

Physical Education Fa Part 1 Urdu Medium Online Test

Sr	Questions	Answers Choice
1	والی بال کورٹ کے چاروں طرف خالی چھوڑی ہونی جگہ کو کہتے ہیں	A. فری زون B. رانٹ زون C. لیپٹ زون D. فرنٹ زون
2	والی بال میں آخری گیم مشتمل ہوتی ہے	A. پوائنٹ پر 10 B. پوائنٹ پر 15 C. پوائنٹ پر 20 D. پوائنٹ پر 30
3	والی بال نیٹ کی لمبائی ہوتی ہے	A. 10.50 میٹر B. 9.50 میٹر C. 11.50 میٹر D. 12.50 میٹر
4	نہالی کے دائرے کے گرد جنگلہ کیوں لگایا جاتا ہے	A. تمثیلوں کی حفاظت کے لئے B. کھلاڑیوں کی حفاظت کے لئے C. پرندوں کی حفاظت کے لئے D. جانوروں کی حفاظت کے لئے
5	والی بال کے ایک سیٹ میں بر ٹیم کو زیادہ سے زیادہ کھلاڑی تبدیل کرنے کی اجازت ہے	A. 8 B. 6 C. 4 D. 2
6	متعدد امراض ہیں	A. سادہ امراض B. پیچیدہ امراض C. خطرناک امراض D. وہ امراض جو ایک شخص سے دوسرے کی لگ جائیں
7	گولہ پہننکے کے لئے دافنی پاؤں سے زاویہ بدلایا جاتا ہے	A. درجے کا 30 B. درجے کا 60 C. درجے کا 50 D. درجے کا 45
8	نیٹ بال کورٹ کی لمبائی ہے	A. 35 میٹر B. 50 میٹر C. 30.50 میٹر D. 40.50 میٹر
9	جسمانی تعلیم لازمی حصہ ہے	A. ایرونائیکل انجینئرنگ B. عام تعلیم C. سول انجینئرنگ D. میڈیکل انسرومنٹ ٹیکنالوجی
10	پلاسٹیسین انڈی کیٹر کی موٹائی ہوتی ہے	A. 15 سم B. 10 سم C. 5 سم D. 20 سم
11	انگلستان اور پورب کے دوسرے ملکوں میں تعلیمی جمناستک کی کسرتی شروع ہوئیں	A. بیسوی صدی عیسوی میں B. سترہویں صدی عیسوی میں C. پندرہویں صدی عیسوی میں D. آیسویں صدی عیسوی میں
12	انسان کی ذہنی کیفیت اثر انداز ہوتی ہے	A. جسم پر B. قام پر C. ماحول پر D. انسان پر
13	بمارے جسم میں بیٹھوں کی تعداد ہے	A. 106 B. 200 C. 206 D. 307
14	دنیا اتنی اگے نکل چکی ہے کہ اب پر کام	A. خود بوتا ہے B. مشینوں پر بوتا ہے C. سرعت سے بوتا ہے D. باتھوں پر بوتا ہے
15	صحت مند انسان کی سوچ ہوتی ہے	A. انتہائی تعمیری B. انتہائی خوبی C. منفی

16	والی بال میں لمبائی والی لان کھلاتی ہے	A. اینڈ لان B. سلینڈ لان C. مرکزی لان D. اٹیک لان
17	والی بال میں آخری گیم مشتمل ہوتی ہے	A. پوائنٹ پر 10 B. 15 پوائنٹ پر C. 20 پوائنٹ پر D. 30 پوائنٹ پر
18	عورتوں کے لئے تھالی کا وزن ہے	A. 2 کلوگرام B. 1 کلوگرام C. 3 کلوگرام D. 4 کلوگرام
19	بیمار گائے کا دودھ استعمال کرنے سے مرض لا حق ہوتا ہے	A. نزلہ رکام B. بیضہ C. پیپی D. ملیریا
