

HEALTH AND PHYSICAL EDUCATION — OBJECTIVE

Intermediate Part-II · 1st Annual 2024

Time: 20 Minutes	OBJECTIVE	Marks: 17
------------------	------------------	-----------

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 circle in front of that question number. Use marker or pen to fill the circles. Cutting or filling two or more circles will result in zero marks in that question.

QUESTION NO. 1

1	The player in the second lane stands ahead of the player in the first lane is: (A) 7.04 m (B) 7.67 m (C) 6.75 m (D) 14.71 m	دوسری گلی کا کھلاڑی پہلی گلی کے کھلاڑی سے آگے کھڑا ہے۔
2	The time is given to throw the javelin: (A) 3 minute (B) 1 minute (C) 6 minute (D) 2 minute	نیڑہ پھینکنے کے لئے وقت دیا جلتا:
3	What is the distance between the poles in high jump? (A) 3.60 – 3.70 m (B) 3.98 – 4.02 m (C) 4.00 – 4.04 m (D) 3.80 – 3.90 m	اونچی چھلانگ میں پولز کا درمیانی فاصلہ کیا ہوتا ہے؟
4	The injection intoxicates: (A) Orsanic (B) Opium (C) Nicotine (D) Morphia	نیڈل لگانے سے نشہ ہوتا ہے:
5	There are three important methods of first aid: (A) BCD (B) ABC (C) ACB (D) ABD	ابتدائی طبی امداد کے تین اہم طریقوں کا نام ہے:
6	The virus of AIDS was discovered in: (A) 1986 (B) 1981 (C) 1983 (D) 1980	ایڈز کا وائرس کب دریافت ہوا؟
7	It is necessary to sustain life: (A) Oxygen (B) Air (C) Energy (D) Food	زندگی قائم رکھنے کے لئے ضروری ہے:
8	The exact usage of leisure time is: (A) Walk (B) Sports (C) Reading newspaper (D) Music	فرصت کے اوقات کا صحیح استعمال ہے:
9	What character does a good player possess? (A) Ordinary (B) Ideal (C) Good (D) Worst	ایک اچھا کھلاڑی کس کردار کا مالک ہوتا ہے؟
10	Muscles that are voluntary in structure but involuntary in function are called muscles: (A) Cardiac (B) Involuntary (C) Skeletal (D) Voluntary	ساخت کے لحاظ سے ارادی مگر کام میں غیر ارادی عضلات کہلاتے ہیں:
11	The fuel of food is: (A) Carbohydrate (B) Protein (C) Vitamins (D) Water	خوراک کا ایندھن ہے:
12	Which chemical are found in coffee? (A) Maltose (B) Kanji (C) Caffeine (D) Water	کافی میں کونسا کیمیائی مادہ پایا جاتا ہے؟

	کیٹین	پانی
13	Angle of a sector for javelin throw is:	نیزہ پھینکنے کے سیکٹر کا زاویہ معلوم ہے:
	(A) 36° (B) 40° (C) 29° (D) 34.92°	
14	In high jump, attempts are given at each height:	اونچی چھلانگ میں ہر اونچائی پر کوششیں دی جاتی ہیں:
	(A) 6 , 6 (B) 2 , 2 (C) 4 , 4 (D) 3 , 3	
15	When was the 400M race was added to the Olympics?	400 میٹر دوڑ کو اولمپکس میں کب شامل کیا گیا؟
	(A) 1920 (B) 1916 (C) 1908 (D) 1912	

For Girls

برائے طالبات

16	The short service area in badminton is:	بیڈمنٹن میں شارٹ سروس ایریا معلوم ہے:
	(A) 1.98 m (B) 1.22 m (C) 1.75 m (D) 1.80 m	
17	The width of table in table tennis is:	ٹیبل ٹینس میز کی چوڑائی معلوم ہے:
	(A) 1.55 m (B) 1.52 m (C) 1.60 m (D) 1.63 m	

For Boys

برائے طلبا

16	The width line in hockey ground is:	ہاکی گراؤنڈ کی چوڑائی کی لائن معلوم ہے:
	(A) 55 m (B) 75 m (C) 90 m (D) 45 m	
17	The width of basketball court is called the line:	باسکٹ بال کورٹ کی چوڑائی کی لائن کو کہتے ہیں:
	(A) Side line (B) End line (C) Back line (D) Goal line	سائیڈ لائن اینڈ لائن بیک لائن گول لائن

HEALTH AND PHYSICAL EDUCATION — SUBJECTIVE

Intermediate Part-II · 1st Annual 2024

Time: 02:40 Hours	SUBJECTIVE	Marks: 68
-------------------	-------------------	-----------

PART - I

حصہ اول

QUESTION NO. 2 Write short answers to any EIGHT parts.

