গার্হস্থ্য বিজ্ঞান

বিষয় কোড: | ১ | ৫ | ১ |

সময় — ২ ঘণ্টা ২০ মিনিট পূর্ণমান — ৬০

[দ্রষ্টব্য : ডান পাশের সংখ্যা প্রশ্নের পূর্ণমান জ্ঞাপক। প্রদত্ত উদ্দীপকগুলো মনোযোগসহকারে পড় এবং সংশ্লিষ্ট প্রশ্নগুলোর উত্তর দাও। যে কোনো ছয়টি প্রশ্নের উত্তর দিতে হবে।]

১.▶ $২\frac{১}{২}$ বছরের শিশু টুনা, তার মা শারিয়া তাকে সারাক্ষণ ডিম, কলা, খিচুড়ি ইত্যাদি খাওয়াতে থাকে। বয়সানুপাতে তার ওজন অনেক বেড়ে গেছে। এর ফলে বিভিন্ন ধরনের অসংক্রামক রোগ হওয়ার আশঙ্কা রয়েছে।

ক. মেনু পরিকল্পনার প্রধান বিবেচ্য বিষয় কয়টি? ১

খ. স্বল্প ওজনের কুফলগুলো কী কী? ২

গ. শারিয়ার ছেলেটির সমস্যার কারণ ব্যাখ্যা কর। ৩

ঘ. কী ধরনের খাদ্যাভ্যাস শারিয়ার ছেলের স্বাস্থ্যোপযোগী উদ্দীপক ও পাঠ্যবইয়ের আলোকে বিশ্লেষণ কর। ৪

২.▶ শাহানার সীমিত আয়। কিছুদিন যাবৎ সে স্বল্প পরিশ্রমেই হাঁপিয়ে উঠছে। তার গায়ের রং ও নখ ফ্যাকাশে হয়ে গেছে। তার মা দেখে বললেন যে তাকে বেশি পরিমাণে কলিজা ও শাকসবজি খেতে হবে।

ক. ক্যালসিয়ামের অভাবে বড়দের কোন রোগ দেখা দেয়? ১

খ. আয়োডিন আমাদের দেহে কী ধরনের কাজ করে? ২

গ. শাহানার দেহে কীসের অভাব দেখা দিয়েছে— বর্ণনা কর। ৩

ঘ. শাহানার শারীরিক সমস্যা দূর করার উপায় বিশ্লেষণ কর। ৪

Teachingbd.com

৩.▶ শিপা মধ্যবিত্ত পরিবারের গৃহিণী। পরিবারের জন্য বাজার করার কাজটি তিনিই করেন। তিনি সব সময় বাজেটের মধ্যে থেকে খাদ্যদ্রব্য ক্রয় করেন। দরদাম করা ছাড়া তিনি কোনো ধরনের খাদ্যবস্তু কিনেন না।

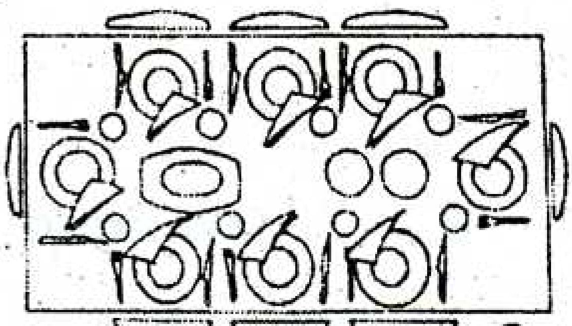
ক. Fermetation অর্থ কী? ১

খ. খাদ্যে ক্ষতিকর রাসায়নিক পদার্থ ব্যবহার করা হয় কেন? ব্যাখ্যা কর। ২

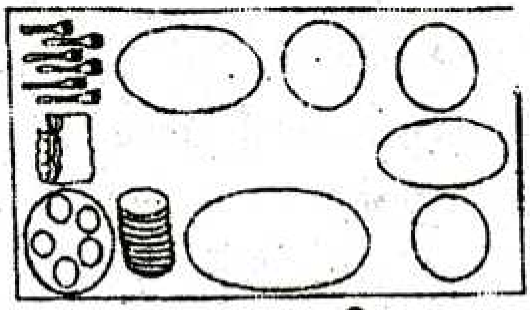
গ. শিপা খাদ্যদ্রব্য ক্রয়ে কোন সতর্কতা অবলম্বন করেছেন? আলোচনা কর। ৩

