

বিষয় : গার্হস্থ্য বিজ্ঞান (সৃজনশীল)

বিষয় কোড : ১ | ৫ | ১

সময় : ২ ঘণ্টা ১০ মিনিট

পূর্ণমান : ৪০

যে কোন ৪টি প্রশ্নের উত্তর দাও:

- ১। শাহীন সুলতানা যে কোন কঠিন ও জটিল সমস্যার মধ্যেও নিজের আবেগ নিয়ন্ত্রণ করে চলতে পারেন। একবার তার পুত্রবধু মিনির সাথে ভুল বোঝাবুঝি হলে তিনি তা ভুলে গিয়ে আবার মিনিকে কাছে টেনে নেন। স্বামীর অনুপস্থিতিতে তিনি তার ছেলে, মেয়ে পুত্রবধু, নাতি নাতনির স্বভাব, আচরণ, পছন্দ-অপছন্দ, মেজাজ, মর্জিস সব বোঝোন বলেই পরিবারকে নিজের নিয়ন্ত্রণে রাখতে পারেন।
- ক) গৃহ ব্যবস্থাপক কে? ১
খ) গৃহ ব্যবস্থাপকের মধ্যে উদ্দীপনা গুণটি থাকা গুরুত্বপূর্ণ কেন? ব্যাখ্যা কর। ২
গ) শাহীন সুলতানার মধ্যে একজন গৃহ ব্যবস্থাপকের যে গুণগুলো প্রকাশিত হয়েছে তার ব্যাখ্যা দাও। ৩
ঘ) বিভিন্ন গুণের ভিত্তিতে শাহীন সুলতানাকে সার্থক গৃহ ব্যবস্থাপক বলা যায় কি? তোমার মতামত বিশ্লেষণ করো। ৪
- ২। মর্জিনা বেগম রান্না করার সময় রান্নার সরঞ্জামগুলো বিভিন্ন স্থানে রাখেন, ফলে অধিক শক্তি ব্যয় হয়। আবার তিনি সংসারের সবার কাপড় আলাদা আলাদা ভিজিয়ে ধৌত করেন। তিনি প্রতিটি কাজের জন্য সময় তালিকা তৈরি করেন। ফলে তিনি অনেক অবসর সময় কাটাতে পারেন।
- ক) পারিবারিক কাজগুলোকে কয়ভাবে ভাগ করা যায়? ১
খ) কঠিন কাজের পর হালকা কাজের দরকার কেন? ব্যাখ্যা কর। ২
গ) মর্জিনা বেগমের অধিক শক্তি ব্যয়ের কারণ ব্যাখ্যা কর। ৩
ঘ) মর্জিনা বেগম কোন নীতি অনুসরণ করে অবসর সময় কাটান? উদ্দীপকের আলোকে আলোচনা কর। ৪
- ৩। পাঁচ বছরের মিথিলা সমবয়সীদের চেয়ে অনেক ক্ষেত্রে পিছিয়ে আছে। যেমনঃ কথা বলা, মনে রাখা, মোন যোগ ধরে রাখা ইত্যাদি। কারো সাথে ঠিকমতো মিশতে চায়না, বাবা মা একদিন মিথিলাকে ডাঙ্কার এর কাছে নিয়ে গেলেন। তারা ডাঙ্কারকে মিথিলার সমস্যাগুলো বললেন। তারা আরও বললেন যে মিথিলার আট মাস বয়সে জন্মিস হয়েছিল।

