



نوٹ : ہر سوال کے چار جوابات A، B، C، D دیئے گئے ہیں۔ جس جواب کو آپ درست سمجھیں معروضی جوابی کاپی / بیل شیٹ پر اس سوال کے سامنے دیئے گئے دائروں میں سے متعلقہ دائرہ کو مار کر یا پین کی سیاہی سے بھر دیں۔ ایک سے زیادہ دائروں کو پُر کرنے یا کاٹ کر پُر کرنے کی صورت میں مذکورہ جواب غلط تصور ہوگا۔

**Note :** Four choices A, B, C, D to each question are given. Which choice is correct, fill that circle in front of that question number on the Objective Bubble Sheet. Use marker or pen to fill the circles. Cutting or filling two or more circles will result in zero mark in that question.

How food is eaten during Buffet Style :	بوفے انداز میں کھانا کس طرح کھایا جاتا ہے :	سوال نمبر 1
(A) At night رات کو (B) Easily آرا م سے (C) Sitting بیٹھ کر (D) Standing کھڑے ہو کر		(1)
How many Principles are of Growth and Development :	نشوونما کے کتنے اصول ہیں :	(2)
(A) 4 (B) 3 (C) 2 (D) 1		
Tray Cover should be always :	ٹرے کو ہمیشہ ہونا چاہیے :	(3)
(A) Cotton سوتی (B) Black کالا (C) Printed پھول دار (D) Silky ریشمی		
Meaning of "Nomos" is :	"نوموس" کا مطلب ہے :	(4)
(A) Home گھر (B) Management انتظام (C) Resources وسائل (D) Family خاندان		
Protein is a word of which language :	پروٹین کس زبان کا لفظ ہے :	(5)
(A) Greek یونانی (B) English انگریزی (C) Persian فارسی (D) Arabic عربی		
Important Point of our diet is :	ہماری خوراک کا بہترین جزو ہے :	(6)
(A) Junk food جنک فوڈ (B) Fats چکنائی (C) Vegetables سبزیاں (D) Fibers ریشہ		
Number of elements in basic food groups are :	بنیادی غذائی گروہ کی تعداد کتنی ہے :	(7)
(A) 2 (B) 3 (C) 5 (D) 6		
The age of early childhood is :	ابتدائی بچپن کا دورانیہ ہے :	(8)
(A) 2 - 3 Years سال 2 - 3 (B) 3 - 4 Years سال 3 - 4 (C) 3 - 5 Years سال 3 - 5 (D) 4 - 5 Years سال 4 - 5		
What percentage of human body weight is water :	انسانی جسم کا کتنے فیصد وزن پانی ہے :	(9)
(A) 1/3 (B) 2/3 (C) 1/4 (D) 3/4		
How many methods are of meal service :	کھانا پیش کرنے کے کتنے اصول ہیں :	(10)
(A) 2 (B) 3 (C) 4 (D) 5		
The teacher plays ____ role in Social Development :	استاد معاشرتی نشوونما میں ____ کردار ادا کرتا ہے :	(11)
(A) Important اہم (B) Unimportant غیر اہم (C) Suitable مناسب (D) Unsuitable غیر مناسب		
Cause of increase in weight is :	وزن میں اضافے کا سبب ہے :	(12)
(A) Fats چکنائی (B) Junk Food جنک فوڈ (C) Protein پروٹین (D) Water پانی		
The modern Scientific method of cooking is :	کھانا پکانے کا جدید سائنسی طریقہ ہے :	(13)
(A) Frying فرائی کرنا (B) Moist heat ترپکانا (C) Microwave مائیکروویو (D) Dry heat خشک		
Home Economics is a subjects that has :	ہوم اکنامکس ایک ایسا مضمون ہے جو اپنے اندر رکھتا ہے :	(14)
(A) Unlimitation لامحدودیت (B) Limitation محدودیت (C) Interest دلچسپی (D) Uninterest غیر دلچسپی		
Vegetables are considered which type of foods :	سبزیوں کو کس طرح کی غذائیں کہا جاتا ہے :	(15)
(A) Full of Energy توانائی سے بھرپور (B) Soldier محافظ (C) Constructive تعمیری (D) Creative تخلیقی		



کل نمبرات : 60

SSC (Part - I)

## 9th Class Home Economics Subjective Paper 2024 Bahawalpur Board

﴿ ہدایات ﴾ حصہ اول یعنی سوال نمبر 2، سوال نمبر 3 اور سوال نمبر 4 میں سے ہر سوال کے (6 -- 6) اجزاء کے مختصر جوابات تحریر کرنا لازمی ہے۔ حصہ دوم میں سے کوئی سے تین سوالات حل کریں۔ جوابی کاپی پر وہی سوال نمبر اور جزو نمبر درج کریں جو کہ سوالیہ پرچہ پر درج ہے۔

**Note :** It is compulsory to attempt (6 -- 6) parts each from Q.No.2 , Q.No.3 and Q.No.4 and Attempt any (03) questions from Part II. Write same Question No. and its Part No. as given in the Question Paper.

36 = 2x18

(Part - I) حصہ اول

- سوال نمبر 2 (i) ہوم اکنامکس کی تعریف کیجئے۔  
Define Home Economics.
- (ii) غذا اور غذائیت سے کیا مراد ہے؟  
What is meant by Food and Nutrition?
- (iii) کالشیئم کے فوائد لکھیے۔  
Write the Advantages of Calcium.
- (iv) انسانی نشوونما کے دو اصول بیان کیجئے۔  
Describe any two Principles of Human Growth and Development.
- (v) غذا کے بنیادی گروہوں کے نام لکھیے۔  
Write the names of Basic Food Groups.
- (vi) پروٹین کے ذرائع لکھیے۔  
Write the Sources of Protein.
- (vii) متوازن غذا کی تعریف کیجئے۔  
Define Balance Diet.
- (viii) ہوم اکنامکس کی اہمیت بیان کیجئے۔  
Describe the importance of Home Economics.
- (ix) غیر متوازن غذا کی تعریف کیجئے۔  
Define Unbalanced Diet.
- (i) وٹامنز کی اقسام لکھیے۔  
Write the kinds of Vitamins.
- (ii) کاربوہائیڈریٹس کی تعریف کیجئے۔  
Define Carbohydrates.
- (iii) معدنی نمکیات کیا ہیں؟  
What are Minerals?
- (iv) پانی کی اہمیت لکھیے۔  
Write the importance of Water.
- (v) "صحت" کی تعریف کیجئے۔  
Define "Health".
- (vi) پھلوں اور سبزیوں کی غذائی اہمیت بیان کیجئے۔  
Describe the Nutritional importance of Fruits and Vegetables.
- (vii) غذائی ضروریات کی تعریف کیجئے۔  
Define Nutritional Needs.
- (viii) جنک فوڈز کی دو مثالیں بیان کیجئے۔  
Describe two examples of Junk Foods.
- (ix) مائیکرو ویو اوون (Micro Wave Oven) کے دو فوائد لکھیے۔  
Write the two Advantages of Micro Wave Oven.
- سوال نمبر 4 (i) نشوونما پر اثر انداز ہونے والے عوامل کے نام لکھیے۔  
Write the names of Factors affecting Growth and Development.
- (ii) ذہنی نشوونما کی تعریف کیجئے۔  
Define Mental Development.
- (iii) نوبلوغ کے دور کی تعریف کیجئے۔  
Define Development during Adolescence.
- (iv) رویہ کے مسائل سے کیا مراد ہے؟  
What is meant by Behavioural Problems?
- (v) مثبت رویہ پیدا کرنے کے کوئی سے دو طریقے لکھیے۔  
Write any two methods of Reinforce Positive Behaviour.
- (vi) جمہوری والدین کی تعریف کیجئے۔  
Define Democratic Parents.
- (vii) ڈے کیئر سٹاف کے فرائض لکھیے۔  
Write the duties of Day Care Staff.
- (viii) شخصیت کی نشوونما پر بہن بھائیوں کے تعلقات کے اثرات لکھیے۔  
Write the effects of Sibling Relations on the development of Personality.
- (ix) خوراک کو سٹور کرنے کے کوئی سے دو اصول لکھیے۔  
Write any two Principles of Food Storage.

24 = 8x3

(Part - II) حصہ دوم

- سوال نمبر 5 کھانا پکانے کے مختلف طریقے تفصیل سے بیان کیجئے۔  
(8) Describe in detail different ways of Cooking.
- سوال نمبر 6 پروٹین کی اہمیت، جسم میں کام اور زیادتی کے اثرات تحریر کیجئے۔  
(8) Write the importance of Protein, Functions in the body and effects of excess.
- سوال نمبر 7 ہوم اکنامکس کی تعلیم کے مقاصد تفصیل سے بیان کیجئے۔  
(8) Describe the Objectives of Education of Home Economics in detail.
- سوال نمبر 8 شیرخوار بچوں کی غذائی ضروریات تفصیل سے بیان کیجئے۔  
(8) Describe the Nutritional Needs of Infants in detail.
- سوال نمبر 9 گھریلو ملازمہ کی ذمہ داریاں لکھیے۔  
(8) Write the Responsibilities of Maid.



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 پتھن سے بھر دیجئے۔ ایک سے زیادہ دائروں کو پُر کرنے یا کٹ کر پُر کرنے کی صورت میں مذکورہ جواب غلط تصور ہوگا۔ جوابی کاپی کے دونوں اطراف اس سوالیہ پرچہ پر مطبوعہ PAPER CODE درج کر کے اس کے مطابق دائرے پُر کریں، غلطی کی صورت میں تمام تر ذمہ داری طالب علم پر ہوگی۔ انک ریسورر یا سفید فلیوڈ کا استعمال ممنوع ہے۔

Note:- You have four choices for each objective type question as A, B, C and D. The choice, which you think, is correct; fill that circle in front of that question number. Use marker or pen to fill the circles. Cutting or filling two or more circles will result in zero mark in that question. Write PAPER CODE, which is printed on this question paper, on the both sides of the Answer Sheet and fill bubbles accordingly, otherwise the student will be responsible for the situation. Use of ink remover or white correcting fluid is not allowed