ঘ. শিপার কর্মকাণ্ড পুরোপুরি সমর্থনযোগ্য নয়— বিশ্লেষণ কর। ৪

৪.▶



১নং চিত্র



২নং চিত্র

http://teachingbd.com

ক. মুড়িকে চকচকে সাদা করার জন্য কোন রাসায়নিক পদার্থ ব্যবহার করা হয়? ১

খ. উৎসব অনুযায়ী খাদ্য নির্বাচন ভিন্ন হয় কেন? ২

গ. ১নং চিত্রের পরিবেশন পদ্ধতিটি কোন ধরনের ব্যাখ্যা কর। ৩

ঘ. ১নং ও ২নং চিত্রের উভয় পরিবেশন পদ্ধতি কী অল্প জায়গায় বেশি লোক খাওয়ানোর জন্য উপযোগী? তোমার মতামত ব্যাখ্যা কর। ৪

৫. ▶ রিমি ও ঝিমি ৮ম শ্রেণিতে পড়ে। যেকোনো বিষয়ে তারা একসাথে আলোচনা করে। একদিন রান্না বিষয়ে আলোচনা করতে গিয়ে রিমি বলল, ভোজ্যদ্রব্য প্রস্তুতে রন্ধন সবচেয়ে গুরুত্বপূর্ণ। তার কথা শুনে ঝিমি আবার বলল, প্রযুক্তির উন্নয়নের সাথে আবিষ্কৃত হয়েছে রান্নার বিভিন্ন ধরনের পদ্ধতি।

ক. রান্নাঘরে সাধারণত কত ধরনের দুর্ঘটনা ঘটে? ১

খ. কর্তনজনিত দুর্ঘটনা বলতে কী বোঝায়? ২

গ. উদ্দীপকে রিমির বক্তব্যটি ব্যাখ্যা কর। ৩

ঘ. উল্লিখিত ঝিমির বক্তব্যের সাথে তুমি কি একমত? সপক্ষে বিশ্লেষণ কর। ৪

৬. ▶ নলিনী টেক্সটাইল ইঞ্জিনিয়ার। তিনি প্রাকৃতিক লম্বা তন্তু দিয়ে কাপড় তৈরি করেন। এই তন্তুর তৈরি সুতায় ছোট আঁশ না থাকায় ঝামেলা কম হয় এবং এই তন্তুর তৈরি বস্ত্র মসৃণ ও উজ্জ্বল দেখায়।

ক. সুতা কীসের মূল উপকরণ? ১

খ. সুতাকে বেশি মোচড়ালে কী হবে? ব্যাখ্যা কর। ২

গ. উদ্দীপকে বর্ণিত তন্তুর ক্ষেত্রে কোন ধাপটি আলাদা হবে? ব্যাখ্যা কর। ৩

ঘ. নলিনীর তৈরি কাপড় মসৃণ ও উজ্জ্বল প্রকৃতির হয়— বিশ্লেষণ কর। ৪

৭. ▶ তমা রোজ তার বাবার হাত ধরে স্কুলে যায়। তার বাবা একজন পুলিশ অফিসার। সে লক্ষ করে সবাই তার বাবাকে বেশ সম্মান করে এবং সালাম দেয়। তমা বুঝতে না পেরে একদিন তার মায়ের কাছে জানতে চায় এবং মা তাকে তার বাবার পরিধেয় পোশাক এনে দেখিয়ে তাকে বোঝায়।

Teachingbd.com

ক. ফনেক কী? ১

খ. কৃষ্টি ও জাতীয়তা পরিবারের সদস্যদের পোশাক নির্বাচনে কীরূপ প্রভাব ফেলে? ২

গ. উদ্দীপকের ঘটনায় পোশাক নির্বাচনের কোন বিবেচ্য বিষয়টি পরিলক্ষিত হয়? ব্যাখ্যা কর। ৩

