1	Oth He	ealth and	Physi	cal Education	Objec	tive Paper 2	024 F	Rawalpindi Boa	rd				
ψī	Ŷ\$	Roll No			SSC.(F	art-II)/A-2024		Paper Code 7 4 2	6				
Не	ealth &	Physical	Educ	cation (Objective)	(For A	all Sessions)	معروضی)	ت وجسمانی تعلیم (·	250				
Marks: 12 Time: 15 minutes													
لوف: ہر سوال کے چار مکنہ جو ابات C,B,A اور C دیے گئے ہیں۔ جوالی کا ٹی پر درست جواب کا تخاب کرتے ہوئے ہیں یا ارکر سے فلنگ کریں۔ NOTE: Write answers to the questions on objective answer sheet provided. Four possible answers A,B,C & D to each question are given. Which answer you consider correct, fill the corresponding circle A,B,C or D given in front of each question with Marker or pen ink on the answer sheet provided.													
1.1.	The minim	num length of ba	iton is:					بینن کی کم از کم لسبائی ہوتی ہے:	.1.1				
	(A)	25 cm	(B)	26 cm	(C)	28 cm	(D)	29 cm					
2.	The methods of chainging the baton are:							بیٹن کی تبدیلی کے طریقے ہیں:	.2				
	(A)	1	(B)	2	(C)	3	(D)	4					
3.	It is a nece	essary item for h	niking:				:40	ہائیکنگ کے لئے ضروری سامان شام	.3				
	(A) First ai	سٹ ایڈ ہاکس d box	رخ (B)	چاریاکی Cot	(C)	Books الماين	(D)	Chairンプ					
4.	The minim	um height of sc	hool class	s rooms should be:		:4	ى ہونی جائے	سكولول ميس كلاس رومزكى كم ازكم بلند	.4				
	(A)	10 ft	(B)	12 ft	(C)	14 ft	(D)	16 ft					
5.	It is very in	nportant for a go	ood playe	r:		770) :41	اچھے کھلاڑی کے گئے بے حدضروری	.5				
	(A)	بيت Win	(B)	Lose /	(C)	Fitness	(D)	وولت Money					
6.	A good pla	yer follws the:				(3)		اچھا کھلاڑی پابندی کرتا ہے:	.6				
	(A) G	Same کھیل کی	(B)	وسپلن کی Discipline	Vice C	سونے کی Sleep	251 115	دوڑنے کی Running					
7.	The rules	of small area ga	mes are:	608	6,50		بوتے ہیں:	چھوٹے رتبے کے کھیل کے قوانین ہ	.7				
	(A)	Simple ا	(B)	Ordinary July	(C)	پیچیده Complicated	(D)	مشكل Difficult					
8.	The bones	of children in ea			X	102	: <i>O</i>	چھوٹی عمر میں بچوں کی ہڈیاں ہوتی ہے	.8				
	(A)	شخت Hard	(B) <	Weak Je	(C)	مضبوط Strong	(D)	Soft in					
9.	Discus is t	hrown from:		REDU	CATI	ONES		ڈسکس تھروکی جاتی ہے:	.9				
	(A) Ci	دائرے سے rcle	(B)	Sector میگٹرے	(C)	ٹریک سے Track	(D)	گراؤنڈے Ground					
10.	_	of landing area	31.5		oseini Lisa Mation tin Li-nix		•	كبى چھلائك ميں اكھاڑے كى لسباكى	.10				
	(A) Thre	ee meter تين ميٹر	(B)	pak	(C) city.o	Fight meter تھمیٹر	(D)	دس ميٹر Ten meter					
		•	r Boys Or	nly)		(2,	رف طلباء کے						
		of lines in hock				Discount of the		با کی گراؤنڈ میں لائنوں کارنگ ہوتا۔ فیار	.11				
	(A)	Green ;	(B)	سفيد White	(C)	نیلا Blue	(D)	Red ¿,	40				
				y ground is called:	(0)			ہا کی گراؤنڈ میں گول پوسٹ کے سا۔ * ہیں۔ کا معامدہ معدد معدد معدد ا	.12				
	(A) (Corner シビ 	(B)	Goal line محول لائن	(C)			شوشک سرکل Shooting circle					
و واد	.	,	r Girls On			(صرف طالبات کے لئے) 11. ٹیبل ٹینس گیم کے یوائنٹس ہوتے ہیں:							
		of a table tennis			(0)	42		• 1	-11				
	(A) The length	of Not in table t	(B)	11	(C)	13	(D)	15 نيبل فينس نيك كي لمبائي ہوتى ہے:	12				
16.	me length	of Net in table t	orano 15.					70.04.0-0.0.					

