

এইচ এস সি পরীক্ষা ২০২০ এর মডেল প্রশ্ন (সকল বোর্ড এর জন্য)

বিষয় : গার্হস্থ্য বিজ্ঞান দ্বিতীয় পত্র (সৃজনশীল) বিষয় কোড : ২ ৭ ৪

সময় — ২ ঘণ্টা ৩৫ মিনিট

পূর্ণমান — ৫০

দ্রষ্টব্য : ডানপাশের সংখ্যা প্রশ্নের পূর্ণমানজ্ঞাপক। যেকোনো ৫ টি প্রশ্নের উত্তর দাও।

১. ▶ দাদা-দাদী, বাবা-মা, চাচা, ফুকুসহ বসবাসরত মাহিন তার সহপাঠীর বোনের বিয়ের অনুষ্ঠানে যোগ দেওয়ার জন্য রাক্ষাসাটি গেল। লেখানে গিয়ে গারো সমাজের ভিন্ন পদ্ধতিতে বিয়ের উৎসব পালন দেখে মাহিন মুগ্ধ হয়ে পেল। গারোদের পারিবারিক ব্যবস্থা সামাজিক আচার-আচরণ সম্পর্কে শুনলে যে আরও বিস্তারিত জানার জন্য কৌতূহলী হয়ে উঠল।

- ক. এম এফ নিম্নকালের মতে পরিবারের সংজ্ঞা কী? ১
- খ. নয়াবাস পরিবারের সংখ্যা বৃদ্ধি পাওয়ার কারণ কী? ২
- গ. গারোদের পারিবারিক ও সামাজিক ব্যবস্থা সম্পর্কে মাহিনের কৌতূহলী হওয়ার কারণ ব্যাখ্যা কর। ৩
- ঘ. মাহিন যে ধরনের পরিবারের বাস করে সেটি কিরূপ পরিবার কাঠামোর অন্তর্গত বিয়োজন কর। ৪

২. ▶ ৪০ বছর বয়সে সবিধা একটি পুত্র সন্তানের জন্ম দেন। সন্তান জন্মদানের পর মা ও সন্তান দু'জনই বেশ অসুস্থ। শিশুটির আচার আচরণও অস্বাভাবিক মনে হচ্ছে। চিকিৎসক সার্বিক পরীক্ষা নিরীক্ষা করে বললেন, “বেশি বয়সে সন্তান হলে সন্তানের মধ্যে শারীরিক ও মানসিক বিভিন্ন বিপত্তির আশঙ্কা থাকে।”

- ক. জাইগোট কী? ১
- খ. গর্ভকালীন বিকাশের পর্যায়গুলো কী কী? ২

গ. উদ্দীপকে সাবিস্কার সন্তানের লমস্যাটির কারণ পাঠ্যবইয়ের আলোকে ব্যাখ্যা কর। ৩

ঘ. সন্তান গ্রহণের ক্ষেত্রে মায়ের উদ্দীপকের বিষয়টি ব্যতীত আর কোন কোন বিষয়ে সতর্ক থাকতে হবে আলোচনা কর। ৪

৩. ▶ এলিনা তার লমসরসী অন্যান্য শিশুদের থেকে আলাদা। তার আচরণ স্বাভাবিক শিশুদের মত নয়। সে কারণে সন্তো সাজলে কথা বলে না, চোখের দিকে তাকায় না, কারণে সন্তো মিলেমিশে খেলা করে না, সবসময় নিজের মনে একই নিয়মে কাজ করতে পছন্দ করে। এলিনার বাবা-মা তার এ ধরনের আচরণে সীমিত চিন্তিত হয়ে পড়েছেন।

ক. অটিজমের ক্ষেত্রে মেলে ও মেয়ে শিশুর অনুপাত কত? ১

খ. বিশেষ চাহিদাসম্পন্ন শিশুদের অস্তিত্বকনের বিড়ম্বনার পড়াতে হয় কেন? ২

গ. এলিনার আচরণের সন্তো কোন ধরনের শিশুদের আচরণের সাদৃশ্য পাওয়া যায়— ব্যাখ্যা কর। ৩

