

BOARD OF INTERMEDIATE AND SECONDARY EDUCATION, MULTAN
OBJECTIVE KEY FOR SSC ANNUAL/SUPPLY EXAMINATION, 2019.

Name of Subject: Health & P. Edu. Session: New (Scheme) A 2019

Q.Nos	Paper Code 3421	Paper Code 3423	Paper Code 3425	Paper Code 3427
1	D	D	B	C
2	C	B	B	B
3	B	D	D	B
4	B	C	B	D
5	D	B	D	B
6	B	B	C	D
7	C	B	A	B
8	B	A	A	A
9	A	C	B	A
10	A	B	A	B
11	B	A	C	A
12	A	A	B	C
13	C	B	A	B
14	B	A	A	A
15	A	C	B	A
16	A	B	A	B
17	B	A	C	A
18	A	A	B	C
19				
20				

سرٹیفکیٹ بابت صحیح سوالیہ پرچہ / مارکنگ Key

ہم نے مضمون سہولت یافتہ / سیکرٹری پرچہ 10th - سیکیم New میٹرک سالانہ امتحان 2019 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 سیکم Rubrics بھی تیار کر دی گئی ہیں۔

Prepared & Checked By:

Dated: 02-03-19

S.#	Name	Designation	Institution	Mobile No	Signature
1	WAHEED AKHTER.	Principal	G.H/S 12-AH KHANEWA.	0300 6003435	
2					
3					

BOARD OF INTERMEDIATE AND SECONDARY EDUCATION, MULTAN
OBJECTIVE KEY FOR SSC ANNUAL/SUPPLY EXAMINATION, 2019.

Name of Subject: HQ P. Education

Session: OLD Scheme -

Q.Nos	Paper Code	Paper Code	Paper Code	Paper Code
	7421			
1	D			
2	C			
3	A			
4	B			
5	C			
6	D			
7	B			
8	B			
9	A			
10	D			
11	C			
12	A			
13	A			
14	D			
15	C			
16	A			
17				
18				
19				
20				

سرٹیفکیٹ مابین فصیح سوالیہ پرچہ امارتنگ Key

ہم نے مضمون پہلی سہ ماہی پرچہ 1075 گروپ — سکیم اول میٹرک سالانہ امتحان 2019 کا سوالیہ پرچہ انشائیہ و معروضی (Subjective & Objective) کو بنظر عمیق 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: 02-3-19

S.#	Name	Designation	Institution	Mobile No	Signature
1	WAHEED AKHTER.	PRINCIPAL	G.M/S 12-AH KHANNEWAL.	0300 6003435	
2					
3					

SSC PART-II (10th CLASS)

HEALTH AND PHYSICAL EDUCATION (NEW SCHEME) (سیٹن 2015-2017) (نویسکیم)

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۔

- Why do posture defects born in early age? (i) قدامت فٹنس اوائل عمر میں کیوں پیدا ہوتے ہیں؟
- Define Physical Fitness. (ii) فزیکل فٹنس کی تعریف کیجیے۔
- Write the names of types of small area games. (iii) چھوٹے رقبے کی کھیلوں کی اقسام کے صرف نام تحریر کیجیے۔
- Write a short note on length and width of Hockey ground. (iv) ہاکی کے گراؤنڈ کی لمبائی اور چوڑائی کی مختصر وضاحت کیجیے۔
- What is meant by Posture? (v) قامت سے کیا مراد ہے؟
- Write two advantages of Drinks. (vi) شربت کے استعمال کے دو فوائد تحریر کریں۔
- Which things should be taken under consideration during construction of house building? (vii) گھر کی عمارت بناتے وقت کن باتوں کا خیال رکھنا چاہیے؟
- What is meant by Recreational hobbies? (viii) تفریحی مشاغل سے کیا مراد ہے؟