20	صاف خون دل کے کون سے خالے میں داخل ہوتا ہے	A. دایل ان B. بیلی ان C. دایان بطن D. بیلیان بطن
21	والی بال کی ٹیم میں کھلاڑی ہوتے ہیں	A. آئھہ B. چھے C. بارہ D. گیارہ
22	سم جست کے لینٹنگ ایریا کی چوڑائی ہوتی ہے	A. 2.75 میٹر B. 3.75 میٹر C. 4.75 میٹر D. 5.75 میٹر
23	فت بال کھیل میں گول پوسٹ کی موٹلی ہوتی ہے	A. 12 سم B. 13 سم C. 14 سم D. 15 سم
24	سم جست کے رن وے کی لمبائی ہوتی ہے	A. 40 میٹر B. 40 میٹر C. 47 میٹر D. 49 میٹر
25	عورتوں کیلئے تھالی کا وزن ہے	A. 2 کلوگرام B. 1 کلوگرام C. 3 کلوگرام D. 4 کلوگرام
26	مردوں کیلئے ٹیک آف بورڈ کا اکھاڑے سے فاصلہ ہوتا ہے	A. 14 میٹر B. 13 میٹر C. 12 میٹر D. 11 میٹر
27	درست قامت اچھی شخصیت کی	A. پہنچ سے B. ضرورت سے C. ائینہ دار سے D. وجہ سے
28	سم جست مشتمل ہے	A. 4 چھلانگوں B. 3 چھلانگوں C. 5 چھلانگوں D. 6 چھلانگوں
29	اعصاب اور عضلات میں رابطہ پیدا ہوتا ہے	A. جسمانی مہارتوں سے B. ٹیک پتھی کی مشقوں سے C. ریاضی کی مشقوں سے D. زندگی کے مقاصد کا احساس کرنے سے
30	برصغیر میں جمناسٹک کن فوجیوں نے متعارف کروئی	A. برطانوی B. فرانسیسی C. یونانی D. ایرانی
31	نیٹ بال کورٹ میں گول پوسٹ کی بلندی ہوتی ہے	A. 4.05 میٹر B. 5.05 میٹر C. 3.05 میٹر D. 6.05 میٹر
32	جمناسٹک کی اصطلاح استعمال ہوئی تھی	A. جرمی کے تعلیمی اداروں B. برطانیہ کے عسکری پروگراموں C. ایل فرانس کی قیمتی تیندب D. ایل یونان کی قیمتی تیندب

- 33 تھالی پہنچنے کے بعد دائڑے کے کس حصے سے بلر انا چاہئے
C. پائیں جانب سے
D. جھپٹے نصف حصے سے
- 34 تھالی پہنچنے کا جنگلہ دائڑہ کے گرد لگلیا جاتا ہے
A. گول شکل میں
B. شکل میں U
C. شکل میں G
D. شکل میں C
- 35 انسان کو اپنی صحت کی حفاظت کرنے اور اس میں بہتری کے لیے تعلیم یافتہ ہونے کی ضرورت ہے کہا ہے
A. دلبرٹ ایرٹ آفر
B. پروفیسر رائٹر
C. پروفیسر ہے لم
D. ان میں سے کوئی نہیں
- 36 اسلام میں زیادہ زور دیا گیا ہے
A. عیش
B. مشقت
C. مفلسی
D. جدوجہد
- 37 سہ جست مسلسل چھلانگوں کا مجموعہ ہے
A. پانچ
B. سات
C. تین
D. چار
- 38 مسل کی اصطلاح لاطینی زبان کے لفظ سے لمی لی گئی ہے جس کے معنی ہیں
A. چوبی
B. شیر
C. بیلی^{بیل}
D. کاکا
- 39 اگر بڈی اندر سے ٹوٹ جائے اور متاثرہ حصے کے اوپر گوشت پر کوئی شناس نہ ہوتا ایسی شکستگی کو کہتے ہیں
A. خم دار شکستگی
B. مرکب شکستگی
C. پیچیدہ شکستگی
D. سادہ شکستگی
- 40 عورتوں کیانے ٹیک آف بورڈ کا اکھاڑے سے فاصلہ ہوتا ہے
A. میٹر 12
