کلاس: 9th

مضمون: ہوم اکنامس

یونٹ 6: نشو و نما ئی خصوصیات

معروضی سوالات (مشق):

🟢 **1. نشوونما کے کتنے پہلو ہیں؟**

(الف) دو

(ب) تین ✅

(ج) پانچ

(د) چھ

🟢 **2. شیر خوارگی اور طفولیت کے دور کی عمر کیا ہوتی ہے؟**

(الف) ایک سے ڈیڑھ سال ✅

(ب) سات سے آٹھ سال

(ج) تین سے چھ سال

(د) نو سے دس سال

🟢 **3. نوزائیدہ بچے کے قد کی اوسط لمبائی کتنی ہوتی ہے؟**

(الف) 30 سینٹی میٹر

(ب) 40 سینٹی میٹر

(ج) 50 سینٹی میٹر ✅

StudyNotes360.com

(د) 70 سینٹی میٹر

🟢 **4. ایک اندازے کے مطابق دو سال کا بچہ کتنے الفاظ سمجھ سکتا ہے؟**

(الف) 30 - 50 الفاظ

(ب) 100 - 150 الفاظ

(ج) 50 - 100 الفاظ

(د) 200 - 300 الفاظ ✅

🟢 **5. ابتدائی بچپن کے دور کی عمر کیا ہوتی ہے؟**

(الف) تین سے پانچ سال ✅

(ب) چھ سے آٹھ سال

(ج) دس سے بارہ سال

(د) نو سے دس سال

🟢 **6. ابتدائی بچپن کے دور کو کیا کہا جاتا ہے؟**

(الف) کھانے پینے کا دور

(ب) جذباتی دور

(ج) خود مرکزیت کا دور ✅

(د) کھیلنے کا دور

🟢 **7. درمیانی بچپن کس عمر کا دور ہے؟**

(الف) تین سے پانچ سال

(ب) چار سے آٹھ سال

StudyNotes360.com

(ج) چھ سے بارہ سال ✅

(د) سات سے گیارہ سال

🟢 **.8 درمیانی بچپن میں چھ سے بارہ سال کی عمر کے بچے کیسے ہوتے ہیں؟**

(الف) سست

(ب) چست و توانا ✅

(ج) کمزور

(د) موٹے تازے

🟢 **.9 نو بلوغت کی عمر کیا ہوتی ہے؟**

(الف) چھ سے بارہ سال

(ب) اٹھارہ سے بیس سال

(ج) تیرہ سے اٹھارہ سال ✅

(د) بیس سے بائیس سال

🟢 **.10 نو بلوغت کا حلقہ احباب کیسا ہوتا ہے؟**

(الف) وسیع ✅

(ب) تنگ

(ج) غیر معمولی

(د) بہت چھوٹا

اہم معروضی سوالات:

🟢 **.1 نشوونما کا تعلق کن پہلوؤں سے ہوتا ہے؟**

StudyNotes360.com

(الف) صرف جسمانی

(ب) صرف ذہنی

(ج) جسمانی، ذہنی، جذباتی، معاشرتی ✅

(د) صرف جذباتی

🟢 2. جسمانی نشوونما کا دارومدار کس چیز پر ہوتا ہے؟

(الف) خواب اور تفریح

(ب) ماحول، خوراک، ورزش ✅

(ج) صرف تعلیم

(د) کتابیں اور سبق

🟢 3. عضلاتی نشوونما کا تعلق کن حرکات سے ہے؟

(الف) جذباتی اظہار

(ب) معاشرتی میل جول

(ج) جسم کو قابو میں رکھنے اور متوازن حرکتوں سے ✅

(د) آواز کے اتار چڑھاؤ سے

🟢 4. ذہنی نشوونما کا انحصار کس پر ہوتا ہے؟

(الف) صرف کھیل پر

(ب) سونے جاگنے کے اوقات پر

(ج) حواس خمسہ کی تربیت پر ✅

(د) لباس اور خوراک پر

StudyNotes360.com

🟢 **5. جذباتی نشوونما میں کیا شامل ہوتا ہے؟**

(الف) صرف غصہ

(ب) جذبات کا اظہار اور ان پر قابو پانا ✅

(ج) دوسروں کو برا کہنا

(د) جسمانی مضبوطی

🟢 **6. معاشرتی نشوونما کا مطلب کیا ہے؟**

(الف) کتابیں پڑھنا

(ب) تنہائی اختیار کرنا

(ج) دوسروں سے میل جول اور تعلقات ✅

(د) صرف خاندان سے بات چیت

🟢 **7. عضلاتی نشوونما کا مشاہدہ کہاں ہوتا ہے؟**

(الف) صرف اسکول میں

(ب) چلنے، دوڑنے، پکڑنے جیسے کاموں میں ✅

(ج) نیند کے دوران

(د) مطالعہ کرتے ہوئے

🟢 **8. ذہنی نشوونما بچے پر کیسے اثر انداز ہوتی ہے؟**

(الف) لباس بہتر بناتی ہے

(ب) آواز بدلتی ہے

(ج) شخصیت پر گہرے اثرات ڈالتی ہے ✅

StudyNotes360.com

(د) صرف قد بڑھاتی ہے

🟢 **9. جذباتی نشوونما میں "نفرت، خوشی، پیار" جیسے جذبات کی نشوونما سے کیا مراد ہے؟**

