تمام کلاسز کی حل شدہ مشقیں MrPakistani ویب سائٹ سے فری ڈاؤن لوڈ کریں۔

Allama Iqbal Open University Solved Assignments Spring 2026	
Course Code:	215 Code
Course Name:	علم التعلیم
Class:	Matric
Total Credit Hours	6
Total Assignments	4

گھر بیٹھے حل شدہ مشقیں، گیس پیپرز، کتابیں اور خلاصے حاصل کرنے کے لیے رابطہ کریں واٹس ایپ نمبر:03036940016

نوٹ:ہم طلبہ کے لیے جامع اور معیاری تعلیمی خدمات فراہم کرتے ہیں۔ہماری خدمات میں علامہ اقبال اوپن یونیورسٹی کے حل شدہ اسائنمنٹس، گیس پیپرز، سابقہ پرچے، تازہ ملازمتوں کی معلومات، آن لائن سی وی تیار کرنا، ملازمت کے لیے درخواست دینا، یونیورسٹی داخلوں میں رہنمائی اور درخواست جمع کروانا شامل ہیں۔اس کے علاوہ یونیورسٹی سے متعلق طلبہ کے ہر قسم کے تعلیمی اور رہنمائی کے کام میں مکمل تعاون فراہم کیا جاتا ہے تاکہ طلبہ کو ایک ہی جگہ پر تمام ضروری سہولیات میسر آسکیں۔

Whatsapp Group

واٹس ایپ گروپ جوائن کرنے کے لیے سامنے دیے گئے لنک پر کلک کریں۔

Join Our WhatsApp Channel JOIN NOW

واٹس ایپ چینل جوائن کرنے کے لیے سامنے دیے گئے لنک پر کلک کریں۔

یونیورسٹی کی تمام معلومات حاصل کرنے کے لیے ہمارا واٹس ایپ گروپ جوائن کریں۔

تمام کلاسز کی حل شدہ مشقیں MrPakistani ویب سائٹ سے فری ڈاؤن لوڈ کریں۔

Assignment 2

سوال نمبر 1: غیر رسمی تعلیم کی تعریف کریں۔ وضاحت کریں کہ غیر رسمی تعلیم بچوں اور بڑوں کی تعلیمی ضروریات پوری کرنے میں کس طرح مؤثر کردار ادا کرتی ہے؟

جواب:

غیر رسمی تعلیم کی تعریف:

غیر رسمی تعلیم سے مراد وہ تعلیم ہے جو بچہ سکول میں داخل ہونے سے پہلے شروع کرتا ہے اور پوری زندگی حاصل کرتا رہتا ہے۔ اس تعلیم میں بچے کے والدین، دیگر اہل خانہ، ہم عمر، دوست اور معاشرے کے دیگر افراد کردار ادا کرتے ہیں۔ اس تعلیم میں کوئی باقاعدہ نصاب، میعادی دورانیہ یا امتحانی نظام نہیں ہوتا۔ یہ تعلیم گھر، معاشرے، مسجد، اخبارات، رسائل، ریڈیو، ٹیلی ویژن، سینما اور دیگر ذرائع سے حاصل کی جاتی ہے۔

غیر رسمی تعلیم کے مؤثر کردار:

بچوں کی تعلیمی ضروریات پوری کرنے میں:

1. **ابتدائی تربیت کا ذریعہ:** گھر میں ماں باپ سے بچہ بولنا، چلنا، اخلاقی اقدار اور معاشرتی آداب سیکھتا ہے۔ سکول جانے سے پہلے کی یہ تعلیم بچے کی شخصیت کی بنیاد رکھتی ہے۔
2. **کردار سازی میں معاون:** غیر رسمی تعلیم کے ذریعے بچہ معاشرے کے دوسرے افراد کو دیکھ کر اچھی اور بری عادات سیکھتا ہے۔ اگر معاشرے میں اچھے اخلاق کا مظاہرہ کیا جائے تو بچہ بھی اچھے اخلاق اختیار کرتا ہے۔
3. **معاشرتی اقدار کی منتقلی:** مسجد، معاشرے اور گھر کے ذریعے بچہ معاشرتی اقدار، رسم و رواج اور روایات سے روشناس ہوتا ہے۔ یہ بچے کو معاشرے کا بامعنی فرد بناتا ہے۔
4. **معلومات کا ذریعہ:** اخبارات، رسائل، ریڈیو اور ٹیلی ویژن کے ذریعے بچہ دنیا بھر کی خبروں اور معلومات سے آگاہ ہوتا ہے۔ تعلیمی پروگرام اس کی علمی صلاحیتوں کو پروان چڑھاتے ہیں۔
5. **سماجی تربیت:** معاشرے میں رہتے ہوئے بچہ دوسروں کے ساتھ میل جول، ہمدردی، تعاون اور محبت جیسی خوبیاں سیکھتا ہے۔
6. **ذہنی نشوونما:** غیر رسمی ذرائع جیسے ٹیلی ویژن، ریڈیو اور کہانیاں بچے کی ذہنی نشوونما میں اہم کردار ادا کرتے ہیں۔

