0924 (جماعت نہم) سیکنڈری پارٹ I وارننگ: اس سوالیہ پرچہ میں مختص جگہ پر اپنا رول نمبر لکھ کر دستخط کیجئے۔ رول نمبر: ---------------

صحت و تعلیم جسمانی (معروضی) **PAPER CODE 1421** دستخط امیدوار: ------------

وقت: 15 منٹ سیشن 2020-2022 to 2023-2025 SGD-24 کل نمبر 12

نوٹ: ہر سوال کے چار ممکنہ جوابات A، B، C اور D دیئے گئے ہیں۔ جوابی کاپی پر ہر سوال کے سامنے دیئے گئے دائروں میں سے درست جواب کے مطابق متعلقہ دائرہ کو مارکر یا پین سے بھر دیجئے۔ ایک سے زیادہ دائروں کو پُر کرنے یا کاٹ کر پُر کرنے کی صورت میں مذکورہ جواب غلط تصور ہوگا۔ جوابی کاپی کے دونوں اطراف اس سوالیہ پرچہ پر مطبوعہ PAPER CODE درج کرکے اس کے مطابق دائرے پُر کریں، غلطی کی صورت میں تمام تر ذمہ داری طالب علم پر ہوگی۔ انک ریمور یا سفید فلیوڈ کا استعمال ممنوع ہے۔

| Q-1 | QUESTIONS | (A) | (B) | (C) | (D) |
|---|---|---|---|---|---|
| .1 | تعلیم جسمانی کس کا لازمی جزو ہے؟ | فنی تعلیم | عام تعلیم | معاشرتی تعلیم | روحانی تعلیم |
| .2 | یونانی تعلیم جسمانی کو ______ کہتے تھے۔ | جمناسٹک | تفریح | کھیل | مشغلہ |
| .3 | اچھی اُچھال کا معیار ہے۔ | زیادہ دوڑ | زیادہ سانس | زیادہ بلندی | زیادہ فاصلہ |
| .4 | انسانی جسم میں کُل کتنے نظام ہیں؟ | 08 | 09 | 10 | 11 |
| .5 | دھونے پر سکڑ تا نہیں ہے۔ | نباتاتی لباس | سوتی لباس | ریشمی لباس | اونی لباس |
| .6 | جوڑوں کی اقسام ہیں۔ | 3 | 4 | 5 | 6 |
| .7 | تیز ترین دوڑ ہے۔<br>-----یا-----<br>200 میٹر کی دوڑ میں ٹریک کا چکر مکمل ہوتا ہے۔ | 200 میٹر<br>-----یا-----<br>200 میٹر | 100 میٹر<br>-----یا-----<br>400 میٹر | 400 میٹر<br>-----یا-----<br>600 میٹر | 800 میٹر<br>-----یا-----<br>800 میٹر |
| .8 | والی بال کھیل کتنے سیٹوں پر مشتمل ہوتا ہے؟<br>-----یا-----<br>والی بال نیٹ کی لمبائی ہوتی ہے۔ | تین<br>-----یا-----<br>9.25 میٹر | پانچ<br>-----یا-----<br>9.50 میٹر | چھ<br>-----یا-----<br>7.50 میٹر | سات<br>-----یا-----<br>8.50 میٹر |
| .9 | والی بال میچ کے دوران ہر ٹیم کے ______ کھلاڑیوں کو کھیل میں شرکت کرنا ہوگی۔<br>-----یا-----<br>بیڈ منٹن ڈبلز کی گیم میں دونوں طرف ______ کھلاڑی ہوتے ہیں۔ | تین، تین<br>-----یا-----<br>1 , 1 | چار، چار<br>-----یا-----<br>4 , 4 | چھ، چھ<br>-----یا-----<br>2 , 2 | سات، سات<br>-----یا-----<br>3 , 3 |
| .10 | 200 میٹر دوڑ کے ٹریک میں کم از کم راہداریاں ہوتی ہیں۔<br>-----یا-----<br>100 میٹر دوڑ کے مقابلے ______ راہداریوں میں ہوتے ہیں۔ | 6<br>-----یا-----<br>سیدھی | 7<br>-----یا-----<br>گول | 8<br>-----یا-----<br>الٹی | 9<br>-----یا-----<br>بیضوی |
| .11 | والی بال میں ٹیکنیکل ٹائم آؤٹ کا دورانیہ ہوتا ہے۔<br>-----یا-----<br>بیڈ منٹن کھیل کے عہدیداران کی تعداد کتنی ہے؟ | تیس سیکنڈ<br>-----یا-----<br>2 | ایک منٹ<br>-----یا-----<br>3 | دو منٹ<br>-----یا-----<br>5 | ڈیڑھ منٹ<br>-----یا-----<br>4 |
| .12 | گولہ پھینکنے کے دائرے کا قطر کتنا ہوتا ہے؟<br>-----یا-----<br>بیڈ منٹن کورٹ کی بیک گیلری کی چوڑائی ہوتی ہے۔ | 2.135 میٹر<br>-----یا-----<br>760 ملی میٹر | 2.140 میٹر<br>-----یا-----<br>770 ملی میٹر | 2.145 میٹر<br>-----یا-----<br>775 ملی میٹر | 2.150 میٹر<br>-----یا-----<br>780 ملی میٹر |