(الف) صرف ان کا تجربہ

(ب) جذبات کو ظاہر کرنا اور ان پر قابو پانا ✅

(ج) دوسروں کو دکھ دینا

(د) ہمیشہ چپ رہنا

🟢 **10. معاشرتی نشوونما کے لیے کون سی چیزیں ضروری ہیں؟**

(الف) دولت اور طاقت

(ب) برداشت، ادب و آداب، ایثار ✅

(ج) خوبصورتی

(د) اکیلا رہنا

🟢 **11. قبل از ولادت (Pre-natal)** دور کب سے کب تک ہوتا ہے؟

(الف) پیدائش سے تین سال تک

(ب) حمل کے آغاز سے پیدائش تک ✅

(ج) بارہ سے اٹھارہ سال تک

(د) چھ سے بارہ سال تک

🟢 **12. جسمانی نشوونما کی سب سے تیز رفتار کس مرحلے میں ہوتی ہے؟**

(الف) ابتدائی بچپن

(ب) نوجوانی

StudyNotes360.com

(ج) قبل از ولادت ✅

(د) بڑھاپے میں

🟢 **13. شیر خوارگی اور طفولیت کا دور کتنے سال تک ہوتا ہے؟**

(الف) پیدائش سے تین سال ✅

(ب) تین سے چھ سال

(ج) چھ سے بارہ سال

(د) بارہ سے اٹھارہ سال

🟢 **14. ابتدائی بچپن کا دوسرا نام کیا ہے؟**

(الف) نوجوانی

(ب) اسکول ایج

(ج) قبل از سکول ✅

(د) ادھیڑ عمر

🟢 **15. نوزائیدہ بچے کا عمومی قد کتنا ہوتا ہے؟**

(الف) 30 سینٹی میٹر

(ب) 40 سینٹی میٹر

(ج) 50 سینٹی میٹر ✅

(د) 70 سینٹی میٹر

🟢 **16. نوزائیدہ بچے کا وزن عام طور پر کتنا ہوتا ہے؟**

(الف) 2.5 کلوگرام

StudyNotes360.com

(ب) 3.5 کلوگرام ✅

(ج) 4.5 کلوگرام

(د) 5.5 کلوگرام

🟢 **17. نوزائیدہ بچوں میں "Rooting Reflex" کا کیا مطلب ہے؟**

(الف) بچہ چیخنے لگتا ہے

(ب) بچہ سر کو چھونے پر موڑنے کی کوشش کرتا ہے ✅

(ج) بچہ روتا ہے

(د) بچہ سوتا رہتا ہے

🟢 **18. "Walking Reflex" کس عمر کے بچوں میں پایا جاتا ہے؟**

(الف) بالغوں میں

(ب) نوزائیدہ بچوں میں ✅

(ج) پانچ سال کے بچوں میں

(د) نو بلوغت میں

🟢 **19. "Moro Reflex" کا رد عمل کس صورت میں ظاہر ہوتا ہے؟**

(الف) جب بچہ قہقہہ لگائے

(ب) جب بچہ تھک جائے

(ج) اونچی آواز یا چمکدار روشنی پر ✅

(د) سونے کے وقت

🟢 **20. ادھیڑ عمری (Middle Adulthood) کا دور کس عمر سے کس عمر تک ہوتا ہے؟**

StudyNotes360.com

(الف) 18 سے 30 سال

(ب) 40 سے 60 سال ✅

(ج) 60 سے 80 سال

(د) 30 سے 50 سال

🟢 **21. نوزائیدہ بچے کی دیکھنے کی حس کا مرکز نگاہ کتنے سینٹی میٹر تک محدود ہوتا ہے؟**

