জে এস সি পরীক্ষা ২০১৭ এর মডেল প্রশ্ন (সকল বোর্ডের জন্য)

শারীরিক শিক্ষা ও স্বাস্থ্য

বিষয় কোড : 1 4 7

রচনামূলক প্রশ্ন

সময়—১ ঘণ্টা ৩০ মিনিট — মান—৩০

ক অংশ (শারীরিক শিক্ষা) : মান — ১৫

যেকোনো তিনটি প্রশ্নের উত্তর দাও : ৫ × ৩ = ১৫

১। পরিমিত বিশ্রাম ও ঘুম সুস্থ থাকতে সহায়তা করে— ব্যাখ্যা কর।

২। সমবেত ব্যায়াম কাকে বলে? শারীরিক সুস্থতার জন্য ব্যায়ামের প্রয়োজনীয়তা ব্যাখ্যা কর।

৩। হাইকিং কাকে বলে? নেতৃত্বদান ও মানবসেবায় স্কাউটিং ও গার্ল গাইডের ভূমিকা বর্ণনা কর।

৪। ব্যাডমিন্টন খেলায় র‌্যাকেট ধরাসহ সার্ভিস করার কৌশল বর্ণনা কর।

৫। বাস্কেটবল খেলায় কী কী কারণে ফাউল হয়?

খ অংশ (স্বাস্থ্য) : মান — ১৫

যেকোনো তিনটি প্রশ্নের উত্তর দাও : ৫ × ৩ = ১৫

৬। এইচআইভি/এইডস বলতে কী বুঝ? এইচআইভি/এইডস-এর লক্ষণসমূহ আলোচনা কর।

৭। কিশোর-কিশোরীদের সচেতনতাই এইডস প্রতিরোধ করতে পারে— মতামত দাও।

৮। এইচআইভি/এইডস রোগ কিভাবে মানবদেহে সংক্রমিত হয়? উল্লেখ কর।

৯। নিরাপদ ও উন্নত জীবনের জন্য প্রজনন স্বাস্থ্যের সুরক্ষা জরুরি— ব্যাখ্যা কর।

১০। বয়ঃসন্ধিকালে কিশোর-কিশোরীরা শারীরিক ও মানসিক সমস্যার সম্মুখীন হয়— বর্ণনা কর।

Teachingbd.com

জে এস সি পরীক্ষা ২০১৭ এর মডেল প্রশ্ন (সকল বোর্ডের জন্য)

শারীরিক শিক্ষা ও স্বাস্থ্য

বিষয় কোড : 1 4 7

বহুনির্বাচনি অভীক্ষা

সময়—২০ মিনিট — মান—২০

[**বিশেষ দ্রষ্টব্য :** সরবরাহকৃত বহুনির্বাচনি অভীক্ষার উত্তরপত্রের প্রশ্নের ক্রমিক নম্বরের বিপরীতে সঠিক উত্তরের বর্ণটিতে টিক (✓) চিহ্ন দাও। প্রতিটি প্রশ্নের মান ১। সকল প্রশ্নের উত্তর দিতে হবে।]

১. বয়ঃসন্ধিকালের সবচেয়ে গুরুত্বপূর্ণ বিষয় কোনটি?
ⓚ পরিষ্কার পরিচ্ছন্নতা ⓚ পুষ্টিকর খাবার ⓖ বিশ্রাম নেওয়া ⓖ প্রচুর ঘুমানো

২. কোন অঞ্চলে AIDS বিস্তার দ্রুত ঘটেছে?
ⓚ উত্তর আমেরিকায় ⓚ পূর্ব ইউরোপ ও ক্যারিবীয় অঞ্চলে ⓖ দক্ষিণ ইউরোপ ও ক্যারিবীয় দ্বীপপুঞ্জে ⓖ দক্ষিণ আফ্রিকায়

৩. সারি গান কোন ধরনের সঙ্গীত?
ⓚ আধুনিক সঙ্গীত ⓚ নজরুল গীতি ⓖ লোক গীতি ⓖ শাস্ত্রীয় গীতি

৪. কত নম্বর সংকেতে নৌকাবাইচ বন্ধ হবে?
ⓚ ৪র্থ ⓚ ৫ম ⓖ ৭ম ⓖ ৮ম

৫. পাঠের মাধ্যমে শিক্ষার্থীরা—
i. জ্ঞান লাভ করে ii. মেধার বৃদ্ধি ঘটাতে পারে iii. অসুস্থ হয়ে যেতে পারে
নিচের কোনটি সঠিক?
ⓚ i ও ii ⓚ i ও iii ⓖ ii ও iii ⓖ i, ii ও iii

