

মডেল অ্যাক্টিভিটি টাস্ক — ২০২১

স্বাস্থ্য ও শারীরশিক্ষা ষষ্ঠ শ্রেণি

স্বাস্থ্য শিক্ষা ও যোগাসন

১। শূন্যস্থান পূরণ করো :

১ × ৪ = ৪

- (ক) স্বাস্থ্য অমূল্য _____ ।
(খ) মধুমেহ _____ ব্যাধি।
(গ) বিশুদ্ধ বায়ু বর্ণ ও _____ হীন হবে।
(ঘ) _____ একপ্রকার সংক্রামক রোগ।

২। নিম্নের ফাঁকা ছকটি পূরণ করো :

২ × ৩ = ৬

ইন্দ্রিয়ের যন্ত্র	ইন্দ্রিয়ের যন্ত্রের নিয়মগুলি বর্ণনা করো	
	কী করবে	কী করবে না
চোখ		
ত্বক		
দাঁত		

৩। নীচের তালিকায় কোনটি সু-অভ্যাস এবং কোনটি কু-অভ্যাস তা লেখো :

$\frac{2}{2} \times 10 = 5$

- (ক) ভোরে ঘুম থেকে ওঠা
(খ) নিয়মিত দাঁত মাজা
(গ) দৈহিক পরিষ্কার-পরিচ্ছন্নতার অভ্যাস
(ঘ) নিয়মিত ব্যায়াম করা
(ঙ) মিথ্যা কথা বলা
(চ) নিয়মিত ফাস্টফুড খাওয়া
(ছ) যত্রতত্র থুথু ফেলা
(জ) হাতে থুথু দিয়ে বই-এর পাতা ওলটানো
(ঝ) দাঁত দিয়ে নখ কাটা
(ঞ) খেলাধুলা করা।

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

১ × ২ = ২



৫। নিজের মতো করে লেখো :

৪ × ২ = ৮

- (ক) সু-অভ্যাস গঠনের নিয়মগুলি লেখো।
(খ) অসংক্রামক রোগের কারণগুলি তালিকাভুক্ত করো।

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।