(D)	(C)	(B)	(A)	QUESTIONS	Q-1
مقصد Purpose	ذرائع وسائل Sources of means	سرگرمیوں Activities	بھلائی Welfare	ہوم اکنامکس کی تعلیم گھر اور خاندانی زندگی کا احاطہ کرتی ہے۔ The Education of Home Economics covers the Home and Family life.	1.
محدودیت limitness	اہمیت Importance	کمتری Complex	برتری Superiority	گھریلو انتظام کے مضامین کو دوسرے تمام مضامین پر حاصل ہے؟ The subject of Home Management is gained by all others subjects.	2.
اے اور بی A & B	ناکافی غذا Under nutrition	حرارت، توانائی، نشوونما Heat, energetic and growth	ہوا، پانی اور خوراک Air, water and food	انسان کو زندہ رہنے کیلئے ضرورت ہوتی ہے۔ Human needs to survive.	3.
دالیں Lentils	مرچ Chilly	چینی Sugar	نمک Salt	کاربوہائیڈریٹس کے ذرائع ہیں۔ The sources of Carbohydrates are	4.
40 %	25 %	30 %	35 %	ناشتے میں کیلوریز ہونی چاہیں۔ Breakfast should contain calories	5.
محافظ Safeguard	توانائی سے بھرپور Energetic	تخلیقی Creative	تعمیری Constructive	سبزیوں کو غذائیں کہا جاتا ہے۔ Vegetables are called food.	6.
مشروبات Drinks	خشک میوہ جات Dry Fruits	خربوزہ Melon	تربوز Water melon	سردیوں کے موسم میں غذا کا استعمال بڑھ جاتا ہے۔ In the winter the use of Food is increased.	7.
12 ماہ Twelve months	8 ماہ Eight months	6 ماہ Six months	2 ماہ Two months	شیر خوار بچے کو مالٹے کا رس دینا شروع کرنا چاہیے۔ Infants should given orange Juice.	8.
تمام درست ہیں All correct	ٹھنڈا اور گرم کرنے سے Cool and Hot	مختلف طریقوں سے Different Methods	ادل بدل کر Alternation	غذا کی غذائیت اور وراثی میں اضافہ کیا جاسکتا ہے۔ We can add Nutrition and variety in Foods	9.
بستر پر On Bed	دستر خوان پر On table cloth	زمین پر On floor	میز پر On table	مغربی انداز میں کھانا پیش کیا جاتا ہے۔ In western style meal should served	10.
بیک کرنا Baking	ہلکی آگ پر Low flame	بھاپ پر On steaming	تیز آگ High flame	انڈے کو _____ پر پکانا چاہیے۔ Eggs should cooked on _____	11.
ان میں سے کوئی نہیں None of these	انفرادی عوامل Individual factors	معاشرتی عوامل Social factors	عضویاتی عوامل Biological Factors	کسی بھی فرد کی انفرادیت پر اثر انداز ہوتے ہیں۔ Effects on individuality of any person.	12.
جسمانی Physical	ذہن Mind	سائنسی Science	جذباتی Emotional	انسانی نشوونما ایک _____ علم ہے۔ Human growth is a knowledge of _____	13.
7.5 کلو گرام 7.5 Kg	6.3 کلو گرام 6.3 Kg	3.5 کلو گرام 3.5 Kg	4.5 کلو گرام 4.5 Kg	پیدائش کے وقت بچے کا وزن ہوتا ہے۔ At the time of Birth the weight of child is _____	14.
6 سے 8 سال Six to eight years	3 سے 5 سال Three to five years	8 سے 10 سال Eight to Ten years	6 سے 12 سال Six to twelve years	درمیانی بچپن کا دور ہے۔ Middle childhood period is _____	15.



0924 (جماعت نہم) سیکنڈری پارٹ I ، سیشن 2020-22 to 2023-25

کل نمبر: 60

وقت: 2:10 گھنٹے

مبادیات گھریلو معاشیات (انشائیہ)

Part I

حصہ اول

Answer briefly any Six parts from the followings. 6×2=12

سوال نمبر 2۔ درج ذیل میں سے کوئی سے چھ اجزاء کے مختصر جوابات تحریر کریں۔

How can we make our Houses beautiful and comfortable "Art and Design"

(i) آرٹ اور ڈیزائن سے ہم گھروں کو آرام دہ اور خوبصورت کیسے بنا سکتے ہیں

How protein is a important part of our body?

(ii) ہمارے جسم میں پروٹین کیسے اہم جزو ہے؟

Write down examples of "Balance Diet".

(iii) متوازن غذا کی مثالیں تحریر کریں۔

Write down the sources of "Vitamin C".

(iv) وٹامن سی کے ذرائع تحریر کریں۔

Write the Nutritional requirements of School going children?

(v) سکول جانے والے بچوں کی غذائی ضروریات تحریر کریں۔

Define "Health".

(vii) صحت کی تعریف کریں۔

(vi) Which are the "Animal Sources" حیواناتی ذرائع کون سے ہیں؟

What is meant by "Vitamin B complex".

(viii) وٹامن بی کمپلیکس سے کیا مراد ہے؟

What is meant by "Unbalanced Diet"

(ix) غیر متوازن غذا سے کیا مراد ہے؟

Answer briefly any Six parts from the followings. 6×2=12

سوال نمبر 3۔ درج ذیل میں سے کوئی سے چھ اجزاء کے مختصر جوابات تحریر کریں۔

What is meant by "Baking". (ii) بیک کرنا سے کیا مراد ہے؟

(i) Write down the purpose of cooking. کھانا پکانے کے مقاصد تحریر کریں۔

Write down two principles of Meal Service.

(iii) کھانا پیش کرنے کے دو اصول تحریر کریں۔

Write down two principles of Food storage..

(iv) خوراک سٹور کرنے کے دو اصول لکھیں۔

Define the Growth and Development.

(v) نشوونما کی تعریف کریں۔

What are the meaning of Qualitative changes?

(vi) اہلیتی یا خواصی تبدیلیاں کیا ہیں؟

What is meant by Individual Factors?

(vii) انفرادی عوامل سے کیا مراد ہے؟

What is meant by Environment? (ix) ماحول سے کیا مراد ہے؟

(viii) What is meant by Social Development? معاشرتی نشوونما سے کیا مراد ہے؟

Answer briefly any Six parts from the followings. 6×2=12

سوال نمبر 4۔ درج ذیل میں سے کوئی سے چھ اجزاء کے مختصر جوابات تحریر کریں۔

What is meant Normal/Social Behaviour.

(i) نارمل / معاشرتی رویہ سے کیا مراد ہے؟

Write two examples of Jealousy.

(ii) حسد کرنے کی دو مثالیں تحریر کریں۔

What it mean to be a Role Modle for children.

(iii) بچوں کے سامنے مثالی کردار بننے سے کیا مراد ہے؟

Write two positive effects of peer pressure.

(iv) ہم عمروں سے دباؤ کے ذہنی اثرات لکھیں۔

How do children develop the habit of Fighting?

(v) بچوں میں لڑائی جھگڑنے کی عادت کیسے پیدا ہوتی ہے؟

Write the causes of behavioural problems.

(vi) رویوں کے مسائل کی وجوہات تحریر کریں۔

Write the Role of "Democratic Parents".

(vii) جمہوری والدین کا کردار تحریر کریں۔

Write down the effects on children as Home care taker.

(viii) گھریلو ملازمہ کے بطور نگران بچوں پر اثرات تحریر کریں۔

What is the Facility of Day care center?

(ix) ڈے کیئر سنٹر کی کیا سہولت ہے؟

Part II

حصہ دوم

Note: Attempt any Three Questions.

8×3=24

Discuss the development of skills and creativity in Home Economics Education.

نوٹ: کوئی سے تین سوالات کے جوابات تحریر کریں۔  
5 ہوم اکنامکس کی تعلیم میں ہنر مندی اور تخلیقی صلاحیتوں کی نشوونما پر بحث کریں۔

Describe the Function of carbohydrates in the body and effect of deficiency.

6 کاربوہائیڈریٹس کے جسم میں کام اور کمی کے اثرات بیان کریں۔

Discuss Factors affecting Nutritional requirements.

7 غذائی ضروریات پر اثر انداز ہونے والے عوامل پر بحث کریں۔

What safety measures must be followed while preparing food in kitchen?

8 باورچی خانے میں غذا کی تیاری کے دوران کن حفاظتی اقدامات پر عمل کرنا ضروری ہے؟

Write the effect of Heredity and environment on Human Nature.

9 انسانی نشوونما پر وراثت اور ماحول کا اثر تحریر کیجئے۔



ELEMENTS OF HOME ECONOMICS

Q. Paper : I (Objective Type)

Time Allowed : 20 Minutes

Maximum Marks : 15

024۔ فرسٹ اینول (نہم کلاس)

PAPER CODE = 5215

(پہلا گروپ)

ایلیمنٹس آف ہوم اکنامکس

سوالیہ پرچہ : I (معروضی طرز)

وقت : 20 منٹ

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 مارکر 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.

نمبر شمار	سوالات / Questions	A	B	C	D
1-1	پانی میں حل پذیر وٹامن ہیں Water soluble vitamins are :	وٹامن سی Vitamin-C	وٹامن اے Vitamin-A	وٹامن ڈی Vitamin-D	وٹامن ای Vitamin-E
2	جنگ فوڈز کس چیز سے بھرپور ہوتے ہیں : Junk foods are enriched with ---- :	غذائی اجزاء Nutrients	چکنائی Fats	نمکیات Minerals	پروٹین Protein
3	دو سال کا بچہ کتنے الفاظ سمجھ سکتا ہے : How many words a child can understand in age of two years :	30-50	100-150	200-300	80-100
4	سخت گیر والدین بچوں کو --- بنادیتے ہیں : The authoritarian parents produces ---- in children :	مختی Hard working	بد مزاج Ill -tempered	خود اعتماد Self-confidant	محتاج Careful
5	گھریلو انتظام کے مضمون کو دوسرے مضامین پر --- حاصل ہے : The subject of home economics has --- over other subjects :	اہمیت Importance	برتری Superiority	ترقی Progress	کمتری Inferiority
6	پیدائش کے وقت بچے کا قد ہوتا ہے : Baby's height is ---- when born :	25 سینٹی میٹر 25 cm	50 سینٹی میٹر 50 cm	30 سینٹی میٹر 30 cm	40 سینٹی میٹر 40 cm
7	وٹامن بی کمپلیکس صحت مند بناتے ہیں : Vitamin 'B' complex make healthier to --- :	ٹانگوں کو Legs	چہرے کو Face	دماغ کو Brain	گردوں کو Kidneys
8	غذائی اجزاء کی تعداد ہے : There are --- nutrients in number :	5	7	6	4
9	انسانی جسم میں تقریباً کتنے معدنی نمکیات پائے جاتے ہیں : How many minerals are present in human body :	40	25	29	20
10	معاشی ترقی کیلئے اپنی آمدنی اور --- میں توازن رکھنا ضروری ہے : To keep balance between income and --- is necessary for economic growth :	حالات Circumstances	خرچ Expenditure	گھر Home	زندگی Life
11	لڑکیوں کو عموماً --- کیلوریز درکار ہوتی ہیں : Girls usually need ---- calories :	3000-3400	2000-2500	1500-1800	1000-1200
12	رسمی انداز میں کھانا شروع کرتے ہیں : Formal meal service is started from --- :	مہمان سے Guest	میزبان سے Host	چھری کانٹے سے Knife and fork	چاول سے With rice
13	ضروری امینو ایسڈز --- جسم میں پیدا نہیں ہوتے : Essential amino acids are not produced --- in the body :	اساس میں Base	خود Themselves	بعد میں After	تیزاب میں Acid
14	--- کے نباتاتی ذرائع اناج اور دالیں ہیں : Cereals and grains are vegetable source of --- :	کاربوہائیڈریٹس Carbohydrates	پروٹین Protein	چکنائی Fats	وٹامن Vitamin
15	درمیانی بچپن میں عمر کی حد کیا ہوتی ہے : What is age limit of middle childhood period :	6-12 سال 6-12 years	3-5 سال 3-5 years	4-6 سال 4-6 years	10-13 سال 10-13 years



رول نمبر:----- (امیدوار خود پر کرے) (تعلیمی سیشن 2020-2022 تا 2023-2025)

# ELEMENTS OF HOME ECONOMICS

024۔ فرسٹ اینول (نہم کلاس)

ایلیمنٹس آف ہوم اکنامکس

Paper : I (Essay Type)

(پہلا گروپ)

پرچہ : I (انشائیہ طرز)

Time Allowed : 2.10 hours

وقت : 2 گھنٹے 10 منٹ

Maximum Marks : 60

کل نمبر : 60

( حصہ اول - PART - I )

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

2۔ کوئی سے چھ (6) سوالات کے مختصر جوابات لکھئے :

- Define Home-Economics according to Tate Mildred.
- Describe structure of protein.
- Write name of different types of vitamin.
- Describe the sources of vitamin-A.
- Describe the functions of vitamin-C in the body.
- What is the relationship between home-economics and psychology?
- How income can increase through home economics?
- Define food.
- Write name of water-soluble vitamin.

