

Roll Number _____
 In Figures: _____
 In Words: _____

PR IX (01) 19
**HEALTH AND PHYSICAL
 EDUCATION**
 9th (Fresh/Reappear)
 Fic. No. _____
 (For Board's Office use only)

Superintendent
 Signature / Stamp: _____

**HEALTH AND PHYSICAL
 EDUCATION**
 9th (Fresh/Reappear)

Fic. No. _____
 (For Board's Office use only)

Time Allowed: 2 Hours 30 Minutes

Marks: 65

Note: There are THREE sections in this paper i.e. Section A, B and C.

Attempt Section-A on the same paper and return it to the Superintendent within the given time.

No marks will be awarded for **Cutting, Erasing or Overwriting**. Marks of Identification will lead to UFM case, **Mobile Phone** etc are not allowed in the examination hall.

Time Allowed: 15 minutes

Section-A

Marks: 12

Q-I Write the correct option i.e. A, B, C or D in the empty box provided opposite to each part.

i.	How many players are there in a football team?	A. 9	B. 10	C. 11	D. 12	<input type="checkbox"/>
ii.	Total length of volley ball court is.....meters.	A. 18	B. 9	C. 10	D. 11	<input type="checkbox"/>
iii.	Total distance of a standard track is....	A. 400 m	B. 500 m	C. 600 m	D. 800 m	<input type="checkbox"/>
iv.	The angle of short put throw is.....	A. 20°	B. 30°	C. 40°	D. 60°	<input type="checkbox"/>
v.	The weight of short put for women is.....	A. 4 kg	B. 5 kg	C. 6 kg	D. 7 kg	<input type="checkbox"/>
vi.	The shape of standard track is.....	A. Triangle	B. Rectangle	C. Spherical	D. Oval	<input type="checkbox"/>
vii.	How many kinds of tournament system is there?	A. 2	B. 3	C. 4	D. 6	<input type="checkbox"/>
viii.	How many players are there in a net ball team?	A. 5	B. 4	C. 6	D. 7	<input type="checkbox"/>
ix.	What is the weight of table tennis ball?	A. 17 grain	B. 27 grain	C. 37 grain	D. 47 grain	<input type="checkbox"/>
x.	Who chooses the streets in a track?	A. Players	B. Judges	C. Draw	D. Coach	<input type="checkbox"/>
xi.	How long a time out is in volley ball?	A. 10 second	B. 15 second	C. 30 second	D. 1 minute	<input type="checkbox"/>
xii.	The length of basket ball court is.....meters.	A. 20	B. 25	C. 30	D. 28	<input type="checkbox"/>

نمبر: ۱۳

برائے اردو میڈیم طلباء و طالبات

سیکشن (الف)

وقت: ۱۵ منٹ

سوال ۱- مندرجہ ذیل سوالات کیلئے درست جواب کا انتخاب کریں۔ اور اپنا انتخاب یعنی (الف، ب، ج، د) ہر بڑے کے سامنے دیے ہوئے خالی خانہ میں لکھیں۔

