

5	4	5	5
---	---	---	---

I HPed

Prepared & Checked By

A-D
Lect

References

G. G. C. Burewal
G. G. C. Burewal

Environ Biol Fish (2015) 98:113–126

03007305142
0300-4224507

رول نمبر _____		2025 (1 st -A) انٹر میڈیٹ پارٹ-I (جماعت گیارہویں)	
HEALTH AND PHYSICAL EDUCATION PAPER-I		پرچہ - پہلا	
MAXIMUM MARKS: 68		وقت = 2.40 گھنٹے	
SUBJECTIVE		TIME ALLOWED: 2.40 Hours	
کل نمبر = 68			
NOTE: Write same question number and its parts number on answer book, as given in the question paper.			
SECTION-I حصہ اول			
2. Attempt any eight parts.		16 = 2 × 8	
(i)	Write definition of physical education according to Charles Butcher.	(i)	سوال نمبر 2۔ کوئی سے آٹھ اجزاء کے جوابات تحریر کیجیے۔
(ii)	What is meant by sportsman spirit?	(ii)	چارلس بچر کے مطابق جسمانی تعلیم کی تعریف لکھیں۔
(iii)	Write down two objectives of Physical Education.	(iii)	سپورٹس مین سپرٹ سے کیا مراد ہے؟
(iv)	Write down the definition of Gymnastic.	(iv)	جسمانی تعلیم کے دو مقاصد تحریر کریں۔
(v)	How does Physical Education protect from diseases?	(v)	جمناسٹک کی تعریف تحریر کریں۔
(vi)	Gymnastic is the mother of all games. Explain.	(vi)	جسمانی تعلیم بیماریوں سے کیسے بچاتی ہے؟
(vii)	What are group activities in gymnastic.	(vii)	جمناسٹک تمام کھیلوں کی ماں ہے۔ وضاحت کریں۔
(viii)	What is meant by warm down in gymnastic?	(viii)	جمناسٹک میں گرمی سرگرمیاں کیا ہیں؟
(ix)	What is leisure? Explain.	(ix)	جمناسٹک میں اختتام سے کیا مراد ہے؟
(x)	Write down two objectives of recreation.	(x)	فرصت کیا ہے؟ وضاحت کریں۔
(xi)	Write note on commercial activities in recreation.	(xi)	تفریح کے دو مقاصد تحریر کریں۔
(xii)	Write two characteristics of recreation.	(xii)	تفریح میں تجارتی سرگرمیوں پر نوٹ لکھیں۔
3. Attempt any eight parts.		16 = 2 × 8	
(i)	Explain Stop Board in shot put.	(i)	سوال نمبر 3۔ کوئی سے آٹھ اجزاء کے جوابات تحریر کیجیے۔
(ii)	Write note on shot put structure.	(ii)	گولہ پھینکنے میں سٹاپ بورڈ کی وضاحت کریں۔
(iii)	Write down note on net in Volleyball game.	(iii)	گولہ کی ساخت پر نوٹ لکھیں۔
(iv)	Write the fouls of service in Volleyball game.	(iv)	دلی بال کھیل میں نیٹ پر نوٹ لکھیں۔
(v)	What do you know about front zone in Volleyball game?	(v)	دلی بال کھیل میں سروں کے فاولز تحریر کریں۔
(vi)	Write about timeout in Volleyball game.	(vi)	دلی بال کھیل میں فرنٹ زون کے بارے میں آپ کیا جانتے ہیں؟