بڑوں کی تعلیمی ضروریات پوری کرنے میں:

1. **بالغوں کی تعلیم:** بہت سے بالغ افراد بچپن میں تعلیم حاصل نہیں کر پاتے۔ غیر رسمی تعلیم کے ذریعے وہ اپنی تعلیمی ضروریات پوری کر سکتے ہیں۔ بالغوں کی تعلیم کے مراکز اس سلسلے میں اہم کردار ادا کرتے ہیں۔
2. **پیشہ ورانہ مہارتوں کی تربیت:** بالغ افراد اپنی پیشہ ورانہ مہارتوں کو بہتر بنانے کے لیے غیر رسمی ذرائع جیسے فنی تربیتی مراکز، ورکشاپس اور سیمینارز سے استفادہ کر سکتے ہیں۔
3. **زندگی بھر سیکھنے کا عمل:** غیر رسمی تعلیم زندگی بھر جاری رہنے والا عمل ہے۔ بالغ افراد ریڈیو، ٹیلی ویژن، اخبارات اور انٹرنیٹ کے ذریعے نئی معلومات حاصل کرتے رہتے ہیں۔
4. **سماجی اور معاشی بہبود:** بالغوں کی تعلیم ان کی سماجی اور معاشی حالت کو بہتر بنانے میں مدد دیتی ہے۔ خواندہ بالغ افراد اپنے حقوق اور فرائض سے بہتر طور پر آگاہ ہوتے ہیں۔
5. **خاندانی تربیت:** بڑے افراد اپنے خاندان اور بچوں کی بہتر تربیت کے لیے غیر رسمی ذرائع سے رہنمائی حاصل کر سکتے ہیں۔
6. **شعور میں اضافہ:** اخبارات، رسائل اور الیکٹرانک میڈیا کے ذریعے بالغ افراد ملکی اور عالمی حالات سے آگاہ رہتے ہیں، جس سے ان کا سیاسی اور سماجی شعور بڑھتا ہے۔

یونیورسٹی کی تمام معلومات حاصل کرنے کے لیے ہمارا واٹس ایپ گروپ جوائن کریں۔

سوال نمبر2:ریڈیو، ٹیلی ویژن اور پرنٹ میڈیا بچوں کی تعلیم وتربیت میں کیا کردار ادا کرتے ہیں؟مثالوں کی مدد سے میڈیا کے مثبت اور منفی اثرات کا تجزیہ کریں۔

جواب:

ریڈیو، ٹیلی ویژن اور پرنٹ میڈیا کا تعارفی جائزہ:

میڈیا کے مختلف ذرائع(ریڈیو، ٹیلی ویژن، اخبارات، رسائل، کتابیں)بچوں کی تعلیم وتربیت میں اہم کردار ادا کرتے ہیں۔یہ ذرائع بچوں کی ذہنی، جذباتی اور معاشرتی نشوونما پر گہرے اثرات مرتب کرتے ہیں۔

ریڈیو کا کردار:

مثبت اثرات:

1. **تعلیمی پروگرام :** ریڈیو پر نشر ہونے والے تعلیمی پروگرام بچوں کو مختلف موضوعات پر معلومات فراہم کرتے ہیں۔مثال کے طور پر، ریڈیو پاکستان کے "بچوں کا پروگرام" اور تعلیمی پروگرام بچوں کی علمی صلاحیتوں کو بڑھاتے ہیں۔
2. **زبان کی نشوونما :** ریڈیو سننے سے بچوں کی زبان، تلفظ اور الفاظ میں اضافہ ہوتا ہے۔کہانیاں، نظمیں اور مکالمے ان کی زبان کو پروان چڑھاتے ہیں۔
3. **تخلیقی صلاحیتوں کی تربیت :** ریڈیو پر آنے والے ڈرامے اور کہانیاں بچوں کی تخیل کو تقویت دیتی ہیں۔وہ سنی ہوئی کہانیوں کو اپنے ذہن میں تصور کرتے ہیں۔
4. **ہدایتی معلومات :** ریڈیو کے ذریعے صحت، حفاظت اور دیگر ضروری موضوعات پر آگاہی فراہم کی جاتی ہے۔