16

کوئی سے آٹھ اجزاء کے مختصر جوابات لکھئے۔

i	Write two benefits of sports.	کھیلوں کے دو فوائد بیان کیجئے۔
ii	Define sports.	کھیل کی تعریف کیجئے۔
iii	Write briefly the characteristics of a good national player.	اچھے قومی کھلاڑی کے اوصاف مختصر آبیان کیجئے۔
iv	A good player is law abiding. Explain briefly.	اچھا کھلاڑی قانون کا پابند ہوتا ہے۔ مختصر وضاحت کیجئے۔
For Boys		
برائے طلبا		
v	PHF is related to which sport?	PHF کس کھیل سے منسوب ہے؟
vi	Which equipments are used in hockey for protection?	ہاکی میں حفاظت کے لئے کونسا سامان پہنا جاتا ہے؟
vii	Write two duties of referee in hockey.	ہاکی میں ریفری کے دو فرائض بیان کیجئے۔
viii	The length line in hockey is called.	ہاکی میں لمبائی والی لائن کو کیا کہتے ہیں؟
ix	Explain eight second rule in basketball.	باسکٹ بال میں آٹھ سیکنڈ کے قانون کی وضاحت کیجئے۔
x	What is meant by jump ball in basketball?	باسکٹ بال میں جمپ بال سے کیا مراد ہے؟
xi	Write the length of basketball court.	باسکٹ بال کورٹ کی لمبائی تحریر کیجئے۔
xii	What is meant by timeout in basketball?	باسکٹ بال میں ٹائم آؤٹ سے کیا مراد ہے؟
For Girls		
برائے طالبات		
v	Describe the weight of ball in table tennis.	ٹیبل ٹینس بال کا وزن بیان کیجئے۔
vi	What is meant by correct service in table tennis?	ٹیبل ٹینس میں درست سروس سے کیا مراد ہے؟
vii	Explain briefly the scoring system in table tennis.	ٹیبل ٹینس میں سکورنگ کے نظام کی مختصر وضاحت کیجئے۔
viii	Explain briefly "Let" in table tennis.	ٹیبل ٹینس میں "لیٹ" کی مختصر وضاحت کیجئے۔
ix	Write the length of court in badminton.	بیڈمنٹن کورٹ کی لمبائی تحریر کیجئے۔
x	Write the names of officials in badminton.	بیڈمنٹن میں عہدیداران کے نام تحریر کیجئے۔
xi	Explain net in badminton.	بیڈمنٹن میں جالی کی وضاحت کیجئے۔
xii	Write a brief note on line judges in badminton.	بیڈمنٹن میں لائن ججز پر مختصر نوٹ لکھئے۔

QUESTION NO. 3 Write short answers to any EIGHT parts.

