

BOARD OF INTERMEDIATE AND SECONDARY EDUCATION, MULTAN.
OBJECTIVE KEY FOR SSC 1st ANNUAL EXAMINATION, 2026

Name of Subject: Health and Physical Education Group: Part I

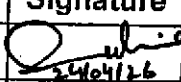
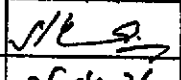
Q. Nos	Paper Code	Correct Answer	Paper Code	Correct Answer	Paper Code	Correct Answer	Paper Code	Correct Answer
1	B	3 (تین) ✓						
2	C	ریشمی لباس ✓						
3	D	8 (آٹھ) ✓						
4	A	Lordosis لورڈوسس ✓						
5	C	4 ✓						
6	D	5 ✓						
7	D	حصہ نا ✓						
8	D	Socrates سوفراطس ✓						
9	C	(FOR BOYS ONLY) 9 ✓						
10	D	5 ✓						
11	C	67 cm ✓						
12	D	1.5 Minutes ✓						
13	C	(FOR GIRLS ONLY) 4 ✓						
14	D	→ سٹپل ✓						
15	C	68 cm ✓						
16	D	5 cm ✓						
17								
18								
19								
20								
Cross Check	A B C D		A B C D	-	A B C D		A B C D	
Total	11146	(12)						

سرٹیفکیٹ بابت صحیح سوالیہ پرچہ امارتگ Key

ہم نے مضمون ہیلتھ اینڈ فزیکل ایجوکیشن پرچہ I گروپ ----- میٹرک پہلا سالانہ امتحان 2026 کا سوالیہ پرچہ انشائیہ و معروضی (Subjective & Objective) کو بنظر عین 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 سیمہ / Rubrics بھی تیار کر دی گئی ہیں۔

Prepared & Checked By:

Dated: 24/04/26

S.#	Name	Designation	Institution	Mobile No	Signature
1	MUHAMMAD ZUBAIR	S.S	GHSS Tulamba	0303 0975982	
2	Samay Abbas (MSc) HPEd	H-M	GHSS Bagan Jhilkhar	0305-2401512	
3				whifia	25-04-26
4					
5					

Re-Checked By ہم نے درج بالا سوالیہ پرچہ (انشائیہ + معروضی) معروضی "Key" اور ہدایات کے حوالہ سے مکمل طور پر تلی کر لی ہے۔ کسی قسم کی کوئی غلطی نہ ہے۔