ঘ. এলিনার মত শিশুদের শিক্ষাদান পদ্ধতি কিরূপ হলে তার জন্য সহায়ক হবে— তোমার মতামত দাও। ৪

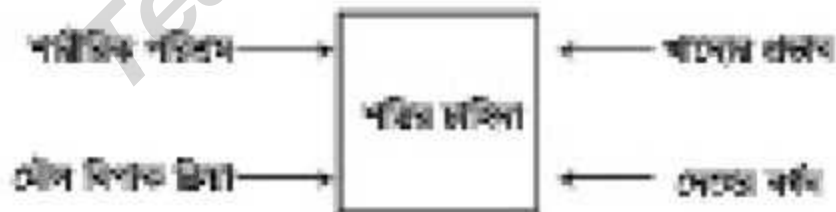
৪. ▶ নাসিম তার হঠাৎ শারীরিক পরিবর্তনে সীত ও বিস্মিত। রক্ষণশীল পরিবার হওয়ায় বাবা মা বড় ভাই এর কাছেও এ ব্যাপারে সে কোন সহযোগিতা পায় না। সে তার প্রশ্নের উত্তর খোঁজার জন্য বিভিন্ন যৌন বিষয়ক বইয়ের সহযোগিতা নিল। ইসানীৎ এলাকার কিছু বিপথগামী লমসরসীদের সন্তো নাসিমের মেলামেশার কারণে পরিবারের সদস্যদের কাছ থেকে সীমিতভাবে হেনস্তা হয় যার মকুন সকলের সন্তো তার সম্পর্কের অবনতি ঘটে।

- ক. মানকপ্রত্য কী? ১
- খ. আবুপোর বিপত্তি বলতে কী বোঝায়? ২
- গ. নাসিমের বিপর্যয় রোধে পরিবার ও সমাজের ভূমিকা তুলে ধর। ৩
- ঘ. নাসিমের সঙ্গে তার পরিবারের সদস্যদের আচরণ কেমন হওয়া উচিত বলে তুমি মনে কর? ব্যাখ্যা কর। ৪

৫. ► খাদ্য আমাদের মৌলিক চাহিদার মধ্যে অন্যতম। সেহকে সুস্থ্য, সবল, আত্মবিক ও কর্মকম রাখতে খাদ্যের ভূমিকা অপরিণীম। বিভিন্ন ধরনের খাদ্য বিভিন্ন ধরনের কাজ সম্পন্ন করে এবং আমাদের সেহকে সচল রাখে।

- ক. খাদ্য বলতে কী বুঝ? ১
- খ. কাজ অনুযায়ী খাদ্যকে কিতাবে বিভক্ত করা হয়েছে? ২
- গ. প্রোটিন বা অমিষ জাতী কোন জীবের অস্তিত্ব কল্পনা করা যায় না? ব্যাখ্যা কর। ৩
- ঘ. স্বাস্থ্য রক্ষায় খাদ্য ও পুষ্টি শিকার গুরুত্ব আলোচনা কর। ৪

৬. ► নিচের ছকটি দেখে সংশ্লিষ্ট প্রশ্নগুলোর উত্তর দাও :



- ক. শক্তি পরিমাপের একককে কী বলে? ১
- খ. মৌল বিপাক ক্রিয়া বা Basal Metabolism বলতে কী বুঝায়? ২
- গ. শারীরিক কার্যকলাপের উপর শক্তির ব্যয় নির্ভর করে— ব্যাখ্যা কর। ৩
- ঘ. ক্যালরী চাহিদার খাদ্যের প্রভাবকে আয় করার মতোই একটি কর হিসাবে তুলনা করা যায়— ব্যাখ্যা কর। ৪

৭.► অনিয়ন্ত্রিত জীবনযাপনকারী জালাল সাহেবের বয়স ৪৫ বছর এবং ওজন ৮০ কেজি। এই বয়সেই তিনি ডায়াবেটিস, উচ্চরক্তচাপ ও লিভারের সমস্যায় ভুগছেন। চিকিৎসক বন্ধু বললেন তুমি যদি এখনই সতর্ক না হও তাহলে ভবিষ্যতে তোমার বিভিন্ন অঙ্গ আক্রান্ত হওয়ার সম্ভাবনা আছে।