10th Health and Physical Education Subjective Paper 2024 Rawalpindi Board SSC.(Part-II)-A-2024 Roll No. صحت وجسما في تعليم (انثائيه) (For All Sessions) Health & Physical Education (Subjective) Time: 1:45 Hrs Marks: 48 Section-I 2. درج ذیل میں سے کوئی سے یا ٹی اجزاء کے خضر جوایات تح ریجے۔ 2. Write short answers of any five parts of the following: (5x2=10)الچھے کھلاڑی کے لئے جسمانی فٹنس کیوں ضروری ہے؟ i. Why physical fitness is necessary for a good player? ii. چھوٹے رتبے کے کھیل کے دوفائد تے حریر کریں۔ ii. Write two advantages of small area game. iii. د وسکس کی بناوث مخضر اتح ریکریں۔ iii. Write down the shape of discus briefly. iv. ڈاک دوڑ کے دوفا وکرتح میرکریں۔ iv. Write two fouls are relay race. ٧. بائيكنگ سےكيامراد ہے؟ v. What is meant by "hiking"? vi. سكول كلاس روم كيسا بونا جايي؟ vi. How would be the school class room? vii عائے پینے کے دوفائدے تحریر کریں۔ vii. Write two benefits of taking tea. (مرف طلباء کے لئے) (Only For Boys) iii. باک کھیل کا آغاز کیے ہوتا ہے؟ viii. How does hockey game starts? (صرف طالبات كے لئے) (Only for Girls) viii. میل ٹینس کھیل کے دوفا وازتح ریجیے۔ viii. Write two fouls of table tennis game. درج ذیل میں سے کوئی سے یا نچ اجزاء کے فقر جوابات فحر کے 3. Write short answers of any five parts of the following: کھلاڑی میں فرض شناس کیوں ضروری ہے؟ i. Why dutifulness is important for a player? چھوٹے رقبے کے چند کھیلوں کے نام تحریر کریں۔ ii. Write the names of few games of small area. iii. ڈسکس تحروکرنے کے بعد کھلاڑی کب دائرے سے باہر نکلے گا؟ When player will come out from circle after throwing the discus? iv. ڈاک دوڑ کے تین فاؤلزتم رکزیں۔ iv. Write two faults of relay race. ٧. بائيكنگ كودفائد تحريكرينv. Write two advantages of "Hiking". vi. معاشرتی صحت کے دواصول تحریر کریں۔ vi. Write two principles of "social health" vii. آلوده ماحول کے دونقصا نات تحریر کریں۔ Write two harmful effects of polluted environment. iii. متعدى امراض سے كيامراد ہے؟ viii. What is meant by infectious diseases? ورج ذیل میں سے کوئی سے مانچ اجزاء کے تقر جوایات تحریر سیجے۔ (5x2=10) 4. Write short answers of any five parts of the following: i. ایک اچھا کھلاڑی کس طرح یا و قار شخصیت کا مالک ہوتا ہے؟ i. How does a good player has a graceful personality? ii. فارغ وقت کی دومثبت سرگرمیان تحریر کریں۔ ii. Write two positive activities of leisure time. iii. لمبی چھلا تک میں لینڈنگ (اکھاڑے میں اترنا) سے کیام ادہے؟ iii. What is meant by landing in long jump? iv. ريليريس (100x4) ميركاتعارف دولائنون مين تحريركرين. iv. Introduce relay race (100x4) meter in two lines. ٧. كيمينگ سے نوجوان سل كياسلھتى ہے؟ v. What does youth generation learn by "Camping"? vi. متعدى يمارى سے بيخ كى دواحتياطى تد اير تحريركريں_ vi. Write two precautionary measures of infectious diseases. vii. پودول کے جارفا کدتے مریجیے۔ vii. Write down four benefits of plants. viii. غذامیں ملاوث کے دونقصا نات تحریر کریں۔ viii. Write two harmful effects of food adulteration. حصهدوم Section-II درج ذیل میں سے کوئی سے دوسوالات کے جوابات فریر یں۔ (9x2=18)Write answers of any two questions from the following: 5. موجوده دورمین فزیکل فشس کی اہمیت اوفادیت بیان کریں۔

وسكس تقروك توانين وضوا بطائح ريكري_

7. مشروبات كيامراد بيعير الكحلى مشروبات كاتفسيل تحريجي

Please visit for more data at: www.pakcity.org 104-10-A

Write down the importance of physical fitness in present age.