- ক) বুদ্ধাক্ষের উপর ভিত্তি করে কারা বুদ্ধি প্রতিবন্ধীতা নির্ণয় করেছেন? ১
- খ) ৩৫ এর উর্ধ্বে বয়সী মহিলাদের সন্তান জন্মানের ক্ষেত্রে কী ধরনের সমস্যা হতে পারে? ব্যাখ্যা কর। ২
- গ) মিথিলার মানসিক বয়স যদি ৩ হয় তবে তার বুদ্ধাংক নির্ণয় কর। ৩
- ঘ) মিথিলার ক্ষেত্রে যা ঘটলো তা থেকে মুক্তি পেতে প্রতিরোধ ব্যবস্থায় উত্তম-বিশ্লেষণ কর। ৪
- ৪। সুফিয়া রান্নায় সবসময় রেসিপি অনুসরণ করেন। তিনি মনে করেন এতে প্রয়োজনীয় উপাদানগুলো মেপে নেওয়া হয় বলে জিনিসের অপচয় হয় না। রেসিপি অনুসরণ করলে যে কোন নতুন রান্না আয়াতে আনা যায়। এছাড়াও রান্না করা খাবারের মান ও পরিমাণ যাচাই করতে সুবিধা হয়।
- ক) শিশুর সঠিক বৃদ্ধির জন্য কোন জাতীয় খাদ্যকে প্রাধান্য দিতে হবে? ১
- খ) পরিশ্রমের ধরণ ক্যালরির চাহিদাকে কীভাবে প্রভাবিত করে? ২
- গ) সুফিয়া কীভাবে নতুন রান্না আয়ত্ত করে ব্যাখ্যা কর। ৩
- ঘ) সুফিয়ার রান্না করা খাবারের মান ও পরিমাণ যাচাইয়ের গুরুত্ব বিশ্লেষণ কর। ৪
- ৫। শিরিনা ম্যাডাম ৯ম শ্রেণির ছাত্রদের ব্যবহারিক ক্লাসে অনুবীক্ষণ যন্ত্রের নিচে একটি তত্ত্ব দেখালেন। তত্ত্বটি অনুবীক্ষণ যন্ত্রের নিচে দেখতে মোটা ও ফাঁপা নলের মতো। ম্যাডাম তত্ত্বটি আরও বললেন এটি তাপ সুপরিবাহী ও খুবই আরামদায়ক। আরামদায়কতার কারণেই একে তত্ত্ব রাজা বলা হয়।
- ক) লুমেন কী? ১
- খ) সুতি বন্দু আরামদায়ক কেন? ব্যাখ্যা কর। ২
- গ) ব্যবহারিক ক্লাসে উল্লেখিত তত্ত্ব রাসায়নিক বৈশিষ্ট্য বর্ণনা করো। ব্যাখ্যা কর। ৩
- ঘ) ব্যবহারিক ক্লাসে উল্লেখিত তত্ত্বকে তত্ত্ব রাজা হিসেবে সমাদৃত করা হয়েছে কেন? যুক্তি দিয়ে বুঝিয়ে দাও। ৪
- ৬। রোকেয়ার বাটিকের কাপড় সবার কাছে প্রশংসনীয়। তিনি মোম বাটিকটি বেশ সুন্দর করে তৈরি করেন। তিনি বাটিক করার পূর্বে ভালোভাবে কাপড় প্রস্তুত করে নেন। কাপড়ে মোম লাগানে ও ছাড়ানোর নিয়মটিও যথাযথভাবে অনুসরণ করেন।
- ক) বাটিক করার পদ্ধতি কয়টি? ১
- খ) ভ্যান্টিং পদ্ধতি কি ব্যাখ্যা কর। ২
- গ) রোকেয়ার কাপড় প্রস্তুত প্রণালী ব্যাখ্যা কর। ৩
- ঘ) রোকেয়া কীভাবে তার পোশাক সুন্দর ও আকর্ষণীয় করে তোলেন আলোচনা কর। ৪

সময়: ৩৫ মিনিট

বিষয়ে প্রতিবেদন: সরবাহকৃত এই নির্বাচনি অভিজ্ঞ উচ্চশিল্পের প্রযুক্তি নথিতে বিশ্লেষণে প্রদত্ত কর্তস্থানীত ব্যবহৃত হতে সঠিক সর্বোচ্চ উচ্চের বৃত্তি লাগভোট করা সম্ভূত আট কর। (প্রতিটি প্রশ্নের মান-১)