(vii)	Explain start in 4 × 100 m relay race.	(vii)	دلی بال کھیل میں ٹائم آؤٹ کے بارے میں تحریر کریں۔
(viii)	Explain track in 4 × 100 m relay race.	(viii)	100 × 4 میٹر ڈاک دوڑ میں سٹارٹ کی وضاحت کریں۔
(FOR BOYS ONLY)		(صرف طلباء کے لیے)	
(ix)	Explain corner kick in Football game.	(ix)	دلی بال کھیل میں کورنر کیک کی وضاحت کریں۔
(x)	Explain off side in Football game.	(x)	فٹ بال کھیل میں آف سائیڈ کی وضاحت کریں۔
(xi)	Explain the runway in Triple jump.	(xi)	سریسٹ میں دوڑنے کے راستے کی وضاحت کریں۔
(xii)	Explain sleeping leg in Triple jump.	(xii)	سریسٹ میں سوئی ہوئی ٹاگ کی وضاحت کریں۔
(FOR GIRLS ONLY)		(صرف طالبات کے لیے)	
(ix)	Write two fouls of discus throw.	(ix)	قضائی پھینکنے کے لیے دو فاولز تحریر کریں۔
(x)	Explain the cage of discus throw.	(x)	قضائی پھینکنے میں ڈنگے کی وضاحت کریں۔
(xi)	Explain center circle in Netball game.	(xi)	نیٹ بال کھیل میں سنٹر سرکل کی وضاحت کریں۔
(xii)	Write note on personal foul in Netball game.	(xii)	نیٹ بال کھیل میں ذاتی فاول پر نوٹ لکھیں۔
4. Attempt any six parts.		12 = 2 × 6	
(i)	Write note on cell.	(i)	سوال نمبر 4۔ کوئی سے چھ اجزاء کے جوابات تحریر کیجیے۔
(ii)	Write down four names of body systems.	(ii)	خلیہ پر نوٹ لکھیں۔
(iii)	Which body system is called the head of all systems?	(iii)	چار جسمانی نظاموں کے نام لکھیں۔
(iv)	Write short note on arteries.	(iv)	کس جسمانی نظام کو تمام نظاموں کا حاکم اعلیٰ کہتے ہیں؟
(v)	What is meant by inspiration?	(v)	شریانوں پر مختصر نوٹ لکھیں۔
(vi)	Write two causes of Kyphosis.	(vi)	درا آدہ تنفس سے کیا مراد ہے؟
(vii)	Define First aid.	(vii)	گول کرکے دو وجوہات لکھیں۔
(viii)	What is meant by sprain?	(viii)	ابتدائی طبی امداد کی تعریف کیجیے۔
(ix)	Define infectious diseases.	(ix)	موج سے کیا مراد ہے؟
SECTION-II حصہ دوم		نوٹ: کوئی سے تین سوالات کے جوابات تحریر کیجیے۔	
NOTE: Attempt any three questions.		24 = 8 × 3	
5.	Define Physical Education and also describe its importance.	5.	تعلیم جسمانی کی تعریف کریں اور اس کی اہمیت بیان کریں۔
6.	Write the rules of triple jump competition.	6.	سریسٹ مقابلے کے قوانین تحریر کریں۔
	Write the rules of discus throw.		قضائی پھینکنے کے قوانین تحریر کریں۔
7.	Draw a sketch of Volleyball court alongwith its measurement.	7.	دلی بال کورٹ کا خاکہ مع پیمائش تحریر کیجیے۔
8.	Describe the blood circulation methods in human body.	8.	انسانی جسم میں خون کی گردش کے طریقے بیان کریں۔
9.	Write note on: (i) Smallpox (ii) Measles	9.	نوٹ لکھیں۔ (i) چچک (ii) خسرہ