6. Write down the rules and regulations of discus throw.

7. Define drinks. Write the details of non-alcoholaic drinks.

## Health & Physical Education (Objective Type) Marks: 12 Time: 15 Minutes ביר 15 ביר אירי אירי אירי אירי אירי אירי אירי	S.S.C - (Pari		r 2022 Rawai	pinai Board	1								
ארצי: 12 Time:15 Minutes ביו 15 יייי 15 ייי	Roll No. امیدداد نوندکرک (For all s	essions)	Paper Code	7 4	2 1								
NOTE: Write answers to the questions on objective answer sheet provided. Four possible answers A,B,C & D is each question are given. Which answer you consider correct, fill the corresponding circle A,B,C or D given in front of each question with Marker or pen ink on the answer sheet provided. 1.1. What is wrong with walking on slope? (A) Round waist follow waist f	Health & Physical Education (Objective	ve Type)	معروضی)	سمانی تعلیم (صحت وج								
NOTE: Write answers to the questions on objective answer sheet provided. Four possible answers A.B.C. & D to each question are given. Which answer you consider correct, fill the corresponding circle A.B.C or D given in front of each question with Marker or pen ink on the answer sheet provided. 1.1. What is wrong with walking on slope? (A) Round waist (B) Hollow waist (C) Uneven shoulders (B) Hollow waist (C) Uneven shoulders (C) Uneven shoulders (B) Fine Arts (C) Uneven shoulders (B) Fine Arts (C) Physical diseases (C) Physical diseases (C) Physical diseases (D) Filat foot (D) Recreation (E) Sexual diseases (D) Filat foot (D) Recreation (E) Sexual diseases (D) Filat foot (D) Recreation (E) Sexual diseases (D) Filat foot (D) Recreation (D) Recreation (E) Sexual diseases (D) Filat foot (D) Recreation (D) Recreation (E) Sexual diseases (D) Filat foot (D) Recreation (D) Recreation (E) Sexual diseases (D) Filat foot (D) Recreation (D) Recreation (E) Sexual diseases (D) Filat foot (D) Recreation (D) Recreation (D) Recreation (D) Recreation (E) Sexual diseases (D) Filat foot (D) Recreation (D) Recreation (D) Recreation (E) Sexual diseases (D) Filat foot (D) Recreation (D) Recreation (D) Recreation (D) Recreation (D) Recreation (E) Sexual diseases (D) Filat foot (D) Recreation (D) Recreation (E) Sexual diseases (D) Filat foot (D) Recreation (E) Recreation (D) Recreation (D) Recreation (D) Recreation (E) Recreation (D) Recreation (D) Recreation (E) Recreation (D) Recreation (E) Recreation (D) Recreation (D) Recreation (E) R	Marks: 12 Time:15 M	ت:15 منك inutes	وفتنا	•	نبر: 12								
NOTE: Write answers to the questions on objective answer sheet provided. Four possible answers A.B.C. & D to each question are given. Which answer you consider correct, fill the corresponding circle A.B.C or D given in front of each question with Marker or pen ink on the answer sheet provided. 1.1. What is wrong with walking on slope? (A) Round waist \(\frac{1}{2}\) \(\fra	مکنه جوایات CBA اور CB کر گئرین دس جوار کو آن در سرت مجھیں ،	بی راکھیئے ہرسوال کےجارم	ت دې گئي معروضي جواني کا	ام سوالات کے جواما،	نوے: تم								