Pakistani

منفی اثرات:

1. **وقت کا ضیاع :** اگر بچے ضرورت سے زیادہ ریڈیو سنتے رہیں تو ان کا قیمتی وقت ضائع ہوتا ہے۔
2. **غیر موزوں پروگرام :** بعض اوقات ریڈیو پر ایسے پروگرام آتے ہیں جو بچوں کی ذہنی سطح کے مطابق نہیں ہوتے۔

ٹیلی ویژن (TV) کا کردار:

مثبت اثرات:

1. **بینائی اور سماعت کا تحفظ :** ٹیلی ویژن میں آواز کے ساتھ تصویر ہوتی ہے جو بچوں کے لیے زیادہ دلچسپ اور مؤثر ہوتی ہے۔یہ تعلیمی تصورات کو بہتر طریقے سے سمجھانے میں مدد دیتی ہے۔
2. **تعلیمی پروگرام :** ٹیلی ویژن پر بچوں کے لیے خصوصی تعلیمی پروگرام نشر کیے جاتے ہیں۔مثال کے طور پر، "سیم سم (Sesame Street)" جیسے پروگرام بچوں کو حروف، اعداد اور دیگر بنیادی تعلیم دیتے ہیں۔
3. **عملی مشاہدہ :** ٹیلی ویژن کے ذریعے بچے وہ چیزیں دیکھ سکتے ہیں جو ان کے ماحول میں موجود نہیں، جیسے دور دراز کے ممالک، سمندر، جنگل، جانور وغیرہ۔
4. **اخلاقی تربیت :** بہت سے پروگرام بچوں میں اچھے اخلاق، ہمدردی اور تعاون جیسی خوبیاں پیدا کرتے ہیں۔
5. **معلومات کا سرچشمہ :** ٹیلی ویژن بچوں کو دنیا بھر کی خبروں اور معلومات سے آگاہ کرتا ہے۔

منفی اثرات:

یونیورسٹی کی تمام معلومات حاصل کرنے کے لیے ہمارا واٹس ایپ گروپ جوائن کریں۔

تمام کلاسز کی حل شدہ مشقیں MrPakistani ویب سائٹ سے فری ڈاؤن لوڈ کریں۔

1. **وقت کا ضیاع:** اگر بچے زیادہ دیر تک ٹیلی ویژن دیکھتے رہیں تو ان کا پڑھائی اور کھیل کود کا وقت ضائع ہوتا ہے۔
2. **غیر اخلاقی پروگرام:** بعض چینلز پر غیر اخلاقی اور پر تشدد پروگرام آتے ہیں جو بچوں کی ذہنی صحت کے لیے نقصان دہ ہیں۔
3. **جسمانی کمزوری:** زیادہ دیر تک ٹیلی ویژن دیکھنے سے بچوں کی آنکھیں کمزور ہوتی ہیں اور وہ مختلف بیماریوں کا شکار ہو جاتے ہیں۔
4. **سماجی تنہائی:** جو بچے زیادہ تر وقت ٹیلی ویژن دیکھنے میں گزارتے ہیں، وہ معاشرتی رابطوں سے محروم ہو جاتے ہیں۔
5. **خوابیدہ ذہن:** مسلسل ٹیلی ویژن دیکھنے سے بچوں کی تخلیقی صلاحیتیں کم ہوتی ہیں اور وہ غیر فعال ہو جاتے ہیں۔

پرنٹ میڈیا (اخبارات، رسائل، کتابیں) کا کردار:

مثبت اثرات:

1. **مطالعے کی عادت:** اخبارات اور رسائل بچوں میں مطالعے کی عادت پیدا کرتے ہیں۔ ان کی معلومات میں اضافہ ہوتا ہے۔
2. **علم میں اضافہ:** مختلف رسائل اور کتابیں پڑھنے سے بچوں کے علم اور تجربے میں اضافہ ہوتا ہے۔
3. **تحریری صلاحیت:** زیادہ پڑھنے سے بچوں کی تحریری صلاحیت بھی بہتر ہوتی ہے۔
4. **اخلاقی کہانیاں:** بچوں کے لیے خصوصی رسائل میں اخلاقی کہانیاں، پہیلیاں اور معلوماتی مضامین ہوتے ہیں۔
5. **موضوعاتی معلومات:** پرنٹ میڈیا مختلف موضوعات پر گہرائی سے معلومات فراہم کرتا ہے۔

منفی اثرات:

1. **غیر موزوں مواد:** کچھ رسائل اور اخبارات میں ایسا مواد ہوتا ہے جو بچوں کے لیے موزوں نہیں۔
2. **مہنگائی:** معیاری رسائل اور کتابیں بہت سے بچوں کی دسترس سے باہر ہیں۔
3. **وقت کا بے جا استعمال:** اگر بچے ضرورت سے زیادہ رسائل یا افسانے پڑھتے رہیں تو ان کا تعلیمی نقصان ہو سکتا ہے۔

والدین اور اساتذہ کا کردار:

والدین اور اساتذہ کا فرض ہے کہ وہ بچوں کے میڈیا استعمال پر نظر رکھیں:

1. مناسب اوقات میں ٹیلی ویژن دیکھنے کی اجازت دیں
2. تعلیمی اور اخلاقی پروگرام دکھانے کی ترغیب دیں
3. بچوں کے ساتھ مل کر تعلیمی پروگرام دیکھیں اور ان پر بحث کریں
4. گھر میں اچھے رسائل اور کتابوں کا انتظام کریں
5. بچوں کو پر تشدد اور غیر اخلاقی پروگراموں سے دور رکھیں

سوال نمبر 3: معاشرہ سے کیا مراد ہے؟ معاشرتی ساخت کے بنیادی عناصر بیان کریں اور روزمرہ زندگی سے مثالیں پیش کریں۔

یونیورسٹی کی تمام معلومات حاصل کرنے کے لیے ہمارا واٹس ایپ گروپ جوائن کریں۔

تمام کلاسز کی حل شدہ مشقیں MrPakistani ویب سائٹ سے فری ڈاؤن لوڈ کریں۔

جواب:

معاشرہ کی تعریف(معاشرہ سے کیا مراد ہے؟):

معاشرہ عربی زبان کا لفظ ہے جس کا مطلب ہے "باہم مل کر زندگی بسر کرنا"۔ اصطلاحی طور پر معاشرہ سے مراد افراد کا وہ گروہ ہے جو ایک خاص علاقے میں آباد ہو کر اپنی ضروریات پوری کرنے کے لیے باہمی تعاون اور تعلق کے ساتھ زندگی گزارتے ہیں۔ انسان فطری طور پر معاشرتی زندگی گزارنے کا عادی ہے اور وہ اکیلے زندہ نہیں رہ سکتا۔

انسانوں کے اس طرح باہم مل کر رہنے کو معاشرہ کہتے ہیں۔ معاشرہ میں لوگ اپنے عقائد، عادات، روایات اور تہذیب کے ذریعے ایک دوسرے سے مربوط ہوتے ہیں۔

معاشرتی ساخت کے بنیادی عناصر:

معاشرے کی ساخت اور تنظیم میں درج ذیل عناصر بنیادی کردار ادا کرتے ہیں:

1. مذہب:(Religion)

افراد کے درمیان مذہب کا رشتہ نہایت مضبوط رشتہ ہے جو انہیں آپس میں باندھے رکھتا ہے۔ پاکستانی معاشرے کا سب سے اہم عنصر مذہب ہے۔

روزمرہ کی مثال: پاکستان میں مسلمان ہونے کی وجہ سے پنجابی، سندھی، بلوچ، پختون سب ایک دوسرے سے مربوط ہیں۔ عیدین، رمضان، محرم جیسے مذہبی مواقع پر یہ سب مل کر جشن مناتے ہیں اور ایک دوسرے کی خوشیوں اور غموں میں شریک ہوتے ہیں۔

2. ثقافت:(Culture)

ثقافت سے مراد کسی قوم کے اعتقادات، رسوم ورواج اور زندگی گزارنے کے طریقے ہیں جو زندگی کو ایک خاص رخ مہیا کرتے ہیں۔

روزمرہ کی مثال: شادی بیاہ کی رسومات، تہوار منانے کے طریقے، کھانے پینے کے انداز، لباس اور زبان ثقافت کا حصہ ہیں۔ پاکستان میں مختلف علاقوں کی اپنی ثقافتی خصوصیات ہیں لیکن اسلامی ثقافت سب کو ایک سوتھے پرو کرتی ہے۔

3. جغرافیائی خطہ:(Geographical Region)

ہر معاشرے کا ایک خاص علاقہ ہوتا ہے۔ غیر اسلامی معاشروں میں علاقائی تعلق کو بنیادی عنصر سمجھا جاتا ہے جبکہ اسلام میں بنیادی تعلق مذہب کا ہے۔