Paper Code Number: 2421		2025 (1 st -A) انٹر میڈیٹ پارٹ-1 (جماعت گیارہویں)		رول نمبر	
HEALTH AND PHYSICAL EDUCATION PAPER-I				صحت و تعلیم جسمانی	
MAXIMUM MARKS: 17		کل نمبر = 17		OBJECTIVE معروضی	
				TIME ALLOWED: 20 Minutes وقت = 20 منٹ	
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 دیجیے۔ ایک سے زیادہ دائروں کو پُر کرنے یا گٹ کر پُر کرنے کی صورت میں مذکورہ جواب غلط تصور ہو گا۔ You have four choices for each objective type question as A, B, C and D. The choice which you think is correct, fill that bubble in front of that question number, on bubble sheet. Use marker or pen to fill the bubbles. Cutting or filling two or more bubbles will result in zero mark in that question.				سوال نمبر 1 Q.No.1	
D	C	B	A	QUESTIONS / سوالات	Sr.No.
Sick بیمار	Fat موٹا	Strong مضبوط	Weak کمزور	Physical education makes our body _____ جسمانی تعلیم کی وجہ سے ہمارا جسم _____ ہو جاتا ہے۔	1
Wealth دولت	Physical activities جسمانی سرگرمیاں	Go astray آوارہ گردی	Narcotics منشیات	_____ is the secret of good health. _____ میں مضمر ہے۔	2
Discipline نظم و ضبط	Weakness کمزوری	Anger غصہ	Fatigueness تھکاوٹ	Physical activities develops in human: تعلیم جسمانی کی سرگرمیاں انسان میں پیدا کرتی ہیں۔	3
1.30 m میٹر	1.25 m میٹر	1.50 m میٹر	1 m میٹر	The width of volleyball net is: دالی بال کے نیٹ کی چوڑائی ہوتی ہے۔	4
Smasher سمیشر	Attacker انیکر	Libero لیبرو	Defender ڈیفنڈر	Each team has right to nominate two experts defender, they are called: ہر ٹیم دو ماہر دفاعی کھلاڑی نامزد کر سکتی ہے، وہ کہلاتے ہیں۔	5
Time-out ٹائم آؤٹ	Service and point سروس اور پوائنٹ	Point پوائنٹ	Service سروس	The opposing team is awarded for the violation of rotation: روٹیشن کی بے ضابطگی پر مخالف ٹیم کو ملتا ہے۔	6
7.50 kg کلوگرام	7.30 kg کلوگرام	7.35 kg کلوگرام	7.26 kg کلوگرام	The weight of shot put for men is: گولے کا وزن مردوں کے لیے ہوتا ہے۔	7
Best effort بہترین کوشش	Third effort تیسری کوشش	Second effort دوسری کوشش	First effort پہلی کوشش	Which effort will be considered final for position in shot put? گولہ پھینکنے کا فائنل نتیجہ کس کوشش سے اخذ کیا جائے گا؟	8
100 m میٹر	200 m میٹر	300 m میٹر	400 m میٹر	The distance covered by baton in relay race is _____ ریلے ریس میں بیٹن کا فاصلہ ملے کرتا ہے۔	9
Draw قرعہ اندازی	Own choice اپنی مرضی	Official نظامیہ کی مرضی	Toss ٹاس	The allotment of lanes in relay race is done by _____ ڈاک دوڑ میں گلیوں کی الاٹمنٹ سے ہوتی ہے۔	10
Capillaries عروق شعریہ	Pulmonary arteries پھیپھڑوں کی شریانوں	Arteries شریانوں	Veins وریدوں	The pure blood is found in _____ خالص خون _____ میں پایا جاتا ہے۔	11
Heart دل	Bronchi ہانس کی نالی	Diaphragm ڈایافراگم	Lungs پھیپھڑوں	The blood is purified in _____ خون کی صفائی _____ میں ہوتی ہے۔	12
Knees گھٹنوں	Legs ناگوں	Toes پچھن	Ankle ٹخنوں	In Kyphosis the body's weight mostly concentrate on _____ گول کمر میں جسم کا بوجھ نسبتاً _____ پر زیادہ ہوتا ہے۔	13
Muscle strain عضلاتی سنجھاؤ	Dehydration ڈی ہائیڈریشن	Calorie حرارہ	Infection انفیکشن	The lack of water causes in the body: جسم میں پانی کی کمی کی وجہ سے پیدا ہو جاتا ہے۔	14
Spiral fracture سپرل فریکچر	Closed fracture کلوزڈ فریکچر	Crush fracture کرش فریکچر	Open fracture اوپن فریکچر	The other name of compound fracture is: کمپاؤنڈ فریکچر کا دوسرا نام ہے۔	15
(FOR BOYS ONLY)				(صرف طلباء کے لیے)	
Kick off کلک آف	Penalty kick پینالٹی کلک	Centre pass سنٹر پاس	Throw-in تھرو ان	The game of foot ball starts with: فٹ بال کا آغاز ہوتا ہے۔	16
30 m میٹر	40 m میٹر	25 m میٹر	20 m میٹر	The minimum length of run way in triple jump is: ٹرپل جंप میں راستے کی کم از کم لمبائی ہوتی ہے۔	17
(FOR GIRLS ONLY)				(صرف طالبات کے لیے)	
3	1	4	2	The parts of net ball court are: نیٹ بال کورٹ کے حصے ہوتے ہیں۔	16
6 m میٹر	4 m میٹر	8 m میٹر	10 m میٹر	The height of protective cage in discus throw is: تھلی پھینکنے کے حفاظتی جینگے کی اونچائی ہوتی ہے۔	17

