মডেল অ্যাক্টিভিটি টাস্ক

ষষ্ঠ শ্রেণি

স্বাস্থ্য ও শারীরশিক্ষা

পূর্ণমান : ২০

প্রাথমিক চিকিৎসা

১। বহুর মধ্যে থেকে সঠিক উত্তরটি নির্বাচন করে শূন্যস্থান পূরণ করো : **১×৮=৮**

(ক) মানবদেহের কোন অঙ্গ সচল থাকলে সাধারণত হিট স্ট্রোক হয় না?

(i) কিডনি (ii) হার্ট (iii) লিভার (iv) ব্রেনের তাপনিয়ন্ত্রক কেন্দ্র

(খ) শিশুদের রোদে বাড়ির বাইরে বেরোনোর আগে কী করতে হবে?

(i) পর্যাপ্ত পরিমাণে তেল মশলা খেতে হবে (ii) জল খাওয়া থেকে বিরত থাকতে হবে

(iii) পর্যাপ্ত পরিমাণে পানীয় জল খেতে হবে (iv) মধু খেতে হবে

(গ) শিশুদের কোন ধরনের খাবার খেতে হবে?

(i) জাঙ্কফুড (ii) ফাস্টফুড (iii) সহজপাচ্য খাবার (iv) অতিরিক্ত তেলমশলা যুক্ত খাবার

(ঘ) রোদে শরীরের তাপমাত্রা বেড়ে গেলে কী করতে হবে?

(i) বরফ বা ঠাণ্ডা বাতাসের সাহায্যে শরীরের তাপমাত্রা কমাতে হবে

(ii) রোগীর জ্ঞান হারালে কৃত্রিম শ্বাসপ্রক্রিয়া চালু করতে হবে

(iii) দ্রুত স্থানীয় চিকিৎসকের কাছে পাঠাতে হবে

(iv) উপরের সবকটি

(ঙ) হিট স্ট্রোকে আক্রান্ত ব্যক্তিকে কী অবস্থায় রাখতে হবে?

(i) চেয়ারে বসিয়ে রাখতে হবে (ii) অর্ধ শুইয়ে রাখতে হবে

(iii) শুইয়ে রাখতে হবে (iv) দুটি পা ৮ থেকে ১২ ইঞ্চি বালিশের সাহায্যে উঁচু করে তুলে রাখতে হবে এবং পোষাক হালকা ঢিলেঢালা করে দিতে হবে।

(চ) প্রাথমিক প্রতিবিধানের লক্ষ্যগুলি কী কী?

(i) অসুস্থ ব্যক্তির জীবনরক্ষা করা

(ii) অসুস্থ ব্যক্তির আরোগ্য ত্বরান্বিত করা

(iii) অবস্থার ক্রমোন্নতিতে জরুরিকালীন পরিষেবা প্রস্তুত করা

(iv) উপরের সব কয়টি ক্ষেত্র

(ছ) ফুটবল খেলার সময় কাঁটা ছেঁড়া ছাড়া পেশি বা হাড়ের আঘাতের ক্ষেত্রে কী ব্যবহার করতে হবে ব্যাথার সাময়িক উপশমে।

(i) তরল জীবাণুনাশক (ii) মারকিউরোক্রোম সলিউশন (iii) শীতলকারক স্প্রে (iv) লিউকোপ্লাস্ট

(জ) রোদের সময় বাড়ীর বাইরে বেরোতে হলে কী ধরনের পোশাক পরিধান করতে হবে এবং কী কী জিনিস সঙ্গে নিয়ে যেতে হবে?

(i) ছাতা, টুপি, রুমাল, ওড়না, টর্চলাইট

(ii) টেরিকটের পোশাক, হাত পাখা, রুমাল

(iii) সারাদেহ ঢাকা সুতির পোশাক, রুমাল, পানীয় জলের বোতল ও ছাতা

(iv) উপরের সব কটি

২। রচনাধর্মী যেকোনো দুইটি প্রশ্নের উত্তর দাও : **৬×২=১২**

(i) হিটস্ট্রোক সম্বন্ধে যা জানো লেখো।

(ii) প্রাথমিক প্রতিবিধানের সুবর্ণ নিয়মগুলি (Golden Rules) লেখো।

(iii) প্রাথমিক চিকিৎসায় ব্যবহৃত উপাদানগুলির নাম 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।