

Roll No.

| | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|
| | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|

Answer Sheet No. 57

Sig. of Candidate. _____

Sig. of Invigilator. _____

HEALTH AND PHYSICAL EDUCATION HSSC-II

SECTION – A (Marks 17)

Time allowed: 25 Minutes

NOTE: Section-A is compulsory. All parts of this section are to be answered on the question paper itself. It should be completed in the first 25 minutes and handed over to the Centre Superintendent. Deleting/overwriting is not allowed. Do not use lead pencil.

Q. 1 Circle the correct option i.e. A / B / C / D. Each part carries one mark.

- (i) What is the width of lines of standard track?
A. 4 cm B. 6 cm C. 5 cm D. 3 cm
- (ii) Which vitamin is helpful in coagulation of blood / stopping the bleeding?
A. Vitamin A B. Vitamin B C. Vitamin K D. Vitamin E
- (iii) Which vitamin is more helpful in producing red cells?
A. Vitamin B B. Vitamin B2 C. Vitamin B6 D. Vitamin B12
- (iv) What is the length of crossbar in high jump?
A. 1 meter B. 1.5 meter to 2.5 meter
C. 3.98 meter to 4.2 meter D. None of these
- (v) Which thing plays an important role in training of brain?
A. Speech B. Walk C. Play D. Display
- (vi) What should be applied on injuries of the burnt patients?
A. Oil B. Ghee C. Burnol D. Spirit
- (vii) What is the width of running way of Javelin throw?
A. 6 meter B. 4 meter C. 3 meter D. 5 meter
- (viii) Voluntary muscles are about _____ of women body.
A. 26% B. 50% C. 55% D. 60%
- (ix) Which is the treatment of Jaundice?
A. Sugar cane juice B. Orange juice
C. Carrot juice D. Falsa Juice
- (x) Which organ is most expendable in digestive system?
A. Heart B. Liver C. Gallbladder D. Stomach
- (xi) How much lanes should be the in a standard track?
A. 5 B. 7 C. 8 D. 10
- (xii) The name of the sack situated between the joint of small intestine and large intestine is:
A. Rectum B. Ceacum C. Colon D. Pyloric End
- (xiii) In case of an opium over dose, a patient should be forbidden from which of the following:
A. Crying B. Sleeping C. Eating D. Drinking
- (xiv) In how many stages do syphilis appear?
A. 2 B. 3 C. 4 D. 5
- (xv) How much nutrients are there in balance diet?
A. 6 B. 7 C. 5 D. 4
- (xvi) How many substitutes players are there in Hockey? **(For Boys)**
A. 4 B. 3 C. 5 D. 2
- The shape of Badminton Court is: **(For Girls)**
A. Square B. Rectangular C. Circular D. Triangular
- (xvii) What is the width of Basketball court? **(For Boys)**
A. 15 m B. 18 m C. 28 m D. 14 m
- What is the length of net assembly in Table Tennis? **(For Girls)**
A. 2.83 m B. 1.83 m C. 3.83 m D. 4.83 m

For Examiner's use only:

Total Marks:

| |
|----|
| 17 |
|----|

Marks Obtained:

| |
|--|
| |
|--|



صحت و جسمانی تعلیم ایچ ایس ایس سی-II

حصہ اول (کل نمبر: 17)

وقت: 25 منٹ

نوٹ: حصہ اول لازمی ہے اس کے جوابات پر پے پر دیے جائیں گے۔ اس کو پہلے بچیس منٹ میں مکمل کر کے تاہم مرکز کے حوالے کر دیا جائے۔ گات کر دہا رہ لکھنے کی اجازت نہیں۔ لیڈ پینسل کا استعمال ممنوع ہے۔

سوال نمبر: دیے گئے الفاظ یعنی الف ب ج د میں سے درست جواب کے گرد دائرہ لگائیں۔ ہر جزو کا ایک نمبر ہے۔

