

বিশেষ অনুশীলন -২(২০২০)

শ্রেণি-নবম

সময় : ১ ঘণ্টা ১৫ মিনিট

বিষয় : গার্হস্থ্য বিজ্ঞান (অধ্যায়ঃ দ্বিতীয় ও দশম)

পূর্ণমান : ৫০

বহুনির্বাচনী প্রশ্ন (৩০ মিনিট)

- ১। চারপাশ বিবেচনা করে সময়, সুযোগ ও চাহিদা অনুসারে কাজ করা গৃহ ব্যবস্থাপকের কোন গুণ?
- ক) বুদ্ধিমত্তা খ) ব্যক্তিত্ব
গ) বিচার বুদ্ধি ঘ) সৃজনশক্তি
- ২। নিচের কোনটিতে ফুকটোজ পাওয়া যায়?
- ক) শস্যে খ) আঙুরে গ) মধুতে ঘ) দুধে
- ৩। পরিবারের সার্বিক কাজের দায়িত্ব কার উপর থাকা উচিত?
- ক) গৃহ কর্তার খ) গৃহকর্ত্রীর
গ) বয়োজ্যেষ্ঠ্যর ঘ) গৃহব্যবস্থাপকের
- ৪। কোন উপাদানটি ছাড়া প্রাণির অস্তিত্ব কল্পনা করা যায় না?
- ক) ভিটামিন খ) কার্বন গ) সালফার ঘ) প্রোটিন
- ৫। গৃহের সৌন্দর্য বর্ধনে শৃঙ্খলা আনয়নে, যে কোন সিদ্ধান্ত গ্রহণে কোনটির প্রয়োজন?
- ক) আত্মসংযম খ) বুদ্ধিমত্তা
গ) সৃজনশীলতা ঘ) ধৈর্য
- ৬। গৃহব্যবস্থাপকের কাজ হলো —
- i) গৃহে সুষ্ঠু ভোগ আচরণ গড়ে তোলা
ii) গৃহের সবার কর্মসংস্থান করা
iii) গৃহে আস্তঃসুস্পর্ক বজায় রাখা
নিচের কোনটি সঠিক?
- ক) i ও ii খ) ii ও iii
গ) i ও iii ঘ) i, ii ও iii
- ৭। অস্টিওম্যালোসিয়া রোগ কাদের হয়?
- ক) শিশুদের খ) ছেলেদের
গ) বয়স্ক মহিলাদের ঘ) কিশোরীদের
- ৮। ৬ গ্রাম প্রোটিন থেকে কত কিলোক্যালরি শক্তি উৎপন্ন হয়?
- ক) ২৪ খ) ৫৪
গ) ৪২ ঘ) ৩৬
- ৯। কোন কাজে সফলতা অর্জনের জন্য কোন গুণটি থাকা প্রয়োজন?
- ক) অধ্যবসায় খ) সৃজনশক্তি
গ) আত্মসংযম ঘ) অভিযোজ্যতা
- ১০। ভিটামিন সি এর গুরুতর অভাবে স্কার্ভি রোগ হয়। স্কার্ভি রোগের লক্ষণ হলো —
- i) দাঁতের গোড়ায় পানি জমা
ii) দাঁতের গোড়া দিয়ে রক্ত পড়া
iii) দাঁত পড়ে যাওয়া
নিচের কোনটি সঠিক?
- ক) i ও ii খ) ii ও iii