روزمرہ کی مثال: ایک ہی شہر یا گاؤں کے رہنے والے لوگ ایک دوسرے کے قریب رہتے ہیں، مل کر کام کرتے ہیں اور اپنے علاقے کی حفاظت اور ترقی کے لیے کوشش کرتے ہیں۔

4. معاشی تنظیم:(Economic Organization)

ہر معاشرہ کی اپنی معاشی تنظیم ہوتی ہے جس کے تحت لوگ اپنی روزی روٹی کے ذرائع تلاش کرتے ہیں۔

روزمرہ کی مثال: پاکستان میں لوگ زراعت، تجارت، ملازمت، صنعت وغیرہ سے اپنی روزی کماتے ہیں۔ یہ معاشی سرگرمیاں لوگوں کو ایک دوسرے سے مربوط کرتی ہیں۔

یونیورسٹی کی تمام معلومات حاصل کرنے کے لیے ہمارا واٹس ایپ گروپ جوائن کریں۔

5.سماجی تعلقات:(Social Relationships)

معاشرے میں لوگوں کے باہمی تعلقات (خاندانی، دوستانہ، پڑوسی) معاشرتی ساخت کی بنیاد ہوتے ہیں۔

روزمرہ کی مثال: خاندان کے افراد کا ایک دوسرے سے محبت اور ہمدردی کا تعلق، پڑوسیوں کا آپس میں تعاون، دوستوں کا باہمی میل جول- یہ سب سماجی تعلقات کی مثالیں ہیں۔

6.مشترکہ اقدار اور روایات:(Shared Values and Traditions)

معاشرے کے لوگ اپنی مشترکہ اقدار اور روایات کے ذریعے ایک دوسرے سے جڑے ہوتے ہیں۔

روزمرہ کی مثال: پاکستانی معاشرے میں مہمان نوازی، بڑوں کا احترام، چھوٹوں سے محبت، والدین کی فرمانبرداری جیسی اقدار مشترک ہیں۔

7.قوانین اور ضابطے:(Laws and Regulations)

ہر معاشرہ کچھ قوانین اور ضابطے بناتا ہے جن پر عمل درآمد کیا جاتا ہے۔

روزمرہ کی مثال: ٹریفک قوانین کی پابندی، عدالتوں کے فیصلے، پولیس کا نظام- یہ سب معاشرتی قوانین کی مثالیں ہیں۔

سوال نمبر4: بچوں کی نفسیاتی اور معاشرتی ضروریات کیا ہیں؟ ان ضروریات کی تکمیل میں خاندان، اسکول اور معاشرے کے کردار پر تفصیلی بحث کریں۔

جواب:

بچوں کی نفسیاتی ضروریات:(Psychological Needs)

1. **محبت اور پیار کی ضرورت:** بچے کو ماں باپ، بہن بھائیوں اور اساتذہ کی محبت اور شفقت کی شدید ضرورت ہوتی ہے۔ محبت سے محروم بچے ذہنی اور جذباتی طور پر بیمار ہو جاتے ہیں۔
2. **تحفظ اور سلامتی کی ضرورت:** بچے کو یہ یقین ہونا چاہیے کہ وہ محفوظ جگہ پر ہے۔ خوف اور عدم تحفظ کے احساس سے بچے کی شخصیت پر منفی اثر پڑتا ہے۔
3. **شناخت اور خود اعتمادی کی ضرورت:** بچہ چاہتا ہے کہ اس کی قدر کی جائے، اس کی پہچان بنائی جائے اور اسے دوسروں کے برابر سمجھا جائے۔
4. **تعلق اور وابستگی کی ضرورت:** بچے کو دوسروں سے تعلق اور وابستگی محسوس کرنے کی ضرورت ہوتی ہے۔ وہ اپنے خاندان، دوستوں اور معاشرے کا حصہ محسوس کرنا چاہتا ہے۔
5. **آزادی اور خود مختاری کی ضرورت:** بچہ بڑی عمر میں اپنی آزادی چاہتا ہے۔ وہ خود فیصلے کرنے اور اپنی مرضی کے کام کرنے کی خواہش رکھتا ہے۔
6. **کھیل اور تفریح کی ضرورت:** بچوں کی نفسیاتی نشوونما کے لیے کھیل اور تفریح بہت ضروری ہے۔ کھیل کے ذریعے بچے تخلیقی صلاحیتیں پیدا کرتے ہیں۔
7. **کامیابی اور پہچان کی ضرورت:** بچے کو اپنی کامیابیوں پر پہچان اور تعریف چاہیے ہوتی ہے۔ یہ اسے مزید محنت کرنے کی ترغیب دیتا ہے۔

بچوں کی معاشرتی ضروریات:(Social Needs)