3. Attempt any five parts.

10 = 2 x 5

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

- Write a short note on the structure of Table tennis ball. (i) ٹیبل ٹینس کی بال کی ساخت کی مختصر وضاحت کیجیے۔
- Describe the structure of Discus. (ii) ڈسکس کی بناوت تحریر کریں۔
- Write down three disadvantages of Tea. (iii) چائے کے تین نقصانات تحریر کیجیے۔
- How wastes should be thrown? (iv) کوڑا کرکٹ کو کس طرح ٹھکانے لگانا چاہیے؟
- What is meant by "Self Start"? (v) سیلف سٹارٹ سے کیا مراد ہے؟
- What is meant by Realy Race? (vi) ڈاک دوڑ سے کیا مراد ہے؟
- Write three precautions for Hiking. (vii) ہائیکنگ کے دوران تین احتیاطیں تحریر کیجیے۔

4. Attempt any five parts.

10 = 2 x 5

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

- What is meant by Hiking? (i) ہائیکنگ سے کیا مراد ہے؟
- What is meant by Balance Diet? (ii) متوازن غذا سے کیا مراد ہے؟
- Determine three rules for Balance diet. (iii) متوازن غذا کا تعین کرتے وقت تین بنیادی اصول تحریر کیجیے۔
- How many calories are in 1 g Carbohydrates? (iv) ایک گرام نشاستہ میں کتنے حرارے پائے جاتے ہیں؟
- What is meant by "Let"? (v) "Let" لٹ سے کیا مراد ہے؟
- Write down the names of four stages of Long Jump. (vi) لمبی چھلانگ کے چار مراحل کے نام لکھیے۔
- What is meant by Alcoholic Beverages? (vii) الکحلی مشروبات سے کیا مراد ہے؟

SECTION-II حصہ دوم

NOTE: - Attempt any two questions.

18 = 9 x 2

نوٹ - کوئی سے دو سوالات کے جوابات تحریر کیجیے۔

- Write a detailed note on types of small area games. 5- چھوٹے رقبے کی کھیلوں کی اقسام کی وضاحت کیجیے۔
- Write down rules of Long Jump. 6- لمبی چھلانگ کے قوانین/ضابطے تحریر کیجیے۔
- Write down qualities of school building. 7- سکول کی عمارت کی خصوصیات تحریر کیجیے۔

2019 (A)

1182

رول نمبر

SSC PART-II (10th CLASS)

HEALTH AND PHYSICAL EDUCATION (OLD SCHEME)

TIME ALLOWED: 2.45 Hours

SUBJECTIVE حصہ انشائیہ

صحت و تعلیم جسمانی (اولڈ اسکیم)

وقت = 2.45 گھنٹے

MAXIMUM MARKS: 63

کل نمبر = 63

NOTE: - Write same question number and its part number on answer book, as given in the question paper.

SECTION-I حصہ اول

12 = 2 x 6

2. Attempt any six parts.

- Define physical fitness.
- Write down the benefits of small area games.
- Write down the method of scoring goal in Hockey match.
- What is meant by LET in Table tennis game?
- Define Non-alcoholic drinks.
- Write down two qualities of a good player.
- Why is good posture important for us?
- Write down two fouls of 4 x 100 m Relay race.
- Explain the changing area of Baton.

سوال نمبر 2- کوئی سے چھ اجزاء کے جوابات تحریر کیجیے۔

- جسمانی فٹنس کی تعریف بیان کریں۔
- چھوٹے رقبے کے کھیلوں کے فائدے تحریر کیجیے۔
- ہاکی میچ میں گول کرنے کا طریقہ لکھیے۔
- ٹیبیل ٹینس کھیل میں لیٹ (LET) سے کیا مراد ہے؟
- غیر الکحلی مشروبات کی تعریف کیجیے۔
- ایک اچھے کھلاڑی کے دو اوصاف بیان کریں۔
- درست قامت ہمارے لیے کیوں اہم ہے؟
- 100 x 4 میٹر ڈاک دوڑ کے دو قواعد لکھیں۔
- بیٹن کی تبدیلی کے علاقہ کی وضاحت کیجیے۔

10 = 2 x 5

3. Attempt any five parts.

- Write down the reason of posture defects in early age.
- In Relay race of 4 x 100 m, how many athletes of a team participate?
- Write down a brief note on starting play of Hockey.
- Write down two rules of Table tennis game.
- Write down the length of Baton.
- Explain landing area of Long jump.
- Write down the names of sources of purifying the Air.
- Define Calorie.