(i) ٹیٹ ملڈرڈ کے مطابق ہوم اکنامکس کی تعریف لکھئے۔

(ii) پروٹین کی ساخت بیان کیجئے۔

(iii) وٹامن کی مختلف اقسام کے نام لکھئے۔

(iv) وٹامن۔ اے کے ذرائع بیان کیجئے۔

(v) وٹامن۔ سی کے جسم میں کام بیان کیجئے۔

(vi) ہوم اکنامکس اور نفسیات کا کیا تعلق ہے؟

(vii) ہوم اکنامکس کے ذریعے آمدنی کس طرح بڑھائی جاسکتی ہے؟

(viii) غذا کی تعریف لکھئے۔

(ix) پانی میں حل پذیر وٹامن کے نام لکھئے۔

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

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

- Write the functions of minerals in the body.
- Which nutrient is good source of meat and egg group?
- Write name of basic food groups.
- Describe different methods of food preservation.
- Write advantages of micro-wave oven.
- Write the dietary requirements of infants.
- Write the method of tray setting for a person.
- Write four manners of eating food.
- Write four objectives of cooking food.

(i) معدنی نمکیات کے جسم میں کام لکھئے۔

(ii) گوشت اور انڈوں کا گروہ کس غذائی جزو کا اچھا ذریعہ ہے؟

(iii) بنیادی غذائی گروہ کے نام لکھئے۔

(iv) غذا اسٹور کرنے کے مختلف طریقے بیان کیجئے۔

(v) مائیکرو ویو اوون کے فائدے لکھئے۔

(vi) شیرخوار بچوں کی غذائی ضروریات لکھئے۔

(vii) ایک فرد کیلئے ٹرے لگانے کا طریقہ لکھئے۔

(viii) کھانا کھانے کے چار آداب لکھئے۔

(ix) کھانا پکانے کے چار مقاصد لکھئے۔

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

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

- Describe the important areas of human development.
- What is the pattern of physical development of a child in early childhood?
- What is the impact of parent's relation upon child's development?

(i) انسانی نشوونما کے اہم پہلو بیان کیجئے۔

(ii) ابتدائی بچپن میں بچے کی جسمانی نشوونما کیسے ہوتی ہے؟

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



( 2 )

4. (iv) Define bullying. استحصال بالجبر کی تعریف لکھئے۔ (iv) -4
- (v) Write methods to reinforce positive behaviour in children. بچوں میں مثبت رویے پیدا کرنے کے طریقے لکھئے۔ (v)
- (vi) Write method of storage of non-perishable foods. دیر سے خراب ہونے والی غذاؤں کو سٹور کرنے کا طریقہ لکھئے۔ (vi)
- (vii) What are the impacts of day care staff's behaviour on child's personality? بچوں کی شخصیت پر ڈے کیئر سٹاف کے کیا اثرات مرتب ہوتے ہیں؟ (vii)
- (viii) Define permissive parents. اباحتی والدین کی تعریف لکھئے۔ (viii)
- (ix) Define behaviour. رویہ کی تعریف لکھئے۔ (ix)

## ( PART-II حصہ دوم )

**Note : Attempt any THREE questions.**

نوٹ : کوئی سے تین سوالات کے جوابات لکھئے۔

- 8 5. Write the important measures for a safe kitchen. ایک محفوظ کچن کے لیے کن امور کا ہونا ضروری ہے؟ 5
- 8 6. Define home-economics. Describe its aims and objectives. ہوم اکنامکس کی تعریف لکھئے اور اغراض و مقاصد بیان کیجئے۔ 6
- 8 7. Describe development in middle childhood. درمیانی بچپن میں نشوونما بیان کیجئے۔ 7
- 8 8. Define 'fats'. Describe its types and sources. چکنائی کی تعریف لکھئے۔ نیز چکنائی کی اقسام اور ذرائع بیان کیجئے۔ 8
- 4,4 9. Write notes on the following : مندرجہ ذیل پر نوٹ لکھئے : 9
- (a) Deviant behaviour. (b) Role of teacher. (الف) غیر معاشرتی رویے۔ (ب) استاد کے فرائض۔

121-024-I-(Essay Type)-8000 Please visit for more data at: [www.pakcity.org](http://www.pakcity.org)

[pakcity.org](http://www.pakcity.org)



## ELEMENTS OF HOME ECONOMICS

024۔ فرسٹ اینول (نہم کلاس)

ایلیمنٹس آف ہوم اکنامکس

Q.Paper : I (Objective Type)

PAPER CODE = 5218

سوالیہ پرچہ : I (معروضی طرز)

Time Allowed : 20 Minutes

(دوسرا 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۔ جوانی کا پانی 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.

نمبر شمار	سوالات / Questions	A	B	C	D
1-1	کون سا معدنی نمک خون کے سرخ ذرات بنانے کیلئے اہم ہے : Which mineral is essential for producing red blood cells :	کیلشیم Calcium	فاسفورس Phosphorus	آئرن Iron	آیوڈین Iodine
2	خون کا کتنے فیصد حصہ پانی پر مشتمل ہوتا ہے : How many percentage of water consists in blood :	60 % فیصد	50 % فیصد	70 % فیصد	45 % فیصد
3	کھانا پیش کرنے کے بنیادی اصول ہیں : Basic principles of food serving are :	10	4	5	8
4	بچوں کی معاشرتی نشوونما کا اہم ذریعہ --- ہے : --- is an important way of children's social development:	صحت Health	سکول School	مناسب غذا Proper diet	ذہنی پریشانی Mental tension
5	سرد موسم میں کن غذاؤں کا استعمال بڑھ جاتا ہے : Which food is taken in excess in winter :	تربوز Watermelon	مشروبات Drinks	خشک میوہ جات Dry fruits	سبزیوں کا Vegetables
6	ہوم اکنامکس سے مراد ہے : What is meant by home economics :	عملی مضمون Practical subject	گھریلو سائنس Domestic science	مطالعہ Reading	انتظام Management
7	متوازن غذا کو مجموعہ کہا جاتا ہے : Balanced diet is compiled of ---- :	پروٹین کا Protein	غذائی اجزاء کا Nutrients	طاقت کا Energy	پھلوں کا Fruits
8	ہوم اکنامکس کی تعلیم افراد میں --- پیدا کرتی ہے : The education of home economics produces --- in people :	خوشی Happiness	قائدانہ صفات Leadership qualities	صحت Health	رہنمائی Guidance
9	گوشت میں کون سا غذائی جز زیادہ پایا جاتا ہے : Which nutrient found in excess in meat :	کیلشیم Calcium	آئرن Iron	پانی Water	وٹامن سی Vitamin-C
10	والدین کی اقسام ہیں : Types of parents are :	6	4	3	5
11	چوہوں سے پھیلنے والی بیماری کا نام ہے : The disease caused by rats is :	بخار Fever	طاعون Plague	انیمیا Anemia	بیری بیری Beriberi
12	معدنی نمکیات انسانی جسم میں کتنے فیصد پائے جاتے ہیں : In which percentage mineral elements consist in human body :	50 % فیصد	10 % فیصد	01 % فیصد	20 % فیصد
13	تعلیم یافتہ ماں بچے میں --- پیدا کرتی ہے : An educated mother make her child ---- :	غصہ Angry	خود اعتمادی Self-Confidence	الجھن Tension	منفی رویہ Negative behaviour
14	ایک فرد کیلئے ٹرے کا سائز ہوتا ہے : The size of serving tray for one person is :	14x16 inch	12x14 inch	12x18 inch	15x18 inch
15	شیر خوارگی کے دور کی حد ہے : The limit of infancy period is :	پیدائش سے 3 سال Birth - 3 years	پیدائش سے ڈیڑھ سال Birth-1.6 year	پیدائش سے 6 ماہ Birth - 6 months	دو سے پانچ سال 2 - 5 years

رول نمبر:----- (امیدوار خود پُر کرے) (تعلیمی سیشن 2020-2022 تا 2023-2025)

ELEMENTS OF HOME ECONOMICS

024۔ فرسٹ اینول (نہم کلاس)

ایلیمنٹس آف ہوم اکنامکس

Paper :I (Essay Type)

(دوسرا گروپ)

پرچہ : I (انشائیہ طرز)

Time Allowed : 2.10 hours

وقت : 2 گھنٹے 10 منٹ

Maximum Marks : 60

کل نمبر : 60

( حصہ اوّل - I PART )

2۔ کوئی سے چھ (6) سوالات کے مختصر جوابات لکھئے :

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

- (i) What is the relation of home economics with social and economic development of society?
- (ii) Define home economics according to William and Lyal.
- (iii) Define food.
- (iv) Write the sources of protein.
- (v) Describe the effects of fat deficiency.
- (vi) Define mal-nutrition.
- (vii) Describe the relation between home economics and chemistry.
- (viii) Write functions of vitamin in body.
- (ix) What is the relationship of clothing and textile with other disciplines of home management?

(i) ہوم اکنامکس کا معاشرے کی سماجی اور معاشی ترقی سے کیا تعلق ہے؟

(ii) ولیم اور لائل کے مطابق ہوم اکنامکس کی تعریف بیان کیجئے۔

(iii) غذا کی تعریف بیان کیجئے۔

(iv) پروٹین کے ذرائع لکھئے۔

(v) چکنائی کی کمی کے اثرات بیان کیجئے۔

(vi) نقص غذائیت کی تعریف بیان کیجئے۔

(vii) ہوم اکنامکس اور کیمیا کا تعلق بیان کیجئے۔

(viii) وٹامن کے جسم میں کام لکھئے۔

(ix) پارچہ بانی اور لباس کا گھریلو انتظام کے مضامین سے کیا تعلق ہے؟

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

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

- (i) Why water is important for body?
- (ii) What is meant by mineral elements?
- (iii) Describe disadvantages of micro-wave oven.
- (iv) What is meant by food pyramid?
- (v) Explain the difference between balanced diet and un-balanced diet.
- (vi) Describe different methods of frying.
- (vii) What are functions of fruits and vegetables group in body?
- (viii) What are the daily dietary requirements of an adult?
- (ix) Write names of food serving methods.