ঘ. তমার পিতার সম্মান পাওয়ার পেছনে তার পরিধেয় বস্ত্রের ভূমিকা আলোচনা কর। ৪

৮.▶তুলি ঈদের জন্য একটি জামা কিনল। কিন্তু তুলির জামার নকশাগুলো পুরাতন মডেলের হওয়ায় কেউ পছন্দ করল না। তুলি জামাটি পরতে গিয়ে দেখল জামাটি তার অনেক বড় হয় এবং জামার মডেলটা অনেক পুরাতন।

ক. ওভার লকিং সেলাই দিতে হয় কেন? ১

খ. কেন নির্দিষ্ট বাজেটে পোশাক কিনতে হবে? ২

গ. তুলির জামার বৈশিষ্ট্য পাঠ্যবইয়ের আলোকে চিহ্নিত কর। ৩

ঘ. তুলির জামাটি তুলির জন্য উপযুক্ত কিনা বিশ্লেষণ কর। ৪

৯.▶মাহ্পারা একজন মহিলা দর্জি। তিনি কাপড় সেলাইয়ের পাশাপাশি আশপাশের মহিলাদেরকেও সেলাই শেখান, তিনি প্রত্যেকটি প্রশিক্ষণ ক্লাসের শুরুতে শিক্ষার্থীদের দেহের মাপ নেওয়ার পদ্ধতি ভালোভাবে শেখান। কেননা মাহ্পারা মনে করেন, মানানসই ফিটিং পোশাক তৈরির পূর্বশর্ত হলো পরিধানকারীর দেহের সঠিক মাপ নেওয়া।

ক. ঝুল কী? ১

খ. পোশাক তৈরিতে কাপড়ের ধার সোজা করার গুরুত্ব লেখ। ২

গ. উদ্দীপকে শিক্ষার্থীদের দৈহিক মাপ নেওয়ার ক্ষেত্রে প্রধান বিবেচ্য বিষয়গুলো কী কী? ৩

ঘ. মাহ্পারার মন্তব্যের সাথে তুমি কি একমত? উত্তরের সপক্ষে যুক্তি দাও। ৪

Teachingbd.com

গার্হস্থ্য বিজ্ঞান: বহুনির্বাচনি অভীক্ষা

সময় — ৪০ মিনিট পূর্ণমান — ৪০ বিষয় কোড: ১ ৫ ১

[বি: দ্র: সরবরাহকৃত উত্তরপত্রে বহুনির্বাচনি প্রশ্নের ক্রমিক নম্বরের বিপরীতে প্রদত্ত বর্ণসমূহ হতে সঠিক উত্তরের বর্ণটিতে টিক (√) চিহ্ন দাও। প্রতিটি প্রশ্নের মান-১।]

১. জন্মের পূর্ববর্তী পুষ্টি বলতে বুঝি—
ক শিশুর পুষ্টি খ মাতৃগর্ভে পুষ্টি
গ মায়ের পুষ্টি ঘ ভূমিষ্টের পরের পুষ্টি

২. ৩ চা চামচ সমান কত গ্রাম?
ক ৫ গ্রাম খ ১০ গ্রাম
গ ১৫ গ্রাম ঘ ২০ গ্রাম

৩. ১১ থেকে ১৫ বছরের শিশুদের দিনে কতবার প্রাণিজ প্রোটিন গ্রহণ করতে হবে?
ক একবার খ দুইবার
গ তিনবার ঘ পাঁচবার

৪. শিশুর ওজন বাড়াবার জন্য পর্যাপ্ত আহারের পাশাপাশি কোনগুলো প্রয়োজন?
i. পর্যাপ্ত ঘুম ও বিশ্রাম ii. নিয়মতান্ত্রিক জীবন যাপন
iii. নিয়মিত খেলাধুলা
নিচের কোনটি সঠিক?
ক i ও iii খ i ও iii
গ ii ও iii ঘ i, ii ও iii

৫. কয়েকটি তন্তুকে একত্রীকরণ ও মোচরানোকে বলা হয়—
ক রিলিং খ নিটিং
গ কার্ডিং ঘ থ্রোয়িং