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

- اولیٰ عمر میں قحطی فٹنس کی وجہ تحریر کیجیے۔
- 100 x 4 میٹر ڈاک دوڑ میں ایک ٹیم کے کتنے کھلاڑی حصہ لیتے ہیں؟
- ہاکی کھیل کی ابتدا پر مختصر نوٹ لکھیں۔
- ٹیبیل ٹینس کھیل کے دو قوانین لکھیں۔
- بیٹن کی لمبائی تحریر کریں۔
- لمبی چھلانگ کے اکھاڑے کی وضاحت کریں۔
- ہوا کو صاف کرنے کے ذرائع کے نام لکھیں۔
- حرارہ کی تعریف لکھیں۔

10 = 2 x 5

4. Attempt any five parts.

- Write down the duties of referees during Hockey game.
- Write down length and width of table in Table tennis.
- Write down two objectives of camping.
- Write down the shape structure of classroom.
- Write a note on "Handkerchief in circle" in small area games.
- Write down benefits of Squash.
- Write down the constituents of tea.
- What is meant by Beverages?

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

- ہاکی کھیل کے دوران ریفریز کے فرائض لکھیں۔
- ٹیبیل ٹینس میز کی لمبائی اور چوڑائی لکھیں۔
- کمپنگ کے دو مقاصد لکھیں۔
- کلاس روم کی بناوٹ پر نوٹ لکھیں۔
- چھوٹے رقبے کے کھیلوں میں "دائرے میں رومال" پر نوٹ لکھیں۔
- سکوئش کے فوائد لکھیں۔
- چائے کے اجزاء ترکیبی لکھیں۔
- مشروبات سے کیا مراد ہے؟

SECTION-II حصہ دوم

NOTE: - Attempt any three questions. 21 = 7 x 3

- Write down the importance of physical fitness.
- Write down the rules of discus throw.
- Write down important instructions of Hiking.
- What are infectious diseases?
Also write down preventive measures of infectious diseases.
- Write down preventive measures of food contamination.

نوٹ- کوئی سے تین سوالات کے جوابات تحریر کیجیے۔

- جسمانی فٹنس کی اہمیت پر نوٹ لکھیں۔
- تھالی پھینکنے کے قوانین تحریر کریں۔
- ہائیکنگ کی اہم ہدایات پر نوٹ لکھیں۔
- متعدی امراض کسے کہتے ہیں؟ نیز متعدی امراض سے بچاؤ کی حفاظتی تدابیر لکھیں۔
- غذا کو غلط ہونے سے بچاؤ کی حفاظتی تدابیر لکھیں۔

SECTION-III حصہ سوم

10. NOTE: -(Practical Part) Attempt any two parts. 5 + 5

- Write down the method of hitting penalty corner in Hockey play.
- Write down non-visual method of changing Baton.
- Write down the steps of long jump.

10- (پریکٹیکل حصہ) کوئی سے دو اجزاء کے جوابات تحریر کیجیے۔

- ہاکی کے کھیل میں پینلٹی کورنر لگانے کا طریقہ لکھیں۔
- بیٹن کی تبدیلی کا غیر بصری طریقہ لکھیں۔
- لمبی چھلانگ کے مراحل تحریر کیجیے۔

PAPER CODE

NUMBER: 7421

2019 (A)

SSC PART-II (10th CLASS)

رول نمبر

HEALTH AND PHYSICAL EDUCATION (OLD SCHEME)

صحت و تعلیم جسمانی (اولڈ سکیم)

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

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. Attempt as many questions as given in objective type question paper and leave others blank. 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) Physical fitness increases:-

(1) جسمانی فٹنس کی وجہ سے اضافہ ہوتا ہے۔

(A) In immunity قوت مدافعت میں (B) In wealth دولت میں (C) In knowledge علم میں (D) In will power قوت ارادی میں

(2) _____ is not a small area game.

