

(حصہ اول)

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

- (i) ولیم اور لائل کے مطابق ہوم اکنامکس کی تعریف بیان کیجئے۔
- (ii) گھریلو زندگی میں ہوم اکنامکس کا کیا کردار ہے؟
- (iii) ہوم مینجمنٹ اور ماحولیات کی تعریف کیجئے۔
- (iv) کاربوہائیڈریٹ کی کمی کے اثرات بیان کیجئے۔
- (v) پروٹین کے ذرائع بیان کیجئے۔
- (vi) طبعی سائنس میں ہوم اکنامکس کا کردار واضح کیجئے۔
- (vii) ہوم اکنامکس کی تعلیم کے ذریعے فرد اپنی آمدن کیسے بڑھا سکتے ہیں؟
- (viii) قد اور وزن پر غذائیت کے اثرات لکھئے۔
- (ix) وٹامن کی کمی کے جسم میں کام بیان کیجئے۔

12

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

- (i) معدنی نمکیات کے جسم میں کام بیان کیجئے۔
- (ii) متوازن غذا سے کیا مراد ہے؟
- (iii) بنیادی غذائی گروہ کے نام لکھئے۔
- (iv) کھانا پکانے کے مختلف طریقے بیان کیجئے۔
- (v) مائکروویو اوون کے نقصانات بیان کیجئے۔
- (vi) مغربی طریقے سے کھانا پیش کرنے کے طریقے تحریر کیجئے۔
- (vii) غذا سٹور کرنے کے مختلف طریقے بیان کیجئے۔
- (viii) انڈول کوپکانے کے دوران غذائیت کیسے برقرار رکھی جاسکتی ہے؟
- (ix) غیر افادی غذا سے کیا مراد ہے؟

12

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

- (i) دیر سے خراب ہونے والی غذاؤں کو سٹور کرنے کا طریقہ بیان کیجئے۔
- (ii) کھانا بنانے کے دوران چار حفاظتی اقدامات بیان کیجئے۔
- (iii) نشوونما کے اہم پہلو بیان کیجئے۔
- (iv) نشوونما میں وراثت کا کیا کردار ہے؟
- (v) رویوں کے مسائل کی وجوہات بیان کیجئے۔
- (vi) استحصال بالجبر کی تعریف بیان کیجئے۔
- (vii) بچوں کی شخصیت پر ڈے کیئر سٹاف کے کیا اثرات مرتب ہوتے ہیں؟
- (viii) جمہوری والدین کا بچوں کی نشوونما پر کیا اثرات ہوتے ہیں؟
- (ix) کھانا پکاتے وقت کس قسم کا لباس استعمال کرنا چاہیے؟

حصہ دوم

نوٹ: کوئی سے تین سوالات کے جوابات لکھئے۔

5- غذائی ضروریات پر اثر انداز ہونے والے عوامل تفصیلاً بیان کیجئے۔

6- غذا کے بنیادی کاموں پر تفصیلاً نوٹ لکھئے۔

7- رویوں کے مسائل کی اقسام اور ان کا حل تفصیلاً بیان کیجئے۔

8- چکنائی میں گل پذیر وٹامن کے نام لکھئے۔ نیوٹامن اے کے متعلق تفصیلاً بیان کیجئے۔

9- ہوم اکنامکس کا معاشی اور سماجی ترقی سے باہمی تعلق بیان کیجئے۔