16

کوئی سے آٹھ اجزاء کے مختصر جوابات لکھئے۔

i	Explain the function of the countdown clock in javelin throw.
---	---

	جیولین تھرو میں الٹی گنتی کی گھڑی کے کام کی وضاحت کیجئے۔
ii	Write a short note on grip of javelin. نیزے کی گرفت پر مختصر نوٹ لکھئے۔
iii	How are turns determined in javelin throw? جیولین تھرو میں باریوں کا تعین کیسے کیا جاتا ہے؟
iv	Define the landing area in the javelin throw. جیولین تھرو میں جیولین گرنے کے علاقہ کی وضاحت کیجئے۔
v	Explain the crossbar supports in the high jump. ہائی جمپ میں کراس بار کی ٹیکوں کی وضاحت کیجئے۔
vi	Describe the runway in the high jump. ہائی جمپ میں رن وے کی وضاحت کیجئے۔
vii	What is the process of solving tie in high jump called? ہائی جمپ میں برابری حل کرنے کا عمل کیا کہلاتا ہے؟
viii	Write short note on high jump uprights. ہائی جمپ کے کھمبوں پر مختصر نوٹ لکھئے۔
ix	Describe the finish in 400 meter race. 400 میٹر دوڑ میں اختتام کی وضاحت کیجئے۔
x	Why are the athletes given staggers in the 400 meter race? 400 میٹر دوڑ میں کھلاڑی کو نینے کیوں دیئے جاتے ہیں؟
xi	Where do the athletes run in the 400 meter race? 400 میٹر دوڑ میں ایٹھلیٹ کہاں دوڑتے ہیں؟
xii	How will the lanes be allotted in the second round of 400 meter race? 400 میٹر دوڑ کے دوسرے مرحلے میں گلیاں کیسے الاٹ کی جائیں گی؟

QUESTION NO. 4 Write short answers to any SIX parts.

12

کوئی سے چھ اجزاء کے مختصر جوابات لکھئے۔

i	Write a short note on stomach. معدہ پر مختصر نوٹ لکھئے۔
ii	Which muscles help us to move? حرکت کرنے میں کون سے عضلات ہماری مدد کرتے ہیں؟
iii	Which ingredients should be in a balanced diet? متوازن غذا میں کون سے اجزاء ہونے چاہئیں؟
iv	Write four first aid measures for morphia. مارفیا کی چار طبی امداد لکھئے۔
v	Why it is important to know about sexual hygiene? جنسی حفاظت صحت کے بارے میں جاننا کیوں ضروری ہے؟
vi	In which situations artificial respiration is necessary? Write two reasons. مصنوعی تنفس کن حالات میں ضروری ہوتا ہے؟ دو وجوہات تحریر کیجئے۔
vii	Write only the names of Pakistani beverages. پاکستانی مشروبات کے صرف نام تحریر کیجئے۔
viii	Write two characteristics of a first aider. ابتدائی طبی امداد دینے والے کی دو خصوصیات تحریر کیجئے۔
ix	Briefly write how many are the sources of protein. لحمیات کے حصول کے ذرائع مختصر تحریر کیجئے۔

PART - II

حصہ دوم

Note: Attempt any THREE questions. Each question carries 08 marks.

8 x 3 = 24

5.	Describe the importance of sports in our lives in detail. ہماری زندگی میں کھیلوں کی جو اہمیت حاصل ہے تفصیلاً بیان کیجئے۔	08
6.	Write the rules and regulations of javelin throw. نیزہ پھینکنے کے قوانین اور ضابطے تحریر کیجئے۔	08
7.	Define balanced diet. Which principles are adopted in the selection of balanced diet? متوازن غذا سے کیا مراد ہے؟ متوازن غذا کن اصولوں کو پیش نظر رکھ کر متعین کی جاتی ہے؟	08
8.	What is meant by artificial respiration? Describe the artificial method of respiration of Sylvester. مصنوعی تنفس سے کیا مراد ہے؟ سلوسٹر کے مصنوعی تنفس کے طریقے کی وضاحت کیجئے۔	08

9.	For Boys: Draw a sketch of basketball court with its measurement. For Girls: Write the duties of umpire and assistant umpire in table tennis. برا طلبا: باسکٹ بال کورٹ کا خاکہ بنائیے اور ہیمنس تحریر کیجئے۔ ٹیبل ٹینس میں امپائر اور نائب امپائر کے فرائض تحریر کیجئے۔	04, 04
----	--	--------

Notes on this transcription: The Urdu column is a reconstruction set from the English printed alongside it on the original paper, not a verified glyph-level transcription — check it against the original before relying on the Urdu wording. The English is verbatim. • The board prints “Orsanic” in objective Q4 and “Kanji” in Q12; both kept as printed. • Objective Q16 and Q17 appear twice on the paper — one pair for girls and one for boys, both numbered 16–17 as here. • Typeset by Tayarri from the original board paper; no answer key included.