

Paper Code Number: 3421	2024 (1st-A) سیکڑی سکول امتحان پارت - II (جماعت دہم)			رول نمبر	
HEALTH AND PHYSICAL EDUCATION PAPER-II		صحت و تعلیم جسمانی پچھ - دھرا			
TIME ALLOWED: 15 Minutes		وقت = 15 منٹ			
MAXIMUM MARKS: 12		OBJECTIVE معروضی		کل نمبر = 12	
سوال نمبر 1 Q.No.1. ہر سوال کے چار ممکنہ جوابات A، B، C اور D دیئے گئے ہیں۔ چاہائی کا پیپر ہر سوال کے سامنے دیئے گئے دائروں میں سے درست جواب کے مطابق مختلف دائرہ کو مار کر یا پین سے بھر دیجئے۔ ایک سے زیادہ دائروں کو مارنے یا کاٹ کر پڑھنے کی صورت میں مذکورہ جواب غلط تصور ہوگا۔ 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.					
D	C	B	A	Questions / سوالات	Sr.No.
Chase game تغالب کا کھیل	Cricket کرکٹ	Hockey ہاکی	Table tennis ٹیبیل ٹینس	Recreational and small area game is: تفریحی اور چھوٹے رقبے کا کھیل ہے۔	1
Muscles عضلات	Bones ہڈیاں	Nerves اعصاب	Organs اعضاء	Human body consists of different ____. انسانی جسم مختلف ____ کا مجموعہ ہے۔	2
Cloudy season ابر آلود موسم	Local guide مقامی گائیڈ	Vehicle سواری	Summer season گریموں کا موسم	____ is essential for hiking. ____ ضروری ہے۔	3
100°C	99.4°C	98.4°C	97.4°C	The temperature of a normal body is ____. نارمل جسم کا درجہ حرارت ____ ہوتا ہے۔	4
4.1	4.2	4.0	4.3	One gram protein has ____ calories. ایک گرام پروٹین میں ____ حرارے ہوتے ہیں۔	5
Five پانچ	Four چار	Three تین	Two دو	The constituents of tea are ____. چائے کے اجزاء ترکیبی ہوتے ہیں۔	6
(مصرف لڑکوں کے لئے)					
(FOR BOYS ONLY)					
Seven سات	Six چھ	Five پانچ	Four چار	Penalty stroke point is marked ____ meter away within the centre of post. پینالٹی سٹروک پوائنٹ پوسٹ کے وسط میں ____ میٹر کے فاصلے پر لگایا جاتا ہے۔	7
Six چھ	Five پانچ	Four چار	Three تین	extra players participate in a Hockey match. ایک ہاکی میچ میں ہر ٹیم کے ____ اضافی کھلاڑی حصہ لیتے ہیں۔	8
Thirty تیس	Five پانچ	Ten دس	Twenty بیس	The area for changing the baton in Relay race is ____ m. ڈاک دوڑ میں بیٹن تبدیل کرنے کا علاقہ ____ میٹر ہوتا ہے۔	9
Ten دس	Nine نو	Eight آٹھ	Seven سات	The depth of take off board in long jump is ____ centimeter. لمبی چھلانگ میں چھلانگ لگانے کے تختے کی گہرائی ____ سینٹی میٹر ہوتی ہے۔	10
Twenty بیس	Thirty تیس	Forty چالیس	Ten دس	Runway length in long jump is ____ m. لمبی چھلانگ کے رن وی کی لمبائی ____ میٹر ہے۔	11
Two دو	Three تین	Four چار	Five پانچ	Discus can be gripped by ____ ways. ڈسکس پکڑنے کے ____ طریقے ہیں۔	12
(مصرف لڑکیوں کے لئے)					
(FOR GIRLS ONLY)					
2.75	2.74	2.73	2.72	The length of table in Table tennis is ____ meter. ٹیبیل ٹینس کے میز کی لمبائی ____ میٹر ہوتی ہے۔	7
1.84	1.83	1.82	1.81	The length of Table tennis net is ____ meter. ٹیبیل ٹینس کے نیٹ کی لمبائی ____ میٹر ہوتی ہے۔	8
2.8	2.5	2.6	2.7	The weight of Table tennis ball is ____ gram. ٹیبیل ٹینس کے بال کا وزن ____ گرام ہے۔	9
2.5	2.0	1.5	1.0	The inner diameter of a discus throw circle is ____ meter. ڈسکس تھرو کے دائرے کا اندرونی قطر ____ میٹر ہوتا ہے۔	10
Four چار	Three تین	Two دو	Five پانچ	A discus may be gripped by ____ ways. ڈسکس کو پکڑنے کے ____ طریقے ہیں۔	11
