

মডেল অ্যাক্টিভিটি টাস্ক ২০২১

স্বাস্থ্য ও শারীরশিক্ষা ষষ্ঠ শ্রেণি

তৃতীয় অধ্যায় : স্বাস্থ্য শিক্ষা

১। সঠিক উত্তরটি বেছে নিয়ে লেখো —

(ক) সু-অভ্যাস গড়ে তোলার জন্য প্রধানত কী গুণাবলি থাকা দরকার?

- (১) স্কুলের শাসন
- (২) রোগভোগ
- (৩) দৃঢ় মানসিক প্রত্যয়
- (৪) অভিভাবকের শাসন

(খ) একজন শিক্ষার্থীকে প্রতিদিন কতটা পরিমাণ জল পান করতে হবে?

- (১) ১ লিটার
- (২) ২.৫ — ৩ লিটার
- (৩) ৩ — ৫ লিটার
- (৪) ৪ — ৫ লিটার

(গ) স্বাস্থ্য কী?

- (১) কেবলমাত্র শারীরিক সুস্থতা
- (২) কেবলমাত্র মানসিক সুস্থতা
- (৩) কেবলমাত্র সামাজিক সুস্থতা
- (৪) পরিপূর্ণ জীবনের উপযোগী শারীরিক, মানসিক ও সামাজিক সুস্থতার সমন্বয়

(ঘ) মাস্ক ব্যবহারের সুফল কী?

- (১) শ্বাস-প্রশ্বাসের মাধ্যমে রোগ সংক্রামিত হতে পারে না
- (২) রোগীর দেহ থেকে রোগ ছড়ায় না
- (৩) শ্বাসপ্রশ্বাস ও ড্রপলেটের মাধ্যমে রোগ ছড়ায় না
- (৪) করোনায় আক্রান্ত রোগী পুনরায় রোগ সংক্রমণ থেকে বাঁচতে পারে

(ঙ) করোনা _____ রোগ।

- (১) ভাইরাস দ্বারা সংক্রামক রোগ
- (২) অসংক্রামক রোগ
- (৩) বংশগত রোগ
- (৪) মশাবাহিত রোগ

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

২। সারণির মধ্যে সমতাবিধান করো :

বামদিকের	ডানদিকের
(ক) হৃদরোগ	(i) জ্বর সর্দি-কাশি ও শ্বাসকষ্ট
(খ) আন্দ্রিক	(ii) শরীরচর্চার অভাব, গতিহীনতা ও ফাস্টফুড খাওয়া প্রভৃতি
(গ) কোভিড ১৯	(iii) জলবাহিত রোগ
(ঘ) অসংক্রামক রোগের কারণ	(iv) অসংক্রামক রোগ

৩। নিজের মতো করে লেখো :

(ক) নভেল করোনা ভাইরাসের উপসর্গগুলি লেখো।

(খ) নভেল করোনা ভাইরাস রোগ প্রতিরোধ আমাদের কী কী পদক্ষেপ গ্রহণ করতে হবে?

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