



ہیلٹھ اینڈ فزیکل ایجوکیشن ایس ایس سی-I
(Curriculum 2006)
حصہ اول (کل نمبر 12)

وقت: 20 منٹ

Section – A is compulsory. All parts of this section are to be answered on this page and handed over to the Centre Superintendent. Deleting/overwriting is not allowed. Do not use lead pencil.

حصہ اول لازمی ہے اس کے جوابات اسی صفحہ پر دے کر ناظم مرکز کے حوالے کر دیں۔ کاٹ کر دوبارہ لکھنے کی اجازت نہیں۔ لیڈ پنسل کا استعمال ممنوع ہے۔

Candidate Sign. _____

Invigilator Sign. _____

سوال نمبر 1: دیئے گئے الفاظ یعنی الف / ب / ج / د میں سے درست جواب کے گرد دائرہ لگائیں، ہر جزو کا ایک نمبر ہے۔

نمبر	سوال	الف	ب	ج	د	الف	ب	ج	د
1.	تعلیم کا لازمی جزو ہے۔	فزکس	بیالوجی	سوشیالوجی	تعلیم جسمانی	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2.	کھیل کے آغاز سے قبل ضروری ہے۔	کول ڈاؤن	وارم اپ	غسل	الف اور ب دونوں	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3.	ایک معیاری اٹھلینکس ٹریک میٹر ہوتا ہے۔	100	200	400	600	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4.	والی بال میں اینٹینا کی لمبائی میٹر ہے۔	0.80	1.80	2.80	3.80	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5.	ٹیبل ٹینس میز کی چوڑائی فٹ ہوتی ہے۔	3	4	5	9	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6.	کرکٹ کی بین الاقوامی تنظیم کا نام ہے۔	FIFA	FIA	ICC	IAAF	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7.	کرکٹ میں بیٹسمین کے لیے ٹائم آؤٹ کا دورانیہ سیکنڈز ہے۔	30	60	90	120	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8.	دوسری گلی کے زینے کا فاصلہ میٹر ہے۔	7.04	7.67	7.77	7.97	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9.	متوازن غذا کے اجزاء ہوتے ہیں۔	4	5	6	8	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
10.	تمباکو کا سبب بنتا ہے۔	چیچک	ایڈز	بخار	پھیپھڑوں کا سرطان	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
11.	ایک متعدی مرض ہے۔	بخار	سرطان	اندھا پن	تپ دق	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
12.	ہیضے کا بڑا سبب ہیں۔	کھٹل	مچھر	چوہے	کھیاں	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

فیڈرل بورڈ امتحان برائے جماعت نہم (SSC-I)
 ماڈل پرچہ ہیلتھ اینڈ فزیکل ایجوکیشن
 (قومی نصاب 2006)



کل نمبر: 53

وقت: 2:40 گھنٹے

نوٹ: حصہ دوم اور حصہ سوم میں دی گئی ہدایات کے مطابق سوالات کے جوابات علیحدہ سے مہیا کی گئی جوابی کاپی (E-Sheet) پر دیں۔ جو ابات مختص کردہ جگہ پر تحریر کریں۔

حصہ دوم (کل نمبر 42)

(11x3=33)

سوال نمبر 2۔ درج ذیل میں سے کوئی سے گیارہ اجزاء کے مختصر جوابات تحریر کریں۔ ہر سوال کے نمبر برابر ہیں۔

1. جسٹانی تعلیم کے تین فوائد بیان کریں۔	2. ویرم اپ سے کیا مراد ہے؟
3. کول ڈاؤن کیوں ضروری ہے؟	4. والی بال میں اینٹینا کی وضاحت کیجئے۔
5. کرکٹ پیچ کا خاکہ جمع پینائش تحریر کریں۔	6. اٹھلینکس میں ٹریک اینڈ فیلڈ ایونٹس سے کیا مراد ہے؟
7. کرکٹ بال کی وضاحت کریں۔	8. ہائی جپ کے کوئی سے تین فاولز بیان کریں۔
9. 400 میٹر دوڑ کے کوئی سے تین قوانین لکھئے؟	10. والی بال میں سروس کے تین فاولز تحریر کریں۔
11. عالمی ادارہ صحت (WHO) کے مطابق صحت کی تعریف کیجئے۔	12. متوازن غذا کے تمام اجزاء کے نام تحریر کریں۔
13. ابتدائی طبی امداد کی تعریف کیجئے۔	14. انسانی صحت پر منشیات کے تین مضر اثرات بیان کریں۔
15. صحت پر تمباکو نوشی کے تین مضر اثرات بیان کریں۔	

حصہ سوم (کل نمبر 20)

(10 × 2 = 20)

نوٹ: کوئی سے دو سوالات کے تفصیلی جوابات تحریر کریں۔ تمام سوالات کے نمبر برابر ہیں۔

سوال نمبر 3. اٹھلینکس ٹریک کا خاکہ بنائیں جبکہ تھالی پھینکنے کے قوانین تحریر کریں۔
سوال نمبر 4. شکستگی سے کیا مراد ہے، شکستگی کی اقسام تفصیلاً بیان کریں۔
سوال نمبر 5. متعدی امراض سے کیا مراد ہے، متعدی امراض کے پھیلنے کی وجوہات تفصیلاً بیان کریں۔