বিশেষ অনুশীলন -২(২০২০)
শ্রেণি-দশম

সময় ঃ ১ ঘণ্টা ১৫ মিনিট **বিষয় ঃ গার্হস্থ্য বিজ্ঞান (অধ্যায়ঃ৫ম,৯ম,১২তম,১৮তম)** **পূর্ণমান ঃ ৫০**

বহুনির্বাচনী প্রশ্ন (৩০ মিনিট)

১। শিশু খুব ধীরে ধীরে বেড়ে ওঠে কোন রোগের কারণে?
ক) ডাউন সিনড্রোম খ) মাইক্রোসেফালি
গ) হাইড্রোসেফালি ঘ) ক্রিটিনিজম

২। সাধারণত কয়টি কারণে শিশু প্রতিবন্ধী হয়?
ক) ২টি খ) ৩টি গ) ৪টি ঘ) ৫টি

৩। তালির কাপড় ছেঁড়া অংশ অপেক্ষা কেমন হবে?
ক) ছোট খ) মসৃন
গ) শক্ত ঘ) বড়

৪। কীসের মাধ্যমে কক্ষের গঠনগত ত্রুটি ঢেকে রাখা যায়?
ক) পর্দা খ) আসবাব
গ) রং ঘ) বিছানা

৫। আসবাবপত্রের ব্যবহারিক দিক বিবেচনা করতে হবে কী কারণে?
ক) চলাচলের সুবিধার্থে খ) সজ্জার সুবিধার্থে
গ) বিন্যাসের সুবিধার্থে ঘ) নতুনত্ব আনয়নে

৬। কচি ডাবের পানি কোন ধরনের রোগীর জন্য উপকারী?
ক) ডায়াবেটিস খ) হৃদরোগ
গ) কিডনী সমস্যা ঘ) উচ্চ রক্তচাপ

৭। কত বছরের পরে সন্তান জন্ম দিলে সন্তান প্রতিবন্ধী হওয়ার আশঙ্কা থাকে?
ক) ৩০ বছর খ) ৩২ বছর
গ) ৩৫ বছর ঘ) ৪০ বছর

৮। আসবাব নির্বাচনে প্রথম বিবেচ্য বিষয় কোনটি?
ক) পরিবারের আয় খ) উপযোগীতা
গ) স্থায়িত্ব ঘ) প্রয়োজনীয়তা

৯। ফুল বেশিক্ষণ তাজা থাকে–
i) পড়ন্ত বেলায় ফুল কাটলে
ii) ভোরে ডাল ছাড়া ফুল কাটলে
iii) ফুলদানির পানিতে চিনি মেশালে
নিচের কোনটি সঠিক?
ক) i ও iii খ) i ও ii
গ) ii ও iii ঘ) i, ii ও iii

১০। শুষ্ক ধৌতে ব্যবহারের জন্য জামিল তার লন্ড্রিতে তরল পদার্থ ব্যবহার করে। উক্ত তরল পদার্থ নিচের যেটিকে নির্দেশ করে–
i) ভিনিগার ii) বেনজল iii) পেট্রোল
নিচের কোনটি সঠিক?
ক) i খ) i ও ii গ) i ও iii ঘ) ii ও iii

১১। মা ও সন্তানের Rh উপাদানের মধ্যে মিল না থাকলে কোনটি হয়?
ক) শিশুর মাথা বড় খ) শিশুর তালুকাটা
গ) ক্রিটিনিজম ঘ) মৃত শিশু

১২। কাপড়ের কাঠিন্য ও ঔজ্জ্বল্য সৃষ্টিতে কোনটি ব্যবহার করা হয়?
ক) স্টার্চ খ) ভিনেগার গ) বোরাক্স ঘ) অ্যামোনিয়া

১৩। কোন রোগটি হলে নোনা ইলিশ খাওয়া বাদ দিতে হবে?
ক) উচ্চ রক্তচাপ খ) জন্ডিস
গ) ডায়াবেটিস ঘ) হৃদরোগ

১৪। মায়ের গর্ভাবস্থায় প্রথম কত মাসের মধ্যে জার্মান হাম হলে গর্ভস্থ্য শিশুর ওপর ক্ষতিকর প্রভাব পড়ে?
ক) ২ মাস খ) ৩ মাস গ) ৪ মাস ঘ) ৫ মাস