(الف) 50 سینٹی میٹر

(ب) 20 سینٹی میٹر

(ج) 25 سینٹی میٹر

(د) 18 سینٹی میٹر ✅

🟢 **22. نوزائیدہ بچہ کس آواز سے ڈر کر دودھ پینا چھوڑ سکتا ہے؟**

(الف) ہلکی آواز

(ب) ماں کی آواز

(ج) بلند آواز ✅

(د) موسیقی کی آواز

🟢 **23. نوزائیدہ بچے کی کون سی حس اسے ناگوار بو سے منہ موڑنے پر مجبور کرتی ہے؟**

(الف) لمس

(ب) چکھنے کی حس

(ج) سونگھنے کی حس ✅

(د) دیکھنے کی حس

StudyNotes360.com

🟢 24. نوزائیدہ بچوں میں چھونے کی حس کیسا رد عمل ظاہر کرتی ہے؟

(الف) صرف سکون دیتی ہے

(ب) انہیں نیند آتی ہے

(ج) وہ درد محسوس کرتے ہیں ✅

(د) کوئی اثر نہیں ہوتا

🟢 25. نوزائیدہ بچے دن میں کتنا وقت سونے میں گزارتے ہیں؟

(الف) 12–14 گھنٹے

(ب) 8–10 گھنٹے

(ج) 10–15 گھنٹے

(د) 16–24 گھنٹے ✅

🟢 26. نوزائیدہ بچہ رونے کے ذریعے کیا ظاہر کرتا ہے؟

StudyNotes360.com

(الف) کھیلنے کی خواہش

(ب) تفریح کی طلب

(ج) اپنی ضروریات ✅

(د) سونے کی خواہش

🟢 27. شیر خوارگی کا دور کب تک جاری رہتا ہے؟

(الف) پیدائش سے 1 سال

(ب) پیدائش سے 2 سال ✅

(ج) پیدائش سے 4 سال

(د) 1 سے 3 سال

🟢 **28. بچے کا پہلا دانت کس عمر میں نکلتا ہے؟**

(الف) 3 ماہ

(ب) 6 ماہ ✅

(ج) 1 سال

(د) 2 سال

🟢 **29. بچے کی جسمانی نشوونما کس ترتیب سے ہوتی ہے؟**

(الف) پاؤں سے سر تک

(ب) جسم کے درمیان سے باہر کی طرف

(ج) سر سے پاؤں تک ✅

(د) بازو سے ہاتھ تک

🟢 **30. دو سال کی عمر تک بچہ تقریباً کتنے الفاظ سیکھ لیتا ہے؟**

(الف) 50–100

(ب) 100–200

(ج) 200–300 ✅

(د) 500–600

🟢 **31. ابتدائی بچپن کی عمر کی حد کیا ہے؟**

(الف) پیدائش سے دو سال

(ب) تین سے پانچ سال ✅

StudyNotes360.com

(ج) چھ سے آٹھ سال

(د) پانچ سے سات سال

🟢 **32. ابتدائی بچپن کے دوران بچے کی جسمانی حرکات میں کیا خوبی پیدا ہوتی ہے؟**

(الف) بے ترتیب پن

(ب) سست روی

(ج) توازن، ضبط اور تسلسل ✅

(د) خوف

🟢 **33. اس عمر میں بچے کس قسم کے کھیل پسند کرتے ہیں؟**

(الف) کمپیوٹر گیمز

(ب) تنہا بیٹھنا

(ج) آنکھ مچولی، گیند کھیل ✅

(د) صرف گانا سننا

🟢 **34. اس عمر میں بچہ خیالی دنیا میں کیا کرتا ہے؟**

(الف) سوتا ہے

(ب) بھاگتا ہے

(ج) کہانیاں سنتا اور نقالی کرتا ہے ✅

(د) مکمل خاموش رہتا ہے

🟢 **35. ذہنی نشوونما کے دوران بچہ بات چیت میں کیسا ہوتا ہے؟**

(الف) الجھا ہوا

StudyNotes360.com

(ب) خود اعتماد ✅

(ج) بالکل خاموش

(د) صرف اشارے سے بات کرتا ہے

🟢 **36. اس عمر میں بچہ ماحول سے کیا سیکھنے کی کوشش کرتا ہے؟**

(الف) دوسروں پر انحصار

(ب) خود کو الگ رکھنا

(ج) معاشرتی قبولیت اور عادات ✅

(د) صرف کھیل

🟢 **37. تین سے پانچ سال کے بچے میں کون سی خود انحصاری کی عادت عام ہوتی ہے؟**

(الف) ماں سے کھلانا

(ب) خود کھانا ✅

(ج) دوسروں سے پہننا

(د) رونا

🟢 **38. خود مرکزیت (Ego-centrism) کس عمر میں زیادہ دیکھی جاتی ہے؟**

(الف) پیدائش سے 6 ماہ

(ب) چھ سے نو ماہ

(ج) ابتدائی بچپن ✅

(د) بلوغت

🟢 **39. اس دور میں بچے کی جذباتی نشوونما کو بہتر بنانے کے لیے کیا ضروری ہے؟**

StudyNotes360.com

(الف) اسے ڈانٹنا

(ب) تنہا چھوڑ دینا

(ج) مثبت حوصلہ افزائی ✅

(د) نظر انداز کرنا

🟢 **40. درمیانی بچپن کی عمر کی حد کیا ہے؟**

(الف) 3 سے 6 سال

(ب) 6 سے 12 سال ✅

(ج) 12 سے 18 سال

(د) 13 سے 15 سال

🟢 **41. ایرکسن کے مطابق درمیانی بچپن کیسی مدت ہوتی ہے؟**

(الف) مکمل سکون کا دور

(ب) تیز ترین اتار چڑھاؤ کا دور ✅

(ج) بالغ ہونے کا دور

(د) خیالی دنیا کا دور

🟢 **42. درمیانی بچپن میں لڑکوں اور لڑکیوں کی جسمانی نشوونما کیسی ہوتی ہے؟**

(الف) بالکل مختلف

(ب) ایک جیسی ✅

(ج) سست رفتار

(د) کمزور

StudyNotes360.com

🟢 **43. درمیانی بچپن میں لڑکوں کی آواز میں کیا تبدیلی آتی ہے؟**

(الف) آواز نازک ہوتی ہے

(ب) آواز میں بھاری پن آتا ہے ✅

(ج) آواز غائب ہو جاتی ہے

(د) کوئی تبدیلی نہیں آتی

🟢 **44. ذہنی نشوونما کے لحاظ سے درمیانی بچپن میں بچہ کس چیز میں دلچسپی لیتا ہے؟**

(الف) نیند

(ب) ہر وقت کھیل

(ج) سوالات کرنا ✅

(د) تنہا رہنا

🟢 **45. نو بلوغت کی عمر کی حد کیا ہے؟**

(الف) 6 سے 12 سال

(ب) 13 سے 18 سال ✅

(ج) 10 سے 15 سال

(د) 15 سے 20 سال

🟢 **46. جسمانی نشوونما کے لحاظ سے لڑکیاں کتنے سال کی عمر میں بالغ ہو جاتی ہیں؟**

(الف) 15 سال

(ب) 13 سال ✅

(ج) 18 سال

StudyNotes360.com

(د) 12 سال

🟢 **.47 نو بلوغت میں بچوں کا حلقہ احباب کیسا ہوتا ہے؟**

(الف) صرف قریبی رشتہ دار

(ب) بہت محدود

(ج) بہت وسیع ✅

(د) صرف ہم جماعت

🟢 **.48 نو بلوغت کے دور میں بچہ کس چیز سے مکمل آگاہ ہوتا ہے؟**

(الف) موبائل فون

(ب) فلموں سے

(ج) مذہب، قوانین، اور سماجی اقدار ✅

(د) کھیل کود

🟢 **.49 نو بلوغت میں جذباتی کشمکش کی ایک بڑی وجہ کیا ہے؟**

(الف) نیند کی کمی

(ب) جیب خرچ اور جسمانی تبدیلیاں ✅

(ج) ٹی وی دیکھنا

(د) زیادہ سونا

🟢 **.50 نشو و نما کس چیز کا مجموعہ ہوتی ہے؟**

(الف) صرف جسمانی قد و قامت

(ب) صرف ذہنی صلاحیت

StudyNotes360.com

(ج) شخصیت کی گونا گوں خصوصیات ✅

(د) صرف وزن اور قد

🟢 **51. انسانی نشوونما کے کتنے بنیادی پہلو ہوتے ہیں؟**

(الف) دو

(ب) تین

(ج) پانچ ✅

(د) سات

🟢 **52. نشوونما کا عمل کیسا ہوتا ہے؟**

(الف) اچانک اور بے ترتیب

(ب) طے شدہ اور منظم ✅

(ج) صرف بچپن تک محدود

(د) صرف ذہنی

🟢 **53. نوزائیدگی کا دور کب تک جاری رہتا ہے؟**

(الف) پیدائش سے ایک سال

(ب) پیدائش سے چھ ماہ

(ج) پیدائش سے چار ہفتے ✅

(د) پیدائش سے تین دن

🟢 **54. نو مولود بچے کے دل کی دھڑکن کی رفتار کیا ہوتی ہے؟**

(الف) 72 مرتبہ فی منٹ

StudyNotes360.com

(ب) 160-140 مرتبہ فی منٹ

(ج) 140-100 مرتبہ فی منٹ ✅

(د) 90-60 مرتبہ فی منٹ

🟢 **55. ابتدائی بچپن کی عمر کی حد کیا ہے؟**

(الف) پیدائش سے تین سال

(ب) تین سے پانچ سال ✅

(ج) پانچ سے سات سال

(د) چھ سے دس سال

🟢 **56. ابتدائی بچپن کو کس نام سے بھی جانا جاتا ہے؟**

(الف) سکول دور

(ب) نوزائیدگی کا دور

(ج) خود مختاری کا دور

(د) قبل از سکول کا دور ✅

🟢 **57. درمیانی بچپن کی عمر کتنی ہوتی ہے؟**

(الف) 5 سے 10 سال

(ب) 6 سے 12 سال ✅

(ج) 10 سے 14 سال

(د) 12 سے 18 سال

🟢 **58. نو بلوغت میں لڑکیاں عموماً کتنی عمر میں بالغ ہو جاتی ہیں؟**

StudyNotes360.com

(الف) 15 سال

(ب) 14 سال

(ج) 13 سال ✅

(د) 12 سال

🟢 **59. نو بلوغت میں غصہ اور بغاوت کی وجوہات میں کیا شامل نہیں ہے؟**

(الف) جسمانی تبدیلیاں

(ب) سکول کی کارکردگی

(ج) نیند کی زیادتی ✅

(د) ذہنی دباؤ

مختصر جواب دیں (مشق)