B. میٹر 13
C. میٹر 11
D. میٹر 14
- 41 برذی روح چھوٹے چھوٹے جاندار ذرات سے بنتی ہے جس کو کہتے ہیں
A. نیوکلیٹس
B. سلیم مبرین
C. خلیے (cell)
D. پروٹوپلازم
- 42 باقثی مل کر بناتی ہیں
A. عضو
B. تندگی
C. ناک
- 43 کھیلوں کے دوران بڈی ٹوٹتی ہے
A. پانچ طرح سے
B. تین طرح سے
C. دو طرح سے
D. چار طرح سے
- 44 تعلیمی جمناشٹک کی کوئی سرگرمیں جسم کو نارمل حالت میں لاٹی ہیں
A. اختتامیہ
B. ابتدائی
C. درمیانی
D. کوئی بھی نہیں
- 45 جسم کے مختلف حصوں کی ایک دوسرے سے منسوبت کو کہتے ہیں
A. قامت
B. خوب صورتی
C. جسامت
D. جسمانی تعلیم
- 46 جمناشٹک جسم کو بناتی ہے
A. موٹا
B. دبلا
C. طافور
D. لمبا
- 47 صحت زندگی کی وہ خوبی ہے جو ایک فرد کو لمبی زندگی عطا کرتی ہے اور بہتر خدمت کے قابل بناتی ہے بقول
A. بچر
B. سرفراز
C. ٹوویز
D. حے لائف ولیم
- 48 مردوں کیانے ٹیک آف بورڈ کت اکھاڑے کا فاصلہ ہوتا ہے
A. میٹر 3
B. میٹر 4
C. میٹر 6
D. میٹر 13
- 49 انسانی جسم میں بیٹھیوں کی کل تعداد ہے
A. 106
B. 206
C. 306
D. 406
- 50 والی بال میں ٹائم آؤٹ کا حساب رکھتا ہے
A. ریفری
B. ٹائم کا ہیکن
C. ٹائم کا کوچ
D. ریفری کا معاون

51	شٹ پٹ کرنے کی ابتدا ہوئی	B. ایتھیں پہنچنے C. لاپا پہنچنے D. لکڑیل پہنچنے
52	پرانے زمانے میں جنگی بوا کرتی تھیں	A. دوپتو B. اسن C. خوف ناک D. تباہ کن
53	زیادہ تر جرائم کرتے ہیں	A. ضعیف العمر افراد B. کمزور افراد C. نو عمر افراد D. گریب افراد
54	مردوں کیانے تھالی کا قطر بوتا ہے	A. 219 ملی میٹر B. 232 ملی میٹر C. 240 ملی میٹر D. 250 ملی میٹر
55	شارٹ بورڈ کا رنگ ہے	A. سرخ B. پیلا C. سفید D. کالا
56	گولہ پہنچنے وقت باروسے کتے درجے کا زاویہ بنایا ہے	A. 60 B. 45 C. 48 D. 40
57	تعلیم جسمانی کی اہمیت کس دور میں مسلم رہی ہے	A. دور حاضر B. درمیانی C. دور مستقبل D. پر دور
58	کھیل کے اگاز سے اختتام تک قوانین کو نافذ کرنا کام ہے	A. سکورر B. لانٹرنمن C. اپلائر D. ریفری
59	کا مطلب ہے (Gymna Zein) یونانی زبان کے لفظ جمنے زین	A. تنگے جسم ورزش کرنا B. ڈھکے ہوئے جسم سے ورزش کرنا C. پیوں سے ڈھانپ کے ورزش کرنا D. الف)(ب) اور (ج)
60	خلیہ کس نے دریافت کیا	A. سیلانزی B. رابرٹ بی C. ریڈی D. رابرٹ براؤن
61	تھالی پہنچنے کے لئے دائرہ قطر بوتا ہے	A. 2.50 میٹر B. 3.50 میٹر C. 4.50 میٹر D. 5.50 میٹر
62	فت بال کھیل میں گول پوسٹ کی موٹی بوتی ہے	A. 13 سم B. 11 سم C. 12 سم D. 10 سم