- ক. পথা বলতে কী বুঝ? ১
- খ. বিভিন্ন রোগে পথা পরিকল্পনা করার বিবেচ্য বিষয়গুলো তুলে ধর। ২
- গ. ডায়াবেটিস রোগ নিয়ন্ত্রণে শক্তিক সাহেবের করণীয় ব্যাখ্যা কর। ৩
- ঘ. ওজনান্বিত, ডায়াবেটিস ও উচ্চরক্তচাপ থাকলে হৃদরোগে হওয়ার আশংকা বেশি থাকে— আলোচনা কর। ৪

৮.► বর্তমানে পৃথিবীতে বিপুল সংখ্যক মানুষ খাদ্য বিধক্রিয়ার প্রতিনিয়ত আক্রান্ত হচ্ছে। যথাযথ সংরক্ষণের অভাবে এবং পানিপানিক বিভিন্ন কারণে হওয়া দূষিত খাদ্য ও পানি খাওয়ার পর শরীরে যে অসুস্থতার লক্ষণাবলি দেখা যায় তা প্রধানত খাদ্যের মধ্যে উৎপন্ন বিষাক্ত দ্রব্যের জন্য হয়।

- ক. পান্ডুরাইজেশন পদ্ধতিতে কত তাপমাত্রা প্রয়োগ করা হয়? ১
- খ. সাধারণত খাদ্য কত নষ্ট হওয়ার কারণ কী? ২
- গ. খাদ্যে ডেজাল ও রাসায়নিক দ্রব্যের অপব্যবহার রোধে একজন সচেতন নাগরিক হিসাবে তোমার করণীয় কী? ৩
- ঘ. বিভিন্ন ধরনের খাদ্যদ্রব্য বিভিন্ন পদ্ধতির মাধ্যমে সংরক্ষণ করা হয়— আলোচনা কর। ৪

[দ্রষ্টব্য: সৈর্যাতিক অতীকার উত্তরপত্রে প্রশ্নের ক্রমিক নম্বরের বিপরীতে প্রদত্ত বর্ণসম্বলিত বৃত্তসমূহ হতে সঠিক/ সর্বোৎকৃষ্ট উত্তরের বৃত্তটি (●) বল পয়েন্ট কলাম দ্বারা সম্পূর্ণ ভরাট কর। প্রতিটি প্রশ্নের মান ১।]

১. চিরস্থায়ী সামাজিক সংগঠন কোনটি?
 (ক) পরিবার (খ) সমাজ
 (গ) জাতি (ঘ) রাষ্ট্র
২. সমাজে বাবা-মার সাথে বন্ধন দুটু হয় —

- i. সন্তানকে সময় দিলে
 ii. স্নেহ ভালোবাসাপূর্ণ আচরণ করলে
 iii. অবাধ স্বাধীনতা প্রদান করলে
 নিচের কোনটি সঠিক?

- (ক) i ও ii (খ) ii ও iii
 (গ) i ও iii (ঘ) i, ii ও iii

৩. কৃৎকাল কতদিন স্থায়ী হয়?

- (ক) ২ সপ্তাহ (খ) ১ মাস
 (গ) দেড় মাস (ঘ) ২ মাস

৪. ৩৫ বছরের পর প্রথম মা হলে স্রোমোজোমজনিত ত্রুটি হবার আশংকা কত বৃদ্ধি পায়?

- (ক) ২৫% (খ) ৩০%
 (গ) ৩৫% (ঘ) ৪০%

- নিচের অনুচ্ছেদটি পড়ে ৫ ও ৬ নং প্রশ্নের উত্তর দাও:

গর্ভধারণের প্রথম মাসেই নাদিয়া ডাক্তারের কাছে যায়। ডাক্তার তাকে কলিক এসিড ও ভিটামিন “ডি” ট্যাবলেট খাওয়ার পরামর্শ দেন। এছাড়া নাদিয়াকে হাসিখুশি থাকতে বলেন।

৫. ডাক্তার নাদিয়াকে উল্লিখিত ভিটামিন খাওয়ার পরামর্শ দেন কেন?

