

رول نمبر: (امیدوار خود پُر کرے) (تعلیمی سیشن 2019-2021 تا 2022-2024)

ELEMENTS OF HOME ECONOMICS

023-فرسٹ اینڈل (نیم کلاس)

ایلیمنٹس آف ہوم اکنامکس

Q.Paper : I (Objective Type)

PAPER CODE = 5215

سوالیہ پرچہ : I (معمولی طرز)

Time Allowed : 20 Minutes

(پہلا گروپ)

وقت : 20 منٹ

Maximum Marks : 15

کل نمبر : 15

نوٹ : ہر سوال کے چار ممکنہ جوابات 'A' 'B' 'C' اور 'D' دیئے گئے ہیں۔ جوابی کاپی پر ہر سوال کے سامنے دیئے گئے دائروں میں سے درست جواب کے مطابق متعلقہ دائرہ کو مار کر یا پین سے بھر دیجئے۔ ایک سے زیادہ دائروں کو پُر کرنے یا کاٹ کر پُر کرنے کی صورت میں مذکورہ جواب غلط تصور ہوگا۔

Note : Four possible answers A, B, C and D to each question are given. The choice which you think is correct, fill that circle in front of that question with Marker or Pen ink in the answer book. Cutting or filling two or more circles will result in zero mark in that question.

D	C	B	A	سوالات / Questions	نمبر شمار
ضرورت نہیں Not required	مناسب مقدار میں Moderate quantity	قلیل مقدار میں Little quantity	زیادہ مقدار میں Excessive quantity	معدنی نمکیات انسانی جسم کو روزانہ درکار ہوتے ہیں : The daily requirement of minerals for human body is :	1-1
سبزیوں کا Vegetables	خشک میوہ جات Dry fruits	مشروبات Drinks	تربوز Watermelon	سرد موسم میں کن غذاؤں کا استعمال بڑھ جاتا ہے : The usage of ----- increases in winters :	2
10-13 Years سال	4-6 Years سال	3-5 Years سال	6-12 Years سال	درمیانی بچپن میں عمر کی حد کیا ہے : What is age limit of middle childhood period :	3
15x18 Inch انچ	12x18 Inch انچ	12x14 Inch انچ	14x16 Inch انچ	ایک فرد کے لیے ٹرے کا سائز --- ہوتا ہے : The size of tray for one person serving is :	4
بیری کیری Beriberi	انیسیا Anemia	طاعون Plaque	بخار Fever	چوہوں سے پھیلنے والی بیماری کا نام --- ہے : The disease caused by rats is :	5
وٹامن سی Vitamin-C	پانی Water	آئرن Iron	کیلشیم Calcium	گوشت میں --- زیادہ پایا جاتا ہے : Meat is enriched with :	6
تیزاب Acid	بعد میں After	خود Themselves	اساس Base	ضروری امینو ایسڈز --- پیدا نہیں ہوتے : Essential amino acids do not produced by :	7
گردوں کو Kidneys	دماغ کو Brain	چہرے کو Face	ٹانگوں کو Legs	وٹامن بی کمپلیکس صحت مند بناتے ہیں : Vitamin-B complex make healthier to :	8
104	72	362	145	تیز رفتاری سے چلنے سے کیلوری استعمال ہوتی ہیں : --- calories are burnt in fast walking :	9
منشیات Drugs	خطرہ Danger	بیماری Disease	گندگی Dirtiness	غذائیت وہ علم ہے جس کی مدد سے اچھی خوراک اور --- سے تحفظ حاصل ہو : Nutrition is the education of making diet good and to protect from :	10
پھلوں کا Fruits	طاقت کا Energy	غذائی اجزاء کا Nutrients	پروٹین کا Protein	متوازن غذا کو --- کا مجموعہ کہا جاتا ہے : Balanced diet is collection of --- :	11
بری عادت Bad habits	توانائی Energy	تیزی Sharpness	نرمی Softness	فاسٹ فوڈ کے استعمال سے بچوں کے رویے میں --- پیدا ہوتی ہے : The junk food produces --- in child's behaviour :	12
1000-1200	1500-1800	2000-2500	3000-3400	لڑکیوں کو عموماً --- کیلوریز درکار ہوتی ہیں : Girls usually need --- calories :	13
45%	70%	50%	60%	خون کا --- فیصد حصہ پانی پر مشتمل ہوتا ہے : Blood consists of --- percent of water :	14
7	4	3	5	غذا کے کتنے گروہ ہیں : How many food groups are there :	15

121-023-I-(Objective Type)-2500 (5215)

11/11/2021

(حصہ اول - PART - I)

12 2. Write short answers to any Six (6) questions :

- What is the relation of home economics in social and economic development of society?
- Describe the types of carbohydrates.
- Describe the structure of protein.
- Describe the functions of fats.
- Describe the types of vitamins.
- Write down the effects of fat deficiency.
- Explain the nutrients.
- Define over-nutrition.
- Define mal-nutrition.