NOTE: Write answers to the questions on objective answer sheet provided. Four possible answers A.B.C. & D to each question are given. Which answer you consider correct, fill the corresponding circle A.B.C or D given in front of each question with Marker or pen ink on the answer sheet provided. 1.1. What is wrong with walking on slope? (A) Round waist / U/ (B) Hollow waist / U/ (C) Uneven shoulders = \(\frac{1}{2} \) \(\frac{1} \) \(\frac{1}{2} \) \(\frac{1}{2} \) \(\frac{1}{2} \) \(\f	حداق کالگارد این استان فی کرد منز ۱۰ م کردان مارس سروی این کرد کردانگری این سروی بیان می دون برد سے میں استان حداق کالگارد این استال نمسر کردا منز ۱۰ م کردان میں سروی این کردانگری این سرکت کردانگری این سرکت بین												
each question are given. Which answer you consider correct, fill the corresponding circle A.B.C or D given in front of each question with Marker or pen ink on the answer sheet provided. 1.1. What is wrong with walking on slope? (A) Round waist איל (C) Uneven shoulders בשליים (B) Fine Arts (A) Hobbies שליים (B) Fine Arts (A) Contagious diseases (L) שליים (C) Physical diseases (L) Physical diseases (L) Physical diseases (L) שליים (C) Physical diseases (L) P	The state of the s				24								
each question with Marker or pen ink on the answer sheet provided. 1.1. What is wrong with walking on slope? (A) Round walst / المساول المس													
1.1. What is wrong with walking on slope? (A) Round waist איל איל (C) Uneven shoulders ביל איל (D) Flat foot של			Hulling Circle 7,D,	O or D given	an morne of								
(A) Round waist איל איל (C) Uneven shoulders באל איל (C) Uneven shoulders באל איל (C) Uneven shoulders באל איל (C) Physical diseases of the time activity is: (A) Hobbies איל באל (C) Physical diseases (אַב אָב אָב אַב אַב אַב אַב אַב אַב אַב אַב אַב אַ		TOVIGEG.	C 6.	ط کی انقص	ه و دها باسطی								
(C) Uneven shoulders בּילייליליב (D) Flat foot שלוליב (A) Hobbies שלייב (B) Fine Arts בּיליליליב (C) Social שלייב (D) Recreation (דֹיד (A) Hobbies שלייב (B) Fine Arts (בּיליליליב (C) Physical diseases שלייב (C) Physical diseases (D) ביליל (D) 400 (C) Physical diseases (D) Physical Physical diseases (D) Physical Physical diseases (D) Phys		(D)		يے سے ون سال ال	۱۰۱. و خصوان ک پر								
2. The best free time activity is: (A) Hobbies الم													
(A) Hobbies שלים (B) Fine Arts שלים (C) Social של היא (D) Recreation (ביל שלים (A) contagious diseases של שלים (C) Physical diseases (D) Recreation (E) 3 (D) 40 (D) 400	· · · ·	(D) Flat foot	چىپا يا <i>و</i> ل	e S r 24.	د تا فروسا								
(A) contagious diseases リールをいた (D) Sexual diseases リールをいた (C) Physical diseases リールをいた (D) Genetic diseases リールをいた (D) Genetic diseases リードで (D) Genetic diseases リードで (D) Genetic diseases リードで (D) 400 (C) 200 (D) 400 (D) 400 (C) 200 (D) 400 (D)		(C) Coolel	.7I (D)	Pooroation	عرب ورت ر آه ت ^ه								