- (ক) রক্ত স্রাবতা প্রতিরোধের জন্য
 (খ) আয়োডিনের অভাব দূর করার জন্য
 (গ) শিশুর ওজন বৃদ্ধির জন্য
 (ঘ) স্নেহ দেহ ও হাড় গঠনের জন্য

৬. গর্ভাবস্থায় নাদিয়ার এরূপ মানসিক অবস্থা প্রয়োজন —

- i. গর্ভস্থ সন্তানের সুষ্ঠু বিকাশের জন্য
 ii. গর্ভকালীন জটিলতা রোধ করার জন্য
 iii. গর্ভস্থ সন্তানের ওজন বৃদ্ধির জন্য
 নিচের কোনটি সঠিক?

- (ক) i ও ii (খ) ii ও iii
 (গ) i ও iii (ঘ) i, ii ও iii

৭. সন্দোজাত শিশুর প্রাথমিক প্রতিবর্তী ক্রিয়া কীলের পরিচয় বহন করে?

- (ক) অস্তিত্বের (খ) বিকাশের
 (গ) জীবনীশক্তির (ঘ) মানসিক শক্তির

৮. শিশুর আবেগের বিকাশ যেসব পরিণতির উপর নির্ভর করে —

- i. স্মারিক
 ii. শ্রেণি
 iii. পরিবেশ
 নিচের কোনটি সঠিক?

- (ক) i ও ii (খ) i ও iii
 (গ) ii ও iii (ঘ) i, ii ও iii

- নিচের অনুচ্ছেদটি পড়ে ৯ ও ১০ নং প্রশ্নের উত্তর দাও:

জনাব রেহান এবার রোড অ্যাক্সিডেন্টের কারণে হাসপাতালে ভর্তি হয়েছিলেন। তখন তাকে দুই ব্যাপ রক্ত দিতে হয়েছিল। এর কিছুদিন পর থেকেই তার শরীরের ওজন ক্রমাগত কমতে থাকে। প্রায়ই স্বপ্ন থাকে। একটু পরিশ্রমেই তিনি ক্লান্ত হয়ে পড়েন।

৯. জনাব রেহানের শারীরিক অবস্থা কোন রোগের লক্ষণের সাথে সাদৃশ্যপূর্ণ?

- (ক) হৃদরোগ (খ) ডায়াবেটিস
 (গ) এইডস (ঘ) জডিস

১০. উক্ত রোগটির ক্ষেত্রে বলা যায় —

- i. পরিণতি একমাত্র মৃত্যু
 ii. কোনো প্রতিষেধক নেই
 iii. অপরিচ্ছন্নতার কারণে এটি হয়
 নিচের কোনটি সঠিক?

- (ক) i ও ii (খ) ii ও iii
 (গ) i ও iii (ঘ) i, ii ও iii

১১. কোনটি ছাড়া জীবের অস্তিত্ব কল্পনা করা যায় না?

- (ক) স্নেহ (খ) গ্লোবিন
 (গ) ভিটামিন (ঘ) কার্বোহাইড্রেট

১২. কাঁটাসহ ছোট মাছে কোন খনিজ পদার্থ বিদ্যমান?

- (ক) সৌহ (খ) আয়োডিন
 (গ) কসফরাস (ঘ) ক্যালসিয়াম

১৩. ট্রিপলিনের উৎপত্তিস্থল কোথায়?

- ক) অগোশা খ) পাকিস্তান
গ) সুদান
ঘ) সুদানের কোম্বিগি

১৪. মৌল বিপাক ক্রিয়ার গতি বৃদ্ধি পায় —

- i. স্বয়ং হলে
ii. বার্ষিক্য উপনীত হলে
iii. পর্জীবস্থায়

নিচের কোনটি সঠিক?

- ক) i ও ii খ) ii ও iii
গ) i ও iii ঘ) i, ii ও iii

১৫. ডায়াবেটিস রোগে আক্রান্ত ব্যক্তির খাদ্যে কোনটি কম থাকা দরকার?