2- کوئی سے چھ (6) سوالات کے مختصر جوابات لکھئے :
(i) ہوم اکنامکس کا معاشرے کی سماجی و معاشی ترقی سے کیا تعلق ہے؟

(ii) کاربوہائیڈریٹ کی اقسام بیان کیجئے۔

(iii) پروٹین کی ساخت بیان کیجئے۔

(iv) چکنائی کے کام بیان کیجئے۔

(v) وٹامن کی اقسام بیان کیجئے۔

(vi) چکنائی کی کمی کے اثرات تحریر کیجئے۔

(vii) غذائی اجزاء کی وضاحت کیجئے۔

(viii) ضرورت سے زیادہ غذائیت کی تعریف کیجئے۔

(ix) نقص غذائیت کی تعریف کیجئے۔

12 3. Write short answers to any Six (6) questions :

- Explain the difference between balanced and unbalanced diet.
- Describe the daily dietary requirement of an adolescent.
- Which utensils should use for cooking in microwave oven?
- Explain the food service methods.
- Describe the effect of heredity on development.
- Write sources of vegetable protein.
- Write the effects of excessive use of vitamin-D.
- What is meant by food pyramid?
- Write the functions of water in body.

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

(i) متوازن اور غیر متوازن غذا کا فرق واضح کیجئے۔

(ii) نوجوان افراد کی یومیہ غذائی ضرورت بیان کیجئے۔

(iii) مائیکروویو اوون میں پکانے کے لیے کون سے برتن استعمال کیے جاتے ہیں؟

(iv) کھانا پیش کرنے کے طریقوں کی وضاحت کیجئے۔

(v) وراثت کا نشوونما پر اثر بیان کیجئے۔

(vi) نباتاتی پروٹین کے ذرائع لکھئے۔

(vii) وٹامن ڈی کے زیادہ استعمال کے اثرات لکھئے۔

(viii) فوڈ پیرامیڈ سے کیا مراد ہے؟

(ix) پانی کے جسم میں کام لکھئے۔

12 4. Write short answers to any Six (6) questions :

- Write any two accidents and safety practices faced in kitchen.
- Write name of different developmental stages.
- Define behaviour according to Smith.
- Write the effects of parents relation on children's development.

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

(i) کچن میں پیش آنے والے حادثات اور بچاؤ کی تدابیر لکھئے۔ (کوئی سے دو)۔

(ii) نشوونما کے مختلف مدارج کے نام لکھئے۔

(iii) سمٹھ کے مطابق رویہ کی تعریف کیجئے۔

(iv) بچے کی نشوونما پر والدین کے تعلقات کیسے اثر انداز ہوتے ہیں؟

(ورق الٹئے)

1/5/21

4. (v) Write the name of types of behavioural problems. (v) رویوں کے مسائل کی اقسام کے نام لکھیے۔
- (vi) What is the importance of peer relationship in child's development? (vi) بچے کی نشوونما میں ہم عمر بچوں سے تعلقات کی کیا اہمیت ہے؟
- (vii) Describe the ways of tackling bullying in school. (vii) سکول میں استحصال بالجبر کے مسائل حل کرنے کے طریقے بیان کیجیے۔
- (viii) Define the permissive parents. (viii) اباحتی والدین کی تعریف لکھیے۔
- (ix) Define the role of caretaker. (ix) نگہران کے کردار کی وضاحت کیجیے۔

(PART-II حصہ دوم)

Note : Attempt any THREE questions.

نوٹ : کوئی سے تین سوالات کے جوابات لکھیے۔

8. 5. ماہرین کے مطابق ہوم اکنامکس کی تعریف اور اغراض و مقاصد بیان کیجیے۔
5. Define Home Economics according to experts and describe its aims and objectives.
8. 6. وٹامن بی کمپلیکس سے کیا مراد ہے؟ اس کے جسم میں عمومی کام بیان کیجیے۔
6. What is meant by vitamin-B complex? Describe its general functions in body?
8. 7. غذاؤں کو سنور کرنے کے معیاری طریقے تفصیلاً بیان کیجیے۔
7. Write in detail the standard methods of food storage.
- 4,4. 8. ڈیپ فریزر کی دیکھ بھال اور استعمال پر نوٹ لکھیے۔
8. Write a note on care and use of deep freezer.
8. 9. کھانا پیش کرنے کے اصول لکھیے نیز کھانا پیش کرنے کے دو طریقے تفصیلاً بیان کیجیے۔
9. Write the principles of meal service? Describe any two methods of meal service.