

**علامہ اقبال اوپن یونیورسٹی، اسلام آباد**  
(شعبہ ارلی چائلڈ ہڈ ایجوکیشن اینڈ ایلیمینٹری ٹیچر ایجوکیشن)

**وارنگ**

عزیز طلبہ! آپ یہ بات ذہن نشین کر لیں 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۔

سمسٹر: بہار، 2025

کورس: ہوم اکنامکس 2 (6484)

سطح: بی ایڈ / بی ایس

برائے مہربانی امتحانی مشقیں حل کرنے سے پہلے درج ذیل ہدایات غور سے پڑھیے۔

(ہدایات برائے طلباء ایسوسی ایٹ ڈگری، بی ایس، بی ایڈ، ایم اے، ایم ایس سی، ایم ایڈ (ODL) موڈ)

1. تمام سوالات لازمی 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 کریں۔
3. ہاتھ سے تحریر شدہ یا سکین (Scanned) کی گئی امتحانی مشقیں قبول نہیں کی جائیں گی، صرف اردو اور عربی میں اپنی مشقیں حل کرنے والے طلبہ اپنے ہاتھ سے لکھی ہوئی مشق سکین کر کے اپنے LMS پورٹل پر اپ لوڈ کر سکتے ہیں، فائل کا زیادہ سے زیادہ سائز 5MB ہونا چاہیے۔
4. ٹائپ کی گئی امتحانی مشقیں (Word یا PDF فارمیٹ) میں LMS پر بروقت یا مقررہ تاریخ سے قبل اپ لوڈ کریں۔
5. 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۔
6. آپ کے تجزیاتی اور نظریاتی طرز تحریر کی قدر افزائی کی جائے گی۔
7. غیر متعلقہ بحث / معلومات اور کتب، سٹڈی گائیڈ یا دیگر مطالعاتی مواد سے ہو بہو نقل کرنے سے اجتناب کیجئے۔

کل نمبر: 100

کامیابی کے نمبر: 50

## امتحانی مشق نمبر 1

(یونٹ: 1-4)

- سوال 1: (الف) متوازن غذا صحت مند زندگی کے لیے کیوں ضروری ہے؟  
(ب) آپ کی نظر میں کون سی غذائیں متوازن غذا کا حصہ ہونی چاہئیں؟
- سوال 2: (الف) خوراک کے بنیادی اجزاء کی کمی سے بچوں میں کون سی بیماریاں پیدا ہوتی ہیں؟  
(ب) آپ کے خیال میں اسکول کی سطح پر اس مسئلے سے نمٹنے کے لیے کیا کیا جاسکتا ہے؟
- سوال 3: (الف) خواتین میں آئرن اور کیلشیم کی کمی کی علامات کیا ہو سکتی ہیں؟  
(ب) آپ نے عملی زندگی میں ایسی خواتین کی کیا مدد کی یا کر سکتے ہیں؟
- سوال 4: (الف) نمکیات کی کمی یا زیادتی کی علامات کیا ہوتی ہیں؟  
(ب) روزمرہ کھانوں میں نمکیات کی مقدار کو کنٹرول کرنے کے کیا طریقے ہو سکتے ہیں؟
- سوال 5: (الف) ناقص غذائیت کے بچوں کی ذہنی و جسمانی نشوونما پر کیا اثرات ہوتے ہیں؟  
(ب) آپ کے تجربے میں ان مسائل کو دور کرنے کے لیے کون سی تدابیر مفید رہیں؟

کل نمبر: 100

کامیابی کے نمبر: 50

## امتحانی مشق نمبر 2

(یونٹ: 5-9)

- سوال 1: (الف) روزمرہ زندگی میں صفائی اور صحت کے تعلق کو بیان کریں۔  
(ب) آپ اپنی زندگی میں صفائی اور صحت کے کن اصولوں پر عمل کرتے ہیں؟

- سوال 2: (الف) بیماری کے دوران ہلکی خوراک کیوں ضروری ہے؟  
(ب) کسی خاص بیماری کے دوران آپ نے خوراک میں کون سی تبدیلی دیکھی یا کی؟
- سوال 3: (الف) گروہی کام میں صحت کی حفاظت کے لیے کون سی احتیاطی تدابیر اپنائی جانی چاہئیں؟  
(ب) آپ کے خیال میں اسکول یا کالج میں گروہی سرگرمیوں میں صحت کو کس طرح یقینی بنایا جاسکتا ہے؟
- سوال 4: (الف) صحت کی تعلیم کو فروغ دینے کے لیے معاشرے میں کون سی حکمت عملی اپنانی چاہیے؟  
(ب) آپ نے اپنی برادری میں صحت سے متعلق کون سی کامیاب مہم دیکھی ہے؟
- سوال 5: (الف) فروغ صحت کی ترجیحات میں بچوں، خواتین اور بزرگوں کے لیے کیا اہم نکات ہونے چاہئیں؟  
(ب) آپ کی نظر میں حکومت یا این جی اوز کو کن ترجیحات پر کام کرنا چاہیے؟