1					
2					

تاریخ

SSC PART-I (9 th Class)		2026 (1 st -A)	رول نمبر
HEALTH AND PHYSICAL EDUCATION PAPER-I		پہلا پرچہ	صحت و تعلیم جسمانی
TIME ALLOWED: 1.45 Hours		دقت = 1.45 گھنٹے	
MAXIMUM MARKS: 48	SUBJECTIVE حصہ انشائیہ	کل نمبر = 48	
NOTE: Write same question number and its parts number on answer book, as given in the question paper. نوٹ: جوابی کاپی پر ہی سوال نمبر اور جزو نمبر درج کیجیے جو کہ سوال پرچہ میں درج ہے۔			
SECTION-I حصہ اول			
2. Write answers of any five parts.	10 = 2 × 5	سوال نمبر 2 کوئی سے پانچ اجزاء کے جوابات تحریر کیجیے۔	
(i) Write two advantages of educational gymnastics.		(i) تعلیمی جمناسٹک کے دو فوائد تحریر کیجیے۔	
(ii) Explain forward roll.		(ii) سیدھی قدام بازی کی وضاحت کیجیے۔	
(iii) Write any two sentences about importance of Posture.		(iii) قامت کی اہمیت پر کوئی سے دو جملے لکھیے۔	
(iv) Explain round back.		(iv) گول کمر کی وضاحت کیجیے۔	
(v) Write any two objectives of physical education.		(v) تعلیم جسمانی کے کوئی سے دو مقاصد تحریر کیجیے۔	
(vi) Write the name of any two types of basic movements.		(vi) بنیادی حرکات کی کوئی سے دو اقسام کے نام تحریر کیجیے۔	
(vii) What is meant by involuntary movements?		(vii) غیر ارادی حرکات سے کیا مراد ہے؟	
(viii) What is the definition of Physical education by "Rousseau"?		(viii) روسو نے تعلیم جسمانی کی کیا تعریف کی ہے؟	
3. Write answers of any five parts.	10 = 2 × 5	سوال نمبر 3 کوئی سے پانچ اجزاء کے جوابات تحریر کیجیے۔	
(i) Write a short note on "Stopboard" in shot put.		(i) گول پھینکنے میں سٹاپ بورڈ پر مختصر نوٹ لکھیے۔	
(ii) Write down any two rules of 100 meter race.		(ii) 100 میٹر دوڑ کے کوئی سے دو قوانین تحریر کیجیے۔	
(iii) Write any two fouls of shot put.		(iii) گول پھینکنے کے کوئی سے دو غلطیاں تحریر کیجیے۔	
(iv) How much is the width of a track in 100 meter race?		(iv) 100 میٹر دوڑ میں ایک راہداری کی چوڑائی کتنی ہوتی ہے؟	
(FOR BOYS ONLY)		(صرف لڑکوں کے لئے)	
(v) What is the center line in the Volleyball court?		(v) والی بال کورٹ میں سنٹر لائن کیا ہوتی ہے؟	
(vi) Write any two rules of Volleyball game.		(vi) والی بال کھیل کے کوئی سے دو ضابطے تحریر کیجیے۔	
(vii) Write a note on Libro player in Volleyball game.		(vii) والی بال کھیل میں لیبرو کھلاڑی پر نوٹ لکھیے۔	
(FOR GIRLS ONLY)		(صرف لڑکیوں کے لئے)	
(v) Write any two fouls in Badminton game.		(v) بیڈمنٹن کھیل کے دو غلطیاں تحریر کیجیے۔	
(vi) Write a short note on "Net" in Badminton game.		(vi) بیڈمنٹن کھیل میں نیٹ پر مختصر نوٹ لکھیے۔	
(vii) Write the length of Badminton court.		(vii) بیڈمنٹن کورٹ کی لمبائی تحریر کیجیے۔	
4. Write answers of any five parts.	10 = 2 × 5	سوال نمبر 4 کوئی سے پانچ اجزاء کے جوابات تحریر کیجیے۔	
(i) Explain care of skin.		(i) جلد کی حفاظت کی وضاحت کیجیے۔	
(ii) Write the name of any two kinds of joints.		(ii) جوڑوں کی کوئی سے دو اقسام کے نام تحریر کیجیے۔	
(iii) Write the name of kinds of muscles.		(iii) عضلات کی اقسام کے نام تحریر کیجیے۔	
(iv) What is meant by W.H.O?		(iv) ڈبلیو۔ ایچ۔ او سے کیا مراد ہے؟	
(v) Write two objectives to use dress.		(v) لباس استعمال کرنے کے دو مقاصد تحریر کیجیے۔	
(vi) How many systems are present in human body?		(vi) انسانی جسم میں کتنے نظام پائے جاتے ہیں؟	
(vii) Write complete definition of human health.		(vii) انسانی صحت کی مکمل تعریف تحریر کیجیے۔	
SECTION-II حصہ دوم			
NOTE: Write answers of any two questions.	18 = 9 × 2	نوٹ: کوئی سے دو سوالات کے جوابات تحریر کیجیے۔	
5. What is meant by Posture? Also write down Posture defects.		5۔ قامت سے کیا مراد ہے؟ نیز قدامتی خرابیاں تحریر کیجیے۔	
6. Define joint and explain its kinds.		6۔ جوڑی کی تعریف کیجیے نیز اسکی اقسام کی وضاحت کیجیے۔	
7. Write down rules of 200 meter race in detail.		7۔ 200 میٹر دوڑ کے قوانین تفصیل سے تحریر کیجیے۔	