গ) i ও iii ঘ) i, ii ও iii
- ১১। প্রাণী দেহে সঞ্চিত কোন খাদ্য উপাদানের নাম গ্লাইকোজেন?
- ক) প্রোটিন খ) কার্বোহাইড্রেট
গ) স্নেহ পদার্থ ঘ) খনিজ লবণ
- ১২। নিচের কোন পলি স্যাকারাইড ভাঙার মতো এনজাইম মানবদেহে নেই?
- ক) স্টার্চ খ) গ্লাইকোজেন
গ) সেলুলোজ ঘ) ল্যাকটোজ
- ১৩। অত্যাৱশ্যকীয় এমাইনো এসিডের পরিমাণের উপর ভিত্তি করে প্রোটিনকে কয়ভাগে ভাগ করা যায়?
- ক) ২ ভাগে খ) ৩ ভাগে গ) ৪ ভাগে ঘ) ৫ ভাগে
- নিচের অনুচ্ছেদটি পড়ে ১৪ ও ১৫ নং প্রশ্নের উত্তর দাও :
- ইশফার ওজন দিন দিন কমে যাচ্ছে, চুলের রং ফ্যাকাশে হয়ে গেছে। অকারণে সবার সাথে রাগ করছে।
- ১৪। ইশফার খাবারে কোন খাদ্য উপাদানের অভাব দেখা দিয়েছে?
- ক) ভিটামিন খ) প্রোটিন
গ) স্নেহ পদার্থ ঘ) লৌহ
- ১৫। ইশফার খাদ্য তালিকায় নিচের কোন খাদ্যগুলো রাখা দরকার?
- ক) ডাল, পনির, সবজি খ) ফুলকপি, গাজর, লেবু
গ) মাছ, মাংস, ডিম ঘ) মাখন, ছানা, পনির
- ১৬। যে কোন কাজ সুষ্ঠুভাবে সম্পন্ন করার জন্য শেষ পর্যন্ত কাজটি করে যাওয়াকে কী বলে?
- ক) অভিযোজ্যতা খ) বুদ্ধিমত্তা গ) অধ্যবসায় ঘ) ব্যবস্থাপনা
- ১৭। সুক্রোজ ভাঙলে কী কী পাওয়া যায়?
- ক) গ্লুকোজ+গ্লুকোজ খ) গ্লুকোজ+ সেলুলোজ
গ) গ্লুকোজ+ফুকটোজ ঘ) গ্লুকোজ+গ্যালাকটোজ
- ১৮। কার্বোহাইড্রেটে হাইড্রোজেন ও অক্সিজেনের পরিমাণ কত?
- ক) ১ : ২ খ) ২ : ১ গ) ১ : ৩ ঘ) ৩ : ১
- ১৯। কোন খাদ্য উপাদান যকৃৎকে ব্যাকটেরিয়া ঘটিত বিষক্রিয়া হতে রক্ষা করে?
- ক) প্রোটিন খ) ভিটামিন
গ) কার্বোহাইড্রেট ঘ) স্নেহ পদার্থ
- ২০। কিসের অভাবে একজিমা দেখা দেয়?
- ক) ভিটামিন খ) ফ্যাটি এসিড
গ) অলিভ অয়েল ঘ) দুধ
- ২১। জেরোপথ্যালমিয়া কিসের রোগ?
- ক) কানের খ) হৃৎপিণ্ডের
গ) চোখের ঘ) ত্বকের
- ২২।