Paper Code Number: 2423		انٹرمیڈیٹ پارٹ-I (جماعت گیارہویں) 2025 (1 st -A)		رول نمبر _____	
HEALTH AND PHYSICAL EDUCATION PAPER-I				صحت و تعلیم جسمانی پرچہ- پہلا	
MAXIMUM MARKS: 17		کل نمبر = 17		OBJECTIVE معروضی	
				TIME ALLOWED: 20 Minutes	
				وقت = 20 منٹ	
ہر سوال کے چار ممکنہ جوابات A, B, C اور D دیے گئے ہیں۔ جوابی کاپی پر ہر سوال کے سامنے دیے گئے دائروں میں سے درست جواب کے مطابق متعلقہ دائرہ کو مار کر یا چپس سے بھر دیجیے۔ ایک سے زیادہ دائروں کو پر کرنے یا کات کر پر کرنے کی صورت میں مذکورہ جواب غلط تصور ہوگا۔ You have four choices for each objective type question as A, B, C and D. The choice which you think is correct, fill that bubble in front of that question number, on bubble sheet. Use marker or pen to fill the bubbles. Cutting or filling two or more bubbles will result in zero mark in that question.				سوال نمبر 1 Q.No.1	
D	C	B	A	QUESTIONS / سوالات	Sr.No.
Time-out نامم آؤٹ	Service and point سروس اور پوائنٹ	Point پوائنٹ	Service سروس	The opposing team is awarded for the violation of rotation: روٹیشن کی بے ضابطگی پر مخالف ٹیم کو ملتا ہے۔	1
7.50 kg کلوگرام	7.30 kg کلوگرام	7.35 kg کلوگرام	7.26 kg کلوگرام	The weight of shot put for men is: گولے کا وزن مردوں کے لیے ہوتا ہے۔	2
Best effort بہترین کوشش	Third effort تیسری کوشش	Second effort دوسری کوشش	First effort پہلی کوشش	Which effort will be considered final for position in shot put? گولے پھینکنے کا فائنل نتیجہ کس کوشش سے اخذ کیا جائے گا؟	3
100 m میٹر	200 m میٹر	300 m میٹر	400 m میٹر	The distance covered by baton in relay race is _____ رہنے ریس میں بیٹن کا فاصلہ _____ ہے۔	4
Draw قرعہ اندازی	Own choice اپنی مرضی	Official انتظامیہ کی مرضی	Toss ٹاس	The allotment of lanes in relay race is done by _____ ڈاک دوڑ میں گلیوں کی الاٹمنٹ _____ سے ہوتی ہے۔	5
Capillaries عروق شعریہ	Pulmonary arteries پھیپھڑوں کی شریانوں	Arteries شریانوں	Veins وریدوں	The pure blood is found in _____ خالص خون _____ میں پایا جاتا ہے۔	6