- ১। সমস্যা সমাধানের বিকল্প পছাড়লো বিশদভাবে মূল্যায়ন করা হয়।
সিদ্ধান্ত ইহাদের কোন পর্যায়ে?
 ① ৪৪
 ② ৩৪
 ③ ২৪
 ④ ১৪
- ২। গৃহবস্থাপককে কতগুলো গুণের অধিকারী হতে হয়?
 ① ৭
 ② ৮
 ③ ৯
 ④ ১০
- ৩। মানুষের অভাব মোচনে পণ্যের ক্ষমতাকে কী বলে?
 ① সীমাবদ্ধতা
 ② উপযোগ
 ③ আয়তাধীন
 ④ যোগ্যতা
- ৪। বায়ুর কোন উপাদান আমাদের দেহ কোথ বিচ্ছিয়ে রাখে?
 ① নাইট্রোজেন
 ② অক্সিজেন
 ③ হিলিয়াম
 ④ হাইড্রোজেন
- ৫। কাজ, কর্মী ও সম্পদের মধ্যে সমন্বয় সাধন করা কে কী বলে?
 ① পরিকল্পনা
 ② সংগঠন
 ③ মূল্যায়ন
 ④ নিয়ন্ত্রণ
- ৬। নিচের কোনটি দ্বারা পরিবারের বন্ধনগত সম্পদ বৃদ্ধি করা যায়?
 ① জ্ঞানগা জমি
 ② বাড়িঘর
 ③ কর্মদক্ষতা
 ④ অর্থসম্পদ
- ৭। অর্থের বিনিময়ে আমরা এহণ করি—
 i) সেবা
 ii) দ্রব্যাসমগ্রী
 iii) শাস্তি
 নিচের কোনটি সঠিক?
 ① i ও ii
 ② i ও iii
 ③ ii ও iii
 ④ i, ii ও iii
- ৮। মিসেস রহমান মাসের শুরুতে বাজেট তৈরি করেন। তার বাজেটে চিকিৎসা খাতে থাকবে—
 i) চিকিৎসকের ফি ii) যাতায়াত খরচ iii) ঔষধ
 নিচের কোনটি সঠিক?
 ① i ও ii
 ② i ও iii
 ③ ii ও iii
 ④ i, ii ও iii
- ৯। একটি শিশুর জন্ম হয় কয়টি কোষ থেকে?
 ① একটি
 ② তিনটি
 ③ চারটি
- ১০। ক্রোমজোমের কোন জোড়াটি সিঙ্গ নির্ধারক?
 ① ২৪ তম
 ② ২৩ তম
 ③ ২২ তম
 ④ ২১ তম
- ১১। শিশু পরিচালনার নীতি কয়টি?
 ① পাঁচ
 ② ছয়
 ③ সাত
 ④ আট
- ১২। কোন ধরনের সমস্যা বাইরে থেকে কম প্রকাশ পায়?
 ① শারীরিক
 ② সামাজিক
 ③ আর্থিক
 ④ অন্তর্মূখী
- ১৩। কোনটি হলে মাথার ভিতরে তরল পদার্থ জমে থাকে?
 ① মাইক্রোসেকালি
 ② হাইড্রোসেকালি
 ③ ডাউন সিনড্রোম
 ④ ক্রিটিনিজম
- ১৪। কোনটি শিশুর সুস্থিতা ও বেঁচে থাকার জন্য গুরুত্বপূর্ণ?
 ① মাতৃ পরিচর্যা
 ② উষওঁ সাড়াদান
 ③ খেলাধূলা
 ④ মায়ের দুধ
- ১৫। শিশুর সাথে গভীর সম্পর্ক গড়ে তোলে মায়ের—
 i) কোমল স্পর্শ
 ii) ভালোবাসা
 iii) হাসি
 নিচের কোনটি সঠিক?
 ① i ও ii
 ② i ও iii
 ③ ii ও iii
 ④ i, ii ও iii
- নিচের অনুচ্ছেদটি পড়ে ১৬ ও ১৭ নং প্রশ্নের উত্তর দাও:
 অনামিকার ছেলের উচ্চতা বয়স অনুযায়ী অনেক কম। ছেলের সমস্যার কথা ডাক্তারকে জানালে ডাক্তার বললেন, তার দেহে থাইরয়োড হরমোনের উৎপাদন কম।
- ১৬। অনামিকার ছেলের রোগের নাম কী?
 ① সেরেব্রাল পলসি
 ② ডাউন সিনড্রোম
 ③ ক্রিটিনিজম
 ④ হাইড্রোফেফালি