(i) پانی جسم کے لیے کیوں ضروری ہے؟

(ii) معدنی نمکیات سے کیا مراد ہے؟

(iii) مائیکرو ویو اوون کے نقصانات بیان کیجئے۔

(iv) فوڈ پرائڈ سے کیا مراد ہے؟

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

(vi) تیلنے کے مختلف طریقے بیان کیجئے۔

(vii) سبزیاں اور پھلوں کے گروہ کا جسم میں کیا کام ہے؟

(viii) بالغ افراد کی یومیہ غذائی ضروریات کیا ہیں؟

(ix) کھانا پیش کرنے کے طریقوں کے نام لکھئے۔

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

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

- (i) What type of dress should be used while cooking food?
- (ii) Describe the principles of development.
- (iii) What are the effects of bullying on school going kids?
- (iv) How we can store eggs?

(i) کھانا پکاتے وقت کس قسم کا لباس استعمال کرنا چاہیے؟

(ii) نشوونما کے اصول بیان کیجئے۔

(iii) استحصال بالجبر کا سکول جانے والے بچوں پر کیا اثرات ہوتے ہیں؟

(iv) انڈوں کو کیسے سٹور کیا جاسکتا ہے؟



( 2 )

4. (v) How we can prevent accidents in kitchen? (v) کچن میں معمولی حادثات کی روک تھام کیسے کی جاسکتی ہے؟  
(vi) Write routine cleaning of refrigerator? (vi) ریفریجریٹر کی عمومی صفائی کیسے کی جاتی ہے؟  
(vii) Write the impact of environment on human development? (vii) انسانی ترقی پر ماحول کا کیا اثر ہے؟  
(viii) Write the importance of peer relationship. (viii) ہم عمر بچوں کے تعلقات کی اہمیت لکھئے۔  
(ix) Define the neglecting parents. (ix) 'غفلت شعار والدین' کی تعریف کیجئے۔

( PART-II حصہ دوم )

Note : Attempt any THREE questions.

نوٹ : کوئی سے تین سوالات کے جوابات لکھئے۔

- 8 5. Define home economics and describe its aims and objectives. 5. ہوم اکنامکس کی تعریف اور اغراض و مقاصد بیان کیجئے۔  
8 6. Write the principles of meal service. 6. کھانا پیش کرنے کے اصول لکھئے۔ نیز کھانا پیش کرنے کے دو طریقے تفصیلاً بیان کیجئے۔  
Describe any two methods of meal service.  
8 7. Write a detailed note on the basic functions of food. 7. غذا کے بنیادی کاموں پر تفصیلاً نوٹ لکھئے۔  
8 8. Write a detailed note on sibling healthy relationships. 8. بہن بھائیوں کے صحت مندانہ تعلقات پر تفصیلاً نوٹ لکھئے۔  
8 9. Describe about early childhood. 9. ابتدائی بچپن کے متعلق تفصیلاً بیان کیجئے۔

122-024-II-(Essay Type)-11000

Please visit for more data at: [www.pakcity.org](http://www.pakcity.org)

مبادیاتِ ہوم اکنامکس (حصہ معروضی)

کل نمبر: 15

وقت: 20 منٹ

5217

سوال نمبر  
1

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 بڑھ کرنے یا کاٹ کر بڑھ کرنے کی صورت میں مذکورہ جواب غلط تصور ہوگا۔

نمبر شمار	سوالات / Questions	A	B	C	D
1	بچے _____ اور جسمانی طور پر سرگرم ہوتے ہیں۔ Children are _____ and physically headed.	ذہنی Mentally	اخلاقی Morally	معاشرتی Socially	تمدنی Culturally
2	_____ دودھ کا بہترین جز ہے۔ _____ is the best part of milk.	وٹامن Vitamins	کیلشیم Calcium	آئرن Iron	چکنائی Fats
3	متوازن غذا، غذاؤں کا امتزاج ہے: Balanced diet is the combination of nutrients:	ہلکی پھلکی Light	میٹھی میٹھی Sweet	مٹی جلی Mixed	کڑوی کڑوی Bitter
4	غذا اور غذائیت دراصل ایک ہی ہے: Diet and nutrients are actually the same:	کتاب Book	سامان Goods	کھانا Food	چیز Thing
5	ہوم اکنامکس افراد میں صفات پیدا کرتی ہے: Home economics produce qualities in the people:	تصورات Fantasy	تحمسانہ Authoritarian	نذرانہ Gift	قائدانہ Leadership
6	ماحولیاتی تعلیم سے مراد _____ کے بارے میں معلومات فراہم کرنا ہے۔ Environmental education is to provide informations about:	سکول School	معاشرہ Society	ماحول Environment	خاندان Family
7	ہوم اکنامکس کی تعلیم _____ اور گھریلو امور کو سمجھنے میں مددگار ثابت ہوتی ہے۔ Education of home economics is helpful in understanding and household affairs.	سکول School	خاندان Family	گھر Home	افراد People
8	استاد کی نگرانی میں بچے گھنٹے گزارتے ہیں: Children spend hours under the supervision of a teacher:	چھت سات 6 - 7	سات سے آٹھ 7 - 8	آٹھ سے نو 8 - 9	نو سے دس 9 - 10
9	استاد _____ کا نظم البدل ہے۔ Teacher is just like:	معاشرے Society	بچوں Children	رشتہ داروں Relatives	والدین Parents
10	بزرگوں کا اپنی اولاد سے رابطہ رہتا ہے: Elders keep contacting their children:	دوری Distance	لا تعلقی Lauret	قریبی Nearby	جزوی Partial
11	چھوٹی عمر میں بچے شوق سے سنتے ہیں: At the early age children listen with interest:	غزلیں Lyrics	کہانیاں Stories	گائے Songs	خبریں News
12	نشوونما پر اثر انداز ہونے والے عوامل ہیں: There are factors affecting on growth:	1	2	3	4
13	بچوں کی غلط بات پر ان کی کرنی چاہیے: Children should be _____ for their wrong sentences.	حوصلہ افزائی Encourage	دلیری Confidence	انعام Reward	سرزنش Rebuke
14	بچوں کی معاشرتی نشوونما کا اہم ترین ذریعہ ہیں: Main source of the social development of children is:	جماعت Class	سکول School	دوست Friends	رشتہ دار Relatives
15	سبزیوں کو غذائیں کہا جاتا ہے: Vegetables are called nutrition:	محافظ Protector	بنیادی Basic	تعمیری Constructive	خلاقیتی Creative



جماعت نہم  
مبادیاتِ ہوم اکنامکس (حصہ انشائی)  
وقت: 02:10 گھنٹے  
کل نمبر: 60  
(Part - I حصہ اول)

- 12 Write short answers to any SIX parts.
- Describe the definition of home economics according to William and Lyle. (i) ولیم اور لائل کے مطابق ہوم اکنامکس کی تعریف کیجیے۔
- How does home economics develop professional skills in the students? (ii) ہوم اکنامکس طلباء میں پیشہ ورانہ مہارتیں کیسے پیدا کرتا ہے؟
- What mutual relationship home economics has with family? (iii) ہوم اکنامکس کا خاندان کی فلاح و بہبود سے باہمی تعلق کیا ہے؟
- What is meant by malnutrition? (iv) نقص غذائیت سے کیا مراد ہے؟
- What is meant by physical skeleton? (v) جسمانی ڈھانچہ سے کیا مراد ہے؟
- What does protein do in the body? (vi) پروٹین جسم میں کیا کام سرانجام دیتا ہے؟
- What does fat mean? (vii) چکنائی یا روغنیات سے کیا مراد ہے؟
- Write the names of the types of vitamins. (viii) وٹامن کی اقسام کے نام لکھئے۔
- Which are the sources of the iron? (ix) آئرن کے ذرائع کون سے ہیں؟
- 12 Write short answers to any SIX parts.
- Describe the effects of water shortage. (i) پانی کی کمی کے اثرات بیان کیجیے۔
- What is relation of good health with nutrition? (ii) اچھی صحت کا غذائیت سے کیا تعلق ہے؟
- What is meant by unbalanced diet? (iii) غیر متوازن غذا سے کیا مراد ہے؟
- What is the diet of children of ten to twelve months of age? (iv) دس سے بارہ ماہ کی عمر کے بچوں کی غذا کیسی ہوتی ہے؟
- Explain the purposes of cooking. (v) کھانا پکانے کے مقاصد بیان کیجیے۔
- What is meant by stewing? (vi) دم پڑی سے کیا مراد ہے؟
- Describe the method of steaming. (vii) بھاپ دینے کا طریقہ بیان کیجیے۔
- What are the non-perishable foods? (viii) دیر سے خراب ہونے والی غذائیں کون سی ہیں؟
- What are the factors affecting human growth and development? (ix) انسانی نشوونما پر اثر انداز ہونے والے عوامل کون سے ہیں؟
- 12 Write short answers to any SIX parts.
- What is meant by environment? (i) ماحول سے کیا مراد ہے؟
- How long does adolescence? (ii) نوبلغت کا دور کتنے عرصہ پر محیط ہے؟
- Write the types of parents. (iii) والدین کی اقسام کے نام لکھئے۔
- What is the negative attitude of parents influence on children? (iv) والدین کا منفی رویہ بچوں پر کیا اثرات مرتب کرتا ہے؟
- Describe the effects of gender in the relations of parents with children. (v) والدین اور بچوں کے تعلقات میں جنس کے اثرات بیان کیجیے۔
- Why mothers are required to be educated? (vi) ماؤں کا تعلیم یافتہ ہونا کیوں ضروری ہے؟
- Define the bullying. (vii) استحصال بالجبر کی تعریف کیجیے۔
- Describe the role of good caretaker. (viii) ایک اچھے نگران کا کردار بیان کیجیے۔
- Describe the duties of caretaker for elders. (ix) معمر افراد کی دیکھ بھال کے لئے نگران کے فرائض بیان کیجیے۔

**حصہ دوم، کوئی سے تین سوالات کے جوابات تحریر کیجیے۔ ہر سوال کے 08 نمبر ہیں۔**

**Part - II, Attempt any THREE questions. Each question carries 08 marks.**

- 5- غذائی ضروریات پر اثر انداز ہونے والے عوامل کون سے ہیں؟ بیان کیجیے۔
- 6- ہوم اکنامکس کا کوئی سے چار مضامین سے تعلق بیان کیجیے۔
- 7- وٹامن ڈی کے ذرائع کون سے ہیں؟ نیز اس کے جسم میں کام اور کمی کے اثرات بیان کیجیے۔
- 8- بچوں میں مثبت رویہ پیدا کرنے کے طریقے لکھئے۔
- 9- بچوں کی تربیت میں استاد کا کردار بیان کیجیے۔
- Describe the factors affecting nutritional needs.
- Describe the relationship of home economics with any four subjects.
- What are the sources of Vitamin-D? Describe its functions in the body and effects of deficiency.
- Write the ways to produce positive attitude in children.
- Describe the teacher's role in training of children.