63	کھیلیں نوجوانوں میں احساس پیدا کرتی ہیں	A. جمالی B. احساس کھتری C. ندامت D. جگ پنسانی
64	درآمد تنفس میں آکسیجن پیپریٹوں میں جاتی ہے	A. فی صد 20.44 B. فی صد 22.64 C. فی صد 20.94 D. فی صد 22.74
65	فت بال کھیل میں فری کک کی اقسام ہیں	A. تین B. چار C. پانچ D. دو
66	عضلاتی تناؤ کی وجوبات بوتی ہیں	A. پانچ وجوبات B. دو وجوبات C. تین وجوبات D. چار وجوبات
67	نظام تنفس میں حصہ لینے والے اعضاء کی تعداد ہے	A. چھ B. سات C. اُنھے D. پانچ
68	کس تعلیم کے مابراہ نوجوان حادثات سے اکثر بچ جاتے ہیں	A. طبی تعلیم B. فنی تعلیم C. معاشرتی تعلیم D. جمناسٹک تعلیم

69	اسلام زیادہ زور دیتا ہے	A. علوم مذہب اور اجسام B. علوم فلسفہ C. انگریزی ادب D. اردو ادب
70	نیٹ بال کے مرکزی دائرے کا قطر ہوتا ہے	A. 91 سم B. 93 سم C. 94 سم D. 95 سم
71	بمارا جسم کتنے نظاموں سے مل کر تشکیل پاتا ہے	A. گبارہ B. بارہ C. تیرہ D. چودہ
72	ذپنی اور جسمانی تدرستی کا نام ہے	A. قوت B. صحت C. حوصلہ D. جرات
73	عضلات کی مضبوطی ممکن ہے بذریعہ	A. جسمانی سرگرمیوں B. ادکاری C. گلیکی D. ٹی وی پروگراموں
74	ٹسکس پہنچنے کی باری کا تعین کیا جاتا ہے	A. قریعہ اندازی B. اپنی مرضی C. انتظامیہ کی مرضی D. کوچ کی مرضی
75	نیٹ بال کھیل کا آغاز ہوتا ہے	A. سترپاس B. ثانی C. جمب بال D. انڑ پاس
76	عورتوں کے لئے گولے کا وزن ہوتا ہے	A. 4 کلو گرام B. 2 کلو گرام C. 3 کلو گرام D. 6 کلو گرام
77	فٹ بال کھیل میں پنیٹی کک کے نشان کا قطر ہوتا ہے	A. 13 میٹر B. 11 میٹر C. 18 میٹر D. 17 میٹر
78	انسان کی عملی زندگی مشکل ہے	A. دولت کے بغیر B. معاشرتی و فقار کے بغیر C. اجھی فائدت کے بغیر D. ان میں سے کوئی نہیں
79	خون مادوں سے مل کے بتاتا ہے	A. دو B. چار C. چھ D. اٹھ
80	نهالی پہنچنے کا جنگلہ دائرے کے گرد کس شکل میں لگایا جاتا ہے	A. P شکل B. شکل C. K شکل D. U شکل
81	حلق میں سوراخ ہوتے ہیں	A. 8 B. 10 C. 7 D. 12
82	جید دور کا انسان زندگی گزار رہا ہے	A. بے عملی B. مفلسی C. جو جہد D. متفک
83	ڈاک دور میں بیشن کی لمبائی ہوتی ہے	A. 28 سم تا 30 سم B. 30 سم تا 32 سم C. 32 سم تا 34 سم D. 34 سم تا 36 سم
84	ایک بھی جیسے خلیوں کے گردہ کو کہتے ہیں	A. نظام B. نظام استخوان C. عضو D. یافت
85	ٹسکس کو پہنچنے کا آغاز یونان میں ہوا	A. 1100 ق م B. 1000 ق م C. 890 ق م D. 715 ق م
86	جسم کی فاضل قوت کا اخراج ممکن ہو پاتا ہے	A. کھیلوں سے B. عیشی سے C. فلم بنی سے D. سکون سے

