

Time: 15 Minutes

Paper: I

OBJECTIVE

موضوعی

وقت: 15 منٹ

Marks: 12

CUT-23

Code: 5421

مارکس: 12

نوٹ: 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 مارکر یا پین سے بھر دیجئے۔ ایک سے زیادہ دائروں کو پُر کرنے یا کاٹ کر پُر کرنے کی صورت میں مذکورہ جواب غلط تصور ہوگا۔

- 1.1 - Voluntary movements have \_\_\_\_\_ types. ارادی حرکات کی \_\_\_\_\_ اقسام ہیں۔
- 5 (D) 4 (C) 3 (B) 2 (A)
- 2 - To make the body smaller and smaller is called \_\_\_\_\_. جسم کو چھوٹے سے چھوٹا کرنا \_\_\_\_\_ کہلاتا ہے۔
- twisting مروڑنا (D) turning مڑنا (C) stretching پھیلانا (B) curling سکیڑنا (A)
- 3 - There are total \_\_\_\_\_ bones in the foot. پاؤں میں کل \_\_\_\_\_ ہڈیاں ہوتی ہیں۔
- 29 (D) 25 (C) 26 (B) 27 (A)
- 4 - Total number of joints are \_\_\_\_\_. جوڑوں کی کل تعداد \_\_\_\_\_ ہے۔
- 340 (D) 236 (C) 336 (B) 240 (A)
- 5 - There are \_\_\_\_\_ types of moving joints. حرکت کرنے والے جوڑوں کی \_\_\_\_\_ اقسام ہیں۔
- 5 (D) 7 (C) 9 (B) 26 (A)
- 6 - \_\_\_\_\_ is obtained from silk worm. \_\_\_\_\_ ریشم کے کیڑوں سے حاصل ہوتا ہوتا ہے۔
- silky dress ریشمی لباس (B) cotton dress سوتلی لباس (A)
- skin کھال (D) woolen dress اونٹنی لباس (C)
- 7 - There are total \_\_\_\_\_ systems in human body. انسانی جسم میں کل \_\_\_\_\_ نظام کام کرتے ہیں۔
- 13 (D) 9 (C) 11 (B) 10 (A)
- 8 - There are \_\_\_\_\_ natural arches in foot. پاؤں میں قدرتی طور پر \_\_\_\_\_ محرابیں ہیں۔
- 5 (D) 4 (C) 3 (B) 2 (A)
- (Only for Boys)** **(صرف طلباء کیلئے)**
- 9 - The length of volley ball court is \_\_\_\_\_ meters. والی بال کورٹ کی لمبائی \_\_\_\_\_ میٹرز ہے۔
- 17 (D) 12 (C) 18 (B) 9 (A)
- 10 - The width of lines in volley ball court is \_\_\_\_\_ centimeters. والی بال کورٹ کی لائنوں کی چوڑائی \_\_\_\_\_ سینٹی میٹرز ہے۔
- 4 (D) 3 (C) 5 (B) 2 (A)
- 11 - The maximum lanes in 100 meter track are \_\_\_\_\_. 100 میٹر دوڑ کے ٹریک میں زیادہ سے زیادہ \_\_\_\_\_ راہداریاں ہوتی ہیں۔
- 5 (D) 6 (C) 7 (B) 8 (A)
- 12 - Weight of ball in volley ball is \_\_\_\_\_ grams. والی بال میں "بال" کا وزن \_\_\_\_\_ گرامز ہے۔
- 270 - 280 (D) 220 - 230 (C) 210 - 220 (B) 260 - 280 (A)
- (Only for Girls)** **(صرف طالبات کیلئے)**
- 9 - The minimum weight of a shuttle cock is \_\_\_\_\_ grams. شٹل کاک کا کم از کم وزن \_\_\_\_\_ گرامز ہوتا ہے۔
- 4.76 (D) 4.75 (C) 4.74 (B) 4.73 (A)
- 10 - Number of feathers in shuttle cock is \_\_\_\_\_. شٹل کاک میں پرؤں کی تعداد \_\_\_\_\_ ہوتی ہے۔
- 18 (D) 17 (C) 16 (B) 15 (A)
- 11 - The maximum diameter of shot for woman is \_\_\_\_\_ millimeters. خواتین کے لیے گولے کا قطر زیادہ سے زیادہ \_\_\_\_\_ ملی میٹرز ہوتا ہے۔
- 235 (D) 230 (C) 135 (B) 110 (A)
- 12 - The width of back gallery of badminton court is \_\_\_\_\_ millimeters. بیڈمنٹن کورٹ کی بیک گیلری کی چوڑائی \_\_\_\_\_ ملی میٹرز ہوتی ہے۔
- 790 (D) 780 (C) 770 (B) 760 (A)