<input type="checkbox"/>	12 (د)	11 (ج)	10 (ب)	9 (الف)	(۱) فٹ بال کی ایک ٹیم میں کتنے کھلاڑی ہوتے ہیں؟
<input type="checkbox"/>	11 (د)	10 (ج)	9 (ب)	18 (الف)	(۲) وللی بال کورٹ کی لمبائی کتنے میٹر ہوتی ہے۔؟
<input type="checkbox"/>	800 (د)	600 (ج)	500 (ب)	400 (الف)	(۳) میٹری ٹریک کا کل فاصلہ کتنے میٹر ہوتا ہے؟
<input type="checkbox"/>	50 (د)	40 (ج)	30 (ب)	20 (الف)	(۴) گولر پچھلے کے سگنل کارا دیہ کتنے درجے کا ہوتا ہے؟
<input type="checkbox"/>	7 (د)	6 (ج)	5 (ب)	4 (الف)	(۵) عورتوں کیلئے گولر کا وزن کتنے کلوگرام ہوتا ہے؟
<input type="checkbox"/>	بیضی (د)	گول (ج)	مستطیل (ب)	ثلث (الف)	(۶) میٹری ٹریک کی شکل کیسی ہوتی ہے؟
<input type="checkbox"/>	6 (د)	4 (ج)	3 (ب)	2 (الف)	(۷) ٹورنامنٹ سسٹم کی کتنی اقسام ہیں؟
<input type="checkbox"/>	7 (د)	6 (ج)	4 (ب)	5 (الف)	(۸) فٹ بال ٹیم کتنے کھلاڑیوں پر مشتمل ہوتی ہے؟
<input type="checkbox"/>	47 (د)	37 (ج)	27 (ب)	17 (الف)	(۹) ٹیبل ٹینس بال کا وزن کتنے کریں ہوتا ہے؟
<input type="checkbox"/>	کوئی (د)	قرص اندازی (ج)	جگ کی مرضی سے (ب)	کھلاڑی کی (الف)	(۱۰) گلیوں کا انتخاب کس کے ذریعے کیا جاتا ہے؟
<input type="checkbox"/>	مرضی سے (د)	کے ذریعے (ج)	مرضی سے (ب)	مرضی سے (الف)	
<input type="checkbox"/>	1 منٹ (د)	30 سیکنڈ (ج)	15 سیکنڈ (ب)	10 سیکنڈ (الف)	(۱۱) وللی بال میں ٹائم آؤٹ کا دورانیہ کتنا ہوتا ہے؟
<input type="checkbox"/>	28 (د)	30 (ج)	25 (ب)	20 (الف)	(۱۲) باسکٹ بال کورٹ کی لمبائی کتنے فٹ ہوتی ہے۔

PR IX (01) 19
HEALTH AND PHYSICAL EDUCATION

9th (Fresh/Reappear)

Note: Time allowed for Section – B and Section – C is 2 Hours and 15 minutes.

Section – B

Marks: 32

Q-II Answer any EIGHT parts. Each part carries FOUR marks.

1. Discuss the types of free kicks in football.
2. Who and how many officials are required for volleyball match?
3. What is the formula for the total matches in league system?
4. Write about posture.
5. Define the qualities of a good player.
6. What is flat foot?
7. Describe offside in netball.
8. Write the types of volleyball services.
9. What is meant by basic movement?
10. Explain the causes and exercises for Lord Sis.
11. Write the benefits of massage.

Section – C

Marks: 21

Note : Attempt any THREE questions. Each question carries equal marks.

- Q-III Draw the sketch of badminton court.
Q-IV Define the qualities of leadership.
Q-V Discuss the method of rotation in volleyball.
Q-VI Explain involuntary movements.

نوٹ:- سیکشن (ب) اور سیکشن (ج) کیلئے کل وقت 2 گھنٹے 15 منٹ ہیں۔

نمبر: ۳۲

برائے اردو میڈیم طلباء و طالبات

سیکشن (ب)

سوال-II درج ذیل میں سے آٹھ (8) اجزاء کے مختصر جوابات لکھیں۔ ہر جزو کے چار نمبر ہیں۔

- | | | | |
|------|--|------|---|
| (۱) | فٹ بال میں فری کک کی اقسام بیان کریں۔ | (۲) | والی بال میں کون سے عہدیدار فرائض سرانجام دیتے ہیں؟ |
| (۳) | لیگ سسٹم میں کل بیچ کالنے کا فارمولا واضح کریں۔ | (۴) | قامت کی تعریف کریں۔ |
| (۵) | ایچھے کھلاڑی میں کون کون سی خصوصیات ہونی چاہئیں؟ | (۶) | چھٹا پاؤں کسے کہتے ہیں؟ |
| (۷) | نٹ بال میں آف سائیڈ کی وضاحت کریں۔ | (۸) | والی بال سروس کرنے کے کتنے طریقے ہیں؟ تحریر کریں۔ |
| (۹) | بہادی حرکات کون کون سی ہیں؟ | (۱۰) | لارڈوسس وجوہات اور اصلاحی ورزش بیان کریں۔ |
| (۱۱) | مالش کے فوائد بیان کریں۔ | | |

نمبر: ۲۱

سیکشن (ج)

نوٹ:- مندرجہ ذیل میں سے تین سوالات کے مفصل جوابات تحریر کریں۔ ہر سوال کے نمبر برابر ہیں۔

- سوال-III بیڈمنٹن کورٹ کا خاکہ تیار کریں۔
سوال-IV لیڈرشپ کی خصوصیات بیان کریں۔
سوال-V والی بال میں روٹیشن کا طریقہ بیان کریں۔
سوال-VI غیر ارادی حرکات کی تعریف کریں۔