(2) _____ چھوٹے رقبہ کا کھیل نہیں ہے۔

(A) Chasing game تعاقب کا کھیل (B) Searching for leader لیڈر کی تلاش

(C) Football فٹ بال (D) Dodging game جھانسنہ دینے والی گیم

(3) The circumference of Baton is:-

(3) بیٹن کا محیط ہوتا ہے۔

(A) 12 - 13 cm (B) 10 - 11 cm (C) 11 - 12 cm (D) 13 - 14 cm

(4) _____ finishes the smell and kills the germs.

(4) _____ بدبو کو دور کرتی ہے اور بڑا شیم کو ہلاک کرتی ہے۔

(A) Dew drops شبنم کے قطرے (B) Sun rays دھوپ کی شعاعیں (C) Plants پودے (D) Animals جانور

(5) The weight of Baton is:-

(5) بیٹن کا وزن ہے۔

(A) 40 gm (B) 45 gm (C) 50 gm (D) 55 gm

(6) There are _____ calories in one gram of Fat.

(6) ایک گرام چکنائی میں حرارے ہوتے ہیں۔

(A) 4.1 (B) 4.3 (C) 9.1 (D) 9.3

(7) The measuring scale for food is:-

(7) غذا کو ماپنے کا پیمانہ ہے۔

(A) Gram گرام (B) Calorie حرارہ (C) Meter میٹر (D) Volume حجم

(8) In 4 x 100 m Relay race, the changing area of Baton is:-

(8) 100 x 4 میٹر ڈاک دوڑ میں بیٹن کی تبدیلی کا علاقہ ہے۔

(A) 15 m (B) 20 m (C) 25 m (D) 30 m

(FOR BOYS ONLY)

(صرف لڑکوں کے لئے)

(9) Length of landing area in long jump is:-

(9) لمبی چھلانگ میں اکھاڑے کی لمبائی ہے۔

(A) 10 m (B) 15 m (C) 20 m (D) 25 m

(10) The length of Hockey ground is:-

(10) ہاکی کھیل کے میدان کی لمبائی ہے۔

(A) 70 yards گز (B) 80 yards گز (C) 90 yards گز (D) 100 yards گز

(11) In the ground of Hockey _____ control the hockey game.

(11) ہاکی کھیل کے میدان میں ہاکی کھیل کو کنٹرول کرتے ہیں۔

(A) 4 Umpires امپائرز (B) 3 Umpires امپائرز (C) 2 Referees ریفریز (D) 1 Umpire امپائر

(12) The colour of lines of Hockey ground is:-

(12) ہاکی کے میدان کی لائنوں کا رنگ ہوتا ہے۔

(A) White سفید (B) Blue نیلا (C) Red سرخ (D) Green سبز

(FOR GIRLS ONLY)

(صرف لڑکیوں کے لئے)

(9) The time given to throw the discus for a player in discus throw is:-

(9) ڈسکس تھرو میں کھلاڑی کو تھالی بھینکنے کا وقت دیا جاتا ہے۔

(A) 1 minute منٹ (B) 2 minutes منٹ (C) 3 minutes منٹ (D) 4 minutes منٹ

(10) The length of table in Table tennis is:-

(10) ٹیبل ٹینس میز کی لمبائی ہے۔

(A) 2.44 m (B) 2.54 m (C) 2.64 m (D) 2.74 m

(11) The weight of Table tennis ball is:-

(11) ٹیبل ٹینس بال کا وزن ہے۔

(A) 0.7 gm (B) 1.7 gm (C) 2.7 gm (D) 3.7 gm

(12) The shape of table in Table tennis is:-

(12) ٹیبل ٹینس میز کی شکل ہوتی ہے۔

(A) Rectangular مستطیل (B) Square چوکور (C) Round گول (D) Oval بیضوی

ER CODE

NUMBER: 3421

2019 (A)

SSC PART-II (10th CLASS)

رول نمبر 184

HEALTH AND PHYSICAL EDUCATION (NEW SCHEME) (2015-2017 سیشن) (نوسیم)