- | | | |
|------|---|---|
| ১৭। | অনামিকার ছেলের রোগের লক্ষণ হলো— | নিচের অনুচ্ছেদটি পড়ে ২৬ ও ২৭ নং প্রশ্নের উত্তর দাও: |
| i) | বর্ধন দীর গতির | মিথিলা বেগমের বয়স ৫০ বছর। তিনি দুধ ও দুধের তৈরি খাবার খান না। ইদানিং তিনি শারীরিক বিভিন্ন সমস্যায় ডুগছেন। |
| ii) | বৃদ্ধি প্রতিবন্ধিতা | |
| iii) | মুখমণ্ডল ও হাত পা ফোলা | |
| | নিচের কোনটি সঠিক? | ২৬। মিথিলা বেগমের কোন রোগ হতে পারে? |
| ক) | i ও ii | ক) রিকেট |
| গ) | ii ও iii | গ) ক্ষার্তি |
| ব) | i, ii ও iii | ব) অষ্টিওম্যানেসিয়া |
| ১৮। | কার্বোহাইড্রেটে হাইড্রোজেন ও অক্সিজেনের অনুপাত কত? | ২৭। কোন খাবারগুলো খেলে মিথিলা বেগম সুস্থ হয়ে উঠবেন? |
| ক) | ১ : ২ | ক) দুধ, ছোটমাছ, কলমিশাক |
| ব) | ২ : ১ | ব) মাংস, দই, লালশাক |
| গ) | ১ : ৩ | গ) ডিম, ছানা, ফুলকপি |
| ঘ) | ৩ : ১ | ঘ) পেপে, ডাটা, পালং শাক |
| ১৯। | কোষ মেম্ব্রেনের গঠনের জন্যে অত্যাবশ্যিকীয় কোন ভিটামিন? | ২৮। 'প্ল্যাব তন্ত্র' এর অপর নাম কী? |
| ক) | ভিটামিন-এ | ক) ভাসকুলার ফাইবার |
| গ) | ভিটামিন-বি | গ) ভেজিটেবল ফাইবার |
| ঘ) | ভিটামিন-সি | ঘ) ভিটামিন-ডি |
| ২০। | ক্রেটিনিজম দেখা দেয় কিসের অভাবে? | ২৯। কেন্দ্র স্থির রেখে দুই দিকের সমদূরত্বে সমওজনের বন্ধ সামগ্রী রাখাকে কী বলে? |
| ক) | গলা ফুলে যায় | ক) ভারসাম্য |
| ব) | হাবাগোবা হয় | ব) অনুপাত |
| গ) | পা ফুলে যায় | গ) ছন্দ |
| ঘ) | প্রজনন ক্ষমতা কমে যায় | ঘ) মিল |
| ২১। | ছেলেদের ক্ষেত্রে কত বছর বয়সে বর্ধনের গতি সর্বোচ্চ হয়? | ৩০। পেট তৈরির কত ঘন্টা আগে ফাইন গাম পানিতে মেশাতে হবে? |
| ক) | ৮-১১ | ক) ১০ ঘন্টা |
| ব) | ১০-১৩ | ব) ১২ ঘন্টা |
| গ) | ১২-১৫ | গ) ১৪ ঘন্টা |
| ঘ) | ১৩-১৬ | ঘ) ২৪ ঘন্টা |
| ২২। | উচ্চরজ্জচাপ হলে দৈনিক ঘুমাতে হবে কত ঘন্টা? | ৩১। বেবি ফ্রকে সামনের বগলের হতে পিছনের বগল কত বেশি গভীর হবে? |
| ক) | ২-৪ ঘন্টা | ক) ১.২৭ সে.মি. |
| ব) | ৪-৫ ঘন্টা | ব) ২.২৭ সে.মি. |
| গ) | ৫-৭ ঘন্টা | গ) ৩.২৭ সে.মি. |
| ঘ) | ৬-৮ ঘন্টা | ঘ) ৪.২৭ সে.মি. |
| ২৩। | কাটা ছাড়া মাছের ১ পরিবেশন পরিমাণ কত গ্রাম? | ৩২। কোন কাপড় উল্টা পিঠে মৃদু তাপে ইঞ্চি করতে হয়? |
| ক) | ১০ | ক) সুতী |
| ব) | ২০ | ব) লিনেন |
| গ) | ৩০ | গ) রেশমি |
| ঘ) | ৪০ | ঘ) পশমি |
| ২৪। | নিয়মতাত্ত্বিক জীবন যাপন না করলে হতে পারে? | ৩৩। পশমি কাপড় কীভাবে শুকাতে হয়? |
| i) | ডায়াবেটিস | ক) বন্ধ জায়গায় |
| ii) | হনরোগ | ব) কড়া রোদে |
| iii) | উচ্চ রক্তচাপ | ঘ) সমতল স্থানে বিছিয়ে |
| | নিচের কোনটি সঠিক? | ৩৪। চোখে স্লিপ্স অনুভূতি আনে কোন আলো? |
| ক) | i ও ii | ক) তীব্র আলো |
| গ) | ii ও iii | ব) নীল আলো |
| ব) | i, ii ও iii | গ) শাভাবিক আলো |
| ২৫। | দেহ গ্লুকোজ শোষণ করে— | ৩৫। কমলা রঙের পোশাক কোন বর্ণের মেয়েরা পড়লে ভালো লাগে? |
| i) | ক্ষয়পূরণ করে | ক) ফর্সা |
| ii) | তাপ উৎপাদন করে | ব) কালো |
| iii) | শক্তি উৎপাদন করে | গ) শ্যামলা |
| | নিচের কোনটি সঠিক? | ঘ) উজ্জ্বল শ্যামলা |
| ক) | i ও ii | |
| ব) | i, ii ও iii | |
| গ) | ii ও iii | |
| ঘ) | i, ii ও iii | |