



صحت و جسمانی تعلیم ایچ۔ ایس۔ ایس۔ سی۔ اے  
(برائے اطفال محروم سماعت و گویائی)

وقت: 20 منٹ

حصہ اول (کل نمبر 12) Version No. 3 0 5 7 1

نوٹ: حصہ اول لازمی ہے۔ اس کے جوابات الگ سے سیاہی گئی ادائیگی (OMR) جو اپنی کاپی پر دیں۔ اس کو پہلے میں صحت میں کھل کر کے ناظم مرکز کے حوالے کریں۔ کاپی کو دوبارہ لکھنے کی اجازت نہیں۔ لے لے فیصل کا استعمال ممنوع ہے۔

سوال نمبر 1: سیاہی گئی ادائیگی (OMR) جو اپنی کاپی پر دی گئی ہدایات کے مطابق ہر سوال کا درست جواب A/B/C/D منتخب کر کے حلقہ دائرہ (Bubble) پر کریں۔ ہر جزو کا ایک نمبر ہے۔

- 1) درج شدہ میں سے کون سا قاتی نقص ہے؟  
A موتی کمر  
B خالی کمر  
C چھوٹا قد  
D نظری کمزوری
- 2) انسانی جسم میں کتنے نظام کام کرتے ہیں؟  
A سات  
B پانچ  
C نو  
D گیارہ
- 3) انسانی دل میں کتنے خانے ہوتے ہیں؟  
A ایک  
B دو  
C تین  
D چار
- 4) فٹ بال کھیل کا دورانیہ کتنا ہوتا ہے؟  
A 60 منٹ  
B 70 منٹ  
C 80 منٹ  
D 90 منٹ
- 5) نیٹ بال کورٹ کی لمبائی کتنی ہوتی ہے؟  
A 40 فٹ  
B 50 فٹ  
C 80 فٹ  
D 100 فٹ
- 6) ڈاک دوڑ میں ٹیم کا ہر کھلاڑی کتنے میٹر دوڑتا ہے؟  
A 100 میٹر  
B 200 میٹر  
C 400 میٹر  
D 800 میٹر
- 7) گولہ پھینکنے کے لیے کتنا وقت دیا جاتا ہے؟  
A 4 منٹ  
B 3 منٹ  
C 2 منٹ  
D 1 منٹ
- 8) سانس لینے کے نظام کو کیا کہتے ہیں؟  
A نظام انہ نظام  
B نظام عضلات  
C نظام حواس  
D نظام اعصاب
- 9) درج شدہ میں سے متعدد بیماریوں کو کون سی ہے؟  
A چیچک  
B بخار  
C پیٹ درد  
D بڑی کاٹوٹا
- 10) گولہ پھینکنے کے لیے کھلاڑی کی باری کس طرح سے طے کی جاتی ہے؟  
A ٹاس سے  
B قرعہ اندازی سے  
C اسپار سے  
D ریفری سے
- 11) بیٹن کی تبدیلی کے طریقے ہیں۔  
A چھ  
B چار  
C دو  
D تین
- 12) غلے کے کتنے حصے ہوتے ہیں۔  
A چار  
B تین  
C دو  
D پانچ
- 13) جمناسٹکس کس زبان کا لفظ ہے؟  
A انگریزی  
B یونانی  
C لاطینی  
D عربی



صحت و جسمانی تعلیم ایچ۔ ایس ایس سی - 1  
(برائے اطفال محروم سماعت و گویائی)

وقت: 2:40 گھنٹے

کل نمبر حصہ دوم اور سوم: 48

نوٹ: حصہ دوم اور سوم کے سوالات کے جوابات طلبہ سے میا کی گئی جو اپنی کاپی پر دیں۔ حصہ دوم کے دس (10) ازا جبکہ حصہ سوم میں سے کوئی سے دو (02) سوالات حل کریں۔ آپ کے جوابات صاف اور واضح ہونے چاہئیں۔

حصہ دوم (کل نمبر 30)

( 10x3 = 30 )

سوال نمبر ۲: مندرجہ ذیل میں سے کوئی سے دس (10) ازا کے مختصر جوابات لکھیں۔

- (i) لے میں ایف نے جسمانی تعلیم کی کیا تعریف کی ہے؟
- (ii) درست قامت کے کچے ہیں؟
- (iii) وریڈیں کیا کام کرتی ہیں؟
- (iv) ڈاک دوڑ کے تین قوانین لکھیں۔
- (v) ابتدائی طبی امداد سے کیا مراد ہے؟
- (vi) جمناسٹک کی مختصر وضاحت کریں۔
- (vii) جمناسٹک کے کوئی سے چار فوائد لکھیں۔
- (viii) فٹ بال کے کھیل میں پینالٹی ایریا کا کل رقبہ لکھیں۔ (برائے طلبہ)
- (ix) شوٹنگ سرکل پر مختصر نوٹ لکھیں۔ (برائے طالبات)
- (x) ابتدائی طبی امداد کے کوئی سے تین رہنما اصول لکھیں۔
- (xi) عروق شریہ کیا کام سر انجام دیتی ہیں؟
- (xii) متعدی امراض پھیلنے کے کیا ذرائع ہیں؟
- (xiii) کھیل کے دوران گلے والی چوٹوں کی اقسام لکھیں۔
- (xiv) فاضل وقت کا صحت مند اندہ استعمال کیسے ممکن ہے؟
- (xv) انسانی جسم کے کوئی سے تین نظاموں کے نام لکھیں۔

حصہ سوم (کل نمبر 18)

( 2x9 = 18 )

(کوئی سے دو سوال حل کیجئے۔)

- سوال نمبر ۳: جمناسٹک کی اہمیت تفصیل سے بیان کریں۔
- سوال نمبر ۴: 4x100 میٹر کی ڈاک دوڑوں کے قوانین اور ضابطے تحریر کریں۔
- سوال نمبر ۵: ابتدائی طبی امداد کے رہنما اصول تفصیل سے بیان کریں۔