www.taleem360.com

993-0924-1400

SGD-24

وارننگ: اس سوالیہ پرچہ پر اپنے رول نمبر کے سوا اور کچھ نہ لکھیں

0924 (جماعت نہم) سیکنڈری پارٹ I، سیشن 2020-2022 to 2023-2025

صحت و تعلیم جسمانی (انشائیہ) وقت: 1:45 گھنٹے کل نمبر: 48

حصہ ------------ اول

سوال نمبر2۔ درج ذیل میں سے کوئی سے پانچ اجزا کے مختصر جوابات تحریر کریں۔ 5×2=10

(i) مسٹر بچر کے نزدیک تعلیم جسمانی کی اہمیت بیان کریں۔
(ii) کھیلوں کی ماں کسے کہا جاتا ہے؟
(iii) وزن سہارنے کی دو سرگرمیاں لکھیں۔
(iv) غیر ارادی حرکات کی تعریف کریں۔
(v) گھمانے کے عمل میں حرکت کس صورت میں سفر کرتی ہے؟
(vi) عالمی ادارہ صحت کی بیان کردہ صحت کی تعریف لکھیں۔
(vii) ناھموار کندھوں کا نقص کیسے پیدا ہوتا ہے؟
(viii) خالی کمر کی تین اصلاحی ورزشیں بیان کریں۔

سوال نمبر3۔ درج ذیل میں سے کوئی سے پانچ اجزا کے مختصر جوابات تحریر کریں۔ 5×2=10

(i) 200 میٹر دوڑ کے سٹارٹ کے مراحل لکھیں۔
(ii) ڈوپنگ سے کیا مراد ہے؟
(iii) گولہ کے لینڈنگ سیکٹر کی وضاحت کریں۔
(iv) بیڈمنٹن میں سروس کی دو غلطیاں درج کریں۔
(v) والی بال کا کھیل کیسے شروع ہوتا ہے؟
(vi) لیبر وکھلاڑی پر مختصر نوٹ لکھیں۔
(vii) گولہ پھینکنے کے تین قوانین لکھیں۔
(viii) 200 میٹر دوڑ کے ٹریک پر مختصر نوٹ لکھیں۔

سوال نمبر4۔ درج ذیل میں سے کوئی سے پانچ اجزا کے مختصر جوابات تحریر کریں۔ 5×2=10

(i) لباس کے انتخاب میں کن باتوں کو مدنظر رکھنا چاہیے؟
(ii) اونی لباس کی خامیاں بیان کریں۔
(iii) بندھن سے کیا مراد ہے؟
(iv) جوڑوں کے فوائد لکھیں۔
(v) اجتماعی صحت سے کیا مراد ہے؟
(vi) دھوپ کے داخلے کیلئے عمارت کا رُخ کس طرف ہونا چاہیے؟
(vii) بالوں کی حفاظت کیسے کرنی چاہیے؟
(viii) تنگ اور نوکدار جوتوں کے نقصانات تحریر کریں۔

حصہ ------------ دوم

نوٹ: کوئی سے دو سوالات کے جوابات تحریر کریں۔ 9×2=18

5 والی بال کھیل کے فاؤلز پر مفصل نوٹ لکھیں۔

6 نظام عضلات پر نوٹ لکھیں۔

7 بیڈمنٹن کورٹ کا خاکہ بنائیں اور تمام پیمائشیں لکھیں۔ ----یا---- گولہ پھینکنے کا دائرہ اور سیکٹر بنائیں اور تمام پیمائشیں لکھیں۔

994 - 0924 - 1400

پرچہ تقسیم کرنے سے قبل یہاں سے کاٹیں

www.taleem360.com