سرگودھا بورڈ 2018ء

رول نمبر (ہندسوں میں) ________ رول نمبر (لفظوں میں) ________ دستخط نائب ناظم امتحان: ________

کل نمبر: 60 | **انشائی طرز** | وقت: 2 گھنٹے 10 منٹ

(حصہ اوّل)

سوال 2: کوئی سے چھے (6) سوالات کے مختصر جوابات لکھیے: (6×2=12)

(i) ولیم اور ارائل کے مطابق ہوم اکنامکس سے کیا مراد ہے؟

(ii) ہم آمدنی اور اخراجات میں توازن کیسے قائم کر سکتے ہیں؟

(iii) ماحولیاتی تعلیم سے کیا مراد ہے؟

(iv) ہوم اکنامکس کی افادیت لکھیے۔

(v) گھریلو زندگی میں ہوم اکنامکس کا کیا کردار ہے؟

(vi) نقص غذائیت کی تعریف اور اقسام لکھیے۔

(vii) امینو ایسڈز کی اقسام لکھیے۔

(viii) غیر سیر شدہ چکنے ترشے سے کیا مراد ہے؟

(ix) وٹامن کی تعریف اور اقسام لکھیے۔

سوال 3: کوئی سے چھے (6) سوالات کے مختصر جوابات لکھیے: (6×2=12)

(i) ناکافی غذائیت اور زیادہ غذائیت میں فرق بیان کریں۔

(ii) متوازن اور غیر متوازن غذا میں فرق بیان کریں۔

(iii) جنک فوڈ کے نقصانات تحریر کریں

(iv) بنیادی غذائی گروہوں کے نام لکھیں۔

(v) سردیوں کے موسم میں کن اشیاء کا استعمال زیادہ کیا جاتا ہے؟

(vi) غذائی ضروریات کی تعریف کریں۔

(vii) بیک کرنا اور سینکنا میں فرق لکھیں۔

(viii) دم پذیری کی تعریف لکھیں۔

(ix) کھانا پیش کرنے میں پھولوں کی آرائش کیوں ضروری ہے؟

سوال 4: کوئی سے چھے (6) سوالات کے مختصر جوابات لکھیے: (6×2=12)

(i) خوراک سٹور کرنے کے دو اصول تحریر کیجیے۔

(ii) انڈوں کو کیسے سٹور کیا جاتا ہے؟

(iii) نوزائیدگی کی مدت کتنی ہوتی ہے؟

(iv) نوبلوغت کے دور کی اہم خصوصیات کیا ہوتی ہیں؟

(v) نوزائیدگی کے دور میں بچوں کی نیند کیسی ہوتی ہے؟

(vi) درمیانی بچپن میں بچے کی ذہنی نشوونما پر مختصر نوٹ تحریر کیجیے۔

(vii) بچوں میں پائے جانے والے دو نارمل معاشرتی رویے بیان کیجیے۔

(viii) استحصال بالجبر کے مسائل کو سکول میں کیسے حل کیا جا سکتا ہے؟ دو نکات لکھیے۔

(ix) بچوں کی معاشرتی نشوونما میں استاد کے دو فرائض تحریر کیجیے۔

(حصہ دوم)

نوٹ: کوئی سے تین سوالات کے جوابات لکھیے۔ (3×8=24)

سوال 5: انسانی صحت سے کیا مراد ہے؟ اچھی صحت کا غذا سے کیا تعلق ہے؟ تفصیل سے تحریر کیجیے۔ 8

سوال 6: ٹرے میں کھانا پیش کرنے کے طریقے لکھیں۔ 8

سوال 7: انسانی نشوونما کے مطالعہ کی اہمیت بیان کریں۔ 8

سوال 8: خوف، حسد اور جھوٹ کے مسائل اور ان کے حل پر نوٹ لکھیے۔ 8

سوال 9: ہم عمروں کے ساتھ تعلقات کی اہمیت بیان کریں۔ 8

www.ilmkidunya.com