ماڈل پیپر "مبادیات ھوم اکنامکس"

برائے سیکنڈری سکول پارٹ-II (جماعت دہم) امتحان 2009 و مابعد

حصہ معروضی

رولنمبر: ہندسوں میں ----------- وقت: 20 منٹ

الفاظ میں ------------- کل نمبر: 15

نوٹ: اپنا رولنمبر صرف مختص جگہ پر تحریر کریں۔

تمام سوالات کے جوابات اسی کاپی پر ہر سوال کے سامنے دی گئی ہدایات کے مطابق حل کریں۔

کاٹ کر، کسی بھی طریقے سے مٹا کر یا لیڈ پنسل سے لکھے ہوئے جوابات غلط تصور ہوں گے۔

سوال نمبر 1- ہر سوال کے دیئے ہوئے چار ممکنہ جوابات میں سے درست جواب پر ( ) کا نشان لگائیں۔ 15

(i) انسانی جسم کو صحت مند اور چاق وچوبند رکھنے کے لئے ضرورت ہوتی ہے۔

(الف) پانی کی (ب) غذا کی (ج) ہوا کی (د) پیسے کی

(ii) غذا کے بغیر انسان زندہ رہ سکتا ہے۔

(الف) دو ہفتے (ب) چار ہفتے (ج) سات ہفتے (د) ایک ہفتہ

(iii) جسم کی نشوونما کے لئے ضرورت ہوتی ہے۔

(الف) پروٹین (ب) چکنائی (ج) کاربوہائیڈریٹ (د) پانی

(iv) ایک گرام کاربوہائیڈریٹ والی غذا سے حرارے حاصل ہوتے ہیں۔

(الف) دو (ب) چھ (ج) نو (د) چار

(v) فوری توانائی والی غذا کہا جاتا ہے۔

(الف) وٹامن (ب) کاربوہائیڈریٹ (ج) گلوکوز (د) چکنائی

(vi) چکنائی میں شامل ہیں۔

(الف) کاربن، ہائیڈروجن، آکسیجن (ب) آکسیجن، نائیٹروجن، سلفر

(ج) کاربن، آکسیجن، نائیٹروجن (د) آکسیجن، آئرن، ہائیڈروجن

(vii) ایک گرام چکنائی حرارے فراہم کرتی ہے۔

(الف) دو (ب) چھ (ج) نو (د) چار

(viii) غذا میں پروٹین کی کمی کی وجہ سے بیماری ہوتی ہے جسکا نام۔

(الف) بیری بیری (ب) انیمیا (ج) کواشیرکور (د) گھیڑ

(ix) وٹامن سی زیادہ مقدار میں پایا جاتا ہے۔

(الف) سبز سبزیوں میں (ب) رسدار پھلوں میں (ج) گوشت میں (د) مغزیات میں

(x) وٹامن بی کمپلیکس مجموعہ ہے۔

(الف) چھ وٹامن (ب) آٹھ وٹامن (ج) پندرہ (د) بارہ

(xi) دانتوں اور ہڈیوں کی نشوونما کرتے ہیں

(الف) معدنی نمکیات (ب) پروٹین (ج) نشاستہ (د) چکنائی

(xii) وٹامن کی کمی سے متاثر ہوتی ہے۔

(الف) بینائی (ب) نظام ہضم (ج) دوران خون (د) نظام تنفس

(xiii) ہیموگلوبن کا جز بن کر خون بناتا ہے۔

(الف) آئرن (ب) وٹامن (ج) نشاستہ (د) پروٹین

(xiv) ایک بالغ آدمی کو روزانہ پانی ضرور پینا چاہیے۔

(الف) آٹھ گلاس (ب) چھ گلاس (ج) پانچ گلاس (د) بارہ گلاس

(xv) ہماری خوراک میں امینو ترشوں کی تعداد ضروری ہے۔

(الف) چھ (ب) چار (ج) پانچ (د) آٹھ

ماڈل پیپر "مبادیات ہوم اکنامکس"

برائے سیکنڈری سکول پارٹ۔II (جماعت دہم) امتحان 2009 و مابعد

حصہ انشائی

وقت: 2:10 گھنٹے | کل نمبر: 60

نوٹ: حصہ اول میں سے کوئی سے اٹھارہ (18) اور حصہ دوم میں سے کوئی سے تین سوالات حل کریں۔

حصہ اول

سوال نمبر 2- درج ذیل میں سے کوئی سے اٹھارہ (18) سوالات کے مختصر جوابات تحریر کریں۔ 18x2=36

(i) متوازن غذا کے کیا معنی ہیں؟

(ii) غیر متوازن غذا کے نتائج لکھئے۔

(iii) غذا کے جسم میں کام تحریر کریں۔

(iv) حرارہ کی تعریف کریں۔

(v) کاربوہائیڈریٹ کے ذرائع کونسے ہیں نام لکھیں۔

(vi) چکنائی کے فوائد لکھیں۔

(vii) جسم کی نشوونما اور مرمت کرنے والی غذائیں کونسی ہیں؟

(viii) وٹامن کی تعریف کریں۔

(ix) کیلشیم کے جسم کو فوائد کونسے ہے لکھیں۔

(x) معدنی نمکیات ہمارے لئے کیوں اہم ہیں؟

(xi) غذا کے انتخاب میں کن اصولوں پر عمل کرنا چاہئے؟

(xii) فہرست طعام کے اصول کونسے ہیں؟

(xiii) ناشتے کے لئے موزوں خوراک کونسی ہے؟

(xiv) دودھ پلانے والی ماں پر غیر متوازن غذا کا کیا اثر ہوتا ہے؟

(xv) گھریلو انصرام سے کیا مراد ہے؟

(xvi) گھریلو انصرام کے اصول بیان کریں۔

(xvii) وسائل کی اقسام لکھیں۔

(xviii) اقدار سے کیا مراد ہے؟

(xix) مقاصد کی تعریف کریں۔

(xx) فرنیچر کی ترتیب کا بنیادی اصول کیا ہے؟

(xxi) ہوم اکنامکس میں آرٹ سے کیا مراد ہے؟

(xxii) آرٹ کے بنیادی اصول کونسے ہیں؟

(xxiii) ہم آہنگی کی گھریلو سجاوٹ میں کیا اہمیت ہے؟

(xxiv) ڈیزائن کی اقسام کونسی ہیں؟

(xxv) گھریلو سجاوٹ میں مقامی مصنوعات کا کردار بیان کریں۔

(xxvi) آرام دہ فرنیچر سے کیا مراد ہے؟

(xxvii) مقاصد کی اقسام لکھیں۔

حصہ دوم

نوٹ:۔کوئی سے تین سوالات کے جوابات تحریر کریں۔ 8x3=24

سوال نمبر 3-غذا کی اہمیت پر تفصیلی نوٹ لکھیں۔ 8

سوال نمبر 4 - پروٹین کے بارے میں تفصیل سے بیان کریں۔ 8

سوال نمبر 5-معدنی نمکیات کے نام لکھئے کسی ایک کے بارے میں تفصیل سے لکھئے۔ 8

سوال نمبر 6-ایک دن کے طعام کے مختلف اوقات میں غذا کا انتخاب کیسے کیا جاتا ہے؟ 8

سوال نمبر 7- آپ اپنے گھر کو خوبصورت اور آرام دہ کیسے بنائیں گی؟ 8