1. جسمانی نشوونما سے کیا مراد ہے؟

جسمانی نشوونما سے مراد انسان کے جسم میں ہونے والی وہ تمام تبدیلیاں ہیں جن میں قد، وزن، جسمانی ڈھانچے، اعضاء کی کارکردگی اور عضلاتی طاقت کا اضافہ شامل ہوتا ہے۔ یہ نشوونما عمر کے ساتھ ساتھ بتدریج بڑھتی ہے۔

2. ذہنی نشوونما کی تعریف کریں۔

ذہنی نشوونما وہ عمل ہے جس میں انسان کی سوچنے، سمجھنے، یاد رکھنے اور مسائل حل کرنے کی صلاحیتوں میں ترقی ہوتی ہے۔ یہ نشوونما بچوں میں تجسس، سوالات کرنے، سیکھنے اور مشاہدہ کرنے کی صورت میں نمایاں ہوتی ہے۔

3. معاشرتی نشوونما سے کیا مراد ہے؟

StudyNotes360.com

معاشرتی نشوونما وہ عمل ہے جس میں بچہ سماجی طور پر دوسروں سے میل جول، تعلقات بنانے، معاشرتی اصولوں کو سیکھنے اور ذمہ دار شہری بننے کے قابل ہوتا ہے۔ اس میں والدین، اساتذہ اور ہم عمروں کا کردار اہم ہوتا ہے۔

4. بچوں کی نشو و نما کے مدارج کون کون سے ہیں؟ نام لکھیں۔

بچوں کی نشوونما کے درج ذیل اہم مدارج ہیں:

1. قبل از ولادت

2. نوزائیدگی

3. شیر خوارگی اور طفولیت

4. ابتدائی بچپن

5. درمیانی بچپن

6. نو بلوغت

5. پیدائش کے وقت نو مولود کا نارمل وزن کتنا ہوتا ہے؟

پیدائش کے وقت نو مولود بچے کا عام وزن تقریباً 2.5 سے 3.5 کلوگرام کے درمیان ہوتا ہے۔

6. شیر خوارگی کے دور کی تعریف کریں۔

شیر خوارگی کا دور پیدائش سے تقریباً دو سال تک جاری رہتا ہے۔ اس دور میں بچہ مکمل طور پر والدین، خاص طور پر ماں پر انحصار کرتا ہے۔ اس دوران بچہ دودھ پیتا، حرکات سیکھتا اور بولنا شروع کرتا ہے۔

7. ابتدائی بچپن کے دور کی ذہنی نشو و نما بیان کریں۔

ابتدائی بچپن (3 سے 5 سال) میں بچہ تیزی سے سیکھنے کے مراحل سے گزرتا ہے۔ وہ چیزوں کے نام، رنگ، حروف، گنتی اور بنیادی بات چیت سیکھتا ہے۔ تجسس اور سوالات کرنے کی عادت بڑھتی ہے، اور کھیل کے ذریعے سیکھنے کا عمل تیز ہوتا ہے۔

8. درمیانی بچپن کی جسمانی نشو و نما پر روشنی ڈالیں۔

StudyNotes360.com

درمیانی بچپن (6 سے 12 سال) میں بچے کے قد اور وزن میں اضافہ ہوتا ہے، عضلات مضبوط ہوتے ہیں، اور جسمانی مہارتوں جیسے دوڑنا، کھیلنا اور ہاتھ آنکھ کے تعاون میں بہتری آتی ہے۔ اس عمر میں لڑکیاں قد میں لڑکوں سے تھوڑی بڑی بھی ہو سکتی ہیں۔

9. نو بلوغت کے دور کی تعریف کریں۔

نو بلوغت کا دور 13 سے 18 سال کی عمر پر مشتمل ہوتا ہے۔ اس دوران لڑکے اور لڑکیاں جسمانی، ذہنی، اور جنسی پختگی کی منزلیں طے کرتے ہیں۔ یہ دور خود شعوری، آزادی، اور شخصیت کی شناخت کا اہم مرحلہ ہوتا ہے۔

10. نو بلوغت کے دور کی معاشرتی نشوونما کی اہمیت بیان کریں۔

نو بلوغت میں بچوں کا سماجی دائرہ وسیع ہو جاتا ہے۔ وہ دوست، ہم عمر، اساتذہ اور دیگر افراد سے تعلقات قائم کرتے ہیں۔ وہ معاشرتی اقدار، قانون، اور نظم و ضبط کو سمجھتے اور اپناتے ہیں۔ اسی دور میں وہ معاشرے کے مفید فرد بننے کی صلاحیت حاصل کرتے ہیں۔

<u>اہم مختصر سوالات:</u>

1. جسمانی نشوونما (Physical Development) سے کیا مراد ہے؟

جواب: جسمانی نشوونما سے مراد بچے کے جسمانی ڈھانچے، جسامت، رنگت، وزن اور صحت کی حالت کی ترقی ہے۔

2. عضلاتی نشوونما (Motor Development) کیا ہوتی ہے؟

جواب: عضلاتی نشوونما بچے کے پٹھوں، حرکات اور جسمانی توازن کو سنبھالنے کی صلاحیت کے ارتقاء کو کہتے ہیں۔

3. ذہنی نشوونما (Cognitive Development) کی تعریف کریں۔

جواب: ذہنی نشوونما بچے کی عقل، شعور، یادداشت، سیکھنے اور سوچنے سمجھنے کی صلاحیتوں کی ترقی ہے۔

