

انٹرمیڈیٹ امتحان پارٹ - I (کلاس گیارہویں)

HEALTH AND PHYSICAL EDUCATION PAPER-I (OLD SCHEME) پرچہ - پہلا صحت و تعلیم جسمانی (اولڈ سکیم)

TIME ALLOWED: 2.40 Hours

SUBJECTIVE حصہ انشائیہ

وقت = 2.40 گھنٹے

MAXIMUM MARKS: 68

کل نمبر = 68

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) Write the definition of Physical Education said by Way Man. وے مین کی تعلیم جسمانی کی تعریف لکھیں۔
- (ii) Write two points as importance of Physical Education. تعلیم جسمانی کی اہمیت کے دو نکات تحریر کیجیے۔
- (iii) Write names of four benefits of Physical Education. تعلیم جسمانی کے چار فوائد کے نام تحریر کیجیے۔
- (iv) Write names of four objectives of Physical Education. تعلیم جسمانی کے چار مقاصد کے نام تحریر کیجیے۔
- (v) What is meant by Gymnastic? جمناسٹک کا کیا مطلب ہے؟
- (vi) Write a comprehensive definition of Educational Gymnastic. تعلیمی جمناسٹک کی ایک جامع تعریف لکھیں۔
- (vii) Write down two exercises to Cool Down the body. جسم کو "Cool Down" کرنے والی دو ورزشیں تحریر کیجیے۔
- (viii) Write two benefits of Educational Gymnastic. تعلیمی جمناسٹک کے دو فوائد لکھیں۔
- (ix) Write the theory of Leisure of Thomas.G.Desmond. تھامس جی ڈسمنڈ کا نظریہ فرصت تحریر کیجیے۔
- (x) Write the definition of Recreation. تفریح کی تعریف لکھیں۔
- (xi) Write names of two kinds of scope of Recreation. تفریح کے دائرہ کار کی دو اقسام کے نام تحریر کیجیے۔
- (xii) Write three elements of Planning for Recreation. تفریح کی منصوبہ بندی کے تین عناصر لکھیں۔

3. Attempt any eight parts.

16 = 2 x 8

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

- (i) Explain the front zone in Volleyball. والی بال میں فرنٹ زون کی وضاحت کیجیے۔
- (ii) Write down the width of Side Band in Volleyball. والی بال میں سائیڈ بینڈ کی چوڑائی تحریر کیجیے۔
- (iii) How a set in Volleyball is won? والی بال میں ایک سیٹ کیسے جیتتے ہیں؟
- (iv) What is meant by Libro Player in Volleyball? والی بال میں لیبرو کھلاڑی سے کیا مراد ہے؟
- (v) Write down two fouls of Blocking in Volleyball. والی بال میں بلاکنگ کے دو فاولز تحریر کیجیے۔
- (vi) How many maximum number of players can take part in Blocking in Volleyball? والی بال میں بلاکنگ میں زیادہ سے زیادہ کتنے کھلاڑی حصہ لے سکتے ہیں؟
- (vii) Write down two rules of Shot put. گولہ پھینکنے کے دو قوانین تحریر کیجیے۔
- (viii) What is the shape of stop board in Shot put? گولہ پھینکنے میں سٹاپ بورڈ کی شکل کیسی ہوتی ہے؟
- (ix) Write about the structure and weight of Baton in Relay Race. ڈاک دوڑ میں بیٹن کی ساخت اور وزن تحریر کیجیے۔
- (x) How much distance a team covers in 4 x 100 metre relay race? 100 x 4 میٹر ڈاک دوڑ میں ایک ٹیم کتنا فاصلہ طے کرتی ہے؟

(ورق الٹئے)

(FOR BOYS ONLY)

- (xi) Write down two general fouls of Football.
- (xii) Write down the measurement of landing area in Triple Jump.

(صرف طلباء کے لئے)

- (xi) فٹ بال کے دو جنرل فاولز تحریر کیجیے۔
- (xii) سہ جست میں اچھلنے کے تختے کی پیمائش تحریر کیجیے۔

(FOR GIRLS ONLY)

- (xi) Explain the Throw in Netball.
- (xii) Write down four fouls of Discus Throw.

(صرف طالبات کے لئے)

- (xi) نیٹ بال میں تھرو ان کی وضاحت کیجیے۔
- (xii) تھالی پھینکنے کے چار فاولز تحریر کیجیے۔

4. Attempt any six parts.**12 = 2 x 6****سوال نمبر 4۔ کوئی سے چھ اجزاء کے جوابات تحریر کیجیے۔**

- (i) What is the relation between Physical Education and Health Education?
- (ii) What is meant by Inspiration?
- (iii) Write the function of Aorta.
- (iv) What is meant by Posture?
- (v) What is meant by Sprain?
- (vi) Write the symptoms of Cholera.
- (vii) What is meant by Fracutre?
- (viii) What is meant by Ligament?
- (ix) Write the causes of Smallpox.

- (i) علم الصحت اور جسمانی تعلیم کا آپس میں کیا تعلق ہے؟
- (ii) در آمد تنفس سے کیا مراد ہے؟
- (iii) شریان اعظم کا کام لکھیے۔
- (iv) قامت سے کیا مراد ہے؟
- (v) موج سے کیا مراد ہے؟
- (vi) ہیضہ کے مرض کی علامات تحریر کیجیے۔
- (vii) شکستگی سے کیا مراد ہے؟
- (viii) بندھن سے کیا مراد ہے؟
- (ix) چچک کا مرض پھیلنے کے اسباب بیان کیجیے۔

SECTION-II حصہ دوم**NOTE: - Attempt any three questions.****24 = 8 x 3****نوٹ۔ کوئی سے تین سوالات کے جوابات تحریر کیجیے۔**

5. Write the rules of 4 x 100 m Relay Race.

5- 100 x 4 میٹر ڈاک دوڑ کے ضابطے تحریر کیجیے۔

6- فٹ بال گراؤنڈ کا خاکہ بنائیں جس پر تمام پیمائشیں واضح ہوں۔ (صرف طلباء کے لیے)

6. Draw the sketch of Football ground with all measurements. (For Boys Only)

نیٹ بال کورٹ کا خاکہ بنائیں جس پر تمام پیمائشیں واضح ہوں۔ (صرف طالبات کے لیے)

Draw the sketch of Netball Court with all measurements. (For Girls Only)

7. Make the sketch of circle and sector of shotput.

7- گولہ پھینکنے کا دائرہ اور سیکٹر بنائیں۔ پیمائش بھی درج کیجیے۔

Also mention the measurement.

8- نظام انہضام سے کیا مراد ہے؟ اس نظام میں حصہ لینے والے اعضاء کون سے ہیں؟ تفصیلاً تحریر کیجیے۔

8. What is meant by Digestive System? Which organs take part in this system?

Write in detail.

9. What is Scoliosis? Write down the reformal exercises.

9- ناہموار کندھے کیا ہوتے ہیں؟ اصلاحی ورزشیں تحریر کیجیے۔