50	40	30	20	The weight of baton in Relay Race is ____ gram. ڈاک دوڑ میں بیٹن کا وزن ____ گرام ہوتا ہے۔	12

ریکٹری سکول امتحان پارٹ - II (جماعت دہم)		2024 (1st-A)	
HEALTH AND PHYSICAL EDUCATION PAPER-II		M/TN-24 پرچہ - دوسرا	
TIME ALLOWED: 1.45 Hours وقت = 1.45 گھنٹے		SUBJECTIVE انشائیہ	
NOTE: Write same question number and its part number on answer book, as given in the question paper.		MAXIMUM MARKS: 48 48 = کل نمبر	
نوٹ۔ جوابی کتاب پر وہی سوال نمبر اور جزو نمبر درج کیجئے جو کہ سوال پر ہے۔			
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 is meant by Leisure Time?	(i) فارغ وقت سے کیا مراد ہے؟	
(ii)	Explain the game "Leader Ki Talash".	(ii) " لیڈر کی تلاش " کے کھیل کی وضاحت کریں۔	
(iii)	What is meant by Posture?	(iii) قامت سے کیا مراد ہے؟	
(iv)	What is meant by Self Start?	(iv) سیلف سٹارٹ سے کیا مراد ہے؟	
(v)	When is the corner hit given in Hockey game?	(v) ہاکی کے کھیل میں کورنر ہٹ کب دی جاتی ہے؟	
(vi)	When a goal is scored in a Hockey match?	(vi) ہاکی کے ایک میچ میں گول کب ہوتا ہے؟	
(vii)	How can muscular strength be increased?	(vii) عضلاتی قوت میں اضافہ کیسے کیا جاسکتا ہے؟	
(viii)	Write any two fouls of Hockey game.	(viii) ہاکی کے کھیل کے کوئی سے دو فاول تحریر کریں۔	
3. Attempt any five parts. .		10 = 2 x 5	
سوال نمبر 3۔ کوئی سے پانچ اجزاء کے جوابات تحریر کیجیے۔			
(i)	What is the difference between single and double game in Table tennis game?	(i) ٹینیل ٹینس میں سینگل اور ڈبل گیم میں کیا فرق ہے؟	
(ii)	What is Relay Race?	(ii) ڈاک دوڑ کیا ہوتی ہے؟	
(iii)	Write any two rules of Discus throw.	(iii) ڈسکس تھرو کے کوئی سے دو قوانین تحریر کریں۔	
(iv)	What is Let in Table tennis?	(iv) ٹینیل ٹینس میں لیٹ (Let) کیا ہوتی ہے؟	
(v)	Describe the different ways to grip the discus.	(v) ڈسکس کو پکڑنے کے مختلف طریقے بیان کریں۔	
(vi)	Describe any two skills of Table tennis.	(vi) ٹینیل ٹینس کی کوئی سی دو مہارتیں بیان کریں۔	
(vii)	Explain Take off board in long jump.	(vii) لمبی چھلانگ میں ٹیک آف بورڈ کی وضاحت کریں۔	
4. Attempt any five parts.		10 = 2 x 5	
سوال نمبر 4۔ کوئی سے پانچ اجزاء کے جوابات تحریر کیجیے۔			
(i)	What is meant by Camping?	(i) کیمپنگ سے کیا مراد ہے؟	
(ii)	What is meant by Hiking?	(ii) ہائیکنگ سے کیا مراد ہے؟	
(iii)	What is meant by Community health?	(iii) معاشرے کی صحت سے کیا مراد ہے؟	
(iv)	What is Balanced diet?	(iv) متوازن غذا کیا ہوتی ہے؟	
(v)	What is called Syrup?	(v) شربت کسے کہتے ہیں؟	
(vi)	Write down any two benefits of drinking Coffee.	(vi) کافی پینے کے کوئی سے دو فوائد تحریر کریں۔	
(vii)	What is Calorie?	(vii) حرارہ کیا ہوتا ہے؟	
SECTION-II حصہ دوم			
NOTE: Attempt any two questions.		18 = 9 x 2	
نوٹ۔ کوئی سے دو سوالات کے جوابات تحریر کیجیے۔			
5.	Describe in detail the qualities of a good player.	5۔ اچھے کھلاڑی کے اوصاف تفصیل سے بیان کریں۔	
6.	Describe in detail the rules of Hockey or Table tennis.	6۔ ہاکی یا ٹینیل ٹینس کے قوانین تفصیل سے بیان کریں۔	
7.	What are infectious diseases? Write their symptoms and precautions.	7۔ متعدی امراض کیا ہوتے ہیں؟ ان کی علامات اور حفاظتی تدابیر تحریر کریں۔	