4. معاشرتی نشوونما (Social Development) سے کیا مراد ہے؟

StudyNotes360.com

جواب: معاشرتی نشوونما بچے کے دوسروں کے ساتھ تعلقات قائم کرنے، میل جول اور سماجی آداب سیکھنے کے عمل کو کہتے ہیں۔

5. جذباتی نشوونما (Emotional Development) کیا ہوتی ہے؟

جواب: جذباتی نشوونما بچے کے مختلف جذبات جیسے خوشی، غصہ، حسد، پیار وغیرہ کو ظاہر کرنے اور ان پر قابو پانے کی صلاحیت ہے۔

6. نشوونما کے کتنے پہلو ہوتے ہیں؟ ان کے نام لکھیں۔

جواب: نشوونما کے پانچ اہم پہلو ہوتے ہیں:

1. جسمانی
2. عضلاتی
3. ذہنی
4. معاشرتی
5. جذباتی

7. قبل از ولادت کے دور (Pre-natal stage) کی مختصر وضاحت کریں۔

جواب: یہ دور استقرار حمل سے پیدائش تک ہوتا ہے، جسمانی نشوونما کی رفتار اس میں سب سے زیادہ تیز ہوتی ہے۔

8. شیر خوارگی اور طفولیت کے دور کی خصوصیت بیان کریں۔

جواب: پیدائش سے تین سال تک کا یہ دور بچے کی مکمل محتاجی، دودھ پینے اور ابتدائی حرکات سیکھنے کا مرحلہ ہوتا ہے۔

9. ابتدائی بچپن (Early Childhood) کا دور کتنے سال کا ہوتا ہے؟

جواب: یہ دور تین سے چھ سال کی عمر پر مشتمل ہوتا ہے، جس میں بچہ روزمرہ کاموں میں خود مختاری حاصل کرتا ہے۔

StudyNotes360.com

10. نو بلوغت کے دور (Adolescence) کی ایک نمایاں خصوصیت لکھیں۔

جواب: اس دور میں جسمانی و جنسی پختگی، ذات کی شناخت اور معاشرتی کردار کی پہچان ابھر کر سامنے آتی ہے۔

11. نوزائیدگی کا دور کیا ہے؟

جواب: نوزائیدگی کا دور پیدائش سے شروع ہو کر چار ہفتے یعنی 28 دن تک جاری رہتا ہے۔ اس دوران بچہ اپنے اردگرد کے ماحول سے ہم آہنگ ہونے کی کوشش کرتا ہے۔ یہ دور بچے کی زندگی میں انتہائی نازک اور اہم ہوتا ہے۔

12. پیدائش کے وقت بچے کی جسمانی ساخت کیسی ہوتی ہے؟

جواب: نوزائیدہ بچے کے پٹھے نرم اور نازک ہوتے ہیں، خاص طور پر ٹانگوں اور گردن کے پٹھے کمزور ہوتے ہیں۔ جلد بھی نرم و نازک ہوتی ہے۔ بال نرم اور چمکدار جبکہ آنکھوں کی رنگت ابتدا میں براؤن یا نیلاہٹ مائل گرے ہوتی ہے، جو وقت کے ساتھ تبدیل ہوتی ہے۔

13. پیدائش کے وقت بچے کا وزن اور قد کتنا ہوتا ہے؟

جواب: پیدائش کے وقت بچے کا وزن عام طور پر 3.5 کلوگرام ہوتا ہے۔ لڑکوں کا وزن عموماً لڑکیوں سے زیادہ ہوتا ہے۔ قد تقریباً 50 سینٹی میٹر ہوتا ہے، اور یہ بھی لڑکوں میں قدرے زیادہ ہوتا ہے۔

14. نوزائیدہ بچے کی جسمانی حرکات میں کون سی خصوصیات پائی جاتی ہیں؟

جواب: بچہ غیر ارادی طور پر ہاتھ پاؤں ہلاتا ہے، سر ہلاتا ہے، چھینکتا، جمائی لیتا ہے، روشنی، آواز، ذائقہ، اور خوشبو پر ردعمل ظاہر کرتا ہے۔ یہ حرکات خود کار ہوتی ہیں اور ان کو "Reflex Actions" کہا جاتا ہے۔

15. پکڑنے کا اضطراری رد عمل (Grasp Reflex) کیا ہوتا ہے؟

جواب: جب کسی چیز کو نوزائیدہ بچے کے ہاتھ میں رکھا جاتا ہے تو وہ اسے خود بخود، غیر شعوری طور پر، مضبوطی سے پکڑ لیتا ہے۔ یہ رد عمل تین ماہ تک قائم رہتا ہے۔

16. Rooting Reflex سے کیا مراد ہے؟

StudyNotes360.com

جواب: جب نوزائیدہ بچے کے گال کو چھوا جاتا ہے تو وہ سر کو اس سمت موڑنے کی کوشش کرتا ہے۔ یہ اس کی دودھ پینے کی فطری جبلت کا حصہ ہے اور ماں کی چھاتی تلاش کرنے میں مدد دیتا ہے۔

17. نوزائیدہ بچے کی دیکھنے اور سننے کی صلاحیت کیسی ہوتی ہے؟

جواب: بچہ صرف قریب کی چیزیں دیکھ سکتا ہے، تقریباً 20–25 سینٹی میٹر تک۔ وہ روشنی کی طرف بھی متوجہ ہوتا ہے۔ آواز سن کر بازو یا پاؤں جھٹک دیتا ہے، آنکھیں جھپکاتا ہے، یا دودھ پینا چھوڑ دیتا ہے۔

18. نوزائیدہ بچے کو کون سی خوشبو یا ذائقے پسند ہوتے ہیں؟

جواب: نوزائیدہ بچے خوشبو کو محسوس کر لیتے ہیں۔ ناگوار بو سے منہ موڑ لیتے ہیں جبکہ دودھ کی خوشبو سے کشش محسوس کرتے ہیں اور منہ کھول دیتے ہیں۔ میٹھا ذائقہ پسند کرتے ہیں جبکہ کڑوا یا کھٹا پسند نہیں کرتے۔

19. نوزائیدہ بچوں کے سونے کے اوقات کیا ہوتے ہیں؟

جواب: نوزائیدہ بچے زیادہ تر وقت سوتے ہیں، یعنی 16 سے 24 گھنٹے۔ بعض بچے ایک وقت میں 5 گھنٹے سوتے ہیں جبکہ کچھ صرف 2 گھنٹے۔ تین ماہ کی عمر کے بعد وہ دن اور رات کا فرق محسوس کرنے لگتے ہیں۔