(A) contagious diseases リールをいた (D) Sexual diseases リールをいた (C) Physical diseases リールをいた (D) Genetic diseases リールをいた (D) Genetic diseases リードで (D) Genetic diseases リードで (D) Genetic diseases リードで (D) 400 (C) 200 (D) 400 (D) 400 (C) 200 (D) 400 (D)		(C) Social (ر ل) رخفی کمنتقل مدن	ال شخف سده	عرن على ال								
(C) Physical diseases المن المن المن المن المن المن المن المن		/B) sovual dia	7		.5								
4. An athelete runsmeter in a relay race 4x100. (A) 50 (B) 100 (C) 200 (D) 400 5. A table tennis game is consistsed on how many points? (A) 5 (B) 10 (C) 11 6. The weight of discus for ladies is kg. (A) 2.5 (B) 1.5 (C) 2 (D) 3 7. The steps of long jump are: (A) 3 (B) 4 (C) 5 (B) 6-6 (C) 5-5 (D) 6 (A) 3-3 (B) 6-6 (C) 5-5 (D) 8-8 (For Boys only) 9. The number of players exceeds eight in discus throw, how many attempts should be made 1 st? (A) 11 (B) 12 (C) 14 (D) 18 11. The weight of discus for men is: (A) 1/2 01 kg (B) 70 (C) 75 (B) 70 (C) 75 (C) 235 meter (For Girls only) 13. Alcohohlic beverages cause the diseases to: (A) 2.5 (B) 80 (C) 12.5 meter (B) 20 meter (C) 200 (D) 40 (B) 100 (C) 100 (D)	•		4										
(A) 50 (B) 100 (C) 200 (D) 400 (D) 400 (E) 400 (D) 400 (E) 40		(D) Genetic di			≥100×4 4								
5. A table tennis game is consistsed on how many points? (A) 5 (B) 10 (C) 11 (C) 11 (C) 12 (A) 2.5 (B) 1.5 (C) 2 (D) 3 (D) 6 (E) 2 (D) 6 (E) 3 (D) 6 (E) 4 (E) 6 (E) 6 (E) 7 (E) 16 (E) 12 (E) 12 (E) 13 (E) 12 (E) 13 (E) 13 (E) 14 (E) 14 (E) 14 (E) 14 (E) 14 (E) 15 (E) 14 ((C) 200											
(A) 5 (B) 10 6. The weight of discus for ladies is			5- 13-	گیم کتز دانش رمشتا گیم کتز دانش رمشتا	5 میل ثینس کی								
6. The weight of discus for ladies iskg. (A) 2.5 (B) 1.5 (C) 2 (D) 3 7. The steps of long jump are: (A) 3 (B) 4 (C) 5 (D) 6 8. If the number of players exceeds eight in discus throw, how many attempts should be made 1 st? (A) 3-3 (B) 6-6 (C) 5-5 (D) 8-8 (For Boys only) 9. The number of players in hockey team is: (A) 11 (B) 12 (C) 14 (D) 16 10. The weight of discus for men is: (A) المرابع 1 (B) 12 (C) 14 (D) 16 11. The width of hockey ground line is		(Cr. 11)	·		JU "U" .0								
17. The steps of long jump are: (A) 3 (B) 4 (C) 5 (B) 6 (C) 5 (C) 5 (D) 6 8. If the number of players exceeds eight in discus throw, how many attempts should be made 1st? (A) 3 (B) 6-6 (C) 5-5 (For Boys only) 9. The number of players in hockey team is: (A) 11 (B) 12 (C) 14 10. The weight of discus for men is: (A) (B) 6-6 (C) 7-5 (B) 70 (C) 75 (C) 75 (D) 8-8 (D) 16 بدانیم المراس		(G)	کارگرام موتا سر	بعورتوں کر لئر	6 وسكس كاوزا								
7. The steps of long jump are: (A) 3 (B) 4 (C) 5 8. If the number of players exceeds eight in discus throw, how many attempts should be made 1 ⁵¹ ? (A) 3-3 (B) 6-6 (C) 5-5 (D) 8-8 (For Boys only) 9. The number of players in hockey team is: (A) 11 (B) 12 (C) 14 (D) 16 10. The weight of discus for men is: (A) 10 (B) 70 (C) 75 (D) 85 11. The width of hockey ground line is: (A) 65 (B) 70 (C) 75 (D) 85 12. The length of running in a long jump is: (A) ½45 meter (B) ½40 meter (For Girls only) 13. Alcohohlic beverages cause the diseases to: (A) Heart (B) ½20 meter (C) ½35 meter (C) Lungs (C) Lungs (C) ½35 meter (D) Kidney (D) Ki		(C) 2	• •		.0.0								