- | | | | | | | |
|--|--------|---|-------------------|-------------------------|--------------------------|-----------------------------|
| | (i) | معیاری ٹریک کی لائنوں کی چوڑائی کتنی ہوتی ہے؟ | الف۔ 4 سینٹی میٹر | ب۔ 6 سینٹی میٹر | ج۔ 5 سینٹی میٹر | د۔ 3 سینٹی میٹر |
| | (ii) | کون سا وٹامن جینے جینے خون کو روکنے میں مدد کرتا ہے؟ | الف۔ وٹامن اے | ب۔ وٹامن بی | ج۔ وٹامن کے | د۔ وٹامن ای |
| | (iii) | کون سا وٹامن خون کے سرخ ذرات بنانے میں زیادہ مدد کرتا ہے؟ | الف۔ وٹامن B1 | ب۔ وٹامن B2 | ج۔ وٹامن B6 | د۔ وٹامن B12 |
| | (iv) | ہائی چمپ میں کراس ہار کی لمبائی کتنی ہوتی ہے؟ | الف۔ 1 میٹر | ب۔ 1.5 میٹر سے 2.5 میٹر | ج۔ 3.98 میٹر سے 4.2 میٹر | د۔ درج شدہ میں سے کوئی نہیں |
| | (v) | ذہن کی تربیت میں کس چیز کا اہم کردار ہے؟ | الف۔ تقریر | ب۔ سیر | ج۔ کھیل | د۔ نمائش |
| | (vi) | جلے ہوئے مریض کے زخموں پر کیا لگانا چاہیے؟ | الف۔ تیل | ب۔ گھی | ج۔ برنال | د۔ سپرٹ |
| | (vii) | نیزہ چھینکنے کے دوڑنے کے راستے کی چوڑائی کتنی ہوتی ہے؟ | الف۔ 6 میٹر | ب۔ 4 میٹر | ج۔ 3 میٹر | د۔ 5 میٹر |
| | (viii) | ارادی عضلات گورتوں کے تمام جسم کا تقریباً ہوتے ہیں: | الف۔ 26 فیصد | ب۔ 50 فیصد | ج۔ 55 فیصد | د۔ 60 فیصد |
| | (ix) | کس مشروب میں یرقان کے مرض کا علاج ہوتا ہے؟ | الف۔ گئے کارس | ب۔ کیڈ کارس | ج۔ گاج کارس | د۔ فال کارس |
| | (x) | نظام انہضام میں سب سے زیادہ پھولنے والے عضو کا نام بتائیں۔ | الف۔ دل | ب۔ جگر | ج۔ پتہ | د۔ معدہ |
| | (xi) | ایک معیاری ٹریک میں کتنی گھٹیاں ہونی چاہئیں؟ | الف۔ 5 | ب۔ 7 | ج۔ 8 | د۔ 10 |
| | (xii) | چھوٹی آنت اور بڑی آنت کے جوڑ پر ایک گھٹلی ہوتی ہے اسے کیا کہتے ہیں؟ | الف۔ ریگنم | ب۔ سکیم | ج۔ کولون | د۔ پائی لوک اینڈ |
| | (xiii) | انہوں نے زیادہ کھانے سے مریض کو کس چیز سے منع کرنا چاہیے؟ | الف۔ روٹے سے | ب۔ سونے سے | ج۔ کھانا کھانے سے | د۔ پینے سے |
| | (xiv) | آٹفک کی علامات کتنے مراحل میں ظاہر ہوتی ہیں؟ | الف۔ 2 | ب۔ 3 | ج۔ 4 | د۔ 5 |
| | (xv) | متوازن غذا کتنے غذائی اجزاء پر مشتمل ہوتی ہے؟ | الف۔ 6 | ب۔ 7 | ج۔ 5 | د۔ 4 |
| | (xvi) | ہاکی کے کھیل میں کتنے متبادل کھلاڑی ہوتے ہیں؟ | الف۔ 4 | ب۔ 3 | ج۔ 5 | د۔ 2 |
| | (xvii) | بیڈمنٹن کورٹ کس شکل کا ہوتا ہے؟ | الف۔ چوکور | ب۔ مستطیل | ج۔ گول | د۔ کھون |
| | | باسکٹ بال کورٹ کی چوڑائی کیا ہے؟ | الف۔ 15 میٹر | ب۔ 18 میٹر | ج۔ 28 میٹر | د۔ 14 میٹر |
| | | نیپیل نیس میں نیبہ اسمبلی کی لمبائی کیا ہوتی ہے؟ | الف۔ 2.83 میٹر | ب۔ 1.83 میٹر | ج۔ 3.83 میٹر | د۔ 4.83 میٹر |

حاصل کردہ نمبر:

17

کل نمبر:

برائے ممتحن:



HEALTH AND PHYSICAL EDUCATION HSSC-II

58

Time allowed: 2:35 Hours

Total Marks Sections B and C: 68

NOTE: Answer any fourteen parts from Section 'B' and any two questions from Section 'C' on the separately provided answer book. Use supplementary answer sheet i.e. Sheet-B if required. Write your answers neatly and legibly.

