

মডেল অ্যাক্টিভিটি টাস্ক — জানুয়ারি-২০২২

স্বাস্থ্য ও শারীরশিক্ষা

অষ্টম শ্রেণি

পূর্ণমান - ২০

শারীরশিক্ষার মৌলিক ধারণা

১। সঠিক উত্তরটি নির্বাচন করে শূন্যস্থান পূরণ করো :

১ × ৬ = ৬

(ক) শারীরশিক্ষার লক্ষ্য হল ব্যক্তিসত্তার _____।

- (i) কর্মসূচি (ii) ক্রিয়াকৌশল (iii) উন্নতি (iv) পূর্ণবিকাশ

(খ) শারীরশিক্ষা হল শিক্ষার সেই অংশ, যা শারীরিক ক্রিয়াকৌশলের মাধ্যমে সংগঠিত হয় এবং যার ফলে ব্যক্তির _____ গড়ে ওঠে।

- (i) ব্যক্তিত্ব (ii) শৈশব (iii) আচরণবিধি (iv) শৃঙ্খলা

(গ) শারীরশিক্ষার অবদান সমাজ জীবনে _____।

- (i) অবহেলিত (ii) গৌণ (iii) স্বাভাবিক (iv) অনস্বীকার্য

(ঘ) শারীরশিক্ষার জৈবিক প্রয়োজনীয়তা হল _____।

- (i) সুস্থ শারীরিক বৃদ্ধি ও বিকাশ (ii) মানসিক বিকাশ
(iii) অভ্যাস গঠন (iv) আন্তর্জাতিক বোঝাপড়া

(ঙ) স্বাস্থ্য সম্পর্কিত শারীরিক সক্ষমতার উপাদানটি হল _____।

- (i) নমনীয়তা (ii) গতি (iii) ক্ষিপ্ততা (iv) ভারসাম্য

(চ) দক্ষতা সম্পর্কিত শারীরিক সক্ষমতার উপাদানটি হলো _____।

- (i) সমন্বয় সাধন (ii) দেহ উপাদান (iii) নমনীয়তা (iv) পেশি সহনশীলতা

২। বাম-স্তম্ভের সঙ্গে ডান-স্তম্ভের সমতাবিধান করো।

১ × ৪ = ৪

বাম স্তম্ভ	ডান স্তম্ভ
(ক) গতি	(i) অস্থিসন্ধি সঞ্চারন ক্ষমতা
(খ) প্রতিক্রিয়া সময়	(ii) শাটল রান
(গ) নমনীয়তা	(iii) ন্যূনতম সময়ে অতিক্রান্ত দূরত্ব
(ঘ) ক্ষিপ্ততা	(iv) নির্দেশ ও কাজ শুরুর মধ্যবর্তী সময়

৩। রচনাধর্মী প্রশ্নের উত্তর দাও :

৫ × ২ = ১০

(ক) আধুনিক জীবনে শারীরশিক্ষার প্রয়োজনীয়তা ব্যক্ত করো।

(খ) ১৯১১ সালের ঐতিহাসিক আই এফ এ শিল্ড ফাইনাল খেলা সম্বন্ধে তুমি যা জানো লেখো।

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।