1. **خاندانی تعلق کی ضرورت:** بچے کا سب سے پہلا معاشرتی تعلق اپنے خاندان سے ہوتا ہے۔ خاندان کے افراد سے پیار، شفقت اور تعلق بچے کی معاشرتی شخصیت کی بنیاد ہے۔

یونیورسٹی کی تمام معلومات حاصل کرنے کے لیے ہمارا واٹس ایپ گروپ جوائن کریں۔

تمام کلاسز کی حل شدہ مشقیں MrPakistani ویب سائٹ سے فری ڈاؤن لوڈ کریں۔

2. **ہم عمروں کی صحبت کی ضرورت:** بچے کو اپنی عمر کے دوسرے بچوں کے ساتھ کھیلنے اور دوستی کرنے کی ضرورت ہوتی ہے۔
3. **سماجی قبولیت کی ضرورت:** بچہ اپنے معاشرے میں قبولیت چاہتا ہے۔ وہ چاہتا ہے کہ لوگ اسے پسند کریں اور اس کی قدر کریں۔
4. **تقلید اور نمونے کی ضرورت:** بچے دوسروں کی نقل کرتے ہوئے سیکھتے ہیں۔ انہیں اپنے خاندان، استاد اور معاشرے میں اچھے نمونوں کی ضرورت ہوتی ہے۔
5. **مشترکہ سرگرمیوں کی ضرورت:** بچوں کو دوسرے بچوں کے ساتھ مل کر کام کرنے، کھیلنے اور مشترکہ سرگرمیوں میں حصہ لینے کی ضرورت ہوتی ہے۔

ان ضروریات کی تکمیل میں خاندان کا کردار:

1. **محبت اور تحفظ فراہم کرنا:** خاندان کا سب سے اہم کردار بچے کو محبت، تحفظ اور سلامتی فراہم کرنا ہے۔ ماں کا دامن بچے کی تربیت کی پہلی گاہ ہے۔
2. **بنیادی ضروریات پوری کرنا:** خاندان بچے کو خوراک، لباس اور رہائش جیسی بنیادی ضروریات فراہم کرتا ہے۔
3. **اخلاقی تربیت:** خاندان بچے کو اچھے اخلاق، سچائی، دیانت داری اور دوسروں کے حقوق کی پابندی سکھاتا ہے۔
4. **معاشرتی اقدار کی منتقلی:** خاندان کے ذریعے بچہ معاشرتی اقدار، رسم و رواج اور روایات سے روشناس ہوتا ہے۔
5. **اعتماد اور خود اعتمادی کی نشوونما:** خاندان بچے کی کامیابیوں پر اس کی حوصلہ افزائی کرتا ہے اور اسے ڈانٹ ڈپٹ سے بچاتا ہے۔
6. **نمونہ فراہم کرنا:** خاندان کے افراد بچے کے لیے نمونہ (Role Model) کا کردار ادا کرتے ہیں۔ بچہ انہیں دیکھ کر سیکھتا ہے۔

ان ضروریات کی تکمیل میں اسکول کا کردار:

1. **منظم تعلیمی ماحول:** اسکول بچوں کو منظم تعلیمی ماحول فراہم کرتا ہے جہاں وہ اپنی ذہنی اور علمی صلاحیتوں کو پروان چڑھا سکتے ہیں۔
2. **ہم عمروں کے ساتھ میل جول:** اسکول میں بچے اپنی عمر کے دوسرے بچوں سے ملتے ہیں، دوستیاں کرتے ہیں اور مشترکہ سرگرمیوں میں حصہ لیتے ہیں۔
3. **استاد کی رہنمائی:** اسکول میں بچے استاد کی رہنمائی حاصل کرتے ہیں۔ استاد نہ صرف علم کی فراہمی کرتا ہے بلکہ بچے کی اخلاقی اور معاشرتی تربیت بھی کرتا ہے۔
4. **کھیل اور ہم نصابی سرگرمیاں:** اسکول میں کھیلوں اور ہم نصابی سرگرمیوں کا انتظام ہوتا ہے جو بچوں کی نفسیاتی اور معاشرتی ضروریات پوری کرنے میں مدد دیتا ہے۔
5. **قواعد و ضوابط کی پابندی:** اسکول میں بچے قواعد و ضوابط کی پابندی کرنا سیکھتے ہیں۔ یہ ان میں نظم و ضبط پیدا کرتا ہے۔
6. **کامیابی کا موقع:** اسکول میں بچوں کو مختلف میدانوں میں اپنی صلاحیتیں دکھانے اور کامیابی حاصل کرنے کے مواقع ملتے ہیں۔

