ہوم سائنس

(321)

Home Science

ٹیوٹر مارکڈ اسائن مینٹ

کل مارکس=20

ہدایت:(i) تمام سوالات لازمی ہیں۔ ہر سوال کے مارکس اس کے سامنے لکھ دیئے گئے ہیں۔

(ii) جوابات کی کاپی کے پہلے صفحے پر اپنا نام، اندراج نمبر، ادارے کا نام اور مضمون کا نام ضرور لکھئے۔

(1) مندرجہ ذیل میں سے کسی ایک کا جواب 40 سے 60 لفظوں میں لکھئے۔ 2

(a) گھر اور گھریلو زندگی کے لیے ہوم سائنس کی معنویت کیا ہے۔(دیکھئے سبق 26)

(b) ایسے دو اخلاقی اصول بتایئے جن کی پابندی گھریلو زندگی اور کام کی جگہ پر ضروری ہوں۔(دیکھئے سبق 21)

(2) مندرجہ ذیل میں سے کسی ایک کا جواب 40 سے 60 لفظوں میں دیجئے۔ 2

(a) غذا صرف ہماری جسم کی پرورش ہی نہیں کرتی بلکہ کچھ اور اہم کام بھی کرتی ہے:

غذا کے کوئی چار کام بتاتے ہوئے اس بیان کی وضاحت کیجئے۔(دیکھے سبق 4)

(b) غذا، تغذیہ اور صحت کے درمیان رشتے کی وضاحت کیجئے۔(دیکھئے سبق 4)

(3) مندرجہ ذیل میں سے کسی ایک سوال کا جواب 40 سے 60 لفظوں میں لکھئے۔ 2

(a) ایسی دو خاندانی اقدار کا بیان کیجئے جن کو آپ کبھی ساتھیوں کے دباؤ کے باوجود بھی چھوڑنا پسند نہ کریں گے۔ اپنی زندگی کے لیے آپ نے جو دو مقصد طے کیے ہوں ان کو بھی لکھیے۔(دیکھئے سبق 2، 10، 11)

(b) اپنی والدہ کے کاموں کو مندرجہ ذیل جدول کے مطابق زمرہ بندی کیجئے۔(دیکھئے سبق 2، 10، 11)

نمبر شمار	ہلکا کام	درمیانی کام	بھاری کام
1			
2			
3			
4			

(4) مندرجہ ذیل میں سے کسی ایک سوال کا جواب 100 سے 150 الفاظ میں لکھئے۔ 4

(a) آپ کی والدہ کام کاجی لوگوں کے لیے کیٹرنگ سروس شروع کرنا چاہتی ہیں۔آپ مندرجہ ذیل امور کی وضاحت کرتے ہوئے ان کی رہنمائی کیجئے۔(دیکھئے سبق 5.8)

(i) بتایئے کہ آپ ایک غذائی پیراڈ (اہرام) کا استعمال کیسے کریں گے۔

(ii) غذائی منصوبہ بندی کے دو فوائد لکھئے۔۔

(b) آپ کو اپنے گاؤں یا محلّہ کی خواتین کو کھانا تیار کرنے کے طریقوں کے بارے میں بتانا ہے۔آپ درج ذیل باتوں کی وضاحت کریں۔(دیکھئے سبق 8.5)

(i) کھانا کیوں پکایا جاتا ہے؟

(ii) کھانا تیار کرنے کے لیے کیا کیا تیاریاں کی جاتی ہیں؟

(5) کسی ایک سوال کا جواب 100 سے 150 الفاظ میں دیجئے۔ 4

(a) آپ کے یوتھ کلب نے آپ کو وسائل کے بارے میں ایک بیان دینے کے لیے مدعو کیا ہے۔(دیکھئے سبق 10، 14)

(i) سمجھایئے کہ وسائل کیا ہوتے ہیں۔انسانی اور غیر انسانی وسائل کی ایک ایک مثال دیجئے۔

(ii) توانائی (انرجی) کے تحفظ کے لیے کوئی چار اقدامات تجویز کیجئے۔(دیکھئے سبق 10، 14)

(b) آپ نے وسائل کے بارے میں پڑھا ہے۔وسائل کے مینجمنٹ کے بارے میں مندرجہ ذیل سوالوں کے جواب دیجئے۔(دیکھئے سبق 10، 14)

(i) مینجمنٹ کے عمل کے چار اقدامات لکھئے۔

(ii) آپ کا دوست کوئی بھی فیصلہ لینے سے پہلے پریشان ہو جاتا ہے۔اس کو اس صورتحال سے بچانے کے فیصلے کے عمل کے اقدامات بیان کیجئے۔

(6) مندرجہ ذیل میں سے کوئی ایک پروجیکٹ تیار کیجئے۔ 6

(a) لاک ڈاؤن کے زمانہ میں آپ کا زیادہ وقت گھر پر گذرا۔اس مدت میں آپ نے جو کچھ بھی سیکھا ہے اس کو درج ذیل عنوانات کے تحت بیان کیجئے اور اپنے نوٹس کا اپنے دوستوں کے ساتھ اپنے دوستوں کے نوٹس سے مقابلہ کیجئے۔(دیکھئے سبق 1، 3)

(i) لاک ڈاؤن کے زمانہ میں آپ کی فیملی نے آپ کی کس طرح مدد کی۔

(ii) کیا مشترکہ خاندانوں کو اس مدت میں کچھ فائدے ہوئے۔

(iii) کسی لڑکی کی زندگی میں ایجوکیشن کا ئی مثبت اثر چھوڑتی ہے! آپ کا کیا خیال ہے۔

(b) لاک ڈاؤن کی مدت میں آپ کو پیسوں اور وسائل کی کمی کا تجربہ ہوا ہوگا۔اس بات کو ذہن میں رکھتے ہوئے مندرجہ ذیل سوالوں کے جواب لکھئے۔(دیکھئے سبق 9، 11، 13)

(i) غذاؤں کے تحفظ کے کوئی چار طریقے بیان کیجئے۔جن کو آپ نے لاک ڈاؤن کے زمانے میں استعمال کیا ہو۔

(ii) لاک ڈاؤن کے زمانے میں ایک دن میں آپ نے جس ٹائم پلان کی پیروی کی اس کو بیان کیجئے۔

(iii) کیا آپ کے خیال میں ایک محفوظ مستقبل کے لیے پیسہ کی بچت ضروری ہے، دو وجوہات لکھئے۔