

Roll No. 

Answer Sheet No. \_\_\_\_\_

Sig. of Candidate \_\_\_\_\_

Sig. of Invigilator. \_\_\_\_\_

## صحت و جسمانی تعلیم - ایچ ایس ایس سی-II

( برائے اطفال محروم سماعت و گویائی )

حصہ اول (کل نمبر: 12)

وقت: 20 منٹ

نوٹ: حصہ اول لازمی ہے اور صفحات 1-2 پر مشتمل ہے۔ اس کے جوابات پرچے پر ہی دیے جائیں گے۔ اس کو پہلے بیس منٹ میں مکمل کر کے تاہم مرکز کے حوالے کر دیا جائے۔ کات کر دو بارہ لکھنے کی اجازت نہیں۔ لیڈپنسل کا استعمال موع ہے۔

- سوال نمبر: دیے گئے الفاظ یعنی الف، ب، ج، د میں سے درست جواب کے گرد دائرہ لگائیں۔ ہر جزو کا ایک نمبر ہے۔
- (i) قدیم زمانے میں کھیلوں کو \_\_\_\_\_ تقدس حاصل تھا۔
- الف - معاشرتی ب - معاشی ج - مذہبی د - جسمانی
- (ii) جدید ہاکی کا باقاعدہ آغاز کہاں سے ہوا؟
- الف - ایران ب - لندن ج - نیویارک د - کراچی
- بیڈمنٹن شٹل میں کتنے پر لگے ہوتے ہیں؟
- الف - 14 ب - 18 ج - 16 د - 20
- (iii) ہاکی ایسوسی ایشن کی بنیاد کب رکھی گئی؟
- الف - 16 جنوری 1886ء ب - 15 جنوری 1886ء ج - 18 جنوری 1886ء د - درج شدہ میں سے کوئی نہیں
- ڈبل مقابلوں میں بیڈمنٹن کورٹ کی لمبائی کتنے فیٹ ہوتی ہے؟
- الف - 40 ب - 42 ج - 44 د - 46
- (iv) ہاکی کھیل کا میدان کس شکل کا ہوتا ہے؟
- الف - گول ب - چوکور ج - مستطیل د - تکون
- بیڈمنٹن کورٹ کس شکل کا ہوتا ہے؟
- الف - گول ب - چوکور ج - مستطیل د - تکون
- (v) اونچی چھلانگ لگانے کے لیے رن وے کم از کم کتنے میٹر لمبا ہوگا؟
- الف - 14 میٹر ب - 15 میٹر ج - 12 میٹر د - 13 میٹر
- (vi) سانپ اپنے \_\_\_\_\_ دانتوں کے ذریعے زہر انسان میں منتقل کرتا ہے۔
- الف - سامنے والے دو ب - آخری دو سے ج - سامنے والے چار د - پانچ دانتوں سے
- (vii) اونچی چھلانگ کے ہر جمپ کے لیے کھلاڑی کو کتنا وقت دیا جاتا ہے؟
- الف - ایک منٹ ب - دو منٹ ج - تین منٹ د - چار منٹ
- (viii) کون سی چیز ہماری خوراک کا لازمی حصہ ہے؟
- الف - چائے ب - جوس ج - پانی د - دودھ

## صحت و جسمانی تعلیم - ایچ ایس ایس سی-II

(برائے اطفال محروم سماعت و گویائی)

کُل نمبر حصہ دوم اور سوم: 48

وقت: 2: 40 گھنٹے

نوٹ: حصہ ”دوم“ اور ”سوم“ کے سوالات کے جوابات علیحدہ سے مہیا کی گئی جوابی کاپی پر دیں۔ حصہ ”دوم“ میں سے دس (10) اجزاء اور حصہ ”سوم“ میں سے کوئی سے دو (2) سوال حل کیجیے۔ ایکسٹرا شیٹ (Sheet-B) طلب کرنے پر مہیا کی جائے گی۔ آپ کے جوابات صاف اور واضح ہونے چاہئیں۔

### حصہ دوم (کُل نمبر: 30)

(10x3=30)

سوال نمبر ۲: مندرجہ ذیل میں سے دس (10) اجزاء کے دو سے چار سطروں تک محدود جوابات لکھیں:-

- (i) متوازن غذا کی تعریف کریں۔
- (ii) پروٹین کے کوئی سے تین فوائد لکھیں۔
- (iii) معدنی نمکیات کے کیا فوائد ہیں؟
- (iv) نظام انہضام میں کون سے اعضاء کام کرتے ہیں؟
- (v) عضلات کی کتنی اقسام ہیں؟ نام لکھیں۔
- (vi) منشیات کی اقسام کے نام لکھیں۔
- (vii) آگ سے بچاؤ کے لیے کیا حفاظتی تدابیر اختیار کرنی چاہئیں؟
- (viii) اگر بجلی کا جھکا لگ جائے تو آپ کیا ابتدائی طبی امداد دیں گے؟
- (ix) سانپ کے ڈسنے کی کیا علامات ہیں؟
- (x) اونچی چھلانگ لگانے کے کوئی سے تین قواعد وضوابط لکھیں۔
- (xi) ہائی جپ کی اقسام کے نام لکھیں۔
- (xii) روغنیات کی کتنی اقسام ہیں؟ نیز ان کے ذرائع کون سے ہیں؟
- (xiii) ایک اچھے کھلاڑی کے کیا اوصاف ہونے چاہئیں؟
- (xiv) ہاکی کے میدان میں جھنڈیاں کیسے لگائی جاتی ہیں؟ (برائے طلباء)
- (xv) بیڈمنٹن ریکٹ کے فریم کی لمبائی و چوڑائی لکھیے۔ (برائے طالبات)
- (xvi) ہاکی کی گیند کا محیط لکھیے۔ (برائے طلباء)
- (xvii) بیڈمنٹن میں سکورنگ کیا ہے؟ (برائے طالبات)

### حصہ سوم (کُل نمبر: 18)

(2x9=18)

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

- سوال نمبر ۳: کون سے عوامل کھیلوں کی افادیت بڑھانے میں نمایاں کردار ادا کرتے ہیں؟
- سوال نمبر ۴: 400 میٹر دوڑ کے ضابطے و قوانین کیا ہیں؟
- سوال نمبر ۵: متوازن غذا کے کیا مقاصد ہیں؟