

Sig. of Supdt. _____

KT-X-14(A)

مبادیات ہوم اکنامکس (دہم)

(Fresh / Reappear)

Roll No. _____

Fic No. _____

Fic No. _____

کل نمبرات: 75

وقت: 3 گھنٹے

نوٹ: اس پرچے کے تین سیکشن ہیں۔ سیکشن الف، ب اور ج۔ سیکشن الف کو مقررہ وقت کے اندر حل کر کے پرنٹڈ صاحب کے حوالے کر دیں۔

نمبر: 15

"سیکشن الف"

وقت: 20 منٹ

سوال 1 ہر جز کے چار ممکنہ جوابات (الف، ب، ج، د) دیئے گئے ہیں۔ درست جواب کا انتخاب کر کے سامنے دیئے گئے خانے میں لکھیں۔

- (i) جسم کی مناسب نشوونما کیلئے ضروری ہے۔
 (الف) متوازن غذا (ب) لباس (ج) دولت (د) دوائی
- (ii) جسم کو قوت و توانائی دینا۔
 (الف) دوائی (ب) غذا (ج) لباس (د) ان میں سے کوئی نہیں
- (iii) انسانی خوراک کا سب سے اہم جز ہیں۔
 (الف) پکائی (ب) پروٹین (ج) فاسفورس (د) کاربوہائیڈریٹ
- (iv) ہماری خوراک کا ایک لازمی چیز ہے۔
 (الف) وٹامن (ب) سبزی (ج) گوشت (د) پروٹین
- (v) بچہ جب تین چار ہفتے کا ہو جائے تو اسے۔
 (الف) وٹامن اے (ب) وٹامن بی (ج) وٹامن سی (د) وٹامن ای
- (vi) وسائل کی۔
 (الف) وہ (ب) تین (ج) چار (د) پانچ
- (vii) ہمارے وسائل۔
 (الف) محدود (ب) غیر محدود (ج) نایاب (د) ان میں سے کوئی نہیں
- (viii) جسم میں آکسیجن پہنچانے کا کام کرتا ہے۔
 (الف) آئرن (ب) پانی (ج) غذا (د) کیمیکل
- (ix) اٹھ ایک۔
 (الف) گندہ (ب) صاف (ج) متوازن (د) غیر متوازن
- (x) انسانی جسم۔
 (الف) گاڑی کے پرزے (ب) گاڑی (ج) انجن (د) مشین
- (xi) پروٹین کے ذرائع ہے۔
 (الف) چار (ب) دو (ج) چھ (د) دس
- (xii) جسم کی درجہ حرارت برقرار رکھنے کیلئے ضروری ہے۔
 (الف) سبزی (ب) پانی (ج) گوشت (د) چائے
- (xiii) وقت کی رفتار کے ساتھ بدلتی ہے۔
 (الف) لوگ (ب) دولت (ج) حالات (د) نصاب
- (xiv) ہماری غذا کا تقریباً۔
 (الف) 30% (ب) 20% (ج) 10% (د) 40%
- (xv) پروٹین۔
 (الف) دانتوں (ب) بالوں (ج) دل (د) گردے

مبادیات ہوم اکنامکس (دہم)

(Fresh / Reappear)

کل نمبر: 60

وقت: 2 گھنٹے 40 منٹ

نمبر: 36

سیکشن ب

سوال 2 مندرجہ ذیل میں سے کوئی سے (نو) اجزاء حل کریں۔ تمام اجزاء کے نمبر مساوی ہیں۔

- (i) کاربوہائیڈریٹ کیا ہے؟
- (ii) جسم کی نشوونما کیلئے خوراک کی اہمیت بیان کریں۔
- (iii) پروٹین کے فوائد بیان کریں۔
- (iv) پانی کی کمی کے اثرات بیان کریں۔
- (v) دوپہر کے کھانے میں کون کون سی چیزیں شامل ہونی چاہئے۔
- (vi) گھریلو انتظام سے کیا مراد ہے؟
- (vii) صارف کا کردار بیان کریں۔
- (viii) ایک اچھے خریدار کا معیار کیا ہونا چاہئے۔
- (ix) ہم آہنگی سے کیا مراد ہے۔
- (x) مقاصد کی اقسام کے بارے میں آپ کیا جانتی ہیں؟ مختصر بیان کریں۔
- (xi) ہوم اکنامکس میں آرٹ کی تعریف لکھیں۔
- (xii) جوان لوگوں کی غذائی ضروریات بیان کریں۔

نمبر: 24

سیکشن ج

نوٹ: مندرجہ ذیل میں سے کوئی سے تین سوالات کے جوابات لکھیں۔ ہر ایک کے نمبر برابر ہیں۔

- سوال 3 گھریلو مسائل کسے کہتے ہیں۔ آپ ان کے بہترین استعمال کیلئے کیا کریں گے؟
- سوال 4 آرٹ کے بنیادی اصول تفصیل سے لکھیں۔
- سوال 5 غذا ہمارے لئے کیوں اہم ہے؟ غذا ہمارے جسم میں کون کون سے اہم کام انجام دیتی ہے؟
- سوال 6 متوازن اور غیر متوازن غذا سے کیا مراد ہے؟ آپ غذا کو متوازن بنانے کیلئے خوراک میں کون کون سے غذائی اجزاء شامل کریں گے۔

☆☆☆