 - The beverage which contains alcohol, is coffee کافی (D) lassi لسی (C) tea چائے (B) brandi برینڈی (A) 11 - ایسا مشروب جس میں الکحل پائی جاتی ہے
- 12 - The name of Aids virus is LHV ایل ایچ وی (D) HIT ایچ آئی وی (C) HIV ایچ آئی وی (B) HID ایچ آئی وی (A) 12 - ایڈز وائرس، کا نام ہے
- 13 - The names of important methods of first aid, are ACD (D) ABC (C) ABD (B) ADC (A) 13 - ابتدائی طبی امداد کے اہم طریقوں کے نام ہیں
- 14 - The method, maximum used in artificial respiration, is Schaffer's method شیفر کا طریقہ (B) mouth to mouth method منہ سے منہ کا طریقہ (A) Holger Nielsen method ہولگر نیلسن کا طریقہ (D) Sylvester's method سلوسٹر کا طریقہ (C) 14 - مصنوعی تنفس کا سب سے زیادہ استعمال ہونے والا طریقہ ہے
- 15 - Types of poison are 6 (D) 4 (C) 3 (B) 2 (A) 15 - زہر کی اقسام ہوتی ہیں

**Only for Boys**

- 16 - The width of hockey ground is 65 meter (D) 60 meter (C) 55 meter (B) 50 meter (A) 16 - ہاکی گراؤنڈ کی چوڑائی ہوتی ہے
- 17 - The length of basketball court is 26 meter (D) 28 meter (C) 32 meter (B) 30 meter (A) 17 - باسکٹ بال کورٹ کی لمبائی ہوتی ہے

**Only for Girls**

- 16 - The width of badminton court for game of doubles, is 5.5 meter (D) 7.0 meter (C) 6.1 meter (B) 6.5 meter (A) 16 - ڈبلز کیلئے بیڈمنٹن کورٹ کی چوڑائی ہوتی ہے
- 17 - The length of table in table tennis is 2.60 meter (D) 2.74 meter (C) 2.85 meter (B) 2.90 meter (A) 17 - ٹیبل ٹینس میز کی لمبائی ہوتی ہے

Time: 2:40 Hours

Paper: II

SUBJECTIVE

انشائی

پرچہ: II

وقت: 2:40 گھنٹے

Marks: 68

12-23-12

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. (2x8=16) - کوئی سے آٹھ (8) سوالات کے مختصر جوابات تحریر کیجئے۔

- i - Define game. - i کھیل کی تعریف کیجئے۔  
 ii - Why do we play game? - ii ہم کھیل کیوں کھیلتے ہیں؟  
 iii - Write down four qualities of a good sportsman. - iii اچھے کھلاڑی کی چار خوبیاں تحریر کیجئے۔  
 iv - A good player is the asset of a nation, explain briefly. - iv اچھا کھلاڑی قوم کا سرمایہ ہوتا ہے۔ مختصر وضاحت کیجئے۔

Only for Boysصرف طلباء کے لئے

- v - Write down a brief note on Hockey Ball. - v ہاکی بال پر مختصر نوٹ تحریر کیجئے۔  
 vi - Write down a brief note on free hit. - vi فری ہٹ پر مختصر نوٹ لکھئے۔  
 vii - What is meant by THF and PHF in hockey? - vii ہاکی میں THF اور PHF سے کیا مراد ہے؟  
 viii - What is meant by Flick in hockey? - viii ہاکی میں فلک سے کیا مراد ہے؟  
 ix - Write down the length and width of basketball court. - ix باسکٹ بال میں کورٹ کی لمبائی اور چوڑائی تحریر کیجئے۔  
 x - What is meant by blocking in basketball? - x باسکٹ بال میں بلاکنگ سے کیا مراد ہے؟  
 xi - Write down three second rule in basketball. - xi باسکٹ بال میں تین سیکنڈ کا قانون بیان کیجئے۔  
 xii - What is meant by dead ball in basketball? - xii باسکٹ بال میں مردہ بال (Dead Ball) سے کیا مراد ہے؟

Only for Girlsصرف طالبات کے لئے

- v - Write down two rules of service in badminton. - v بیڈمنٹن میں سروس کے دو قوانین تحریر کیجئے۔  
 vi - What is meant by "LET" in badminton game? - vi بیڈمنٹن گیم میں لیٹ "LET" سے کیا مراد ہے؟  
 vii - Write down the names of the parts of badminton racket. - vii بیڈمنٹن ریکٹ کے حصوں کے نام لکھئے۔  
 viii - Write down the duties of referee with reference to badminton. - viii بیڈمنٹن کے حوالے سے ریفری کے فرائض بیان کیجئے۔  
 ix - Write down a brief note on the ball of table tennis. - ix ٹیبل ٹینس بال پر مختصر نوٹ لکھئے۔  
 x - When the point is awarded in table tennis? - x ٹیبل ٹینس میں پوائنٹ کب ملتا ہے؟  
 xi - Explain the racket in table tennis. - xi ٹیبل ٹینس کے ریکٹ کی وضاحت کیجئے۔  
 xii - Write down two fouls of table tennis game. - xii ٹیبل ٹینس کھیل کے دو فاولز تحریر کیجئے۔

3 - Write short answers to any EIGHT (8) questions. (2x8=16) - کوئی سے آٹھ (8) سوالات کے مختصر جوابات تحریر کیجئے۔

- i - Write down four fouls of throwing the javlin. - i جیولن تھرو کے چار فاولز تحریر کیجئے۔  
 ii - Write down a short note on the structure of javlin. - ii نیزہ کی بناوٹ پر مختصر نوٹ لکھئے۔  
 iii - Explain run way in javlin throw. - iii نیزہ پھینکنے میں دوڑنے کے راستے کی وضاحت کیجئے۔  
 iv - Explain the landing area for javlin. - iv نیزہ گرنے کے علاقہ کی وضاحت کیجئے۔  
 v - What is meant by jump off in high jump? - v اونچی چھلانگ میں جمپ آف سے کیا مراد ہے؟  
 vi - Explain crossbar in high jump. - vi اونچی چھلانگ میں کراس بار کی وضاحت کیجئے۔  
 vii - Write down two fouls of high jump. - vii اونچی چھلانگ کے دو فاولز تحریر کیجئے۔  
 viii - Explain landing area of high jump. - viii اونچی چھلانگ کے اکھاڑے کی وضاحت کیجئے۔

(درج اٹلے)

12-23

- 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 تارسو 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 x 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 سٹیکھیا 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)  
6 - Write down the rules of javelin throw in detail. (8)  
7 - Explain in detail the stages of digestion of food in human. (8)  
8 - Write down in detail basic principles and characteristics of first aid. (8)

- 5 کھیلوں کی افادیت پر تفصیلاً نوٹ تحریر کیجئے۔  
- 6 نیزہ پھینکنے کے قوانین تفصیلاً تحریر کیجئے۔  
- 7 انسان میں خوراک کے ہضم ہونے کے مدارج تفصیل سے بیان کیجئے۔  
- 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)

- 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۔