Marks: 48

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

G.U.J-23

## Section - I حصہ اول

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

- Define "Physical Education" by Mr. Bucher. - مسٹر بچر کی "تعلیم جسمانی" کی تعریف بیان کیجئے۔
- Write down the relation of Physical Education with health. - تعلیم جسمانی کا صحت کے ساتھ تعلق تحریر کیجئے۔
- Write down names of any four derived movements. - کوئی چار فرہی حرکات کے نام تحریر کیجئے۔
- What is the modern concept of educational gymnastics? - تعلیمی جمناسٹک کا جدید نظریہ کیا ہے؟
- Write down any two activities of swinging and circling. - جھلانے اور گھمانے کی کوئی دو سرگرمیاں تحریر کیجئے۔
- What is meant by posture? - قامت سے کیا مراد ہے؟
- Write down two remedial exercises of hollow back. - خالی کمر کی دو اصلاحی ورزشیں تحریر کیجئے۔
- Write down the names of four steps during jumping. - اچھلنے کے عمل کے چار مراحل کے نام تحریر کیجئے۔

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

- Write down any four fouls in volleyball game. - والی بال کھیل میں کوئی چار فاول تحریر کیجئے۔
- Explain briefly attackline and centre line in volleyball game. - والی بال کھیل میں ایک لائن اور سنٹر لائن کی مختصر وضاحت کیجئے۔
- Write down any two basic skills in badminton game. - بیڈمنٹن کھیل کی کوئی دو بنیادی مہارتیں تحریر کیجئے۔
- Write down any four rules of 100 meter race. - 100 میٹر دوڑ کے کوئی چار قوانین تحریر کیجئے۔
- Write down the weight and diameter of shot put. - گولے کے وزن اور قطر کی پیمائش تحریر کیجئے۔
- What is meant by landing sector of putting the shot? - گولہ ہٹ کرنے کے لینڈنگ سیکٹر سے کیا مراد ہے؟
- Write down the measurement of badminton court. - بیڈمنٹن کورٹ کی پیمائش تحریر کیجئے۔
- Define libero player. - لیبرو کھلاڑی کی تعریف کیجئے۔

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

- Define "Health" according to the World Health Organization. - عالمی ادارہ صحت کے مطابق "صحت" کی تعریف کیجئے۔
- Write down names of types of joints. - جوڑوں کی اقسام کے نام لکھئے۔
- What is meant by ligaments? Write down its function. - بندھن سے کہتے ہیں؟ اس کا فنکشن تحریر کیجئے۔
- What is meant by human body system? - انسان کے جسمانی نظام سے کیا مراد ہے؟
- How should we take care of our skin? - جلد کی حفاظت کیسے کرنی چاہیے؟
- Write down a short note on cardiac muscles. - قلبی عضلات پر مختصر نوٹ تحریر کیجئے۔
- Write down briefly about air pollution. - فضائی آلودگی کے بارے میں مختصر بیان کیجئے۔
- Write down the saying of Hazrat Muhammad صلی اللہ علیہ وسلم خاتم النبیین صلی اللہ علیہ وسلم about the care of nose. - ناک کی حفاظت کے لیے حضرت محمد خاتم النبیین صلی اللہ علیہ وسلم کا ارشاد گرامی تحریر کیجئے۔

## Section - II حصہ دوم

- Write down the significance of educational gymnastics (9) - تعلیمی جمناسٹک کی اہمیت بیان کیجئے۔
- Write down the rules of putting the shot in detail. (9) - گولہ پھینکنے کے قوانین تفصیلاً تحریر کیجئے۔
- What is meant by flat foot? Also write down its causes (9) - چپے پاؤں سے کیا مراد ہے؟ اس کی وجوہات اور اصلاحی ورزشیں تحریر کیجئے۔