৬. কত সালে গার্ল গাইড প্রবর্তিত হয়?
ⓚ ১৯০৭ ⓚ ১৯১০ ⓖ ১৯১৭ ⓖ ১৯২০

৭. মানচিত্র কয় প্রকার?
ⓚ পাঁচ ⓚ চার ⓖ তিন ⓖ দুই

৮. হাইকিংয়ের কর্মসূচি প্রণয়নে কয়টি ধাপ অনুসরণ করা হয়?
ⓚ ৮ ⓚ ১০ ⓖ ১২ ⓖ ১৪

■ নিচের অনুচ্ছেদটি পড়ে ৯ ও ১০ নং প্রশ্নের উত্তর দাও :
যুথির বয়স ১৪ বছর। সে ৮ম শ্রেণির ছাত্রী। ভাল ছেলে পেয়ে তার বাবা বিয়ে দিয়ে দেয়।

৯. আইনের দৃষ্টিতে তাকে কত বছর বয়সে বিয়ে দেওয়া উচিত ছিল?
ⓚ ১৫ ⓚ ১৬ ⓖ ১৭ ⓖ ১৮

১০. বিবাহের জন্য দেশের বিদ্যমান আইন—
i. ছেলেদের জন্য কমপক্ষে ২১ বছর
ii. মেয়েদের জন্য কমপক্ষে ১৮ বছর iii. উভয়ই ১৯ বছর
নিচের কোনটি সঠিক?
ⓚ i ও ii ⓚ i ও iii ⓖ ii ও iii ⓖ i, ii ও iii

১১. ১২-১৪ বছর বয়সের শিক্ষার্থীদের কতক্ষণ ঘুমানো উচিত?
ⓚ ৫-৬ ঘণ্টা ⓚ ৮-৯ ঘণ্টা ⓖ ৯-১০ ঘণ্টা ⓖ ১০-১১ ঘণ্টা

১২. শরীরের অঙ্গ-প্রত্যঙ্গ কয়ভাবে বিভক্ত?
ⓚ ২ ভাগে ⓚ ৩ ভাগে ⓖ ৪ ভাগে ⓖ ৫ ভাগে

১৩. প্রদত্ত বাক্যগুলো লক্ষ কর—
i. ট্রাংগুলার ব্যান্ডেজের মাপ ৪২ ইঞ্চির মতো
ii. মাল্টিটেইল ব্যান্ডেজ দেখতে T আকৃতির
iii. ব্যান্ডেজ পাঁচ প্রকার
নিচের কোনটি সঠিক?
ⓚ i ও ii ⓚ i ও iii ⓖ ii ও iii ⓖ i, ii ও iii

১৪. আফ্রিকার কোন অঞ্চলে এইডসের বিস্তার বেশি?
ⓚ মরুভূমি ⓚ বনাঞ্চলে ⓖ ভূ-মধ্যসাগরীয় ⓖ সাব-সাহারা

১৫. এশিয়া মহাদেশে এইডস রোগের প্রসার কোন দেশে সবচেয়ে বেশি?
ⓚ আফগানিস্তানে ⓚ বাংলাদেশে ⓖ পাকিস্তানে ⓖ ভারত

১৬. নতুন HIV আক্রান্তদের মধ্যে কত বয়র বয়সী মেয়েরা সবচেয়ে বেশি?
ⓚ ২৪ বছর ⓚ ২৫ বছর ⓖ ২৬ বছর ⓖ ২৭ বছর

১৭. নিরাপদ ও উন্নত জীবন যাপনের জন্য প্রত্যেকেরই প্রজনন স্বাস্থ্য সম্পর্কে কী থাকা জরুরি?
ⓚ জ্ঞান ⓚ বৃহৎ জ্ঞান ⓖ যৌগিক জ্ঞান ⓖ মৌলিক জ্ঞান

১৮. কৈশোর কালে ছেলেমেয়েদের মধ্যে সৃষ্টি হয়—
i. ভয় ii. কৌতূহল iii. আবেগ
নিচের কোনটি সঠিক?
ⓚ i ও ii ⓚ i ও iii ⓖ ii ও iii ⓖ i, ii ও iii

■ নিচের অনুচ্ছেদটি পড়ে ১৯ ও ২০ নং প্রশ্নের উত্তর দাও :
সেলিম গাছ থেকে পড়ে তার হাত ভেঙ্গে যায়। ডাক্তারের কাছে নিয়ে গেলে এক ধরনের ব্যান্ডেজ বেঁধে হাতকে অনড় করে ঝুলিয়ে দেওয়া হয়।

১৯. সেলিমকে কোন ধরনের ব্যান্ডেজ করা হয়?
ⓚ কাফ স্লিং ⓚ টেন্ট স্লিং ⓖ হেড স্লিং ⓖ আর্ম স্লিং

২০. দৈহিক স্বাস্থ্য সম্পর্কে আমাদের কী থাকা প্রয়োজন?
ⓚ জ্ঞান ⓚ শিক্ষা ⓖ ধারণা ⓖ বিদ্যা

উত্তরমালা

১	ক	২	খ	৩	গ	৪	গ	৫	ক	৬	ক	৭	ঘ	৮	গ	৯	ঘ	১০	ক
১১	খ	১২	ক	১৩	ক	১৪	ঘ	১৫	ঘ	১৬	ক	১৭	ঘ	১৮	ঘ	১৯	ঘ	২০	ক

http://teachingbd.com