

1024 (جماعت دہم) وارنگ: اس سوالیہ پرچہ میں مختص جگہ پر اپنا رول نمبر لکھ کر دستخط کیجئے۔ رول نمبر: -----

سیکڑری پارٹ II سیشن 2020-2022 to 2022-2024 دستخط امیدوار: -----

صحیح و تعلیم جسمانی (معروضی) وقت: 15 منٹ کل نمبر 12 PAPER CODE 3421

نوٹ: ہر سوال کے چار ممکنہ جوابات A، B، C اور D دیئے گئے ہیں۔ جو اپنی کاپی پر ہر سوال کے سامنے دیئے گئے دائروں میں سے درست جواب کے مطابق متعلقہ دائرہ کو مار کر یا پین سے گھردیجئے۔ ایک سے زیادہ دائروں کو پر کرنے یا کاٹ کر کرنے کی صورت میں مذکورہ جواب غلط تصور ہو گا۔ جو اپنی کاپی کے دونوں اطراف اس سوالیہ پرچہ پر مطبوعہ PAPER CODE درج کر کے اس کے مطابق دائرے پر کریں، غلطی کی صورت میں تمام تر ذمہ داری طالب علم پر ہوگی۔ ایک ریورس یا سفید فلیوڈ کا استعمال ممنوع ہے۔

SGD-24

(D)	(C)	(B)	(A)	QUESTIONS	Q-1
گھر سے	کھیل سے	میدان سے	دائرے سے	جو ٹیم مقررہ وقت میں زیادہ سے زیادہ کھلاڑی باہر نکالنی ہے۔	.1
بیچیدہ قامت	نامناسب قامت	درست قامت	خراب قامت	کوئی قامت اچھی شخصیت کی آئینہ دار ہوتی ہے؟	.2
ڈسپلن کا	لانے کا	دورنے کا	کھیلنے کا	اچھا کھلاڑی پابند ہوتا ہے۔	.3
دولت کی خاطر	رضاکارانہ	مجبوراً	لازماً	تفریح ایسی سرگرمی ہے جس میں شرکت کی جاتی ہے۔	.4
کانی	نسی	چائے	شراب	جسم میں طاقت اور توانائی پیدا کرتی ہے۔	.5
گھر	سگریٹ	دولت	دفتر	ہو اپانی اور خوراک کی طرح انسان کی بنیادی ضرورت ہے۔	.6
8	6	4	2	جھانسدہ دینے کے کھیل میں ٹیمیں حصہ لیتی ہیں	.7
چار	تین	دو	ایک	ہاکی کھیل میں کتنے انہپاز ہوتے ہیں؟	.8
یا۔۔۔۔۔	یا۔۔۔۔۔	یا۔۔۔۔۔	یا۔۔۔۔۔	یا۔۔۔۔۔	
چار	تین	دو	ایک	ٹینس ٹینس میز کی لمبائی کو حصوں میں تقسیم کیا جاتا ہے۔	
کسی بھی پختہ	سونا	چاندی	لوہا	ڈسکس پھینکنے کے کھیل میں دائرہ میٹرٹیل سے بنا ہوتا ہے۔	.9
یا۔۔۔۔۔	یا۔۔۔۔۔	یا۔۔۔۔۔	یا۔۔۔۔۔	یا۔۔۔۔۔	
پلاسٹک پاریت	کھنی کی	نمک کی	چاولوں کی	لبی چھلانگ میں تختے کے آگے تہہ بچھائی جاتی ہے۔	
5 کھلاڑی	4 کھلاڑی	3 کھلاڑی	2 کھلاڑی	100x4 میٹر دوڑ میں ایک ٹیم پچھلے کھلاڑیوں پر مشتمل ہوتی ہے جبکہ مقابلے میں حصہ لیتے ہیں۔	.10
یا۔۔۔۔۔	یا۔۔۔۔۔	یا۔۔۔۔۔	یا۔۔۔۔۔	یا۔۔۔۔۔	
کانٹے دار	ہموار	صاف	کھردری	ٹینس ٹینس میز کی سطح ہوتی ہے۔	
3	4	5	6	ہاکی میں ریفری کی اجازت سے اضافی کھلاڑی تبدیل ہو سکتے ہیں۔	.11
یا۔۔۔۔۔	یا۔۔۔۔۔	یا۔۔۔۔۔	یا۔۔۔۔۔	یا۔۔۔۔۔	
بہینوی	مستطیل	گول	چپٹے	ڈسکس کے کنارے ہوں گے۔	
25 میٹر	20 میٹر	15 میٹر	10 میٹر	لبی چھلانگ میں اکھاڑے کی لمبائی ہوتی ہے۔	.12
یا۔۔۔۔۔	یا۔۔۔۔۔	یا۔۔۔۔۔	یا۔۔۔۔۔	یا۔۔۔۔۔	
تھرڈ انہپاز	کشنر	ریفری	انہپاز	ٹینس ٹینس میں وہ شخص جو بیچ کو روکنے کا اشارہ کر سکتا ہے۔	

سنگھ

1093-1024-7500 (1)

سینکڑری پارٹ II سیشن 2020-2022 to 2022-2024 دستخط امیدوار: -----

دارتھک: اس سوالیہ پرچہ پر اپنے رول نمبر کے سوا اور کچھ نہ لکھیں

1024 (جماعت دہم) سیکنڈری پارٹ II، سیشن 2020-2022 to 2022-2024

صحت و تعلیم جسمانی (انشائیہ) وقت: 1:45 گھنٹے کل نمبر: 48

حصہ اول

SCD-24

سوال نمبر 2۔ درج ذیل میں سے کوئی سے پانچ اجزاء کے مختصر جوابات تحریر کریں۔

$$5 \times 2 = 10$$

- (ii) اچھے کھلاڑی کی خود اعتمادی ایک صفت ہے  
(iv) چھوٹے رتبے کے کھیل میں جو بچے گھبراتے ہیں ان کا کیا کرنا چاہیے؟  
(vi) خالی کرکے دو دو جہات بیان کیجئے۔  
(viii) عضلاتی و اعصابی ہم آہنگی سے کیا مراد ہے؟

$$5 \times 2 = 10$$

- (ii) ہاکی میں پیشانی کارنر کیا ہے؟  
(iv) ڈسکس کی بناوٹ لکھیے۔  
(vi) بیٹن تبدیل کرنے کا بصری طریقہ کیا ہے؟  
(viii) ڈسکس کا قطر کیا ہے؟

$$5 \times 2 = 10$$

- (ii) معاشرہ کی صحت سے کیا مراد ہے؟  
(iv) خوراک کیا ہے؟  
(vi) آکسیجن اور اوزان گیسوں کیا ہیں؟  
(viii) بین الاقوامی ادارہ صحت کے مطابق معیاری آبادی کیا ہے؟

حصہ دوم

$$9 \times 2 = 18$$

نوٹ: کوئی سے دو سوالات کے جوابات تحریر کریں۔

- 5 کیسٹنگ کی ضرورت و اہمیت بیان کیجئے۔  
6 ہاکی کھیل کے دوران سزو ہونے والی خلاف ورزیاں لکھیے۔  
7 تقریبی مشاغل تفصیلاً لکھیے۔

1094 - 1024 - 7500

مسترد