علامہ اقبال اوپن یونیورسٹی' اسلام آباد

(شعبہ نیوٹریشنل سائنسز اینڈ انوائرمینٹل ڈیزائن)

وارننگ

عزیز طلبہ! آپ یہ بات ذہن نشین کرلیں کہ:

-1 اگر آپ اپنی امتحانی مشق میں کسی اور کی تحریر میں سے مواد چوری کر کے لکھیں گے یا آپ اپنی امتحانی مشق کسی دوسرے طالب علم سے لکھوائیں گے تو آپ سرٹیفکیٹ یا ڈگری سے محروم ہو سکتے ہیں خواہ اس کا علم کسی بھی مرحلہ پر ہو جائے۔

-2 کسی دوسرے طالب علم سے ادھار لی گئی یا چوری کی گئی امتحانی مشق پر علامہ اقبال اوپن یونیورسٹی اسلام آباد کی ''مواد کی چوری'' **Plagiarism** پالیسی کے مطابق سزا دی جائے گی۔

مشقیں بھیجنے کا شیڈول

6 کریڈٹ آورز کورس	مقررہ تاریخ	3 کریڈٹ آورز کورس	مقررہ تاریخ
مشق نمبر1	15-12-2026	......	......
مشق نمبر2	08-01-2027	مشق نمبر1	08-01-2027
مشق نمبر3	30-02-2027	......	......
مشق نمبر4	20-02-2027	مشق نمبر2	20-02-2027
نوٹ: ٹیوٹوریل شیڈول (رہنمائے طلبہ) علامہ اقبال اوپن یونیورسٹی کی ویب سائٹ www.aiou.edu.pk پر موجود ہے۔			

کورس: کنبے کی صحت اور دیکھ بھال (206) سمسٹر: خزاں 2026ء

سطح: میٹرک

برائے مہربانی امتحانی مشقیں حل کرنے سے پہلے درج ذیل ہدایات کو غور سے پڑھیے (ہدایات برائے میٹرک، ایف اے اور بی اے پروگرامز)

-1 تمام سوالات کے نمبر مساوی ہیں البتہ ہر سوال کی نوعیت کے مطابق نمبر تقسیم ہوں گے۔

-2 سوالات کو توجہ سے پڑھیے اور سوال کے تقاضے کے مطابق جواب تحریر کیجیے۔

-3 مقررہ تاریخ کے بعد / تاخیر کی صورت میں امتحانی مشقیں اپنے متعلقہ ٹیوٹر کو بھیجنے کی صورت میں تمام تر ذمہ داری طالب علم پر ہوگی۔

-4 آپ کے تجرباتی اور نظریاتی طرز تحریر کی قدر افزائی کی جائے گی۔

-5 غیر متعلقہ بحث / معلومات اور کتب، سٹڈی گائیڈ یا دیگر مطالعاتی مواد سے ہو بہو نقل کرنے سے اجتناب کریں۔

کل نمبر: 100 کامیابی کے نمبر: 40

امتحانی مشق نمبر1

(یونٹ:1 تا 4)

مندرجہ ذیل سوالوں کے جواب مفصل تحریر کریں۔

سوال نمبر1: بچوں کو حفاظتی ٹیکے لگوانا کیوں ضروری ہیں نیز عمر کے لحاظ سے عام طور پر لگائی جانے والی ویکسینز (Vaccines) کو ایک جدول بنا کر واضح کریں۔ (20)

سوال نمبر2: ماہرین غذائیت نے غیر متوازن غذا کو کتنے حصوں میں تقسیم کیا ہے؟ نیز لحمیات اور حیاتین کی کمی سے بچوں کی صحت پر کیا اثرات مرتب ہوتے ہیں؟ (20)

سوال نمبر3: پروٹوزوا (Protozoa) سے پھیلنے والے عام متعدی امراض کون سے ہیں نیز ان سے بچاؤ کی کیا تدابیر اختیار کی جا سکتی ہیں؟ (20)

سوال نمبر4: متعدی امراض کیا ہوتی ہیں؟ ان کے پھیلنے کا طریقہ کار اور ان سے بچاؤ کی عمومی تدابیر تحریر کریں۔ (20)

سوال نمبر5: مصنوعی طریقے سے سانس دلانے کا کیا طریقہ ہے؟ مفصل تحریر کریں۔ (20)

کل نمبر 100 کامیابی کے نمبر 40

امتحانی مشق نمبر2

(یونٹ: 5 تا 9)

مندرجہ ذیل سوالوں کے جواب مفصل تحریر کریں۔

سوال نمبر1: ورزش کے کیا اصول ہیں نیز مختلف جسمانی اعضاء کیلئے ورزش کی اہمیت بیان کریں۔ (20)

سوال نمبر2: ابتدائی طبی امداد کیلئے بکس کس طرح تیار ہوتا ہے؟ نیز ہڈی ٹوٹنے کی صورت میں کیا فوری طبی امداد فراہم کرنی چاہیے؟ (20)

سوال نمبر3: گھریلو تیمارداری کی ضرورت اور اہمیت پر مفصل نوٹ لکھیں، نیز تیماردار اور مریض کے باہمی تعلق پر روشنی ڈالیں۔ (20)

سوال نمبر4: حفاظتی ٹیکوں سے کیا مراد ہے؟ بچوں کی نشوونما میں حفاظتی ٹیکوں کی ضرورت اور اہمیت تحریر کریں۔ (20)

سوال نمبر5: صحت کی تعلیم کے فروغ کے لیے گھریلو اور حکومتی سطح پر کیا اقدامات کیے جا سکتے ہیں؟ مفصل لکھیں۔ (20)