

Note: Section I is compulsory. Attempt any TWO (2) questions from Section II.

نوٹ: حصہ اول لازمی ہے۔ حصہ دوم میں سے کوئی سے دو (2) سوالات کے جوابات لکھئے۔

Section - I حصہ اول

2 - Write short answers to any FIVE (5) questions. (5 × 2 = 10) کوئی سے پانچ (5) سوالات کے مختصر جوابات تحریر کیجئے۔

- What is meant by balanced-development? متوازن نشوونما سے کیا مراد ہے؟
- Write down a brief note on good player. اچھے کھلاڑی پر مختصر نوٹ لکھئے۔
- What is meant by relay race? ڈاک دوڑ سے کیا مراد ہے؟
- Write down a brief note on postural defects. قیامی نقصان پر مختصر نوٹ لکھئے۔
- Write down on penalty stroke in hockey. ہاکی میں پنالٹی سٹروک بارے لکھئے۔
- Write down two fouls of hockey. ہاکی کے دو فاولز تحریر کیجئے۔
- Explain briefly the ball of table tennis. ٹیبل ٹینس بال کی مختصر وضاحت کیجئے۔
- Write down two rules of table tennis. ٹیبل ٹینس کے دو قوانین تحریر کیجئے۔

3 - Write short answers to any FIVE (5) questions. (5 × 2 = 10) کوئی سے پانچ (5) سوالات کے مختصر جوابات تحریر کیجئے۔

- Write down two fouls of discus. ڈسکس کے دو فاولز تحریر کیجئے۔
- Write down briefly about the landing area of long jump. لمبی چھلانگ میں اکھاڑے کے بارے مختصر بیان کیجئے۔
- Write down two fouls of long jump. لمبی چھلانگ کی دو ناکامیاں تحریر کیجئے۔

(درج اٹھ)

- Explain briefly about "net of table tennis". ٹیبل ٹینس جال کی مختصر وضاحت کیجئے۔
- Write down two rules of discus. ڈسکس کے دو قوانین تحریر کیجئے۔
- Write down two fouls of 100x4 meter relay race. 100x4 میٹر ڈاک دوڑ کے دو فاولز تحریر کیجئے۔
- What is scoring in table tennis? ٹیبل ٹینس میں سکورنگ کیا ہے؟
- Write down a short note on shooting circle in hockey. ہاکی میں شوٹنگ سرکل پر مختصر نوٹ لکھئے۔

4 - Write short answers to any FIVE (5) questions. (5 × 2 = 10) کوئی سے پانچ (5) سوالات کے مختصر جوابات تحریر کیجئے۔

- What is meant by alcoholic drinks? الکحل مشروبات سے کیا مراد ہے؟
- Write down two benefits of coffee. کافی کے دو فوائد تحریر کیجئے۔
- Write down a brief note on tea. چائے پر مختصر نوٹ لکھئے۔
- What is meant by food adulteration? کھانے پینے کی چیزوں میں ملاوٹ سے کیا مراد ہے؟
- What is meant by nutrition? غذائیت سے کیا مراد ہے؟
- What is meant by infectious diseases? متعدی امراض سے کیا مراد ہے؟
- Write down briefly on building of house. گھر کی عمارت پر مختصر نوٹ لکھئے۔
- Write down two objectives of hiking. ہائیکنگ کے دو مقاصد تحریر کیجئے۔

Section - II حصہ دوم

- Write down in detail about the balanced diet. (9) متوازن غذا کو تفصیل سے بیان کیجئے۔
- Write down the rules of 100x4 meter relay race. (9) 100x4 میٹر ڈاک دوڑ کے قوانین تفصیل سے بیان کیجئے۔
- Draw a sketch of 400 meter track with its measurements. (9) 400 میٹر ٹریک کا خاکہ پیمائش کے ساتھ بنائیے۔