

## SSC PART-I (9th CLASS)

HEALTH AND PHYSICAL EDUCATION (NEW SCHEME) (2015-2017 سیشن) (نیو سکیم) صحت و تعلیم جسمانی

TIME ALLOWED: 1.45 Hours

SUBJECTIVE حصہ انشائیہ

وقت = 1.45 گھنٹے

MAXIMUM MARKS: 48

کل نمبر = 48

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 five parts.

10 = 2 x 5

- Write down four main objectives of Physical Education.
- What definition of Physical Education has been given by Socrates?
- What is the modern concept of Educational Gymnastics?
- What is meant by Derived Movements?
- What definition of Health has been given by World Health Organisation?
- Define Good Posture.
- Write down four steps in the process of Jumping.
- Write a note on Backward Roll.

سوال نمبر 2 - کوئی سے پانچ اجزاء کے جوابات تحریر کیجیے۔

- تعلیم جسمانی کے چار اہم مقاصد تحریر کریں۔
- سقراط نے تعلیم جسمانی کی کیا تعریف کی ہے؟
- تعلیمی جمناسٹک کا جدید نظریہ کیا ہے؟
- فرونی حرکات سے کیا مراد ہے؟
- عالمی ادارہ صحت نے صحت کی تعریف کن الفاظ میں کی ہے؟
- اچھی قامت کی تعریف کریں۔
- اچھلنے کے چار مراحل تحریر کریں۔
- اٹلی فلا ہازی پر نوٹ لکھیں۔

## 3. Attempt any five parts.

10 = 2 x 5

- Write down four benefits of Educational Gymnastics.
- What is meant by Movement? Write the types of Movements.
- Write down two exercises of Bending.
- What is meant by Involuntary Movements?
- Write down two causes of defect of Kyphosis.
- Write down the process of Start in Fast Race.
- How should we take care of our Skin?
- Describe the types of Joints.

سوال نمبر 3 - کوئی سے پانچ اجزاء کے جوابات تحریر کیجیے۔

- تعلیمی جمناسٹک کے چار فوائد تحریر کریں۔
- حرکت سے کیا مراد ہے؟ حرکات کی اقسام لکھیں۔
- بھگنے کی دو ورزشیں تحریر کریں۔
- غیر ارادی حرکات سے کیا مراد ہے؟
- گول کمر کے نقص کی دو وجوہات تحریر کریں۔
- تیز دوڑ کا سٹارٹ کا طریقہ تحریر کریں۔
- جلد کی حفاظت کیسے کرنی چاہیے؟
- جوڑوں کی اقسام بیان کریں۔

## 4. Attempt any five parts.

10 = 2 x 5

- Write down the diameter of sector of Putting the Shot.
- What is meant by Walking? Write different styles of Walking.
- How a Lane is selected in races competition?
- Write down the technique of grip of Shot Put.

سوال نمبر 4 - کوئی سے پانچ اجزاء کے جوابات تحریر کیجیے۔

- گول پھینکنے کے دائرے کا قطر تحریر کریں۔
- چلنا سے کیا مراد ہے؟ چلنے کے مختلف انداز تحریر کریں۔
- دوڑوں کے مقابلے میں راہداری کا انتخاب کیسے کیا جاتا ہے؟
- گول کو پکڑنے کا طریقہ تحریر کریں۔

## ( FOR BOYS ONLY )

- Write down the measurement of Volleyball Court.
- Write down two fouls of service in Volleyball.
- Write down a note on "Net" in Volleyball.

## ( صرف لڑکوں کے لئے )

- والی بال کورٹ کی پیمائش لکھیں۔
- والی بال سروں کے دو فاول لکھیں۔
- والی بال میں " نیٹ " پر نوٹ لکھیں۔

## ( FOR GIRLS ONLY )

- Explain Shot Service Area in Badminton.
- How many points is of Badminton game? Write them.
- Write down two fouls of service in Badminton game.

## ( صرف لڑکیوں کے لئے )

- بیڈمنٹن میں شارٹ سروں ایریا کی وضاحت کریں۔
- بیڈمنٹن گیم کتنے پوائنٹس کی ہے؟ تحریر کریں۔
- بیڈمنٹن گیم میں سروں کی دو غلطیاں تحریر کریں۔

## SECTION-II حصہ دوم

## NOTE: - Attempt any two questions.

18 = 9 x 2

نوٹ - کوئی سے دو سوالات کے جوابات تحریر کیجیے۔

- Write down the significance of Educational Gymnastics.
- Write down the rules of Putting the Shot.
- What are the preventive measures of contagious diseases?

