FA Part 1 Home Economics Chapter 7 Online MCQs Test

Sr	Questions	Answers Choice
1	انسانی ترقی کے لیے بہت نقصان دہ ہوتا ہے.	A. تھکن B. صلاحیت میں زوال C. ناکامی D. توانائی
2	تھکن کے بارے میں کہا جاتا ہے.	A. ارام کرنا B. مختلف اثرات کی نشاندہی کرنا C. وقت کی نشاندہی کرنا D. کوئی نہیں.
3	جسمانی کام کے دوران تھکاوٹ کے اثرات کو کم کرنے کا طریقہ	A. توانائی حصول B. ہلکی موسیقی C. وقت کی بچت D. کوئی نہیں
4	تھکاوٹ کے اثرات دور کرنے کے لیے بہترین طریقہ	A. کام کرنا B. تھکن کی وجہ سے جو حالات C. تھکاوٹ کی وجہ کو نیکھا جائے D. توانائی خرچ کرنا
5	دو افراد کے مل کر کام کرنے سے کس سے بچا جاسکتا ہے.	A. آرام B. مشقت C. تھکن سے D. کوئی نہیں.
6	کام کے دوران کس چیز کا اندازہ ہوتا ہے کہ تھکاوٹ کم ہوگی	A. احساسات کا B. نشست وبرخاست کا C. توانائی کا D. تھکن
7	کام کے دوران تھکن کو کس طرح دور کیا جاسکتا ہے.	A. باتیں کرنے سے B. تھوڑا کام کرنے سے C. چلنے سے D. کھانے سے
8	جسمانی تھکان کا اندازہ کرنے کے لیے ضروری ہے.	A. وقت کو مدنظر رکھا جائے. B. قابلیت کو مد نظر رکھا جائے C. انسان کی عمر اور صحت کو مدنظر رکھا جائے D. کوئی نہیں.
9	کتنے افراد مل کر تھکن سے بچاؤ کرسکتے ہیں.	A. تین افراد مل کر B. چار افراد مل کر C. دو افراد مل کر D. کوئی نہیں.
10	جسمانی تھکاوٹ دور کرنے کےلیے	A. چیزوں کا استعمال B. ارام کرنا C. قوت اور توانائی کا صحیح استعمال D. معلومات کا استعمال
11	تھکاوٹ کتنے قسم کی ہوتی ہے.	A. نفسیاتی B. جسمانی C. زہنی اور جسمانی دونوں D. کوئی نہیں.
12	تھکن سے جو اثرات پیدا ہوتے ہیں ان میں سے ایک خاص اثر ہے.	A. توانائی B. خوشیاں C. ناکامی D. بوریت
13	کام کے دوران کام زیادہ اور تھکن کم ہوتی ہے.	A. باتیں کرنے سے B. میوزک سننے سے C. کھانا کھانے سے D. کوئی نہیں
14	کام کرنے سے جو اثرات پیدا ہوتے ہیں. وہ	A. جسمانی تھکاوٹ B. اکتاہٹ میں اضافہ C. کام کرنے کی صلاحیت میں کمی D. کام کرنے کی صلاحیت میں اضافہ
15	تھکاوٹ مختلف افراد میں کس وجہ سے ہوتی ہے.	A. حالات کی رکاوٹ B. انفرادی طور پر C. ایک جیسے حالات کے تحت

		D. کوئی نہیں.
16	کام جب ہماری دلچسپی اور صلاحیت کا نہ ہوتب .	A. اکتاہٹ B. نفسیاتی تھکان C. ناکامی کا خوف D. تھکاوٹ زیادہ ہوجاتی ہے.
17	ماہرین نے چار مختلف قسم کے اثرات تحریر کیے ہیں جنہیں.	A. اکتاہٹ B. ذہنی تھکاوٹ C. تھکن یا تھکاوٹ کا نام D. احساسات
18	کیسی اشیاء کو ایسی جگہ پر رکھنا چاہیے کہ اس کو اٹھانے کے لیےکم جھکنا پڑے	A. کام کے دوران استعمال کرنا B. کام شروع کرنے سے پہلے C. کام مکمل کرنے کے بعد D. کوئی نہیں
19	مشقت آمیز کام کرنے کے بعد تھکاوٹ سے کیسے بچا جاسکتا ہے.	A. تیز کام کرنے سے B. آرام کرنے سے C. ہلکے پھلکے کام کرنے سے D. کوئی نہیں.
20	جسم کی تھکاوٹ دور کرنے کے لیے کس چیز کا مناسب استعمال کرنا ہوگا.	A. آرام کا B. قوت و توانائی کا C. تھکاوٹ کی وجہ سے D. وقت کا