৬. মূল তন্তুর কি ভেদে সুতা কাটার সময় মোচড়ের পরিমাণ ভিন্ন হয়ে থাকে?
ক দৈর্ঘ্য ও গুণাগুণ খ শক্ত ও মজবুত
গ উপকরণ ও পরিমাণ ঘ মসৃণ ও শক্ত

৭. কোন ধরনের কাপড়ের উপরিভাগ রং করা ও ছাপার জন্য বিশেষভাবে উপযোগী?
ক টুইল বুননের কাপড় খ সাটিন বুননের কাপড়
গ সাদাসিধে বুননের কাপড়
ঘ স্যাটিন বুননের কাপড়

৮. ফ্ল্যাক্স সুতার ক্ষেত্রে কম্বিং এর অনুরূপ কোন প্রক্রিয়াটি প্রয়োগ করা হয়?
ক কার্ডিং খ রিলিং
গ স্লাইডার ঘ হেকলিং

৯. আয় কম হলে কিসের মাধ্যমে সময় উপযোগী পোশাক নির্বাচন করে প্রশংসা পাওয়া যায়?
ক টাকা বেশি খরচ করে
খ বুদ্ধিমত্তার সাথে গ ডিজাইন কম দিয়ে
ঘ সবাইকে কাপড় না কিনে দিয়ে

নিচের উদ্দীপকটি পড় ১০ ও ১১ নং প্রশ্নের উত্তর দাও।
সীমার অফিস বাসা থেকে অনেক দূরে হওয়ায় পোশাকের কাপড় নির্বাচনে জর্জেটকে প্রাধান্য দেয়। কিন্তু গ্রীষ্ম ঋতুতে লিনেন তন্তু বেছে নেন।

১০. সীমার গ্রীষ্মকালে নির্দিষ্ট তন্তুর কাপড় বেছে নেওয়ার কারণ—
ক দামে সস্তা খ তাপ শোষণ ক্ষমতা
গ দীর্ঘদিন ব্যবহারের অনুপযোগী
ঘ সহজে তাপ চলাচল করে

১১. সীমার প্রাধান্য দেওয়া কাপড়টি—
i. ধোওয়া ও শুকানো সহজ
ii. ইস্ত্রি ছাড়াও পরা যায় iii. তাপ সুপরিবাহী
নিচের কোনটি সঠিক?
ক i ও ii খ i ও iii
গ i, ii ও iii ঘ ii ও iii

১২. 'ফনেক' কারা পরে?
ক চাকমারা খ সাওতালরা
গ মনিপুরীরা ঘ বাঙালীরা

১৩. ধূমপান বলতে বুঝায়—
i. বিড়ি, সিগারেট, তামাকের ধোয়া সেবন
ii. গাঁজা, আফিম, হেরোইন সেবন
iii. ফেনসিডিল, ইয়াবা, সিগারেট সেবন
নিচের কোনটি সঠিক?
ক i খ i ও ii
গ i, ii ও iii ঘ ii ও iii

১৪. বইপত্র পড়ে যা শেখা হয় সেটা কি ধরনের জ্ঞান?
ক সামাজিক জ্ঞান খ বাস্তব জ্ঞান
গ বাহ্যিক জ্ঞান ঘ ব্যবহারিক জ্ঞান

১৫. কোন ছেলেমেয়েদের সাথে মা-বাবার দ্বন্দ্ব, বিরোধ বেশি হয়?
ক যারা সারাদিন কম্পিউটার নিয়ে বসে থাকে
খ যারা অনলাইনে যোগাযোগে বেশি সময় ব্যয় করে
গ যারা বাইরে বেশি খেলাধুলা করে
ঘ যারা বেশি অসুস্থ থাকে

১৬. নিচের কোনটি মাদকাসক্তির মানসিক ক্ষতির মধ্যে পড়ে?
ক ন্যায়-অন্যায় বোধ না থাকা
খ মায়া-মমতা ও ভালোবাসার অভাব
গ অবসাদ ও বিষণ্ণতা
ঘ খাবারের অরুচি