Heart دل	Bronchi سانس کی نالی	Diaphragm ڈایا فرام	Lungs پھیپھڑوں	The blood is purified in _____ خون کی صفائی _____ میں ہوتی ہے۔	7
Knees گھٹنوں	Legs ٹانگوں	Toes پتوں	Ankle ٹخنوں	In Kyphosis the body's weight mostly concentrate on _____ گول کمر میں جسم کا بوجھ نسبتاً _____ پر زیادہ ہوتا ہے۔	8
Muscle strain عضلاتی کھچاؤ	Dehydration ڈی ہائیڈریشن	Calorie حرارہ	Infection لکھن	The lack of water causes in the body: جسم میں پانی کی کمی کی وجہ سے پیدا ہو جاتا ہے۔	9
Spiral fracture سپرل فریکچر	Closed fracture کلوزڈ فریکچر	Crush fracture کراش فریکچر	Open fracture اوپن فریکچر	The other name of compound fracture is: کپاؤنڈ فریکچر کا دوسرا نام ہے۔	10
Sick بیمار	Fat مونا	Strong مضبوط	Weak کمزور	Physical education makes our body _____ جسمانی تعلیم کی وجہ سے ہمارا جسم _____ ہو جاتا ہے۔	11
Wealth دولت	Physical activities جسمانی سرگرمیاں	Go astray آوارہ گردی	Narcotics منشیات	_____ is the secret of good health. _____ اچھی صحت کا راز _____ میں مضمر ہے۔	12
Discipline لظم و ضبط	Weakness کمزوری	Anger غضب	Fatigueness تھکاوٹ	Physical activities develops in human: تعلیم جسمانی کی سرگرمیاں انسان میں پیدا کرتی ہیں۔	13
1.30 m میٹر	1.25 m میٹر	1.50 m میٹر	1 m میٹر	The width of volleyball net is: وال بال کے نیٹ کی چوڑائی ہوتی ہے۔	14
Smasher سمیشر	Attacker ایٹاکر	Libero لیبرو	Defender ڈیفنڈر	Each team has right to nominate two experts defender, they are called: ہر ٹیم دو ماہر دفاعی کھلاڑی نامزد کرنے کا حق رکھتی ہے، وہ کہلاتے ہیں۔	15
(FOR BOYS ONLY)					
(صرف طلباء کے لیے)					
30 m میٹر	40 m میٹر	25 m میٹر	20 m میٹر	The minimum length of run way in triple jump is: ٹرپل جپ میں ریسے کی کم از کم لمبائی ہوتی ہے۔	16
Kick off گلک آف	Penalty kick پینلٹی گلک	Centre pass سنٹر پاس	Throw-in تھرو ان	The game of foot ball starts with: فٹ بال کا آغاز ہوتا ہے۔	17
(FOR GIRLS ONLY)					
(صرف طالبات کے لیے)					
6 m میٹر	4 m میٹر	8 m میٹر	10 m میٹر	The height of protective cage in discus throw is: تھلی پھینکنے کے حفاظتی جینگے کی اونچائی ہوتی ہے۔	16
3	1	4	2	The parts of net ball court are: نیٹ بال کورٹ کے حصے ہوتے ہیں۔	17