- 87 بنارٹ کے لحاظ سے وریدیں پر مشتمل ہوتی ہیں
A. تین
B. پانچ
C. چار
D. دو
- 88 جمناسٹک کی اصطلاح سب سے پہلے اپنائی
A. ابل مصر نے
B. ابل ایران نے
C. ابل یونان نے
D. ابل برطانیہ نے
- 89 حالت آرام میں ایک منٹ میں ایک بالغ انسان سنس سنس لیتا ہے
A. تا 18 مرتبہ
B. تا 18 مرتبہ
C. تا 20 مرتبہ
D. تا 25 مرتبہ
- 90 مردیوں کیلئے گولے کا وزن ہوتا ہے
A. 7.260 کلوگرام
B. 5.000 کلوگرام
C. 4 کلوگرام
D. 3 کلوگرام
- 91 دوسرا ممالک میں جسمانی تعلیم کو درجہ دیا گیا ہے
A. مذہبی تعلیم کا
B. فقی تعلیم کا
C. سیاسی تعلیم کا
D. کوئی نہیں
- 92 شکستگی کے معنی ہیں
A. بیڈھی توڑنا
B. جوڑ کا نکانا
C. عصباتی کچاؤ
D. عضلاتی تناز
- 93 نیٹ بال کے کھیل کا میدان کتے برابر حصوں میں تقسیم ہوتا ہے
A. چار
B. دو
C. تین
D. پانچ
- 94 نیٹ بال کھیل میں 15-15 منٹ کے کتے دورانی ہوتے ہیں؟
A. چار
B. چھ
C. آٹھ
D. دس
- 95 تعلیم جسمانی سے مراد وہ علم ہے جو بچوں کو نیک مقصد کے لئے ثہیک طریقے سے حرکت کرنے کا راستہ دکھاتا ہے بقول
A. سفراط
B. بقراط
C. ارسطو
D. افلاطون
- 96 جمہوریت کی پہلی درسگاہ کا نام ہے
A. تعلیم جسمانی
B. مذہبی تعلیم
C. اقتصادی تعلیم
D. سائنس کی تعلیم
- 97 نیٹ بال کا وزن ہوتا ہے
A. 400 گرام 450 سے
B. اونس 20
C. 200 گرام 250 سے
D. 300 گرام 350 سے
- 98 نیٹ بال کھیل میں 15 ، 15 منٹ کے کتے دورانی ہوتے ہیں
A. چار
B. چھ
C. آٹھ
D. دس
- 99 گول پوسٹ پر لگا بوارنگ گول پوسٹ سے کورٹ کی اندر کی جانب کتے فاصلے پر ہوتا ہے
A. 15.24 سم
B. 16.24 سم
C. 17.24 سم
D. 18.24 سم
- 100 شوتٹگ سرکل کا نصف قطر ہوتا ہے
A. 4.89 میٹر
B. 5 میٹر
C. 6 میٹر
D. 7 میٹر
- 101 مردیوں کی لئے گولے کا وزن ہوتا ہے
A. 3.420 کلو گرام
B. 7.260 کلو گرام
C. 8.270 کلو گرام
D. 4.260 کلو گرام
- 102 دپنی اور جسمانی تدریسی کا نام ہے
A. قوت
B. حوصلہ
C. صحت
D. جرات
- 103 والی بال میدان کی چوڑائی ہے
A. 11 میٹر
B. 13 میٹر
C. 9 میٹر
D. 18 میٹر
- 104 کس کے بغیر انسان اپنے لئے اور معاشرے کے لئے ایک بوجہ ہے
A. عام تعلیم
B. تعلیم جسمانی
C. صحت

105	مردوں کے لئے گولے کا وزن بوتا ہے	A. 8.260 B. 9.260 C. 7.260 D. 10.260
106	تھالی پینڈکٹ کے جنگے کی اونچائی بوتی ہے	A. چار میٹر B. چھ میٹر C. سات میٹر D. آٹھ میٹر
107	جمناستک تمام کپیلوں کی تصور کی جاتی ہے	A. مل B. بین C. بھانی D. باپ.
108	تعلیم کا دائرہ عمل ہے	A. نامکمل B. مکمل C. محدود D. لا محدود
109	سے جست کتنی چھلانگوں پر مشتمل ہوتی ہے	A. تین B. چار C. چھ
110	علم الصحّت اور تعلیم جسمانی کا اپس میں رشتہ ہے	A. کچا B. چولی دامن کا C. معمولی D. کوئی بھی نہیں
111	فت بال کھیل میں تمام لاتتوں کی موٹائی ہوتی ہے	A. 13 سم B. 14 سم C. 11 سم D. 12 سم
112	نفریح کس زبان کے لفظ سے ماخوذ ہے	A. یونانی B. لاطینی C. انگریزی D. جیلپنی
113	خلیہ کی ساخت ہوتی ہے	A. بلے جیسی B. اندھے جیسی C. جگر جیسی D. پتے جیسی
114	دل کھٹے خاتون پر مشتمل ہوتا ہے	A. چار B. پانچ C. چھ D. سات
115	رکاوٹی بورڈ کی شکل ہوتی ہے	A. مستطیل نما B. مریع نما C. قوس نما D. مخمس نما
116	ریلے ریس میں بیشن کی زیادہ سے زیادہ لمبائی ہوتی ہے	A. 27 سم B. 22 سم C. 24 سم D. 30 سم
117	نیٹ بال کی گیند کا محيط ہوتا ہے	A. 80 سم B. 85 سم C. 69 سم 71 سے D. 95 سم
118	دونوں کے مقاصد ایک جیسے ہیں	عمومی تعلیم اور انجیشترنگ تعلیم عمومی تعلیم اور تیکنیکل تعلیم عمومی تعلیم اور ساننس کی تعلیم D. عمومی تعلیم اور جسمانی تعلیم
119	قیمت اولیٰ میں شرکت کے لیے یونانی کھلاڑیوں کو حلف دینا پڑتا ہے	A. نیک جانی B. راست گذاری C. درست عمر D. اپنی جیت
120	نیٹ بال میں کونسا کھلاڑی گول کرنے کا مجاز ہے	A. گول ٹیفنس B. گول کبیر C. ونگ ٹیفنس D. گول اتیک
121	اسلام میں ابمیت دی گئی ہے	A. طاقور مومن B. کمزور مومن C. دولت D. باشلبت
122	جسم کی کسی جوڑ کو اچانک مڑ جانے کو کہتے ہیں	A. عضلاتی تناؤ B. شکستگی C. ہم سکھانہ

- 123 سہ جست کے راستے کی چوڑائی ہوتی ہے
A. 1.22 میٹر **نا 1.45 میٹر**
B. 2.22 میٹر
C. 3.22 میٹر **نا 3.45 میٹر**
D. 4.22 میٹر **نا 4.45 میٹر**
- 124 برطانیہ اور یورپ میں تعلیمی جمناسٹک کی سرگرمیں متعارف ہوئیں
A. پندرہ بیوں صدی
B. سولہ بیوں صدی
C. ایکسونیوں صدی
D. بیسویں صدی
- 125 تعلیمی جمناسٹک کی ضرورت در حقیقت محسوس کی گئی کیونکہ
A. بے کسرتین آسان ہیں
B. بے کسرتین دلچسپ ہیں
C. بے کسرتین کم خرچ ہیں
D. بے کسرتین بے حد مفید اور نشوونما میں مدد بنتی ہیں
- 126 سائنس کی نالی پہپہڑوں میں پہنچ کر تقسیم ہوتی ہے
A. دو حصوں
B. تین حصوں
C. چار حصوں
D. پانچ حصوں
- 127 ٹیک آف بورڈ کی لمبائی ہوتی ہے
A. 3.22 میٹر
B. 2.22 میٹر
C. 1.22 میٹر **نا 2.22 میٹر**
D. 4.22 میٹر
- 128 خلیہ اپنے اندر سے کیا خارج کرتا ہے
A. میٹھے مادے
B. فاسد مادے
C. تازہ مادے
D. اکسیجن