ان ضروریات کی تکمیل میں معاشرے کا کردار:

1. **معاشرتی اقدار کی منتقلی:** معاشرہ اپنی اقدار، روایات اور تہذیب کو بچوں تک پہنچانے کا ذریعہ ہے۔
2. **محفوظ ماحول فراہم کرنا:** معاشرے کا کردار ہے کہ وہ بچوں کے لیے پرامن اور محفوظ ماحول فراہم کرے۔
3. **عملی تربیت:** معاشرہ میں رہتے ہوئے بچے عملی زندگی کے اصول اور طریقے سیکھتے ہیں۔
4. **سماجی روابط:** معاشرہ بچوں کو مختلف لوگوں سے ملنے اور سماجی روابط قائم کرنے کے مواقع فراہم کرتا ہے۔
5. **مثبت کردار پیش کرنا:** معاشرے کے افراد اگر مثبت کردار پیش کریں تو بچے بھی ان سے متاثر ہو کر اچھے اخلاق اختیار کرتے ہیں۔
6. **قوانین کی پابندی کا شعور:** معاشرہ میں قوانین کی پابندی کرتے ہوئے بچے قانون کی اہمیت کو سمجھتے ہیں۔

یونیورسٹی کی تمام معلومات حاصل کرنے کے لیے ہمارا واٹس ایپ گروپ جوائن کریں۔

سوال نمبر 5: بچوں کی مؤثر جسمانی نشوونما کے لیے کن بنیادی تقاضوں کا پورا ہونا ضروری ہے؟ گھر اور اسکول کے کردار کی وضاحت کریں۔

جواب:

جسمانی نشوونما کے بنیادی تقاضے:

بچے کی صحت مند جسمانی نشوونما کے لیے درج ذیل بنیادی تقاضوں کا پورا ہونا ضروری ہے:

1. متوازن غذا: (Balanced Diet)

خوراک بچے کی نشوونما کے لیے سب سے بنیادی ضرورت ہے۔ ہر عمر کے بچے کو اس کی عمر اور جسمانی ضروریات کے مطابق متوازن غذا کی ضرورت ہوتی ہے۔

ضروری اجزاء:

- پروٹین (دودھ، انڈے، گوشت، دالیں) - جسمانی ساخت اور عضلات کی نشوونما کے لیے
- کاربوہائیڈریٹ (روٹی، چاول، آلو) - توانائی کے لیے
- چکنائی (گھی، مکھن، تیل) - توانائی اور گرمی کے لیے
- وٹامنز (پھل، سبزیاں) - جسمانی صحت اور قوت مدافعت کے لیے
- معدنی نمکیات (سبزیاں، پھل) - ہڈیوں اور دانتوں کی مضبوطی کے لیے
- پانی - جسمانی افعال کے لیے

غذا کی مقدار (عمر کے لحاظ سے):

- پیدائش سے 4 ماہ: صرف ماں کا دودھ (اس کے پہلے 3-4 دن کا دودھ ضروری ہے جو قوت مدافعت پیدا کرتا ہے)
- 4 ماہ سے ایک سال: دودھ کے ساتھ اضافی خوراک
- ایک سے تین سال: نرم اور ہضم خوراک
- تین سال بعد: سکول جانے کے قابل، مختلف غذا پسند کرتا ہے
- بلوغت میں: زیادہ غذا کی ضرورت ہوتی ہے کیونکہ نشوونما تیز ہوتی ہے

2. مناسب لباس: (Proper Clothing)

لباس کا مقصد جسم کو ڈھانپنا اور موسموں کے اثرات سے جسم کو محفوظ رکھنا ہے۔

لباس کے انتخاب کی شرائط:

- سردیوں میں گرم اور اونی کپڑے
- گرمیوں میں ہلکے اور ہوادار کپڑے

یونیورسٹی کی تمام معلومات حاصل کرنے کے لیے ہمارا واٹس ایپ گروپ جوائن کریں۔

- آرام دہ اور موزوں ہو
- آمدن اور حیثیت کے مطابق ہو
- موسم اور مقام کے مطابق ہو
- بچے کی پسند کے مطابق ہو

3. آرام اور نیند (Rest and Sleep):

بچے کی جسمانی نشوونما کے لیے مناسب آرام اور نیند بہت ضروری ہے۔ نیند کے دوران جسمانی خلیات کی مرمت ہوتی ہے اور نشوونما کے ہارمونز خارج ہوتے ہیں۔

عمر کے لحاظ سے نیند کی ضروریات:

- نومولود: 16-18 گھنٹے
- ایک سے تین سال: 12-14 گھنٹے
- تین سے چھ سال: 10-12 گھنٹے
- سات سے بارہ سال: 9-11 گھنٹے

4. ورزش اور کھیل کود (Exercise and Play):

کھیل اور ورزش بچے کی جسمانی نشوونما کے لیے نہایت ضروری ہے۔

فوائد:

- عضلات مضبوط ہوتے ہیں
- ہڈیاں مضبوط ہوتی ہیں
- خون کی گردش بہتر ہوتی ہے
- موٹاپے سے بچاؤ ہوتا ہے
- ذہنی اور جذباتی صحت بہتر ہوتی ہے

5. صفائی اور حفظان صحت (Cleanliness and Hygiene):

بیماریوں سے بچاؤ اور صحت مند رہنے کے لیے صفائی بہت ضروری ہے۔

ضروری اقدامات:

- نہانا، ہاتھ دھونا
- دانت صاف کرنا
- کپڑوں کی صفائی

یونیورسٹی کی تمام معلومات حاصل کرنے کے لیے ہمارا واٹس ایپ گروپ جوائن کریں۔

- ماحول کی صفائی

6.طبی نگہداشت:(Medical Care)

بچے کی صحت کے لیے بروقت طبی نگہداشت ضروری ہے۔

ضروریات:

- باقاعدہ صحت کی جانچ
- ویکسینیشن
- بیماری کی صورت میں علاج
- دانتوں کی دیکھ بھال

گھر کا کردار:(Role of Home)

1. **غذا کی فراہمی:** گھر میں بچے کو عمر کے لحاظ سے متوازن اور مقررہ وقت پر غذا فراہم کرنا والدین کی ذمہ داری ہے۔
2. **مناسب لباس کا انتظام:** گھر میں بچے کے لیے موسم اور ضرورت کے مطابق مناسب لباس کا انتظام کرنا چاہیے۔
3. **آرام کے اوقات کا تعین:** بچے کی نیند کے اوقات مقرر کرنا اور اسے پوری نیند لینے کا موقع دینا ضروری ہے۔
4. **کھیل کے مواقع:** گھر میں بچے کو کھیلنے کے لیے محفوظ جگہ اور مواقع فراہم کرنا چاہیے۔
5. **صفائی کی عادت ڈالنا:** بچے کو صفائی کی عادت ڈالنا والدین کی ذمہ داری ہے۔
6. **طبی نگہداشت:** بچے کو بروقت طبی سہولت فراہم کرنا اور اسے صحت مند رکھنے کے لیے اقدامات کرنا ضروری ہے۔
7. **نمونہ پیش کرنا:** والدین خود صحت مند زندگی گزار کر بچے کے لیے نمونہ پیش کرتے ہیں۔

اسکول کا کردار:(Role of School)

1. **صحت کی تعلیم:** اسکول میں بچوں کو صحت کے اصولوں اور حفظان صحت کے بارے میں تعلیم دی جاتی ہے۔
2. **کھیل کے میدان:** اسکول میں کھیلوں کے میدان اور مناسب انتظامات ہونے چاہییں۔
3. **صحت کی جانچ:** اسکول میں بچوں کی باقاعدہ صحت کی جانچ کا انتظام ہونا چاہیے۔
4. **صاف ستھرا ماحول:** اسکول کا ماحول صاف اور ہوادار ہونا چاہیے۔ کلاس رومز روشن، کھلے اور ہوادار ہوں۔
5. **ورزش کی کلاسز:** اسکول میں جسمانی تربیت کی کلاسز کا اہتمام ہونا چاہیے۔
6. **ہم نصابی سرگرمیاں:** کھیلوں کے علاوہ دیگر ہم نصابی سرگرمیاں بھی جسمانی نشوونما میں مدد دیتی ہیں۔
7. **صحت مند خوراک کا اہتمام:** اسکول کے کیفے ٹیریا میں صحت مند خوراک کا انتظام ہونا چاہیے۔
8. **بیماریوں سے بچاؤ:** اسکول میں ویکسینیشن اور دیگر طبی سہولیات کا انتظام کیا جانا چاہیے۔

یونیورسٹی کی تمام معلومات حاصل کرنے کے لیے ہمارا واٹس ایپ گروپ جوائن کریں۔

تمام کلاسز کی حل شدہ مشقیں MrPakistani ویب سائٹ سے فری ڈاؤن لوڈ کریں۔

یونیورسٹی کی تمام معلومات حاصل کرنے کے لیے ہمارا واٹس ایپ گروپ جوائن کریں۔