



ROLL NUMBER	



HEALTH AND PHYSICAL EDUCATION SSC-I

Time allowed: 2:40 Hours

Total Marks Sections B and C: 53

NOTE: Answer any eleven parts from Section 'B' and any two questions from Section 'C' on the separately provided answer book. Write your answers neatly and legibly.

SECTION - B (Marks 33)

Q. 2 Write brief answers any ELEVEN parts.

(11 x 3 = 33)

- How has Rousseau defined Physical Education?
- Write two points on importance of Physical Education.
- Briefly describe any three causes of spread of infectious diseases.
- What is meant by "rally" in Table Tennis?
- How is leg spin ball bowled in 'Cricket'?
- Briefly describe the structure of 'Discus'.
- Briefly describe Badminton Net.
- Write names of Volley Ball officials.
- Enlist any three rules of 'High Jump'.
- Write down importance of health education. (Any three points)
- Write any three disadvantages of smoking cigarettes.
- State any three principles of exercise.
- What is meant by "Closed Fracture"?
- Briefly describe any three symptoms of sprain.
- Write any three causes of 'Tuberculosis'.

SECTION - C (Marks 20)

Note: Attempt any TWO questions. All questions carry equal marks.

(2 x 10 = 20)

- Draw the volley ball court, write its measurements and briefly describe the duties of scorer.
- How are fractures categorized in X-Ray? Describe ten (10) types briefly.
- Write a detailed note on any one of the following.

(i) Causes for spread of viral diseases

(ii) Types of out in Cricket

دو سوئم (گل نمبر 33)

(11x3 = 33)

سوال نمبر ۲: مصدر جدول میں سے کوئی سے گیارہ (11) اجزاء کے مختصر جوابات لکھیں:

- | | |
|---|--|
| (i) تعلیم جسمانی کی اہمیت پر دو نکات لکھیں۔ | (i) روسی نے تعلیم جسمانی کی کیسے تعریف کی ہے؟ |
| (ii) تعلیم جسمانی کی اہمیت پر دو نکات لکھیں۔ | (iii) متعدی امراض پھیلنے کے کوئی سے تین اسباب بیان کریں۔ |
| (iii) ٹیبل ٹینس میں ریلی سے کیا مراد ہے؟ | (v) کرکٹ کھیل میں ایک سچلن بال کیسے کی جاتی ہے؟ |
| (iv) ڈسکس (تھالی) کی ساخت مختصر بیان کریں۔ | (vii) ٹیبل ٹینس کی نیٹ کو مختصر بیان کریں۔ |
| (v) والی بال کے عہدیداروں کے نام لکھیں۔ | (ix) اونچی چھلانگ کے کوئی سے تین قوانین تحریر کریں۔ |
| (vi) علم ابھرت کی اہمیت لکھیں۔ (کوئی سے تین نکات) | (xi) تمباکو نوشی کے کوئی سے تین نقصانات لکھیں۔ |
| (vii) ورزش کے کوئی سے تین اصول بیان کریں۔ | (xiii) "کلوز فرچیکر" سے کیا مراد ہے؟ |
| (viii) موجد کی کوئی سی تین علامات بیان کریں۔ | (xv) ٹیبا کے کوئی سے تین اسباب تحریر کریں۔ |

سوال نمبر ۳: دو سوئم (گل نمبر 20)

(2x10=20)

کوئی سے دو سوال حل کیجیے۔ تمام سوالوں کے نمبر برابر ہیں۔

- سوال نمبر ۳: والی بال کا کورٹ بتائیں، اس کی پیمائش تحریر کریں اور اسکور کے فرائض مختصر بیان کریں۔
- سوال نمبر ۴: ایکس رے (X-Ray) میں شکستگی کی درجہ بندی کیسے کی جاتی ہے؟ دس اقسام مختصر بیان کریں۔
- سوال نمبر ۵: درج شدہ میں سے کسی ایک پر مفصل نوٹ لکھیں۔
- (الف) متعدی امراض کے پھیلاؤ کے اسباب
- (ب) کرکٹ میں آؤٹ کی اقسام