ELEMENTS OF HOME ECONOMICS

023-فرسٹ اینزل (نہم کلاس)

ایڈیٹمنٹس آف ہوم اکنامکس

Q.Paper : I (Objective Type)

PAPER CODE = 5215

سوالیہ پرچہ : I (معروضی 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 بیچ 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 بیری Beriberi	انیہیا 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	پاؤں 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
برے 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



Paper : I (Essay Type)

(پہلا گروپ)

پرچہ : I (انشائیہ طرز)

Time Allowed : 2.10 hours

وقت : 2 گھنٹے 10 منٹ

Maximum Marks : 60

کل نمبر : 60

( حصہ اول - PART - I )

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

2- کوئی سے چھ (6) سوالات کے مختصر جوابات لکھیے :

- 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.

(i) ہوم اکنامکس کا معاشرے کی سماجی و معاشی ترقی سے کیا تعلق ہے؟

(ii) کاربوہائیڈریٹ کی اقسام بیان کیجیے۔

(iii) پروٹین کی ساخت بیان کیجیے۔

(iv) چکنائی کے کام بیان کیجیے۔

(v) وٹامن کی اقسام بیان کیجیے۔

(vi) چکنائی کی کمی کے اثرات تحریر کیجیے۔

(vii) غذائی اجزاء کی وضاحت کیجیے۔

(viii) ضرورت سے زیادہ غذائیت کی تعریف کیجیے۔

(ix) نقص غذائیت کی تعریف کیجیے۔

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

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

- 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.

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

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

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

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

(v) وراثت کا نشوونما پر اثر بیان کیجیے۔

(vi) نباتاتی پروٹین کے ذرائع لکھیے۔

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

(viii) فوڈ پیرامیڈ سے کیا مراد ہے؟

(ix) پانی کے جسم میں کام لکھیے۔

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

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

- 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.

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

(ii) نشوونما کے مختلف مدارج کے نام لکھیے۔

(iii) سمٹھ کے مطابق رویہ کی تعریف کیجیے۔

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

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) نگران کے کردار کی وضاحت کیجیے۔

## ( PART-II حصہ دوم )

Note : Attempt any THREE questions.

نوٹ : کوئی سے تین سوالات کے جوابات لکھیے۔

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

121-023-I-(Essay Type)-10000



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

## ELEMENTS OF HOME ECONOMICS

023-فرسٹ اینول (نہم کلاس)

ایلیمنٹس آف ہوم اکنامکس

Q.Paper : I (Objective Type)

PAPER CODE = 5212

سوالیہ پرچہ : I (معروضی طرز)

Time Allowed : 20 Minutes

(دوسرا 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
کمتری Inferiority	ترقی Progress	برتری Superiority	اہمیت Importance	گھریلو انتظام کے مضمون کو دوسرے مضامین پر --- حاصل ہے : The subject of home economics has --- over other subjects :	1-1
رہنمائی Guidance	صحت Health	قائدانہ صفات Leadership qualities	خوشی Happiness	ہوم اکنامکس کی تعلیم افراد میں --- پیدا کرتی ہے : The education of home economics produces --- in people :	2
وٹامن ای Vitamin-E	وٹامن ڈی Vitamin-D	وٹامن اے Vitamin-A	وٹامن سی Vitamin-C	پانی میں حل پذیر وٹامن ہیں : Water soluble vitamins are :	3
20%	01%	10%	50%	معدنی نمکیات انسانی جسم میں کتنے فیصد پائے جاتے ہیں : In which percentage mineral elements consist in human body :	4
آیوڈین Iodine	آئرن Iron	فاسفورس Phosphorus	کیلشیم Calcium	کون سا معدنی نمک خون کے سرخ ذرات بنانے کے لیے اہم ہے : Which mineral is important to produce red cell in blood :	5
پروٹین Protein	نمکیات Minerals	چکنائی Fats	غذائی اجزاء Nutrients	جنگ فوڈ کس چیز سے بھرپور ہوتے ہیں : Junk foods are enriched with :	6
2 سے 5 سال 2 Years to 5 Years	پیدائش سے چھ ماہ Birth to 6 months	پیدائش سے 1½ سال Birth to 1½ years	پیدائش سے 3 سال Birth to 3 years	شیر خورگی کے دور کی حد ہے : The age limit of infant period is :	7
40 Cm سینٹی میٹر	30 Cm سینٹی میٹر	50 Cm سینٹی میٹر	25 Cm سینٹی میٹر	پیدائش کے وقت بچے کا قد ہوتا ہے : Baby is --- tall when born :	8
5	3	4	6	والدین کی کتنی اقسام ہیں : Types of parents are :	9
محتاج Careful	خود اعتماد Self-confident	بد مزاج Ill-tempered	مختی Hard worker	سخت گیر والدین بچوں کو --- بنا دیتے ہیں : The authoritarian parent produces --- in children :	10
خوف Fear	چہرہ Face	خوشی Happiness	غصہ Anger	--- جذبات ناپنے کا آلہ ہے : --- is the unit of measuring emotions :	11
چاول سے With rice	چھری کاٹنے سے Knife & fork	میزبان سے Host	مہمان سے Guest	رسمی انداز میں کھانا شروع کرتے ہیں : In formal style, the food starts eating from :	12
8	5	4	10	کھانا پیش کرنے کے بنیادی اصول ہیں : Basic principles of meal serving are :	13
3 سال 3 Years	4 سال 4 Years	6 سال 6 Years	2 سال 2 Years	کس عمر میں بچے ایک دوسرے سے تعاون کرنا سیکھتے ہیں : In which age, children learn to cooperate each other :	14
80-100	200-300	100-150	30-50	دو سال کی عمر کا بچہ کتنے الفاظ سمجھ سکتا ہے : How many words a child can understand in age of two years :	15



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

**ELEMENTS OF HOME ECONOMICS**

023-فرسٹ اینول (نہم کلاس)

ایلیمنٹس آف ہوم اکنامکس

Paper : I (Essay Type)

(دوسرا گروپ)

پرچہ : I (انشائیہ طرز)

Time Allowed : 2.10 hours

وقت : 2 گھنٹے 10 منٹ

Maximum Marks : 60

کل نمبر : 60

( PART - I حصہ اوّل )

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

-2 کوئی سے چھ (6) سوالات کے مختصر جوابات لکھئے :

- Define home economics according to William and Lyle. (i) ولیم اور لائل کے مطابق ہوم اکنامکس کی تعریف بیان کیجیے۔
- What is the role of home economics in domestic life? (ii) گھریلو زندگی میں ہوم اکنامکس کا کیا کردار ہے؟
- Define home management and environment. (iii) ہوم مینجمنٹ اور ماحولیات کی تعریف کیجیے۔
- Describe the effects of carbohydrate deficiency. (iv) کاربوہائیڈریٹ کی کمی کے اثرات بیان کیجیے۔
- Describe the sources of protein. (v) پروٹین کے ذرائع بیان کیجیے۔
- Explain the role of home economics in physical science. (vi) طبعی سائنس میں ہوم اکنامکس کا کردار واضح کیجیے۔
- How an individual can increase his income through home economics education? (vii) ہوم اکنامکس کی تعلیم کے ذریعے فرد اپنی آمدنی کیسے بڑھا سکتے ہیں؟
- Write impacts of nutrition on height and weight. (viii) قد اور وزن پر غذائیت کے اثرات لکھیے۔
- Describe the functions of vitamin-C in human body. (ix) وٹامن سی کے جسم میں کام بیان کیجیے۔

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

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

- Describe the functions of minerals in body. (i) معدنی نمکیات کے جسم میں کام بیان کیجیے۔
- What is meant by balanced diet? (ii) متوازن غذا سے کیا مراد ہے؟
- Name the basic food groups. (iii) بنیادی غذائی گروہ کے نام لکھیے۔
- Describe the different methods of food cooking. (iv) کھانا پکانے کے مختلف طریقے بیان کیجیے۔
- Describe the disadvantages of micro-wave oven. (v) مائکروویو اوون کے نقصانات بیان کیجیے۔
- Write western methods of meal serving. (vi) مغربی طریقے سے کھانا پیش کرنے کے طریقے تحریر کیجیے۔
- Describe different methods of food storage. (vii) غذا سٹور کرنے کے مختلف طریقے بیان کیجیے۔
- How nutrition can retain while cooking eggs? (viii) انڈوں کو پکانے کے دوران غذائیت کیسے برقرار رکھی جاسکتی ہے؟
- What is meant by junk food? (ix) غیر افادہ غذا سے کیا مراد ہے؟

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

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

- Describe the method of storage of non-perishable foods. (i) دیر سے خراب ہونے والی غذاؤں کو سٹور کرنے کا طریقہ بیان کیجیے۔
- Describe four safety measures during cooking food. (ii) کھانا بنانے کے دوران چار حفاظتی اقدامات بیان کیجیے۔
- Describe important areas of development. (iii) نشوونما کے اہم پہلو بیان کیجیے۔
- What is the role of heredity in development? (iv) نشوونما میں وراثت کا کیا کردار ہے؟

(ورق الٹئے)



4. (v) Describe reasons of behavioural problems. (v) رویوں کے مسائل کی وجوہات بیان کیجیے۔
- (vi) Define bullying? (vi) استحصال بالجبر کی تعریف بیان کیجیے۔
- (vii) What are the effects of caretaker on the children's personality? (vii) بچوں کی شخصیت پر ڈے کیئر سٹاف کے کیا اثرات مرتب ہوتے ہیں؟
- (viii) What are the impacts of democratic parents on children's development? (viii) جمہوری والدین کا بچوں کی نشوونما پر کیا اثرات ہوتے ہیں؟
- (ix) Which dress should be used during cooking? (ix) کھانا پکاتے وقت کس قسم کا لباس استعمال کرنا چاہیے؟

( حصہ دوم PART-II )

Note : Attempt any THREE questions.

نوٹ : کوئی سے تین سوالات کے جوابات لکھیے۔

5. Describe the factors affecting the nutritional needs. 5. غذائی ضروریات پر اثر انداز ہونے والے عوامل تفصیلاً بیان کیجیے۔
6. Write a note on basic functions of foods. 6. غذا کے بنیادی کاموں پر تفصیلاً نوٹ لکھیے۔
7. Describe the types of behavioural problems and their solutions. 7. رویوں کے مسائل کی اقسام اور اُن کا حل تفصیلاً بیان کیجیے۔
8. Name the fat soluble vitamins and give detail about vitamin-A. 8. چکنائی میں حل پذیر وٹامن کے نام لکھیے۔ نیز وٹامن اے کے متعلق تفصیلاً بیان کیجیے۔
9. Describe the relation of home economics with social and economic development. 9. ہوم اکنامکس کا معاشی اور سماجی ترقی سے باہمی تعلق بیان کیجیے۔

Roll No. \_\_\_\_\_ امیدوار خود پر کرے

SSC.(Part-I)-A-2023

Paper Code 5 4 2 1

**Health & Physical Education**

(For All Sessions)

**صحت و جسمانی تعلیم (معروضی)**

(Objective)

Marks: 12

Time: 15 minutes

نوٹ: تمام سوالات کے جوابات دی گئی معروضی جوابی کاپی پر لکھیے ہر سوال کے چار ممکنہ جوابات A, B, C, D اور دیئے گئے ہیں، جس جواب کو آپ درست سمجھیں جوابی کاپی پر اس سوال نمبر کے سامنے جزو C, B, A یا D کے دائروں میں سے متعلقہ دائرے کو مار کر یا پین کی سیاہی سے بھر دیں۔

NOTE: Write answers to the questions on objective answer sheet provided. Four possible answers A, B, C & D to each question are given. Which answer you consider correct, fill the corresponding circle A, B, C or D given in front of each question with Marker or pen ink on the answer sheet provided.