20. نوزائیدہ بچے کیوں روتے ہیں؟

جواب: رونا نوزائیدہ بچے کی واحد زبان ہوتی ہے۔ وہ بھوک، پیاس، درد، خوف، تنہائی یا غیر آرام دہ حالت میں روتا ہے۔ اونچی آواز یا گیس کی تکلیف بھی رونے کی وجہ بن سکتی ہے۔ بعض بچے صرف توجہ حاصل کرنے کے لیے بھی روتے ہیں۔

21. شیر خوارگی کا دور کب سے کب تک ہوتا ہے؟

جواب: شیر خوارگی کا دور پیدائش سے لے کر تین سال کی عمر تک ہوتا ہے۔ اس عرصے میں بچہ مکمل انحصار سے خودمختاری کی طرف بڑھتا ہے۔

22. پیدائش کے وقت بچے کا سر جسم کے دوسرے حصوں کے مقابلے میں کیسا ہوتا ہے؟

StudyNotes360.com

جواب: پیدائش کے وقت بچے کا سر باقی جسم کے مقابلے میں بڑا ہوتا ہے، لیکن وقت کے ساتھ ساتھ جسم کے دوسرے حصے متناسب ہو جاتے ہیں۔

23. ایک سال کی عمر میں بچے کا وزن کتنے گنا بڑھ جاتا ہے؟

جواب: پیدائش کے وقت بچے کا وزن عام طور پر 2.72 سے 3.63 کلوگرام ہوتا ہے، جو ایک سال میں تقریباً تین گنا بڑھ کر 9.07 کلوگرام تک ہو جاتا ہے۔

24. بچے کا پہلا دانت کس عمر میں نکلتا ہے؟

جواب: بچے کا پہلا دانت عموماً چھ ماہ کی عمر میں نکلتا ہے۔ چار سال کی عمر تک تمام دودھ کے دانت نکل آتے ہیں۔

25. بچے کی ذہنی نشوونما کی ابتدائی علامت کیا ہوتی ہے؟

جواب: بچے کی ذہنی نشوونما کی ابتدائی علامت رونا ہے۔ بچہ بھوک، پیاس یا تکلیف کے اظہار کے لیے روتا ہے، اور یہی اس کا پہلا اظہارِ جذبات ہوتا ہے۔

26. دو سال کی عمر میں بچہ اندازاً کتنے الفاظ سیکھ سکتا ہے؟

جواب: دو سال کی عمر میں بچہ تقریباً 200 سے 300 الفاظ سیکھ چکا ہوتا ہے، جبکہ سمجھنے کی صلاحیت اس سے بھی زیادہ ہوتی ہے۔

27. پیدائش کے بعد بچے کی دل کی دھڑکن کی رفتار کیا ہوتی ہے؟

جواب: پیدائش کے فوراً بعد بچے کے دل کی دھڑکن کی رفتار 100 سے 140 مرتبہ فی منٹ تک ہوتی ہے، جو وقت کے ساتھ کم ہوتی جاتی ہے۔

28. بچے کی معاشرتی نشوونما کی ابتدا کہاں سے ہوتی ہے؟

جواب: بچے کی معاشرتی نشوونما کی ابتدا ماں کی گود سے ہوتی ہے۔ ماں کا رویہ، ماحول اور بات چیت بچے کی شخصیت پر گہرا اثر ڈالتی ہے۔

29. دو سال کا بچہ کس قسم کی باتیں کرتا ہے؟

جواب: دو سال کا بچہ عموماً ایک لفظی جملے استعمال کرتا ہے جیسے "پانی"، "دو دو" (دودھ)، "نہیں" وغیرہ۔

StudyNotes360.com

30. لڑکوں اور لڑکیوں میں کون زیادہ جلدی بات کرنا سیکھتا ہے؟

جواب: عمومی طور پر لڑکیاں لڑکوں کے مقابلے میں جلدی اور بہتر طریقے سے بات کرنا سیکھتی ہیں۔

31. ابتدائی بچپن کا دور کس عمر سے کس عمر تک ہوتا ہے؟

جواب: ابتدائی بچپن کا دور تین سے پانچ سال کی عمر پر مشتمل ہوتا ہے۔ اسے قبل از سکول دور بھی کہا جاتا ہے۔

32. بچے کی ذہنی نشوونما پر کون سے عوامل اثر انداز ہوتے ہیں؟

جواب: ذہنی نشوونما پر گھر کا ماحول، سماجی و معاشی حالات، بچے کی ذہانت، جنس اور معاشرے کے دوسرے افراد سے میل جول اثر انداز ہوتے ہیں۔

33. اس دور میں بچے خود انحصاری کیسے سیکھتے ہیں؟

جواب: تین سے پانچ سال کی عمر میں بچہ خود کھانے، کپڑے پہننے، دانت برش کرنے، نہانے اور بیت الخلا کی تربیت حاصل کر لیتا ہے، بشرطیکہ اس کی حوصلہ افزائی کی جائے۔

StudyNotes360.com

34. درمیانی بچپن کا دور کن عمروں پر مشتمل ہوتا ہے؟

جواب: درمیانی بچپن کا دور 6 سے 12 سال کی عمر پر مشتمل ہوتا ہے۔

35. درمیانی بچپن میں بچوں کی جسمانی نشوونما میں کیا تبدیلی آتی ہے؟

جواب: اس دور میں قد اور وزن میں اضافہ تو ہوتا ہے لیکن یہ نسبتاً سست رفتار ہوتا ہے، جبکہ عضلات میں مضبوطی اور جسمانی حرکات میں ربط پیدا ہوتا ہے۔

36. لڑکیوں اور لڑکوں کی جسمانی نشوونما میں اس دور میں کیا فرق ہوتا ہے؟

جواب: اس عمر میں لڑکیاں قد میں لڑکوں سے بڑی دکھائی دیتی ہیں، جبکہ لڑکوں کی آواز بھاری اور لڑکیوں کی آواز نرم ہو جاتی ہے۔

37. درمیانی بچپن میں بچوں کے پسندیدہ مشاغل کون سے ہوتے ہیں؟

جواب: لڑکوں کو باکسنگ، دوڑنا، کرکٹ اور طاقت کے کھیل پسند ہوتے ہیں جبکہ لڑکیاں کودنا، موسیقی سننا اور کھیلوں میں حصہ لینا پسند کرتی ہیں۔