≠ নিচের উদ্দীপকটি পড়ে ১৫, ১৬ ও ১৭নং প্রশ্নের উত্তর দাওঃ
অপলা জন্মের পর থেকে বুদ্ধি প্রতিবন্ধীতার শিকার। সে অন্য শিশু থেকে আলাদা। তাকে বিশেষ স্কুলে ভর্তি করানো হয়েছে।

১৫। বুদ্ধি প্রতিবন্ধীতার ক্ষেত্রে কোন তথ্যটি সঠিক?
ক) এটি নিরাময়যোগ্য নয় খ) এটি সংক্রামক
গ) এটি মানসিক রোগ ঘ) এটি বংশগত সমস্যা

১৬। অপলার আচরণের উন্নয়নের জন্য যা প্রয়োজন -
(i) বিশেষ শিক্ষা (ii) মানসিক চিকিৎসা
(iii) বিশেষ যত্ন
নিচের কোনটি সঠিক?
ক) i ও ii খ) i ও iii গ) ii ও iii ঘ) i,ii ও iii

১৭ । নিম্নের কোন বৈশিষ্ট্যগুলো অপলাকে অন্যদের থেকে আলাদা করে-
i) বিভিন্ন বিকাশ বয়সের তুলনায় কম
ii) সুক্ষ্ম কোন কাজ করতে পারে না
iii) ঘন ঘন খিঁচুনি হয়
নিচের কোনটি সঠিক?
ক) i ও ii খ) i ও iii গ) ii ও iii ঘ) i,ii ও iii

১৮। কোন ধরনের আত্মীয়ের সাথে বিবাহ হলে শিশু প্রতিবন্ধী হতে পারে?
ক) ক্লাসমেট খ) বেয়াইন
গ) চাচাতো ভাইবোন ঘ) প্রতিবেশী

১৯। শিশুর ডাউন সিড্রোম হলে যে লক্ষণ দেখা যায়-
i) তীর্যক চোখ ii) গোলাকার মুখোমন্ডল
iii) হাত, পা ও ঘাড় খাটো
নিচের কোনটি সঠিক?
ক) i ও ii খ) i ও iii গ) ii ও iii ঘ) i,ii ও iii

২০। মিজান সাহেব হৃদরোগে আক্রান্ত হওয়ায় ডাক্তার তাকে খাবার গ্রহণে সীমাবদ্ধতা দিয়েছেন। এক্ষেত্রে কোন খাবারগুলো তার জন্য উপযোগী?
ক) মাখন,ঘি,কলিজা খ) লাল চাল,জাম্বুরা,কমলা
গ) সবুজ শাক,সয়াসস,ডিম ঘ) ছানা,চিকন চাল,গুড়

২১। জামান সাহেব ইনসুলিনের অভাবজনিত রোগে আক্রান্ত হয়েছেন। তার জন্য যে ধরনের খাবার নির্বাচন করতে হবে-
ক) মূল জাতীয় খ) আঁশ জাতীয়
গ) মিষ্টি জাতীয় ঘ) কন্দ জাতীয়

২২। আমাদের দেশে সাধারণত কোন রঙের পর্দা উপযুক্ত?
ক) উষ্ণ খ) উজ্জ্বল গ) গাঢ় ঘ) হালকা

২৩। তেজস্ক্রিয় পদার্থ গর্ভস্থ ভ্রূণের কোন তন্ত্রকে ক্ষতিগ্রস্থ করে?

ক) পরিপাকতন্ত্র খ) প্রজননতন্ত্র গ) শ্বাসতন্ত্র ঘ) নার্ভতন্ত্র

২৪। কোনটির ক্ষেত্রে গুরুতর বুদ্ধি প্রতিবন্ধিতা দেখা যায়?

ক) মাইক্রোসেফালি খ) স্পাইনা বিফিটা

গ) সেরেব্রাল পলসি ঘ) মুগুর পা

নিচের উদ্দীপকটি পড়ে ২৫ ও ২৬ নং প্রশ্নের উত্তর দাওঃ

মিতু তাদের ঘরের অপ্রয়োজনীয় সামগ্রী যেমনঃ ডিমের খোসা, শক্ত কাগজ, টিস্যু বক্স ইত্যাদি দিয়ে বিভিন্ন সজ্জাসামগ্রী তৈরি করে ঘরে সাজিয়ে রাখে।

২৫। মিতু তার কৌতুহলী মানসিকতার দ্বারা-

i) ব্যক্তিত্ব প্রকাশ করতে পারে
ii) গৃহকে আকর্ষণীয় করতে পারে
iii) অব্যবহৃত সামগ্রীকে ব্যবহার উপযোগী করতে পারে

নিচের কোনটি সঠিক?