SECTION – B (Marks 42)

Q. 2 Answer any FOURTEEN parts. The answer to each part should not exceed 2 to 4 lines. (14 x 3 = 42)

- (i) Write down the functions of liver.
- (ii) Write down three qualities of a good player.
- (iii) Write down the cause of gonorrhoea.
- (iv) Write down the advantages of vitamin C.
- (v) Draw the sector of javelin throw.
- (vi) Write down any three symptoms of snake bite.
- (vii) Write briefly the effects of deficiency of water in human body.
- (viii) What does AIDS stand for?
- (ix) Write down the types of muscles.
- (x) Define the artificial respiration.
- (xi) Write three characteristics of balance diet.
- (xii) Write down three fouls of basketball **(For Boys)**
Write down note on scoring system in table tennis. **(For Girls)**
- (xiii) Write note on penalty shot in hockey. **(For Boys)**
Write down service fouls in Badminton. **(For Girls)**
- (xiv) Define first aid.
- (xv) How is tie broken in high jump?
- (xvi) What is meant by poison?
- (xvii) Define five second rule in basketball. **(For Boys)**
Write note on table tennis ball. **(For Girls)**
- (xviii) Write down names of vitamins soluble in fats.
- (xix) Describe Morphia.

SECTION – C (Marks 26)

Note: Attempt any TWO questions. All questions carry equal marks.

(2 x 13 = 26)

Q. 3 Describe in detail the different stages of food digestion.

Q. 4 Write note on the following:

- a. Nicotine b. Electric shock c. Arsenic

Q. 5 Write note on penalty corner and penalty stroke. **(For Boys)**

Draw badminton doubles court with measurements and write five fouls of double game. **(For Girls)**



صحت و جسمانی تعلیم ایچ ایس ایس سی-II

وقت: 2:35 گھنٹے

کل نمبر حصہ دوم اور سوم: 68

نوٹ: حصہ دوم اور سوم کے سوالات کے جوابات علیحدہ سے مہیا کی گئی جو ابلی کا پی پر دیں۔ حصہ دوم میں سے چودہ (14) اجزاء اور حصہ سوم میں سے کوئی سے دو (2) سوال حل کیجیے۔ ایکسٹرا شیٹ (Sheet-B) طلب کرنے پر مہیا کی جائے گی۔ آپ کے جوابات صاف اور واضح ہونے چاہئیں۔

حصہ دوم (کل نمبر 42)

(14x3=42)

سوال نمبر ۲: مندرجہ ذیل میں سے چودہ (14) اجزاء کے دو تا چار سطروں تک محدود جوابات لکھیے:

- (i) جگر کے افعال تحریر کریں۔
- (ii) اچھے کھلاڑی کے تین اوصاف تحریر کریں۔
- (iii) سوزاک کے اسباب تحریر کریں۔
- (iv) وٹامن سی کے فوائد تحریر کریں۔
- (v) نیزہ کا یکسر بناؤ۔
- (vi) سانپ کے ڈسنے کی کوئی سی تین علامات تحریر کریں۔
- (vii) پانی کی کمی کے انسانی جسم پر اثرات مختصراً تحریر کریں۔
- (viii) ایڈزس چیز کا مخفف ہے؟
- (ix) عضلات کی اقسام تحریر کریں۔
- (x) مصنوعی تنفس سے کیا مراد ہے؟
- (xi) متوازن غذا کی تین خصوصیات تحریر کریں۔
- (xii) باسکٹ بال کے تین فوائد تحریر کریں۔ (برائے طلباء)
- (xiii) نیپیل ٹینس میں سکورنگ سسٹم پر نوٹ لکھیں۔ (برائے طالبات)
- (xiv) باکی میں ہیپلیٹی شٹاٹ پر نوٹ لکھیں۔ (برائے طلباء)
- (xv) بیڈمنٹن میں سروں کے فوائد تحریر کریں۔ (برائے طالبات)
- (xvi) ابتدائی طبی امداد کی تعریف کریں۔
- (xvii) اونچی چھلانگ میں برابری کیسے حل کی جاتی ہے؟
- (xviii) زہر سے کیا مراد ہے؟
- (xix) باسکٹ بال میں پانچ سینڈ کا قانون لکھیے۔ (برائے طلباء)
- (xx) نیپیل ٹینس بال پر نوٹ لکھیے۔ (برائے طالبات)
- (xxi) چکنائی میں حل پذیر وٹامنز کے نام تحریر کریں۔
- (xxii) مارنیا کی مختصر اوضاحت کریں۔

حصہ سوم (کل نمبر 26)

(2x13= 26)

(کوئی سے دو سوال حل کیجیے۔ تمام سوالوں کے نمبر برابر ہیں۔)

- سوال نمبر ۳: غذا کے ہضم ہونے کے مدارج تفصیلاً تحریر کریں۔
- سوال نمبر ۴: مندرجہ ذیل پر نوٹ لکھیں:
- الف۔ ٹیکوٹین ب۔ بجلی کا جھٹکا ج۔ سکھیا
- سوال نمبر ۵: باکی میں ہیپلیٹی کاررز اور ہیپلیٹی سٹروک پر نوٹ لکھیں۔ (برائے طلباء)
- بیڈمنٹن میں ڈبلز کا کورٹ بمعدہ پیش ہٹائیں اور ڈبلز کے پانچ فوائد تحریر کریں۔ (برائے طالبات)