

ماڈل پرچہ پریکٹیکل صحت و جسمانی تعلیم
اعلیٰ ثانوی سکول سرٹیفکیٹ امتحان برائے سال ۲۰۱۶ء و مابعد

کل نمبر	وقت گھنٹے	
۵	سوال نمبر ۱:	دھڑکی کوئی سی تین ورزشیں کر کے دکھائیں۔ یا بازوؤں کی کوئی سی تین ورزشیں کر کے دکھائیں
۵	سوال نمبر ۲:	دوسیدھی قلا بازیاں لگا کر دکھائیں۔ یا سر کے بل کم از کم پانچ سینڈ تک کھڑے ہو کر دکھائیں۔
۵	سوال نمبر ۳:	گولہ پھینکتے ہوئے گلائڈنگ (Gliding) کر کے دکھائیں یا 400 میٹر کا شارٹ لے کر دکھائیں۔
۵	سوال نمبر ۴:	نیٹ بال میں تھروان کر کے دکھائیں۔ (برائے طالبات) یا ہاکی میں پینالٹی شوٹ آؤٹ کا عملی مظاہرہ کیجیے۔ (برائے طلبہ)
۵	سوال نمبر ۵:	والی بال میں مخالف سائیڈ سے آتے ہوئے بال کی بلاکنگ کیجیے۔
۳		زبانی امتحان
۲		پریکٹیکل نوٹ بک