Paper Code Number: 2425		انٹرمیڈیٹ پارٹ-I (جماعت گیارہویں) 2025 (1 st -A)		رول نمبر _____	
HEALTH AND PHYSICAL EDUCATION PAPER-I				صحت و تعلیم جسمانی پرچہ-پہلا	
MAXIMUM MARKS: 17		کل نمبر = 17	معروضی OBJECTIVE	TIME ALLOWED: 20 Minutes وقت = 20 منٹ	
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 چین سے بھر دیجیے۔ ایک سے زیادہ دائروں کو پُر کرنے یا کاٹ کر پُر کرنے کی صورت میں مذکورہ جواب غلط تصور ہوگا۔ You have four choices for each objective type question as A, B, C and D. The choice which you think is correct, fill that bubble in front of that question number, on bubble sheet. Use marker or pen to fill the bubbles. Cutting or filling two or more bubbles will result in zero mark in that question.				سوال نمبر 1 Q.No.1	
D	C	B	A	QUESTIONS / سوالات	Sr.No.
Capillaries عروق شعریہ	Pulmonary arteries پھیپھڑوں کی شریانوں	Arteries شریانوں	Veins وریدوں	The pure blood is found in _____. خالص خون _____ میں پایا جاتا ہے۔	1
Heart دل	Bronchi سانس کی نالی	Diaphragm ڈایافراگم	Lungs پھیپھڑوں	The blood is purified in _____. خون کی صفائی _____ میں ہوتی ہے۔	2
Knees گھٹنوں	Legs ٹانگوں	Toes پتلیوں	Ankle ٹخنوں	In Kyphosis the body's weight mostly concentrate on _____. گول کمر میں جسم کا بوجھ نسبتاً _____ پر زیادہ ہوتا ہے۔	3
Muscle strain عضلاتی کھپاؤ	Dehydration ڈی ہائیڈریشن	Calorie حرارہ	Infection انفیکشن	The lack of water causes in the body: جسم میں پانی کی کمی کی وجہ سے پیدا ہو جاتا ہے۔	4
Spiral fracture سپرل فریکچر	Closed fracture کلوزڈ فریکچر	Crush fracture کرسھ فریکچر	Open fracture اوپن فریکچر	The other name of compound fracture is: کھپاؤنڈ فریکچر کا دوسرا نام ہے۔	5
Sick بیمار	Fat موٹا	Strong مضبوط	Weak کمزور	Physical education makes our body _____. جسمانی تعلیم کی وجہ سے ہمارا جسم _____ ہو جاتا ہے۔	6
Wealth دولت	Physical activities جسمانی سرگرمیاں	Go astray آوارہ گردی	Narcotics منشیات	_____ is the secret of good health. اچھی صحت کا راز _____ میں مضمر ہے۔	7
Discipline لطم و ضبط	Weakness کمزوری	Anger غصہ	Fatigueness تھکاوٹ	Physical activities develops in human: تعلیم جسمانی کی سرگرمیاں انسان میں پیدا کرتی ہیں۔	8
1.30 m میٹر	1.25 m میٹر	1.50 m میٹر	1 m میٹر	The width of volleyball net is: والی بال کے نیٹ کی چوڑائی ہوتی ہے۔	9
Smasher سمیشر	Attacker ایکیر	Libero لیبرو	Defender دفینڈر	Each team has right to nominate two experts defender, they are called: ہر ٹیم دو ماہر دفاعی کھلاڑی نامزد کرنے کا حق رکھتی ہے، وہ کہلاتے ہیں۔	10
Time-out ٹائم آؤٹ	Service and point سروس اور پوائنٹ	Point پوائنٹ	Service سروس	The opposing team is awarded for the violation of rotation: روٹیشن کی بے ضابطگی پر مخالف ٹیم کو ملتا ہے۔	11
7.50 kg کلوگرام	7.30 kg کلوگرام	7.35 kg کلوگرام	7.26 kg کلوگرام	The weight of shot put for men is: گولے کا وزن مردوں کے لیے ہوتا ہے۔	12
Best effort بہترین کوشش	Third effort تیسری کوشش	Second effort دوسری کوشش	First effort پہلی کوشش	Which effort will be considered final for position in shot put? گولہ پھینکنے کا فائنل نتیجہ کس کوشش سے اخذ کیا جائے گا؟	13
100 m میٹر	200 m میٹر	300 m میٹر	400 m میٹر	The distance covered by baton in relay race is _____. ریلے ریس میں بیٹن _____ کا فاصلہ طے کرتا ہے۔	14
Draw قرعہ اندازی	Own choice اپنی مرضی	Official انتظامیہ کی مرضی	Toss ٹاس	The allotment of lanes in relay race is done by _____. ڈاک دوڑ میں گلیوں کی الاٹمنٹ _____ سے ہوتی ہے۔	15
(FOR BOYS ONLY)				(صرف طلباء کے لیے)	
Kick off کنک آف	Penalty kick پینالٹی کنک	Centre pass سنٹر پاس	Throw-in تھرو ان	The game of foot ball starts with: فٹ بال کا آغاز ہوتا ہے۔	16
30 m میٹر	40 m میٹر	25 m میٹر	20 m میٹر	The minimum length of run way in triple jump is: ٹرپل جپ میں راستے کی کم از کم لمبائی ہوتی ہے۔	17
(FOR GIRLS ONLY)				(صرف طالبات کے لیے)	
3	1	4	2	The parts of net ball court are: نیٹ بال کورٹ کے حصے ہوتے ہیں۔	16
6 m میٹر	4 m میٹر	8 m میٹر	10 m میٹر	The height of protective cage in discus throw is: تھلی پھینکنے کے حفاظتی جگے کی اونچائی ہوتی ہے۔	17