রক্ত গঠনে সাহায্য করে	→	বংশবৃদ্ধিতে সাহায্য করে	→	?
-----------------------	---	-------------------------	---	---

ফাঁকা ঘরে নিচের কোনটি বসবে?
- ক) প্রোটিন খ) ভিটামিন
গ) আয়রন ঘ) লিপিড
- নিচের উদ্দীপকটি পড়ে ২৩ ও ২৪ নং প্রশ্নের উত্তর দাওঃ
- কর্মজীবী হেলেনা গৃহে ও কর্মক্ষেত্রে খুব দক্ষতার সাথে কাজ করে। উভয় ক্ষেত্রেই বিভিন্ন সমস্যা অনুধাবন করে কীভাবে এর সাথে খাপ খাওয়ানো যায় সে বিষয়ে হেলেনাকে সাহায্য করে একটি বিশেষ জ্ঞান।

- ২৩। হেলেনার বিভিন্ন সমস্যা অনুধাবন ও সমাধানে সাহায্য করে কোনটি?
 ক) বিভিন্ন কাজের অভিজ্ঞতা খ) মানব প্রকৃতি সম্পর্কে জ্ঞান
 গ) গৃহ ব্যবস্থাপনার জ্ঞান ঘ) শিক্ষাগত যোগ্যতা
- ২৪। হেলেনার উক্ত বিশেষ গুণের উদ্দেশ্য-
 i) ব্যক্তিগত ও পারিবারিক মূল্যবোধের লক্ষ্য স্থির করা
 ii) পেশাগত ক্ষেত্রে যোগ্যতা বৃদ্ধি করা
 iii) উন্নয়নমূলক কাজে অংশগ্রহণের সুযোগ গ্রহণ করা
 নিচের কোনটি সঠিক?
 ক) i ও ii খ) ii ও iii
 গ) i ও iii ঘ) i, ii ও iii
- ২৫। ভিটামিন ডি এর রাসায়নিক নাম কি?
 ক) রেটিনল খ) ক্যালসিফেরোল
 গ) ফোলসিন ঘ) এসকরবিক
- ২৬। আমাদের দৈনিক প্রয়োজনীয় ক্যালরির কত ভাগ কার্বোহাইড্রেট থেকে গ্রহণ করা উচিত?
 ক) ৪০% - ৫০% খ) ২০% - ২৫%
 গ) ৫০% - ৬০% ঘ) ৬০% - ৫০%
- ২৭। কেউ যদি উড়োজাহাজে ৬-৭ ঘণ্টা ভ্রমণ করে তাহলে তার পানির চাহিদা কতটুকু বাড়বে?
 ক) ১ লিটার খ) ১.৫ লিটার
 গ) ২ লিটার ঘ) ৩ লিটার
- ২৮। নিচের কোনটি দেহের পানির সমতা বজায় রাখে?
 ক) হরমোন খ) এনজাইম গ) ভিটামিন ঘ) প্লাজমা
- ২৯। পরিবারের পরিকল্পনা প্রণয়নকারী, সংগঠক হিসেবে কে দায়িত্ব পালন করে?
 ক) বয়স্ক সদস্য খ) গৃহ ব্যবস্থাপক
 গ) গৃহকর্মী ঘ) গৃহের কর্তা
- ৩০। কোন ধরনের আচরণ পরিবার তথা দেশের কল্যাণ সাধন করে?
 ক) সংগঠনমুখী আচরণ খ) ব্যবস্থাপনামুখী আচরণ
 গ) কর্মমুখী আচরণ ঘ) পরিবারমুখী আচরণ

সৃজনশীল প্রশ্ন (৪৫মিনিট)

- ১। মিসেস সালমা যৌথ পরিবারের গৃহিনী। তিনি পরিবারের সবার মন রক্ষা করে চলেছেন। কলেজ পড়ুয়া ছেলেকে তিনি পড়ালেখার সুবিধার্থে কম্পিউটার কিনে দিয়েছেন। ছেলে প্রায়ই কম্পিউটারে গেইম খেলে এবং ইন্টারনেট ব্রাউজ করে। তিনি পরিবারের সবার জন্য সুস্বাদু খাদ্যের ব্যবস্থা করেন তাই সবার পুষ্টি চাহিদা নিশ্চিত হয়।
- ক) ব্যক্তিত্ব কী? ১
 খ) সূষ্ঠ ভোগ আচরণ বলতে কী বুঝায়? ব্যাখ্যা কর। ২
 গ) মিসেস সালমা তার সন্তানের মানসিক বিকাশে কী ধরনের ব্যবস্থা করেছেন? ব্যাখ্যা কর। ৩
 ঘ) আদর্শ গৃহব্যবস্থাপক হিসেবে মিসেস সালমার কাজের মূল্যায়ন কর। ৪
- ২। লামিয়ার বয়স ৫ বছর। কিন্তু বয়সের তুলনায় তার ওজন ও উচ্চতা কম। সে প্রায়ই বদহজমে ভোগে। মেজাজ সব সময় খিটখিটে থাকে। ডাক্তার লামিয়াকে মাছ, মাংস, দুধ ও ডিম খাওয়াতে তার মাকে পরামর্শ দিয়েছেন।
- ক) প্রোটিন শব্দের অর্থ কী? ১
 খ) আংশিকপূর্ণ প্রোটিন কী বুঝিয়ে লিখ। ২
 গ) লামিয়ার উক্ত অবস্থার কারণ কী? ব্যাখ্যা কর। ৩
 ঘ) লামিয়ার সুস্থতায় ডাক্তারের পরামর্শটির গুরুত্ব বিশ্লেষণ কর। ৪