(A) 3 (B) 4 (C) 5 (D) 6 8. If the number of players exceeds eight in discus throw, how many attempts should be made 1 st.? (A) 3-3 (B) 6-6 (C) 5-5 (D) 8-8 (For Boys only) 9. The number of players in hockey team is: (A) 11 (B) 12 (C) 14 (D) 16 (D) 16 10. The weight of discus for men is: (A) 65 (B) 70 (C) 75 (D) 85 12. The length of running in a long jump is: (A) ½45 meter (B) ½40 meter (For Girls only) 13. Alcohohlic beverages cause the diseases to: (A) Heart (B) ½20 meter (B) ½20 meter (C) ½35 meter (D) ½30	2010	(6) 2	(5)	کرم احل ہو ترین	7 کی تھالگ								
8. If the number of players exceeds eight in discus throw, how many attempts should be made 1 st ? (A) 3-3 (B) 6-6 (C) 5-5 (D) 8-8 (For Boys only) 9. The number of players in hockey team is: (A) 11 (B) 12 (C) 14 (D) 16 10. The weight of discus for men is: (A) 20 kg (B) 12 (C) 14 (D) 16 11. The width of hockey ground line is mm. (A) 65 (B) 70 (C) 75 (D) 85 12. The length of running in a long jump is: (A) 245 meter (B) 240 meter (C) 245 meter (D) 250 meter (C) 250 meter (D) 250 mete		(C) 5											
attempts should be made 1 st? (A) 3-3 (B) 6-6 (C) 5-5 (D) 8-8 (For Boys only) 9. The number of players in hockey team is: (A) 11 (B) 12 (C) 14 (D) 16 10. The weight of discus for men is: (A) المراف ال	^// ~		رك) نهر سے زیادہ ہوجائے تو سملے	ے کھلاڑیوں کی تعداد آغ	8. ڊسکس تفروم								
(A) 3-3 (B) 6-6 (C) 5-5 (D) 8-8 (For Boys only) 9. The number of players in hockey team is: (A) 11 (B) 12 (C) 14 (D) 16 المعناص كالموادن موروت ك التجاعب المعالمة المعا		now many	7,5 - 1,5 11,2 1	طائملگي؟	کوششیں دی								
(A) 11 (B) 12 (C) 14 (D) 16 ((C) 5-5	(D)										
9. The number of players in hockey team is: (A) 11 (B) 12 10. The weight of discus for men is: (A) γ الم		TION SA											
(C) 14 (D) 16 10. The weight of discus for men is: (A) المراكة 10 kg (B) المراكب 10 kg (C) المراكب 10 kg (C) المراكب 10 kg (D) المراكب 11 kg (D) k		arriena S			9. ما کی ٹیم میں کھا								
(A) مراف المعلق		(C) 14											
(A) مراف المعلق		-1134	-4	نام دول کے لئے ہوتا۔	10. ڈسکس کاوز ل								
11. The width of hockey ground line is		(C) كلوكرام (S)											
(A) 65 (B) 70 (C) 75 (D) 85 12. The length of running in a long jump is: (A) ½45 meter (B) ½40 meter (C) ½35 meter (D) ½30 meter (For Girls only) 13. Alcohohlic beverages cause the diseases to: (A) Heart المروس على المروس المرو	0001016	y.orgi	۔۔۔ ملی میٹر ہوتی ہے۔	ب لائنول کی چوڑ ائی ۔۔۔	11. با کی گراؤند پیر								