- 1.1. Steps to jump are: 1.1. اچھلنے کے مراحل ہوتے ہیں:

(A) 2	(B) 4	(C) 6	(D) 8
-------	-------	-------	-------
  2. When goals are raised it becomes: 2. مقاصد بلند ہو کر بن جاتے ہیں:

(A) Ideal آئیڈیل	(B) Hardship مصیبت	(C) The test آزمائش	(D) Need ضرورت
------------------	--------------------	---------------------	----------------
  3. Prescriptive chemistry means: 3. نسخہ کیسیا سے کیا مراد ہے؟

(A) Bible انجیل	(B) The Holy Quran قرآن پاک	(C) Doctoral book ڈاکٹر کتاب	(D) Common book عام کتاب
-----------------	-----------------------------	------------------------------	--------------------------
  4. The height of pole supporting net is \_\_\_\_ meter. 4. نیٹ کو سہارا دینے والے پول کی اونچائی \_\_\_\_ میٹر ہوتی ہے۔

(A) 2.50	(B) 2.55	(C) 2.60	(D) 2.65
----------	----------	----------	----------
  5. Width of volley ball net is \_\_\_\_ meter. 5. والی بال نیٹ کی چوڑائی \_\_\_\_ میٹر ہوتی ہے۔

(A) 1.5	(B) 2	(C) 3	(D) 1
---------	-------	-------	-------
  6. Number of skills in badminton are: 6. بیڈمنٹن کی مہارتوں کی تعداد ہوتی ہے:

(A) 3	(B) 2	(C) 4	(D) 5
-------	-------	-------	-------
  7. In volley ball umpire stands at: 7. والی بال میں ایسپائر کھڑا ہوتا ہے:

(A) Back پیچھے	(B) Corner کونے پر	(C) Any where کہیں بھی	(D) Near net نیٹ کے نزدیک
----------------	--------------------	------------------------	---------------------------
  8. How many players stand on both sides in badminton (double) 8. بیڈمنٹن کے ڈبل میں دونوں جانب کتنے کتنے کھلاڑی کھڑے ہوتے ہیں؟

(A) 2, 2	(B) 1, 1	(C) 3, 3	(D) 4, 4
----------	----------	----------	----------
- For Boys Only** صرف طلباء کے لئے
9. At what age posture defects start? 9. قدامتی نقائص عموماً کس عمر سے شروع ہو جاتے ہیں؟

(A) Early اوائل	(B) Childhood بچپن	(C) Young جوانی	(D) Old age بڑھاپا
-----------------	--------------------	-----------------	--------------------
  10. How many causes of muscle tension are: 10. عضلاتی تناؤ کی کتنی وجوہات ہوتی ہیں؟

(A) 5	(B) 3	(C) 2	(D) 4
-------	-------	-------	-------
  11. What does vechiles' smoke indicate? 11. گاڑیوں کا دھواں ظاہر کرتا ہے:

(A) Noise pollution شور کی آلودگی	(B) Water pollution آبی آلودگی	(C) Mental pollution ذہنی آلودگی	(D) Air pollution فضائی آلودگی
-----------------------------------	--------------------------------	----------------------------------	--------------------------------
  12. Number of bones in human body is: 12. انسانی جسم میں ہڈیوں کی تعداد کتنی ہوتی ہے؟

(A) 201	(B) 206	(C) 302	(D) 306
---------	---------	---------	---------
- For Girls Only** صرف طالبات کے لئے
13. Weight of short put for girls is \_\_\_\_ kilogram. 13. عورتوں کے لئے گولے کا وزن کتنے کلوگرام ہوتا ہے؟

(A) 3.25	(B) 4.00	(C) 7.27	(D) 7.26
----------	----------	----------	----------
  14. Where there is dust which organ must be covered? 14. گرد و غبار والی جگہ پر جاتے ہوئے کیا ڈھانپنا چاہیے؟

(A) Eyes آنکھ	(B) Skin جلد	(C) Hands ہاتھ	(D) Ear کان
---------------	--------------	----------------	-------------
  15. Width of badminton court lines \_\_\_\_ centimeter. 15. بیڈمنٹن کورٹ کی تمام لائنوں کی چوڑائی \_\_\_\_ سینٹی میٹر ہوتی ہے۔

(A) 4	(B) 2	(C) 3	(D) 5
-------	-------	-------	-------
  16. Life is the name of: 16. زندگی نام ہے:

(A) Motion حرکت کا	(B) Eat & drink کھانے پینے کا	(C) Seek knowledge علم حاصل کرنے کا	(D) High rank اعلیٰ رتبہ کا
--------------------	-------------------------------	-------------------------------------	-----------------------------



Roll No. \_\_\_\_\_ امیدوار خود پُر کرے

SSC.(Part-I)-A-2023

**Health & Physical Education**

(Subjective)

Marks: 48

(For All Sessions)

صحت و جسمانی تعلیم (انشائیہ)

Time: 1 hour, 45 minutes

**Section-I**

حصہ اول

2. Write short answers of any five parts of the following: (5x2=10)

2. درج ذیل میں سے کوئی سے پانچ اجزاء کے مختصر جوابات تحریر کیجئے۔

- Describe two harms of drugs.
- What is meant by air pollution?
- Describe the structure of volley ball.
- What are libro players called?
- Define educational gymnastic.
- Write the names of types of movements.
- Write two rules to throw the shot put.
- Write the names of two joints movement.

- نشیات کے دو نقصانات بیان کریں۔
- فضائی آلودگی سے کیا مراد ہے؟
- والی بال کی بناوٹ بیان کریں۔
- لیبرو کھلاڑی کس کو کہتے ہیں؟
- تعلیمی جمناٹک کی تعریف کریں۔
- حرکات کی اقسام کے نام لکھیں۔
- گولہ پھینکنے کے دو قوانین لکھیں۔
- جوڑوں کی دو حرکات کے نام لکھیں۔

3. Write short answers of any five parts of the following: (5x2=10)

3. درج ذیل میں سے کوئی سے پانچ اجزاء کے مختصر جوابات تحریر کیجئے۔

- Write two safety precautions to protect eyes.
- Write two rules to throw short put.
- Write two selection precautions of dress.
- What is meant by WHO?
- Write the names of derived movements.
- How many bones are there in a flat foot?
- What is meant by voluntary movements?
- How did sheling begin?

- آنکھوں کی حفاظت کے دو طریقے لکھیں۔
- گولہ پھینکنے کے دو قوانین لکھیں۔
- لباس کے انتخاب کی دو احتیاطیں درج کریں۔
- WHO سے کیا مراد ہے؟
- فروغی حرکات کی اقسام کے نام لکھیں۔
- چپٹا پاؤں کتنی ہڈیوں پر مشتمل ہوتا ہے؟
- ارادی حرکات سے کیا مراد ہے؟
- گولہ پٹ کی ابتدا کیسے ہوئی؟

4. Write short answers of any five parts of the following: (5x2=10)

4. درج ذیل میں سے کوئی سے پانچ اجزاء کے مختصر جوابات تحریر کیجئے۔

- What is health education according to Aristotle?
- Define a sprain.
- Write the structure of net in volley ball game.
- Describe two causes of flat foot.
- Define muscles.
- What is meant by joint?
- What is good posture?
- What is modern theory of educational gymnastic?

- ارسطو کے نزدیک تعلیم جسمانی کی تعریف کیا ہے؟
- موج سے کیا مراد ہے؟
- والی بال کے نیٹ کی بناوٹ بتائیں؟
- چپٹے پاؤں کی دو وجوہات بیان کریں۔
- عضلات کی تعریف کریں۔
- جوڑ کی تعریف کریں۔
- اچھی قامت سے کیا مراد ہے؟
- تعلیمی جمناٹک کا جدید نظریہ کیا ہے؟

**Section-II**

حصہ دوم

Note: Write answers of any two questions from the following: (9x2=18)

نوٹ: درج ذیل میں سے کوئی سے دو سوالوں کے جوابات تحریر کیجئے۔

- Define health education and write five aims of health education in detail.
- Write the causes of uneven shoulders and its remedial exercises.
- Write public health problems in details.

- تعلیم جسمانی کی تعریف کریں اور تعلیم جسمانی کے پانچ مقاصد تفصیلاً بیان کریں۔
- نامساوی کندھے کی وجوہات اور اصلاحی ورزشیں لکھیں۔
- عوام کی صحت کے مسائل تحریر کریں۔

Time: 2:10 Hours

Paper: I

SUBJECTIVE ..... انشائی

وقت: 2:10 گھنٹے I پرچہ

Marks: 60

(Group: I)

مارکس: 60 (پہلا گروپ)

Note: Section I is compulsory. Attempt any THREE (3) questions from Section II.

نوٹ: حصہ اول لازمی ہے۔ حصہ دوم میں سے کوئی سے تین (3) سوالات کے جوابات لکھئے۔

### Section - I حصہ اول

2 - Write short answers to any SIX (6) questions.

(2 × 6 = 12) - کوئی سے چھ (6) سوالات کے مختصر جوابات تحریر کیجئے۔

- Define Home Economics.
- What is meant by unbalanced diet?
- What is meant by physical development?
- What is meant by social welfare?
- What is meant by environmental education?
- What is meant by nutrition?
- What are the functions of fats in human body?
- Write down names of essential fatty acids.
- What is meant by food group?

- ہوم اکنامکس کی تعریف کیجئے۔
- غیر متوازن غذا سے کیا مراد ہے؟
- جسمانی نشوونما سے کیا مراد ہے؟
- سماجی بہبود سے کیا مراد ہے؟
- ماحولیاتی تعلیم سے کیا مراد ہے؟
- غذائیت سے کیا مراد ہے؟
- چکنائی انسانی جسم میں کیا کام سرانجام دیتی ہے؟
- ضروری پچھلے ترشوں کے نام لکھئے۔
- غذائی گروہ سے کیا مراد ہے؟

3 - Write short answers to any SIX (6) questions.

(2 × 6 = 12) - کوئی سے چھ (6) سوالات کے مختصر جوابات تحریر کیجئے۔

- What is meant by food pyramid?
- Write down the names of basic food groups.
- Write down two points about the significance of studying human development.
- Which method is used for cooking vegetables and fish?
- Write down the dry heat cooking method.
- Write down the objectives of cooking.
- Explain "cephalocaudal"
- Describe principles of growth and development.
- Write down two developmental tasks of early childhood.

