

Annual = 1975 = 21
BOARD OF INTERMEDIATE AND SECONDARY EDUCATION, MULTAN.
OBJECTIVE KEY FOR SSC ANNUAL EXAMINATION, 2021'

Name of Subject: HPE Session: 2021 Annual 975

Q.Nos	Paper Code 1421	Paper Code 1423	Paper Code 1425	Paper Code 1427
1	B	C	C	B
2	B	B	C	C
3	C	D	B	C
4	C	A	A	B
5	B	D	A	A
6	D	B	D	A
7	A	B	B	D
8	D	C	B	B
9	Boys A	Boys D	Boys B	Boys B
10	B	A	D	B
11	B	B	A	D
12	D	B	B	A
13	Girls A	Girls D	Girls B	Girls B
14	B	A	D	B
15	B	B	A	D
16	D	B	B	A
17	/	/	/	/
18	/	/	/	/
19	/	/	/	/
20	/	/	/	/

سرٹیفکیٹ بابت تصحیح سوالیہ پرچہ / مارکنگ Key

ہم نے مضمون میتھ ایڈوانسڈ ریجنل ایجوکیشن پرچہ سالانہ امتحان 2021 گروپ _____ میٹرک سالانہ امتحان 2021ء کا سوالیہ پرچہ انشائیہ و معروضی (Subjective & Objective) کو بنظر عمل چیک کر لیا ہے یہ پرچہ Syllabus کے عین مطابق Set کیا گیا ہے۔ اس سوالیہ پرچہ میں کسی قسم کی کوئی غلطی نہ ہے۔ ہم نے سوالیہ پرچہ کا اردو اور انگریزی Version بھی چیک کر لیا ہے۔ یہ Version آپس میں مطابقت رکھتے ہیں۔ نیز اس پرچہ کی معروضی (MCQs) Key کی بابت تصدیق کی جاتی ہے کہ اس میں بھی کسی قسم کی کوئی غلطی نہ ہے۔ مزید یہ کہ ہم نے Key بنانے سے متعلق دفتر کی جانب سے تیار کردہ ہدایات وصول کر کے ان کا بغور مطالعہ کر لیا ہے اور ان کی روشنی میں Key بنائی ہے۔ نیز سب ایگزامینرز کیلئے تفصیلی مارکنگ ہدایات / مارکنگ سکیم / Rubrics بھی تیار کر دی گئی ہیں۔

Prepared & Checked By:

Dated: 31-08-2021

S.#	Name	Designation	Institution	Mobile No	Signature
1	KHALID MEHMOOD	SSI	GNHS Gulgasht Min	03007359108	Khalid
2	Kheqian Rana	Principal	G-6 H SS Qaidar	03057830221	Kheqian Rana
3			Pur Pur		
4					

SSC PART-I (9th CLASS)

HEALTH AND PHYSICAL EDUCATION

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

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

- What is meant by Health Education?
- Write down four steps of jumping.
- Define flat feet.
- What is meant by dress?
- Explain briefly uneven shoulder.
- Write down types of derived movements.
- Define muscles.
- Define any three characteristics of joints.

- علم الصحت سے کیا مراد ہے؟
- چھلانگ لگانے کے چار مراحل کے نام تحریر کریں۔
- چپٹے پاؤں کی تعریف کریں۔
- لباس سے کیا مراد ہے؟
- ناہموار کندھے کی وضاحت کریں۔
- فردی حرکات کی اقسام کے نام تحریر کریں۔
- عضلات کی تعریف کریں۔
- جوڑوں میں پائی جانے والی تین خصوصیات کے نام تحریر کریں۔

3. Attempt any five parts.

10 = 2 x 5

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

- Define educational gymnastics.
- Write down some remedial exercises for flat feet.
- Write down types of posture defects.
- Write down any two problems of public health.
- What is meant by personal hygiene?
- What should be kept in mind while selecting dress?
- Write down four systems of human body.

- تعلیمی جمناسٹک کی تعریف کریں۔
- چپٹے پاؤں کے لیے اصلاحی ورزشیں تحریر کریں۔
- قامتی نقائص کی اقسام تحریر کریں۔
- عوام کی صحت کے دو مسائل تحریر کریں۔
- شخصی حفظان صحت سے کیا مراد ہے؟
- لباس منتخب کرتے وقت کن باتوں کو مد نظر رکھنا چاہیے؟
- انسانی جسم کے چار نظاموں پر نوٹ لکھیں۔

4. Attempt any five parts.

10 = 2 x 5

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

- Write down four fouls of shot put throw.
- Define starting blocks.
- Write down two rules of 100 meter race.
- Write down the structure of shot in putting shot game.

