

ہوم اکنامکس سیکنڈ ایر آرٹس گروپ -

- باب نمبر ۱: مختصر سوالات: غذا سے کیا مراد ہے۔ متوازن غذا کی تعریف۔ نیم متوازن غذا سے کیا مراد ہے۔ غذائیت سے کیا مراد ہے۔ غذائی اجزاء سے کیا مراد ہے۔ پانی کی اہمیت بیان کریں۔ روغنیات کی تعریف۔ روغنیات کی اقسام کون سی ہیں۔
- انشائیہ طرز: غذائی اجزاء کون کون سے ہیں۔ ان کے افعال اور غذائی زرائع تحریر کریں۔
- باب نمبر ۲: مختصر سوالات: متوازن غذا سے کیا مراد ہے۔ متوازن غذا کے انتخاب پر اثر انداز ہونے والے عوامل کون سے ہیں۔ غذائی گروہ سے کیا مراد ہے۔ ہماری خوراک میں غذائی گروہ کی اہمیت۔
- باب نمبر ۳: مختصر سوالات: مریض کی غذا کے سلسلے میں کن باتوں کو مد نظر رکھنا ضروری ہے۔ انفرادی غذائی کی اہمیت بیان کریں۔ حرارہ کسے کہتے ہیں۔ حیوانی پروٹین سے کیا مراد ہے۔ شیر خوار کی غذائی ضروریات کے بارے میں لکھیں۔ غذائی ضروریات سے کیا مراد ہے؟ شیر خوارگی کے دور کی غذائی ضروریات بیان کریں۔
- انشائیہ طرز: لحمیات (پروٹین) کی اقسام تحریر کریں۔ چار غیر ضروری امانوتز شوں کے نام لکھیں۔ نباتاتی پروٹین کی خصوصیت اور افادیت۔ امینو ایسڈز کی تعریف۔ ضروری اور غیر ضروری امینو ایسڈز کے نام۔ پروٹین کی کمی کے تین اثرات۔
- باب نمبر ۴: مختصر سوالات: کاربوہائیڈریٹس کی کیمیائی ساخت۔ کثیر شکر کی شکروں کے نام۔ کاربوہائیڈریٹ ہمیں خوراک کے کن کن زرائع سے حاصل ہوتا ہے۔ کاربوہائیڈریٹ کی کمی کے جسم پر کیا اثرات مرتب ہوتے ہیں۔
- باب نمبر ۵: مختصر سوالات: روغنیات کی تعریف۔ روغنیات کی کیمیائی ساخت۔ روغنیات کی زیادتی کے اثرات۔ روغنیات کی اقسام کون سی ہیں۔ سیر شدہ اور غیر شدہ روغنیات کی تعریف۔ مائیڈروجن اندازی سے کیا مراد ہے۔
- باب نمبر ۶: مختصر سوالات: حیاتیات کے چند عمومی خواص کون سے ہیں۔ حیاتیات کے جسم میں کام بیان کریں۔ حیاتیات الف کی کمی سے کون سی بیماریاں پیدا ہوتی ہیں۔ ہمارے جسم میں وٹامن بی ۱ کی کمی کے اثرات۔ حیاتیات کے چند عمومی خواص کون سے ہیں۔ نیا سین کی کمی سے ہمارے جسم پر کون سے اثرات مرتب ہوتے ہیں۔
- انشائیہ طرز: پانی میں حل پذیر حیاتیات کے نام لکھیں۔ حیاتیات ج کو تفصیل سے بیان کریں۔
- باب نمبر ۷: مختصر سوالات: معدنی نمکیات سے کیا مراد ہے۔ معدنی نمکیات کے چار اہم افعال بیان کریں۔ کیمیشم کی کمی کے اثرات تحریر کریں۔ خوراک میں آئرن کی کمی کے اثرات۔ تھرائیکسن کی تعریف۔ فاسفورس کے جسم میں اہم کام تحریر کریں۔
- باب نمبر ۸: مختصر سوالات: فہرست طعام سے کیا مراد ہے۔ فہرست طعام کے کوئی چار اصول تحریر۔ قوت مدافعت فراہم کرنے والی غذائیں۔
- انشائیہ طرز: ایک خاندان کی فہرست طعام ترتیب دینے کیلئے کن نکات کو مد نظر رکھا جاتا ہے۔
- باب نمبر ۹: مختصر سوالات: تازہ گوشت کی پہچان۔ پرانی اور باسی سبزی کی کیا پہچان ہے۔ گوشت کی خریداری میں کن باتوں کو مد نظر رکھنا چاہیے۔ آپ پھلوں اور سبزیوں کی تازگی کیسے جان سکتے ہیں۔ اناجوں کی خریداری کے اصول تحریر کریں۔
- انشائیہ طرز: خوراک کی خریداری کرتے ہوئے سب سے اہم بات کیا ہے؟ نیز پھل اور سبزیاں خریدتے وقت آپ کن باتوں کو مد نظر رکھیں۔
- باب نمبر ۱۰: مختصر سوالات: کھانا پکانے کے مختلف طریقے بیان کریں۔ خوراک پکانے کے اہم مقاصد۔ تازہ پھل، اور سبزیاں پکانے کے اصول۔
- انشائیہ طرز: کھانا پکانے کے مختلف طریقے تفصیل سے بیان کریں۔
- باب نمبر ۱۱: مختصر سوالات: کھانے پیش کرنے کے لیے کون کون سے طریقے ہیں۔ رسمی طریقے سے کھانا اور غیر رسمی طریقے سے کھانا پیش کرنا۔
- انشائیہ طرز: کھانے میں تنوع کس طرح پیدا کیا جاسکتا ہے۔

