

انٹرمیڈیٹ امتحان پارٹ - II (کلاس بارہویں)

HEALTH AND PHYSICAL EDUCATION PAPER-II (NEW SCHEME)

صحت و تعلیم جسمانی پرچہ - دوسرا (نیوسکیم)

TIME ALLOWED: 3.10 Hours

SUBJECTIVE حصہ انشائیہ

وقت = 3.10 گھنٹے

MAXIMUM MARKS: 83

کل نمبر = 83

نوٹ - جوابی کاپی پر وہی سوال نمبر اور جزو نمبر درج کیجیے جو کہ سوالیہ پرچے میں درج ہے۔
NOTE: - Write same question number and its part number on answer book, as given in the question paper.

SECTION-I حصہ اول

2. Attempt any eight parts.

16 = 2 x 8

سوال نمبر 2- کوئی سے آٹھ اجزا کے جوابات تحریر کیجیے۔

- (i) How do we improve efficiency of human systems through sports? کھیل سے جسمانی نظاموں کی کارکردگی کس طرح بہتر ہوتی ہے؟ (i)
- (ii) Why do the players play? کھلاڑی کھیل کیوں کھیلتے ہیں؟ (ii)
- (iii) Describe the theory of Mr. Charlas Butcher about games. مسٹر چارلس بچر کا نظریہ کھیل بیان کیجیے۔ (iii)
- (iv) How the sports prevent from D-track? کھیل بے راہ روی سے کیسے بچاتے ہیں؟ (iv)
- (v) When is a penalty corner awarded in Hockey? ہاکی میں پنلٹی کورنر کب دیا جاتا ہے؟ (v)
- (vi) Write down the method of corner hit in Hockey. ہاکی میں کورنر ہٹ لگانے کا طریقہ لکھیں۔ (vi)
- (vii) How does the game start after completion of penalty corner? پنلٹی کورنر مکمل ہونے کے بعد کھیل کا آغاز کیسے ہوتا ہے؟ (vii)
- (viii) What is meant by IHF and PHF in Hockey Game? ہاکی کھیل میں IHF اور PHF سے کیا مراد ہے؟ (viii)
- (ix) Which is called prohibited area in Basketball? باسکٹ بال میں ممنوعہ علاقہ کسے کہتے ہیں؟ (ix)
- (x) What is meant by Dribbling in Basketball? باسکٹ بال میں ڈربلنگ سے کیا مراد ہے؟ (x)
- (xi) What is meant by Dead Ball in Basketball? باسکٹ بال میں مردہ بال سے کیا مراد ہے؟ (xi)
- (xii) Explain the technical foul in Basketball. باسکٹ بال میں ٹیکنیکل فاول کی وضاحت کیجیے۔ (xii)

(FOR BOYS ONLY)(صرف طلبا کے لئے)(FOR GIRLS ONLY)(صرف طالبات کے لئے)

- (v) How the service is done from right and left courts in doubles game in the Badminton game? بیڈمنٹن کھیل میں ڈبلز کے کھیل میں سروس دائیں اور بائیں کورٹ سے کس طرح کی جاتی ہے؟ (v)
- (vi) What is the colour of Shuttle Cock in Badminton? بیڈمنٹن میں شٹل کاک کا رنگ کیسا ہوتا ہے؟ (vi)
- (vii) Write down any three fouls of single game in Badminton. بیڈمنٹن میں سنگلز کی گیم کے کوئی تین فاول لکھیں۔ (vii)
- (viii) What is the length and width of single and double court in Badminton game? بیڈمنٹن کھیل کے کورٹ کی لمبائی اور سنگلز اور ڈبلز کی چوڑائی کتنی ہوتی ہے؟ (viii)
- (ix) Focus the return of a right service in Table Tennis. ٹیبل ٹینس میں سروس کی درست واپسی پر روشنی ڈالیں۔ (ix)
- (x) What is meant by Receiver in Table tennis? ٹیبل ٹینس میں ریسیور سے کیا مراد ہے؟ (x)
- (xi) What happened when a server can not touch a ball in Table tennis? ٹیبل ٹینس میں کھلاڑی سروس کرتے وقت بال کو نہ چھو سکے تو کیا نتیجہ نکلتا ہے؟ (xi)
- (xii) How much width of lane around the Table surface is in the Table Tennis? ٹیبل ٹینس میز کے چاروں طرف کتنے سم چوڑی پٹی لگائی جاتی ہے؟ (xii)

3. Attempt any eight parts.

16 = 2 x 8

سوال نمبر 3- کوئی سے آٹھ اجزا کے جوابات تحریر کیجیے۔

- (i) What is meant by Jump off in High Jump? اونچی چھلانگ میں جمپ آف سے کیا مراد ہے؟ (i)
- (ii) Explain runway in High Jump. اونچی چھلانگ میں دوڑنے کے راستے کی وضاحت کیجیے۔ (ii)
- (iii) Explain the first principle of resoling tie in High Jump. اونچی چھلانگ میں برابر کی پہلے اصول کی وضاحت کیجیے۔ (iii)

