

Serial No. of Answer book

MRD-E/XII (A)

Roll Number

صحت و تعلیم جسمانی (نہم)

Fic. No.

ہال میں موبائل فون لانا بالکل منع ہے

Fic. No.

صحت و تعلیم جسمانی (نہم)

سیکشن (معروضی)

وقت: 15 منٹ

کل نمبر: 12

نوٹ۔ اس حصے کے لیے یہی شیٹ استعمال کریں۔ کاٹ کر، مٹا کر یا دوبارہ لکھے ہوئے جواب پر کوئی نمبر نہیں ملے گا۔

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

- | | | | | | | |
|--------------------------|--------|---|---------------|--------------------|--------------|--------------------|
| ☐ | (i) | حرکت _____ کی علامت ہے۔ | (الف) زندگی | (ب) خوبصورتی | (ج) شخصیت | (د) طاقت |
| ☐ | (ii) | جنسٹک _____ والوں نے ایجاد کیا۔ | (الف) امریکہ | (ب) یونان | (ج) جاپان | (د) فرانس |
| ☐ | (iii) | جفت ٹیموں کے فکسچر میں _____ نہیں دیا جاتا۔ | (الف) وقت | (ب) ہائی | (ج) تاریخ | (د) مقابلہ |
| ☐ | (iv) | فٹ بال کھیل کی ابتداء _____ سے کی جاتی ہے۔ | (الف) بیک پاس | (ب) کک آف | (ج) فری کک | (د) تھروان |
| ☐ | (v) | نٹ بال کا کل وقت _____ منٹ ہوتا ہے۔ | (الف) 30 | (ب) 40 | (ج) 50 | (د) 60 |
| ☐ | (vi) | نٹ بال میں دو کھلاڑیوں کے درمیان بال اچھالنے کو _____ کہتے ہیں۔ | (الف) تھروان | (ب) تھرو آپ | (ج) سنٹر پاس | (د) بیک پاس |
| ☐ | (vii) | بیڈمنٹن کورٹ کی لمبائی _____ فٹ ہوتی ہے۔ | (الف) 42 | (ب) 43 | (ج) 44 | (د) 45 |
| ☐ | (viii) | والی بال کا پہلا سیٹ _____ پوائنٹس کا ہوتا ہے۔ | (الف) 10 | (ب) 15 | (ج) 20 | (د) 25 |
| ☐ | (ix) | والی بال میں _____ کو بار بار تبدیل کیا جاسکتا ہے۔ | (الف) کپتان | (ب) لبرو | (ج) کھلاڑی | (د) بال |
| ☐ | (x) | ٹینس ٹینس میز کی اونچائی _____ فٹ ہوتی ہے۔ | (الف) 2 | (ب) $2\frac{1}{2}$ | (ج) 3 | (د) $3\frac{1}{2}$ |
| ☐ | (xi) | معیاری ٹریک کی شکل _____ ہوتی ہے۔ | (الف) بیضوی | (ب) گول | (ج) چوکور | (د) مثلث |
| ☐ | (xii) | لمبی چھلانگ میں رن وے کی چوڑائی _____ میٹر ہوتی ہے۔ | (الف) 1.12 | (ب) 1.22 | (ج) 1.32 | (د) 1.42 |

صحت و تعلیم جسمانی (نہم)

H.P.E 9th

کل نمبر: 53

وقت: 2 شمیمہ 15 منٹ

(32)

سیکشن ”ب“

سوال نمبر 2۔ مندرجہ ذیل میں سے صرف آٹھ (8) اجزاء کے جوابات تحریر کریں۔ تمام اجزاء کے نمبر برابر ہیں۔

- | | | | |
|------|--|-------|---|
| i۔ | تعلیم جسمانی کے چار مقاصد لکھیں۔ | ii۔ | ارادی حرکات کون کونسی ہیں؟ تحریر کریں۔ |
| iii۔ | گروہی سرگرمیوں سے کیا مراد ہے؟ | iv۔ | مالش کے کیا فائدے ہیں؟ |
| v۔ | ٹورنامنٹ ٹاک آؤٹ سسٹم کی وضاحت کریں۔ | vi۔ | ان ڈائریکٹ فری کلک سے کیا مراد ہے؟ |
| vii۔ | نٹ بال کے عہدیداران لکھیں۔ | viii۔ | بیڈمنٹن میں LET کب دیا جاتا ہے؟ |
| ix۔ | والی بال میں روٹیشن کس طرح کی جاتی ہے؟ | x۔ | بنیادی حرکات کا کیا مطلب ہے اور کون کون سے ہیں؟ |

(21)

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 جسمانی کے اغراض و مقاصد تفصیل سے لکھیں۔
- سوال نمبر 4۔ قیامتی نقائص کون کونسے ہیں؟ بحث کریں۔
- سوال نمبر 5۔ بیڈمنٹن کورٹ بنائیں اور سروس کے فاولز لکھیں۔
- سوال نمبر 6۔ گولہ پھینکنے کا دائرہ و سیکٹر بنائیں اور قوانین لکھیں۔

Result.PK