- 129 حلق میں سوراخ ہوتے ہیں
A. سات
B. اٹھہ
C. نو
D. دس
- 130 نیٹ بال کورٹ کی لمبائی ہے
A. 35 میٹر
B. 50 میٹر
C. 30.50 میٹر **نا 30.50 میٹر**
D. 40.50 میٹر
- 131 جسم کے مختلف اعضاء کی ایک دوسرے سے مناسبت کا نام ہے
A. جسماتی نشوونما
B. قامت
C. نہیں نشوونما
D. شخصیت
- 132 میٹر ڈاک دوڑ میں پہلی گلی کا پہلا پہلا کھلاڑی کھڑا ہوتا ہے 100×4
A. خط آغاز کے عن پیچے
B. خط آغاز سے اگے
C. خط آغاز کے اوپر
D. خط آغاز سے کافی پیچے
- 133 والی بال میں لیبرو کھلاڑی کی تبدیلی ایک سیٹ میں کتنی دفعہ عمل میں آتی ہے
A. ضرورت کے تحت
B. بغیر ضرورت کے
C. مناسب طریقے سے
D. غیر مناسب طریقے سے
- 134 جمناسٹک کی کسرتوں میں ورزشی آلات کا استعمال کیا
A. جاپان
B. جرمنی
C. امریکہ
D. کینیڈا
- 135 سہ جست کے لینٹنگ ایریا کی چوڑائی ہوتی ہے
A. 3 میٹر **نا 4 میٹر**
B. 4 میٹر
C. 6 میٹر
D. 9 میٹر
- 136 ناخوش گوار خبر سنتے سے انسان پوچھتا ہے
A. چوکا
B. پیغمبر
C. خوش
D. باخبر
- 137 عورتوں کے لئے تہائی کا وزن ہے
A. ایک کلو گرام **نا دو کلو گرام**
B. دو کلو گرام
C. تین کلو گرام
D. چار کلو گرام
- 138 ٹیک آف بورڈ کی چوڑائی ہے
A. 20 سم
B. 25 سم
C. 30 سم
D. 35 سم
- 139 شک کتے نگری سکیٹ کے اندر پہننکی جاتی ہے
A. 34.92 دنگری **نا 36.92 دنگری**
B. 36.92 دنگری
C. 38.92 دنگری
D. 40.92 دنگری

- 140 دل کے کل خاتے ہیں A. بو
B. تین
C. چار
D. پانچ
- 141 بوا کی نالی کی کری بدھی میں تمام حلقوں کی تعداد ہوتی ہے A. 1628
B. 2022
C. 2224
D. 2426
- 142 عورتوں کے لئے شیک اف بورڈ کا اکھاڑے سے فاصلہ ہوتا ہے A. 12 میٹر
B. 13 میٹر
C. 11 میٹر
D. 14 میٹر
- 143 پسپیڈوں کی انتہائی باریک نالیاں ہیں A. برونکیولز
B. بروونکس
C. وریدیں
D. شریانیں
- 144 قیم زمانے میں جسمانی تعلیم کی ایمیٹ کو کس نے تسلیم کیا A. فرانسیسیوں
B. چینیوں
C. یونانیوں
D. ایرانیوں
- 145 جلد کے زخم کے ذریعے سے بیماری ایک شخص سے دوسرے کو لگ جاتی ہے A. پاؤں کا ورم
B. بخار
C. پیٹ درد
D. متعدد بیماری
- 146 مرض کے جراحتیں براں چیز میں موجود ہوتے ہیں جسے استعمال کیا ہو A. مرض
B. بلب کے لوگوں
C. اس کے گھر والوں
D. الف ب ج تنہوں
- 147 گولہ پہننکے کے لئے دافنی پاؤں سے زاویہ بنایا جاتا ہے A. درجے 60
B. درجے 45
C. درجے 43
D. درجے 40
- 148 قامی نقلانص پیدا ہونا شروع ہو جاتے ہیں A. لڑکین میں
B. جوانی میں
C. چھوٹی عمر میں
D. بڑی عمر میں