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 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 ہر مرحلہ 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. Attempt as many questions as given in objective type question paper and leave others blank. 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) The sources to purify the air are:-
(A) Four چار (B) One ایک (C) Three تین (D) Two دو
- (2) The growth of bones in the human body continues till:-
(A) 16 years (B) 23 years (C) 18 years (D) 20 years
- (3) 100 x 4 m Relay Race is run on the standardized track of:-
(A) 450 m میٹر (B) 400 m میٹر (C) 200 m میٹر (D) 300 m میٹر
- (4) _____ causes the increase in performance of body systems.
(A) Traditional games روایتی کھیلیں (B) Physical fitness فزیکل فٹنس (C) Recreative hobbies تفریحی مشاغل (D) Social activities سماجی سرگرمیاں
- (5) One gram of fats contains calories:-
(A) 9.4 (B) 9.5 (C) 9.6 (D) 9.3
- (6) In relay race the weight of baton is:-
(A) 40 g گرام (B) 50 g گرام (C) 60 g گرام (D) 45 g گرام

(FOR BOYS ONLY)

(صرف لڑکوں کے لئے)

- (7) The width of hockey ground is:-
(A) 60 m میٹر (B) 45 m میٹر (C) 55 m میٹر (D) 50 m میٹر
- (8) Hockey ground is divided in _____ parts.
(A) Three تین (B) Four چار (C) Two دو (D) Six چھ
- (9) The width of landing area for Long Jump is:-
(A) 2.75 - 3 m میٹر (B) 1.50 - 2 m میٹر (C) 3 - 4 m میٹر (D) 3.75 - 5 m میٹر
- (10) After calling name the player is given _____ minute/s for Jump.
(A) One ایک (B) Two دو (C) Three تین (D) Four چار
- (11) The length of runway for Long Jump is:-
(A) 45 m میٹر (B) 40 m میٹر (C) 35 m میٹر (D) 30 m میٹر
- (12) The length line of Hockey ground is called:-
(A) Side line سائیڈ لائن (B) Touch line ٹچ لائن (C) Back line بیک لائن (D) Goal line گول لائن

(FOR GIRLS ONLY)

(صرف لڑکیوں کے لئے)

- (7) The height of table for Table tennis is:-
(A) 70 cm سم (B) 75 cm سم (C) 76 cm سم (D) 78 cm سم
- (8) The shape of table of Table tennis is:-
(A) Square چوکور (B) Rectangle مستطیل (C) Circle گول (D) Triangle ٹکڑا
- (9) The service is changed during Table tennis:-
(A) Two points دو پوائنٹس (B) Four points چار پوائنٹس (C) Three points تین پوائنٹس (D) Five points پانچ پوائنٹس
- (10) The angle of sector for Discus Throw is:-
(A) 34.92° (B) 45° (C) 32.92° (D) 40°
- (11) The ways of Discus Throw are:-
(A) Three تین (B) Two دو (C) Four چار (D) Five پانچ
- (12) The diameter of circle for Discus Throw is:-
(A) 2.50 m + 5 mm میٹر (B) 2.25 m + 5 mm میٹر (C) 2.35 m + 5 mm میٹر (D) 2.40 m + 5 mm میٹر

PER CODE
NUMBER: 3423

2019 (A)
SSC PART-II (10th CLASS)

145 رول نمبر

HEALTH AND PHYSICAL EDUCATION (NEW SCHEME) (2015-2017) (نئی اسکیم) (سیشن 2015-2017)