5

Paper Code Number: 1421		2026 (1 st -A) SSC PART-I (9 th Class)		رول نمبر	
HEALTH AND PHYSICAL EDUCATION PAPER-I				صحت و تعلیم جسمانی	
TIME ALLOWED: 15 Minutes				وقت = 15 منٹ	
MAXIMUM MARKS: 12		OBJECTIVE		کل نمبر = 12	
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 صحیح دائرہ کو مار کر چننا ضروری ہے۔ ایک سے زیادہ دائروں کو مارنے یا کٹنے یا کھانے 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.					
D	C	B	A	QUESTIONS / سوالات	Sr.No.
5		3	2	Kinds of joints in human body are: انسانی جسم میں جوڑوں کی اقسام ہیں:-	1
Skin dress کھال کا لباس	Silky dress ریشمی لباس	Cotton dress سوتیلی لباس	Woollen dress اونی لباس	Silk worms provide: ریشم کے کیڑوں سے حاصل ہوتا ہے:-	2
8	10	6	4	The lanes of a standard track are: ایک معیاری ٹریک کی گلیاں ہوتی ہیں:-	3
None of these ان میں سے کوئی نہیں	Scoliosis سکولیوسس	Kyphosis کائی فوسس	Lordosis لوڈوسس	The other name of hollow back is: خالی کمر کا دوسرا نام ہے:-	4
5	4	3	2	Kinds of posture defects are: قامتی نقائص کی اقسام ہیں:-	5
5	4	3	2	Kinds of derived movements are: فروبی حرکات کی اقسام ہیں:-	6
Swinging چھلانا	Circling گھمنا	Curling سنیڑنا	Stretching پھیلاتا	Activity consists of two dimensions is called: دو سمتوں پر محیط عمل کہا جاتا ہے:-	7
Socrates سوکریٹس	Rousseau روسو	Mr. Bucher مسٹر بچر	Aristotle ارسطو	"Mathematics and gymnastics elevate the spirits". It is said: "ریاضی اور جمناستک روح بلند کرتی ہیں"۔ قول ہے:-	8
(FOR BOYS ONLY)					
6 m	9 m	10 m	12 m	Width of Volleyball court is: والی بال کورٹ کی چوڑائی ہوتی ہے:-	9
5	4	3	2	Number of sets in Volleyball game is: والی بال کھیل میں کل سیٹ کی تعداد ہوتی ہے:-	10
69 cm	67 cm	68 cm	66 cm	Maximum circumference of ball in Volleyball game is: والی بال کھیل میں بال کا زیادہ سے زیادہ محیط ہوتا ہے:-	11
1.5 minutes	2 minutes	3 minutes	4 minutes	The technical time out in Volleyball game is: والی بال کھیل میں ٹیکنیکل ٹائم آؤٹ ہوتا ہے:-	12
(FOR GIRLS ONLY)					
5	4	3	2	Number of officials in Badminton is: بیڈمنٹن میں عہدیداران کی تعداد ہوتی ہے:-	9
Rectangle مستطیل	Parallelogram متوازی الاضلاع	Square مربع	Triangle مثلث	The shape of Badminton court is: بیڈمنٹن کورٹ کی شکل ہوتی ہے:-	10
98 cm	68 cm	88 cm	78 cm	Maximum length of racket is: ریکٹ کی زیادہ سے زیادہ لمبائی ہوتی ہے:-	11
5 cm	4 cm	3 cm	2 cm	Width of all lines in Volleyball court is: والی بال کورٹ میں تمام لائنوں کی چوڑائی ہوتی ہے:-	12

57(Obj)-2026(1st-A)-6300 (MULTAN)MUHAMMAD ZUBAIR
GHS TULAMBA

(SS HPED)

0303-0975982

24/04/26

Samar Abbas. H/M.

GHS Bosan Hithan (MSE)

MRN. 0305-2401512. HPED.