- گولہ پھینکنے کے چار فاولز تحریر کریں۔
- سٹارٹنگ بلاکس کی تعریف کریں۔
- 100 میٹر دوڑ کے دو قوانین تحریر کریں۔
- گولہ پھینکنے کے کھیل میں گولے کی بناوٹ کے بارے میں لکھیں۔

(FOR BOYS ONLY)

(صرف لڑکوں کے لئے)

- Explain briefly Libro player in volleyball.
- Explain start of volleyball game.
- Write down the width and length of volleyball court.

- والی بال کھیل میں لیبرو (Libro) کھلاڑی کی مختصر وضاحت کریں۔
- والی بال کھیل کے آغاز کی وضاحت کریں۔
- والی بال کورٹ کی چوڑائی اور لمبائی تحریر کریں۔

(FOR GIRLS ONLY)

(صرف لڑکیوں کے لئے)

- Explain "Let" in badminton.
- How many points are there in the new scoring system of badminton?
- Explain briefly start of badminton game.

- بیڈمنٹن میں لیٹ (Let) کی وضاحت کریں۔
- نئے سکورنگ نظام کے تحت بیڈمنٹن کھیل کتنے پوائنٹس کا ہوتا ہے؟
- بیڈمنٹن کھیل کے آغاز کی مختصر وضاحت کریں۔

SECTION-II حصہ دوم

NOTE: Attempt any two questions.

18 = 9 x 2

نوٹ۔ کوئی سے دو سوالات کے جوابات تحریر کیجیے۔

- Define muscles and write a note on types of muscles.
- Write down the rules of 100 meter race.
- Define Physical Education and write down its objective.

- عضلات کی تعریف کریں اور ان کی اقسام پر نوٹ لکھیں۔
- 100 میٹر دوڑ کے قوانین تحریر کریں۔
- تعلیم جسمانی کی تعریف کریں اور اس کے مقاصد تحریر کریں۔

HEALTH AND PHYSICAL EDUCATION

TIME ALLOWED: 15 Minutes

OBJECTIVE حصہ معروضی

صحت و تعلیم جسمانی

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 بھر کرنے یا کاٹ کر بھر کرنے کی صورت میں مذکورہ جواب غلط تصور ہوگا۔ دائروں کو بھر نہ کرنے کی صورت میں کوئی نمبر نہیں دیا جائے گا۔ اس سوال پرچہ پر سوالات ہر گز حل 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 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. No credit will be awarded in case BUBBLES are not filled. Do not solve questions on this sheet of OBJECTIVE PAPER.

Q.No.1

سوال نمبر 1

- (1) Activities to take control over the opponent are: مخالف پر قابو پانے کے لیے سہارا لیا جاتا ہے۔ (1)
 - (A) Individual Education انفرادی تعلیم
 - (B) Physical Education تعلیم جسمانی
 - (C) Traditional Education روایتی تعلیم
 - (D) Recreational Education تفریحی تعلیم
- (2) Types of voluntary movements are: ارادی حرکات کی اقسام ہوتی ہے۔ (2)
 - (A) 1
 - (B) 2
 - (C) 3
 - (D) 4
- (3) To make the body smallest in size is called: جسم کو چھوٹا سے چھوٹا کرنے کو کہتے ہیں۔ (3)
 - (A) Stretching پھیلاتا
 - (B) Twisting مروڑتا
 - (C) Shrinking سکڑتا
 - (D) Swinging جھلاتا
- (4) To sustain the natural roundness of spinal cord is: ریڑھ کی ہڈی کے قدرتی خموں کو برقرار رکھنے کا نام ہے۔ (4)
 - (A) Health صحت
 - (B) Physical Education تعلیم جسمانی
 - (C) Posture قامت
 - (D) Structure جسامت
- (5) _____ is/are used to take a start of 100 meter race. 100 میٹر دوڑ کا شارٹ لینے کے لیے استعمال کیے جاتے ہیں۔ (5)
 - (A) Digging ditch گڑھے کھود کر
 - (B) Starting blocks شارٹنگ بلاکس
 - (C) Western style ویسٹرن سٹائل
 - (D) Eastern style ایسٹرن سٹائل
- (6) Number of muscles in human body are: انسانی جسم میں عضلات ہوتے ہیں۔ (6)
 - (A) 498
 - (B) 450
 - (C) 475
 - (D) 480
- (7) _____ is taken from silk worms. ریشم کے کیڑوں سے حاصل ہوتا ہے۔ (7)
 - (A) Silk dress ریشمی لباس
 - (B) Cotton dress سوتلی لباس
 - (C) Woolen dress اونٹنی لباس
 - (D) Leather dress کھال کا لباس
- (8) In shot put game the weight of shot for men is: گولہ پھینکنے کے مقابلے میں مردوں کے لیے گولے کا وزن ہوتا ہے۔ (8)
 - (A) 3.250 kg
 - (B) 4.00 kg
 - (C) 7.27 kg
 - (D) 7.260 kg