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 بھرنے 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 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. Attempt as many questions as given in objective type question paper and leave others blank. 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) One gram of fats contains calories:-
(A) 9.4 (B) 9.5 (C) 9.6 (D) 9.3
ایک گرام چکنائی میں _____ حرارے ہوتے ہیں۔
- (2) In relay race the weight of baton is:-
(A) 40 g (B) 50 g (C) 60 g (D) 45 g
ڈاک دوڑ کے سٹین کا وزن ہوتا ہے۔
- (3) The sources to purify the air are:-
(A) Four (B) One (C) Three (D) Two
ہوا کو صاف کرنے کے ذرائع ہیں۔
- (4) The growth of bones in the human body continues till:-
(A) 16 years (B) 23 years (C) 18 years (D) 20 years
انسانی جسم میں ہڈیوں کی افزائش _____ سال تک ہوتی ہے۔
- (5) 100 x 4 m Relay Race is run on the standardized track of:-
(A) 450 m (B) 400 m (C) 200 m (D) 300 m
4 x 100 میٹر ڈاک دوڑ معیاری ٹریک پر دوڑی جاتی ہے۔
- (6) _____ causes the increase in performance of body systems.
(A) Traditional games (B) Physical fitness (C) Recreative hobbies (D) Social activities
جسمانی نظاموں کی کارکردگی میں اضافے کی باعث بنتی ہے۔

(FOR BOYS ONLY)

(صرف لڑکوں کے لئے)

- (7) The length of runway for Long Jump is:-
(A) 45 m (B) 40 m (C) 35 m (D) 30 m
لمبی چھلانگ میں دوڑنے کے راستے کی لمبائی ہوتی ہے۔
- (8) The length line of Hockey ground is called:-
(A) Side line (B) Touch line (C) Back line (D) Goal line
ہاکی کے گراؤنڈ کی لمبائی والی لائن کو کہتے ہیں۔
- (9) The width of hockey ground is:-
(A) 60 m (B) 45 m (C) 55 m (D) 50 m
ہاکی کے گراؤنڈ کی چوڑائی ہوتی ہے۔
- (10) Hockey ground is divided in _____ parts.
(A) Three (B) Four (C) Two (D) Six
ہاکی کے گراؤنڈ کو _____ حصوں میں تقسیم کیا جاتا ہے۔
- (11) The width of landing area for Long Jump is:-
(A) 2.75 - 3 m (B) 1.50 - 2 m (C) 3 - 4 m (D) 3.75 - 5 m
لمبی چھلانگ کے اکھاڑے کی چوڑائی ہوتی ہے۔
- (12) After calling name the player is given _____ minute/s for Jump.
(A) One (B) Two (C) Three (D) Four
نام پکارے جانے کے بعد کھلاڑی کو چھپ لگانے کے لیے منٹ دیے جاتے ہیں۔

(FOR GIRLS ONLY)

(صرف لڑکیوں کے لئے)

- (7) The ways of Discus Throw are:-
(A) Three (B) Two (C) Four (D) Five
تھالی پھینکنے کے طریقے ہیں۔
- (8) The diameter of circle for Discus Throw is:-
(A) 2.50 m + 5 mm (B) 2.25 m + 5 mm (C) 2.35 m + 5 mm (D) 2.40 m + 5 mm
تھالی پھینکنے کے دائرے کا قطر ہوتا ہے۔
- (9) The height of table for Table tennis is:-
(A) 70 cm (B) 75 cm (C) 76 cm (D) 78 cm
ٹیبیل ٹینس کے میز کی اونچائی ہوتی ہے۔
- (10) The shape of table of Table tennis is:-
(A) Square (B) Rectangle (C) Circle (D) Triangle
ٹیبیل ٹینس کے کھیل کے میز کی شکل ہوتی ہے۔
- (11) The service is changed during Table tennis:-
(A) Two points (B) Four points (C) Three points (D) Five points
ٹیبیل ٹینس کے دوران سرویس کے بعد تبدیلی ہوتی ہے۔
- (12) The angle of sector for Discus Throw is:-
(A) 34.92° (B) 45° (C) 32.92° (D) 40°
تھالی پھینکنے کے سیکٹر کا زاویہ ہوتا ہے۔

HEALTH AND PHYSICAL EDUCATION (NEW SCHEME) (2015-2017 سیشن) (نحوہ سکیم)