Paper Code Number: 2427		انٹر میڈیٹ پارٹ-I (جماعت گیارہویں) 2025 (1 st -A)		رول نمبر	
HEALTH AND PHYSICAL EDUCATION PAPER-I				صحت و تعلیم جسمانی	
MAXIMUM MARKS: 17		کل نمبر = 17		OBJECTIVE معروضی	
				TIME ALLOWED: 20 Minutes وقت = 20 منٹ	
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 چین سے بھر دیجیے۔ ایک سے زیادہ دائروں کو پر کرنے یا کٹ کر پر کرنے کی صورت میں مذکورہ جواب غلط تصور ہوگا۔ You have four choices for each objective type question as A, B, C and D. The choice which you think is correct, fill that bubble in front of that question number, on bubble sheet. Use marker or pen to fill the bubbles. Cutting or filling two or more bubbles will result in zero mark in that question.				سوال نمبر 1 Q.No.1	
D	C	B	A	سوالات / QUESTIONS	Sr.No.
7.50 kg کلوگرام	7.30 kg کلوگرام	7.35 kg کلوگرام	7.26 kg کلوگرام	The weight of shot put for men is: گولے کا وزن مردوں کے لیے ہوتا ہے۔	1
Best effort بہترین کوشش	Third effort تیسری کوشش	Second effort دوسری کوشش	First effort پہلی کوشش	Which effort will be considered final for position in shot put? گولہ پھینکنے کا فائنل نتیجہ کس کوشش سے اخذ کیا جائے گا؟	2
100 m میٹر	200 m میٹر	300 m میٹر	400 m میٹر	The distance covered by baton in relay race is: ریلے ریس میں بیٹن کا فاصلہ طے کرتا ہے۔	3
Draw قرعہ اندازی	Own choice اپنی مرضی	Official انتظامیہ کی مرضی	Toss ماس	The allotment of lanes in relay race is done by: ڈاک دوڑ میں گیوں کی الاٹمنٹ سے ہوتی ہے۔	4
Capillaries عروق شعریہ	Pulmonary arteries پھیپھڑوں کی شریانوں	Arteries شریانوں	Veins وریدوں	The pure blood is found in: خالص خون میں پایا جاتا ہے۔	5
Heart دل	Bronchi سانس کی نالی	Diaphragm ڈایا فرام	Lungs پھیپھڑوں	The blood is purified in: خون کی صفائی میں ہوتی ہے۔	6
Knees گھٹنوں	Legs پانگوں	Toes پتوں	Ankle مچھلیوں	In Kyphosis the body's weight mostly concentrate on: گول کمر میں جسم کا بوجھ نسبتاً پر زیادہ ہوتا ہے۔	7
Muscle strain عضلاتی کھچاؤ	Dehydration ڈی ہائیڈریشن	Calorie حرارہ	Infection انفیکشن	The lack of water causes in the body: جسم میں پانی کی کمی کی وجہ سے پیدا ہو جاتا ہے۔	8
Spiral fracture سپرل فریکچر	Closed fracture کلوزڈ فریکچر	Crush fracture کرش فریکچر	Open fracture اپن فریکچر	The other name of compound fracture is: کپاؤنڈ فریکچر کا دوسرا نام ہے۔	9
Sick بیمار	Fat مونا	Strong مضبوط	Weak کمزور	Physical education makes our body: جسمانی تعلیم کی وجہ سے ہمارا جسم ہو جاتا ہے۔	10
Wealth دولت	Physical activities جسمانی سرگرمیاں	Go astray آوارہ گردی	Narcotics نشیلات	_____ is the secret of good health. اچھی صحت کا راز _____ میں مضمر ہے۔	11
Discipline تقنم و ضبط	Weakness کمزوری	Anger غصہ	Fatigueness تھکاوٹ	Physical activities develops in human: تعلیم جسمانی کی سرگرمیاں انسان میں پیدا کرتی ہیں۔	12
1.30 m میٹر	1.25 m میٹر	1.50 m میٹر	1 m میٹر	The width of volleyball net is: والی بال کے نیٹ کی چوڑائی ہوتی ہے۔	13
Smasher سمیشر	Attacker ایئر	Libro لیبرو	Defender ڈیفنڈر	Each team has right to nominate two experts defender, they are called: ہر ٹیم دو ماہر دفاعی کھلاڑی نامزد کرنے کا حق رکھتی ہے، وہ کہلاتے ہیں۔	14
Time-out ٹائم آؤٹ	Service and point سروس اور پوائنٹ	Point پوائنٹ	Service سروس	The opposing team is awarded for the violation of rotation: روٹیشن کی بے ضابطگی پر مخالف ٹیم کو ملتا ہے۔	15
(FOR BOYS ONLY)					
(صرف طلباء کے لیے)					
30 m میٹر	40 m میٹر	25 m میٹر	20 m میٹر	The minimum length of run way in triple jump is: ٹریپل جंप میں راسے کی کم از کم لمبائی ہوتی ہے۔	16
Kick off کک آف	Penalty kick پینالٹی کک	Centre pass سنٹر پاس	Throw-in تھرو ان	The game of foot ball starts with: فٹ بال کا آغاز ہوتا ہے۔	17
(FOR GIRLS ONLY)					
(صرف طالبات کے لیے)					
6 m میٹر	4 m میٹر	8 m میٹر	10 m میٹر	The height of protective cage in discus throw is: تھلی پھینکنے کے حفاظتی جینگ کی اونچائی ہوتی ہے۔	16
3	1	4	2	The parts of net ball court are: نیٹ بال کورٹ کے حصے ہوتے ہیں۔	17