নিচের উদ্দীপকটি পড় ১৭ ও ১৮ নং প্রশ্নের উত্তর দাও।
রুবির জন্মদিনে তার আম্মা রুবির কিছু বান্ধবী এবং আত্মীয় স্বজনদের দাওয়াত করলেন। মেহমানদের সংখ্যা বেশি হওয়ায় তিনি বসার ঘর ও খাবার ঘরে টেবিলে সব খাবার সাজিয়ে দিলেন। মেহমানরা নিজেদের পছন্দ মতো খাবার নিয়ে খেতে শুরু করে দিল।

১৭. রুবির আম্মা খাদ্য পরিবেশনের কোন পদ্ধতিটি ব্যবহার করলেন?
ক টেবিল খ বুফে
গ প্যাকেট ঘ পাস-অন

১৮. ব্যবহৃত পরিবেশন পদ্ধতিটির সুবিধা হলো—
i. অল্প জায়গায় অনেক লোক খেতে পারে
ii. অল্প খাবারেও আপ্যায়ন করা যায়

http://teachingbd.com

iii. আপ্যায়নকারীর দরকার নাই

নিচের কোনটি সঠিক?

ক) i ও ii খ) i ও iii

গ) ii ও iii ঘ) i, ii ও iii

১৯. কোনটি দেশীয় বা সামাজিক অনুষ্ঠান?

ক) পহেলা বৈশাখ খ) ঈদ

গ) পূজা-পার্বন ঘ) বৌদ্ধ পূর্ণিমা

২০. খাদ্যের মাধ্যমে শরীর নামক ইঞ্জিনটি সচল, ত্রুটিমুক্ত এবং কর্মক্ষম রাখার জন্য প্রত্যেক পরিবারে কেমন প্রচেষ্টা চলে?

ক) পরিকল্পনা মাফিক খ) সতর্ক

গ) পছন্দনীয় ঘ) বিরামহীন

২১. কোন ধরনের শিশুরা সৃজনশীল হয়?

ক) সামাজিক মিথস্ক্রিয়া খ) অটিজম

গ) প্রতিভাবান ঘ) বুদ্ধিপ্রতিবন্ধী

২২. IQ বলতে কী বুঝায়?

ক) Intelligent quotient

খ) Intellectual quotient

গ) Intelligence question

ঘ) Intelligence quotient

২৩. বিশেষ চাহিদাসম্পন্ন শিশুরা কীভাবে দীর্ঘ সময় কাটায়?

ক) পুনরাবৃত্তিমূলক কাজে খ) আনন্দ উচ্ছ্বাসে

গ) ধৈর্যের সাথে ঘ) সহনশীলভাবে

২৪. চোখে চোখ দিয়ে যোগাযোগ অক্ষমতা কোন ধরনের শিশুদের মধ্যে প্রকটভাবে দেখা যায়?

ক) প্রতিবন্ধী খ) অটিস্টিক

গ) স্বাভাবিক ঘ) প্রতিভাবান

২৫. ডায়রিয়া হলে মল তরল হয় কেন?

ক) অবস্থা খারাপ হয় বলে

খ) স্যালাইন খাওয়া হয় বলে

গ) প্রচুর অশোষিত পানি বের হয়ে যায় বলে

ঘ) পানিবাহিত রোগ বলে

২৬. সর্দি-কাশি ও ইনফ্লুয়েঞ্জা প্রতিরোধে কখন উপযুক্ত পোশাক পরতে হবে?

ক) ঋতু পরিবর্তনের সময়

খ) ঘেমে গেলে গ) রাতের বেলায়

ঘ) গোসলের সময়

২৭. হাম হলে র‍্যাশ বের হওয়ার কতদিন পর র‍্যাশগুলোর রং হালকা হয়ে যায়, জ্বর কমে আসে?

ক) ২/৩ দিন খ) ৯/১০ দিন

গ) ৩/৪ দিন ঘ) ৫/৬ দিন

২৮. মাম্পস সংক্রমিত হওয়ার কত দিনের মধ্যে লক্ষণ প্রকাশ পায়?

ক) ৩-৫ দিন খ) ২-৩ সপ্তাহ

গ) ৭-১০ দিন ঘ) ৫-৭ সপ্তাহ

২৯. অল্প তেলে ভাজা হয় কোনটি?