- فوڈ پیرامیڈ سے کیا مراد ہے؟
- غذا کے بنیادی گروہ کے نام لکھئے۔
- انسانی نشوونما کے مطالعہ کی اہمیت کے دو نکات تحریر کیجئے۔
- سبزیاں اور مچھلی کس طریقے کے تحت پکائی جاتی ہیں؟
- خشک پکانے کا طریقہ لکھئے۔
- کھانا پکانے کے مقاصد لکھئے۔
- نشوونما کی سمت "سر سے پاؤں کی جانب" کی وضاحت کیجئے۔
- انسانی نشوونما کے اصول بیان کیجئے۔
- ابتدائی بچپن کے دو اہمیتی کام تحریر کیجئے۔

4 - Write short answers to any SIX (6) questions.

(2 × 6 = 12) - کوئی سے چھ (6) سوالات کے مختصر جوابات تحریر کیجئے۔

- What is the weight of a new born baby?
- What is meant by emotional development?
- Why do the neo-natal babies weep?
- Why do the children wet the bed?
- Write down the names of deviant behaviour.
- Define behaviour.
- Write down the duties of a teacher in the social development of children.
- Write down the different kinds of parents.
- Define authoritarian parents.

- پیدائش کے وقت بچے کا وزن کتنا ہوتا ہے؟
- جذباتی نشوونما سے کیا مراد ہے؟
- نوزائید بچے کیوں روتے ہیں؟
- بچے بستر گیلیا کیوں کرتے ہیں؟
- غیر نارمل رویوں کے نام لکھئے۔
- رویہ کی تعریف لکھئے۔
- بچوں کی معاشرتی نشوونما میں استاد کے فرائض لکھئے۔
- والدین کی مختلف اقسام لکھئے۔
- تھکمانہ والدین کی تعریف کیجئے۔

### Section - II حصہ دوم

5 - Write down detailed note on vitamin B complex.

(8)

5 - وٹامن بی کمپلیکس پر تفصیلی نوٹ لکھئے۔

6 - Describe different methods of meal service.

(8)

6 - کھانا پیش کرنے کے مختلف طریقے بیان کیجئے۔

7 - Write down the aims of the education of Home Economics.

(8)

7 - ہوم اکنامکس کی تعلیم کے مقاصد بیان کیجئے۔

8 - Write down the importance of role of the teacher in the education of children.

(8)

8 - بچوں کی تربیت میں استاد کے کردار کی اہمیت لکھئے۔

9 - Write down note on the cognitive, emotional and social development in middle childhood.

(8)

9 - درمیانی بچپن میں ذہنی، جذباتی اور معاشرتی نشوونما

ر. ن. لکھئے۔



## ELEMENTS OF HOME ECONOMICS (سیکنڈری سکول پارٹ I، کلاس نہم) 122 - (II)

مبادیاتِ ہوم اکنامکس

Time: 20 Minutes

Paper: I

OBJECTIVE

معروضی

پرچہ I

وقت: 20 منٹ

Marks: 15

(Group: I)

Code: 5213

(پہلا گروپ)

مارکس: 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 مارکر یا پین سے بھر دیجئے۔ ایک سے زیادہ دائروں کو پُر کرنے یا کاٹ کر پُر کرنے کی صورت میں مذکورہ جواب غلط تصور ہو گا۔

1. 1 - \_\_\_\_\_ parents are careless. (A) democratic جمہوری (B) totalitarian تھمٹانہ (C) authoritative اباختی (D) neglecting غفلت شعار
- 2 - The natural need of infants is \_\_\_\_\_. (A) bed wetting بستر گیل کرنا (B) thumb sucking انگوٹھا چوسنا (C) fear خوف (D) jealousy حسد کرنا
- 3 - The period of mid childhood is from \_\_\_\_\_ years. (A) 3 - 5 (B) 4 - 8 (C) 7 - 11 (D) 6 - 12
- 4 - The proper arrangement of fresh air, light and sewerage should be available in \_\_\_\_\_. (A) store room سٹور روم (B) bed room سونے کے کمرے (C) kitchen باورچی خانہ (D) class room کلاس روم
- 5 - In \_\_\_\_\_ style of serving, one member of family is host. (A) informal غیر رسمی (B) formal رسمی (C) Eastern مشرقی (D) Western مغربی
- 6 - According to \_\_\_\_\_ Sociology is the study of combined behaviour. (A) Ogborn and Nimkoff آگبرن اور نمکاف (B) Park and Burgess پارک اور برگس (C) Aristotle ارسطو (D) Inkleس انکلس
- 7 - The quantity of carbohydrates in potato is \_\_\_\_\_ per hundred gram. (A) 10.2 (B) 22.6 (C) 15.5 (D) 10.3
- 8 - Home Economics is related to \_\_\_\_\_. (A) Chemistry کیمیا (B) Politics سیاست (C) Ethics اخلاقیات (D) Economics معاشیات
- 9 - The food nutrients are \_\_\_\_\_. (A) 3 (B) 4 (C) 5 (D) 6
- 10 - "Junk Foods" are full of \_\_\_\_\_. (A) proteins پروٹینز (B) vitamins وٹامنز (C) calories کیلوریز (D) mineral salts معدنی نمکیات
- 11 - Water is not used in this method of cooking. (A) roasting بھونا (B) steaming دم پڑی (C) microwave cooking مائیکرو ویو اودن میں پکانا (D) boiling اُپالنا
- 12 - The temperature of freezer is \_\_\_\_\_ centigrade. (A) zero صفر (B) 10 (C) +10 (D) -10
- 13 - Principles of human growth and development are \_\_\_\_\_. (A) two دو (B) three تین (C) four چار (D) five پانچ
- 14 - \_\_\_\_\_ are not present in meat. (A) vitamins وٹامنز (B) carbohydrates کاربوہائیڈریٹس (C) minerals نمکیات (D) proteins پروٹینز
- 15 - Children spend about \_\_\_\_\_ hours in the supervision of teacher. (A) 4 - 5 (B) 3 - 8 (C) 6 - 7 (D) 9 - 10

نوٹ: ہر سوال کے چار کنڈہ جوابات A، B، C اور D دیے گئے ہیں۔ جوابی کاپی پر ہر سوال کے سامنے دیے گئے دائروں میں سے درست جواب کے مطابق متعلقہ دائرہ کو مار کر یا پتھن سے بھر دیجئے۔ ایک سے زیادہ دائروں کو پر کرنے یا کٹ کر پر کرنے کی صورت میں مذکورہ جواب غلط تصور ہو گا۔ جوابی کاپی کے دونوں اطراف اس سوالیہ پرچہ پر بطور PAPER CODE درج کر کے اس کے مطابق دائرے پر کریں، غلطی کی صورت میں تمام تر ذمہ داری طالب علم پر ہو گی۔ ایک ریپورر یا سفید قلمیوں کا استعمال ممنوع ہے۔

Note:- You have four choices for each objective type question as A, B, C and D. The choice, which you think, is correct; fill that circle in front of that question number. Use marker or pen to fill the circles. Cutting or filling two or more circles will result in zero mark in that question. Write PAPER CODE, which is printed on this question paper, on the both sides of the Answer Sheet and fill bubbles accordingly, otherwise the student will be responsible for the situation. Use of ink remover or white correcting fluid is not allowed

(D)	(C)	(B)	(A)	QUESTIONS	Q-1
اکائی	ذمہ داری	ثقافت	تحفظ	خانہ دان معاشرے کی بنیادی _____ ہے۔	1.
Unit	Responsibility	Culture	Protection	Family is the basic _____ of the society.	
غیر ذمہ دار	مزدور	خریدار	دکاندار	صارف سے مراد ہے _____؟	2.
Irresponsible	Labourer	Customer	Shopkeeper	Consumer means _____?	
اثاثہ	پھل	کافی	دودھ	سینکھ کا بہترین ذریعہ _____؟	3.
Cereals	Fruit	Coffee	Milk	The best source of calcium is _____?	
سکری	انیمیا	رکٹس	کواشیورکور	خون میں سرخ ذرات کی کمی سے یہ بیماری لاحق ہو جاتی ہے۔	4.
Scurvy	Anaemia	Rickets	Kwashiorkor	This disease is caused by the deficiency of red blood cells in blood.	
20 فیصد	18 فیصد	16 فیصد	14 فیصد	پروٹین میں کتنے فیصد نائٹروجن پائی جاتی ہے؟	5.
20%	18%	16%	14%	What is the percentage of nitrogen in proteins?	
غذائی معیار	فوڈ پیرامیڈ	سرونگ سائز	جدول	وہ کونسا نام ہے جس میں غذائی ضروریات پوری کرنے سے متعلق رہنمائی ملتی ہے؟	6.
Nutritional status	Food pyramid	Serving Size	Schedule	Which provides us guidance about nutritional needs?	
دم پزیری	ابالنا	بھاپ دینا	بیک کرنا	اس طریقے میں بھاپ اور پانی کا استعمال نہیں ہوتا۔	7.
Stewing	Boiling	Steaming	Baking	Water and steam are not used in this method.	
بزرگ	عورت	مہمان	میزبان	مغربی طریقے کے رسمی انداز میں کھانا کس فرد سے شروع کیا جاتا ہے؟	8.
Old person	Woman	Guest	Host	Who starts eating in formal style of western method?	
معاشرتی	جذباتی	ماحولیاتی	وراثتی	آباؤ اجداد سے حاصل کردہ خصوصیات کبلائی ہیں؟	9.
Social	Emotional	Environmental	Hereditary	The characteristics which we receive from our forefathers are called _____?	
بولنا	روتنا	ہنسنا	سوننا	نوزائیدگی میں بچے کے اظہار کا واحد ذریعہ ہے _____؟	10.
Talking	Weeping	Laughing	Sleeping	In neo natal stage, the only way of child's expression is _____?	
آٹھ	سات	چھ	پانچ	نشد و نما کے مدارج ہیں _____؟	11.
Eight	Seven	Six	Five	The stages of development are _____?	
عدم تحفظ	معاشرتی ماحول	شفقت و محبت	سہولتیں	بچوں کی نارمل جذباتی نشوونما کیلئے ضروری ہے۔	12.
Insecurity	Social environment	Love and affection	Facilities	It is necessary for the normal emotional growth of children.	
نظر انداز کرنے کیلئے	ناراضگی سے بچانے کیلئے	بہتری اور اصلاح کیلئے	توجہ کیلئے	بچوں کو تنبیہ ہونی چاہیے _____؟	13.
For ignorance	To avoid anger	For improvement	For seeking attention	The children should be warned _____?	
مثبت	خوشگوار	غیر ضروری	لازم	بہن بھائیوں کے درمیان مقابلے اور حسد کے جذبات کیا ہیں؟	14.
Positive	Pleasant	Unnecessary	Essential	The emotions of competition and jealousy among siblings are _____?	
نوے دس گھنٹے	تین سے آٹھ گھنٹے	چھ سے سات گھنٹے	چار سے پانچ گھنٹے	استاد کی نگرانی میں بچے کتنے گھنٹے گزارتے ہیں؟	15.
9 to 10 hours	3 to 8 hours	6 to 7 hours	4 to 5 hours	How much time children spend under teacher's supervision?	