- تعلیمی جمناسٹک کی اہمیت بیان کریں۔
- گول پھینکنے کے قوانین تحریر کریں۔
- متعدی امراض کی روک تھام کس طرح کی جاسکتی ہے؟

HEALTH AND PHYSICAL EDUCATION (NEW SCHEME) (2015-2017 سیشن) (نچو سکیم) صحت و تعلیم جسمانی

TIME ALLOWED: 15 Minutes

OBJECTIVE حصہ معروضی

وقت = 15 منٹ

MAXIMUM MARKS: 12

کل نمبر = 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 مار کر 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۔ Bubbles پُر نہ کرنے کی صورت میں کوئی نمبر نہیں دیا جائے گا۔ اس

سوالیہ پرچہ پر سوالات ہر گز عمل نہ کریں۔

Note: You have four choices for each objective type question as A, B, C and D. The choice which you think is correct, fill that circle in front of that question number. Use marker or pen

to fill the circles. Cutting or filling two or more circles will result in zero mark in that question. Attempt as

many questions as given in objective type question paper and leave others blank. No credit will be awarded

in case BUBBLES are not filled. Do not solve question on this sheet of OBJECTIVE PAPER.

Q.No.1

سوال نمبر 1-

(1) Physical Education is a collection of words:-

(1) تعلیم جسمانی الفاظ کا مجموعہ ہے۔

(A) 3

(B) 2

(C) 1

(D) 4

(2) Kinds of Movements are:-

(2) حرکات کی اقسام ہیں۔

(A) 3

(B) 2

(C) 1

(D) 4

(3) Kinds of Muscles are:-

(3) عضلات کی اقسام ہیں۔

(A) 6

(B) 5

(C) 4

(D) 3

(4) The steps in Jumping are:-

(4) اچھلنے کے عمل کے مراحل ہیں۔

(A) 5

(B) 4

(C) 2

(D) 1

(5) The fastest race is:-

(5) تیز ترین دوڑ ہے۔

(A) 100 m

(B) 200 m

(C) 400 m

(D) 800 m

(6) The minimum Lanes in the Standard Track are:-

(6) معیاری ٹریک میں کم سے کم لےٹس ہوتی ہیں۔

(A) 6

(B) 8

(C) 5

(D) 4

(7) Bones in a Foot are:-

(7) پاؤں میں ہڈیاں ہوتی ہیں۔

(A) 48

(B) 26

(C) 36

(D) 46

(8) The weight of Shot Put for men is:-

(8) مردوں کے لیے گولے کا وزن ہے۔

(A) 7.620 kg

(B) 7.062 kg

(C) 7.260 kg

(D) 6.270 kg

( FOR BOYS ONLY )

( صرف لڑکوں کے لئے )

(9) The length of Volleyball Court is:-

(9) والی بال کورٹ کی لمبائی ہے۔

(A) 9 m

(B) 18 m

(C) 12 m

(D) 17 m

(10) The width of lines in Volleyball Court is:-

(10) والی بال کورٹ کی لائنوں کی چوڑائی ہے۔

(A) 2 cm

(B) 5 cm

(C) 3 cm

(D) 4 cm

(11) Volleyball game consists of \_\_\_\_ sets.

(11) والی بال کھیل \_\_\_\_ سیٹ پر مشتمل ہوتا ہے۔

(A) 3

(B) 4

(C) 7

(D) 2

(12) Volleyball game is of points:-

(12) والی بال کھیل \_\_\_\_ پوائنٹس کی گیم ہے۔

(A) 25

(B) 21

(C) 27

(D) 20

( FOR GIRLS ONLY )

( صرف لڑکیوں کے لئے )

(9) Number of feathers in Shuttlecock is:-

(9) شٹل کاک میں پرؤں کی تعداد ہے۔

(A) 15

(B) 14

(C) 12

(D) 13

(10) The width of Side Gallery in Badminton is:-

(10) بیڈمنٹن میں سائیڈ گیلری کی چوڑائی ہے۔

(A) .36 m

(B) .46 m

(C) .76 m

(D) .48 m

(11) The width of Badminton Racket is:-

(11) بیڈمنٹن ریکٹ کی چوڑائی ہے۔

(A) 23 cm

(B) 24 cm

(C) 25 cm

(D) 20 cm

(12) The points in Badminton game are:-

(12) بیڈمنٹن \_\_\_\_ پوائنٹس کی گیم ہے۔

(A) 21

(B) 20

(C) 25

(D) 15

(218)

BOARD OF INTERMEDIATE AND SECONDARY EDUCATION,

MULTAN

OBJECTIVE KEY FOR S.S.C (10<sup>th</sup> / 9<sup>th</sup>) Annual Examination, 2017.

Name of Subject HPED (New Scheme) Session 2015-17

Group: 1st

Group: 2nd

Q. Nos.	Paper Code	Paper Code	Paper Code	Paper Code
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				
8.				
9.				
10.				
11.				
12.				
13.				
14.				
15.				
16.				
17.				

Q. Nos.	Paper Code	Paper Code	Paper Code	Paper Code
	1421	1423	1425	1427
1.	B	B	A	D
2.	B	C	B	B
3.	D	B	B	A
4.	B	B	C	B
5.	A	D	B	B
6.	B	B	B	C
7.	B	A	D	B
8.	C	B	B	B
9.	B	A	A	B
10.	B	B	A	A
11.	A	B	B	A
12.	A	A	B	B
13.	B	A	A	B
14.	B	B	A	A
15.	A	B	B	A
16.	A	A	B	B
17.				

باز

باز