(FOR BOYS ONLY)

(صرف لڑکوں کے لئے)

- (9) The shape of volleyball court is: والی بال کورٹ _____ شکل کا ہوتا ہے۔ (9)
 - (A) Rectangle مستطیل
 - (B) Circle گول
 - (C) Square چوکور
 - (D) Triangle ٹکون
- (10) The length of net in volleyball is: والی بال میں نیٹ کی لمبائی ہوتی ہے۔ (10)
 - (A) 9 meter میٹر
 - (B) 9.50 meter میٹر
 - (C) 10 meter میٹر
 - (D) 8.50 meter میٹر
- (11) Maximum number of players in each team of volleyball is: والی بال کھیل میں ہر ٹیم کے کھلاڑیوں کی زیادہ سے زیادہ تعداد ہوتی ہے۔ (11)
 - (A) 10
 - (B) 12
 - (C) 13
 - (D) 11
- (12) Weight of volleyball is: والی بال کا وزن ہوتا ہے۔ (12)
 - (A) 180-190gm
 - (B) 200-220gm
 - (C) 230-250gm
 - (D) 260-280gm

(FOR GIRLS ONLY)

(صرف لڑکیوں کے لئے)

- (9) Height of net in badminton is: بیڈمنٹن میں نیٹ کی اونچائی ہوتی ہے۔ (9)
 - (A) 1.52m میٹر
 - (B) 1.50m میٹر
 - (C) 1.54m میٹر
 - (D) 1.56m میٹر
- (10) Number of games in international matches of badminton is: بیڈمنٹن کے بین الاقوامی میچز میں گیمز کی تعداد ہوتی ہے۔ (10)
 - (A) 7
 - (B) 5
 - (C) 9
 - (D) 11
- (11) Length of badminton court is: بیڈمنٹن کورٹ کی لمبائی ہوتی ہے۔ (11)
 - (A) 14.00m میٹر
 - (B) 13.40m میٹر
 - (C) 13.60m میٹر
 - (D) 13.80m میٹر
- (12) Width of back gallery in badminton is: بیڈمنٹن میں بیک گیلری کی چوڑائی ہوتی ہے۔ (12)
 - (A) 730mm ملی میٹر
 - (B) 740mm ملی میٹر
 - (C) 750mm ملی میٹر
 - (D) 760mm ملی میٹر

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 مارکر یا پین سے بھر دیجئے۔ ایک سے زیادہ دائروں کو بھر کرنے یا کاٹ کر بھر کرنے کی صورت میں مذکورہ جواب غلط تصور ہوگا۔ دائروں کو بھر نہ کرنے کی صورت میں کوئی نمبر نہیں دیا جائے گا۔ اس سوالیہ پرچہ پر سوالات ہرگز حل 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 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. No credit will be awarded in case BUBBLES are not filled. Do not solve questions on this sheet of OBJECTIVE PAPER.

