

Step Academy official

Model Town Grw PH: 03016652757

STUDENT NAME	
PAPER CODE	16714
TIME ALLOWED	
Paper Date	



CLASS	F.A (PART-II)
SUBJECT	Physical Education
TOTAL MARKS	
Paper Type	

سوال نمبر : مندرجہ میں سوالات کے مختصر جوابات تحریر کریں۔



1. ہم کھیل کیوں کھلتے ہیں؟
2. کھیل کی کوئی سی تین تعریفیں تحریر کریں؟
3. کھیلو سے سماجی زندگی میں ترقی ہوتی ہے مختصر آنکھے؟
4. کھیل فرصت کے اوقات کا ثابت مصرف ہے مختصر آنکھے؟
5. کھیل جسمانی ترقی کا باعث بنتی ہے۔ مختصر آنکھے؟
6. ایک اچھے قومی کھلاڑی کے اوصاف کے نام تحریر کریں؟
7. اچھے قومی کھلاڑی کے مختصر اوصاف تحریر کریں؟
8. کھیل سے جسمانی ترقی میں اضافہ ہوتا ہے صرف نام لکھیں؟
9. کھیلو کی اہمیت، افادیت کے صرف نام تحریر کریں؟
10. سپورٹس میں شپ کی ایک تعریف کریں؟
11. ہاکی کھیل کی ابتدائی شروعات کی مختصر وضاحت کریں؟
12. ہاکی کے گراؤنڈ کی لمبائی۔ چوڑائی اور لاسٹوں کی وضاحت کریں؟
13. شومنگ سرکل کی مختصر وضاحت کریں؟
14. ہاکی کے گراؤنڈ کے گول پوسٹوں کی مختصر وضاحت کریں؟
15. ہاکی کے بال پر مختصر نوٹ لکھئے؟
16. ہاکی کے کھیل کے اسٹاک کی مختصر وضاحت کریں؟
17. ہاکی ٹائم کے کھلاڑیوں پر مختصر نوٹ لکھیں؟
18. ہاکی کے کھیل کا آغاز کیسے کیا جاتا ہے۔ کی مختصر وضاحت کریں؟
19. بلی کب دی جاتی ہے؟
20. ہاکی کے کھیل میں گول کرنے کے طریقے کی مختصر وضاحت کریں؟
21. فری ہٹ پر مختصر نوٹ تحریر کریں؟

