

BOARD OF INTERMEDIATE AND SECONDARY EDUCATION, MULTAN
OBJECTIVE KEY FOR SSC ANNUAL/SUPPLY EXAMINATION, 2019!

10th
A 2019

Name of Subject: Health & V. Edu. Session: New (Scheme)

Q.Nos	Paper Code 3421	Paper Code 3423	Paper Code 3425	Paper Code 3427
1	D	D	B	C
2	C	B	B	B
3	B	D	D	B
4	B	C	B	D
5	D	B	D	B
6	B	B	C	D
7	C	B	A	B
8	B	A	A	A
9	A	C	B	A
10	A	B	A	B
11	B	A	C	A
12	A	A	B	C
13	C	B	A	B
14	B	A	A	A
15	A	C	B	A
16	A	B	A	B
17	B	A	C	A
18	A	A	B	C
19	_____			
20	_____			



SSC PART-II (10th CLASS)

HEALTH AND PHYSICAL EDUCATION (NEW SCHEME) (2015-2017 سیشن) (نیمہ اسکیم) صحت و تعلیم جسمانی

TIME ALLOWED: 1.45 Hours

SUBJECTIVE حصہ انشائیہ

وقت = 1.45 گھنٹے

MAXIMUM MARKS: 48

کل نمبر = 48

نوٹ - جوابی کاپی پر وہی سوال نمبر اور جزو نمبر درج کیجیے جو کہ سوالیہ پرچے میں درج ہے۔

and its part number on answer book, as given in the question paper.

SECTION-I حصہ اول

2. Attempt any five parts.

10 = 2 x 5

سوال نمبر 2۔ کوئی سے پانچ اجزاء کے جوابات تحریر کیجیے۔

- (i) Why do posture defects born in early age? (i) تاشقی نقائص اوائل عمر میں کیوں پیدا ہوتے ہیں؟
- (ii) Define Physical Fitness. (ii) فزیکل فٹنس کی تعریف کیجیے۔
- (iii) Write the names of types of small area games. (iii) چھوٹے رقبے کی کھیلوں کی اقسام کے نام تحریر کیجیے۔
- (iv) Write a short note on length and width of Hockey ground. (iv) ہاکی کے گراؤڈ کی لمبائی اور چوڑائی کی مختصر وضاحت کیجیے۔
- (v) What is meant by Posture? (v) قامت سے کیا مراد ہے؟
- (vi) Write two advantages of Drinks. (vi) شربت کے استعمال کے دو فائدہ تحریر کریں۔
- (vii) Which things should be taken under consideration during construction of house building? (vii) گھر کی عمارت بناتے وقت کن باتوں کا خیال رکھنا چاہیے؟
- (viii) What is meant by Recreational hobbies? (viii) تفریحی مشاغل سے کیا مراد ہے؟

3. Attempt any five parts.

10 = 2 x 5

سوال نمبر 3۔ کوئی سے پانچ اجزاء کے جوابات تحریر کیجیے۔

- (i) Write a short note on the structure of Table tennis ball. (i) ٹیبل ٹینس کی بال کی ساخت کی مختصر وضاحت کیجیے۔
- (ii) Describe the structure of Discus. (ii) ڈسکس کی ساخت تحریر کریں۔
- (iii) Write down three disadvantages of Tea. (iii) چائے کے تین نقصانات تحریر کیجیے۔
- (iv) How wastes should be thrown? (iv) کوڑا کوڑکٹ کو کس طرح ٹھکانے لگانا چاہیے؟
- (v) What is meant by "Self Start"? (v) سیلف سٹارٹ سے کیا مراد ہے؟
- (vi) What is meant by Realy Race? (vi) ڈاک دوڑ سے کیا مراد ہے؟
- (vii) Write three precautions for Hiking. (vii) ہائیکنگ کے دوران تین احتیاطی تدابیر تحریر کیجیے۔

4. Attempt any five parts.

10 = 2 x 5

سوال نمبر 4۔ کوئی سے پانچ اجزاء کے جوابات تحریر کیجیے۔

- (i) What is meant by Hiking? (i) ہائیکنگ سے کیا مراد ہے؟
- (ii) What is meant by Balance Diet? (ii) متوازن غذا سے کیا مراد ہے؟
- (iii) Determine three rules for Balance diet. (iii) متوازن غذا کا تعین کرتے وقت تین بنیادی اصول تحریر کیجیے۔
- (iv) How many calories are in 1 g Carbohydrates? (iv) ایک گرام نشاستہ میں کتنے حرارے پائے جاتے ہیں؟
- (v) What is meant by "Let"? (v) "Let" سے کیا مراد ہے؟
- (vi) Write down the names of four stages of Long Jump. (vi) لمبی چھلانگ کے چار مراحل کے نام لکھیے۔
- (vii) What is meant by Alcoholic Beverages? (vii) الکحلی مشروبات سے کیا مراد ہے؟

SECTION-II حصہ دوم

NOTE: - Attempt any two questions.