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 دیے 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 بھرنے یا کاٹ کر پھرنے کی صورت میں مذکورہ جواب غلط تصور ہوگا۔ دائروں کو پھرنے 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. Attempt as many questions as given in objective type question paper and leave others blank. 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) 100 x 4 m Relay Race is run on the standardized track of:-
(A) 450 m میٹر (B) 400 m میٹر (C) 200 m میٹر (D) 300 m میٹر
- (2) _____ causes the increase in performance of body systems.
(A) Traditional games روایتی کھیلیں (B) Physical fitness فزیکل فٹنس
(C) Recreative hobbies تفریحی مشاغل (D) Social activities سماجی سرگرمیاں
- (3) One gram of fats contains calories:-
(A) 9.4 (B) 9.5 (C) 9.6 (D) 9.3
- (4) In relay race the weight of baton is:-
(A) 40 g گرام (B) 50 g گرام (C) 60 g گرام (D) 45 g گرام
- (5) The sources to purify the air are:-
(A) Four چار (B) One ایک (C) Three تین (D) Two دو
- (6) The growth of bones in the human body continues till:-
(A) 16 years (B) 23 years (C) 18 years (D) 20 years

(FOR BOYS ONLY)

(صرف لڑکوں کے لئے)

- (7) The width of landing area for Long Jump is:-
(A) 2.75 - 3 m میٹر 2.75 سے 3 (B) 1.50 - 2 m میٹر 1.50 سے 2
(C) 3 - 4 m میٹر 3 سے 4 (D) 3.75 - 5 m میٹر 3.75 سے 5
- (8) After calling name the player is given _____ minute/s
for Jump. (A) One ایک (B) Two دو (C) Three تین (D) Four چار
- (9) The length of runway for Long Jump is:-
(A) 45 m میٹر (B) 40 m میٹر (C) 35 m میٹر (D) 30 m میٹر
- (10) The length line of Hockey ground is called:-
(A) Side line سائیڈ لائن (B) Touch line ٹچ لائن (C) Back line بیک لائن (D) Goal line گول لائن
- (11) The width of hockey ground is:-
(A) 60 m میٹر (B) 45 m میٹر (C) 55 m میٹر (D) 50 m میٹر
- (12) Hockey ground is divided in _____ parts.
(A) Three تین (B) Four چار (C) Two دو (D) Six چھ

(FOR GIRLS ONLY)

(صرف لڑکیوں کے لئے)

- (7) The service is changed during Table tennis:-
(A) Two points دو پوائنٹس (B) Four points چار پوائنٹس (C) Three points تین پوائنٹس (D) Five points پانچ پوائنٹس
- (8) The angle of sector for Discus Throw is:-
(A) 34.92° (B) 45° (C) 32.92° (D) 40°
- (9) The ways of Discus Throw are:-
(A) Three تین (B) Two دو (C) Four چار (D) Five پانچ
- (10) The diameter of circle for Discus Throw is:-
(A) 2.50 m + 5 mm میٹر 2.50 + 5 ملی میٹر (B) 2.25 m + 5 mm میٹر 2.25 + 5 ملی میٹر
(C) 2.35 m + 5 mm میٹر 2.35 + 5 ملی میٹر (D) 2.40 m + 5 mm میٹر 2.40 + 5 ملی میٹر
- (11) The height of table for Table tennis is:-
(A) 70 cm سم (B) 75 cm سم (C) 76 cm سم (D) 78 cm سم
- (12) The shape of table of Table tennis is:-
(A) Square چوکور (B) Rectangle مستطیل (C) Circle گول (D) Triangle ٹکون

PAPER CODE

NUMBER: 3427

2019 (A)

SSC PART-II (10th CLASS)

187 رول نمبر

HEALTH AND PHYSICAL EDUCATION (NEW SCHEME) (2015-2017 سیشن) (نہ سکیم)

