

نوٹ: حصہ اول لازمی ہے۔ حصہ دوم میں سے کوئی سے تین (3) سوالات کے جوابات لکھئے۔

(حصہ اول)

2- کوئی سے چھ (6) سوالات کے مختصر جوابات لکھئے:

- (i) ہوم اکنامکس کی تعریف کیجئے۔
- (ii) ہوم اکنامکس میں پارچہ بانی اور لباس کی اہمیت بیان کیجئے۔
- (iii) ہوم اکنامکس اور حیاتیات میں تعلق بیان کیجئے۔
- (iv) گھر میں فالتو اشیاء کا استعمال کر کے آپ کیا کیا بنا سکتی ہیں؟
- (v) غذا کی تعریف کیجئے۔
- (vi) غذا کے تین بنیادی کام لکھئے۔
- (vii) وٹامن اے کے ذرائع لکھئے۔
- (viii) وٹامن ڈی کی کمی کی وجوہات لکھئے۔

(ix) وٹامن B1 کی کمی کے کیا اثرات ہوتے ہیں؟

3- کوئی سے چھ (6) سوالات کے مختصر جوابات لکھئے:

- (i) متوازن غذا کی تعریف کیجئے۔
- (ii) 13 سے 17 سال کی عمر کے لڑکوں اور لڑکیوں کو کتنی کیلوریز کی ضرورت ہوتی ہے؟
- (iii) سبزیاں اور پھل کن غذائی اجزاء کا بہترین ذریعہ ہیں؟
- (iv) نوڈ پیراڈ کے مطابق چکنائی اور میٹھی اشیاء کے گروہ کی اہمیت لکھئے۔
- (v) نوبلوغ افراد کو نوڈ پیراڈ کے مطابق کس طرح کی خوراک کی رت ہوتی ہے؟
- (vi) کھانا پکانے کے کوئی سے دو مقاصد تحریر کیجئے۔
- (vii) ریفریجریٹر کی صفائی کا طریقہ مختصر بیان کیجئے۔
- (viii) کون سے عوامل انسانی نشوونما پر اثر انداز ہوتے ہیں؟
- (ix) شیر خوارگی اور طفولیت میں کیا فرق ہے؟

4- کوئی سے چھ (6) سوالات کے مختصر جوابات لکھئے:

- (i) انسانی نشوونما کے مختلف پہلو بیان کیجئے۔
- (ii) ابتدائی بچپن میں بچے کی جسمانی اور جذباتی نشوونما کے بارے میں لکھئے۔
- (iii) نوبلوغت کے دور کی معاشرتی نشوونما میں لائون میں بیان کیجئے۔
- (iv) رویہ کی تعریف کیجئے۔
- (v) بچے جھوٹ کیوں بولتے ہیں؟
- (vi) بچوں کی بہتر پرورش کے لیے والدین پر کیا ذمہ داری عائد ہوتی ہے؟
- (vii) فرویڈ کے مطابق اباحتی والدین کی تعریف کیجئے۔
- (viii) ہم عمر گروپ کسے کہتے ہیں؟
- (ix) آپ اپنے گھر کے معمر افراد کا خیال کیسے رکھتے ہیں؟ دو لائنوں میں بیان کیجئے۔

حصہ دوم

- 8- ہوم اکنامکس کا دیگر مضامین سے تعلق بیان کیجئے۔ -5
- 8- غذا، غذائیت اور غذائی اجزاء کے بارے میں آپ کیا جانتے ہیں؟ -6
- 8- غذائی ضروریات پر اثر انداز ہونے والے عوامل پر بحث کیجئے۔ -7
- 8- خوراک کو سنور کرنے کے اصول لکھئے۔ -8
- 8- رویوں کے مسائل کی تعریف کیجئے۔ معاشرتی اور غیر معاشرتی رویوں میں فرق بیان کیجئے۔ -9