- 149 دل جس جھلی میں لپٹا ہوتا ہے اسے کہتے ہیں A. پیری کارٹیل
B. پیرانٹل
C. وسیل
D. پیری کارٹیم
- 150 فٹ بال کھیل میں متبادل کھلاڑیوں کی تعداد ہوتی ہے A. 10
B. 6
C. 5
D. 3
- 151 والی بال کے میدان کی لمبائی ہوتی ہے A. 17 میٹر
B. 15 میٹر
C. 18 میٹر
D. 13 میٹر
- 152 تعلیم کس زبان کا لفظ ہے A. عربی
B. اردو
C. بوندی
D. فارسی
- 153 فٹ بال گراونڈ میں کھیلانے والے کھلاڑیوں کی تعداد A. گیارہ
B. بارہ
C. تیرہ
D. چودہ
- 154 فٹ بال میں فری کک کی اقسام ہیں A. بو
B. تین
C. چار
D. پانچ
- 155 جدید دور ہے A. سیلیسی انحطاط
B. اسلامی قوانین کی بالا دستی
C. روحانی
D. مشتبی
- 156 والی بال کے میدان کی لمبائی ہوتی ہے A. 10 میٹر
B. 18 میٹر
C. 14 میٹر
D. 16 میٹر
- 157 والی بال کے میدان کی لمبائی ہوتی ہے A. 10 میٹر
B. 18 میٹر
C. 14 میٹر
D. 16 میٹر

- 158 دور حاضر کا انسان کس بیماری کا زیادہ شکار ہے
A. نئی تکنیکوں
B. قامی نقلیں
C. پولیو
D. چیچک
- 159 والی بال کی گیند کا وزن ہوتا ہے
A. 220 گرام
B. 230 گرام
C. 260 گرام
D. 200 گرام
- 160 لاکڑا کا کڑا کی بیماری پھیلتی ہے
A. بیکڑیا
B. والرس
C. نب دق
D. ٹی خی
- 161 انسان کو شورع بی سے کس چیز کا احساس تھا
A. علم نفسیات
B. علم معاشیات
C. جسمانی تعلیم
D. انفار میشن تکالوچی
- 162 ٹیک آف بورڈ کی موٹانی ہے
A. 11 سم
B. 12 سم
C. 10 سم
D. 9 سم
- 163 فری کک لگاتے وقت مخالف ٹیم کے کھلاڑی فٹ بال سے کتنی دوری پر کھڑے ہو سکتے ہیں
A. 10.15 میٹر
B. 11.15 میٹر
C. 9.15 میٹر
D. 12.15 میٹر
- 164 نوزائیدہ بچہ ایک منٹ میں سانس لیتا ہے
A. مرتبہ 50
B. مرتبہ 60
C. مرتبہ 40
D. مرتبہ 70
- 165 انسان خوشگوار نندگی نہیں گزار سکتا بغیر
A. اولاد کے
B. جانیداد کے
C. صحت کے
D. دولت کے
- 166 مثالی صحت کا راز پوشیدہ ہے
A. منشیات
B. بے راہ روی
C. دولت
D. جسمانی سرگرمیوں
- 167 انسان کس چیز کے بغیر خوشگوار زندگی نہیں کر سکتا ہے
A. تعلیم
B. دولت
C. صحت
D. الف ب ج تینوں
- 168 انسانی جسم میں نظام کام کرتا ہے
A. سات
B. چار
C. سترہ
D. گیارہ
- 169 فٹ بال کپیل میں تمام مخالف کھلاڑی پینٹلی ابریا سے بلر گینڈ سے کتنے فاصلے پر رہیں گے
A. 9.15 میٹر
B. 9.18 میٹر
C. 9.25 میٹر
D. 9.30 میٹر
- 170 والی بال میں سروس کی جاتی ہے
A. لان کے قریب سے
B. فرنٹ لان کے قریب سے
C. رائٹ لان سے قریب سے
D. (ا)(ب)(ج)
- 171 خلیہ نشوونما پلاتا ہے
A. مخصوص غذا سے
B. عام غذا سے
C. نودھ سے
D. چانے سے