- ক) ভিটামিন খ) কার্বোহাইড্রেট
গ) প্রোটিন ঘ) খনিজ লবণ

নিচের অনুচ্ছেদটি পড়ে ১৬ ও ১৭ নং প্রশ্নের উত্তর দাও:

পূর্ণতার বয়স ১৬ বছর। এ সময় তার শক্তি চাহিদা বেশি বলে মা তার খাদ্য পরিকল্পনার ক্ষেত্রে সতর্কতা অবলম্বন করেন।

১৬. পূর্ণতার দৈনিক কত ক্যালরি গ্রহণ করতে হবে?

- ক) ৩,০০০ খ) ২৫,০০
গ) ২,৪০০ ঘ) ২,২০০

১৭. পূর্ণতার শক্তি বেশি ব্যয় হয় —

- i. দৈনিক বৃষ্টির কারণে
ii. মানসিক পরিবর্তনের কারণে
iii. খেলাধুলার কারণে

নিচের কোনটি সঠিক?

- ক) i ও ii খ) ii ও iii
গ) i ও iii ঘ) i, ii ও iii

১৮. রক্ত স্রাবের পথে কোন উপাদান থাকতে হবে?

- ক) আয়োডিন খ) লৌহ
গ) সোডিয়াম ঘ) ক্যালসিয়াম

১৯. ডায়াবেটিস রোগীরা কোন খাবারগুলি একটু বেশি খেতে পারবে?

- ক) কার্বোহাইড্রেট খ) প্রোটিন
গ) ক্যাচি ঘ) ভিটামিন

২০. বাড়িতে সাধারণত কোন পদ্ধতিতে খাদ্য সংরক্ষণ করা হয়?

- ক) পান্ডুরাইলেশন খ) স্কুটন
গ) ক্যানিং ঘ) শুষ্ককরণ

২১. খাদ্যের শূকানের কলে প্রতিঘত করা যায়?

- i. লীবাণুর বৃষ্টি ii. ছত্রাকের ক্রিয়া
iii. এনলাইমের ক্রিয়া
নিচের কোনটি সঠিক?

- ক) i ও ii খ) ii ও iii
গ) i ও iii ঘ) i, ii ও iii

নিচের অনুচ্ছেদটি পড়ে ২২ ও ২৩ নং প্রশ্নের উত্তর দাও:

রিয়াদ দুপুরে মাংস, ডিম, সালাদ দিয়ে ভাত খেল। কিছুক্ষণ পর সে ক্রিম দিয়ে এক টুকরা কেক খেল। ২-৩ ঘণ্টা পর তার বমি বমি ভাব ও পেট কামড়ানো শুরু হয়।

২২. রিয়াদ কোন ব্যাকটেরিয়া দ্বারা সংক্রমিত হয়েছে?

- ক) সালমোনেলোসিস খ) স্ট্রেপ্টোকোকাল
গ) বটুলিনাম ঘ) ডিবিরিও কলেরা

২৩. উক্ত অবস্থা প্রতিরোধের জন্য —

- i. খাদ্য ক্যানিংয়ের যথাযথ ব্যবস্থা গ্রহণ করতে হবে
ii. উষ্ণীকৃত খাদ্য পরিষ্কার করতে হবে
iii. বাজার নিশ্চয় এলিভয়ুজ খাদ্য গ্রহণ পরিষ্কার করতে হবে

নিচের কোনটি সঠিক?

- ক) i ও ii খ) i ও iii
গ) ii ও iii ঘ) i, ii ও iii

২৪. চোখের লাদা অংশের নাম কী?

- ক) রড খ) কনজাঘটিতা
গ) বিট্টস স্পট ঘ) কর্ণিয়া

২৫. নতুন শিশুর আগমনে পরিবারে কোনটি বৃদ্ধি পায় —

- ক) আয় খ) ব্যয়
গ) ভালোবাসা ঘ) বিশৃঙ্খলা

ক্রম	১	ক	২	ক	৩	গ	৪	ক	৫	খ	৬	ক	৭	গ	৮	খ	৯	গ	১০	ক	১১	খ	১২	খ	১৩	ক
	১৪	গ	১৫	খ	১৬	খ	১৭	গ	১৮	খ	১৯	খ	২০	খ	২১	খ	২২	খ	২৩	খ	২৪	খ	২৫	খ		