3rd Month, 2nd Week, 1st Day Unit Q.No.1 Encircle the correct answer for (i) We should take in a proper (a) meat رسوك (b) milk رسوك (ii) Which of the following water is no	r quantity.  (c) fruits ecessary for	of Maintaining Good Health owing choices. (4×1=4 رج ذیل میں سے درست جواب کے گر دوائرہ کا میں مناسب مقدار میں لینا چاہیے: سیتمام all of these کیتام good health?											
Q.No.1 Encircle the correct answer for  (i) We should take in a proper  (a) meat گوشت کو (b) milk ده که  (ii) Which of the following water is no	r quantity.  (c) fruits ecessary for	owing choices. (4×1=4) رج ذیل میں سے درست جواب کے گر دوائرہ کا کہ میں مناسب مقدار میں لینا چاہیے: میں مناسب مقدار میں لینا چاہیے: میں مناسب مقدار میں لینا چاہیے: میرتمام all of these کی good health?											
(i) We should take in a proper (a) meat گوشت کو (b) milk دھو (ii) Which of the following water is no	کانشان لگائیں۔ r quantity. وردی (c) fruits ecessary for لیضروری ہے؟	رج ذیل میں سے درست جواب کے گر ددائرہ وکا میں مناسب مقدار میں لینا چاہیے: میتمام all of these کہتام good health?											
(a) meat وهو (b) milk وهت و (ii) Which of the following water is no	(c) fruits ecessary for لیضروری ہے؟	يتمام all of these عجلوں کو good health?											
(ii) Which of the following water is no	ecessary for لیضروری ہے؟	good health?											
	لیضروری ہے؟												
(a) Salted نمکین (b) Polluted		بندرجہ ذمل میں سے کون سایانی اچھی صحت کے											
(a) Salted انمكين Polluted وده		مندرجہ ذیل میں سے کون سا پانی اچھی صحت کے لیے ضروری ہے؟											
- ! - ! - ! - ! - ! - ! - ! - ! - ! - !	(c) Clean	بھاری Hard (d) صاف											
(iii) We should brush teeth daily: بمین روز انددانت صاف کرنے چاہیں:													
(a) Once ایک رتب (b) Twice	(c) Thrice	e تین مرتبه Four times چپار مرتبه											
(iv) Children must sleep daily for: پچول کوروزانه مونا چاہیے:													
(a) 2 to 7 hours 2 7 7 2	<b>(b)</b> 3 to	10 10 hours عنظ 10 ت											
(c) 4 to 9 hours 25 4	( <b>d</b> ) 8 to	10 hours عند 10 الكانة											
Q.No.2 Write short answers. (3x2=6) مختصر جوابات کشیس ـ													
(i) What is mean by Balance diet	?	متوازن غذاہے کیا مرادہے؟											
(ii) Why we must take exercise regularly?  ہمیں با قاعدگی سے ورزش کیوں کرنی چاہیے؟  (iii) If you do not sleep at night then how will you feel in the morning?  اگر آپ دات کوسوئے نہ ہوں تو آپ شیخ کو کیسا محسوس کریں گے؟													

Time: 10 Minutes Paper G.Scince 4th (T-1) Total Marks: 10												
3rd	3rd Month, 2nd Week, 1st Day Unit No3: Ways of Maintaining Good Health											
Q.No.1 Encircle the correct answer from the following choices. (4×1=4) درج دیل میں سے درست جواب کے گرددائر ہ کا نشان لگا کیں۔												
•												
(i) V	Ve shou			in a p								ہمیں منا <sup>ر</sup>
(a)	meat	گوشت کو	(b)	milk	دودھكو	(c)	fruits	ىچلوں كو	(d)	all of	these	بيتمام
(ii)	(ii) Which of the following water is necessary for good health?											
مندرجہذیل میں سے کون ساپانی اچھی صحت کے لیے ضروری ہے؟ 												
(a)	Salted	نمكين	(b)	Polluted	آ لوده	(c)	Clean	صاف	(d)	Hard		بھاری
(iii) We should brush teeth daily: بمیں روز اندوانت صاف کرنے چاہیں:												
(a)	Once	ایک مرتبه	(b)	Twice	دومرتبه	(c)	Thrice	تين مرتبه	(d)	Four	times	<i>چ</i> ارمرتبه
(iv) Children must sleep daily for: پچول کوروزانه سونا چاہیے:												
(a)	2 to 7	7 hours		گفت ا	7t 2	(b)	3 to	10 hours		4	1 گفٹے	Ot 3
(c)	(c) 4 to 9 hours عنظ 9 ت 4 (d) 8 to 10 hours										0 <b>1</b> 8	
Q.N	Q.No.2 Write short answers. (3x2=6)											
(	(i) What is mean by Balance diet?											
								?2	رادہے	سے کیام	زن غ <b>ز</b> ا	متوا
(	ii) Why	we mus	st ta	ke exercis	se regu	ılarl			, ,	· &	-	
							,	کرنی چاہیے؟	ليول	سےورزس	عدى ــ	بهين با قا
(iii) If you do not sleep at night then how will you feel in the morning? اگرآ ب رات کوسوئے ندہوں تو آ ب صحیح کوکیسا محسوس کریں گے؟												
						(		ا پن دید	وں ر	ر س	رات ر	· پ ر