Q.No.1

سوال نمبر 1۔

- (1) To sustain the natural roundness of spinal cord is: ریڑھ کی ہڈی کے قدرتی خم کو برقرار رکھنے کا نام ہے۔ (A) Health صحت (B) Physical Education تعلیم جسمانی (C) Posture قامت (D) Structure جسامت
- (2) _____ is/are used to take a start of 100 meter race. 100 میٹر دوڑ کا شارٹ لینے کے لیے استعمال کیے جاتے ہیں۔ (A) Digging ditch گڑھے کھود کر (B) Starting blocks شارٹنگ بلاکس (C) Western style ویسٹرن سٹائل (D) Eastern style ایسٹرن سٹائل
- (3) Number of muscles in human body are: انسانی جسم میں عضلات ہوتے ہیں۔ (A) 498 (B) 450 (C) 475 (D) 480
- (4) _____ is taken from silk worms. ریشم کے کیڑوں سے حاصل ہوتا ہے۔ (A) Silk dress ریشمی لباس (B) Cotton dress سوتلی لباس (C) Woolen dress اونٹنی لباس (D) Leather dress کھال کا لباس
- (5) In shot put game the weight of shot for men is: گولہ پھینکنے کے مقابلے میں مردوں کے لیے گولے کا وزن ہوتا ہے۔ (A) 3.250 kg (B) 4.00 kg (C) 7.27 kg (D) 7.260 kg
- (6) Activities to take control over the opponent are: مخالف پر قابو پانے کے لیے سہارا لیا جاتا ہے۔ (A) Individual Education انفرادی تعلیم (B) Physical Education تعلیم جسمانی (C) Traditional Education روایتی تعلیم (D) Recreational Education تفریحی تعلیم
- (7) Types of voluntary movements are: ارادی حرکات کی اقسام ہوتی ہیں۔ (A) 1 (B) 2 (C) 3 (D) 4
- (8) To make the body smallest in size is called: جسم کو چھوٹا سے چھوٹا کرنے کو کہتے ہیں۔ (A) Stretching پھیلاتا (B) Twisting مروڑنا (C) Shrinking سکڑنا (D) Swinging جھلانا

(FOR BOYS ONLY)

(صرف لڑکوں کے لئے)

- (9) Weight of volleyball is: والی بال کا وزن ہوتا ہے۔ (A) 180-190gm (B) 200-220gm (C) 230-250gm (D) 260-280gm
- (10) The shape of volleyball court is: والی بال کورٹ _____ شکل کا ہوتا ہے۔ (A) Rectangle مستطیل (B) Circle گول (C) Square چوکور (D) Triangle ٹکون
- (11) The length of net in volleyball is: والی بال میں نیٹ کی لمبائی ہوتی ہے۔ (A) 9 meter میٹر (B) 9.50 meter میٹر (C) 10 meter میٹر (D) 8.50 meter میٹر
- (12) Maximum number of players in each team of volleyball is: والی بال کھیل میں ہر ٹیم کے کھلاڑیوں کی زیادہ سے زیادہ تعداد ہوتی ہے۔ (A) 10 (B) 12 (C) 13 (D) 11

(FOR GIRLS ONLY)

(صرف لڑکیوں کے لئے)

- (9) Width of back gallery in badminton is: بیڈمنٹن میں بیک گیلری کی چوڑائی ہوتی ہے۔ (A) 730mm ملی میٹر (B) 740mm ملی میٹر (C) 750mm ملی میٹر (D) 760mm ملی میٹر
- (10) Height of net in badminton is: بیڈمنٹن میں نیٹ کی اونچائی ہوتی ہے۔ (A) 1.52m میٹر (B) 1.50m میٹر (C) 1.54m میٹر (D) 1.56m میٹر
- (11) Number of games in international matches of badminton is: بیڈمنٹن کے بین الاقوامی میچز میں گیمز کی تعداد ہوتی ہے۔ (A) 7 (B) 5 (C) 9 (D) 11
- (12) Length of badminton court is: بیڈمنٹن کورٹ کی لمبائی ہوتی ہے۔ (A) 14.00m میٹر (B) 13.40m میٹر (C) 13.60m میٹر (D) 13.80m میٹر

HEALTH AND PHYSICAL EDUCATION

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 بھر کرنے یا کاٹ کر بھر کرنے کی صورت میں مذکورہ جواب غلط تصور ہوگا۔ دائروں کو بھر نہ کرنے کی صورت میں کوئی نمبر نہیں دیا جائے گا۔ اس سوالیہ پرچہ پر سوالات ہرگز حل 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 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. No credit will be awarded in case BUBBLES are not filled. Do not solve questions on this sheet of OBJECTIVE PAPER.

