

Psychology Fa Part 2 Chapter 1 Online Test

Sr	Questions	Answers Choice
1	ایک گرام پروٹین میں کتنے حرارے پائے جاتے ہیں؟	A. 4 B. 6 C. 5 D. 7
2	ایک گرام چکنی میں کتنے حرارے پائے جاتے ہیں؟	A. 4 B. 6 C. 9 D. 5
3	وزن کو متوازن رکھنے کے لیے کس غذائی جز کا وافر استعمال کرنا چاہیے؟	A. شکر B. گوشت C. سیبزی اور بیل D. وٹامنز
4	کن افراد کو معمول سے زیادہ حراروں والی خوراک کی ضرورت ہوتی ہے؟	A. صحت مند بالع افراد B. حاملہ خاتون C. بزرگ D. سب کے سب
5	پہلوں اور سیزیوں میں کون سے بنیادی غذائی اجزاء پائے جاتے ہیں؟	A. پانی B. قدرتی شکر C. پروٹین D. سب کچھ
6	فرد کے لیے پانی کی ضرورت کا تعین کس بات کو منظور رکھ کر کرنا چاہیے؟	A. کام کی نوعیت B. موسم کی شدت C. فیکر اور اسہال D. جسم سے خارج ہونے والی پانی کی مقدار پر
7	چے کی غذائی عادات کو بنائے کا بگاڑنے کا سب سے زیادہ زمہ دار کون ہے؟	A. دوست B. رشته دار C. مل D. باب
8	فرد کی غذائی عادات پر کون سے عوامل اثر انداز ہوتے ہیں؟	A. معنوی، سماجی، ماحولی عوامل B. فرد کی عمر اور روپیہ C. شخصی اقتدار اور پیشہ D. الف اور ج دونوں
9	کس غذا میں ایسے تمام لازمی اور بنیادی غذائی اجزاء موجود ہوتے ہیں جو فرد کی صحت کے لیے ضروری ہیں؟	A. توانائی سے بھرپور غذا B. سیزیوں پر مشتمل غذا C. پہلوں پر مشتمل غذا D. متوازن غذا
10	فرد کی کارکردگی صحت مندی اور طویل العمری کا راز کس میں پوشیدہ ہے؟	A. جیہی غذائی عادات B. بیو اور پانی پر C. چکنی اور شکر پر D. ماحول پر
11	کس مابر نفاسات کا کہنا ہے کہ انسان عقلی اور غیر عقلی دونوں خواص کا مالک ہے:	A. فرانٹ B. البرٹ لیلیں C. راجرڈ D. ان میں کسی نے نہیں
12	فراء کے مطابق لا شعوری مواد کو شعور میں لانے کے لیے کون سی تکنیک سب سے زیادہ مفید ہے	A. خوابوں کا تجزیہ B. ازاد تلام C. انٹروپیو D. یہ سب
13	خواہشات کی تسکین کے لیے اذکن اصول کی پیروی کرتی ہے:	A. خارجی اصولی B. اصول حقیقت C. اصول لذت D. معاشرتی اصول
14	سماجی فریب و بعد کی پیمائش کرنے سے والا پیمانہ کس کا وضع کرده ہے:	A. لکرٹ B. ٹھر سٹون C. بوگارڈس D. اس کا
15	جنسی برسانی کا شکار زیادہ کون لوگ ہوتے ہیں	A. عورتی اور مرد B. مرد اور بچے C. عورتی اور بچے D. یہ سب

16

جنسی براسائی کا شکار زیادہ کون لوگ ہوتے ہیں

- A. عورتی اور مرد
B. مرد اور بچے
C. عورتیں اور بچے
D. بہ سب

17

تعصب دور کرنے کی سب سے موثر تدبیر کون سی ہے

- A. تعلیم**
B. میازرٹ
C. تحفظ
D. رابطہ و تعاون