

Paper Code		2024 (1st-A)		رول نمبر		
Number: 1421		(جماعت نهم)		سیکڑری سکول امتحان پارٹ - 1		
HEALTH AND PHYSICAL EDUCATION PAPER-I			صحت و تعلیم جسمانی - پہلا			
TIME ALLOWED: 15 Minutes			وقت = 15 منٹ			
MAXIMUM MARKS: 12			OBJECTIVE معروضی			
12 = کل نمبر			12 = کل نمبر			
<p>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 مار کر یا پین سے بھر دیجئے۔ ایک سے زیادہ دائروں کو نہ کرنے یا کاٹ کر پڑ کرنے کی صورت میں مذکورہ جواب غلط تصور ہوگا۔</p> <p>You have four choices for each objective type question as A, B, C and D. The choice which you think is correct, fill that bubble in front of that question number, on bubble sheet. Use marker or pen to fill the bubbles. Cutting or filling two or more bubbles will result in zero mark in that question.</p>					سوال نمبر 1	Q.No.1.
D	C	B	A	Questions / سوالات	Sr.No.	
Five پانچ	Four چار	Three تین	Two دو	The steps of jumping process are: اچھلانے کے عمل کے مراحل ہیں۔	1	
To revolve round the centre مرکز کے گرد گھمانا	To bring towards centre مرکز کی طرف لانا	To shrink towards centre مرکز کی طرف اکٹھا کرنا	To keep away from centre مرکز سے دور کرنا	The bending means: جھکانا سے مراد ہے۔	2	
Derived movements فردی حرکات	Basic movements بنیادی حرکات	Involuntary movements غیر ارادی حرکات	Voluntary movements ارادی حرکات	The movements which are the sum of basic movements are called: وہ حرکات جو بنیادی حرکات کا مجموعہ ہوں، کہلاتی ہیں۔	3	
Skin dress کھال کا لباس	Silky dress ریشمی لباس	Cotton dress سوتلی لباس	Woollen dress اونی لباس	Silk worms provide: ریشم کے کیڑوں سے حاصل ہوتا ہے۔	4	
Lodosis لوڈوسس	Scoliosis سکولیوسس	Flat foot فلٹ فٹ	Kyphosis کیفوسس	Round back is also called as _____. گول کمر کو _____ بھی کہتے ہیں۔	5	
Attack ایٹیک	Middle مڈل	Side سائیڈ	End اینڈ	Length line in volleyball court is called _____ line. والی بال کورٹ میں لمبائی کی لائن _____ لائن کہلاتی ہے۔	6	
Swinging جھلانا	Circling گھمانا	Curling سیکڑنا	Stretching پھیلاتا	Activity consists of two dimension is called _____. دو سمتوں پر محیط عمل _____ کہلاتا ہے۔	7	
Pivot گھومنے والے	Hinge تقبضے دار	Ball and socket گولہ اور پیالہ دار	Gliding گھسنے والے	The elbow joint is a type of _____ joint. کہنی کا جوڑ _____ جوڑ کی قسم ہے۔	8	
(FOR BOYS ONLY)						
260 to 280	230 to 250	220 to 240	210 to 230	The weight of volleyball ball is ____ gram. والی بال گیند کا وزن _____ گرام ہوتا ہے۔	9	
4.30 minute	3.30 minute	2.30 minute	1.30 minute	The duration of technical time out is ____. ٹیکنیکل ٹائم آؤٹ کا دورانیہ _____ ہوتا ہے۔	10	
11.5 meter	10.5 meter	9.50 meter	8.50 meter	Length of volleyball net is ____. والی بال نیٹ کی لمبائی _____ ہوتی ہے۔	11	
12 meter	11 meter	10 meter	9 meter	Width of volleyball court is ____. والی بال کورٹ کی چوڑائی _____ ہے۔	12	
(FOR GIRLS ONLY)						
760 mm	750 mm	740 mm	730 mm	The width of back gallery in badminton is: بیڈمنٹن میں بیک گیلری کی چوڑائی ہوتی ہے۔	9	
Eleven گیارہ	Nine نو	Five پانچ	Three تین	Number of sets in international matches is: بین الاقوامی میچز میں گیمز کی تعداد ہے۔	10	
1.56 meter	1.54 meter	1.52 meter	1.58 meter	The height of badminton net is: بیڈمنٹن نیٹ کی اونچائی ہوتی ہے۔	11	
14.00 meter	13.80 meter	13.20 meter	13.40 meter	Length of badminton court is ____. بیڈمنٹن کورٹ کی لمبائی _____ ہوتی ہے۔	12	

HEALTH AND PHYSICAL EDUCATION PAPER-I

صحت و تعلیم جسمانی پوچھ - پہلا

TIME ALLOWED: 1.45 Hours

وقت = 1.45 گھنٹے

SUBJECTIVE انشائیہ

MAXIMUM MARKS: 48

کل نمبر = 48

NOTE: Write same question number and its part number on answer book, as given in the question paper.

