

## গৃহ বিজ্ঞান (২১৬)

### শিক্ষক অংকিত মূল্যায়ন পত্ৰ

মুঠ নম্বৰ: 20

টোকা :

(i) সকলো প্ৰশ্নৰে উত্তৰ বাধ্যতামূলক। প্ৰতিটো প্ৰশ্নৰ বাবে নিৰ্দ্ধাৰিত নম্বৰ প্ৰশ্নবোৰৰ কাষতে দিয়া হৈছে।

(ii) উত্তৰ বহীৰ প্ৰথম পৃষ্ঠাৰ ওপৰত আপোনাৰ নাম, নামভৰ্তিৰ নম্বৰ, অধ্যয়ন কেন্দ্ৰৰ নাম আৰু বিষয় স্পষ্টকৈ উল্লেখ কৰিব।

**1/ তলৰ যিকোনো এটাৰ উত্তৰ প্ৰায় 40-60 শব্দৰ ভিতৰত হোৱাকৈ দিয়ক। 2**

(a) আপোনাৰ চৌপাশৰ পৰা যিকোনো দুটা প্ৰাকৃতিক আঁহ চিনাক্ত কৰক। প্ৰাকৃতিক আঁহৰ পৰা তৈয়াৰী কাপোৰ ব্যৱহাৰ কৰাৰ পৰামৰ্শ কিয় দিয়া হয়? (পাঠ 10 চাওক)

(b) সাধাৰণ বয়ন আৰু টুইল বয়নৰ মাজত যিকোনো দুটা পাৰ্থক্য টেবুলৰ আকাৰত উল্লেখ কৰক। (১০ নং পাঠ চাওক)

**2/ তলৰ যিকোনো এটাৰ উত্তৰ প্ৰায় 40-60 টা শব্দৰ ভিতৰত দিয়ক। 2**

(a) ভুলবশতঃ স্বীনাৰ ভৰিখনে চকেটৰ পৰা উন্মুক্ত হৈ থকা তাঁৰ এডাল স্পৰ্শ কৰিলে আৰু তাই বিদ্যুৎস্পৃষ্ট হৈ পৰিল। ঘৰত বিদ্যুতৰ নিৰাপদ ব্যৱহাৰৰ বাবে যিকোনো দুটা উপযুক্ত উপায় উল্লেখ কৰক। (13 নং পাঠ চাওক)

(b) আপোনাৰ চৌপাশ ভালদৰে পৰীক্ষা কৰক আৰু শিশু তথা বয়স্কৰ মাজত শ্বাসৰুদ্ধ হোৱাৰ যিকোনো চাৰিটা কাৰণ চিনাক্ত কৰক। (13 নং পাঠ চাওক)

**3. তলৰ যিকোনো এটাৰ উত্তৰ প্ৰায় 40-60 টা শব্দৰ ভিতৰত দিয়ক। 2**

(a) কেঁচুৱা মৃদুলাৰ বয়স আঠ মাহ। তাইৰ বয়সৰ শিশুৰ বৃদ্ধি আৰু বিকাশৰ যিকোনো দুটা বৈশিষ্ট্যপূৰ্ণ বৈশিষ্ট্য উল্লেখ কৰক। (18 নং পাঠ চাওক)

(b) বিকাশ পৰস্পৰৰ মাজত সহ-সম্বন্ধ যুক্ত ”। যিকোনো দুটা উপযুক্ত উদাহৰণ দি বক্তব্যটোক ন্যায্যতা প্ৰদান কৰক। (18 নং পাঠ চাওক)

#### 4। তলৰ যিকোনো এটা প্ৰশ্নৰ উত্তৰ প্ৰায় 100-150 টা শব্দৰ ভিতৰত দিব। 4

- (a) শৰীৰ আৰু মন উভয়ৰে সঠিক কাম-কাজ হ'ল স্বাস্থ্য। বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থা (WHO) অনুসৰি “স্বাস্থ্য” ৰ সংজ্ঞা দিয়ক। ভাল শাৰীৰিক স্বাস্থ্য, ভাল মানসিক স্বাস্থ্য আৰু ভাল সামাজিক স্বাস্থ্যৰ প্ৰত্যেকৰে দুটাকৈ বৈশিষ্ট্য তালিকাভুক্ত কৰক।

(7নং পাঠ চাওক)

- (b) প্ৰতিৰোধ ক্ষমতা সংজ্ঞা দিয়ক। প্ৰাকৃতিক প্ৰতিৰোধ ক্ষমতা আৰু অৰ্জিত প্ৰতিৰোধ ক্ষমতা ইটো আনটোৰ পৰা কেনেদৰে পৃথক? আমি ৰোগ প্ৰতিৰোধ ক্ষমতা লাভ কৰিব পৰা দুটা উপায় উল্লেখ কৰক। (7 নং পাঠ চাওক)

#### 5. তলৰ যিকোনো এটা প্ৰশ্নৰ উত্তৰ প্ৰায় 100-150 শব্দৰ ভিতৰত দিয়ক।

- (a) তৰুণ দ্বাদশ শ্ৰেণীৰ ছাত্ৰ। তেওঁ অভিযন্তা হিচাপে নিজৰ কেৰিয়াৰ গঢ়িব বিচাৰে। তেওঁৰ লক্ষ্যত উপনীত হ'বলৈ তেওঁৰ সম্পদসমূহক ফলপ্ৰসূত্ৰৰে ব্যৱহাৰ কৰিবলৈ ব্যৱস্থাপনাৰ চাৰিটা পদক্ষেপ চিনাক্ত কৰাত সহায় কৰক। (14 নং পাঠ চাওক)

- (b) (i) সম্পদসমূহ সীমিত। সম্পদসমূহক ফলপ্ৰসূত্ৰৰে ব্যৱহাৰ কৰিবলৈ আপুনি আপোনাৰ সম্প্ৰদায়ক কি চাৰিটা নিৰ্দেশনা দিব ? 4

ii) নিজৰ সম্প্ৰদায়ৰ যিকোনো দুটা সম্পদৰ অপব্যৱহাৰৰ বিষয়ে আলোচনা কৰক আৰু ইয়াক প্ৰতিৰোধ কৰাৰ বাবে উপায়ৰ পৰামৰ্শ দিয়ক। (14 নং পাঠ চাওক)

#### ৬। তলৰ যিকোনো এটা প্ৰশ্নৰ বিতং উত্তৰ দিয়ক।

6

- (a) (i) কৰুণা আৰু তৰুণা একে যমজ সন্তান। কৰুণাক মাকে এখন গাঁৱত ডাঙৰ-দীঘল কৰে আৰু তৰুণাক দেউতাকে নগৰীয়া পৰিৱেশত ডাঙৰ-দীঘল কৰে। দুয়োজন ভাই-ভনীৰ বিকাশৰ যিকোনো তিনিটা গুৰুত্বপূৰ্ণ দিশ টেবুলৰ আকাৰত বিশ্লেষণ কৰক।

- (ii) আপোনাৰ মতে শিশুৰ ব্যক্তিত্ব আৰু ব্যক্তিগত পাৰ্থক্য নিৰ্ণয় কৰিবলৈ কি বেছি গুৰুত্বপূৰ্ণ আৰু কিয়?

- (b) আমাক সুস্থ কৰি ৰখাত প্ৰতিটো পুষ্টিকৰ পদাৰ্থৰ নিৰ্দিষ্ট ভূমিকা থাকে। যদি আমি পুষ্টিকৰ উপাদান নথকা খাদ্য খাবলৈ আৰম্ভ কৰো তেন্তে ৰোগৰ লক্ষণে দেখা দিবলৈ আৰম্ভ কৰিব।

- (i) জীৱন ধাৰণৰ বাবে গুৰুত্বপূৰ্ণ তলত দিয়া পুষ্টিকৰ খাদ্যৰ যিকোনো দুটা কাৰ্য্য লিখ।  
খাদ্যৰ আঁহ, পানী, ভিটামিন এ।

- (ii) খাদ্য গোট আৰু সুস্থ খাদ্যৰ অন্তৰ্ভুক্তিৰ ক্ষেত্ৰত নিজৰ বাবে খাদ্য পৰিকল্পনা সূচীৰূপত তৈয়াৰ কৰক। (3 নং পাঠ চাওক)