

মডেল অ্যাক্টিভিটি টাস্ক — ২০২১

স্বাস্থ্য ও শারীরশিক্ষা ষষ্ঠ শ্রেণি

স্বাস্থ্যশিক্ষা ও যোগাসন

১। শূন্যস্থান পূরণ করো :

১ × ৩ = ৩

(ক) রোগ _____ হলে আমাদের শরীর দুর্বল হয়ে যায়।

(খ) অসংক্রামক রোগ জিনগতভাবে _____ থেকে আসতে পারে।

(গ) মানুষ যখন কোনো কিছু শেখে তা বারবার পুনরাবৃত্তি করে বা করার চেষ্টা করে, একেই বলে _____।

২। বহুর মধ্যে থেকে সঠিক উত্তরটি নির্বাচন করে '✓' চিহ্ন দাও।

১ × ৫ = ৫

(ক) দীর্ঘক্ষণ শরীর চর্চার সময় শারীরিক দূরত্ব বজায় রাখা সত্ত্বেও কী মাস্ক ব্যবহার করা উচিত?

(i) হ্যাঁ (ii) না (iii) অনিশ্চিত

(খ) কোন ভিটামিনের অভাবে শিশুদের রাতকানা রোগ হতে পারে?

(i) ভিটামিন A (ii) ভিটামিন C (iii) কোনোটিই নয়

(গ) পরোপকার ও সমাজসেবামূলক কাজ করা।

(i) সু-অভ্যাস (ii) কু-অভ্যাস (iii) কোনোটিই নয়

(ঘ) খাবার থালাবাসন মাজার জন্য কোন ধরনের জল ব্যবহার করা উচিত?

(i) দূষিত জল (ii) বিশুদ্ধ জল (iii) দূষিত বা বিশুদ্ধ জল

(ঙ) মানবদেহে জলের প্রয়োজন হয় কেন?

(i) রক্ত সঞ্চালনে সাহায্য করতে (ii) পরিপাক ও দেহ গঠনে সাহায্য করতে

(iii) দেহকোশে জলের সমতা বজায় রাখতে (iv) সবকয়টি ক্ষেত্রে

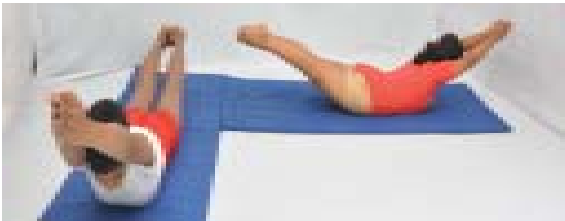
৩। সারণির মধ্যে সম্পর্ক স্থাপন করো।

১ × ৩ = ৩

বামদিক	ডানদিক
(ক) বিশুদ্ধ জল	(i) দৃষ্টিশক্তি
(খ) আলো	(ii) স্বাদহীন
(গ) বিশুদ্ধ বায়ু	(iii) বর্ণ ও গন্ধহীন

৪। নীচের যোগাসনের ভঙ্গিটি শনাক্ত করে যোগাসনটির নাম লেখো এবং যোগাসনটির অনুশীলনের পদ্ধতির পর্যায়গুলি বর্ণনা করো এবং উপকারিতাগুলি তালিকাভুক্ত করো।

১ + ৩ + ২ = ৬



৫। সংক্রামক রোগের কারণগুলি তালিকাভুক্ত করো।

১ × ৩ = ৩

শিক্ষার্থীদেরকে বাড়িতে নিজের বিষয়ভিত্তিক খাতায় এ প্রশ্নগুলোর উত্তর লিখে বিদ্যালয় কর্তৃপক্ষের নির্দেশমতো অভিভাবকদের মাধ্যমে শিক্ষকদের কাছে জমা দিতে হবে। কোনো অবস্থাতেই শিক্ষার্থীরা বিদ্যালয়ে জমা দিতে আসবে না।