ক) iও ii খ) iও iii গ) iiও iii ঘ) i,iiও iii

২৬। উক্ত কাজের মাধ্যমে মিতুর মধ্যে ফুটে উঠে-

ক) অভিযোজ্যতা খ) অধ্যবসায়

গ) ব্যক্তিত্ব ঘ) সৃজনশীলতা

২৭। কাপড়ে লেগে যাওয়া অতিরিক্ত নীল দূর করতে কী ব্যবহার করা হয়?

ক) তুষের জল খ) স্টার্চ গ) ভিনিগার ঘ) রিঠা

২৮। সামাজিকতা রক্ষার কেন্দ্রস্থল কোনটি?

ক) লিভিং রুম খ) বসার ঘর গ) অতিথি ঘর ঘ) পড়ার ঘর

২৯। গৃহের অবস্থান কোন দিকে হলে ভালো হয়?

ক) দক্ষিণ অথবা পূর্বমুখী খ) পশ্চিম অথবা পূর্বমুখী

গ) উত্তর অথবা দক্ষিণমুখী ঘ) পূর্ব অথবা উত্তরমুখী

৩০। ডায়াবেটিস নিয়ন্ত্রণে কয়টি নিয়ম মানতে হয়?

ক) দুইটি খ) তিনটি গ) চারটি ঘ) পাঁচটি

সৃজনশীল প্রশ্ন (৪৫মিনিট)

১। মোশাররফ সাহেব ঢাকায় স্বল্প বেতনের সরকারী চাকরি করেন। বাবা,মা,ভাই এবং ছোট বোনকে সাথে রাখার জন্য সম্প্রতি তিনি বাসা ভাড়া নিয়েছেন।প্রয়োজনীয় কিছু আসবাবপত্র কেনার পরিকল্পনাও তিনি করেছেন।এ ব্যাপারে অভিজ্ঞ সহকর্মী সাদেক সাহেব তাকে সহযোগিতা করছেন।

ক) সামঞ্জস্য কাকে বলে? ১

খ) আমাদের দেশের আবহাওয়া অনুযায়ী কেমন পর্দা উপযোগী? ব্যাখ্যা কর। ২

গ) আসবাবপত্র কেনার ব্যাপারে মোশাররফ সাহেবের কী কী বিষয় বিবেচনা করা উচিত?ব্যাখ্যা কর। ৩

ঘ) ক্রয়কৃত আসবাবপত্র বিন্যাসে কী কী বিষয় লক্ষ্য রাখলে মোশাররফ সাহেবের বাসস্থানটি আকর্ষণীয় হয়ে উঠতে পারে? বিশ্লেষণ কর। ৪

২। জামান সাহেবের বয়স পঞ্চাশ বছর।তিনি একই সাথে ডায়াবেটিস, হৃদরোগ ও উচ্চ রক্তচাপে ভুগছেন।ডাক্তার তার ব্যবস্থাপত্রে কিছু ঔষধ দিয়েছেন,পাশপাশি ক্ষতিকর কিছু খাদ্য খেতে নিষেধ করেছেন।ডাক্তার সাহেব আরো বলেছেন নিয়ন্ত্রিত জীবনযাপনই আমাদের রোগমুক্ত রাখতে পারে।

ক) সুস্থ থাকার জন্য প্রতিদিন কত ঘণ্টা ঘুমের প্রয়োজন? ১

খ) স্বাস্থ্যকর খাদ্যাভ্যাস গঠন করা বলতে কী বুঝায়?ব্যাখ্যা কর। ২

গ) জামান সাহেব কীভাবে তার রোগগুলো নিয়ন্ত্রণে রাখবেন? আলোচনা কর। ৩

ঘ) নিয়মতান্ত্রিক জীবনযাপনই জামান সাহেবকে রোগমুক্ত রাখতে পারে।–উক্তিটির পক্ষে যুক্তি বিশ্লেষণ কর। ৪