

0924 (جماعت نم) سیکنڈری پارٹ I دارنگ: اس سوالیہ پرچہ میں مختص جگہ پر اپنا رول نمبر لکھ کر دستخط کیجئے۔ رول نمبر: -----

صحت و تعلیم جسمانی (سررضی) PAPER CODE 1421 دستخط امیدوار: -----  
 سیشن 2020-2022 to 2023-2025 کل نمبر 12 وقت: 15 منٹ

نوٹ: ہر سوال کے چار ممکنہ جوابات A, B, C اور D دیئے گئے ہیں۔ جو اپنی 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 پر کرنے یا کٹ کر پر کرنے کی صورت میں مذکورہ جواب غلط تصور ہوگا۔ جو اپنی کاپی کے دونوں اطراف اس سوالیہ پرچہ پر مطبوعہ PAPER CODE درج کر کے اس کے مطابق دائرے پر کریں، غلطی کی صورت میں تمام تر ذمہ داری طالب علم پر ہوگی۔ آٹک ریورری یا سفید فلیوڈ کا استعمال ممنوع ہے۔

(D)	(C)	(B)	(A)	QUESTIONS	Q-1
روحانی تعلیم	معاشرتی تعلیم	عام تعلیم	فنی تعلیم	تعلیم جسمانی کس کا لازمی جزو ہے؟	1.
مشغلہ	کھیل	تفریح	جمناسٹک	یونانی تعلیم جسمانی کو _____ کہتے تھے۔	2.
زیادہ فاصلہ	زیادہ بلندی	زیادہ سانس	زیادہ دوڑ	اچھی اچھال کا معیار ہے۔	3.
11	10	09	08	انسانی جسم میں کل کتنے نظام ہیں؟	4.
اونی لباس	ریشمی لباس	سوتی لباس	ناباتاتی لباس	دھونے پر سکتا نہیں ہے۔	5.
6	5	4	3	جوڑوں کی اقسام ہیں۔	6.
800 میٹر	400 میٹر	100 میٹر	200 میٹر	تیز ترین دوڑ ہے۔	7.
یا۔۔۔۔۔	یا۔۔۔۔۔	یا۔۔۔۔۔	یا۔۔۔۔۔	200 میٹر کی دوڑ میں ٹریک کا پیکر مکمل ہوتا ہے۔	8.
800 میٹر	600 میٹر	400 میٹر	200 میٹر	دالی بال کھیل کتنے سیٹوں پر مشتمل ہوتا ہے؟	9.
سات	چھ	پانچ	تین	دالی بال ٹیٹ کی لمبائی ہوتی ہے۔	10.
یا۔۔۔۔۔	یا۔۔۔۔۔	یا۔۔۔۔۔	یا۔۔۔۔۔	دالی بال میچ کے دوران ہر ٹیم کے کھلاڑیوں کو کھیل میں شرکت کرنا ہوگی۔	11.
3, 3	2, 2	4, 4	1, 1	بیڈمنٹن ڈبلز کی ٹیم میں دونوں طرف کھلاڑی ہوتے ہیں۔	12.
9	8	7	6	200 میٹر دوڑ کے ٹریک میں کم از کم راہداریاں ہوتی ہیں۔	
یا۔۔۔۔۔	یا۔۔۔۔۔	یا۔۔۔۔۔	یا۔۔۔۔۔	100 میٹر دوڑ کے مقابلے راہداریوں میں ہوتے ہیں۔	
بیضوی	دو منٹ	ایک منٹ	تیس سیکنڈ	دالی بال میں ٹیکنیکل ٹائم آؤٹ کا دورانیہ ہوتا ہے۔	
یا۔۔۔۔۔	یا۔۔۔۔۔	یا۔۔۔۔۔	یا۔۔۔۔۔	بیڈمنٹن کھیل کے عہدیداران کی تعداد کتنی ہے؟	
4	5	3	2	گولہ پھینکنے کے دائرے کا قطر کتنا ہوتا ہے؟	
2.150 میٹر	2.145 میٹر	2.140 میٹر	2.135 میٹر	یا۔۔۔۔۔	
یا۔۔۔۔۔	یا۔۔۔۔۔	یا۔۔۔۔۔	یا۔۔۔۔۔	بیڈمنٹن کورٹ کی بیک گیلری کی چوڑائی ہوتی ہے۔	
780 ملی میٹر	775 ملی میٹر	770 ملی میٹر	760 ملی میٹر		

مکمل

SGD ۲۰۲۰  
دارتنگ: اس سوالیہ پرچہ پر اپنے رول نمبر کے سوا اور کچھ نہ لکھیں

0924 (جماعت نهم) سیکنڈری پارٹ I، سیشن 2020-2022 to 2023-2025

صحت و تعلیم جسمانی (انشائیہ) وقت: 1:45 گھنٹے کل نمبر: 48

حصہ اول

- سوال نمبر 2۔ درج ذیل میں سے کوئی سے پانچ اجزاء کے مختصر جوابات تحریر کریں۔  $5 \times 2 = 10$
- (i) مسٹر بچے کے نزدیک تعلیم جسمانی کی اہمیت بیان کریں۔  
(ii) کھیلوں کی ماں کے کہا جاتا ہے؟  
(iii) وزن سہارنے کی دوسر گر میاں لکھیں۔  
(iv) غیر ارادی حرکات کی تعریف کریں۔  
(v) گھمانے کے عمل میں حرکت کس صورت میں سفر کرتی ہے؟  
(vi) عالمی ادارہ صحت کی بیان کردہ صحت کی تعریف لکھیں۔  
(vii) ناصحوار کندھوں کا نقص کیسے پیدا ہوتا ہے؟  
(viii) خالی کر کے تین اصلاحی درزشیں بیان کریں۔

- سوال نمبر 3۔ درج ذیل میں سے کوئی سے پانچ اجزاء کے مختصر جوابات تحریر کریں۔  $5 \times 2 = 10$
- (i) 200 میٹر دوڑ کے شارٹ کے مراحل لکھیں۔  
(ii) ڈونگ سے کیا مراد ہے؟  
(iii) گولڈ کے لینڈنگ پیکر کی وضاحت کریں۔  
(iv) بیڈ منٹن میں سروس کی دو غلطیاں درج کریں۔  
(v) والی بال کا کھیل کیسے شروع ہوتا ہے؟  
(vi) لیبر و کھلاڑی پر مختصر نوٹ لکھیں۔  
(vii) گولڈ پھینکنے کے تین قوانین لکھیں۔  
(viii) 200 میٹر دوڑ کے ٹریک پر مختصر نوٹ لکھیں۔

- سوال نمبر 4۔ درج ذیل میں سے کوئی سے پانچ اجزاء کے مختصر جوابات تحریر کریں۔  $5 \times 2 = 10$
- (i) لباس کے انتخاب میں کن باتوں کو مد نظر رکھنا چاہیے؟  
(ii) ادنی لباس کی خامیاں بیان کریں۔  
(iii) بندھن سے کیا مراد ہے؟  
(iv) جوڑوں کے فوائد لکھیں۔  
(v) اجتماعی صحت سے کیا مراد ہے؟  
(vi) دھوپ کے داخلے کیلئے عمارت کا رخ کس طرف ہونا چاہیے؟  
(vii) بالوں کی حفاظت کیسے کرنی چاہیے؟  
(viii) تنگ اور نوکدار جوڑوں کے نقصانات تحریر کریں۔

حصہ دوم

$9 \times 2 = 18$

- نوٹ: کوئی سے دو سوالات کے جوابات تحریر کریں۔
- 5 والی بال کھیل کے فائلز پر مفصل نوٹ لکھیں۔  
6 نظام عضلات پر نوٹ لکھیں۔  
7 بیڈ منٹن کورٹ کا خاکہ بنا لیں اور تمام پیمائشیں لکھیں۔  
یا۔۔۔۔۔ گولڈ پھینکنے کا دائرہ اور سیکٹر بنائیں اور تمام پیمائشیں لکھیں۔

994 - 0924 - 1400

مسٹر محمد رضا

پانچ قسم کرنے سے قبل یہاں سے کاٹیں