(ورق الٹئے)

- (iv) Explain Landing Area in High Jump. اوپچی چھلانگ میں لینڈنگ ایریا کی مختصر وضاحت کیجیے۔ (iv)
- (v) Explain briefly the polls in High Jump. اوپچی چھلانگ کے پولز کی مختصر وضاحت کیجیے۔ (v)
- (vi) Write short note on structure of Javelin. نیزہ کی بناوٹ پر مختصر نوٹ لکھیے۔ (vi)
- (vii) Write the names of three methods of holding Javelin. نیزہ کو پکڑنے کے تین طریقوں کے نام تحریر کیجیے۔ (vii)
- (viii) Write three fouls of Javelin throw. نیزہ پھینکنے کے تین فاولز لکھیں۔ (viii)
- (ix) Explain the law of allotment of staggers in 400 m race. 400 میٹر دوڑ میں زینے دینے کے قانون کی مختصر وضاحت کیجیے۔ (ix)

- (x) Write three fouls in 400 m race. 400 میٹر دوڑ کے تین فاولز تحریر کیجیے۔ (x)
- (xi) Write three rules in 400 m race. 400 میٹر دوڑ کے تین قوانین تحریر کیجیے۔ (xi)
- (xii) What is meant by Heats in 400 m race? 400 میٹر دوڑ میں ہیٹس (Heats) سے کیا مراد ہے؟ (xii)

4 . Attempt any six parts.**12 = 2 x 6**

سوال نمبر 4۔ کوئی سے چھ اجزاء کے جوابات تحریر کیجیے۔

- (i) What is meant by Digestive System? نظام انہضام سے کیا مراد ہے؟ (i)
- (ii) Write the sources of Carbohydrates. نشاستہ کے حصول کے ذرائع تحریر کیجیے۔ (ii)
- (iii) Write the names of six components of Food. خوراک کے چھ اجزاء کے نام تحریر کیجیے۔ (iii)
- (iv) Write the kinds of Beverages. مشروبات کی اقسام تحریر کیجیے۔ (iv)
- (v) Write four advantages of Tea. چائے کے چار فوائد تحریر کیجیے۔ (v)
- (vi) Write two symptoms of Gonorrhoea. سوزاک کی دو علامات تحریر کیجیے۔ (vi)
- (vii) Write a short note on sleeping pills. خواب آور گولیوں پر مختصر نوٹ تحریر کیجیے۔ (vii)
- (viii) Write the symptoms of Snake bite. سانپ کے ڈسنے کی علامات تحریر کیجیے۔ (viii)
- (ix) What is meant by First Aid? ابتدائی طبی امداد سے کیا مراد ہے؟ (ix)

SECTION-II حصہ دوم**NOTE: - Attempt any three questions.****24 = 8 x 3**

نوٹ۔ کوئی سے تین سوالات کے جوابات تحریر کیجیے۔

5. Write down the importance of games with reference to the modern age. موجودہ دور کے حوالے سے کھیلوں کی اہمیت بیان کیجیے۔ 5
6. Write a detailed note on Jump ball in Basketball. (For Boys) OR یا بیڈمنٹن میں سروس کے قوانین تفصیل سے بیان کریں۔ (برائے طالبات) 6
- Write the rules of service in Badminton in detail. (For Girls) باسکٹ بال میں جپ بال پر تفصیل سے لکھیں۔ (برائے طلبا)
7. Write down the rules of throwing the Javelin. نیزہ پھینکنے کے قوانین تحریر کیجیے۔ 7
8. Write a note on Muscular System. نظام عضلات پر نوٹ لکھیں۔ 8
9. Write in detail the harmful effects of Alcohol. الکوحل کے مضر اثرات تفصیل سے تحریر کیجیے۔ 9

SECTION-III حصہ سوم**10. NOTE: - Attempt any three parts.****15 = 5 x 3**

10۔ (پریکٹیکل حصہ) کوئی سے تین اجزاء کے جوابات تحریر کیجیے۔

- (A) Write down four exercises of Arms. بازوؤں کی چار ورزشیں لکھیے۔ (A)
- (B) Write down method of Head long Stand. سر کے بل کھڑے ہونے کا طریقہ لکھیے۔ (B)
- (C) Write down method of Penalty Corner in Hockey. ہاکی میں پینالٹی کارنر لگانے کا طریقہ لکھیے۔ (C)
- OR یا
- Write down method of service in Badminton. بیڈمنٹن میں سروس کرنے کا طریقہ لکھیے۔
- (D) Write down stages of 400 metre race. 400 میٹر دوڑ کے آغاز کے مراحل بیان کیجیے۔ (D)
- (E) Write down method of grip in Javelin throw. نیزہ پھینکنے میں گرفت کا طریقہ لکھیے۔ (E)