

মডেল অ্যাক্টিভিটি টাস্ক — ২০২১

স্বাস্থ্য ও শারীরশিক্ষা

চতুর্থ শ্রেণি

মূল্যবোধের শিক্ষা ও যোগাসন

১। নীচের শব্দবুড়ি থেকে সঠিক শব্দটি খুঁজে নিয়ে শূন্যস্থানটি পূরণ করো।

১ × ১৬ = ১৬

(ক) সাহসিকতা

সাহসের সঙ্গে কোনো কাজে এগিয়ে
গেলে _____ আসবেই আসবে।

(গ) উদ্যম ও পরিশ্রম

উদ্যম ও _____ সাফল্যের জননী।

(ঙ) সংসঙ্গ অভিলাষী

সং শিক্ষার্থীদের সঙ্গে থাকলে
_____ হয়।

(ছ) সাফল্যের ত্যাগ

ত্যাগেই _____ ত্যাগে আছে আনন্দ।

(ঝ) দৃঢ়তা

যে-কোনো কাজ করার _____ নিয়ে
এগিয়ে গেলে সে কাজ অবশ্যই সম্পন্ন হবে।

(ট) বিচারবুদ্ধিসম্পন্ন হওয়া

মানুষের সঙ্গে _____ করে
চিন্তাশক্তি বাড়াতে শেখা।

(ড) শিষ্টাচার

ভদ্রতা, _____ ও শিষ্টাচার দ্বারা
চরিত্র সংশোধন হয়।

(ণ) সহযোগিতা ও সমানুভূতি

সহযোগিতা ও সমানুভূতিসম্পন্ন
_____ চরিত্রবান হবে।

(খ) ভক্তি-শ্রদ্ধা ও বিনয়-নম্রতা

বিনয় ও নম্রতা শিশুকে _____ করে তোলে।

(ঘ) বিবেক

_____ ও অনুভূতিপ্রবণ শিশু নিঃসন্দেহে চরিত্রবান।

(চ) অনুসন্ধিৎসা

অনুসন্ধিৎসার মানসিকতা সাফল্যের মূল _____।

(জ) শালীনতাবোধ

চরিত্রবান হতে হলে _____ রেখে কথা বলতে হয়।

(ঞ) ধৈর্য

ধৈর্যশীলরা কোথাও কোনোদিন _____ হয় না।

(ঠ) আত্মবিশ্বাস

নিজেকে বিশ্বাস ও নিজের প্রতি আস্থা রেখে আদর্শ
_____ হওয়া যায়।

(ঢ) শৃঙ্খলাবোধ

চরিত্রবান শিক্ষার্থীকে অবশ্যই _____ হতে হবে।

(ত) আত্মসংযম

_____ মনের মধ্যে একাগ্রতা আনে।

শব্দবুড়ি

সাফল্য, মহান, পরিশ্রম, বিবেকবান, সদমনোভাবাপন্ন, চাবিকাঠি, ভদ্রতা, দৃঢ়তা, পরাজিত, মেলামেশা, মানুষ, শিশু, মহত্ব, শৃঙ্খলাপরায়ণ, আত্মসংযম, নম্রতা

২। নীচের যোগাসনের ভঙ্গিগুলি শনাক্ত করে ছবির নীচে ফাঁকা ঘরে যোগাসনটির নাম লেখো।

৩ × ৩ = ৯

(ক)



(ক)

(খ)



(খ)

(গ) তুমি যে আসনটি সবচেয়ে ভালো অনুশীলন করতে পারো সে আসনটির নাম লেখো।

ছাত্রছাত্রীদেরকে 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।