0922 (جماعت نہم) سیکنڈری پارٹ I ، سیشن 2018-20 to 2021-23

مبادیات گھریلو معاشیات (انشائیہ) وقت: 2:10 گھنٹے کل نمبر: 60

Part I

حصہ اول

Answer briefly any Six parts from the followings. 6×2=12

سوال نمبر 2- درج ذیل میں سے کوئی سے چھ اجزاء کے مختصر جوابات تحریر کریں۔

- Define 'Home economics'.
- In home economics, which type of skills are taught to raise income?
- How home economics is helpful for the students to improve their domestic life?
- Describe the two aims and objectives of Home economics' education.
- How does malnutrition affect the eyes?
- Define 'Health'.
- Which are the sources of Carbohydrates?
- Describe the basic functions of food.
- Why is the use of junk foods increasing in young generation?

Answer briefly any Six parts from the followings. 6×2=12

سوال نمبر 3- درج ذیل میں سے کوئی سے چھ اجزاء کے مختصر جوابات تحریر کریں۔

- Write the names of basic food groups.
- What are the nutritional needs of an infant?
- Describe the nutritional significance of fruits and vegetables.
- Write down the benefits of microwave oven's usage in cooking.
- Write down the methods to maintain the nutrition of eggs during cooking.
- Describe the method of cleanliness of refrigerator.
- Explain the difference between growth and development.
- Which factors affect growth and development?
- Define 'human development'.

Answer briefly any Six parts from the followings. 6×2=12

سوال نمبر 4- درج ذیل میں سے کوئی سے چھ اجزاء کے مختصر جوابات تحریر کریں۔

- Describe the cognitive development during early childhood.
- Which are the favourite hobbies for the boys 9 to 12 years?
- What is the duration of Neo-natal stage?
- What is meant by role model for children?
- Write down the four causes of behavioural problems in children.
- How children show feelings of jealousy?
- Write down the responsibilities of Parents regarding children.
- Describe the role of day care staff as caretaker and its impact on children.
- Write a note on neglecting parents.

Part II

حصہ دوم

Note: Attempt any Three Questions.

8×3=24

نوٹ: کوئی سے تین سوالات کے جوابات تحریر کریں۔

- Explain the relationship of home economics with other subjects.
- Define malnutrition and describe its effects on human development.
- Compare the eastern and western methods of meal service.
- Describe the principles of human growth and development.
- Evaluate the positive and negative effects of peer pressures.

- 5- ہوم اکنامکس کا دیگر مضامین سے تعلق واضح کریں۔
- 6- نقص غذائیت کی تعریف کریں اور انسانی نشوونما پر اس کے اثرات بیان کریں۔
- 7- کھانا پیش کرنے کے مشرقی اور مغربی طریقے کا موازنہ کریں۔
- 8- انسانی نشوونما کے اصول بیان کریں۔
- 9- ہم عمروں سے مثبت اور منفی دباؤ کے اثرات کا جائزہ لیں۔



# مبادیاتِ ہوم اکنامکس (حصہ معروضی)

کل نمبر: 15

وقت: 20 منٹ

Objective Paper  
Code

5211

سوال نمبر  
1

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 تین سے بھر دیجئے۔ ایک سے زیادہ دائروں کو بھرنے یا کاٹ کر بھرنے کی صورت میں مذکورہ جواب غلط تصور ہوگا۔

نمبر شمار	سوالات / Questions	A	B	C	D
1	ہوم اکنامکس کے شعبے ہیں:	3	4	5	6
2	There are departments of home economics:	Social	Secondary	Religious	Basic
3	خاندان معاشرے کی اکائی ہے:	غیر مکمل	مکمل	ضروری	ہلکی
4	The family is the unit of society:	Incomplete	Complete	Necessary	Light
5	دودھ ایک _____ غذا ہے۔	تندرست دوتا	موٹا	بیمار	کمزور
6	Milk is a food:	Healthy and strong	Thick	Sick	Weak
7	غذا کا بنیادی مقصد جسم کو رکھنا ہے:	کیروٹین	لحمیات	یورک ایسڈ	اسکاربک ایسڈ
8	The main purpose of diet is to keep body:	Carotene	Protein	Euroxide	Ascorbic acid
9	وٹامن سی کا کیمیائی نام ہے:	شب کووری	سکروی	رکٹس	کواشر
10	What diseases do children suffer from due to lack of protein:	Night blindness	Scurvy	Rickets	Kwashiorkor
11	ایک نارمل شخص کو روزانہ کتنے گلاس پانی کی ضرورت ہوتی ہے؟	6 - 7	8 - 10	9 - 11	12 - 13
12	How many glasses of water does a normal person need daily?	20 %	30 %	40 %	50 %
13	حمل کے دوران خون کی ضرورت ہوتی ہے:	اودن	آگ	لکڑی	پانی
14	Blood is needed during pregnancy:	Oven	Fire	Wood	Water
15	بیک کرنے کے لیے استعمال ہوتا ہے:	8 x 10	12 x 18	14 x 16	16 x 17
16	Used for baking:	غیر معمولی	بہت چھوٹا	تنگ	وسیع
17	ٹری سائز عموماً مناسب ہوتا ہے:	Exceptional	Very small	Tight	Wide
18	Tray size is usually:	ڈراؤنی خبریں	ڈراؤنی آوازیں	ڈراؤنی کہانیاں	ڈراؤنے خواب
19	What is the circle of friends of a teenager?	Horror news	Scary sounds	Scary stories	Nightmare
20	بچوں کو رات کو مت سنائیں:	محبت و نرمی کا	تختی کا	ڈانٹ کا	مارکا
21	Don't tell children at night:	Love and gentleness	Hardness	Scolding	Fight
22	بچوں کے ساتھ سلوک رکھنا چاہیے:	عارضی	ہمت کا	پائیدار	تقریف کا
23	Children should be treated:	Temporary	of courage	Durable	of praise
24	استاد اور طالب علم کا _____ رشتہ ہوتا ہے۔	جذباتی	لا پرواہ	غیر متند	تقیدی
25	Teacher and student have a _____ relationship.	Emotional	Careless	Criticism	Dignity
26	اباحتمی والدین ہوتے ہیں:				
27	There are permissive parents:				

25-IX122-6000

Please visit for more data at: [www.pakcity.org](http://www.pakcity.org)



جماعت نہم  
مبادیاتِ ہوم اکنامکس (حصہ انشائی)  
وقت: 02:10 گھنٹے  
کل نمبر: 60  
(Part - I حصہ اول)

## 12 Write short answers to any SIX parts.

Describe the definition of home economics.

Home economics teaches skills in household management?

Describe the relationship of home economics to the physical health and mental development.

Definition of nutrients.

What diseases do children between the ages of one and half year suffer from? ایک سے ڈیڑھ سال کی عمر کے بچے کس بیماری کا شکار ہوتے ہیں؟

Explain any two effects of protein deficiency.

Describe the nature of working.

Write the names of basic food groups.

Define nutritional requirements.

## 12 Write short answers to any SIX parts.

Describe short ways to fry food.

How to serve food in an informal way?

Describe three basic food storage factors.

Explain the need for a first aid kit.

What is meant by physical development?

Explain the distinguishing features of growth.

Explain the definition of muscle growth.

What is the height of baby at birth?

Define adolescence.

## 12 Write short answers to any SIX parts.

What is the age of self-centeredness?

What habits does a child between the ages of three to four years adopt?

How long does infancy and infancy last?

When do children show consistency?

Describe the role of friends and classmates in children's behaviour problems.

Describe any two responsibilities of a house maid.

What effects do parents have on their children's personality?

How an elder child helps parents raise their younger siblings?

What is meant by sibling competition?

## 2- کوئی سے چھ اجزاء کے مختصر جوابات لکھئے۔

(i) ہوم اکنامکس کی تعریف بیان کیجئے۔

(ii) ہوم اکنامکس گھریلو انتظام میں مہارت سکھاتا ہے؟

(iii) ہوم اکنامکس کا انفرادی جسمانی صحت اور ذہنی ترقی سے تعلق بیان کیجئے۔

(iv) غذائی اجزاء کی تعریف کیجئے۔

(v) ایک سے ڈیڑھ سال کی عمر کے بچے کس بیماری کا شکار ہوتے ہیں؟

(vi) پروٹین کی کمی کے کوئی دو اثرات بیان کیجئے۔

(vii) کام کاج کی نوعیت کے گروہ بیان کیجئے۔

(viii) غذا کے بنیادی گروہوں کے نام لکھئے۔

(ix) غذائی ضروریات کی تعریف بیان کیجئے۔

## 3- کوئی سے چھ اجزاء کے مختصر جوابات لکھئے۔

(i) خوراک کو تلنے کے طریقوں کو مختصر بیان کیجئے۔

(ii) غیر رسمی انداز میں کھانا کیسے پیش کیا جاتا ہے؟

(iii) خوراک کو سنور کرنے کے تین بنیادی عوامل بیان کیجئے۔

(iv) ابتدائی طبی امدادی کٹ کا ہونا ضروری ہے۔ وضاحت کیجئے۔

(v) جسمانی نشوونما سے کیا مراد ہے؟

(vi) نشوونما کی امتیازی خصوصیات بیان کیجئے۔

(vii) عضلاتی نشوونما کی تعریف بیان کیجئے۔

(viii) پیدائش کے وقت بچے کا قد کتنا ہوتا ہے؟

(ix) نو بلوغ کے دور کی تعریف کیجئے۔

## 4- کوئی سے چھ اجزاء کے مختصر جوابات لکھئے۔

(i) خود مرکزیت کا دور کسے کہا جاتا ہے؟

(ii) تین سے چار سال کی عمر کا بچہ کیسی عادات اپناتا ہے؟

(iii) شیر خوارگی اور طفولیت کا دور کتنے عرصہ پر محیط ہوتا ہے؟

(iv) بچے مستقل مزاجی کا مظاہرہ کب کرتے ہیں؟

(v) بچوں کے رویوں کے مسائل میں دوستوں اور ہم جماعتوں کا کردار بیان کیجئے۔

(vi) گھریلو ملازمہ کی کوئی دو ذمہ داریاں بیان کیجئے۔

(vii) غفلت شعار والدین کے بچوں کی شخصیت پر کیا اثرات ہوتے ہیں؟

(viii) بڑا بچہ اپنے چھوٹے بہن بھائیوں کو پالنے میں والدین کا کیسے مددگار ہوتا ہے؟

(ix) بہن بھائیوں کی رقابت سے کیا مراد ہے؟

حصہ دوم، کوئی سے تین سوالات کے جوابات تحریر کیجئے۔ ہر سوال کے 08 نمبر ہیں۔

Part - II, Attempt any THREE questions. Each question carries 08 marks.

5- ہوم اکنامکس کی تعلیم میں ہنرمندی اور تخلیقی صلاحیتوں کی نشوونما پر بحث کیجئے۔

6- کاربوہائیڈریٹس کے جسم میں کام اور کمی کے اثرات بیان کیجئے۔

Describe the effects of carbohydrates on work and deficiency in the body.

Explain the purposes of cooking.

Explain the importance of cleanliness in serving.

Write the role of parents in healthy sibling relationships.

7- کھانا پکانے کے مقاصد بیان کیجئے۔

8- کھانا پیش کرنے میں صفائی کی اہمیت بیان کیجئے۔

9- بہن بھائیوں کے صحتمندانہ تعلقات میں والدین کا کردار تحریر کیجئے۔