Q.No.1

سوال نمبر 1۔

- (1) To make the body smallest in size is called: جسم کو چھوٹا سے چھوٹا کرنے کو کہتے ہیں۔ (1)
(A) Stretching پھیلانا (B) Twisting مروڑنا (C) Shrinking سکڑنا (D) Swinging جھلانا
- (2) To sustain the natural roundness of spinal cord is: ریڑھ کی ہڈی کے قدرتی خموں کو برقرار رکھنے کا نام ہے۔ (2)
(A) Health صحت (B) Physical Education تعلیم جسمانی (C) Posture قامت (D) Structure جسامت
- (3) _____ is/are used to take a start of 100 meter race. 100 میٹر دوڑ کا شارٹ لینے کے لیے استعمال کیے جاتے ہیں۔ (3)
(A) Digging ditch گڑھے کو دگر (B) Starting blocks شارٹنگ بلاکس (C) Western style ویسٹرن سٹائل (D) Eastern style ایسٹرن سٹائل
- (4) Number of muscles in human body are: انسانی جسم میں عضلات ہوتے ہیں۔ (4)
(A) 498 (B) 450 (C) 475 (D) 480
- (5) _____ is taken from silk worms. ریشم کے کیڑوں سے حاصل ہوتا ہے۔ (5)
(A) Silk dress ریشمی لباس (B) Cotton dress سوتی لباس (C) Woolen dress اونٹنی لباس (D) Leather dress کھال کا لباس
- (6) In shot put game the weight of shot for men is: گولہ پھینکنے کے مقابلے میں مردوں کے لیے گولے کا وزن ہوتا ہے۔ (6)
(A) 3.250 kg (B) 4.00 kg (C) 7.27 kg (D) 7.260 kg
- (7) Activities to take control over the opponent are: مخالف پر قابو پانے کے لیے سہارا لیا جاتا ہے۔ (7)
(A) Individual Education انفرادی تعلیم (B) Physical Education تعلیم جسمانی (C) Traditional Education روایتی تعلیم (D) Recreational Education تفریحی تعلیم
- (8) Types of voluntary movements are: ارادی حرکات کی اقسام ہوتی ہیں۔ (8)
(A) 1 (B) 2 (C) 3 (D) 4

(FOR BOYS ONLY)

(صرف لڑکوں کے لئے)

- (9) Maximum number of players in each team of volleyball is: والی بال کھیل میں ہر ٹیم کے کھلاڑیوں کی زیادہ سے زیادہ تعداد ہوتی ہے۔ (9)
(A) 10 (B) 12 (C) 13 (D) 11
- (10) Weight of volleyball is: والی بال کا وزن ہوتا ہے۔ (10)
(A) 180-190gm (B) 200-220gm (C) 230-250gm (D) 260-280gm
- (11) The shape of volleyball court is: والی بال کورٹ _____ شکل کا ہوتا ہے۔ (11)
(A) Rectangle مستطیل (B) Circle گول (C) Square چوکور (D) Triangle ٹکون
- (12) The length of net in volleyball is: والی بال میں نیٹ کی لمبائی ہوتی ہے۔ (12)
(A) 9 meter میٹر (B) 9.50 meter میٹر (C) 10 meter میٹر (D) 8.50 meter میٹر

(FOR GIRLS ONLY)

(صرف لڑکیوں کے لئے)

- (9) Length of badminton court is: بیڈمنٹن کورٹ کی لمبائی ہوتی ہے۔ (9)
(A) 14.00m میٹر (B) 13.40m میٹر (C) 13.60m میٹر (D) 13.80m میٹر
- (10) Width of back gallery in badminton is: بیڈمنٹن میں بیک گیلری کی چوڑائی ہوتی ہے۔ (10)
(A) 730mm ملی میٹر (B) 740mm ملی میٹر (C) 750mm ملی میٹر (D) 760mm ملی میٹر
- (11) Height of net in badminton is: بیڈمنٹن میں نیٹ کی اونچائی ہوتی ہے۔ (11)
(A) 1.52m میٹر (B) 1.50m میٹر (C) 1.54m میٹر (D) 1.56m میٹر
- (12) Number of games in international matches of badminton is: بیڈمنٹن کے بین الاقوامی میچز میں گیمز کی تعداد ہوتی ہے۔ (12)
(A) 7 (B) 5 (C) 9 (D) 11

HEALTH AND PHYSICAL EDUCATION

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 بھر کر یا کاٹ کر پُر کرنے کی صورت میں مذکورہ جواب غلط تصور ہوگا۔ دائروں کو پُر نہ کرنے کی صورت میں کوئی نمبر نہیں دیا جائے گا۔ اس سوالیہ پرچہ پر سوالات ہر گز حل 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 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. No credit will be awarded in case BUBBLES are not filled. Do not solve questions on this sheet of OBJECTIVE PAPER.