38. اس عمر میں ہاتھ اور آنکھ کی ہم آہنگی سے کیا مراد ہے؟

جواب: بچے اس عمر میں کام کرتے وقت آنکھوں اور ہاتھوں کے درمیان ہم آہنگی اور ربط پیدا کر لیتے ہیں، جو مہارت میں اضافہ کا باعث بنتا ہے۔

39. درمیانی بچپن میں ذہنی نشوونما کی کیا خصوصیات ہوتی ہیں؟

جواب: یہ ذہنی نشوونما کا عروج کا دور ہوتا ہے، بچے زیادہ سوالات کرتے ہیں اور نئی معلومات حاصل کرنے کا شوق رکھتے ہیں۔

40. بچوں کی تعلیمی دلچسپیوں میں اضافہ کن عوامل پر منحصر ہوتا ہے؟

جواب: ذہانت، ماحول، جغرافیائی حالات، معاشی حیثیت اور جنس جیسے عوامل ان کی تعلیمی دلچسپیوں کو متاثر کرتے ہیں۔

41. اس دور میں بچوں کے جذباتی رویے کیسے ہوتے ہیں؟

جواب: بچے غصہ کا اظہار جسمانی عمل سے کرتے ہیں، خوشی کا اظہار زور سے قہقہہ لگا کر کرتے ہیں، اور جذباتی کشمکش کا سامنا کرتے ہیں۔

42. درمیانی بچپن میں گروہی سرگرمیوں کی کیا اہمیت ہے؟

جواب: بچے گروپ میں کام کرنا پسند کرتے ہیں، دوستوں اور اساتذہ سے وفاداری دکھاتے ہیں، اور ذمہ داری کا احساس پیدا ہوتا ہے۔

43. نشوونما سے کیا مراد ہے؟

جواب: نشوونما سے مراد صرف جسمانی بڑھوتری نہیں بلکہ ہر فرد کی شخصیت کے تمام پہلوؤں کی ترقی ہے۔

44. نشو و نما کے کتنے اور کون سے بڑے پہلو ہوتے ہیں؟

جواب: نشو و نما کے بڑے پہلو چار ہیں: جسمانی، عضلاتی، ذہنی، جذباتی اور معاشرتی۔

studynotes360.com

45. نشو و نما کا عمل کیسا ہوتا ہے؟

جواب: نشو و نما ایک پیچیدہ، مسلسل اور منظم عمل ہے جو ترتیب وار کئی مراحل سے گزرتا ہے۔

46. نشوونما کو کن ادوار میں تقسیم کیا جا سکتا ہے؟

جواب: نشوونما کے ادوار میں قبل از ولادت، نوزائیدگی، شیرخوارگی، ابتدائی بچپن، درمیانی بچپن، نو بلوغت، جوانی، ادھیڑ عمر اور بڑھاپا شامل ہیں۔

47. نوزائیدگی کا دور کتنے عرصے پر محیط ہوتا ہے؟

جواب: نوزائیدگی کا دور پیدائش سے لے کر چار ہفتوں تک ہوتا ہے۔

48. شیرخوارگی کے دور میں بچے کی معاشرتی نشو و نما کب شروع ہوتی ہے؟

جواب: بچے کی معاشرتی نشوونما پیدائش کے بعد ماں کی تربیت سے شروع ہوتی ہے۔

49. ابتدائی بچپن کا دور کن عمروں پر مشتمل ہوتا ہے؟

جواب: ابتدائی بچپن کا دور تین سے پانچ سال کی عمر پر مشتمل ہوتا ہے۔

50. درمیانی بچپن میں بچوں کو کن افراد سے واسطہ پڑتا ہے؟

جواب: بچوں کو ہم عصروں، اساتذہ، اور دیگر افراد سے واسطہ پڑتا ہے۔

51. نو بلوغت کی عمر کی حد کیا ہے؟

جواب: نو بلوغت کی عمر 13 سے 18 سال کے درمیان ہوتی ہے۔

52. نو بلوغت میں غصے اور بغاوت کی کیا وجوہات ہو سکتی ہیں؟

جواب: اس کی وجوہات جسمانی تبدیلیاں، معاشرتی کردار میں تبدیلی، تعلیمی دباؤ، اور جیب خرچ کے مسائل ہو سکتی ہیں۔

<u>تفصیلی جوابات تحریر کریں (مشق)</u>

سوال 1: انسانی نشو و نما کے مختلف پہلو بیان کریں۔

StudyNotes360.com

انسانی نشو و نما ایک مسلسل، منظم اور مکمل حیاتیاتی و نفسیاتی عمل ہے جو فرد کی پیدائش سے لے کر بڑھاپے تک جاری رہتا ہے۔ یہ صرف جسمانی بڑھوتری تک محدود نہیں بلکہ شخصیت کے کئی پہلوؤں کا مجموعہ ہے۔ درج ذیل نشو و نما کے اہم پہلو ہیں:

1. جسمانی نشو و نما:

جسم کی لمبائی، وزن، قد، رنگ، چہرہ، اعضاء کی ساخت اور جسم کی عمومی صحت میں بہتری شامل ہے۔

2. عضلاتی نشو و نما:

پٹھوں (Muscles) کی ترقی، جسمانی حرکات میں مہارت اور توازن کا پیدا ہونا۔

3. ذہنی نشو و نما:

سیکھنے، سمجھنے، یاد رکھنے، تجزیہ کرنے، فیصلہ سازی، تخلیقی صلاحیت اور مسئلہ حل کرنے کی قابلیت۔

4. جذباتی نشو و نما:

احساسات و جذبات کا اظہار اور ان پر قابو پانے کی صلاحیت، جیسے محبت، غصہ، خوشی، صدمہ۔

5. معاشرتی نشو و نما:

دوسروں کے ساتھ میل جول، تعاون، دوستی، سماجی اصولوں کی سمجھ، اور گروہی زندگی میں شرکت۔

سوال 2: نوزائیدگی کا دور کن عوامل پر مبنی ہوتا ہے؟

نوزائیدگی (Neonatal) کا دور پیدائش سے لے کر چار ہفتے تک کا عرصہ ہوتا ہے۔ اس دوران بچہ اپنی زندگی کا آغاز ایک نئے ماحول میں کرتا ہے، اور اس دور کی نشو و نما مندرجہ ذیل عوامل پر منحصر ہوتی ہے:

1. جسمانی حالت:

پیدائش کے وقت بچے کا وزن، قد، جسم کی ساخت، اعضاء کی مکمل بناوٹ وغیرہ۔

StudyNotes360.com

2. حسیاتی ردعمل:

بینائی، سماعت، لمس، چکھنے اور سونگھنے کی ابتدائی صلاحیتیں۔

3. نیند اور بیداری کے اوقات:

اس دور میں بچے کی زندگی کا زیادہ تر وقت نیند میں گزرتا ہے، لیکن بیداری کے مختصر وقفوں میں وہ ردعمل بھی ظاہر کرتا ہے۔

4. جسمانی حرکات:

بغیر سوچے سمجھے حرکت کرنا جیسے ہاتھ پاؤں ہلانا، انگلی پکڑنا، یا چونک جانا۔

5. رونے کی صورت:

رونا نوزائیدہ بچے کا واحد ذریعہ ہوتا ہے جس سے وہ بھوک، درد یا کسی تکلیف کا اظہار کرتا ہے۔

سوال 3: شیر خوارگی کے دور کی جسمانی و عضلاتی اور معاشرتی نشو و نما پر نوٹ لکھیں۔

شیرخوارگی کا دور: پیدائش سے لے کر تقریباً دو سال کی عمر تک ہوتا ہے۔

- **جسمانی و عضلاتی نشو و نما:**

1. بچے کے وزن میں تیزی سے اضافہ ہوتا ہے، قد بڑھتا ہے۔
2. بچہ گردن سنبھالنا، بیٹھنا، رینگنا، کھڑا ہونا، اور چلنا سیکھتا ہے۔
3. آنکھوں اور ہاتھوں کی ہم آہنگی بہتر ہوتی ہے۔
4. دل کی دھڑکن پیدائش کے وقت 100-140 فی منٹ ہوتی ہے، جو بعد میں بتدریج کم ہو جاتی ہے۔

- **معاشرتی نشو و نما:**

1. ماں کی تربیت اور محبت سے معاشرتی رویے بنتے ہیں۔
2. بچہ لوگوں کی موجودگی پر ردعمل دیتا ہے، مسکراتا ہے، اور آہستہ آہستہ پہچاننے لگتا ہے۔

StudyNotes360.com

3. خوشگوار یا ناخوشگوار ماحول بچے کی شخصیت پر گہرے اثرات ڈال سکتا ہے۔

4. گفتگو، لمس، اور ماں کی آواز بچے میں سماجی رجحان پیدا کرتے ہیں۔

سوال 4: درمیانی بچپن میں ذہنی، جذباتی و معاشرتی نشو و نما پر نوٹ لکھیں۔

درمیانی بچپن: 6 سے 12 سال کی عمر کا دور ہے۔ اس دوران بچہ اسکول جانا شروع کرتا ہے اور بیرونی دنیا سے تعلق بڑھتا ہے۔

- **ذہنی نشو و نما:**

1. یہ دور ذہنی نشو و نما کے عروج کا زمانہ ہوتا ہے۔

2. دماغ تیزی سے کام کرتا ہے اور بچے میں تجسس بڑھتا ہے۔

3. بچہ سوالات کرتا ہے، چیزوں کو سمجھنے کی کوشش کرتا ہے۔

4. مسائل حل کرنے، فیصلے لینے اور سیکھنے کی صلاحیت میں اضافہ ہوتا ہے۔

- **جذباتی نشو و نما:**

1. اس عمر میں بچہ اپنے جذبات کا اظہار بلند آواز، غصے یا خوشی سے کرتا ہے۔

2. خود اعتمادی، احساس کمتری یا برتری کا آغاز ہوتا ہے۔

3. Self Concept (تصور ذات) کی آگاہی حاصل ہوتی ہے۔

- **معاشرتی نشو و نما:**

1. دوستوں، اساتذہ، اور رشتہ داروں سے تعلقات مضبوط ہوتے ہیں۔

2. بچے گروپ میں کام کرنا پسند کرتے ہیں۔

3. وفاداری، اعتماد، اور ذمہ داری کا احساس پیدا ہوتا ہے۔

4. سماجی اصولوں اور قاعدوں کی سمجھ بوجھ پیدا ہوتی ہے۔

StudyNotes360.com

سوال 5: نو بلوغت کے دور کی جسمانی و عضلاتی اور ذہنی نشو و نما پر نوٹ لکھیں۔

نو بلوغت: 13 سے 18 سال کی عمر کا اہم دور ہے۔

🔹 **جسمانی و عضلاتی نشو و نما:**

1. لڑکیاں 13 سال اور لڑکے 15 سال کی عمر میں جسمانی طور پر پختہ (Mature) ہو جاتے ہیں۔
2. لڑکوں کے عضلات زیادہ مضبوط ہوتے ہیں اور وہ جسمانی سرگرمیوں میں زیادہ حصہ لیتے ہیں۔
3. اس دور میں قد میں اضافہ، آواز کی تبدیلی، اور دیگر جنسی تبدیلیاں نمایاں ہوتی ہیں۔
4. نشوونما کا انحصار وراثت، غذا، صحت اور ذہانت پر ہوتا ہے۔

🔹 **ذہنی نشو و نما:**

1. ذہنی پختگی میں اضافہ ہوتا ہے، شعور بیدار ہوتا ہے۔
2. تجزیہ، سوچ، اور خیالات میں گہرائی پیدا ہوتی ہے۔
3. نوجوان اپنے مسائل کا حل خود تلاش کرنے کی کوشش کرتا ہے۔
4. معلومات اور تجربات میں اضافہ ہوتا ہے۔

Note:

This chapter is designed to provide a solid foundation of knowledge, with the goal of deepening understanding and encouraging further exploration of the subject. The content has been carefully selected to support effective learning and inspire students to engage with the topic more deeply.

Author: Muhammad Asghar

Purpose: To contribute to education by offering insightful, valuable content that enhances learning and understanding.

Copyright & Usage Policy

© **2025 Muhammad Asghar**. All rights reserved.

No part of these notes may be reproduced, redistributed, or used for commercial purposes without explicit written permission from the author. These notes are intended solely for personal study and educational use.

StudyNotes360.com