12. The length of running in a long jump is: (A) برائے علی اللہ میں دوڑ نے کی لبیانی ہوتی ہے۔ (B) برائے مصوفہ اللہ اللہ میں دوڑ نے کی لبیانی ہوتی ہے۔ (C) برائے علی مصوفہ اللہ اللہ اللہ ہوتی ہے۔ (D) برائے مصوفہ اللہ اللہ اللہ ہوتی ہے۔ (D) لان مصوفہ اللہ اللہ ہوتی ہے۔ (D) Kidney علی ہے۔ (D) خواجہ اللہ ہوتا ہے۔ (D) خواجہ اللہ ہوتا ہے۔ (E) ہے۔ (D) خواجہ اللہ ہوتا ہے۔ (D) خواجہ اللہ ہوتا ہے۔ (E) ہے۔ (D) خواجہ اللہ ہوتا ہے۔ (E) ہے۔ (E) ہے۔ (D) ہے۔ (D) ہے۔ (E) ہے۔ (E) ہے۔ (D) ہے۔ (D) ہے۔ (E) ہے۔ (E) ہے۔ (D) ہے۔ (E) ہے۔ (E) ہے۔ (D) ہے		(C) 75	(D)	85									
(A) برائے 45 meter (B) برائے 40 meter (C) برائے 55 meter (D) برائے 30 meter (امرف البات کے لیے) 13. Alcohohlic beverages cause the diseases to: (A) Heart رسی میں بیٹن کی تو آبیل (C) Lungs برائے 10 Kidney (D) Kidney روں کی 14. The area of changing baton in 4x100 meter race is: (A) برائے 10 meter (B) برائے 20 meter (C) برائے 15 meter (D) برائے 100x4 .14 (D) برائے 15 meter (D) ہوگئے 15 سیل ٹینس بال کا وزن ہوتا ہے۔ (A) 98.1 و ایک کی اور کی تو ایک کی اور کی تو ایک کی کر ایک کی کی تو ایک کی کر ایک کر	•	X •• Z	تي ہے۔	بں دوڑنے کی لمبائی ہو	12. كبي چىلانگ								
(A) Heart رون کی (B) Stomach and liver معربی (C) Lungs معربی (D) Kidney کردوں کی اللہ اللہ اللہ اللہ اللہ اللہ اللہ الل		(C) 35 met			•								
13. Alcohohlic beverages cause the diseases to: (A) Heart دورل کی (B) Stomach and liver کردورل کی دورل کی (C) Lungs کردورل کی کاملاقہو تا ہے۔ 14. The area of changing baton in 4x100 meter race is: (A) خوال معرب اللہ میں میٹن کی تبدیل کا کاملاقہو تا ہے۔ (B) خوال معرب اللہ کی کاملاقہو تا ہے۔ (C) Lungs کی جو بی کی کاملاقہو تا ہے۔ (D) Kidney کی کاملاقہو تا ہے۔ 15. The weight of table tennis ball is: (A) کو کی تا کہ سول کا دوران ہوتا ہے۔ (B) کو کی تا کہ سول کا دوران ہوتا ہے۔ (C) کی تا کہ سول کا دوران ہوتا ہے۔ (D) کو کی تا کہ سول کا دوران ہوتا ہے۔ (D) کو کی تا کہ سول کا دوران ہوتا ہے۔ (D) کو کی تا کہ سول کا دوران ہوتا ہے۔ (E) کو کی		. , ,	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	(مرف طا									
(A) Heart را دران کی (B) Stomach and liver را معدے اور عکر (C) Lungs را کی کی بھیچوڑے (D) Kidney را کی کا ملا آبھو تا ہے۔ 14. The area of changing baton in 4x100 meter race is: (A) معدے اور عکر اللہ معنوان کی تعدید کی کا ملا آبھو تا ہے۔ (B) معدے 100 meter (B) معدے 100 meter (C) معدید کی کا ملا آبھو تا ہے۔ (C) معدے 15 meter (D) معدی 15 meter (D) معدے 15 meter (D) معدی 15 meter (D) معدی 15 سول کا در اور نا ہوتا ہے۔ (A) معدی 15 سول کی کا ملا آبھو تا ہے۔ (B) معدی 15 سول کی کا ملا آبھو تا ہے۔ (C) معدی 15 سول کی کا ملا آبھو تا ہے۔ (D) معدی 15 سول کی کے سول کی کے سول کی کا ملا آبھو تا ہے۔ (A) معدی 15 سول کی کا ملا آبھو تا ہے۔ (B) معدی 15 سول کی کا ملا آبھو تا ہے۔ (C) معدی 15 سول کی کا ملا آبھو تا ہے۔ (D) معدی 15 سول کی کا ملا آبھو تا ہے۔ (D) معدی 15 سول کی کا ملا آبھو تا ہے۔ (D) معدی 15 سول کی کا ملا آبھو تا ہے۔ (E) معدی 15 سول کی کا ملا آبھو تا ہے۔ (E) معدی 15 سول کی کا ملا آبھو تا ہے۔ (E) معدی 15 سول کی کا ملا آبھو تا ہے۔ (E) معدی 15 سول کی کا ملا آبھو تا ہے۔ (E) معدی 15 سول کی کا ملا آبھو تا ہے۔ (E) معدی 15 سول کی کا ملا آبھو تا ہے۔ (E) معدی 15 سول کی کا ملا آبھو تا ہے۔ (E) معدی 16 سول کی کا ملا آبھو تا ہے۔ (E) معدی 16 سول کی کا ملا آبھو تا ہے۔ (E) معدی 16 سول کی کا ملا آبھو تا ہے۔ (E) معدی 16 سول کی کا ملا آبھو تا ہے۔ (E) معدی 16 سول کی کا ملا آبھو تا ہے۔ (E) معدی 15 سول کی کا ملا آبھو تا ہے۔ (E) معدی 15 سول کی کا ملا آبھو تا ہے۔ (E) معدی 15 سول کی کا ملا آبھو تا ہے۔ (E) معدی 15 سول کی کا ملا آبھو تا ہے۔ (E) معدی 16 سول کی کا ملا آبھو تا ہے۔ (E) معدی 16 سول کی کا ملا آبھو تا ہے۔ (E) معدی 16 سول کی کا ملا آبھو تا ہے۔ (E) معدی 16 سول کی کا ملا آبھو تا ہے۔ (E) معدی 16 سول کی کا ملا آبھو تا ہے۔ (E) معدی 16 سول کی کا ملا آبھو تا ہے۔ (E) معدی 16 سول کی کا ملا آبھو تا ہے۔ (E) معدی 16 سول کی کا ملا آبھو تا ہے۔ (E) معدی 15 سول کی کا ملا آبھو تا ہے۔ (E) معدی 15 سول کی کا ملا آبھو تا ہے۔ (E) معدی 16 سول کی کا ملا آبھو تا ہے۔ (E) معدی 15 سول کی کا ملا آبھو تا ہے۔ (E) معدی 15 سول کی کا ملا آبھو تا ہے۔ (E) معدی 15 سول کے 16 سول کی کا ملا آبھو تا ہے۔ (E) معدی 16 سول کی کا مل کے 16 سو			ہوتی ہیں۔	ت ياريال لاحق	13. الكوطى مشروبا								
14. The area of changing baton in 4x100 meter race is: (A) مرايس مين من تريس مين من	دل کا (B) Stomach and liver حدے اور جگر	(C) Lungs 2	(D) پھيھرا _	ول کی Kidney	گرده								
(C) منیل اس ال			یلی کاعلاقبہوتا ہے۔	زریس میں بیٹن کی تبد	¥100x4 .14								
(A) رام (B) گرام (C) رام 2.7 gm (D) رام 2.8 gm 16. The body temprature of a healthy person is: (C) مرام (C) 2.7 gm (D) 2.8 gm (A) 98.1 °F (B) 98.2 °F (C) 98.3 °F (D) 98.6 °F		(C) 15 mete	er (D)	½²25 meter									
(A) رام (B) گرام (C) گرام (C) عرب 2.7 gm (D) عرب 2.8 gm (D) عرب 2.8 gm (D) عرب 2.8 gm (D) عرب 2.8 gm عرب 2.8 gm (D) عرب 2.8 g				ل کاوزن ہوتا ہے۔	15. نيبل ڻينس با								
16. The body temprature of a healthy person is: (A) 98.1°F (B) 98.2°F (C) 98.3°F (D) 98.6°F	<u> </u>	2.7 gm گرام (C)		2.8 gm گرام									
(A) 98.1° F (B) 98.2° F (C) 98.3° F (D) 98.6° F					16. تندرست جسم								
		(C) 98.3 ⁰ F	(D)	98.6 ⁰ F	7.								
		- Please visit	for more data	at: www.pak	city.org								

3- Write short answers of any five parts from the following.

2x5=10

- i. Write the methods to change the baton.
- iii. Write the methods of holding a discus.
- v. Write two fouls of 4x100 meter post race.
- vii. What is important for physical fitness?

- ii. What does it mean to fly in a long jump?
- iv. Write two rules of long jump.
- vi. Write the essentials for hiking.
- viii. What is necessary for entertaiment?

4- Write short answers of any five parts from the following.

2x5=10

- i. Write two benefits of camping.
- iii. Write down air purifiers.
- v. What is meant by standard population.

- ii. What is meant by air?
- iv. Write two instructions for hikers.
- vi. What is meant by balanced diet?
- vii. Determine the amount of food according to the climate. viii. What is meant by syrup?

Section -II

Note: Answer any two questions from the following.

9x2=18

- 5. Give detail of alcohlic beverages.
- Define hiking. Write detail about hiking.
- 7. Write skills of table tennis in detail.

100-10-A- Please visit for more data at: www.pakcity.org