

ماڈل پرچہ پریکٹیکل صحت و جسمانی تعلیم  
ثانوی سکول سرٹیفکیٹ امتحان برائے سال ۲۰۱۶ء و مابعد

کل نمبر ۲۰

وقت ۳۰-۲ گھنٹے

- ۱- پریکٹیکل نوٹ بک ۴
- ۲- زبانی سوالات (Viva) ۴
- ۳- (i) محراب بنا کر دکھائیے۔ یا ہاتھوں کے بل کھڑے ہو کر دکھائیے۔ ۲
- (ii) پنوں پر چل کر دکھائیے۔ یا فرنٹ رول کر کے دکھائیے۔ ۲

کوئی سے چار پریکٹیکل کریں۔

- ۱- بیڈمنٹن میں شارٹ سروس کر کے دکھائیے۔ ۲
- ۲- ہاکی میں ڈربانگ کر کے دکھائیے۔ ۲
- ۳- والی بال میں انڈر ہینڈ سروس کر کے دکھائیے۔ ۲
- ۴- گولہ (شٹ پٹ) پھینک کر دکھائیے۔ ۲
- ۵- 100 میٹر کا شارٹ لے کر دکھائیے۔ ۲
- ۶- نیزہ پھینک کر دکھائیے۔ ۲