ক) ডিমের ওমলেট খ) সিঙ্গারা

গ) চিপস ঘ) পেঁয়াজি

৩০. রান্নার কোন পদ্ধতিতে খাবারের পুষ্টির কোনো অপচয় হয় না?

ক) ভাজা খ) সেঁকা বা টালা

গ) ভাপে সিদ্ধ ঘ) বেকিং

৩১. সামাজিক ও ব্যবহারিক জীবনের কি ধরনের বিবর্তনের মধ্য দিয়ে আজ আমরা বেশির ভাগ খাদ্যই রান্না করে খেতে অভ্যস্ত হয়ে উঠেছি?

ক) উন্নত খ) সুদীর্ঘ

গ) আধুনিক ঘ) ঐতিহাসিক

৩২. কত ডিগ্রী তাপমাত্রায় বেশিরভাগ খাদ্যের জীবাণু ধ্বংসপ্রাপ্ত হয়?

ক) ৩৫-৫০° খ) ৩০-৪৫°

গ) ৪০-৫৫° ঘ) ৪৫-৬০°

৩৩. পরিবারের সদস্যদের মধ্যে কাজ ভাগ করে দিতে হয় কীভাবে?

ক) শক্তি অনুসারে খ) সময় অনুসারে

গ) চাহিদা অনুসারে ঘ) বয়স অনুসারে

৩৪. বস্তুগত সম্পদ হলো—

ক) অর্থ খ) জ্ঞান

গ) শক্তি ঘ) মনোবল

৩৫. লক্ষ্যকে সামনে রেখে যে কোনো কাজ করতে গেলে কোন দুটি সম্পদ একই সাথে ব্যবহার করতে হয়?

ক) সময় ও জ্ঞান খ) জ্ঞান ও দক্ষতা

গ) সময় ও শক্তি ঘ) দক্ষতা ও শক্তি

৩৬. কিসের ভিত্তিতে আমাদের চাহিদা তৈরি হয়?

ক) বাজেট খ) উদ্দেশ্য বা লক্ষ্য

গ) পরিকল্পনা ঘ) সংগঠন

৩৭. পরিধানকারীর মাপ অনুসারে কাগজে কী তৈরি করা হয়?

ক) প্যাটার্ন ড্রাফটিং খ) চূড়ান্ত নকশা

গ) মূল নকশা ঘ) ড্রেপিং পদ্ধতি

৩৮. মানানসই ফিটিং পোশাক তৈরির অন্যতম শর্ত হলো—

ক) দর্জির দেহের মাপ নেওয়া

খ) পরিধানকারীর দেহের মাপ নেওয়া

গ) সম্পূর্ণ কাপড়ের মাপ নেওয়া

ঘ) ডিজাইন অনুযায়ী মাপ নেওয়া

৩৯. কাপড় ছাঁটার সময় কোন দিকে বিশেষ নজর রাখা উচিত?

ক) ছাপার দিকে খ) কাঁচির দিকে

গ) লম্বা দিকে ঘ) উল্টো দিকে

৪০. কোমরের মাপ নেওয়ার সময় স্বাভাবিক ভাজে কিভাবে ফিতা রেখে মাপ নিতে হবে?

ক) চার আঙ্গুল রেখে খ) দু'টি আঙ্গুল রেখে

গ) নমনীয়ভাবে ঘ) আলগাভাবে

উত্তরমালা																																								
	১	খ	২	গ	৩	ক	৪	খ	৫	ঘ	৬	ক	৭	গ	৮	ঘ	৯	খ	১০	ঘ	১১	খ	১২	গ	১৩	ক	১৪	গ	১৫	খ	১৬	গ	১৭	ঘ	১৮	খ	১৯	ক	২০	ঘ
	২১	গ	২২	ঘ	২৩	ক	২৪	খ	২৫	গ	২৬	ক	২৭	ঘ	২৮	খ	২৯	ক	৩০	গ	৩১	খ	৩২	ঘ	৩৩	ঘ	৩৪	ক	৩৫	গ	৩৬	খ	৩৭	গ	৩৮	খ	৩৯	ক	৪০	ঘ

Teachingbd.com