22. باسکٹ بال کورٹ کی لمبائی، چوڑائی اور لائنوں کی مختصر وضاحت کریں؟

23. باسکٹ بال کورٹ کی باونڈری لائنز کی مختصر وضاحت کریں؟

24. سنٹر سرکل اور فری تھرو لائنز کی مختصر وضاحت کریں؟

25. تھری پاؤ نش فیلڈ گول ایریا کی مختصر وضاحت کریں؟

26. باسکٹ بال کھیل کے حوالے سے بیک بورڈ پر مختصر نوٹ لکھیں؟

27. باسکٹ بال کھیل کے حوالے سے بورڈ کے رنگ کی مختصر وضاحت کریں؟

28. باسکٹ بال کھیل کے بال پر مختصر نوٹ لکھیں؟

29. باسکٹ بال کھیل کے آفیشلز کے صرف نام لکھیں؟

30. باسکٹ بال کھیل میں ٹائم بیچ پر ٹائم کے علاوہ عملے کے نام لکھیں؟

31. باسکٹ بال کھیل کے دورانیے پر مختصر نوٹ لکھیں؟

32. کھیل کے آغاز اور نام آوث پر مختصر نوٹ لکھیں؟

33. باسکٹ بال کھیل میں گول پاؤ نش پر مختصر نوٹ لکھیں؟

34. باسکٹ بال کھیل میں ڈنک سے کیا مراد ہے؟

35. باسکٹ بال کھیل میں چار جنگ کی مختصر وضاحت کریں؟

36. باسکٹ بال کھیل میں فیلڈ گول کی مختصر وضاحت کریں؟

37. جپ بال کی مختصر وضاحت کریں؟

38. باسکٹ بال کھیل کے حوالے سے ذاتی فاؤنڈ کی مختصر وضاحت کریں؟

39. باسکٹ بال کھیل میں ٹریویونگ سے کیا مراد ہے؟

40. باسکٹ بال کھیل میں فمبیل سے کیا مراد ہے؟

41. کھلاڑی کے ذاتی پانچ فاؤنڈ کی مختصر وضاحت کریں؟

42. باسکٹ بال کھیل میں تین سینٹڈ کے قانون کی مختصر وضاحت کریں؟

43. باسکٹ بال کھیل میں 24 سینٹڈ کے آئے کی مختصر وضاحت کریں؟

44. بیڈ منٹن کھیل کی شروعات کی مختصر وضاحت کریں؟

45. بیڈ منٹن کھیل کے باقاعدہ ضابطوں کی تشكیل کی مختصر وضاحت کریں؟

46. بیڈ منٹن کورٹ کے پول اپوسٹس اور نیٹ کی مختصر وضاحت کریں؟

47. بیڈ منٹن کھیل میں 21 آل پاؤ نش کی مختصر وضاحت کریں؟

48. بیڈ منٹن کھیل میں 29 آل پاؤ نش کی مختصر وضاحت کریں؟





49. بیڈ منٹن ھیل میں کورٹ کی تبدیلی کی مختصر وضاحت کریں؟
50. بیڈ منٹن کھیل میں سروس کورٹ میں ہونے والی تین غلطیوں کو تحریر کریں؟
51. بیڈ منٹن کھیل کے فاؤنڈ مختصر تحریر کریں؟
52. بیڈ منٹن کھیل میں لیٹ کی مختصر وضاحت کریں؟
53. بیڈ منٹن کھیل میں وقہ کے دورانیے کی مختصر وضاحت کریں؟
54. بیڈ منٹن کھیل کے حوالے سے آفیشلز کے صرف نام لکھیں؟
55. بیڈ منٹن کھیل ریفری پر مختصر نوٹ لکھیں؟
56. بیڈ منٹن کھیل میں ایمپارس پر مختصر نوٹ لکھیں؟
57. بیڈ منٹن کھیل کے حوالے سے سروس نج پر مختصر نوٹ لکھیں؟
58. بیڈ منٹن کھیل کو معطل کرنے سے کیا مراد ہے؟ مختصر وضاحت کریں؟
59. ٹیبل ٹینس کے میز کی پیمائش تحریر کریں؟
60. ٹیبل ٹینس کی بال پر نوٹ لکھیں؟
61. ٹیبل ٹینس کی مندرجہ ذیل اصطلاحات ریلی، لیٹ، ریکٹ ہند، پر مختصر نوٹ لکھیں؟
62. ٹیبل ٹینس کھیل کا آغاز اور سکورنگ کے نظام پر مختصر نوٹ لکھیں؟
63. ٹیبل ٹینس کے بیچ کی مختصر وضاحت کریں؟
64. ٹیبل ٹینس کی درست سروس پر مختصر نوٹ لکھیں؟
65. ٹیبل ٹینس کھیل لیٹ کی مختصر وضاحت کریں؟
66. ٹیبل ٹینس کھیل میں پوائنٹ حاصل کرنے پر مختصر نوٹ لکھیں؟
67. ٹیبل ٹینس کھیل چار فاؤنڈن اکن کریں؟
68. ٹیبل ٹینس کھیل بیچ آفیشلز کی مختصر وضاحت کریں؟
69. ٹیبل ٹینس کھیل کے حوالے سے ریفری کے کردار کی مختصر وضاحت کریں؟
70. ٹیبل ٹینس کھیل کے حوالے سے ایمپارس کے تین فرائض تحریر کریں؟
71. کھیل جلد ختم کرنے کے نظام کی مختصر وضاحت کریں؟
72. نیزہ پھنکنے کی شروعات کی مختصر وضاحت کریں؟
73. نیزہ پھنکنے کو کھیل کا درجہ حاصل کرنے کی مختصر وضاحت کریں؟
74. نیزے کو پکڑنے کے تین طریقوں کے نام تحریر کریں؟
75. نیزہ پھنکنے کے سیکٹر کا زاویہ اور دوڑنے کے راستے کی مختصر وضاحت کریں؟



76. اوپچی چھلانگ کے تین قوانین مختصر تحریر کریں؟
77. اوپچی چھلانگ کی کراس پار اور نیکوں کی مختصر وضاحت کریں؟
78. اوپچی چھلانگ کے چار فاؤلز کے نام لکھیں؟
79. اوپچی چھلانگ میں برابری کے پہلے اصول کو تحریر کریں؟
80. اوپچی چھلانگ میں تیسراe اصول کی وضاحت کریں؟
81. 400 میٹر دوڑ کے مختصر قوانین بنان کریں؟
82. 400 میٹر دوڑ کی، ہیٹش کی مختصر وضاحت کریں؟
83. 400 میٹر کے معیاری ٹریک میں زینے دینے کے قانون کی مختصر وضاحت کریں؟
84. 400 میٹر دوڑ کی پوزیشنوں کا تعین کی وضاحت کریں؟
85. 400 میٹر دوڑ کے مختصر فاؤلز تحریر کریں؟
86. لمبی چھلانگ کی تاریخ کی مختصر وضاحت کریں؟
87. لمبی چھلانگ لگانے کا نیا انداز پیچ کک کی مختصر وضاحت کریں؟
88. لمبی چھلانگ کے پانچ قوانین بیان کریں؟
89. لمبی چھلانگ کے نیک آف بورڈ کی مختصر وضاحت کریں؟
90. لمبی چھلانگ کے رن وے کی مختصر وضاحت کریں؟
91. نظام انہضام سے کیا مراد ہے؟ مختصر وضاحت کریں؟
92. نظام انہضام میں کون کون ست اعضاء حصہ لیتے ہیں صرف نام لکھیں؟
93. معدہ پر مختصر نوٹ لکھیں؟
94. بری آنت کی مختصر وضاحت کریں؟
95. لبلہ کی مختصر وضاحت کریں؟
96. جگر پر مختصر نوٹ لکھیں؟
97. جگر کے چار افعال بیان کریں؟
98. خوراک کے ہضم ہونے کے درج کے صرف نام لکھیں؟
99. لبیے کی رطوبت کی مختصر وضاحت کریں؟
100. عضلات کی بناؤٹ کی مختصر وضاحت کریں؟
101. عضلات کی اقسام کے صرف نام تحریر کریں؟
102. ارادی عضلات پر مختصر نوٹ لکھیں؟