18 = 9 x 2

نوٹ - کوئی سے دو سوالات کے جوابات تحریر کیجیے۔

5. Write a detailed note on types of small area games. (5) چھوٹے رقبے کی کھیلوں کی اقسام کی وضاحت کیجیے۔
6. Write down rules of Long Jump. (6) لمبی چھلانگ کے قواعد تین مضامین تحریر کیجیے۔
7. Write down qualities of school building. (7) سکول کی عمارت کی خصوصیات تحریر کیجیے۔

نوٹ۔ ہر سوال کے چار ممکنہ جوابات A، B، C اور D دیئے گئے ہیں۔ جو اپنی کاپی پر ہر سوال کے سامنے دیئے گئے دائروں میں سے درست جواب کے مطابق مختلف دائروں کو مار کر یا پین سے نم لکھ کر ایک سے زیادہ دائروں کو نہ کرنے یا کاٹ کر نہ کرنے کی صورت میں مذکورہ جواب غلط تصور ہوگا۔ دائروں کو نہ کرنے کی صورت میں کوئی نمبر نہیں دیا جائے گا۔ اس سوالیہ پرچہ پر سوالات ہر گز حل نہ کریں۔

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 bubble in front of that question number. On bubble sheet, use marker or pen to fill the bubbles. Cutting or filling two or more bubbles will result in zero mark in that question. Attempt as many questions as given in objective type question paper and leave others blank. No credit will be awarded in case BUBBLES are not filled. Do not solve questions on this sheet of OBJECTIVE PAPER.

Q.No.1

سوال نمبر 1۔

- (1) The sources to purify the air are:-
(A) Four چار (B) One ایک (C) Three تین (D) Two دو
ہوا کو صاف کرنے کے ذرائع ہیں۔
- (2) The growth of bones in the human body continues till:-
(A) 16 years (B) 23 years (C) 18 years (D) 20 years
انسانی جسم میں ہڈیوں کی افزائش _____ سال تک ہوتی ہے۔
- (3) 100 x 4 m Relay Race is run on the standardized track of:-
(A) 450 m (B) 400 m (C) 200 m (D) 300 m
4 x 100 میٹر ڈاک دوڑ مسیاری ٹریک پر دوڑی جاتی ہے۔
- (4) _____ causes the increase in performance of body systems.
(A) Traditional games روایتی کھیلوں (B) Physical fitness فزیکل فٹنس
(C) Recreative hobbies تفریحی مشاغل (D) Social activities سماجی سرگرمیاں
جسمانی نظاموں کی کارکردگی میں اضافے کی باعث بنتی ہے۔
- (5) One gram of fats contains calories:-
(A) 9.4 (B) 9.5 (C) 9.6 (D) 9.3
ایک گرام چکنائی میں _____ حرارے ہوتے ہیں۔
- (6) In relay race the weight of baton is:-
(A) 40 g (B) 50 g (C) 60 g (D) 45 g
ڈاک دوڑ کے سیشن کا وزن ہوتا ہے۔

(FOR BOYS ONLY)

(صرف لڑکوں کے لئے)

- (7) The width of hockey ground is:-
(A) 60 m (B) 45 m (C) 55 m (D) 50 m
ہاکی کے گراؤنڈ کی چوڑائی ہوتی ہے۔
- (8) Hockey ground is divided in _____ parts.
(A) Three تین (B) Four چار (C) Two دو (D) Six چھ
ہاکی کے گراؤنڈ کو _____ حصوں میں تقسیم کیا جاتا ہے۔
- (9) The width of landing area for Long Jump is:-
(A) 2.75 - 3 m (B) 2.75 سے 3 میٹر (C) 1.50 - 2 m (D) 1.50 سے 2 میٹر
لمبی چھلانگ کے اگھاڑے کی چوڑائی ہوتی ہے۔
- (10) After calling name the player is given _____ minute/s for Jump.
(A) One ایک (B) Two دو (C) Three تین (D) Four چار
نام پکارے جانے کے بعد کھلاڑی کو پھینکے جانے کے لیے صحت دے جاتے ہیں۔
- (11) The length of runway for Long Jump is:-
(A) 45 m (B) 40 m (C) 35 m (D) 30 m
لمبی چھلانگ میں دوڑنے کے راستے کی لمبائی ہوتی ہے۔
- (12) The length line of Hockey ground is called:-
(A) Side line سائیڈ لائن (B) Touch line ٹچ لائن (C) Back line بیک لائن (D) Goal line گول لائن
ہاکی کے گراؤنڈ کی لمبائی والی لائن کو کہتے ہیں۔

(FOR GIRLS ONLY)

(صرف لڑکیوں کے لئے)

- (7) The height of table for Table tennis is:-
(A) 70 cm (B) 75 cm (C) 76 cm (D) 78 cm
ٹینس ٹیبل کے میز کی اونچائی ہوتی ہے۔
- (8) The shape of table of Table tennis is:-
(A) Square چوکور (B) Rectangle مستطیل (C) Circle گول (D) Triangle ٹریگون
ٹینس ٹیبل کے میز کی شکل ہوتی ہے۔
- (9) The service is changed during Table tennis:-
(A) Two points دو پوائنٹس (B) Four points چار پوائنٹس (C) Three points تین پوائنٹس (D) Five points پانچ پوائنٹس
ٹینس ٹیبل کے دوران سروں _____ کے بعد تبدیل ہوتی ہے۔
- (10) The angle of sector for Discus Throw is:-
(A) 34.92° (B) 45° (C) 32.92° (D) 40°
تھالی پھینکنے کے سیکٹر کا زاویہ ہوتا ہے۔
- (11) The ways of Discus Throw are:-
(A) Three تین (B) Two دو (C) Four چار (D) Five پانچ
تھالی پھینکنے کے طریقے ہیں۔
- (12) The diameter of circle for Discus Throw is:-
(A) 2.50 m + 5 mm (B) 2.25 m + 5 mm (C) 2.40 m + 5 mm (D) 2.35 m + 5 mm
تھالی پھینکنے کے دائرے کا قطر ہوتا ہے۔