

# صحت و تعلیم، جسمانی جماعت سیکنڈ ایئر

Fig. No. ....

Fig. No. ....

کل نمبر: 18

## سیکشن (معروضی)

وقت: 20 منٹ

نوٹ۔ اس حصے کیلئے یہی شیٹ استعمال کریں۔ کاٹ کر یا دوبارہ لکھنے پر نمبر نہیں ملے گا۔

سوال نمبر 1: ہر سوال کے چار ممکنہ جوابات (الف، ب، ج، د) دیئے گئے ہیں۔ درست جواب کا انتخاب کر کے سامنے دیئے گئے خانے میں لکھ دیں۔

- |                          |                |                 |                        |                |   |
|--------------------------|----------------|-----------------|------------------------|----------------|---|
| <input type="checkbox"/> | (د) 7          | (ج) 6           | (ب) 5                  | (الف) 4        | (i) نیزے کے سیکٹر کی چوڑائی _____ میٹر ہوتی ہے۔                       |
| <input type="checkbox"/> | (د) ٹھنڈی ہوئی | (ج) گرم ہوا     | (ب) بیٹ سٹروک          | (الف) سن سٹروک | (ii) نمکیات _____ بچاتے ہیں۔  |
| <input type="checkbox"/> | (د) تنفس       | (ج) دوران خون   | (ب) انہضام             | (الف) عضلات    | (iii) <b>ھپڑے</b> نظام _____ میں اہم کردار ادا کرتے ہیں۔              |
| <input type="checkbox"/> | (د) 8          | (ج) 6           | (ب) 4                  | (الف) 2        | (iv) غذا کے بنیادی اجزاء _____ ہیں۔                                   |
| <input type="checkbox"/> | (د) 8          | (ج) 6           | (ب) 4                  | (الف) 2        | (v) بیڈمنٹن کورٹ کی سائینڈ گیلری کی چوڑائی _____ فٹ ہوتی ہے۔          |
| <input type="checkbox"/> | (د) 1'         | (ج) 1'-6"       | (ب) 2'                 | (الف) 2'-2"    | (vi) فٹ بال میں گول پوسٹوں کا درمیانی فاصلہ _____ گز ہوتا ہے۔         |
| <input type="checkbox"/> | (د) 8          | (ج) 7           | (ب) 6                  | (الف) 5        | (vii) _____ میں صاف خون ہوتا ہے۔                                      |
| <input type="checkbox"/> | (د) جلد        | (ج) عروق شریانی | (ب) شیریانوں           | (الف) وریڈوں   | (viii) ریڑھ کی ہڈی میں خطری طور پر _____ ختم ہوتے ہیں۔                |
| <input type="checkbox"/> | (د) 5          | (ج) 4           | (ب) 3                  | (الف) 2        | (ix) شٹل کاک کے کل _____ پر ہوتے ہیں۔                                 |
| <input type="checkbox"/> | (د) 20         | (ج) 18          | (ب) 16                 | (الف) 14       | (x) بیڈمنٹن میں شارٹ سرس الریا _____ میٹر ہوتا ہے۔                    |
| <input type="checkbox"/> | (د) 5          | (ج) 4           | (ب) 3                  | (الف) 2        | (xi) برآمد تنفس میں _____ خارج ہوتی ہے۔                               |
| <input type="checkbox"/> | (د) ہوا        | (ج) نائٹروجن    | (ب) کاربن ڈائی آکسائیڈ | (الف) آکسیجن   | (xii) باسکٹ بال میں جو کھلاڑی _____ فاولز کرے۔ کھیل سے نکالا جاتا ہے۔ |
| <input type="checkbox"/> | (د) 7          | (ج) 6           | (ب) 5                  | (الف) 3        | (xiii) فٹ بال کی ٹیم میں _____ کھلاڑی ہوتے ہیں۔                       |
| <input type="checkbox"/> | (د) 10         | (ج) 9           | (ب) 8                  | (الف) 7        | (xiv) عورتوں کیلئے تھالی کا وزن _____ کلو ہوتا ہے۔                    |
| <input type="checkbox"/> | (د) 4          | (ج) 3           | (ب) 2                  | (الف) 1        | (xv) فٹ بال کورٹ کی لمبائی _____ میٹر ہوتی ہے۔                        |
| <input type="checkbox"/> | (د) 45         | (ج) 40          | (ب) 35-50              | (الف) 30-50    |   |

## صحت و تعلیم، جسمانی جماعت سیکنڈائیر

وقت: 2 گھنٹے 40 منٹ

نمبر: 40

## سیکشن ”ب“

سوال نمبر 2- مندرجہ ذیل میں سے صرف دس (10) کے مختصر جوابات تحریر کریں۔ تمام سوالات کے نمبر برابر ہیں۔

- |                              |                                 |
|------------------------------|---------------------------------|
| i- چائے کے فائدے اور نقصانات | ii- ہیضے کی روک تھام            |
| iii- گول کمر کے چار وجوہات   | iv- چٹاپاؤں                     |
| v- فٹ بال میں گول کک         | vi- پانی کے چار فوائد           |
| vii- وٹامن سی کے چار فوائد   | viii- تھالی ٹھپکنے کے چار فوائد |
| ix- بیڈمنٹن کے فوائد         | x- متوازن غذا کی تعریف          |
| xi- تعلیمی جناسٹک پروٹ       | xii- گردوں کے افعال بیان کریں   |
| xiii- پھیپھڑوں پر نوٹ لکھیں  |                                 |

نمبر: 27

## سیکشن ”ج“

نوٹ: مندرجہ ذیل میں سے صرف تین سوالات کے مفصل جوابات تحریر کریں۔ تمام سوالات کے نمبر برابر ہیں۔

- سوال نمبر 3- تعلیم الصحت کی تعریف کریں اور اس کے اغراض و مقاصد بیان کریں۔
- سوال نمبر 4- چٹاپاؤں کی وضاحت کریں۔ اس کی وجوہات اور اصلاحی ورزشیں لکھیں۔
- سوال نمبر 5- نظام تنفس میں جوعضاء حصہ لیتے ہیں۔ ان کو تفصیل سے بیان کریں۔
- سوال نمبر 6- 400 میٹر دوڑ کیلئے ٹریک بنائیں۔ اور اس دوڑ کے قوانین بیان کریں۔
- سوال نمبر 7- پاکستان اور چین کے تعلقات پر مفصل نوٹ لکھیں۔

Result.pk