103. ارادی عضلات کی دو اقسام کی مختصر وضاحت کریں؟

104. عضلات کی اہمیت افونڈ پر مختصر نوٹ لکھیں؟

105. خوراک اور غذائیت سے کیا مراد ہے؟

106. خوراک کے اجزاء کے صرف نام تحریر کریں؟

107. لحیات پر مختصر نوٹ لکھیں؟

108. روغنیات پر مختصر نوٹ لکھیں؟

109. وٹامن پر مختصر نوٹ لکھیں؟

110. وٹامن کی اقسام کے صرف نام تحریر کریں؟

111. وٹامن کے مختصر فوائد لکھیں؟

112. انسانی جسم میں وٹامن کی کمی کی مختصر وضاحت کریں؟

113. انسانی جسم میں معدنی نمکیات کے مختصر فوائد بیان کریں؟

114. متوازن غذا سے کیا مراد ہے؟ مختصر وضاحت کریں؟

115. متوازن غذا کے مقاصد مختصر بیان کریں؟

116. غذا کو تنقیح کرنے کے بنیادی اصولوں کے صرف نام لکھیں؟

117. غیر اکھلی مشروبات کسے کہتے ہیں؟

118. اکھلی مشروبات کسے کہتے ہیں؟

119. پاکستانی مشروبات کے صرف نام لکھیں؟

120. لسی کے فوائد کی مختصر وضاحت کریں؟

121. اکھل کی مختصر وضاحت کریں؟

122. الکوھل مشروبات کی اقسام کے صرف نام لکھیں؟

123. الکوھل کے مضر اثرات بیان کریں؟

124. الکوھل کا مرکزی اعصابی نظام پر اثرات کی مختصر وضاحت کریں؟

125. منشیات سے کیا مراد ہے؟ مختصر وضاحت کریں؟

126. افیون کے اثرات انقصانات پر مختصر نوٹ لکھیں؟

127. نیکوٹین کے انسانی جسم پر تین انقصانات لکھیں؟

128. سکھیا پر مختصر نوٹ لکھیں؟

129. مارفیا پر مختصر نوٹ لکھیں؟





130. جسی حفاظان صحت سے کیا مراد ہے؟
131. کتابی لحاظ سے جسی پیاریوں کے صرف نام لکھیں؟
132. سوازک پر مختصر نوٹ لکھیں؟
133. سوازک کے اسباب لکھیں؟
134. سوازک کی روک تھام اعلان/احفاظی تدابیر مختصر لکھیں؟
135. آئنگل کی مختصر وضاحت کریں؟
136. آئنگل کے اسباب مختصر بیان کریں؟
137. جسی پیاریوں کی لگاتار اضافہ کی تین وجوہات بیان کریں؟
138. شکورڈ کی مختصر وضاحت کریں؟
139. شکورڈ کی روک تھام اعلان/احفاظی تدابیر بیان کریں؟
140. ایڈز کی وجوہات مختصر بیان کریں؟
141. ایڈز کی روک تھام احفاظی تدابیر پر مختصر نوٹ لکھیں؟
142. ایڈز کا وائرس نہیں پھیلتا، مختصر نوٹ لکھیں؟
143. ایڈز وائرس کی کہاوت لکھیں؟
144. زہر سے کیا مراد ہے؟
145. زہر جم میں کتنے طریقوں سے دخل ہو سکتا ہے؟ مختصر لکھیں؟
146. بیلاڈونا کی مختصر علامات لکھیں؟
147. سانپ کے ڈسنے کی علامات مختصر لکھیں؟
148. سانپ کے ڈسنے کی طبی امداد اعلان کی مختصر وضاحت کریں؟
149. مصنوعی ٹنس سے کیا مراد ہے؟
150. مریض کے سانس بحال کرنے میں ABC سے کیا مراد ہے؟