

FA Part 1 Home Economics Chapter 7 Online MCQs Test

Sr	Questions	Answers Choice
1	تھکن کے بارے میں کہا جاتا ہے	A. آرام کرنا B. مختلف اثرات کی نشاندہی کرنا C. وقت کی نشاندہی کرنا D. کوئی نہیں.
2	. کام جب ہماری دلچسپی اور صلاحیت کا نہ ہوتی	A. اکتیو B. نفسیاتی تھکان C. ناکامی کا خوف D. تھکاوٹ زیادہ بوجھتی ہے.
3	کیسی اشیاء کو ایسی جگہ پر رکھنا چاہیے کہ اس کو اٹھانے کے لیے کم جھکاؤ پڑے	A. کام کے دوران استعمال کرنا B. کام شروع کرنے سے پہلے C. کام مکمل کرنے کے بعد D. کوئی نہیں.
4	کام کے دوران کس چیز کا اندازہ ہوتا ہے کہ تھکاوٹ کم ہوگی	A. احساسات کا B. نشست و برخاست کا C. توانائی کا D. تھکن
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	مشقت آمیز کام کرنے کے بعد تھکاوٹ سے کیسے بچا جاسکتا ہے	A. تیز کام کرنے سے B. آرام کرنے سے C. بلکے پھلکے کام کرنے سے D. کوئی نہیں.
7	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.
8	کام کے دوران زیادہ اور تھکن کم ہوتی ہے	A. باتیں کرنے سے B. میوزک سننے سے C. کھانا کھانے سے D. کوئی نہیں.
9	تھکن سے جو اثرات پیدا ہوتے ہیں ان میں سے ایک خالص اثر ہے	A. توانائی B. خوشیاں C. ناکامی D. بوریٹ
10	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
11	انسانی ترقی کے لیے بہت نقصان دہ ہوتا ہے	A. تھکن B. صلاحیت میں زوال C. ناکامی D. توانائی
12	کتے 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.
13	جسمانی تھکاوٹ دور کرنے کے لیے	A. چیزوں کا استعمال B. آرام کرنا C. قوت اور توانائی کا صحیح استعمال D. معلومات کا استعمال
14	تھکاوٹ کتنے قسم کی ہوتی ہے	A. نفسیاتی B. جسمانی C. زہنی اور جسمانی دونوں D. کوئی نہیں.
15	تھکاوٹ کے اثرات دور کرنے کے لیے بہترین طریقہ	A. کام کرنا B. تھکن کی وجہ سے جو حالات C. تھکاوٹ کی وجہ کو دیکھا جائے D. توانائی خرچ کرنا

16	مبارین نے چار مختلف قسم کے اثرات تحریر کیے ہیں جنہیں	A. اکتیٹ B. زہنی تھکاوٹ C. تھکن یا تھکاوٹ کا نام D. احساسات
17	کام کرنے سے جو اثرات پیدا ہوتے ہیں، وہ	A. جسمانی تھکاوٹ B. اکتیٹ میں اضافہ C. کام کرنے کی صلاحیت میں کمی D. کام کرنے کی صلاحیت میں اضافہ
18	جسمانی تھکن کا اندازہ کرنے کے لیے ضروری ہے	A. وقت کو مدنظر رکھا جائے B. قابلیت کو مدنظر رکھا جائے C. انسان کی عمر اور صحت کو مدنظر رکھا جائے D. کوئی نہیں
19	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
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