نوٹ۔ جوابی کتابی پر وہی سوال نمبر اور جز نمبر لکھیے جو کہ سوال پر ہے۔

MTN-24

SECTION-I حصہ اول

2. Attempt any five parts.

10 = 2 x 5

سوال نمبر 2۔ کوئی سے پانچ اجزاء کے جوابات تحریر کیجیے۔

(i)	What definition of Physical Education has been given by Imam Ghazali(R.A)?	امام غزالی نے تعلیم جسمانی کی کیا تعریف کی ہے؟	(i)
(ii)	Write any two objectives of Physical Education.	تعلیم جسمانی کے دو مقاصد تحریر کیجیے۔	(ii)
(iii)	Write the names of any two types of basic movements.	بنیادی حرکات کی کوئی سی دو اقسام کے نام تحریر کیجیے۔	(iii)
(iv)	What is meant by Mental and Physical development?	ذہنی اور جسمانی نشوونما سے کیا مراد ہے؟	(iv)
(v)	Write any two advantages of educational gymnastic.	تعلیمی جمناسٹک کے کوئی سے دو فوائد تحریر کیجیے۔	(v)
(vi)	What is meant by forward and backward roll?	سیدھی اور اٹٹی فلا بازی سے کیا مراد ہے؟	(vi)
(vii)	Describe any two posture defects.	کوئی سے دو قدامتی نقائص بیان کیجیے۔	(vii)
(viii)	Explain round back.	گول کر کی وضاحت کیجیے۔	(viii)

3. Attempt any five parts.

10 = 2 x 5

سوال نمبر 3۔ کوئی سے پانچ اجزاء کے جوابات تحریر کیجیے۔

(i)	What is meant by WHO?	WHO ڈبلیو ایچ او سے کیا مراد ہے؟	(i)
(ii)	What does say Deen-e-Islam about Health?	دین اسلام صحت کے بارے میں کیا کہتا ہے؟	(ii)
(iii)	Define Personal Hygiene.	شخصی حفظان صحت کی تعریف کیجیے۔	(iii)
(iv)	What is meant by Dress?	لباس سے کیا مراد ہے؟	(iv)
(v)	Write the names of any two kinds of joints.	جوڑوں کی کوئی سی دو اقسام کے نام لکھیے۔	(v)
(vi)	Define Muscles.	عضلات کی تعریف کیجیے۔	(vi)
(vii)	What is meant by human body system?	جسمانی نظام سے کیا مراد ہے؟	(vii)

4. Attempt any five parts.

10 = 2 x 5

سوال نمبر 4۔ کوئی سے پانچ اجزاء کے جوابات تحریر کیجیے۔

(i)	Write down the four fouls of shot put.	گولہ کے چار فاولز تحریر کریں۔	(i)
(ii)	Write a brief note on 200 meter race.	200 میٹر دوڑ پر مختصر نوٹ لکھیے۔	(ii)
(iii)	Write a short note on formation of shot put.	گولہ کی بناوٹ پر مختصر نوٹ لکھیے۔	(iii)
(iv)	Write a short note on stop board in shot put.	گولہ پھینکنے میں سٹاپ بورڈ پر مختصر نوٹ لکھیے۔	(iv)

(FOR BOYS ONLY)

(صرف لڑکوں کے لئے)

(v)	Write the length and width of Volleyball court.	واہل بال کھیل کے میدان کی لمبائی اور چوڑائی تحریر کیجیے۔	(v)
(vi)	What is meant by rotation in Volleyball game?	واہل بال کھیل میں روٹیشن سے کیا مراد ہے؟	(vi)
(vii)	Write down any four rules of Volleyball game.	واہل بال کھیل کے کوئی سے چار ضابطے تحریر کیجیے۔	(vii)

(FOR GIRLS ONLY)

(صرف لڑکیوں کے لئے)

(v)	Write badminton court measurement for double events.	ڈبلز مقابلوں کے لیے بیڈمنٹن کورٹ کی پیمائش تحریر کریں۔	(v)
(vi)	Write a short note on "NET" in Badminton game.	بیڈمنٹن کھیل میں نیٹ "NET" پر مختصر نوٹ لکھیے۔	(vi)
(vii)	Write four fouls in Badminton game.	بیڈمنٹن کھیل کے چار فاولز تحریر کیجیے۔	(vii)

SECTION-II حصہ دوم

NOTE: Attempt any two questions.

18 = 9 x 2

نوٹ۔ کوئی سے دو سوالات کے جوابات تحریر کیجیے۔

5.	What is meant by Movement? How many kinds are there? Describe in detail..	حرکت سے کیا مراد ہے؟ یہ کتنی قسم کی ہوتی ہیں؟ تفصیل سے بیان کیجیے۔	-5
6.	Which are public health problems? Describe in detail..	عوام کی صحت کے مسائل کون کون سے ہیں؟ تفصیل سے بیان کیجیے۔	-6
7.	Write any nine rules of 100 meter race.	100 میٹر کے کوئی سے 9 قوانین تحریر کیجیے۔	-7