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 ٹین سے مار دیجئے۔ ایک سے زیادہ دائروں کو پُر کرنے 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 سوال پر چار 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. Attempt as many questions as given in objective type question paper and leave others blank. 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) The growth of bones in the human body continues till:-
(A) 16 years (B) 23 years (C) 18 years (D) 20 years
انسانی جسم میں ہڈیوں کی افزائش سال تک ہوتی ہے۔
- (2) 100 x 4 m Relay Race is run on the standardized track of:-
(A) 450 m (B) 400 m (C) 200 m (D) 300 m
4 x 100 میٹر ڈاک دوڑ معیاری ٹریک پر دوڑی جاتی ہے۔
- (3) _____ causes the increase in performance of body systems.
(A) Traditional games (B) Physical fitness (C) Recreative hobbies (D) Social activities
جسمانی نظاموں کی کارکردگی میں اضافے کی باعث بنتی ہے۔
روایتی کھیل (B) فزیکل فٹنس (C) تفریحی مشاغل (D) سماجی سرگرمیاں
- (4) One gram of fats contains calories:-
(A) 9.4 (B) 9.5 (C) 9.6 (D) 9.3
ایک گرام چکنائی میں حرارے ہوتے ہیں۔
- (5) In relay race the weight of baton is:-
(A) 40 g (B) 50 g (C) 60 g (D) 45 g
ڈاک دوڑ کے ٹین کا وزن ہوتا ہے۔
- (6) The sources to purify the air are:-
(A) Four (B) One (C) Three (D) Two
ہوا کو صاف کرنے کے ذرائع ہیں۔

(FOR BOYS ONLY)

(صرف لڑکوں کے لئے)

- (7) Hockey ground is divided in _____ parts.
(A) Three (B) Four (C) Two (D) Six
ہاکی کے گراؤنڈ کو حصوں میں تقسیم کیا جاتا ہے۔
- (8) The width of landing area for Long Jump is:-
(A) 2.75 - 3 m (B) 2.75 سے 3 میٹر (C) 1.50 - 2 m (D) 1.50 سے 2 میٹر
لمبی چھلانگ کے اکھاڑے کی چوڑائی ہوتی ہے۔
- (9) After calling name the player is given _____ minute/s for Jump.
(A) One (B) Two (C) Three (D) Four
نام پکارے جانے کے بعد کھلاڑی کو چھپ لگانے کے لیے منٹ دیے جاتے ہیں۔
- (10) The length of runway for Long Jump is:-
(A) 45 m (B) 40 m (C) 35 m (D) 30 m
لمبی چھلانگ میں دوڑنے کے راستے کی لمبائی ہوتی ہے۔
- (11) The length line of Hockey ground is called:-
(A) Side line (B) Touch line (C) Back line (D) Goal line
ہاکی کے گراؤنڈ کی لمبائی والی لائن کو کہتے ہیں۔
- (12) The width of hockey ground is:-
(A) 60 m (B) 45 m (C) 55 m (D) 50 m
ہاکی کے گراؤنڈ کی چوڑائی ہوتی ہے۔

(FOR GIRLS ONLY)

(صرف لڑکیوں کے لئے)

- (7) The shape of table of Table tennis is:-
(A) Square (B) Rectangle (C) Circle (D) Triangle
ٹینس ٹیبل کی شکل ہوتی ہے۔
- (8) The service is changed during Table tennis:-
(A) Two points (B) Four points (C) Three points (D) Five points
ٹینس ٹیبل کے دوران سرویس کے بعد تبدیل ہوتی ہے۔
- (9) The angle of sector for Discus Throw is:-
(A) 34.92° (B) 45° (C) 32.92° (D) 40°
تھالی پھینکنے کے سیکٹر کا زاویہ ہوتا ہے۔
- (10) The ways of Discus Throw are:-
(A) Three (B) Two (C) Four (D) Five
تھالی پھینکنے کے طریقے ہیں۔
- (11) The diameter of circle for Discus Throw is:-
(A) 2.50 m + 5 mm (B) 2.25 m + 5 mm (C) 2.35 m + 5 mm (D) 2.40 m + 5 mm
تھالی پھینکنے کے دائرے کا قطر ہوتا ہے۔
- (12) The height of table for Table tennis is:-
(A) 70 cm (B) 75 cm (C) 76 cm (D) 78 cm
ٹینس ٹیبل کے میز کی اونچائی ہوتی ہے۔