Q.No.1

سوال نمبر 1۔

- (1) Types of voluntary movements are: ارادی حرکات کی اقسام ہوتی ہے۔ (1)
 - (A) 1 (B) 2 (C) 3 (D) 4
- (2) To make the body smallest in size is called: جسم کو چھوٹا سے چھوٹا کرنے کو کہتے ہیں۔ (2)
 - (A) Stretching پھیلاؤ (B) Twisting مروٹنا (C) Shrinking سکڑنا (D) Swinging جھلانا
- (3) To sustain the natural roundness of spinal cord is: ریڑھ کی ہڈی کے قدرتی خموں کو برقرار رکھنے کا نام ہے۔ (3)
 - (A) Health صحت (B) Physical Education تعلیم جسمانی (C) Posture قامت (D) Structure جسامت
- (4) _____ is/are used to take a start of 100 meter race. 100 میٹر دوڑ کا شارٹ لینے کے لیے استعمال کیے جاتے ہیں۔ (4)
 - (A) Digging ditch گڑھ کھود کر (B) Starting blocks سٹارٹنگ بلاکس (C) Western style ویسٹرن سٹائل (D) Eastern style ایسٹرن سٹائل
- (5) Number of muscles in human body are: انسانی جسم میں عضلات ہوتے ہیں۔ (5)
 - (A) 498 (B) 450 (C) 475 (D) 480
- (6) _____ is taken from silk worms. ریشم کے کیڑوں سے حاصل ہوتا ہے۔ (6)
 - (A) Silk dress ریشمی لباس (B) Cotton dress سوئی لباس (C) Woolen dress ادنی لباس (D) Leather dress کھال کا لباس
- (7) In shot put game the weight of shot for men is: گول پھینکنے کے مقابلے میں مردوں کے لیے گولے کا وزن ہوتا ہے۔ (7)
 - (A) 3.250 kg (B) 4.00 kg (C) 7.27 kg (D) 7.260 kg
- (8) Activities to take control over the opponent are: مخالف پر قابو پانے کے لیے سہارا لیا جاتا ہے۔ (8)
 - (A) Individual Education انفرادی تعلیم (B) Physical Education تعلیم جسمانی (C) Traditional Education روایتی تعلیم (D) Recreational Education تفریحی تعلیم

(FOR BOYS ONLY)

(صرف لڑکوں کے لئے)

- (9) The length of net in volleyball is: والی بال میں نیٹ کی لمبائی ہوتی ہے۔ (9)
 - (A) 9 meter میٹر (B) 9.50 meter میٹر (C) 10 meter میٹر (D) 8.50 meter میٹر
- (10) Maximum number of players in each team of volleyball is: والی بال کھیل میں ہر ٹیم کے کھلاڑیوں کی زیادہ سے زیادہ تعداد ہوتی ہے۔ (10)
 - (A) 10 (B) 12 (C) 13 (D) 11
- (11) Weight of volleyball is: والی بال کا وزن ہوتا ہے۔ (11)
 - (A) 180-190gm (B) 200-220gm (C) 230-250gm (D) 260-280gm
- (12) The shape of volleyball court is: والی بال کورٹ _____ شکل کا ہوتا ہے۔ (12)
 - (A) Rectangle مستطیل (B) Circle گول (C) Square چوکور (D) Triangle ٹکون

(FOR GIRLS ONLY)

(صرف لڑکیوں کے لئے)

- (9) Number of games in international matches of badminton is: بیڈمنٹن کے بین الاقوامی میچز میں گیمز کی تعداد ہوتی ہے۔ (9)
 - (A) 7 (B) 5 (C) 9 (D) 11
- (10) Length of badminton court is: بیڈمنٹن کورٹ کی لمبائی ہوتی ہے۔ (10)
 - (A) 14.00m میٹر (B) 13.40m میٹر (C) 13.60m میٹر (D) 13.80m میٹر
- (11) Width of back gallery in badminton is: بیڈمنٹن میں بیک گیلری کی چوڑائی ہوتی ہے۔ (11)
 - (A) 730mm ملی میٹر (B) 740mm ملی میٹر (C) 750mm ملی میٹر (D) 760mm ملی میٹر
- (12) Height of net in badminton is: بیڈمنٹن میں نیٹ کی اونچائی ہوتی ہے۔ (12)
 - (A) 1.52m میٹر (B) 1.50m میٹر (C) 1.54m میٹر (D) 1.56m میٹر