لباس اور پارچہ بانی:

باب نمبر ۱: مختصر سوالات:

مشین میں ہونے والی کوئی سی دو خرابیاں اور ان کا حل - کپڑے کو سلائی سے پہلے آپ کن باتوں کو مد نظر رکھیں گے۔

مشین پر مہارت حاصل کرنے کا طریقہ

سلائی مشین کے اہم پرزوں کے نام اور کام تحریر کریں۔

اچھی فننگ کے لیے کن اصولوں کو مد نظر رکھنا چاہیے۔ اچھی فننگ کے لباس بنا نیلے لیے کن باتوں کا خیال رکھنا ضروری ہے۔

باب نمبر ۲: مختصر سوالات:

اچھی فننگ سے کیا مراد ہے۔ فننگ کے بنیادی اصول تحریر۔

اچھی فننگ کیلئے مناسب ناپ کی اہمیت پر نوٹ لکھیں۔ اپنے لباس کی منصوبہ بندی کرتے ہوئے آپ کن نکات کو مد نظر رکھیں

انشائیہ طرز:

نیلون کے ریشے پر مختصر نوٹ۔ انسان کے خود ساختہ ریشوں کے نام۔ ریشے کی کتنی اقسام ہیں۔ لٹنگ اور الے ان میں کیا فرق

باب نمبر ۳: مختصر سوالات:

ہے۔ اونی کپڑوں کی دیکھ بھال آپ کیسے کریں گے۔ کپاس کے ریشے سے بنے ہوئی کپڑوں کی کیا خصوصیات۔ قدرتی

ریشے کون سے ہیں نام لکھیں

سوتی ریشے سے دھاگا بنانے کے مراحل بیان کریں۔ قدرتی ریشے سے کیا مراد ہے؟ اونی ریشے کے حاصل کرنے سے تیاری تک

انشائیہ طرز:

کے مراحل بیان کریں۔ ریشم کے ریشے کو تفصیل سے بیان کریں۔

ٹویل بنائی کن کپڑوں کے لیے موزوں ہے۔ مر سر ائزیشن کی تعریف۔ کپڑا بنانے کیلئے ریشہ کن کن عوام سے گزرتا ہے۔

باب نمبر ۴: مختصر سوالات:

کپڑوں کی منصوبہ بندی کیوں ضروری ہے۔

باب نمبر ۵: مختصر سوالات:

زاتی زیبائش سے کیا مراد ہے۔ ہاتھ اور پاؤں کے صفائی اور حفاظت سے کیا مراد ہے۔

باب نمبر ۶: مختصر سوالات:

زاتی زیبائش سے کیا مراد ہے؟ اس کی اہمیت تفصیل سے لکھیں۔

انشائیہ طرز: