গার্হস্থ্য অর্থনীতি

গার্হস্থ্য অর্থনীতি-১ম পত্র

ক-বিভাগ : গৃহ ব্যবস্থাপনা

অধ্যায়-০১ : গৃহ ব্যবস্থাপনা

☑ গুরুত্বপূর্ণ তথ্যাবলি

- পরিবার মূল্যবোধ, লক্ষ্য ও সম্পদ নিয়ে আবদ্ধ- **একটি সামাজিক রীতির মধ্যে।**
- গৃহ ব্যবস্থাপনাকে অর্থনৈতিক দৃষ্টিভঙ্গিতে বিশ্লেষণ করেছেন- **রাইস।**
- পরিবার নিজস্ব চাহিদা পূরণ করে- **সম্পদ ব্যবহারের মাধ্যমে।**
- সম্পদ ব্যবহারের ক্ষেত্রে লক্ষ্য অর্জন করা যায়- **নানা রকম পদ্ধতি অবলম্বন করে।**
- রাইসের মতে, লক্ষ্য অর্জন হলো- **চাহিদার পরিতৃপ্তি।**
- কিছু কায়িক প্রক্রিয়া প্রয়োজন- **সিদ্ধান্ত গ্রহণে।**
- মানসিক ক্রিয়াকলাপ দ্বারা সম্ভব নয়- **সিদ্ধান্ত বাস্তবায়ন।**
- শারীরিক ক্রিয়াকলাপ প্রয়োজন- **সিদ্ধান্ত বাস্তবায়নে।**
- মানুষের কার্যকলাপ ও শারীরিক শক্তি ছাড়া ব্যবস্থাপনা সংঘটিত হয় না- **আচরণবিদদের মতে।**
- গৃহ ব্যবস্থাপনার ধারণা কাঠামো দেন- **স্কেলেটার।**
- শুধু গৃহাঙ্গনে সীমাবদ্ধ নয়- **গৃহ ব্যবস্থাপনার কর্মক্ষেত্র।**
- সমাজ পরিবর্তিত হচ্ছে- **প্রতিনিয়ত।**
- পরিবর্তনশীল সমাজের প্রভাব পড়ে- **গৃহ ও পরিবারের উপর।**
- সমাজের পরিবর্তন অনুযায়ী ব্যক্তি ও পারিবারিক জীবনে পরিবর্তন আনা বা পরিবর্তনশীল সমাজের সাথে সুশৃঙ্খলভাবে খাপ খাওয়ানোর শিক্ষা নিহিত রয়েছে- **গৃহ ব্যবস্থাপনায়।**
- গৃহ ব্যবস্থাপনার উদ্দেশ্য- **এর বিষয়বস্তুর মধ্যে নিহিত।**

☑ গুরুত্বপূর্ণ MCQ প্রশ্নোত্তর

১. নিচের কোন বিষয়টি দৈনন্দিন কার্যক্রমে জড়িয়ে আছে?
(ক) পরিকল্পনা (খ) ব্যবস্থাপনা (গ) সংগঠন (ঘ) নিয়ন্ত্রণ

২. নিচের কোনটি গৃহ পরিচালনায় প্রয়োজন?
(ক) শক্তি (খ) প্রেরণা (গ) অভিজ্ঞতা (ঘ) সম্পদ

৩. নিচের কোনটিকে প্রেষণা বলতে বোঝায়?
(ক) আচরণ (খ) বিশ্বাস
(গ) কর্মসংক্রান্ত মনোবল (ঘ) সততা

৪. মানুষের মূল্যবোধ সচেতনতা কিসে রূপ নেয়?
(ক) ব্যবস্থাপনায় (খ) সিদ্ধান্তে
(গ) প্রেষণায় (ঘ) লক্ষ্যে

৫. ব্যক্তির আচরণে কোনটির প্রভাব বেশি?
(ক) মূল্যবোধ (খ) প্রেষণা (গ) সিদ্ধান্ত (ঘ) মান

৬. গৃহ ব্যবস্থাপনায় নিচের কোনটির গুরুত্ব অপরিসীম?
(ক) শক্তি (খ) মূল্যবোধ (গ) প্রেষণা (ঘ) সম্পদ

৭. নিচের কোনটি পরিবর্তিত মূল্যবোধ?
(ক) নতুন অভিজ্ঞতা (খ) বৃত্তি লাভ
(গ) ভালোবাসা (ঘ) স্বাস্থ্য

৮. নিচের কোন লক্ষ্য অর্জনে অনেক বেশি সিদ্ধান্ত গ্রহণ করতে হয়?
(ক) তাৎক্ষণিক লক্ষ্য (খ) মধ্যবর্তীকালীন লক্ষ্য
(গ) দীর্ঘমেয়াদি লক্ষ্য (ঘ) স্বল্পমেয়াদি লক্ষ্য

৯. লক্ষ্য অর্জনের প্রতিটি ক্ষেত্রে কী রয়েছে?
(ক) কাঠামো (খ) ধাপ (গ) পদক্ষেপ (ঘ) সময়সীমা

১০. নিয়ম কানুন ও সামাজিক বিধি-নিষেধ হতে কোন মানের সৃষ্টি?
(ক) পরিমাণগত মান (খ) গুণগত মান
(গ) প্রচলিত মান (ঘ) নমনীয় মান

১১. নিচের কোন মানের কারণে মানুষ সকল সামগ্রীর সেবা ভোগ করছে?
(ক) জীবনযাত্রার মান (খ) গুণগত মান
(গ) পরিমাণগত মান (ঘ) জীবনযাপনের মান

১২. নিচের কোন মানটি মানুষকে সুযোগ সুবিধা অনুযায়ী চলাফেরার সুযোগ দেয়?
(ক) পরিমাণগত মান (খ) বাস্তবধর্মী মান
(গ) প্রচলিত মান (ঘ) নমনীয় মান

১৩. কিসের মাধ্যমে মূল্যবোধ প্রকাশ পায়?
(ক) কার্যকলাপ (খ) মান (গ) লক্ষ্য (ঘ) সিদ্ধান্ত

১৪. 'মূল্যবোধ ব্যবস্থাপনায় প্রেরণা যোগায়'- এটি কার উক্তি?
(ক) ফায়ারবার্গ (খ) রাইস (গ) গ্রস (ঘ) ক্রান্ডল

☑ জাতীয় বিশ্ববিদ্যালয়ের ভর্তি পরীক্ষার প্রশ্নোত্তর রিচার্স

১৫. গৃহ ব্যবস্থাপনা কোন ধরনের প্রক্রিয়া? [N.U. 14-15]
(ক) মানসিক (খ) অভিযোজন (গ) রাজনৈতিক (ঘ) সামাজিক

১৬. বাজেট হচ্ছে— [N.U. 13-14]
(ক) অর্থ ব্যয়ের পূর্ব পরিকল্পনা
(খ) অর্থ ব্যয়ের পরবর্তী পরিকল্পনা
(গ) অর্থ আয়ের পূর্ব পরিকল্পনা
(ঘ) উপরের কোনোটিই নয়

১৭. গৃহ ব্যবস্থাপকের দায়িত্ব কোনটি? [N.U. 12-13]
(ক) সেলাই করা (খ) ঘর গোছানো
(গ) রান্না করা (ঘ) সদস্যদের মধ্যে কর্মবণ্টন

১৮. গৃহ ব্যবস্থাপনার স্তর হিসেবে বিবেচিত হয় না কোনটি? [N.U. 10-11]
(ক) সংগঠন (খ) নিয়ন্ত্রণ
(গ) মূল্যায়ন (ঘ) বিকল্প অনুসন্ধান

উত্তরমালা

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

CamScanner

অধ্যায়-০২ : গৃহ ব্যবস্থাপনার ধাপ

☑ গুরুত্বপূর্ণ তথ্যাবলি

- ⊙ কাজ কীভাবে করা হবে বা কেন করা হবে ইত্যাদি সম্বন্ধে চিন্তা-ভাবনা করার নাম- **পরিকল্পনা।**
- ⊙ পূর্ব থেকে স্থিরকৃত কার্যক্রম- **পরিকল্পনা।**
- ⊙ ভবিষ্যতের কার্যকলাপের পূর্বাভাস- **পরিকল্পনা।**
- ⊙ পরিকল্পনাকে অনুসরণ করে- **পরবর্তী কাজসমূহ অগ্রসর হয়।**
- ⊙ পরিকল্পনা রচিত হতে পারে- **পূর্ব অভিজ্ঞতা ও যুক্তিসংগত কারণের ওপর ভিত্তি করে।**
- ⊙ বাস্তবমুখী কর্মসূচির নকশা মনে রাখতে হবে- **পরিকল্পনা গ্রহণের সময়।**
- ⊙ বিকল্প থেকে বাছাইকরণের পর- **চূড়ান্ত বিকল্প বা কার্যধারা নির্ধারণ করতে হয়।**
- ⊙ পরিকল্পনা অনেক সহজতর হয়- **সম্পর্ক ভালো থাকলে।**
- ⊙ যেকোনো পরিস্থিতি মোকাবিলার সুযোগ- **পরিকল্পনায় অন্তর্ভুক্ত থাকতে হবে।**
- ⊙ পরিবারের বিভিন্ন সদস্যের করণীয় কাজগুলো সম্পাদনের পরিকল্পনায় সংযোগ সাধন করা- **সংগঠন।**
- ⊙ গৃহীত পরিকল্পনাকে বাস্তবে রূপ দেওয়া ও সংগঠনের বিভিন্ন ধারাকে কার্যকর করে তোলা- **নিয়ন্ত্রণ।**
- ⊙ গৃহাঙ্গনের সকল কার্যকলাপ ও সকল ব্যক্তি শৃঙ্খলাবদ্ধভাবে পারিবারিক লক্ষ্য অর্জনের কাজে ব্যাপৃত কিনা তা পর্যবেক্ষণ করা- **নিয়ন্ত্রণ।**
- ⊙ নিয়ন্ত্রণ অর্থ পরিকল্পিত আচরণকে সুবন্দোবস্ত করা- **Deacon-এর মতে।**
- ⊙ সুবন্দোবস্ত- **পর্যবেক্ষণ করা, সুবিধাকরণ করা ও খাপ খাওয়ানো।**
- ⊙ পরিকল্পনা বাস্তবায়নে হঠাৎ কোনো অসুবিধা হলে- **নতুন পরিকল্পনা গ্রহণ করে তা বাস্তবায়ন করতে হবে।**
- ⊙ কাজকে সহজে আয়ত্তে আনা যায়- **কর্ম সম্পাদনের সমস্যা বা বাধা সম্পর্কে পূর্ব থেকে অনুমান করে।**
- ⊙ নিয়ন্ত্রণ কাজ সম্পন্নের জন্য প্রয়োজন- **(ক) কর্মে সক্রিয় হওয়া, (খ) পর্যবেক্ষণ ও (গ) অভিযোজন।**
- ⊙ মূল্যায়ন- **পরিচালনার স্তর।**
- ⊙ কাজের ভালো-মন্দ বিচার করা- **মূল্যায়ন।**

☑ গুরুত্বপূর্ণ MCQ প্রশ্নোত্তর

১. নিচের কোনটি জটিল মানসিক প্রক্রিয়া?
(ক) সমন্বয় সাধন (খ) বাস্তবায়ন (গ) মূল্যায়ন (ঘ) সিদ্ধান্ত গ্রহণ

২. নিচের কোন ব্যবস্থাপনাটি পারিবারিক লক্ষ্য অর্জনের ধারাবাহিক কর্মপদ্ধতি?
(ক) গৃহ (খ) শক্তি (গ) সম্পদ (ঘ) সময়

৩. নিচের কোনটি কাজের প্রেরণা সৃষ্টি করে?
(ক) নিয়ন্ত্রণ (খ) পরিকল্পনা (গ) লক্ষ্য (ঘ) সিদ্ধান্ত

৪. সংগঠনের কয়টি পর্যায় Nicholes উল্লেখ করেন?
(ক) ৪ (খ) ৫ (গ) ২ (ঘ) ৩

৫. নিচের কোনটি অবিরাম প্রক্রিয়া?
(ক) মূল্যায়ন (খ) সিদ্ধান্ত গ্রহণ (গ) নির্দেশনা (ঘ) নিয়ন্ত্রণ

৬. কোন বিষয়কে কেন্দ্র করে নিত্যদিনের পরিকল্পনা করা হয়?
(ক) মূল্যায়ন (খ) সংগঠন (গ) লক্ষ্য (ঘ) পরিকল্পনা

৭. কাজের সর্বাধিক তৃপ্তি অর্জনের জন্য কী করা প্রয়োজন?
(ক) নির্দেশনা (খ) সমন্বয় সাধন (গ) সংগঠন (ঘ) পরিকল্পনা

৮. কোন ভাষা থেকে সিদ্ধান্ত শব্দটি এসেছে?
(ক) ফার্সি (খ) ইংরেজি (গ) ল্যাটিন (ঘ) জার্মানি

৯. Decido শব্দের অর্থ কী?
(ক) রাখা (খ) কাটা (গ) ভাঙা (ঘ) ছেঁড়া

১০. 'সিদ্ধান্ত হলো বিবেচনা করে বিকল্প বাছাই করা'-সংজ্ঞাটি কে প্রদান করেন?
(ক) Crandall (খ) Simon (গ) Rimon (ঘ) Gross

১১. সিদ্ধান্ত গ্রহণের স্তর কয়টি?
(ক) ৬ (খ) ৭ (গ) ৪ (ঘ) ৫

১২. পরিবারের সদস্যদের আচরণ কিসের সাথে পরিবর্তিত হয়?
(ক) সময়ের (খ) কাজের (গ) অর্থের (ঘ) সিদ্ধান্তের

১৩. কিসের অভাবে সিদ্ধান্তে জটিলতা বৃদ্ধি পায়?
(ক) লক্ষ্যের (খ) মতামতের (গ) সমন্বয়ের (ঘ) অর্থের

উত্তরপত্র

১. ঘ | ২. ক | ৩. খ | ৪. ঘ | ৫. গ | ৬. গ | ৭. ঘ | ৮. গ | ৯. খ | ১০. খ | ১১. ঘ | ১২. ক | ১৩. গ

অধ্যায়-০৩ : গৃহ সম্পদ ব্যবস্থাপনা

☑ গুরুত্বপূর্ণ তথ্যাবলি

- ⊙ সম্পদ- **যা কিছু আমাদের চাহিদা মিটাতে সক্ষম।**
- ⊙ অর্থনীতিতে সম্পদ- **যেসব বস্তু বা সামগ্রী যা মানুষের অভাব মোচনে সহায়ক এবং যার বিনিময় মূল্য বর্তমান।**
- ⊙ গার্হস্থ্য অর্থনীতিতে সম্পদ- **যা কিছু দিয়ে বিষয় পরিবারের সকল রকম চাহিদা পূরণ করা যায়।**
- ⊙ 'সম্পদ হলো উপায় বা মাধ্যম যা চাহিদা পূরণে ক্ষমতা সম্পন্ন প্রধান হাতিয়ার স্বরূপ' বলেন- **মেলক ও ডেকন।**
- ⊙ গৃহ ব্যবস্থাপনাকে কার্যকরী করার উৎকৃষ্ট পন্থা- **সম্পদকে কাজে লাগানো।**
- ⊙ পারিবারিক নির্দিষ্ট লক্ষ্য অর্জনের জন্য মানুষ যে উপাদানসমূহ ব্যবহার করে- **তাকে গৃহ সম্পদ বলে।**
- ⊙ গৃহের প্রয়োজন মেটানোর জন্য যে বস্তু- **তাই সম্পদ।**
- ⊙ মানুষ পরিবারের বিভিন্ন কাজে ব্যবহার করে- **তার নিজস্ব অন্তর্নিহিত গুণাবলি।**
- ⊙ সকল সম্পদ নয়- **হস্তান্তর যোগ্য।**
- ⊙ হস্তান্তর যোগ্য সম্পদকে বলে- **অর্থনৈতিক সম্পদ।**
- ⊙ লক্ষ্য অর্জনের জন্য আমাদের যা কিছু উপায় আছে- **তাই সম্পদ।**
- ⊙ মানুষের যাবতীয় চাহিদা পূরণের হাতিয়ার- **সম্পদ।**
- ⊙ সম্পদ মানুষের অধিকারে আসে- **বহুভাবে।**
- ⊙ সম্পদ চিহ্নিত করা প্রয়োজন- **পরিচালনার জন্য।**
- ⊙ শ্রেণি বিন্যাস করার উদ্দেশ্য- **সবরকম সম্পদ সম্পর্কে সকলকে অবহিত করা।**
- ⊙ সম্পদ আছে- **প্রত্যেকের।**

CamScanner

☑ গুরুত্বপূর্ণ MCQ প্রশ্নোত্তর

১. নিচের কোন সম্পদটি থেকে মানসিক তৃপ্তি পাওয়া যায়?
ⓚ অমানবীয় ⓚ অর্থনৈতিক ⓖ মনস্তাত্ত্বিক ⓖ মানবীয়

২. নিচের কোনটি ব্যয় করার পূর্ব পরিকল্পনা?
ⓚ বিনিয়োগ ⓚ বিমা ⓖ হিসাব ⓖ বাজেট

৩. যে সম্পদ একজন ব্যক্তির মধ্যে নিহিত তাকে কী সম্পদ বলে?
ⓚ ব্যক্তিগত ⓚ অর্থনৈতিক ⓖ অমানবীয় ⓖ সমষ্টিগত

৪. কোনটি অদম্য সম্পদ?
ⓚ নৈপুণ্য ⓚ দৃষ্টিভঙ্গি ⓖ জ্ঞান ⓖ অর্থ

৫. মানবীয় সম্পদ কোনটি?
ⓚ গয়না ⓚ পার্ক ⓖ জ্ঞান ⓖ অর্থ

৬. সম্পদ পরস্পর কীরূপ?
ⓚ স্থিতিস্থাপক ⓚ পরিবর্তনশীল
ⓖ গ্রহণযোগ্য ⓖ ক্ষমতাধীন

৭. সাম্প্রদায়িক সম্পদ কোনটি?
ⓚ আন্তর্জাতিক বাণিজ্য চুক্তি ⓚ বিনিয়োগ
ⓖ সৃজনশীলতা ⓖ আসবাবপত্র

৮. আর্থিক আয় বলতে কী বোঝায়?
ⓚ অর্থ উপার্জন করা ⓚ অর্থ সঞ্চয় করা
ⓖ দ্রব্য পাওয়া ⓖ কর লেনদেন

৯. কোন আয়ের মাধ্যমে অর্থের বিনিময়ে পণ্য ক্রয় করা হয়?
ⓚ মানসিক ⓚ মোট
ⓖ পরোক্ষ প্রকৃত ⓖ প্রত্যক্ষ প্রকৃত

১০. পারিবারিক ব্যয় বেশি হয় কখন?
ⓚ পরিবারের আয় বাড়লে
ⓚ পরিবারের আয় কমলে
ⓖ জীবনযাত্রার মান নিম্নগামী হলে
ⓖ জীবনযাত্রার মান উন্নত হলে

১১. চাকরি বা পড়ালেখা করলে কোন খাতে ব্যয় বাড়ে?
ⓚ চিত্তবিনোদন ⓚ যোগাযোগ
ⓖ খাদ্য ⓖ বাসস্থান

১২. পরিকল্পনা দ্বারা কাগজে কলমে কোন বাজেট করা হয়?
ⓚ ঘাটতি বাজেট ⓚ উদ্বৃত্ত বাজেট
ⓖ লিখিত বাজেট ⓖ মৌখিক বাজেট

অধ্যায়-০৪ : সময় ও শক্তি ব্যবস্থাপনা

☑ গুরুত্বপূর্ণ তথ্যাবলি

- সময়ের মতো সীমাবদ্ধতা নেই– **অন্য কোনো সম্পদের।**
- হারিয়ে গেলে চিরতরে চলে যাবে– **সময়।**
- স্বাস্থ্যগত গুরুত্ব রয়েছে– **সময়ের।**
- শ্রমিকের মজুরি নির্ধারিত হয়– **সময় দ্বারা।**
- মানুষ সময়ের উপর কর্তৃত্ব লাভ করতে পারে– **ব্যবস্থাপনা দ্বারা।**
- কাজ অনুসারে সময়ের পরিকল্পনার নাম– **সময় তালিকা।**
- বাড়ির গৃহিণী বেশির ভাগ সময় অতিবাহিত করেন– **রান্না ঘরে।**
- যে ব্যক্তি সময় সম্পর্কে সচেতন তার জন্য কঠিন না– **সময়মতো কাজ করা।**
- সময় পরিকল্পনার আর এক প্রকার সম্ভাব্য ও মূল্যায়ন হলো– **পরিকল্পনাধির কার্যকারিতা যাচাই করা।**
- গান্ট চার্টের মূল কলাম– **৩টি।**
- নির্দিষ্ট সময়ের মধ্যে কাজ করার অভ্যাস গড়ে ওঠে– **সময় পরিকল্পনা করলে।**
- এক রকম হতে পারে না– **প্রত্যেক পরিবারের সময় পরিকল্পনা।**
- সময় ও শক্তি বাঁচে– **কাজের জায়গাগুলো কাছাকাছি হলে।**
- শক্তি একটি– **মানবীয় সম্পদ।**
- শক্তির তারতম্য ঘটে– **ব্যক্তি বিশেষে।**
- গতি সচেতন হতে হয়– **কাজ করার সময়।**
- সময় ও শক্তি খরচ বেশি হয়– **অনভিজ্ঞ কাজে।**
- ক্লান্তিকে ভাগ করা হয়– **২ ভাগে।**
- ক্লান্তির প্রধান কারণ– **Lactic Acid.**

☑ গুরুত্বপূর্ণ MCQ প্রশ্নোত্তর

১. কিসের সঙ্গে সময়ের আন্তঃসম্পর্ক রয়েছে?
ⓚ অর্থের ⓚ ব্যবস্থাপনার
ⓖ শক্তির ⓖ বুদ্ধির

২. কোনটি সময় ও শক্তি ব্যবস্থাপনার গুরুত্ব?
ⓚ কর্ম উদ্দীপনা বৃদ্ধি ⓚ সময় ও শক্তির অপচয় হ্রাস
ⓖ কর্মতৎপরতা বৃদ্ধি ⓖ উৎসাহ বৃদ্ধি

৩. কীভাবে শক্তির অপচয় রোধ হয়?
ⓚ সুষ্ঠু পরিকল্পনা করে কাজ করলে
ⓚ সারাদিন কাজ করলে
ⓖ সুষ্ঠু ব্যবস্থাপনার অভাব হলে
ⓖ সুষ্ঠু পরিকল্পনা না করলে

৪. ব্যক্তির কোনটি থেকে সময় ব্যবস্থাপনা উদ্ভূত হয়?
ⓚ উৎসাহ ⓚ কর্ম উদ্দীপনা
ⓖ মূল্যবোধ ⓖ সৃজনশীলতা

৫. ব্যবহারের ওপর ভিত্তি করে সময়কে কয় ভাগে ভাগ করা হয়েছে?
ⓚ ৪ ভাগ ⓚ ৩ ভাগ ⓖ ৬ ভাগ ⓖ ৫ ভাগ

৬. পরিবর্তনীয় কাজ কোনটি?
ⓚ দৈনন্দিন ঘরের ⓚ ডাক্তারের সাথে সাক্ষাৎ
ⓖ অফিসের ⓖ স্কুলের

৭. কখন শক্তির ব্যয় কম হবে?
ⓚ শক্তির সুষ্ঠু ব্যবহার হলে ⓚ কাজে তৃপ্তি আসলে
ⓖ একঘেয়েমি থাকলে ⓖ ক্লান্তি কম হলে

৮. ক্লান্তি কম হলে সঞ্চয় করা যায় কোনটি?
ⓚ অর্থ ⓚ দক্ষতা ⓖ সময় ⓖ শক্তি

৯. নিচের কোনটির পর দেহে বিশেষ রাসায়নিক দ্রব্যের আবির্ভাব ঘটে?
ⓚ খাবার খাওয়া ⓚ কাজ করা
ⓖ ঘুম থেকে ওঠা ⓖ বিশ্রাম

উত্তর:

১. গ | ২. খ | ৩. ক | ৪. গ | ৫. খ | ৬. ক | ৭. খ | ৮. ঘ | ৯. খ | ১০. ঘ | ১১. খ | ১২. ঘ

১. গ | ২. খ | ৩. ক | ৪. গ | ৫. খ | ৬. ক | ৭. ক | ৮. ঘ | ৯. খ

CamScanner

১০. কোনটি অসম্পূর্ণ থাকলে ল্যাকটিক এসিড উৎপন্ন হয় এবং ক্লান্তি আসে?
ক ভ্রমণ খ বিশ্রাম গ্রহণ
গ খাদ্য গ্রহণ ঘ অক্সিজেন গ্রহণ প্রক্রিয়া

১১. মানসিক ক্লান্তি কত প্রকার?
ক ৪ প্রকার খ ৫ প্রকার গ ২ প্রকার ঘ ৩ প্রকার

১২. কোন চার্ট অনেকটা প্রসেস চার্টের মতো দেখতে?
ক ওয়ার্ককার্ড খ অপারেশন
গ মাইক্রোমোশন ফিল্ম ঘ পাথওয়ে

অধ্যায়-০৫ : সঞ্চয়, বিনিয়োগ ও ঋণ

☑ গুরুত্বপূর্ণ তথ্যাবলি

- অনেক পরিবারকে ধ্বংসের দিকে নিয়ে যায়- **দুর্ঘটনা**।
- পরিবারকে চরম দরিদ্রের সম্মুখীন হতে হয় না- **সঞ্চয় করলে**।
- অন্যের কাছে হাত পাতা- **মানহানিকর**।
- আয়ের মধ্যে ব্যয় সীমাবদ্ধ রেখে ভবিষ্যতের জন্য কিছু অর্থ বাঁচানোর নামই- **সঞ্চয়**।
- সঞ্চয় হলো- **মানুষের ভবিষ্যৎ নিশ্চিয়তাকারী পরিবারের জাতীয় সমৃদ্ধি ও বিনিয়োগ মাধ্যম**।
- প্রাচীনকালে মানুষ অর্থ- **নিজের কাছে জমিয়ে রাখত**।
- মানুষের একটি অন্যতম গুণ- **সঞ্চয় প্রবৃত্তি**।
- বৃদ্ধ বয়সের আর্থিক নিরাপত্তা বিধান করে- **সঞ্চয়**।
- জমানো টাকা ব্যাংক- **রাষ্ট্রীয় বা জাতীয় উন্নয়নমূলক কাজে খাটিয়ে থাকে**।
- সঞ্চিত অর্থ থাকা প্রয়োজন- **জরুরি অবস্থা মোকাবিলার জন্য**।
- ছেলেমেয়েদের শিক্ষা- **ব্যয় সাপেক্ষ ব্যাপার**।
- সামাজিক ব্যক্তিসত্তাকে বিকশিত করে- **আশ্রয়**।
- অপচয় রোধে অভ্যস্ত করে- **সঞ্চয়ের অভ্যাস**।
- সরকারি নিয়মের আওতাধীন বা নিয়োগকারী নিয়ন্ত্রণাধীন হয়ে থাকে- **বাধ্যতামূলক সঞ্চয়**।

☑ গুরুত্বপূর্ণ MCQ প্রশ্নোত্তর

১. একই দামে কেনা শেয়ার বিক্রি করাকে কী বলে?
ক সেল খ ক্রেডিট
গ এ্যাট পার ঘ এ্যাট ডিসকাউন্ট

২. কিসের জন্য সঞ্চয় করা হয়?
ক আনন্দ লাভ খ ভবিষ্যতের নিরাপত্তা
গ ভোগ ঘ সম্মান

৩. বিমা কোম্পানি গ্রহীতার কী বহন করে?
ক সম্পদ খ সঞ্চয় গ জীবনের ঝুঁকি ঘ অর্থ

৪. বাধ্যতামূলক সঞ্চয় কত প্রকার?
ক ৫ প্রকার খ ৬ প্রকার গ ৩ প্রকার ঘ ৪ প্রকার

৫. অর্থের আকারে পণ্য হয় কোনটি?
ক ঝুঁকি খ ঋণ গ সরঞ্জাম ঘ স্টক

৬. কোনটি ঋণের সবচেয়ে বড় অসুবিধা?
ক সামাজিক মর্যাদা বৃদ্ধি খ মানসিক তৃপ্তি
গ ঋণগ্রস্ত হওয়া ঘ বিপদের সম্মুখীন হওয়া

উত্তরমালা: ১০. ঘ ১১. গ ১২. ঘ ❖ ১. গ ২. খ ৩. গ ৪. ক ৫. ঘ ৬. গ ৭. ক ৮. ঘ ৯. খ

☑ জাতীয় বিশ্ববিদ্যালয়ের ভর্তি পরীক্ষার প্রশ্নোত্তর রিচার্স

৭. বাজেট হচ্ছে— [N.U. 13-14]
ক অর্থ ব্যয়ের পূর্ব পরিকল্পনা
খ অর্থ ব্যয়ের পরবর্তী পরিকল্পনা
গ অর্থ আয়ের পূর্ব পরিকল্পনা
ঘ উপরের কোনোটিই নয়

৮. কোনটি সাধারণ মেয়াদি বিমা? [N.U. 11-12]
ক বিবাহ বিমা খ শিক্ষা বিমা
গ বৃত্তি বিমা ঘ সবগুলো

৯. প্রভিডেন্ট ফান্ড কোন ধরনের সঞ্চয়? [N.U. 10-11]
ক স্বেচ্ছামূলক সঞ্চয় খ বাধ্যতামূলক সঞ্চয়
গ ব্যাংকের মাধ্যমে সঞ্চয় ঘ চলতি হিসাবে সঞ্চয়

অধ্যায়-০৬ : আবাসস্থান পরিকল্পনা

☑ গুরুত্বপূর্ণ তথ্যাবলি

- তেতুলের পানি বা অম্ল জাতীয় রাসায়নিক দ্রব্য দিয়ে পরিষ্কার করতে হয়- **তামা পিতলের আসবাব**।
- শিশুদের জন্য উপযোগী- **প্লাস্টিকের তৈরি আসবাবপত্র**।
- মসৃণতা নেই বললেই চলে- **বেতের আসবাবপত্র**।
- এক সময় পরিষ্কার বা যত্ন না নিলেও সহজে চোখে পড়ে না- **কাঁচের আসবাবপত্র**।
- আসবাবপত্র তৈরির কাঠ হতে হয়- **পাকা, সরস ও নিখুঁত**।
- স্বাস্থ্যসম্মত কতকগুলো বিষয় জড়িয়ে থাকে- **আসবাবপত্রের যত্নের সাথে**।
- ফুল সাজানোর সময় গুরুত্ব দিতে হবে- **ফুল বিন্যাসের সময়, কক্ষ, উদ্দেশ্য উপলক্ষ ইত্যাদির ওপর**।
- সর্বোচ্চ ফুল- **স্বর্গের প্রতীক**।
- সর্বনিম্ন ফুল- **পৃথিবী প্রতীক**।
- বাড়ির সবচেয়ে সুন্দর ঘরটি নির্বাচন করা হয়- **বসার ঘররূপে**।
- ফুলের আকৃতি বেশ উপভোগ করা যায়- **২-৪টি ফুল আলগাভাবে রেখে দিলে**।
- রান্নাঘরের পাশেই থাকবে- **ভাড়ার ঘর**।
- রান্নাঘর- **শোয়ার ঘর থেকে দূরে হওয়া উচিত না**।
- বাইরের কোনো শব্দ প্রবেশ করতে পারবে না এমন জায়গায় হবে- **পড়ার ঘর**।
- পৃথিবীর অধিকাংশ দেশেই শহরে অধিকাংশ মানুষ বাস করে- **Multipurpose room-এ**।
- শিশুদের চলাফেরা, চিন্তাভাবনা- **বয়স্ক ব্যক্তি থেকে পৃথক**।
- আলোর ব্যবস্থা বেশ ভালোভাবে থাকা প্রয়োজন- **খাবার ঘরে**।
- জায়গার সর্বাধিক ব্যবহারে প্রচেষ্টা নিতে হবে- **আসবাব সজ্জার সময়**।
- গৃহের সর্বাপেক্ষা ভালো ঘর- **বসার ঘর**।

CamScanner

১৩. দেয়ালের রং হালকা হলে ছাদের রং কেমন হবে?
ⓚ হালকা ⓚ উজ্জ্বল ⓖ উষ্ণ ⓖ শীতল

১৪. অধিক আলো যে ঘরে প্রবেশ করে সে ঘরে কোন বর্ণ ব্যবহার করতে হয়?
ⓚ উজ্জ্বল বর্ণ ⓚ উষ্ণ বর্ণ
ⓖ হালকা বর্ণ ⓖ সবুজ বর্ণ

১৫. কোন লাইট ব্যবহারে বিদ্যুৎ সাশ্রয় হয়?
ⓚ ইনক্যান্ডিসেন্ট ⓚ এনার্জি সেভিং
ⓖ ফ্লোরোসেন্ট ⓖ টিউব

১৬. সূর্যের আলোর রং কেমন?
ⓚ হলুদ ⓚ কমলা ⓖ সাদা ⓖ হালকা বাদামি

অধ্যায়-০৮ : আসবাবপত্র নির্বাচন, বিন্যাস ও গৃহসজ্জা

☑ গুরুত্বপূর্ণ তথ্যাবলি

- আসবাবের নকশা এমন হবে যাতে– **ময়লা কম হয়।**
- গৃহকে আকর্ষণীয় ও আরামদায়ক করে– **আসবাবপত্র।**
- আসবাবপত্র নির্বাচনে লক্ষণীয় বিষয়– **পরিবারের আয়।**
- একই আসবাব দ্বারা অনেক কাজ করা যায়– **নমনীয়তার কারণে।**
- আসবাবপত্রের মূল্য নির্ভর করে– **উপকরণ ও নকশার ওপর।**
- প্রয়োজনীয়তা বিবেচনা না করে আসবাব ক্রয় করলে– **অর্থের অপচয় হয়।**
- আসবাবপত্রের ব্যবহার উপযোগিতা নির্ভর করে– **নির্দিষ্ট উদ্দেশ্য পূরণের ওপর।**
- উপযোগিতা হলো– **চাহিদা মেটানোর ক্ষমতা।**
- বদলির চাকরি হলে আসবাবপত্র হতে হবে– **হালকা।**
- কারুকাজ করা আসবাবের যত্ন নেওয়া– **সময়সাপেক্ষ।**
- দীর্ঘদিন একই স্থানে আসবাব রাখলে সৃষ্টি হয়– **একঘেঁয়েমি।**
- আসবাব নির্বাচনের পরবর্তী কাজ– **বিন্যাস করা।**
- একই ধরনের আসবাব একস্থানে রাখলে প্রতিষ্ঠিত হয়– **কাজের ঐক্য।**
- আসবাব বিন্যাসের সময় লক্ষ রাখতে হবে– **কক্ষের ব্যবহারিক দিক।**
- কেন্দ্রস্থির রেখে দুই দিকে সমান গুরুত্বের জিনিস রাখা হয়– **প্রত্যক্ষ সমতায়।**
- আসবাবপত্রের স্থায়িত্ব ও সৌন্দর্য নির্ভর করে– **যত্ন ও রক্ষণাবেক্ষণের ওপর।**
- কাঠের আসবাব মুছতে হবে– **নরম, পরিষ্কার সুতি কাপড় দিয়ে।**
- লিকুইড ক্লিনার দিয়ে পরিষ্কার করতে হয়– **কাঁচের আসবাব।**
- আসবাবপত্র সুন্দর ও টেকসই হয়– **যত্ন নিলে।**
- যত্ন নিতে সুবিধাজনক– **প্লাস্টিকের আসবাবপত্র।**

☑ গুরুত্বপূর্ণ MCQ প্রশ্নোত্তর

১. চাহিদা পূরনের ক্ষমতাকে কী বলে?
ⓚ উপযোগিতা ⓚ স্থায়িত্ব
ⓖ আরামদায়কতা ⓖ নমনীয়তা

২. কোনটির ওপর আসবাবের ব্যবহার উপযোগিতা নির্ভর করে?
ⓚ উপকরণ ⓚ স্থায়িত্ব
ⓖ দাম ⓖ নির্দিষ্ট উদ্দেশ্য পূরণ

৩. আসবাবপত্র নির্বাচনের পর কোনটি করা প্রয়োজন?
ⓚ বিন্যাস ⓚ পরিষ্কার ⓖ বিক্রি ⓖ রং

৪. খাবার টেবিলের সামনে কোনটি রাখলে পরিবেশনে সুবিধা হয়?
ⓚ চেয়ার ⓚ সেলফ ⓖ আলমারি ⓖ রেফ্রিজারেটর

৫. অলংকারিক শিল্পে মূলনীতি কয়টি?
ⓚ ৪ ⓚ ৫ ⓖ ২ ⓖ ৩

৬. সমতা কত প্রকার?
ⓚ ৪ প্রকার ⓚ ৫ প্রকার ⓖ ২ প্রকার ⓖ ৩ প্রকার

৭. মানুষ বিশ্রাম করে আগামী দিনের জন্য কোনটি সংগ্রহ করে?
ⓚ অর্থ ⓚ প্রশংসা ⓖ শক্তি ⓖ সময়

৮. ঘরের একদিকে বেশি ও অন্যদিকে কম আসবাব সংস্থাপন করলে কোনটি রক্ষা হয় না?
ⓚ ছন্দ ⓚ প্রাধান্য
ⓖ সমতা বা ভারসাম্য ⓖ সমানুপাত

৯. কাঠের জিনিসপত্র মেরামত করার জন্য বাজারে কী পাওয়া যায়?
ⓚ গ্লু ⓚ রং ⓖ ইমালশন ⓖ তেল

১০. কোনটি দ্বারা স্টিলের আসবাব পরিষ্কার করা যায়?
ⓚ রাসায়নিক দ্রব্য ⓚ পানি
ⓖ ডিটারজেন্ট ⓖ সাবান

১১. কিসের মাধ্যমে মেঝের ত্রুটি ঢেকে রাখা যায়?
ⓚ কাগজ ⓚ টেরাকোটা ⓖ পর্দা ⓖ কার্পেট

১২. দেয়ালসজ্জা করা উচিত কিসের ওপর লক্ষ রেখে?
ⓚ নকশা ⓚ কক্ষের আকার
ⓖ চাহিদা ⓖ কক্ষের রং

১৩. খাবার টেবিলে কীরূপ ফুলদানি ব্যবহার করা অনুচিত?
ⓚ লম্বা ⓚ মাঝারি ⓖ ছোট ⓖ খাট

১৪. পুষ্পসজ্জার ধরন কয়টি?
ⓚ ৩ ⓚ ২ ⓖ ৫ ⓖ ৪

১৫. জাপানি পদ্ধতিতে পুষ্পবিন্যাস কয়টি ধাপের ওপর প্রতিষ্ঠিত?
ⓚ ৫ ধাপ ⓚ ৬ ধাপ ⓖ ৩ ধাপ ⓖ ৪ ধাপ

১৬. ফুলের অন্যতম বৈশিষ্ট্য কী?
ⓚ রং ⓚ গন্ধ ⓖ রেখা ⓖ আকৃতি

☑ জাতীয় বিশ্ববিদ্যালয়ের ভর্তি পরীক্ষার প্রশ্নোত্তর রিচার্স

১৭. আসবাবপত্র নির্বাচনের ক্ষেত্রে প্রথম বিবেচ্য বিষয় কোনটি? [N.U. 14-15]
ⓚ রুচি ⓚ প্রয়োজনীয়তা
ⓖ উপযোগিতা ⓖ পরিবারের আয়

১৮. শারীরিক ক্লান্তি হ্রাসের উপায় কী? [N.U. 10-11; 12-13]
ⓚ ব্যবস্থাপনার পদ্ধতি অনুসরণ
ⓚ কাজ সহজকরণের দ্বারা
ⓖ বাড়ির নকসা পরিকল্পনার দ্বারা
ⓖ কোনোটিই নয়

১৯. কলম তৈরির সুবিধা কী? [N.U. 10-11]
ⓚ কলমের গাছে রোগ বিস্তার করে না
ⓚ কলমের গাছে শিকড় কম হয়
ⓖ কলমের গাছে অল্প সময়ে ফুল ও ফল আসে
ⓖ কলমের সাহায্যে গাছকে অনেকদিন বাঁচানো যায়

উত্তরপত্র

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

অধ্যায়-০৯ : গৃহপ্রাঙ্গণ, ছাদ ও বারান্দার ব্যবহার

☑ গুরুত্বপূর্ণ তথ্যাবলি

- ⊙ সবুজ বনায়নের মাধ্যমে বাড়িকে করা যায়- **পরিবেশবান্ধব।**
- ⊙ গৃহ প্রাঙ্গণে সবুজ বনায়নের জন্য প্রয়োজন- **সঠিক পরিকল্পনা।**
- ⊙ মস্তিষ্কের ওপর নেতিবাচক প্রভাব ফেলে- **বায়ু দূষণ।**
- ⊙ বাগান করার মাধ্যমে পূরণ হয়- **শখ।**
- ⊙ গৃহের সৌন্দর্য বৃদ্ধি পায়- **ফুলের বাগান করলে।**
- ⊙ বাগানে ফুল-ফল বা সবজি লাগাতে হবে- **ঋতু অনুসারে।**
- ⊙ খেলাধুলা করলে শিশুদের- **ক্ষুধা বাড়ে।**
- ⊙ বর্তমানে নগরজীবনে বৃদ্ধি পাচ্ছে- **স্বাস্থ্য ঝুঁকি।**
- ⊙ যেকোনো কাজের জন্য প্রয়োজন- **সঠিক পরিকল্পনা।**
- ⊙ ছাদে সবজি ও ফলের বাগান করতে হয়- **পরিকল্পনা করে।**
- ⊙ বাগানের জন্য সবচেয়ে ভালো- **দো-আঁশ মাটি।**
- ⊙ মন ভালো রাখে ও সৌন্দর্য বৃদ্ধি করে- **ফুলের বাগান।**
- ⊙ বাগান করতে হবে যেখানে পাওয়া যায়- **পর্যাপ্ত রোদ।**

☑ গুরুত্বপূর্ণ MCQ প্রশ্নোত্তর

১. সদস্যরা বাগান করে সদস্যরা কী পূরণ করতে পারে?
ক শখ খ লক্ষ্য গ অভাব ঘ চাহিদা

২. সবজি বাগান প্রশস্ত হলে সেখানে কী লাগানো যায়?
ক ফুলে কলম খ ধান
গ ফলের কলম ঘ পাট

৩. ফুলগাছ ছাড়াও বারান্দায় কী জাতীয় গাছের আবাদ করা যায়?
ক বাঁশ গাছ খ গুল্ম গাছ গ ঘাস গাছ ঘ ঝাউ গাছ

৪. নগর জীবনে বর্তমানে কোন ঝুঁকি বৃদ্ধি পাচ্ছে?
ক অর্থের খ স্বাস্থ্যের গ বিনিয়োগের ঘ বিনোদনের

৫. সকলে মিলে কাজ করলে কীরূপ সম্পর্ক গড়ে ওঠে?
ক জটিল খ তিক্ত গ মধুর ঘ স্বাভাবিক

৬. বাড়ির সামনের অংশে বৃক্ষ রোপণের সুবিধা কোনটি?
ক বাড়ি উষ্ণ থাকে খ রোদ পাওয়া যায়
গ বাড়ি ঠাণ্ডা থাকে
ঘ বেশি আলো পাওয়া যায়

৭. আজমল সাহেব গৃহ প্রাঙ্গণের কোন অংশের যথাযথ ব্যবহার করেছেন?
ক সম্মুখভাগের খ পশ্চাৎভাগের
গ মধ্যভাগের ঘ সম্মুখ ও পশ্চাদভাগের

৮. বাগান করার জন্য কোন মাটি সবচেয়ে উপযোগী?
ক এঁটেল মাটি খ দোআঁশ মাটি
গ বেলে মাটি ঘ এঁটেল ও দোআঁশ মাটি

৯. নিচের কোনটি টবে লাগানো যায়?
ক কাঁঠাল গাছ খ নারিকেল গাছ
গ ক্যাকটাস ঘ সুপারি গাছ

☑ জাতীয় বিশ্ববিদ্যালয়ের ভর্তি পরীক্ষার প্রশ্নোত্তর রিচার্স

১০. নিষ্ক্রিয় খেলা কোনটি? [N.U. 12-13]
ক গল্প শোনা খ বল খেলা
গ দৌড়ানো ঘ পুতুল খেলা

অধ্যায়-১০ : পরিবেশ সংরক্ষণ ও দুর্যোগ ব্যবস্থাপনা

☑ গুরুত্বপূর্ণ তথ্যাবলি

- ⊙ পরিবেশ হলো- **প্রাণের ধারক।**
- ⊙ আমাদের চারপাশে যা কিছু আছে তাই- **পরিবেশ।**
- ⊙ মূলত মানুষের কর্মকাণ্ডের ফলেই দূষিত হয়- **পরিবেশ।**
- ⊙ পরিবেশ দূষণকে প্রধানত ভাগ করা যায়- **চার ভাগে।**
- ⊙ South Wick বলেন- **জনসংখ্যা বৃদ্ধির ফলেই পরিবেশ দূষিত হচ্ছে।**
- ⊙ পরিবেশ দূষণের ফলে বেড়ে যাচ্ছে- **পৃথিবীর তাপমাত্রা।**
- ⊙ ঢাকা শহরের জনসংখ্যা প্রায়- **দুই কোটি।**
- ⊙ সবচেয়ে বেশি দূষণের শিকার- **ঢাকা নগরী।**
- ⊙ প্রাকৃতিক অকৃত্রিম বন্ধু- **গাছপালা।**
- ⊙ বৃক্ষরোপণকে সামাজিক আন্দোলন হিসেবে গড়ে তুলতে হবে- **পরিবেশ দূষণ প্রতিরোধে।**
- ⊙ জনসংখ্যা বৃদ্ধির হার কমাতে হলে গড়ে তুলতে হবে- **পরিকল্পিত পরিবার।**
- ⊙ প্রতিটি প্রশাসনিক ইউনিটে গঠন করতে হবে- **পরিবেশ দূষণ নিয়ন্ত্রণ বোর্ড।**
- ⊙ টেলিভিশন ও ক্যাসেট প্লেয়ার শুনতে হবে- **আস্তে।**
- ⊙ পৃথিবীর অন্যতম প্রাকৃতিক দুর্যোগের দেশ- **বাংলাদেশ।**
- ⊙ বাংলাদেশ দুর্যোগপ্রবণ দেশ- **ভৌগোলিক অবস্থানগত কারণে।**
- ⊙ উষ্ণমণ্ডলীয় অঞ্চলে বেশি সংঘটিত হয়- **ঘূর্ণিঝড়।**
- ⊙ ঘূর্ণিঝড়ের কারণে হতে পারে- **জলোচ্ছ্বাস।**
- ⊙ ভূমিকম্পের তীব্রতা পরিমাপ করা হয়- **রিখটার স্কেলে।**
- ⊙ বাংলাদেশের অতি পরিচিত দুর্যোগ- **বন্যা।**

☑ গুরুত্বপূর্ণ MCQ প্রশ্নোত্তর

১. পরিবেশ দূষণ কোন ধরনের সমস্যা?
ক একক খ ঐতিহাসিক গ জটিল ঘ জাতীয়

২. নিচের কোনটি পানিকে দূষিত করে?
ক অক্সিজেন খ বিষাক্ত রাসায়নিক পদার্থ
গ হাইড্রোজেন ঘ পারদ

৩. শব্দের তীব্রতা বেড়ে গেলে কী ধরনের পরিবেশের সৃষ্টি হয়?
ক উৎসাহপূর্ণ খ বিরক্তিকর
গ আনন্দদায়ক ঘ মনোরম

৪. জনসংখ্যা বৃদ্ধি, কলকারখানা ও যানবাহনে খনিজ তেল পোড়ানোর ফলে কোন গ্যাস নির্গত হয়?
ক অক্সিজেন খ নাইট্রোজেন
গ হাইড্রোজেন ঘ কার্বন ডাই-অক্সাইড

উত্তরমালা

১.	ক
২.	গ
৩.	খ
৪.	খ
৫.	গ
৬.	গ
৭.	খ
৮.	খ
৯.	গ
১০.	ঘ
❖	
১.	ঘ
২.	খ
৩.	খ
৪.	ঘ

CS CamScanner

৫. বাংলাদেশে পরিবেশ দূষণে সবচেয়ে বেশি আক্রান্ত কোন শহর?
ⓚ চট্টগ্রাম ⓚ ঢাকা ⓖ সিলেট ⓖ কুমিল্লা

৬. কোনটি কেন্দ্রমুখী বায়ুরূপে পরিচিত?
ⓚ বন্যা ⓚ খরা ⓖ ঘূর্ণিঝড় ⓖ নদীভাঙন

৭. কত সালে বাংলাদেশে প্রলয়ঙ্করী ঘূর্ণিঝড় হয়?
ⓚ ১৯৯১ ⓚ ১৯৯২ ⓖ ১৯৯৩ ⓖ ১৯৯৪

৮. ভূমিকম্পের সর্বোচ্চ মাত্রা কত?
ⓚ ৬ ⓚ ৭ ⓖ ৮ ⓖ ৯

৯. কোন রোগ সম্পর্কে দুর্যোগকালীন সময়ে সতর্ক থাকতে হবে?
ⓚ ডায়রিয়া ⓚ বসন্ত ⓖ জ্বর ⓖ ম্যালেরিয়া

১০. পরিবেশের ভারসাম্য রক্ষায় কোনো দেশের শতকরা কত ভাগ বনভূমি থাকা প্রয়োজন?
ⓚ ৪০ ⓚ ৩৫ ⓖ ৩০ ⓖ ২৫

১১. ওজোনস্তর ধ্বংস করছে কোন গ্যাস?
ⓚ সিএফসি ⓚ বিএফসি
ⓖ এসএফসি ⓖ এলএফসি

☑ জাতীয় বিশ্ববিদ্যালয়ের ভর্তি পরীক্ষার প্রশ্নোত্তর রিচার্স

১২. বুনন কত প্রকার? *[N.U. 12-13]*
ⓚ দুই প্রকার ⓚ তিন প্রকার
ⓖ চার প্রকার ⓖ পাঁচ প্রকার

১৩. নিচের কোনটি প্রাকৃতিক তন্তু নয়? *[N.U. 09-10]*
ⓚ রেয়ন ⓚ সুতি ⓖ পশম ⓖ লিনেন

খ-বিভাগ : বস্ত্র ও বয়নশিল্প

অধ্যায়-১১ : বাংলাদেশের ঐতিহ্যবাহী বস্ত্র

☑ গুরুত্বপূর্ণ তথ্যাবলি

- পোশাক তৈরির মূল উপাদান– **তন্তু।**
- দিন দিন বৃদ্ধি পাচ্ছে– **পোশাক তৈরির উৎসের সংখ্যা।**
- সকল প্রকার বস্ত্র তৈরির মূল উপকরণ– **সুতা।**
- সুতা তৈরি হয়– **তন্তু থেকে।**
- উদ্ভিদ ও প্রাণিজগৎ থেকে প্রাপ্ত তন্তুকে বলে– **প্রকৃতিজাত তন্তু।**
- বৈজ্ঞানিক উন্নতি ও পরীক্ষা-নিরীক্ষা থেকে প্রাপ্ত তন্তুকে বলে– **মনুষ্যসৃষ্ট তন্তু।**
- প্রাকৃতিক তন্তুর উৎস– **প্রকৃতি।**
- রাবার– **এক প্রকার প্রকৃতিজাত তন্তু।**
- এসবেসটস– **খনিজ তন্তুর উদাহরণ।**
- মিহি সুতার জন্য প্রয়োজন– **লম্বা তন্তু।**
- বিভিন্নভাবে সুতাকে শ্রেণি বিভক্ত করা হয়– **বিভিন্ন দৃষ্টিভঙ্গি থেকে।**
- যান্ত্রিক পদ্ধতিতে তন্তু থেকে সুতা প্রস্তুত করা হয়– **প্রাকৃতিক তন্তুর।**
- মোচরের পরিমাণ ভেদে সুতা– **৩ প্রকার।**
- রেশম তন্তুর দৈর্ঘ্য– **১০০০ - ৪০০০ গজ পর্যন্ত।**
- ফিলামেন্ট তন্তু দিয়ে তৈরি সুতাকে– **ফিলামেন্ট সুতা বলে।**
- দুই বা তার অধিক প্লাই সুতাকে পাক দিয়ে যে সুতা পাওয়া যায়– **তাকে কর্ড বলে।**
- দুই বা ততোধিক সিঙ্গল সুতার পাক দিয়ে যে সুতা পাওয়া যায় তাকে– **প্লাই সুতা বলে।**

☑ গুরুত্বপূর্ণ MCQ প্রশ্নোত্তর

১. ফার্সিতে জামদানি বলতে কী কাপড়কে বোঝায়?
ⓚ কাটাযুক্ত ⓚ দানাদার ⓖ বুটিদার ⓖ জামা

২. জামদানি কোন শাড়ির প্রজাতি?
ⓚ টাঙ্গাইল ⓚ মসলিন ⓖ মনিপুরি ⓖ সিল্ক

৩. লিটু জামদানি শাড়ির তাঁতি। তার শাড়ির প্রধান উপাদান কী?
ⓚ রং ⓚ সুতা ⓖ পুতী ⓖ চুমকী

৪. Topography of Dhaka গ্রন্থে জামদানি সম্পর্কে কে মন্তব্য করেছেন?
ⓚ জেমস টেলর ⓚ ওয়াটসন
ⓖ পার্ল ⓖ লুইপার

৫. তাঁতের সংখ্যা বর্তমানে টাঙ্গাইলে প্রায় কতটি?
ⓚ ৫০ হাজার ⓚ ৩ লাখ
ⓖ ২৫ হাজার ⓖ প্রায় ৩৪ হাজার

৬. কত সালে রেশম বোর্ড প্রতিষ্ঠিত হয়?
ⓚ ১৯৬০ সালে ⓚ ১৯৬৭ সালে
ⓖ ১৯৭৮ সালে ⓖ ১৯৮০ সালে

৭. টাঙ্গাইল তাঁতিরা দেশান্তরিত হয়ে কোন জেলায় শাড়ি তৈরি করছে?
ⓚ চব্বিশ পরগণা ⓚ মালদহ
ⓖ জলপাইগুড়ি ⓖ হুগলি

৮. কত সালের দিকে জ্যাকার্ড মেশিনের প্রচলন শুরু হয়?
ⓚ ১৯২০-২৫ ⓚ ১৯৩০-৩৫
ⓖ ১৯৩৫-৪০ ⓖ ১৯৪০-৪৫

৯. কী ধরনের পাড় মনিপুরি শাড়ির বৈশিষ্ট্য?
ⓚ গাঢ় ⓚ হালকা ⓖ চিকন ⓖ চওড়া

১০. মনিপুরি শাড়ির পাড়ের নকশা কীরূপ হয়?
ⓚ চতুর্ভুজাকৃতি ⓚ বর্গাকৃতি
ⓖ আয়তাকার ⓖ ত্রিভুজাকৃতি

১১. মনিপুরিদের তাঁত কী চালিত?
ⓚ শক্তি ⓚ হস্ত ⓖ ইঞ্জিন ⓖ বিদ্যুৎ

১২. মুসলিম দেশ ছাড়াও কোন দেশে বেনারসি রপ্তানি হচ্ছে?
ⓚ চীন ⓚ জাপান ⓖ রাশিয়া ⓖ ভারত

১৩. খদ্দর কাপড়ের ধরন কীরূপ?
ⓚ পাতলা ও চিকন ⓚ চিকন ও ভারী
ⓖ পাতলা ও মোটা ⓖ চিকন ও অমসৃণ

১৪. কোন কাগজে বেনারসির নকশা আঁকা হয়?
ⓚ কার্টিজ কাগজে ⓚ ট্রেসিং কাগজে
ⓖ গ্রাফ কাগজে ⓖ পোস্টার কাগজে

১৫. খাসিয়ারা কোন নৃগোষ্ঠীর অন্তর্ভুক্ত?
ⓚ এশিয়ান ⓚ ইউরোপীয় ⓖ মঙ্গোলয়েড ⓖ আফ্রিকান

উত্তরপত্র
৫. খ
৬. গ
৭. ক
৮. ঘ
৯. ক
১০. ঘ
১১. ক
১২. খ
১৩. খ
❖
১. গ
২. খ
৩. খ
৪. ক
৫. ঘ
৬. গ
৭. খ
৮. খ
৯. ক
১০. ঘ
১১. খ
১২. ঘ
১৩. গ
১৪. গ
১৫. গ

১৬. খাসিয়ারা মৃত্যু পরিবেশনকারে কী পরাতে পছন্দ করে?
ক) ফুল খ) কাজিম পিন
গ) অলংকার ঘ) সিল্ক জামা

১৭. কে চাকমা সমাজের প্রধান?
ক) মাতা খ) পিতা গ) ভ্রাতা ঘ) রাজা

১৮. চাকমারা নৃ-তাত্ত্বিক বিচারে কোন জনগোষ্ঠীর লোক?
ক) মঙ্গোলয়েড গোষ্ঠী খ) আর্য গোষ্ঠী
গ) দ্রাবিড়ীয় গোষ্ঠী ঘ) ইন্দো-ইউরোপীয়ান গোষ্ঠী

১৯. কোনটি রাখাইনদের ঐতিহ্যের প্রতীক?
ক) লুঙ্গি খ) অলংকার গ) পাগড়ি ঘ) শাড়ি

২০. সাঁওতাল পুরুষরা পূর্বে কীরূপ থানের ধুতি পরিধান করত?
ক) লাল থান খ) সাদা থান
গ) হলুদ থান ঘ) গেরুয়া থান

২১. মণিপুরিদের আঞ্চলিক তাঁতকে কী বলা হয়?
ক) কমর খ) বেইন গ) খাঁড় ঘ) পিনোন

২২. কোন দেশের রাজকন্যা গোপনে রেশমের কুকুন তার খোঁপায় লুকিয়ে এনেছিল?
ক) চায়নার খ) তিব্বতের গ) স্পেনের ঘ) ফ্রান্সের

অধ্যায়-১২ : ফ্যাশন, স্টাইল ও ডিজাইন

গুরুত্বপূর্ণ তথ্যাবলি

- ফ্যাশন পরিবর্তিত হয়– চক্রাকারে।
- দ্রুততার সাথে প্রতিষ্ঠা লাভ করে– ফ্যাশন।
- ব্যক্তির ব্যক্তিত্ব প্রকাশের মাধ্যম– স্টাইল।
- সব সমাজেই বিদ্যমান– ফ্যাশন।
- ফ্যাশন হলো– বহুমুখী শিল্প।
- বিলুপ্ত হতে পারে– ফ্যাশন।
- সীমাবদ্ধতা নেই– ফ্যাশনের।
- সৌন্দর্য বিকাশের কৌশল– স্টাইল।
- ডিজাইন এর অর্থ– সৌন্দর্য ও শৃঙ্খলা।
- ডিজাইন হলো– নিয়মতান্ত্রিক পরিকল্পনা।
- বস্তুর বাহ্যিক আকারকে বলে– ডিজাইন।
- বস্তুর বাহ্যিক সৌন্দর্য বৃদ্ধির জন্য করা হয়– সজ্জামূলক ডিজাইন।
- সজ্জামূলক ডিজাইনে অনুসরণ করা হয়– নকশার উপাদান ও নীতি।
- উৎস অনুসারে ডিজাইন– দুই প্রকার।
- সুসংবদ্ধ ও সংগঠিত পরিকল্পনা হলো– ডিজাইন।
- ফ্যাশনের বিলুপ্তি হয়– পতন ঘটলে।
- সৃজনশীলতা ও নতুনত্ব গ্রহণের আগ্রহ– ফ্যাশন পরিবর্তনের কারণ।
- পণ্যের গুণাগুণ জানা যায়– বিজ্ঞাপনের মাধ্যমে।
- ফ্যাশন পরিবর্তনের পোশাক আসে– নতুনত্ব।
- মানুষ পরিবর্তন চায়– একঘেয়েমি দূর করতে।
- মানুষ ফ্যাশন সচেতন হয়– অর্থনৈতিক অবস্থা ভালো হলে।
- একটি জাতির পরিচয়ের ধারক ও বাহক– পোশাক।
- বিজ্ঞান ও প্রযুক্তির উন্নয়নে প্রসার ঘটায়– শিল্পের।

গুরুত্বপূর্ণ MCQ প্রশ্নোত্তর

১. পোশাকের ব্যবহারের ভিন্নতা থেকে কোনটির উৎপত্তি হয়েছে?
ক) ফ্যাশন ও ডিজাইন খ) ডিজাইন ও স্টাইল
গ) ফ্যাশন ও স্টাইল ঘ) ডিজাইন ও পোশাক

২. নিচের কোনটি বিলুপ্ত হতে পারে?
ক) স্টাইল খ) পোশাক গ) ফ্যাশন ঘ) মানুষ

৩. ফ্যাশন স্টাইলের কোন রূপটি বহন করে?
ক) বাহ্যিক খ) অভ্যন্তরীণ গ) জীবন্ত ঘ) অলংকারিক

৪. সমাজের নিচু স্তরে ফ্যাশনের পরিবর্তন কীরূপ?
ক) দ্রুত খ) প্রসারিত গ) সংকুচিত ঘ) উদাসীন

৫. কোনটি বিলুপ্ত হয় না?
ক) ফ্যাশন খ) স্টাইল গ) ডিজাইন ঘ) রীতি

৬. স্টাইল বলতে কী বোঝায়?
ক) যুগধর্মী ফ্যাশন খ) ব্যক্তির নিজস্ব চিন্তা
গ) প্রচলিত পদ্ধতি ঘ) ফ্যাশন প্রবণতা

৭. স্টাইলের আকর্ষণ কীরূপ?
ক) অস্থিতিশীল খ) স্থিতিশীল
গ) তীব্র ঘ) স্বচ্ছ

৮. ডিজাইন বলতে কোন পরিকল্পনা বোঝায়?
ক) নিয়মতান্ত্রিক পরিকল্পনা খ) বাস্তব পরিকল্পনা
গ) প্রাকৃতিক পরিকল্পনা ঘ) কৃত্রিম পরিকল্পনা

৯. কীভাবে ফ্যাশন ঘুরতে থাকে?
ক) চক্রাকারে খ) ত্রিভুজাকৃতিতে
গ) সরলরেখায় ঘ) বক্রভাবে

১০. কখন মানুষ ফ্যাশন সচেতন হয়?
ক) অর্থনৈতিক অবস্থা ভালো হলে
খ) অর্থনৈতিক অবস্থা খারাপ হলে
গ) পোশাকের অভাববোধ হলে
ঘ) পোশাক বেশি থাকলে

১১. কোনটি জাতির পরিচয়ের ধারক ও বাহক?
ক) সভ্যতা খ) পোশাক গ) কাপড় ঘ) ফ্যাশন

১২. কোন শিল্পে ফ্যাশনের গুরুত্ব বাড়িয়েছে?
ক) কৃষি শিল্প খ) বস্ত্র শিল্প
গ) শিক্ষা শিল্প ঘ) ইস্পাত শিল্প

১৩. পোশাকের আকার কোন ধরনের ডিজাইন?
ক) সজ্জামূলক খ) বিমূর্ত গ) প্রাকৃতিক ঘ) গঠনমূলক

১৪. পোশাকের সৌন্দর্য বাড়ানো যায় কোন ডিজাইন দ্বারা?
ক) গঠনমূলক খ) সজ্জামূলক
গ) প্রাকৃতিক ঘ) কৃত্রিম

১৫. উৎস অনুযায়ী ডিজাইনকে কয় ভাগে ভাগ করা যায়?
ক) ২ খ) ৩ গ) ৪ ঘ) ৫

১৬. কেন মানুষের ফ্যাশন পরিবর্তিত হয়?
ক) চাহিদা খ) সৃজনশীলতা
গ) সম্মান ঘ) পেশা

১৭. কেমন হওয়া উচিত শিশুদের পোশাক?
ক) ফ্যাশনসম্মত খ) আরামদায়ক
গ) জমকালো ঘ) অপেক্ষাকৃত ছোট

উত্তর:
১৬. গ ১৭. ঘ ১৮. গ ১৯. গ ২০. ঘ ২১. ঘ ২২. ঘ
❖
১. গ ২. গ ৩. গ ৪. ঘ ৫. ঘ ৬. খ ৭. খ ৮. ক ৯. ক ১০. ক ১১. খ ১২. খ ১৩. ঘ ১৪. খ ১৫. ক ১৬. খ ১৭. খ

অধ্যায়-১৩ : বস্ত্রে রং ও ছাপা

☑ গুরুত্বপূর্ণ তথ্যাবলি

- বস্ত্রে ছাপার কাজ ও রং প্রয়োগ করলে- **এর বাহ্যিক সৌন্দর্য অনেকাংশে বৃদ্ধি পায়।**
- মড আবিষ্কার করেন- **উইলিয়াম হেনরী পারকিন।**
- অ্যাসিড ডাই- **সূর্যালোক জমে যায়।**
- রেশম ও পশমের বস্ত্রে- **ক্ষার জাতীয় রং বেশি পাকা হয়।**
- রেশম ও পশম- **ক্ষারের সংস্পর্শে নষ্ট হয়ে যায়।**
- ভ্যাট রং- **৩ প্রকার।**
- ন্যাপথল ডাই করা- **সময় সাপেক্ষ।**
- প্রত্যক্ষ রং এর রূপান্তরকে- **Diazotising & developing বলে।**

☑ গুরুত্বপূর্ণ MCQ প্রশ্নোত্তর

১. **ন্যাপথল বা এজোইক রং করার সময় কিসের দ্রবণে ডোবাতে হয়?**
ⓚ ডায়োজোটাইড ⓖ তুঁত ⓖ হাইড্রোসালফাইড ⓖ ক্লোরিন

২. **এসিডের রাসায়নিক লবণ দ্বারা গঠিত হয় কোন রং?**
ক বিকশিত খ বেসিক গ মরড্যান্ট ঘ এসিড

৩. **রেশমি বস্ত্রে প্রয়োগ করা যায় না কোন রং?**
ক বেসিক রং খ ন্যাপথল রং গ ভ্যাট রং ঘ এসিড মিশ্রিত রং

৪. **কোনটি ব্যয়বহুল ডাই?**
ক ভ্যাট খ এসিড গ বেসিক ঘ ন্যাপথল

৫. **এসিডের সংস্পর্শে আসলে কোন রঙের পরিবর্তন ঘটে?**
ক ন্যাপথল খ ভেজিটেবল গ ডাইরেক্ট ঘ বিকশিত

৬. **বস্ত্রের ছাপা বলতে কী বোঝায়?**
ক এক বা একাধিক বর্ণের সমারোহ
খ স্থায়িত্ব বৃদ্ধি করা
গ আকর্ষণের মূল কেন্দ্রবিন্দু
ঘ বস্ত্র রং করা

৭. **কৃত্রিম রং কত প্রকার?**
ক ৫ প্রকার খ ৬ প্রকার গ ৭ প্রকার ঘ ৮ প্রকার

৮. **হরিতকীর মিশ্রণ থেকে তুলে কপার সালফেট মিশ্রিত পাত্রে কাপড় ডুবালে কোন রং পাওয়া যাবে?**
ক লাল খ নীল গ কমলা ঘ জলপাই

৯. **টাই ডাই বলতে কী বোঝায়?**
ক মোমের দ্রবণে ডোবানো
খ কাপড় বেঁধে রঙে ডোবানো
গ কাপড়ে ছাপা দেওয়া
ঘ রঙিন দ্রবণে কাপড় ডোবানো

১০. **কয়টি উপায়ে বন্ধন প্রক্রিয়া করা হয়?**
ক ২ খ ৩ গ ৪ ঘ ৫

১১. **কয়টি পদ্ধতিতে বাটিক প্রিন্ট সাধারণত করা যায়?**
ক ৫ পদ্ধতিতে খ ৪ পদ্ধতিতে গ ২ পদ্ধতিতে ঘ ৩ পদ্ধতিতে

১২. **পিগমেন্ট রং তৈরিতে জৈব দ্রবণের সাথে কোন দ্রবণ মেশাতে হয়?**
ক সাংশ্লেষিক পিগমেন্টের দ্রবণ
খ সালফার ডাই অক্সাইড
গ ফিটকিরি
ঘ পটাশিয়াম ডাই অক্সাইড

১৩. **কোন রং ছাপার কাজে ব্যবহৃত হয়?**
ক ভ্যাট রং খ পিগমেন্ট রং গ মরড্যান্ট রং ঘ বেসিক ডাই

১৪. **পিতলের তৈরি বস্তু কোনটি?**
ক রোলার খ জাল্টিং গ এজোইক ঘ নীল ভ্যাট

১৫. **সবেচেয়ে কম ব্যয়বহুল পদ্ধতি কোনটি?**
ক কাঁচামাল অবস্থায় রং প্রয়োগ
খ সুতাতে রং প্রয়োগ
গ বস্ত্রে খণ্ড খণ্ড রং প্রয়োগ
ঘ স্লাব ডাইং

উত্তরপত্র: ১. ক ২. গ ৩. গ ৪. ক ৫. গ ৬. ক ৭. ঘ ৮. ঘ ৯. খ ১০. গ ১১. ঘ ১২. ক ১৩. খ ১৪. খ ১৫. ক ❖ ১. ক ২. ঘ

অধ্যায়-১৪ : পোশাকে শিল্পকলার নীতি ও উপাদান

☑ গুরুত্বপূর্ণ তথ্যাবলি

- পোশাকের সৌন্দর্য বিচার হয়- **পরিধানকারীকে কতটুকু মানিয়েছে তার উপর।**
- পরিবেশ উপযোগী পোশাক- **মনে অস্থিরভাব আনে না।**
- উপযুক্ত পোশাকে- **দৃপ্ত সতেজ ভঙ্গি আসে।**
- ব্যক্তিত্ব প্রকাশ পায়- **উপযুক্ত পোশাকে।**
- পোশাকের আকার, নকশা, জামিন ও বল- **ব্যক্তিত্বের ওপর বিশেষ প্রভাব ফেলে।**
- খাটো মেয়েদের জন্য- **গাঢ় রং-এর পোশাক উপযোগী।**
- উজ্জ্বল রং কে- **আনন্দদায়ক রং বলে।**
- সামাজিক রীতিনীতি ও সংস্কৃতির প্রতি লক্ষ্য রেখে- **পোশাক পরিধান করা উচিত।**
- পোশাকের মাধ্যমে ব্যক্তিত্বের প্রকাশ পায়- **৩ ধরনের।**
- বহির্মুখী ব্যক্তিত্বের অধিকারী ব্যক্তি- **সামাজিক হয়।**
- সমাজ পরিচালিত করে- **বহির্মুখী ব্যক্তিদের।**
- চাপা স্বভাবের এবং আত্মকেন্দ্রিক হয়- **অন্তর্মুখী ব্যক্তিত্বের অধিকারী।**
- অতি আধুনিকতা বা নিরেট অসামাজিকতা- **কোনোটাই পোশাক নির্বাচনের ক্ষেত্রে প্রযোজ্য নয়।**

☑ গুরুত্বপূর্ণ MCQ প্রশ্নোত্তর

১. **মসৃণ জমিনে রং করলে কীরূপ হয়?**
ক চকচকে খ হালকা গ ধূসর ঘ উজ্জ্বল

২. **কোন রং মনে প্রশান্তি বিরাজ করে?**
ক লাল খ হলুদ গ সবুজ ঘ নীল

CamScanner

৩. কোন রেখা সৌন্দর্য ও কমনীয়তা বৃদ্ধি করে?
ক বক্র রেখা খ তির্যক রেখা
গ কোনাকুনি রেখা ঘ সমান্তরাল রেখা

৪. কোন জমিনবিশিষ্ট কাপড় দ্বারা নকশা সৃষ্টি করা সহজ হয়?
ক মসৃণ খ সূক্ষ্ম গ অমসৃণ ঘ হালকা

৫. বিন্দু বলতে কী বোঝায়?
ক ক্ষুদ্র গোলাকৃতি দাগ বা ফোঁটা
খ সূক্ষ্ম একটি ফোঁটা
গ বড় ফোঁটা
ঘ তিনটি ফোঁটা

৬. কোন স্তরের রংগুলো প্রকৃত নিজস্ব স্তরের রং নয়?
ক লাল রং খ সাদা রং গ মৌলিক রং ঘ প্রান্তিক রং

৭. দেহের আকৃতি ছোট হলে কেমন রঙের পোশাক নির্বাচন করা উচিত?
ক গাঢ় রং খ হালকা রং গ স্নিগ্ধ রং ঘ বিপরীত রং

৮. যেকোনো শিল্পের Building Block কোনটি?
ক আকার খ জমিন গ রং ঘ বিন্দু

৯. সমতা বলতে কী বোঝায়?
ক সমানভাবে বিন্যস্ত খ সমানভাবে ছড়ানো ওজন
গ সমানভাবে বিরাজিত ঘ সমানভাবে প্রভাবিত

১০. কোনো শিল্প বস্তুতে সমতা থাকলে এর কী প্রকাশ পায়?
ক স্থায়িত্ব খ ভারসাম্য গ সঙ্গতি ঘ অনুপাত

১১. কোন রঙে আপাতদৃষ্টিতে দেহাকৃতি ছোট দেখায়?
ক গাঢ় খ হালকা গ উষ্ণ ঘ শীতল

১২. পোশাকে বিন্দুর পুনরাবৃত্তির মাধ্যমে কী আনা যায়?
ক জমিন খ ছন্দ গ রং ঘ আকার

১৩. 'দুই দিকের ওজন ও শক্তি একই থাকে।'– এটি কোন শিল্পনীতির ক্ষেত্রে প্রযোজ্য?
ক সমানুপাত খ অনুপাত গ ভারসাম্য ঘ ছন্দ

১৪. কোনো বস্তুর বাইরের রূপরেখাকে কী বলে?
ক রেখা খ জমিন গ মিল ঘ আকার

১৫. কোন রেখা সাহস ও সততা বোঝায়?
ক তীর্যক খ বক্র গ সমান্তরাল ঘ খাড়া

☑ জাতীয় বিশ্ববিদ্যালয়ের ভর্তি পরীক্ষার প্রশ্নোত্তর রিচার্স

১৬. গ্রেইন লাইন অনুযায়ী কাপড় কাটলে পোশাকের— [N.U. 11-12]
ক স্থায়িত্ব বাড়ে খ সেলাইয়ে সুবিধা হয়
গ আঁকাবাঁকা হয়ে যায় ঘ কাপড় বেঁচে যায়

অধ্যায়-১৫ : পোশাকের ছাঁটি ও সেলাই

☑ গুরুত্বপূর্ণ তথ্যাবলি

- প্রতিটি মানুষের ভিন্ন হয়– **চাহিদা ও রুচি।**
- ঘরে পোশাক তৈরি করলে সাশ্রয় হয়– **অর্থের।**
- পোশাকের মাপ নেওয়ার সরঞ্জাম– **ফিতা, স্কেল, গজ কাঠি।**
- সুতা কাটার সরঞ্জাম– **কাঁচি, পিনকিং সিজার, সীম রিপার।**
- দাগ দেওয়ার সরঞ্জাম– **ট্রেসিং হুইল, কাগজ, চক, সুতা।**
- সেলাইয়ের প্রধান সরঞ্জাম হচ্ছে– **সেলাই মেশিন।**
- ফ্রেম ব্যবহারের সুবিধা– **কাপড় টান টান হয়।**
- হাতে সেলাই করার সরঞ্জাম– **ফ্রেম।**
- চাপ দেওয়ার সরঞ্জাম– **স্লিভবোর্ড, সিমরোল, পয়েন্ট প্রেসার।**
- মেশিনের গুণগত মান বৃদ্ধি পায়– **যত্নের মাধ্যমে।**
- কোনো জিনিসের স্থায়িত্ব নির্ভর করে– **যত্ন ও রক্ষণাবেক্ষণের উপর।**
- মেশিনের যন্ত্রাংশগুলো ভালো থাকে– **নিয়মিত তেল দিলে।**
- সেলাই মেশিনের রক্ষণাবেক্ষণ– **দুই প্রকার।**
- প্রিভেন্টিভ মেইনটেইন্স এর অর্থ– **প্রতিরোধমূলক রক্ষণাবেক্ষণ।**
- মেশিন চলাকালীন সময় পার্টস ক্ষতিগ্রস্ত হয়– **ঘর্ষণজনিত সংঘর্ষের কারণে।**

☑ গুরুত্বপূর্ণ MCQ প্রশ্নোত্তর

১. মানানসই ফিটিং পোশাকের পূর্বশর্ত পরিধানকারীর কোনটি?
ক পছন্দ খ দেহের মাপ
গ পোশাক ঘ বয়স

২. উন্নত ধরনের লক স্টিচ আবিষ্কার হয় কত সালে?
ক ১৮৪৮ সালে খ ১৮৪৯ সালে
গ ১৮৫০ সালে ঘ ১৮৫১ সালে

৩. সুইং মেশিন মেইনটেনেন্স কী?
ক সেলাই মেশিন রক্ষণাবেক্ষণ
খ যন্ত্রাংশ রক্ষণাবেক্ষণ
গ সেলাই মেশিন পরিষ্কার
ঘ কারখানা নিয়ন্ত্রণ

৪. মেশিন নষ্ট হওয়ার ফলে যে মেইনটেনেন্স করা হয় তাকে কোন মেইনটেনেন্স বলে?
ক প্রিভেনটিভ খ ব্রেকডাউন
গ ইকুপমেন্ট ঘ অ্যাডভান্স

৫. সঠিক নিয়মে সেলাই মেশিনে সুচ না লাগালে কী হয়?
ক সুচ ঢিলা হয়ে যায় খ সুচ ভেঙে যায়
গ মেশিন অকেজো হয়ে যায় ঘ মেশিনের গতি কমে যায়

৬. সেলাই মেশিন যেন ঠিকমতো কাজ করে সেজন্য কী করতে হবে?
ক পানি দিয়ে পরিষ্কার করতে হবে
খ নিয়মিত তেল দিতে হবে
গ সাবান দিয়ে পরিষ্কার করতে হবে
ঘ বেশি চালাতে হবে

৭. ডিজাইন রদবদল করে প্যাটার্ন প্রস্তুত করাকে কী বলে?
ক মূল নকশা খ বেসিক নকশা
গ প্যাটার্ন ড্রাফটিং ঘ মডেলিং

৮. পেটিকোট তৈরির ক্ষেত্রে কয়টি মাপ নিতে হয়?
ক ২ টি খ ৩ টি গ ৪ টি ঘ ৫ টি

৯. দর্জির পরিভাষায় হিপ বলতে কিসের মাপ বোঝায়?
ক হাঁটুর ঘেরের খ হিপের উঁচু মাংসল অংশের
গ উরুর মাংসল অংশের ঘ কোমরের ঘেরের

উত্তরমালা

৩. ক	৪. খ
৫. ক	৬. ঘ
৭. ক	৮. ঘ
৯. খ	১০. ক
১১. খ	১২. খ
১৩. গ	১৪. ঘ
১৫. গ	১৬. ক

❖

১. খ	২. ঘ
৩. ক	৪. খ
৫. খ	৬. খ
৭. গ	৮. খ
৯. খ	

১০. কোন সুতার দিকে কাটলে কাপড় বেশি টেকসই হয়?
(ক) টানা সুতা (খ) পড়েন সুতা
(গ) আড় সুতা (ঘ) চওড়া সুতা

১১. কোন ফোঁড়টি নকশা ভরাট করার কাজে ব্যবহৃত হয়?
(ক) ডাল (খ) রান (গ) স্যাটিন (ঘ) পালক

১২. দেহের কী অনুযায়ী পোশাকের নকশা আঁকা হয়?
(ক) মাপ (খ) গঠন (গ) উচ্চতা (ঘ) রং

১৩. সেলাইয়ের সরঞ্জামের মধ্যে প্রধান সরঞ্জাম কোনটি?
(ক) ফ্রেম (খ) সুচ
(গ) সুতা (ঘ) সেলাই মেশিন

১৪. সালোয়ার তৈরি করতে কয়টি মাপের প্রয়োজন হয়?
(ক) দুই টি (খ) তিন টি (গ) চার টি (ঘ) পাঁচ টি

১৫. ঘরে পোশাক তৈরি করলে কোনটির সাশ্রয় করা যায়?
(ক) সময় (খ) শক্তি (গ) অর্থ (ঘ) কাপড়

☑ জাতীয় বিশ্ববিদ্যালয়ের ভর্তি পরীক্ষার প্রশ্নোত্তর রিচার্স

১৬. রেশমের সুতা থেকে বিভিন্ন পর্যায়ে আঠা দূর করার পদ্ধতি হলো— [N.U. 11-12]
(ক) থ্রোয়িং (খ) রিলিং
(গ) ডিগামিং (ঘ) গ ও ঘ উভয়ই

অধ্যায়-১৬ : বস্ত্রের দাগ অপসারণ ও সংস্করণ

☑ গুরুত্বপূর্ণ তথ্যাবলি

- মার্জিত পোশাকের অবাঞ্ছিত চিহ্নকে বলে– **দাগ।**
- প্রাণিজ দাগে থাকে– **প্রোটিন উপাদান।**
- উগ্র অপসারক বেশি সময় কাপড়ের সংস্পর্শে থাকলে– **ক্ষতি হয়।**
- রেশম ও পশমের ক্ষতি করে– **ক্ষার।**
- উৎস অনুসারে বিভিন্ন দাগকে ভাগ করা যায়– **পাঁচ ভাগে।**
- বিষাক্ত অপসারক দ্রব্য– **গাঢ় অক্সালিক অ্যাসিড।**
- ভিনেগার বা অ্যাসিটিক অ্যাসিড, বেকিং সোডা– **মৃদু অপসারক।**
- রঙিন কাপড়ের রং নষ্ট করে– **ক্লোরিন।**
- দাগ অপসারণের সময় জানতে হবে– **তন্তুর প্রকৃতি।**
- রেশম ও পশম তন্তুর ক্ষতির করে– **গরম পানি।**
- আগুনের সংস্পর্শে সহজে জ্বলে ওঠে– **ইথার।**
- তন্তুর প্রকৃতি, রং দাগের উৎস ও স্থায়ীত্ব জানতে হবে– **দাগ অপসারণের পূর্বে।**
- কাপড়ে তেলের দাগ লাগলে ঘষতে হবে– **ট্যালকম পাউডার বা চকের গুঁড়া দিয়ে।**
- তেলের দাগ লাগলে সাবান ও গরম পানি দিয়ে ধুলে উঠে যায়– **সুতি ও লিনেন কাপড়ে।**
- পোশাক পুরাতন ও জীর্ণ হয়ে পড়ে– **ব্যবহারের ফলে।**
- পুরাতন বস্ত্রে দোষ-ত্রুটি দেখা দিলে প্রয়োজন হয়– **সংস্কারের।**
- সময়ের সাথে সাথে পরিবর্তিত হয়– **ফ্যাশন স্টাইল।**
- ছোটদের কাপড়ের স্থানবিশেষ ছিঁড়ে যায়– **চঞ্চলতার কারণে।**
- অনেক ক্ষেত্রেই সুযোগ সীমিত থাকে– **পরিবর্তনের।**
- রিফু করতে হয় কাপড়ের– **সোজা দিকে।**
- কাপড়ের রং ও জমিনের সাথে মিল রেখে নিতে হয়– **রিফুর সুতা।**
- রিফু করার জন্য ব্যবহার করতে হবে– **চিকন লম্বা সুঁচ।**

☑ গুরুত্বপূর্ণ MCQ প্রশ্নোত্তর

১. দাগগুলোকে উৎস অনুসারে কয়টি ভাগে ভাগ করা যায়?
(ক) ২ ভাগে (খ) ৩ ভাগে (গ) ৪ ভাগে (ঘ) ৫ ভাগে

২. প্রাণিজ দাগ অপসারণে কোন অপসারকগুলো ব্যবহার করা যাবে?
(ক) গ্লিসারিন, বেনজিন (খ) অ্যালকোহল, ফ্রেঞ্চচক
(গ) অক্সালিক এসিড, বোরাক্স (ঘ) বোরাক্স দ্রবণ, অ্যামোনিয়া

৩. বিষাক্ত এসিড কোনটি?
(ক) নাইট্রিক এসিড (খ) অক্সালিক এসিড
(গ) অ্যাসিটিক এসিড (ঘ) সাইট্রিক এসিড

৪. কোনটি বিষাক্ত অপসারক দ্রব্য?
(ক) হাইড্রোক্লোরিক এসিড (খ) অক্সালিক এসিড
(গ) ক্লোরিন (ঘ) অ্যামোনিয়া

৫. কোনটি হলুদের দাগ মুছতে ব্যবহৃত হয়?
(ক) হাইড্রোজেন পারঅক্সাইড (খ) টেট্রাক্লোরাইড
(গ) বোরাক্স (ঘ) পটাশিয়াম পারম্যাঙ্গানেট

৬. চা ও কফির দাগ কাপড়ে লাগলে কোন রং ধারণ করে?
(ক) বাদামি (খ) হলুদ (গ) নীল (ঘ) লাল

৭. ছোটদের কাপড়ের স্থানবিশেষ ছিঁড়ে যায় কেন?
(ক) যত্ন নেয় না বলে (খ) চঞ্চল বলে
(গ) কাপড় জীর্ণ বলে (ঘ) কাপড় নরম বলে

৮. কাপড়ে কোন দাগ লাগলে গরম পানি দিয়ে ধোয়া উচিত নয়?
(ক) রঙের দাগ (খ) উদ্ভিজ্জ দাগ
(গ) প্রাণিজ দাগ (ঘ) চর্বি জাতীয় দ্রব্যের দাগ

৯. কোন অপসারক আগুনের সংস্পর্শে সহজে জ্বলে ওঠে?
(ক) ক্লোরিন (খ) অ্যামোনিয়া
(গ) বেনজিন (ঘ) ইথার

১০. কাপড় হতে চর্বির দাগ অপসারণে দাগযুক্ত স্থানে কী ঘষতে হবে?
(ক) হলুদ গুঁড়ো (খ) চকের গুঁড়ো
(গ) ডিটারজেন্ট (ঘ) লেবুর রস

১১. অক্সালিক এসিড কোন দাগ দূর করে?
(ক) উদ্ভিজ্জ দাগ (খ) প্রাণিজ দাগ
(গ) চর্বি জাতীয় দাগ (ঘ) খনিজ দাগ

১২. কিসের স্পর্শে ইথার সহজে জ্বলে ওঠে?
(ক) অক্সিজেন (খ) হাইড্রোজেন
(গ) মিথেন (ঘ) আগুন

১৩. কোনটি মৃদু অপসারক?
(ক) বোরাক্স (খ) ক্লোরিন
(গ) হাইড্রোক্লোরিক এসিড (ঘ) জাভেলী ওয়াটার

উত্তর
১০. ক | ১১. গ | ১২. ক | ১৩. ঘ | ১৪. গ | ১৫. গ | ১৬. ঘ
❖
১. ঘ | ২. ঘ | ৩. খ | ৪. খ | ৫. ক | ৬. ক | ৭. খ | ৮. গ | ৯. ঘ | ১০. খ | ১১. ক | ১২. গ | ১৩. ক

গার্হস্থ্য অর্থনীতি-২য় পত্র

ক-বিভাগ : শিশুর বিকাশ ও পারিবারিক সম্পর্ক

অধ্যায়-০১ : বাংলাদেশের বর্তমান পরিবার কাঠামো

গুরুত্বপূর্ণ তথ্যাবলি

- সমাজ মূলত- **একটি সংগঠন বিশেষ।**
- পরিবার বিশেষভাবে প্রভাবিত ও নিয়ন্ত্রিত হয়- **সামাজিক প্রতিষ্ঠান দ্বারা।**
- শিশুর চিন্তা ও চেতনার বিকাশ ঘটে- **পারিবারিক জীবনযাপনের মধ্যে।**
- পরিবার গড়ে উঠেছে- **জীবনকে সুন্দর ও সুষ্ঠুভাবে পরিচালনার তাগিদে।**
- সমাজ- **বহু পরিবারের সমষ্টি।**
- পরিবার গঠনের জন্য প্রয়োজন- **কমপক্ষে ২ জন সদস্য।**
- আধুনিক যুগের প্রতিটি আদর্শ পরিবারের চারিত্রিক বৈশিষ্ট্য হলো- **শ্রম বা কার্য।**
- পরিবার চলতে পারে না- **আয় ছাড়া।**
- পিতা বা আদি পুরুষের পদবি গ্রহণ করে- **পিতৃতান্ত্রিক পরিবারের সন্তানরা।**
- মাতৃতান্ত্রিক প্রথা প্রচলিত আছে- **দঃ ভারত, মালাবার প্রভৃতি স্থানে।**
- গোষ্ঠী পরিবারকে বলা হয়- **দলগত বিবাহভিত্তিক পরিবার।**
- মাতৃবাস পরিবার দেখা যায়- **উপজাতীয় গারো পরিবারগুলোতে।**
- বিস্তৃত পরিবার- **যৌথ পরিবারের একটি রূপ।**
- বাংলাদেশের শহরে- **অনুপরিবারের সংখ্যা বেশি।**
- চিরন্তন মাতৃসদন- **পরিবার।**
- সন্তান জন্মদানের একমাত্র স্বীকৃত প্রতিষ্ঠান- **পরিবার।**
- মানুষ বৃহত্তর সমাজ জীবনের সঙ্গে পরিচিত হয়- **পরিবারের মাধ্যমে।**
- পিতামাতার স্নেহভালবাসা একান্ত প্রয়োজন- **শিশুদের স্বাভাবিক বৃদ্ধির জন্য।**
- এক সময় আমোদ-প্রমোদ কেন্দ্র ছিল- **পরিবার।**
- বর্তমানে প্রচলন বেশি- **একক পরিবারের।**

গুরুত্বপূর্ণ MCQ প্রশ্নোত্তর

১. বাংলাদেশের শহরাঞ্চলের পরিবারগুলো মূলত কোন ধরনের?
ⓚ অণু পরিবার ⓚ যৌথ পরিবার
ⓖ বহুবিবাহ ভিত্তিক পরিবার ⓖ অস্থায়ী পরিবার

২. অণু পরিবারে স্বামী-স্ত্রীর সাথে আর কারা বাস করে?
ⓚ মা-বাবা ⓚ ভাই-বোন
ⓖ অবিবাহিত সন্তান ⓖ বিবাহিত সন্তান

৩. চাকুরিজীবী মায়েদের সন্তানের দেখাশোনার জন্য বর্তমানে কোনটি স্থাপিত হচ্ছে?
ⓚ দিবাযত্ন কেন্দ্র ⓚ পুনর্বাসন কেন্দ্র
ⓖ নার্সিং হোম ⓖ বেবিহোম

৪. বর্তমান ব্যবসা-বাণিজ্যের উন্নতি ও রাজনৈতিক মহলের প্রভাবে কোন শ্রেণির উদ্ভব হয়েছে?
ⓚ উচ্চবিত্ত ⓚ মধ্যবিত্ত
ⓖ নিম্নবিত্ত ⓖ নিম্ন মধ্যবিত্ত

৫. কিভাবে সমাজের উৎপত্তি ও ক্রমবিকাশ ঘটেছে?
ⓚ শিক্ষার বিকাশের মাধ্যমে
ⓚ পারস্পরিক সহযোগিতার মাধ্যমে
ⓖ মানুষের নিজস্ব ঐতিহ্য প্রথার মাধ্যমে
ⓖ সামাজিক ও ধর্মীয় রীতিনীতির মাধ্যমে

৬. নিচের কোনটিকে সামাজিক চিরন্তন বিদ্যালয় বলা হয়?
ⓚ পরিবার ⓚ সংগঠন ⓖ রাষ্ট্র ⓖ সমাজ

৭. মাতৃবাস পরিবারে বিবাহের পর স্বামী-স্ত্রী কোথায় বসবাস করে?
ⓚ স্ত্রীর পিতৃগৃহে ⓚ স্বামীর পিতৃগৃহে
ⓖ মাতৃগৃহে ⓖ নতুন সংসারে

৮. বাংলাদেশের কোথায় মাতৃতান্ত্রিক পরিবার দেখা যায়?
ⓚ ক্ষুদ্র নৃ-গোষ্ঠীদের মধ্যে ⓚ গ্রামাঞ্চলে
ⓖ হিন্দু সমাজে ⓖ শহরাঞ্চলে

৯. নিচের কোনটি পরিবারের অন্যতম বৈশিষ্ট্য?
ⓚ নির্দিষ্ট বাসস্থান ⓚ নির্দিষ্ট বংশ পরিচয়
ⓖ নির্দিষ্ট সদস্য ⓖ নির্দিষ্ট নীতি

১০. মানুষ স্নেহ-ভালোবাসার চাহিদা মেটানোর উপযুক্ত পরিবেশ কোথায় পায়?
ⓚ প্রতিবেশিদের কাছে ⓚ আত্মীয়-স্বজনের কাছে
ⓖ পরিবারের কাছে ⓖ সহপাঠীদের কাছে

১১. পরিকল্পিত পরিবার গঠনে মৌলিক উপাদান কোনটি?
ⓚ বিবাহ ⓚ সন্তান ⓖ ভালোবাসা ⓖ সমাজ

জাতীয় বিশ্ববিদ্যালয়ের ভর্তি পরীক্ষার প্রশ্নোত্তর রিচার্স

১২. সমাজ মূলত একটি— [N.U. 12-13]
ⓚ সংগঠন ⓚ গোষ্ঠী ⓖ রীতি ⓖ প্রথা

১৩. পরিবারের অন্যতম বৈশিষ্ট্য হলো- [N.U. 10-11]
ⓚ নৈতিক শিক্ষা ⓚ নির্দিষ্ট বাসস্থান
ⓖ নির্দিষ্ট জমি ⓖ সময়ানুবর্তিতা

১৪. কোনটি পারিবারিক আয় নয়? [N.U. 09-10]
ⓚ আর্থিক আয় ⓚ প্রকৃত আয়
ⓖ আর্থিক সঞ্চয় ⓖ মানসিক আয়

উত্তর

১. ক
২. গ
৩. ক
৪. খ
৫. খ
৬. ক
৭. ক
৮. ক
৯. ক
১০. গ
১১. ক
১২. ক
১৩. খ
১৪. ঘ

অধ্যায়-০২ : প্রজননতন্ত্র, মাতৃগর্ভে শিশুর বৃদ্ধি ও পারিপার্শ্বিক প্রভাব

☑ গুরুত্বপূর্ণ তথ্যাবলি

- ⊙ মানুষের জীবনের অস্তিত্ব শুরু হয়- **নিষিক্ত ডিম্ব অবস্থা থেকে।**
- ⊙ জাইগোট সৃষ্টি হয়- **শুক্রাণু ও ডিম্বাণু মিলিত হয়ে।**
- ⊙ ডিম্বাণু ও শুক্রাণুর অস্তিত্ব নজরে আসে না- **মাইক্রোস্কোপ ছাড়া।**
- ⊙ জন্মের ইতিহাস শুরু হয়- **জাইগোট সৃষ্টি হওয়ার পর থেকে।**
- ⊙ গর্ভকালীন সময়- **২৭০-২৮০ দিন।**
- ⊙ গর্ভধারণের মুহূর্ত থেকে ২য় সপ্তাহ পর্যন্ত- **অঙ্কুরিত কাল।**
- ⊙ ২য় সপ্তাহের শেষ থেকে ২ মাস পর্যন্ত- **ভ্রূণকাল।**
- ⊙ ২য় মাসের শেষ থেকে জন্মগ্রহণ পর্যন্ত- **ভ্রূণ সমাপ্তিকাল।**
- ⊙ অঙ্কুরিতকালে জাইগোটটির আকার হয়- **আলপিনের মাথার মত।**
- ⊙ জাইগোটটিকে বাঁচিয়ে রাখে- **ডিম্বাণুর অভ্যন্তরের পীত অংশ।**
- ⊙ মানবদেহের ত্বক-এর ওপরে আস্তরণ গঠিত হয়- **বহিস্তর থেকে।**
- ⊙ ত্বক-এর অন্তঃস্তর হয়- **মধ্যস্তর থেকে।**
- ⊙ পূর্ণাঙ্গ Placenta- **মোচাকৃতির।**
- ⊙ Placenta চওড়া হয়- **১৪.২৪ সে. মি. থেকে ২০.৩২ সে.মি।**
- ⊙ দ্বিমুখী ছাঁকনী হিসেবে কাজ করে- **Placenta.**
- ⊙ গর্ভরজ্জুর সৃষ্টি হয়- **টোপোব্লাস্ট ও জরায়ুর মাঝ থেকে।**
- ⊙ Chorion পর্দা অবস্থিত- **Amion পর্দার ভেতরে।**
- ⊙ ট্রোপোব্লাস্ট থেকে সৃষ্ট ৩য় পর্দার নাম- **Capsularies.**
- ⊙ ভ্রূণের জন্য খুবই উপকারী- **Amnriotic flueid.**
- ⊙ মাথা বৃদ্ধি পায়- **আনুপাতিক হারে।**
- ⊙ ৩য় মাসে ভ্রূণের দৈর্ঘ্য হয়- **৫-৮ সে. মি.।**
- ⊙ শিশুর লিঙ্গ নির্ধারণ করা যায়- **জননতন্ত্র দেখে।**

☑ গুরুত্বপূর্ণ MCQ প্রশ্নোত্তর

১. ডিম্বাশয় থেকে পরিণত ডিম্বাণু নিচে কোন অঙ্গে প্রবেশ করে?
ⓚ জরায়ুতে ⓛ সার্ভিক্সে
ⓜ ফেলোপিয়ান নালিতে ⓝ ভেজাইনাতে

২. কোথায় নিষেক ক্রিয়া সম্পন্ন হয়?
ⓚ জরায়ুতে ⓛ ডিম্বাশয়ে
ⓜ ফেলোপিয়ান নালিতে ⓝ যোনিতে

৩. ডিম্বাণু ও শুক্রাণুর মিলনের কত ঘণ্টা পর কোষ বিভাজন শুরু হয়?
ⓚ ১২ ঘণ্টা ⓛ ২৪ ঘণ্টা
ⓜ ৩৬ ঘণ্টা ⓝ ৪৮ ঘণ্টা

৪. প্রাণীর প্রজনন প্রক্রিয়া না থাকলে কী হতো?
ⓚ প্রাণী রোগাক্রান্ত হয়ে থাকত
ⓛ অন্য বৈশিষ্ট্যের প্রাণী হতো
ⓜ প্রাণীর অস্তিত্ব বিলুপ্ত হয়ে যেত
ⓝ নতুন নতুন প্রাণীর উদ্ভব হতো

৫. কোন ধরনের তন্তু দিয়ে পুরুষের শুক্রাণুর লেজ গঠিত?
ⓚ সংবেদনশীল ⓛ সংকোচনশীল
ⓜ প্রসারণশীল ⓝ নমনীয়

৬. নারী দেহের স্ত্রী ডিম্বাশয়ে ডিম্ব কোথায় থাকে?
ⓚ ডিম্বাশয়ে ⓛ সাইটোপ্লাজমে
ⓜ ফলিকলে ⓝ জোনাপেলুসিডারে

৭. বয়ঃপ্রাপ্তির সময় মানুষের দৈহিক ও মানসিক পরিবর্তন আসে কোনটির প্রভাবে?
ⓚ হরমোনের ⓛ এনজাইমের
ⓜ খাদ্যের ⓝ জলবায়ুর

৮. গর্ভফুল থেকে কোন ধরনের হরমোন নিঃসৃত হয়?
ⓚ ফলিকল স্টিমুলেটিং হরমোন
ⓛ ল্যাটিনাইজিং হরমোন
ⓜ গ্রোথ হরমোন
ⓝ HCG হরমোন

৯. জাইগোট কোষ বিভাজনের সময় কতটি ম্যাক্রোমিয়ার তৈরি হয়?
ⓚ ২টি ⓛ ৪টি ⓜ ৬টি ⓝ ৮টি

১০. অন্তঃক্ষরা গ্রন্থির মতো কাজ করে অমরা কত ধরনের হরমোন নিঃসরণ করে?
ⓚ ২ ধরনের ⓛ ৪ ধরনের ⓜ ৫ ধরনের ⓝ ৬ ধরনের

১১. ৭ম মাসে ভ্রূণের ওজন কত পাউন্ড হয়?
ⓚ ২ পাউন্ড ⓛ ২.৫ পাউন্ড
ⓜ ৩ পাউন্ড ⓝ ৩.৫ পাউন্ড

১২. ক্রোমোসোমের মধ্যে জিন থাকে কতটি?
ⓚ ১,০০,০০০ ⓛ ১০,০০০০০
ⓜ ১,০০০০০০০ ⓝ অসংখ্য

১৩. স্বাভাবিক রক্তচাপ কত মি.মি. মারকারি?
ⓚ ৮০/৬০ ⓛ ১২০/৮০ ⓜ ১১০/৮০ ⓝ ১৪০/৯০

১৪. গর্ভধারণের উপযুক্ত বয়স হলো–
ⓚ ১৪-১৮ বছর ⓛ ১৮-২৫ বছর
ⓜ ২২-৩০ বছর ⓝ ৩০-৪০ বছর

১৫. ক্রোমোসোমের গঠনমূলক একক হলো–
ⓚ নিউক্লিয়াস ⓛ সেন্ট্রিওল
ⓜ জিন ⓝ DNA

১৬. ছেলে হওয়া সত্ত্বেও মেয়েলিভাব প্রকাশ পায়, ছেলেদের সেক্স ক্রোমোসোম কেমন হলে?
ⓚ xx ⓛ xy ⓜ xxy ⓝ xyy

১৭. হিমোফিলিয়া রোগটি কাদের মধ্যে দেখা যায়?
ⓚ ছেলেদের ⓛ মেয়েদের ⓜ বৃদ্ধদের ⓝ শিশুদের

☑ জাতীয় বিশ্ববিদ্যালয়ের ভর্তি পরীক্ষার প্রশ্নোত্তর বিচার্স

১৮. বাংলাদেশে প্রতি হাজারে ৫ বছরের নিচের বয়সের শিশু-মৃত্যু হার কত? [N.U. 14-15]
ⓚ হাজারে ৬০ জন ⓛ হাজারে ৭০ জন
ⓜ হাজারে ৯০ জন ⓝ হাজারে ১১২ জন

উত্তর

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

১৯. নবজাতকের প্রথম কান্নার কারণ কী? [N.U. 14-15]
ⓐ ফুসফুসে বায়ু প্রবেশ ⓑ মায়ের মনোযোগ আকর্ষণ
ⓒ খিদে ⓓ শারীরিক অসুবিধা

২০. প্রত্যেক পরিণত ডিম্বাণু ও শুক্রাণুতে উপস্থিত থাকে– [N.U. 10-11]
ⓐ ২১টি করে ক্রোমসোম ⓑ ২২ জোড়া ক্রোমসোম
ⓒ ২৩টি ক্রোমোসোম ⓓ ২৩ জোড়া ক্রোমসোম

অধ্যায়-০৩ : গর্ভবতী মায়ের যত্ন ও নিরাপদ মাতৃত্ব

☑ গুরুত্বপূর্ণ তথ্যাবলি

- মায়ের পুষ্টির ওপর নির্ভর করে– **গর্ভস্থ ভ্রূণের পুষ্টি।**
- গর্ভাবস্থায় দৈনিক ফল খাওয়া আবশ্যক– **৫৫ গ্রাম।**
- ভ্রূণের অঙ্গপ্রত্যঙ্গ ও গ্রন্থির গঠন কাজ চলে গর্ভাবস্থার– **৪র্থ থেকে ৬ষ্ঠ মাসে।**
- গর্ভাবস্থায় ক্যালসিয়াম ও ফসফরাস প্রয়োজন ভ্রূণের– **হাড়ের গঠনের জন্য।**
- গর্ভাবস্থায় ভ্রূণের বৃদ্ধি সামান্য হয়– **প্রথম ৩ মাস।**
- গর্ভাবস্থায় ক্ষরণ বৃদ্ধি পায়– **থাইরয়েড হরমোনের।**
- বংশগতির সম্ভাবনাকে বিকশিত করে– **অনুকূল পরিবেশ।**
- গর্ভাবস্থায় মৌল বিপাক হার– **বৃদ্ধি পায়।**
- গর্ভবতী মায়ের খাদ্য হতে হবে– **সুষম।**
- শিশুর জীবনচক্রের ভিত্তিকাল– **জন্মপূর্বকাল।**
- গর্ভসঞ্চার নির্ধারণের জন্য করা হয়– **মূত্র পরীক্ষা।**
- রুবেলা, ধনুষ্টংকার, সিফিলিস ক্ষতি করে– **গর্ভস্থ ভ্রূণের।**
- গর্ভাবস্থায় উচ্চ রক্তচাপ হলে হতে পারে– **খিঁচুনি।**
- গর্ভবতী মায়ের ওজন বৃদ্ধি কম হয় প্রথম– **১০ সপ্তাহে।**
- গর্ভাবস্থায় জরায়ুর স্বাভাবিক বৃদ্ধি– **৩২ – ৩৫ সে.মি.।**
- গর্ভাবস্থায় মায়ের মোট ওজন বাড়ে– **৯-১৩ কেজি।**
- ভ্রূণের প্রতিবন্ধিতা শনাক্ত করা যায়– **Amniocentesis দ্বারা।**
- অ্যামনিওটিক ফ্লুইডের পরীক্ষাকে বলে– **Amniocentesis।**
- রক্তস্বল্পতা দূর করতে প্রয়োজন– **পুষ্টিকর খাদ্য গ্রহণ।**
- ধনুষ্টংকার প্রতিরোধ করে– **টিটেনাস টক্সয়েড টিকা।**
- রক্তস্বল্পতা লক্ষণ হলো– **বুক ধড়ফড় করা।**
- রক্তস্বল্পতায় দেখা দেয়– **লৌহের অভাবে।**
- নিয়মিত স্বাস্থ্য পরীক্ষা করতে হবে– **গর্ভবতীকে।**

☑ গুরুত্বপূর্ণ MCQ প্রশ্নোত্তর

১. জন্মমুহূর্ত হতে শুরু করে ভূমিষ্ঠ হওয়া পর্যন্ত শিশু কোথায় অবস্থান করে?
ⓐ ল্যাবরেটরিতে ⓑ টেস্টটিউবের মধ্যে
ⓒ মাতৃগর্ভে ⓓ ইনকিউবেটরে

২. পুষ্টিহীনতায় আক্রান্ত মায়ের সন্তান কেমন প্রকৃতির হয়?
ⓐ মানসিক ভারসাম্যহীন হয়
ⓑ স্মরণশক্তি কম থাকে
ⓒ প্রতিভাবান হয়
ⓓ রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা কম থাকে

৩. গর্ভাবস্থায় ভিটামিন 'ডি'-এর প্রয়োজনীয়তা বৃদ্ধি পায় কেন?
ⓐ ভ্রূণের মস্তিষ্ক বৃদ্ধির জন্য
ⓑ ভ্রূণের কোষের বৃদ্ধির জন্য
ⓒ ভ্রূণের হৃৎপিণ্ডের গঠনের জন্য
ⓓ ভ্রূণের হাড়ের গঠনের জন্য

৪. গর্ভাবস্থায় দৈনিক কত গ্রাম ফল খাওয়া আবশ্যক?
ⓐ ৫০ গ্রাম ⓑ ৫৫ গ্রাম ⓒ ৬০ গ্রাম ⓓ ৬৫ গ্রাম

৫. সন্তান ভূমিষ্ঠ হওয়ার পর প্রসূতি মায়ের কোন উপসর্গটি অনেক সময় মিলিয়ে যায়?
ⓐ ডায়াবেটিস ⓑ রক্তস্বল্পতা
ⓒ একলামসিয়া ⓓ ক্রিটিনিজম

৬. প্রসব জটিলতায় কোন ধরনের সেবা গ্রহণ করা হয়?
ⓐ EOC ⓑ ECO ⓒ ECC ⓓ EOG

৭. নিরাপদ প্রসব নিশ্চিত করার জন্য কার সহায়তা প্রয়োজন?
ⓐ চিকিৎসকের ⓑ বয়স্ক মহিলাদের
ⓒ অভিজ্ঞ মহিলাদের ⓓ প্রতিবেশিদের

৮. দুই সন্তানের মধ্যে কত বছরের ব্যবধান প্রসবকালীন জটিলতা সৃষ্টি করে?
ⓐ ২ বছর ⓑ ৩ বছর ⓒ ৪ বছর ⓓ ৫ বছর

৯. প্রসবকালীন বিপদ সংকেত কয়টি?
ⓐ ৪টি ⓑ ৫টি ⓒ ৬টি ⓓ ৭টি

১০. সাধারণত ছেলেদের বিবাহের জন্য কত বছর বয়স নির্ধারণ করা হয়েছে?
ⓐ ২১ বছর ⓑ ২০ বছর ⓒ ১৯ বছর ⓓ ১৮ বছর

☑ জাতীয় বিশ্ববিদ্যালয়ের ভর্তি পরীক্ষার প্রশ্নোত্তর রিচার্স

১১. পরিমাণগত পরিবর্তনশীল বৈশিষ্ট্যকে বলে— [N.U. 14-15]
ⓐ বর্ধন ⓑ বিকাশ
ⓒ নবজাতক ⓓ উপরের সবগুলো

অধ্যায়-০৪ : নবজাতক, প্রসূতি মায়ের যত্ন ও শিশুর টিকা

☑ গুরুত্বপূর্ণ তথ্যাবলি

- নবজাতকের আগমনে বেশি গুরুত্বপূর্ণ– **মায়ের প্রস্তুতি।**
- গর্ভধারণের পর থেকেই শুরু হয়– **প্রস্তুতি পর্ব।**
- যথাযথ প্রস্তুতি গর্ভবতী মা ও পরিবারের সদস্যদের দেয়– **মানসিক প্রশান্তি।**
- গাম্ভীর্য ও অভিভাবকত্বের আধার– **বাবা শব্দটি।**
- পিতৃত্ব হলো একটি– **গুরুদায়িত্ব।**
- নতুন শিশুর আগমনের বৃদ্ধি পায়– **পারিবারিক ব্যয়।**
- গর্ভাবস্থায় ৭ মাস পর্যন্ত ডাক্তারের কাছে যেতে হয়– **মাসে ১ বার।**
- ৭ মাসের পর থেকে ডাক্তারের কাছে যেতে হবে– **মাসে ২ বার।**
- প্রসবের স্থানের ব্যবস্থা করতে হবে প্রত্যাশিত তারিখের– **২ সপ্তাহ আগে।**

উত্তরপত্র

১৯. ক
২০. ঘ
❖
১. গ
২. ঘ
৩. ঘ
৪. খ
৫. গ
৬. ক
৭. ক
৮. ক
৯. খ
১০. ক
১১. ক

CamScanner

- নতুন সন্তানের দ্রব্যাদি কিনতে হবে প্রসবের- **দুই সপ্তাহ আগে।**
- বিকাশের সবচেয়ে সংক্ষিপ্ত সময়- **নবজাতক কাল।**
- নবজাতককাল হলো শিশু জন্মের পর থেকে- **১৪ দিন পর্যন্ত।**
- মায়ের গর্ভের পরিবেশের তাপমাত্রা- **১০০ Tr।**
- পরিবেশের সাথে খাপ খাওয়ানো প্রধান কাজ- **নবজাতকের।**
- নবজাতকের হৃৎস্পন্দন প্রতি মিনিটে- **১২০-১৪০ বার।**
- সকালের রোদ শিশুর জন্য প্রয়োজন- **ভিটামিন ডি তৈরিতে।**
- নবজাতক গাঢ় বাদামি রঙের মলত্যাগ করে- **২-৩ দিন।**
- শিশু ভূমিষ্ঠ হওয়ার পরপর করা হয়- **আপগার স্কোর।**
- আপগার টেস্টে সুস্থতা মূল্যায়নে বিষয় নির্ধারিত থাকে- **৫টি।**
- আপগার স্কোর ৪-৭ হলে নিতে হবে- **জীবন রক্ষাকারী পদক্ষেপ।**
- আপগার স্কোর ৭-১০ এর মধ্যে থাকলে- **ভালো।**
- আপগার টেস্ট দ্বিতীয় বার করা হয়- **১ম বারের ৫ মিনিট পর।**
- Apgar Score আবিষ্কৃত হয়- **১৯৫৩ সালে।**
- নবজাতকের জন্য ভালো- **সুতি জামা।**
- নবজাতকের জন্ডিস ভালো হয়ে যায়- **৭-১০ দিনে।**

☑ গুরুত্বপূর্ণ MCQ প্রশ্নোত্তর

১. পরিবারের আনন্দময়, সুন্দর ও সুস্থ সম্পর্ক নির্ভর করে কার ওপর?
ক মায়ের খ বাবার
গ দাদা-দাদির ঘ আত্মীয়স্বজনের

২. গর্ভাবস্থায় ৭ মাসের পর থেকে মাকে মাসে কত বার ডাক্তারের কাছে যেতে হয়?
ক এক খ দুই গ তিন ঘ চার

৩. অম্ল বা লবণ স্বাদে নবজাতক কী প্রতিক্রিয়া দেখায়?
ক মুখ বিকৃত করে খ পরিতৃপ্তি প্রকাশ করে
গ কান্না করে ঘ চোখ বন্ধ করে

৪. আপগার স্কোর ২য় বার কখন পরীক্ষা করা হয়?
ক ১ম বারের ৫ মিনিট পর
খ ১ম বারের ১ দিন পর
গ ১ম বারের ১ সপ্তাহ পর
ঘ ১ম বারের ১ মাস পর

৫. বিকাশ পর্যায়ে সর্বাপেক্ষা সংক্ষিপ্ত সময় কোনটি?
ক নবজাতককাল খ অতি শৈশবকাল
গ প্রারম্ভিক শৈশবকাল ঘ বয়ঃসন্ধিকাল

৬. মায়ের প্রথম দুধকে কী বলে?
ক কলোস্ট্রাম খ মিকোনিয়াম
গ ইথিলন ঘ বায়োটিন

৭. আপগার স্কোর কত হলে নবজাতকের জীবন রক্ষাকারী পদক্ষেপ নিতে হয়?
ক ৪–৭ খ ৪–৮ গ ৮–৯ ঘ ৮–১০

৮. মা ও শিশুর বন্ধন দৃঢ় হয় কীভাবে?
ক মা বেশি কোলে নিলে খ বেড়াতে নিয়ে গেলে
গ বুকের দুধ খাওয়ালে ঘ বেশি সময় নিলে

৯. একজন প্রসূতি মায়ের দৈনিক মোট ক্যালরি গ্রহণের পরিমাণ কত?
ক ৮৫০ ক্যালরি খ ১৫০০ ক্যালরি
গ ২৬০০ ক্যালরি ঘ ৩০০০ ক্যালরি

১০. সন্তান প্রসবের পর মাকে কত দিন ফলিক এসিড খেতে হবে?
ক ১ দিন খ ২ দিন গ ৩ দিন ঘ ৪ দিন

১১. একজন প্রসূতি মায়ের ৮৫০ মিলি দুধে কতটুকু ক্যালসিয়াম থাকে?
ক ২৭০ মিলি খ ২৮০ মিলি
গ ২৯০ মিলি ঘ ৩০০ মিলি

১২. পোলিও টিকার ডোজ কতটি?
ক ৪ খ ৫ গ ৬ ঘ ৭

☑ জাতীয় বিশ্ববিদ্যালয়ের ভর্তি পরীক্ষার প্রশ্নোত্তর রিচার্জ

১৩. শিশুকে কতমাস বয়স থেকে পরিপূরক খাবার দিতে হয়? [N.U. 13-14]
ক ৪ মাস খ ৫ মাস গ ৬ মাস ঘ ৮ মাস

১৪. অস্টিওম্যালেশিয়া (Osteomalacia) রোগ কাদের বেশি হয়? [N.U. 12-13]
ক বয়স্ক পুরুষদের খ বয়স্ক মহিলাদের
গ শিশুদের ঘ সকল বয়সের মানুষের

১৫. শিশুর প্রথম কান্নার কারণ– [N.U. 10-11]
ক ফুসফুসে বায়ু প্রবেশের জন্য
খ মায়ের মনোযোগ আকর্ষণের জন্য
গ ক্ষুধার জন্য
ঘ শারীরিক অসুবিধার জন্য

উত্তরপত্র: ১. ক ২. খ ৩. ক ৪. ক ৫. ক ৬. ক ৭. ক ৮. গ ৯. গ ১০. ক ১১. গ ১২. ক ১৩. গ ১৪. গ ১৫. ক

অধ্যায়-০৫ : শিশুর ক্রমবিকাশ

☑ গুরুত্বপূর্ণ তথ্যাবলি

- শারীরিক, মানসিক, সামাজিক দিক নিয়ে আবর্তিত হয়- **বিকাশ।**
- বিকাশ হলো গুণগত পরিবর্তন যা প্রকাশ পায়- **আচরণের মাধ্যমে।**
- বিকাশের ক্ষেত্রে অপরিহার্য- **পরিপক্বতা ও শিক্ষণ।**
- শিশুর বর্ধনজনিত পরিবর্তন- **কখনো দ্রুত, কখনো ধীর।**
- বিকাশের ক্ষেত্রে গুরুত্বপূর্ণ- **পরিবেশ।**
- মস্তিষ্কের বিকাশের ফলে বৃদ্ধি পায়- **চিন্তাশক্তি ও স্মরণশক্তি।**
- নিষিক্তকরণ থেকে মৃত্যু পর্যন্ত চলমান- **বিকাশ।**
- শারীরিক বিকাশের গতি প্রভাবিত হয়- **দুইভাবে।**
- মানব সৃষ্টির প্রথম সূচনা- **জাইগোট।**
- পরিপূর্ণ বর্ধনের জন্য প্রয়োজন- **উদ্দীপনা।**
- পূর্ণবয়স্ক মানুষের মাথার আকৃতি শরীরের- **১/৭ ভাগ।**
- মানুষের ব্যক্তিত্বের উন্মেষ ঘটায়- **শৈশবের অভিজ্ঞতা।**
- Growth & Development শব্দ ২টি- **ভিন্ন অর্থ বহন করে।**
- Growth- **পরিমাণগত পরিবর্তন।**
- বিকাশ গুণগত পরিবর্তন নির্দেশ করে- **Vanden Dacle -এর মতো।**
- মানুষের জীবন- **স্থিতিশীল নয়।**

⊙ মানুষ কখনো- একরকম থাকে না।
⊙ মানুষের পরিবর্তনগুলো- ৪ ভাগে বিভক্ত।
⊙ শিশুর বয়স বাড়ার সাথে সাথে- শৈশবের বৈশিষ্ট্য লোপ পায়।
⊙ জন্ম সময় দেহের তুলনায় শিশুর মাথা ও কপাল- বড় থাকে।
⊙ জন্মের পর থেকেই- শিশুর শারীরিক পরিবর্তন হতে থাকে।

☑ গুরুত্বপূর্ণ MCQ প্রশ্নোত্তর

১. নিচের কোনটি শিশুর বর্ধনজনিত পরিবর্তন?
ক বুদ্ধিগত খ আবেগীয় গ ভাষাগত ঘ দৈহিক

২. মানবজীবনে বিকাশ কতদিন পর্যন্ত হয়?
ক শৈশবকাল খ বয়ঃসন্ধিকাল
গ বার্ধক্যকাল ঘ মৃত্যুর পূর্ব পর্যন্ত

৩. নিচের কোনটি মানবসৃষ্টির প্রথম সূচনা?
ক জাইগোট খ নিউক্লিয়াস গ নবজাতক ঘ শিশু

৪. কার মতে- "পরিপক্বতা হচ্ছে নির্দিষ্ট জীবনচক্রের মধ্যে বংশগতির প্রভাবের যোগফল।"
ক Gesell খ Morgan
গ Bavinghurst ঘ Anderson

৫. অতি শৈশবকালের বয়সসীমা কত?
ক জন্মের পর হতে ২ বছর পর্যন্ত
খ ২ সপ্তাহ পর হতে ২ বছর পর্যন্ত
গ ২ মাস হতে ২ বছর পর্যন্ত
ঘ ১ বছর হতে ২ বছর পর্যন্ত

৬. শিশুর মধ্যে নেতৃত্বদানের গুণাবলির আভাস পাওয়া যায় কোন সময়ে?
ক নবজাতককালে খ প্রাক-শৈশবকালে
গ প্রারম্ভিক শৈশবকালে ঘ বয়ঃসন্ধিকালে

৭. নিচের কোন সময়কাল শিশুর পরবর্তী জীবনের মূল ভিত্তি?
ক অতি শৈশব খ শৈশবকাল
গ বার্ধক্য ঘ বয়ঃসন্ধিকাল

৮. কোনটি শিশুর অভ্যন্তরীণ পরিবর্তন?
ক ভাষা খ সামাজিক
গ পরিপাকতন্ত্র ঘ আবেগীয়

৯. কোন বয়সে শিশুর কল্পনাশক্তির বিকাশ ঘটে?
ক নবজাতককালে খ প্রাক-শৈশবকালে
গ প্রান্তীয় শৈশবকালে ঘ বয়ঃসন্ধিকালে

১০. মাতৃগর্ভে শিশু কত তাপমাত্রায় থাকে?
ক ৯৮° ফা. খ ১০০° ফা. গ ১০৫° ফা. ঘ ১১০° ফা.

১১. দোলায়মান বস্তুর ওপরে দৃষ্টিপাত করার ক্ষমতা শিশু কখন অর্জন করে?
ক ২ মাসে খ ১ মাসে গ ২ সপ্তাহে ঘ ১ম সপ্তাহে

১২. ২৪ মাস বয়সে শিশুর নিচের কোন ধরনের ভাষার বিকাশ হয়?
ক মনের ভাব ভাষায় ব্যক্ত করে
খ দুই শব্দ সহযোগে স্পষ্ট অর্থবোধক শব্দ উচ্চারণ করে
গ শব্দ উচ্চারণের চেয়ে অঙ্গভঙ্গি বেশি করে
ঘ ব্যাবলিং জাতীয় শব্দ করে

☑ জাতীয় বিশ্ববিদ্যালয়ের ভর্তি পরীক্ষার প্রশ্নোত্তর রিচার্জ

১৩. শিশুর আচরণগত সমস্যা কোনটি? [N.U. 13-14]
ক রেগে যাওয়া খ ওজন বেড়ে যাওয়া
গ ওজন কমে যাওয়া ঘ সামাজিক হওয়ায়

অধ্যায়-০৬ : বিশেষ চাহিদাসম্পন্ন শিশু

☑ গুরুত্বপূর্ণ তথ্যাবলি

⊙ অস্বাভাবিক আচরণ বলে অভিহিত করা হয়- ১০ জনের আচরণ থেকে ভিন্ন আচরণকে।
⊙ জীবনকে সুন্দর ও সাবলীল করে- সুস্থ মানুষের স্বাভাবিক আচরণ।
⊙ শিশুর জীবনের স্বাভাবিক বর্ধন ও আচার-আচরণ- তার উন্নয়নের সোপান।
⊙ দৈহিক ও মানসিক বিকাশের থেকে- শিশু বিশেষ কতগুলো সমস্যার সম্মুখীন হয়।
⊙ সবসময় সমালোচনা করলে- শিশুর ব্যক্তিত্ব বিকাশ ও আচরণে বিশৃঙ্খলা দেখা দেয়।
⊙ শিশুর বেঁচে থাকার জন্য- Sucking অপরিহার্য।
⊙ আঙ্গুল চোষার মাধ্যমে শিশু- পরিতৃপ্তি খোঁজে।
⊙ অনেক সময় ভালোবাসা ও আকর্ষণের পথে বিঘ্নতা সৃষ্টি হলে- শিশু অন্তর্মুখী হয়ে পড়ে।
⊙ অনেক শিশু ক্লান্ত হয়ে পড়লে বা ঘুম লাগলে, অসুস্থ বোধ করলে- আঙ্গুল চোষে।
⊙ শিশু একাকিত্ব লাঘব করার জন্য- আঙ্গুল চোষে।
⊙ বোতলে দুধ খাওয়া শিশুর মধ্যে- আঙ্গুল চোষার প্রবণতা সবচেয়ে বেশি।
⊙ ছোট শিশুদের বেলায় আঙ্গুল চোষা- সাময়িক ব্যাপার।
⊙ আঙ্গুল চোষার অভ্যাস দূর করতে শিশুদের সাথে ব্যবহার করতে হবে- সহানুভূতি ও ধৈর্যের সাথে।
⊙ শিশুর কোমল মনের আশা ফিরিয়ে আনা যায়- প্রাণঢালা স্নেহ ভালোবাসা দিয়ে।
⊙ শিশু নিজের কাজ ও কথা প্রতিষ্ঠিত করতে চায়- না বলার মাধ্যমে।
⊙ শিশু নিজের ব্যক্তিত্বের প্রতি হ্যাঁ বোধক প্রকাশ ঘটায়- না বোধক বাক্য উচ্চারণের মাধ্যমে।
⊙ সক্রিয় না সূচক মনোভাবের ক্ষেত্রে- শিশু বিরুদ্ধাচারণ করে।

☑ গুরুত্বপূর্ণ MCQ প্রশ্নোত্তর

১. যেসব শিশু বিশেষ বৈশিষ্ট্যের অধিকারী তাদের কী বলা হয়-
ক সাধারণ খ সুস্থ
গ বিশেষ চাহিদাসম্পন্ন ঘ দুর্বল

২. শিরদাঁড়া সঠিকভাবে গঠিত না হলে কী ধরনের সমস্যা হতে পারে?
ক চলাফেরার সমস্যা খ বুদ্ধি প্রতিবন্ধিতা
গ শ্রবণ প্রতিবন্ধিতা ঘ গোঁড়ালির গঠন সমস্যা

উত্তরমালা

১.	ঘ
২.	ঘ
৩.	ক
৪.	ক
৫.	খ
৬.	ঘ
৭.	খ
৮.	গ
৯.	গ
১০.	খ
১১.	ঘ
১২.	ক
১৩.	ক
❖	
১.	গ
২.	ক

CamScanner

৩. আক্রান্ত অঙ্গ বিবেচনা করে শারীরিক প্রতিবন্ধকতা কত প্রকার?
ক ২ প্রকার খ ৩ প্রকার গ ৪ প্রকার ঘ ৫ প্রকার

৪. বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থার হিসাব অনুযায়ী পৃথিবীর মোট জনসংখ্যার কত ভাগ মানসিক প্রতিবন্ধী?
ক ২ ভাগ খ ৩ ভাগ গ ৪ ভাগ ঘ ৫ ভাগ

৫. নিচের কোনটি শ্রবণ ক্ষমতা পরিমাপ করার একক?
ক ডেসিবল খ ওয়াট গ ক্যাথরি ঘ মিটার

৬. মৃদু বুদ্ধি প্রতিবন্ধীদের বুদ্ধাঙ্ক কত হয়?
ক ২০–৩৫ খ ৪০–৪৫ গ ৫৫–৬৯ ঘ ৭২–৭৮

৭. কোন ধরনের রোগে মেরুদণ্ড ঠিকমতো গঠিত হয় না?
ক পোলিও খ সেরিব্রাল পলসি
গ ক্রিটিনিজম ঘ স্পাইনা বিফিডা

৮. কোন রোগে চলাফেরায় ধীরগতি ও জড়তা লক্ষ করা যায়?
ক পোলিও খ স্পাইনা বিফিডা
গ ক্রিটিনিজম ঘ মাসকুলার ডিস্ট্রফি

৯. যেসব শিশুদের মধ্যে বিকাশমূলক বৈকল্য থাকে তাদের বলা হয়—
ক অটিস্টিক শিশু খ অটিজম শিশু
গ প্রতিবন্ধী শিশু ঘ প্রতিভাবান শিশু

১০. সুইস Autos শব্দটির অর্থ হলো—
ক আত্ম খ স্নায়ু গ স্বাভাবিক ঘ অস্বাভাবিক

১১. প্রতিবন্ধী শিশুদের শিক্ষাদানে পিতা-মাতা প্রশিক্ষণ গ্রহণ করলে কোনটি ঘটবে?
ক পিতা-মাতার সাথে সন্তানের দূরত্ব বাড়বে
খ পিতা-মাতার সাথে সন্তানের মিথস্ক্রিয়া বৃদ্ধি পাবে
গ পিতা-মাতার সাথে সন্তানের ভালোবাসা বৃদ্ধি পাবে
ঘ পিতা-মাতা সন্তানের চাহিদাগুলো বুঝতে পারবে

১২. মেরুরজ্জুর আঘাতে কোন সমস্যা পরিলক্ষিত হয়?
ক মাংসপেশির খিঁচুনি
খ মস্তিষ্ক বড়
গ দূরের জিনিস দেখতে সমস্যা
ঘ মস্তিষ্ক ছোট

১৩. প্রতিভাবান শিশুদের ক্ষেত্রে বিশেষ উন্নত শিক্ষা ব্যবস্থার প্রয়োজন রয়েছে কেন?
ক প্রতিভার পূর্ণ বিকাশের জন্য
খ উন্নত শিক্ষা লাভের জন্য
গ বিশেষ ক্ষমতা লাভের জন্য
ঘ প্রতিভাবান হয়ে ওঠার জন্য

১৪. অটিস্টিক শিশুদের আক্রমণাত্মক আচরণের কারণ কী?
ক নিজস্ব জগতে ব্যাঘাত ঘটে
খ খেলনা পছন্দ না হওয়া
গ কর্মকাণ্ডের পরিবর্তন হওয়া
ঘ বুঝাতে না পারার জন্য

উত্তরমালা
৩. গ ৪. খ ৫. ক ৬. গ ৭. ঘ ৮. ক ৯. ক ১০. ক ১১. খ ১২. ক ১৩. ক ১৪. ঘ ১৫. গ
❖ ১. ক ২. ঘ ৩. খ ৪. ক

☑ জাতীয় বিশ্ববিদ্যালয়ের ভর্তি পরীক্ষার প্রশ্নোত্তর রিচার্স

১৫. ভিটামিন 'সি' এর অভাবে কী রোগ হয়? [N.U. 13-14]
ক বেরিবেরি খ সর্দি গ স্কার্ভি ঘ কালাজ্বর

অধ্যায়-০৭ : তারুণ্যের বিকাশ ও বিপর্যয় রোধ

☑ গুরুত্বপূর্ণ তথ্যাবলি

- বয়ঃসন্ধিকালের সময়সীমা– **১৩ থেকে ১৫ বছর।**
- তারুণ্যের বয়সসীমা– **১৩ থেকে ১৮ বছর।**
- জীবন বিকাশের স্তর বা পর্যায়– **তারুণ্য।**
- যৌবনের দূত, নবীন প্রাণের রচয়িতা– **তরুণরা।**
- তারুণ্য পর্যায়কে ভাগ করা যায়– **২ ভাগে।**
- তারুণ্যে বিলম্বিতকালের বয়সসীমা– **১৫ থেকে ১৮ বছর।**
- তরুণ বয়সের ঐশ্বর্য– **দৈহিক সৌন্দর্য।**
- ব্যক্তিত্বই মানুষের– **চালিকাশক্তি।**
- মানুষের ব্যক্তিত্বের বীজ রোপিত হয়– **তরুণ বয়সে।**
- শিশুকালীন মানসিকতার পরিবর্তন হয়– **তরুণ বয়সে।**
- দলের স্বীকৃতি অর্জনে ব্যর্থ হলে তরুণরা– **হীনম্মন্যতায় ভোগে।**
- মানসিক পীড়ন ও বিপর্যয়ের বয়স– **তারুণ্য।**
- অনুকূল পরিবেশ সুষ্ঠু বিকাশ হয়– **আবেগের।**
- তারুণ্যের আবেগের ভারসাম্য নষ্ট করে– **মানসিক চাপ।**
- তারুণ্যের অতিরিক্ত আবেগের কারণ– **দৈহিক পরিবর্তন।**
- প্রতিকূল পরিবেশ শিশুর নষ্ট হয়– **আবেগের ভারসাম্য।**
- শিশুরা নৈতিক শিক্ষা লাভ করে– **পরিবার থেকে।**
- ভালো-মন্দ, বিচার-বুদ্ধি ও লোভ প্রতিহত করাই ভালো– **নৈতিকতা।**
- প্রতিটি সমাজে থাকে– **নির্দিষ্ট রীতিনীতি।**
- তারুণ্যে প্রাধান্য লাভ করে– **ন্যায়পরায়ণতাবোধ।**
- বিবেক হচ্ছে একটি মানসিক ক্ষমতা যা– **বাইরে নিয়ন্ত্রণমুক্ত।**
- পরিবারের সাথে তরুণদের থাকতে হবে– **বন্ধুত্বপূর্ণ সম্পর্ক।**

☑ গুরুত্বপূর্ণ MCQ প্রশ্নোত্তর

১. কাদের যৌবনের দূত বলে অভিহিত করা হয়?
ক তরুণদের খ জ্ঞানী ব্যক্তিদের
গ মেয়েদের ঘ ছেলেদের

২. মানুষের ব্যক্তিত্বের বীজ রোপিত হয় কখন?
ক নবজাতককালে খ শৈশবে
গ কৈশোরে ঘ তারুণ্যে

৩. Adolescence শব্দটির বাংলা প্রতিশব্দ কী?
ক তরুণ খ তারুণ্য গ কৈশোর ঘ ব্যক্তিত্ব

৪. তরুণরা সঠিক সময় ও পরিস্থিতি বুঝে যুক্তিসঙ্গত উপায়ে আবেগ প্রকাশ করলে কোনটি বোঝা যায়?
ক পরিপক্বতা অর্জন করেছে
খ আবেগ নিয়ন্ত্রণে সক্ষম হয়েছে
গ সুষ্ঠু বিকাশ হয়েছে
ঘ ব্যক্তিত্বের বিকাশ ব্যাহত হয়েছে

CS CamScanner

৫. তারুণ্যে মেয়েরা কী ধরনের দল গঠন করে থাকে?
ⓚ বড় দল ⓚ উদ্দেশ্যমূলক দল
ⓖ খেলাধুলার দল ⓖ ছোট ও দৃঢ় দল

৬. মানবজীবনের কোন সময়কালে নানা ধরনের বিপর্যয় দেখা দেয়?
ⓚ নবজাতকালে ⓚ শৈশবে
ⓖ তারুণ্যে ⓖ বার্ধক্যে

৭. তরুণদের সামনে অনুকরণীয় আদর্শ থাকতে হবে কেন?
ⓚ বিপর্যয়ের হাত থেকে নিজেকে রক্ষা করার জন্য
ⓚ নিজেকে সেভাবে গড়ে তুলতে
ⓖ সৌন্দর্য বৃদ্ধির জন্য
ⓖ ব্যক্তিত্ব সুগঠিত করার জন্য

৮. কোন ধরনের বাবা-মায়েরা তরুণদের বিপর্যয়ের হাত থেকে রক্ষা করতে পারেন?
ⓚ স্নেহময়ী ⓚ ধার্মিক ⓖ রক্ষণশীল ⓖ উদাসীন

☑ জাতীয় বিশ্ববিদ্যালয়ের ভর্তি পরীক্ষার প্রশ্নোত্তর রিচার্স

১. 'হাইপোগ্লাইসেমিয়া' বলতে কী বুঝায়? [N.U. 10-11]
ⓚ রক্তে গ্লুকোজের পরিমাণ বৃদ্ধি
ⓚ রক্তে গ্লুকোজের পরিমাণ কম
ⓖ রক্তে হাইড্রোজেনের পরিমাণ বৃদ্ধি
ⓖ রক্তে হাইড্রোজেনের পরিমাণ হ্রাস

অধ্যায়-০৮ : মানসিক স্বাস্থ্য ও প্রজনন স্বাস্থ্য

☑ গুরুত্বপূর্ণ তথ্যাবলি

- মানসিক শব্দটি এসেছে– **মন শব্দ থেকে।**
- মানসিক স্বাস্থ্য একটি– **গতিশীল ধারণা।**
- সুস্থতার জন্য দৈহিক স্বাস্থ্যের পাশাপাশি প্রয়োজন– **মানসিক স্বাস্থ্য।**
- মানুষের সকল আচরণই– **উদ্দেশ্যমুখী।**
- উদ্দেশ্যমুখী আচরণের মূলে রয়েছে– **চাহিদা।**
- শরীর ও মনের সুস্থতা– **মানসিক স্বাস্থ্য।**
- মানসিক স্বাস্থ্য হলো ব্যক্তির– **মানসিক ক্ষমতা।**
- মানসিক স্বাস্থ্যের অধিকারী ব্যক্তির– **আত্মবিশ্বাস বজায় থাকে।**
- সমাজের সাথে সংগতি বিধান করা যায়– **মানসিক স্বাস্থ্য দ্বারা।**
- মানসিক সুস্বাস্থ্যের অধিকারী ব্যক্তির– **কাজে আগ্রহ থাকে।**
- মানসিকভাবে সুস্থ ব্যক্তির মধ্যে পরিলক্ষিত হয়– **আত্মতৃপ্তি।**
- শিশুর প্রথম সামাজিক পরিবেশ হলো– **গৃহ।**
- সুশৃঙ্খল ও শান্তির নীড়– **বাসগৃহ।**
- শিশুর দৈহিক ও মানসিক বিকাশ ঘটে– **সুষ্ঠু পরিবেশে।**
- মানসিক স্বাস্থ্যরক্ষার উপায়– **ব্যক্তিত্বের সুষ্ঠু বিকাশ।**
- আবাসিক ও আলো বাতাসপূর্ণ হবে– **বাসস্থান।**
- ছেলেমেয়েদের সবচেয়ে বিপজ্জনক সময়– **বয়ঃসন্ধিকাল।**

☑ গুরুত্বপূর্ণ MCQ প্রশ্নোত্তর

১. সামাজিক যে কোনো কর্মকাণ্ডে এইডস রোগীদের অংশগ্রহণ কেমন হবে?
ⓚ তার সাথে মেলামেশা বন্ধ করতে হবে
ⓚ তার কোনো সিদ্ধান্ত গ্রহণ করা যাবে না
ⓖ অংশগ্রহণ নিশ্চিত করতে হবে
ⓖ অংশগ্রহণ থেকে বিরত থাকতে হবে

২. HIV ভাইরাস মানুষের শরীরে প্রবেশ করলে কোন ক্ষমতা হ্রাস পায়?
ⓚ কাজ করার ⓚ চিন্তাচেতনার
ⓖ রোগ প্রতিরোধের ⓖ চলাফেরার

৩. শিশুদের প্রকৃতি কেমন হয়?
ⓚ অস্থিতিশীল ⓚ অনুকরণ প্রিয়
ⓖ শান্তিপ্রিয় ⓖ সহানুভূতিহীন

৪. সন্তানদের অপরাধপূর্ণ মানসিকতা দূর করতে পিতা-মাতার কোন কাজটি করতে হবে?
ⓚ সন্তানদের কঠোর শাসনের মধ্যে রাখতে হবে
ⓚ সন্তানদের কাজে অবাধ স্বাধীনতা দিতে হবে
ⓖ সন্তানের সাথে বন্ধুত্বপূর্ণ সম্পর্ক গড়ে তুলতে হবে
ⓖ সন্তানদের কাজে বিধিনিষেধ আরোপ করতে হবে

৫. বাংলাদেশের প্রজনন স্বাস্থ্য জরিপ অনুযায়ী কত শতাংশ মেয়ের বিয়ে ১৮ বা তার কম বয়সে হয়?
ⓚ ৭০ শতাংশ ⓚ ৭৫ শতাংশ
ⓖ ৮০ শতাংশ ⓖ ৮৫ শতাংশ

৬. প্রজনন স্বাস্থ্য সুরক্ষার জন্য কখন থেকে ছেলেমেয়েদের এ সম্পর্কিত বিধিবিধান মেনে চলতে হয়?
ⓚ শৈশব ⓚ বয়ঃসন্ধিকাল
ⓖ জন্মের পর ⓖ যৌবনকাল

৭. মানসিক দিক দিয়ে সুস্থ ব্যক্তির আচরণে কীসের পরিচয় পাওয়া যায়?
ⓚ অন্তর্মুখী ব্যক্তিত্বের ⓚ খিটখিটে মেজাজের
ⓖ উত্তেজিত মেজাজের ⓖ আত্মতৃপ্তির

৮. মানুষের সামগ্রিক স্বাস্থ্যের একটি দিক কোনটি?
ⓚ শারীরিক স্বাস্থ্য ⓚ মানসিক স্বাস্থ্য
ⓖ দৃঢ় আত্মবিশ্বাস ⓖ আত্মমর্যাদা

৯. নিচের কোন কারণটির জন্য আমাদের দেশের অধিকাংশ মা ও শিশু অপুষ্টিতে ভোগে?
ⓚ পুষ্টি সম্পর্কে সচেতনতার অভাবে
ⓚ পুষ্টিকর খাদ্যের অভাবে
ⓖ চিকিৎসা সেবার অপ্রতুলতার কারণে
ⓖ বিশেষজ্ঞ চিকিৎসকের অভাবে

১০. জাতীয় এইডস কমিটি কোন কাজটি করে থাকে?
ⓚ এইডস রোগীদের চিকিৎসার ব্যবস্থা করে
ⓚ এইডস প্রতিরোধ সম্পর্কে পরামর্শ দেয়
ⓖ এইডস রোগীদের আর্থিক সহায়তা প্রদান করে
ⓖ এইডস রোগীদের পুনর্বাসনের ব্যবস্থা করে

১১. 'কোনো ব্যক্তির সাথে নিষ্ঠুর আচরণ করা যাবে না' এটি সর্বজনীন মানবাধিকারের কত নং আর্টিকেল?
ⓚ ৫ নং ⓚ ৬ নং ⓖ ৭ নং ⓖ ৮ নং

উত্তর:
৫. ঘ
৬. গ
৭. ঘ
৮. ক
৯. ঘ
❖
১. গ
২. গ
৩. খ
৪. গ
৫. গ
৬. খ
৭. ঘ
৮. খ
৯. ক
১০. খ
১১. ক

জাতীয় বিশ্ববিদ্যালয়ের ভর্তি পরীক্ষার প্রশ্নোত্তর বিচার্স

১২. চিন্তাশক্তি ও স্মরণশক্তি বৃদ্ধি পাওয়াকে বলে— [N.U. 11-12]
ক growth খ ossification
গ development ঘ recreation

১৩. স্বাস্থ্য, উচ্চাকাঙ্ক্ষা, কৌশলীতৃপ্তি জ্ঞানগুলো হয়েছে— [N.U. 11-12]
ক মূল্যবোধ খ লক্ষ্য
গ ব্যবস্থাপনা ঘ কোনোটিই নয়

১৪. চিন্তাশক্তি ও স্মরণশক্তি বৃদ্ধি পাওয়াকে বলে— [N.U. 09-10]
ক Growth খ Ossification
গ Development ঘ Recreation

খ-বিভাগ : খাদ্য ও পুষ্টিবিজ্ঞান

অধ্যায়-০৯ : খাদ্য ও খাদ্যের উপাদান

গুরুত্বপূর্ণ তথ্যাবলি

- বেঁচে থাকার জন্য আমাদের প্রয়োজন হয়– খাদ্যের।
- পুষ্টি– একটি জৈবিক প্রক্রিয়া।
- প্রোটিন শব্দটি এসেছে– গ্রিক শব্দ প্রোটিও থেকে।
- প্রতিটি জীবন্ত কোষেই– প্রোটিন আছে।
- প্রাপ্তবয়স্কদের জন্য অত্যাবশ্যকীয় এমাইনো এসিড– ৮টি।
- শিশুদের জন্য অত্যাবশ্যকীয় এমাইনো এসিড– ১০টি।
- গর্ভবতী ও স্তন্যদানী মায়েদের প্রোটিনের চাহিদা বৃদ্ধি পায়– ২০–২৫ গ্রাম।
- শিশুদের প্রতি কেজি ওজনের জন্য– ১.০০–১.৫ গ্রাম প্রোটিন ধরা হয়।
- আমরা কার্বোহাইড্রেট থেকে দেহের– ৬০–৭০% ক্যালরি পাই।
- কার্বোহাইড্রেটের প্রধান কাজ– তাপশক্তি উৎপাদন করা।
- স্নেহ জাতীয় খাদ্যের দহন আমাদের রক্ষা করে– কিটোসিস রোগের হাত থেকে।
- ফ্যাটি এসিডগুলোকে ভাগ করা যায়– ২ ভাগে।
- ভিটামিন এ, ডি, ই, কে– বিভিন্ন এ্যালকোহল ও চর্বিতে দ্রবণীয়।
- মানবদেহের ৬%– জৈব পদার্থ।
- মানব দেহের ৪%– অজৈব পদার্থ।
- অসমোটিক চাপ নিয়ন্ত্রণ করে– খনিজ পদার্থ।
- এসিড বেস সমতা রক্ষা করে– খনিজ পদার্থ।
- শক্তির ঘাটতির ফলে– দেহ দুর্বল হয়।
- ভিটামিন ডি কিভাবে ব্যাহত হয়– ক্যালসিয়ামের অভাবে।
- সোডিয়াম– রক্ত চাপ কমায়।

গুরুত্বপূর্ণ MCQ প্রশ্নোত্তর

১. খাদ্য উপাদানগুলোকে কত ভাগে ভাগ করা যায়?
ক ৩ ভাগে খ ৪ ভাগে গ ৫ ভাগে ঘ ৬ ভাগে

২. দেহে কোনো ক্ষতি হলে কীভাবে তা পূর্বের অবস্থায় ফিরে আসে?
ক তাপ উৎপাদনের মাধ্যমে
খ বিশ্রামের মাধ্যমে
গ নতুন কোষ পুনর্গঠনের মাধ্যমে
ঘ কাজ করার মাধ্যমে

৩. যেসব কার্বোহাইড্রেটকে বিশ্লেষণ করলে দুটি মনোস্যাকারাইড পাওয়া যায় তাকে বলে—
ক মনোস্যাকারাইড খ ডাইস্যাকারাইড
গ পলিস্যাকারাইড ঘ ট্রাইস্যাকারাইড

৪. কার্বোহাইড্রেট কতটি মৌলিক পদার্থের সমন্বয়ে গঠিত?
ক দুটি খ তিনটি গ চারটি ঘ পাঁচটি

৫. কার্বোহাইড্রেটের অভাবে স্নেহপদার্থ দহনের ফলে কোন বিষাক্ত পদার্থটি উৎপন্ন হয়?
ক কিটোন বডিস খ অ্যামোনিয়া
গ অ্যালকোহল ঘ এসিড

৬. উদ্ভিদ থেকে যেসব প্রোটিন পাওয়া যায় তাদের কী বলে?
ক প্রাণিজ প্রোটিন খ উদ্ভূত প্রোটিন
গ অত্যাবশ্যকীয় প্রোটিন ঘ উদ্ভিজ্জ প্রোটিন

৭. নিচের কোনটি গ্লাইকোপ্রোটিনে প্রোটিনের সাথে যুক্ত থাকে?
ক রঞ্জক পদার্থ খ লিপিড
গ শর্করা ঘ পটাশিয়াম

৮. চুল ও চামড়ার স্বাভাবিক রং বজায় রাখে কোনটি?
ক ফলিক এসিড খ ভিটামিন ডি
গ প্রোটিন ঘ কার্বোহাইড্রেট

৯. যেসব অ্যামাইনো এসিড আমাদের দেহে তৈরি হয় সেগুলোকে বলে—
ক অত্যাবশ্যকীয় অ্যামাইনো এসিড
খ অনাবশ্যকীয় অ্যামাইনো এসিড
গ সরল প্রোটিন
ঘ যৌগিক প্রোটিন

১০. চুল ও চামড়ার স্বাভাবিক রং বজায় রাখে কোনটি?
ক ফলিক এসিড খ ভিটামিন 'ডি'
গ প্রোটিন ঘ কার্বোহাইড্রেট

১১. কীসের সমন্বয়ে ফ্যাট গঠিত হয়?
ক ফ্যাটি এসিড ও গ্লিসারল
খ সালফিউরিক এসিড ও গ্লিসারল
গ অ্যামাইনো এসিড ও গ্লিসারল
ঘ সাইট্রিক এসিড ও গ্লিসারল

১২. যেসব স্নেহ স্বাভাবিক উষ্ণতা ও চাপে তরল অবস্থায় থাকে তাকে বলে—
ক তরল খ কঠিন গ সরল ঘ প্রাণিজ

১৩. নিচের কোনটি ফ্যাটের উদ্ভিজ্জ উৎস?
ক ঘি খ চর্বি
গ বাদাম তেল ঘ মাখন

উত্তরমালা: ১২. গ ১৩. ঘ ১৪. খ ❖ ১. ঘ ২. গ ৩. খ ৪. খ ৫. ক ৬. ঘ ৭. গ ৮. গ ৯. খ ১০. গ ১১. ক ১২. ক ১৩. গ

CamScanner

১৪. ভিটামিন 'এ'-এর মাত্রা কম থাকলে কীসের সংশ্লেষণ কমে যায়?
ক রডপসিনের খ গ্লাইসিনের
গ কর্নিয়ার ঘ রেটিনার

১৫. ভিটামিন 'ডি'-এর রাসায়নিক নাম হলো—
ক টোকোফেরল খ কালসিফেরল
গ সায়ানোকোবালামিন ঘ ক্যারোটিন

১৬. কোন শব্দ থেকে ক্যালসিয়াম শব্দটি এসেছে?
ক গ্রিক খ ফরাসি গ জাপানি ঘ ইংরেজি

১৭. রক্তের তারল্য নষ্ট হয় কীসের অভাবে?
ক লৌহ খ ম্যাগনেসিয়াম
গ দস্তা ঘ পানি

জাতীয় বিশ্ববিদ্যালয়ের ভর্তি পরীক্ষার প্রশ্নোত্তর রিচার্স

১৮. খাবারের কোন কার্বোহাইড্রেট কোনো পরিপাক ছাড়াই শরীরে শোষিত হয়? [N.U. 14-15]
ক গ্লুকোজ খ গ্যালাকটোজ
গ ফ্রুকটোজ ঘ উপরের প্রত্যেকটি

১৯. মেন্যু পরিকল্পনায় কোন কোন বিষয়ের প্রতি দৃষ্টি দিতে হবে? [N.U. 14-15]
ক খাদ্যাভ্যাস খ পুষ্টির চাহিদা
গ মৌসুমি খাদ্য ঘ উপরের প্রত্যেকটি

২০. ক্যালসিয়ামের প্রধান উৎস কোনটি? [N.U. 13-14]
ক বাদাম খ গম গ দুধ ঘ সবকটি

২১. সামুদ্রিক মাছে কোনটি বেশি পাওয়া যায়? [N.U. 13-14]
ক লৌহ খ ফসফরাস
গ আয়োডিন ঘ ক্যালসিয়াম

২২. কার্বোহাইড্রেটের সরল অণু কোনটি? [N.U. 12-13]
ক গ্লুকোজ খ গ্লাইকোজেন
গ গ্লিসারল ঘ সেলুলোজ

২৩. রক্তে হিমোগ্লোবিন তৈরিতে সহায়তা করে— [N.U. 09-10, 11-12]
ক ক্যালসিয়াম খ ফসফরাস
গ ম্যাগনেসিয়াম ঘ লৌহ

২৪. গাজরের কোন উপাদানটি প্রাক-ভিটামিন হিসেবে কাজ করে? [N.U. 11-12]
ক বিটা ক্যারোটিন খ রাইবোফ্লোবিন
গ গ্লুটিন ঘ লাইকোপিন

২৫. "পাস্তুরাইজেশন" পদ্ধতিতে ব্যবহৃত তাপমাত্রা— [N.U. 10-11]
ক ৯০° সে. খ ১০০° সে.
গ ১২০° সে. ঘ ১৪০° সে.

২৬. নিচের কোনটি কার্বোহাইড্রেট জাতীয় খাদ্য নয়? [N.U. 09-10]
ক জলপাই তেল খ পাউরুটি
গ খই ঘ সুজি

২৭. কার্বোহাইড্রেটে হাইড্রোজেন ও অক্সিজেনের অনুপাত— [N.U. 09-10]
ক ২ : ২ খ ১ : ২ গ ২ : ১ ঘ ৩ : ২

অধ্যায়-১০ : পরিপাকতন্ত্র, পরিপাক ও শোষণ

গুরুত্বপূর্ণ তথ্যাবলি

- বেঁচে থাকার জন্য আমরা খাদ্য গ্রহণ করি- **বিভিন্ন উৎস থেকে।**
- সরাসরি কাজে লাগে- **গ্লুকোজ ও কয়েকটি খনিজ লবণ।**
- পৌষ্টিক নালীর প্রথম কাজ- **মুখ বিবর।**
- জিহ্বার ওপর পৃষ্ঠে থাকে- **স্বাদ কোরক।**
- পাকস্থলি ভাগ করা যায়- **৩টি অংশে।**
- অন্ননালী লম্বা- **২৫ সে. মি.।**
- বৃহদান্তকে ভাগ করা যায়- **৩টি ভাগে।**
- কোমলকে ভাগ করা যায়- **৪টি ভাগে।**
- স্টার্চ পরিপাকে অংশগ্রহণ করে- **টায়ালিন।**
- মলাশয়-**স্ফিংটার পেশি দ্বারা সুনিয়ন্ত্রিত।**
- অসংখ্য রাসায়নিক কাজ সম্পন্ন করে- **যকৃত।**
- পিত্তরস প্রয়োজন হয়- **ফ্যাট পরিপাক ও শোষণের জন্য।**
- দৈনিক শক্তির চাহিদার ৬০%-৮০% আসে- **কার্বোহাইড্রেট থেকে।**
- মনোস্যাকারাইড- **সরাসরি বৃক্তে বিশ্লেষিত হতে পারে।**
- গলবিলে কোন খাদ্য বস্তুর- **পরিপাক ঘটে না।**
- খাদ্য বৃহদান্তে প্রবেশ করে- **অজীর্ণ অবস্থায়।**
- ফ্যাট ভেঙ্গে পরিণত হয়- **ফ্যাটি এসিড ও গ্লিসারিন।**
- ফ্যাটের বৃহৎ কণাকে অদ্রবণীয় করে- **পিত্তরস।**
- লালারসে- **পরিপাকের কোন এনজাইম নাই।**

গুরুত্বপূর্ণ MCQ প্রশ্নোত্তর

১. পাকস্থলি থেকে অপরিপাককৃত খাদ্যবস্তু কোথায় আসে?
ক ক্ষুদ্রান্ত্রে খ বৃহদন্ত্রে গ মলাশয়ে ঘ কোলনে

২. সিকামের পরের অংশকে কী বলে?
ক কোলন খ মলাশয় গ সিকাম ঘ পায়ু

৩. লালারসে কোন এনজাইম থাকে?
ক টায়ালিন খ অ্যামাইলেজ
গ ল্যাকটোজ ঘ সুক্রোজ

৪. পিত্তনালির মাধ্যমে পিত্তরস যকৃত থেকে কোথায় আসে?
ক পাকস্থলিতে খ জেজুনামে
গ ডিওডেনামে ঘ বৃক্কে

৫. পাকস্থলির কয়টি পেশিবলয় থাকে?
ক ২টি খ ৩টি গ ৪টি ঘ ৫টি

৬. নিচের কোনটি সবচেয়ে বড় লালাগ্রন্থি?
ক প্যারোটিড খ সাব-ম্যান্ডিবুলার
গ সাব-প্যারোটিড ঘ সাব-লিঙ্গুয়াস

৭. নিচের কোনটি পরিপাকের প্রয়োজন হয় না?
ক পলিস্যাকারাইড খ ডাইস্যাকারাইড
গ মনোস্যাকারাইড ঘ ট্রাইস্যাকারাইড

উত্তরমালা

১৪. খ
১৫. খ
১৬. ক
১৭. ঘ
১৮. ঘ
১৯. ঘ
২০. গ
২১. গ
২২. ক
২৩. ঘ
২৪. ক
২৫. ক
২৬. ক
২৭. ঘ
❖
১. ক
২. ক
৩. ক
৪. গ
৫. ক
৬. ক
৭. গ

CS CamScanner

৮. ক্ষুদ্রান্ত্রে কীসের পরিপাক সম্পূর্ণ হয়?
ⓚ স্নেহ ⓚ কার্বোহাইড্রেট
ⓖ প্রোটিন ⓖ ভিটামিন

৯. ভিটামিন বি,$_{১২}$ বিশোষিত না হলে কোন রোগ হয়?
ⓚ চর্মরোগ ⓚ স্কার্ভি
ⓖ পেলেগ্রা ⓖ পার্নিসিয়াস অ্যানিমিয়া

১০. সদ্যজাত শিশুর ক্ষুদ্রান্ত্র হতে মায়ের দুধের প্রোটিনের কোন উপাদানটি পরিপাক ছাড়াই শোষিত হয়?
ⓚ অ্যালবুমিন ⓚ গ্লোবিউলিন
ⓖ হিমোগ্লোবিন ⓖ ফিব্রিনোজেন

১১. আয়োডিনযুক্ত খাদ্য লবণ অতিরিক্ত গৃহীত হলে কী হয়?
ⓚ মূত্রের সাথে বের হয়ে যায় ⓚ শোষিত হয় না
ⓖ সঞ্চিত থাকে ⓖ রক্তে মিশে যায়

☑ জাতীয় বিশ্ববিদ্যালয়ের ভর্তি পরীক্ষার প্রশ্নোত্তর রিচার্স

১২. এনজাইম কোন ধরনের পদার্থ? *[N.U. 14-15]*
ⓚ প্রোটিন ⓚ কার্বোহাইড্রেট
ⓖ ফ্যাট ⓖ উপরের কোনোটিই নয়

১৩. খাদ্য আঁশ মানুষের পরিপাকতন্ত্রের কোন স্থানে পরিপাক হয়? *[N.U. 14-15]*
ⓚ পাকস্থলী ⓚ ক্ষুদ্রান্ত্র
ⓖ বৃহদান্ত্র ⓖ উপরের কোথায়ও না

১৪. পিত্তরস ক্ষরণ করে— *[N.U. 12-13]*
ⓚ যকৃত ⓚ অগ্ন্যাশয় ⓖ লালা ⓖ পীহা

১৫. পাকস্থলীর লাইফেজ এনজাইম ডিমের কুসুমের উপর ক্রিয়া করে কী উৎপন্ন করে? *[N.U. 12-13]*
ⓚ মনো গ্লিসারাইড ও ফ্যাটি এসিড
ⓚ মুক্ত কলেসটেরল ও ফ্যাটি এসিড
ⓖ গ্লিসারল ও ফ্যাটি এসিড
ⓖ উপরের সবগুলো

১৬. ক্ষুদ্রান্ত্রের দৈর্ঘ্য কত? *[N.U. 12-13]*
ⓚ ১৭ ফুট ⓚ ২২ ফুট ⓖ ২৫ ফুট ⓖ ২৮ ফুট

১৭. উদ্ভিজ তন্তুর উদাহরণ— *[N.U. 11-12]*
ⓚ লিলেন ⓚ রেশম ⓖ আলপাকা ⓖ নাইলন

১৮. কোনটি প্রোটিন পরিপাককারী এনজাইম? *[N.U. 11-12]*
ⓚ এমাইলেজ ⓚ লাইপেজ ⓖ পেপসিন ⓖ টায়ালিন

১৯. শরীরের সবচেয়ে বড় গ্রন্থি কোনটি? *[N.U. 11-12]*
ⓚ লালাগ্রন্থি ⓚ যকৃৎ
ⓖ অগ্ন্যাশয় ⓖ প্যারোটিড গ্রন্থি

২০. চর্বিতে দ্রবণীয় ভিটামিন হলো— *[N.U. 10-11]*
ⓚ এ, বি ⓚ সি, ডি ⓖ এ, ডি ⓖ বি, ডি

২১. নিচের কোনটি পরিপাকে সহায়তা করে? *[N.U. 09-10]*
ⓚ লালারস ⓚ পিত্তরস
ⓖ পেপসিন ⓖ সবগুলোই

উত্তরপত্র
৮. খ
৯. ঘ
১০. খ
১১. ক
১২. ক
১৩. ক
১৪. ক
১৫. গ
১৬. ক
১৭. ক
১৮. গ
১৯. খ
২০. ক
২১. ঘ
❖
১. গ
২. খ
৩. গ
৪. গ
৫. ক

অধ্যায়-১১ : শক্তি চাহিদা

☑ গুরুত্বপূর্ণ তথ্যাবলি

- কাজ করার ক্ষমতাকে বলে– **শক্তি।**
- আমাদের শরীরের জ্বালানি হচ্ছে– **খাদ্য।**
- জীবন্ত কোষে অবিরাম জৈবিক প্রক্রিয়ায় প্রয়োজন– **শক্তি।**
- কার্বোহাইড্রেট, প্রোটিন ও স্নেহ উৎপাদন করে– **তাপ।**
- শ্বসন, রক্তসঞ্চালন, রেচন অপরিহার্য– **জীবনধারণের জন্য।**
- মানবদেহে খাদ্য ব্যবহৃত হয়– **তাপ শক্তিরূপে।**
- জীবদেহের প্রধান চাহিদা হচ্ছে– **শক্তির চাহিদা।**
- তাপশক্তি মাপার একক হলো– **ক্যালরি।**
- দেহে উৎপন্ন শক্তির প্রকাশ ঘটে– **তাপের মাধ্যমে।**
- শক্তি চাহিদা পূরণের জন্য জীবদেহে গ্রহণ করে– **খাদ্য।**
- খাদ্য থেকে আমরা পেয়ে থাকি– **তাপ ও শক্তি।**
- ক্যালরির চাহিদাকে প্রভাবিত করে– **দেহের বর্ধন।**
- মধ্য বয়সের ব্যক্তিদের গড় মৌলিক বিপাক হার– **৪০ ক্যালরি।**
- জীবনধারণের জন্য শক্তি উৎপন্ন ও ব্যয়কে বলে– **মৌল বিপাক।**
- S. D. A সর্বাধিক– **প্রোটিনের।**
- শিশুদের বিপাক হার বেশি থাকে– **১০–১২ ভাগ।**
- মৌলিক বিপাকের জন্য প্রয়োজন– **মৌলিক শক্তি চাহিদা।**
- জন্মের পর দৈহিক বৃদ্ধি দ্রুত হারে হয়– **প্রথম ৩/৪ বছর।**
- মৌল বিপাক হার নিম্নমুখী হয়– **অপুষ্টির অভাবে।**
- শ্বেতাঙ্গদের তুলনায় বিপাক হার বেশি– **এস্কিমোদের।**

☑ গুরুত্বপূর্ণ MCQ প্রশ্নোত্তর

১. দেহের তাপমাত্রা বজায় রাখার জন্য কী দরকার?
ⓚ আলোক শক্তি ⓚ বিদ্যুৎ শক্তি
ⓖ তাপ শক্তি ⓖ যান্ত্রিক শক্তি

২. শক্তি পরিমাপের একক কীসের মাধ্যমে প্রকাশ করা হয়?
ⓚ কিলোগ্রাম ⓚ কিলোক্যালরি
ⓖ কিলোবাইট ⓖ কিলোহার্জ

৩. সর্বনিম্ন শক্তির পরিমাপ বলতে কী বোঝায়?
ⓚ হালকা কাজে ব্যয়িত শক্তি
ⓚ ভারী কাজে ব্যয়িত শক্তি
ⓖ সম্পূর্ণ বিশ্রামরত অবস্থায় ব্যয়িত শক্তি
ⓖ দাঁড়িয়ে থাকা অবস্থায় ব্যয়িত শক্তি

৪. রাজমিস্ত্রির কাজে প্রতি ঘণ্টায় প্রতি কেজি ওজনের জন্য ক্যালরি চাহিদা কত?
ⓚ ১০০ ⓚ ২০০ ⓖ ৩০০ ⓖ ৪০০

৫. প্রতি কিলোগ্রাম দেহের ওজনের জন্য একজন পুরুষের প্রতি ঘণ্টায় কত ক্যালরি ব্যয় হয়?
ⓚ ১ ক্যালরি ⓚ ২ ক্যালরি
ⓖ ৩ ক্যালরি ⓖ ৪ ক্যালরি

CamScanner

৬. খাদ্য গ্রহণের কত ঘণ্টা পরে বিশ্রামরত অবস্থায় ব্যয়িত তাপশক্তির হার দ্বারা মৌল বিপাক পরিমাপ করা হয়?
ⓐ ১০–১২ ঘণ্টা ⓑ ১০–১৫ ঘণ্টা
ⓒ ১৪–১৮ ঘণ্টা ⓓ ১৪–২০ ঘণ্টা

৭. স্বাভাবিক কাজের জন্য মৌল বিপাকের শতকরা কত ভাগ শক্তি ব্যয় হয়?
ⓐ ৫৫ ⓑ ৬৫ ⓒ ৭৫ ⓓ ৮৫

৮. ভারি কাজের জন্য প্রতি ঘণ্টায় গড়ে কত ক্যালরি ব্যয় হয়?
ⓐ ২৫০–৩০০ ক্যালরি ⓑ ৩০০–৪৫০ ক্যালরি
ⓒ ৪৫০–৫০০ ক্যালরি ⓓ ৪৫০–৫৯০ ক্যালরি

৯. স্বাভাবিক পরিশ্রমী একজন পুরুষের দৈনিক ক্যালরি চাহিদা কত হয়?
ⓐ ১০০০ ⓑ ২০০০ ⓒ ৩০০০ ⓓ ৪০০০

১০. চিড়া থেকে কত কিলোক্যালরি পাওয়া যায়?
ⓐ ৩০০ ⓑ ৩২০ ⓒ ৩৪৫ ⓓ ৩৫০

১১. শ্বেতাঙ্গদের তুলনায় বিপাক হার বেশি হয় কাদের?
ⓐ এস্কিমোদের ⓑ কৃষ্ণাঙ্গদের
ⓒ পিগমিদের ⓓ রেড ইন্ডিয়ানদের

১২. যুবকদের মৌল বিপাক হার কাদের তুলনায় বেশি?
ⓐ শিশুদের ⓑ বৃদ্ধদের
ⓒ কিশোরীদের ⓓ কিশোরের

১৩. থাইরয়েড হরমোনের অভাবে বড়দের কোন রোগ হয়?
ⓐ শোথ ⓑ অস্টিওম্যালেসিয়া
ⓒ মিক্সিডিমা ⓓ কিটোসিস

☑ জাতীয় বিশ্ববিদ্যালয়ের ভর্তি পরীক্ষার প্রশ্নোত্তর রিচার্স

১৪. গাজরের কোন উপাদানটি প্রাক-ভিটামিন হিসেবে কাজ করে? *[N.U. 09-10]*
ⓐ বিটা ক্যারোটিন ⓑ রাইবোফ্লাভিন
ⓒ গ্লুটেন ⓓ লাইকোপিন

অধ্যায়-১২ : মৌলিক খাদ্যগোষ্ঠী–সুষম খাদ্য ও মেনু পরিকল্পনা

☑ গুরুত্বপূর্ণ তথ্যাবলি

- খাদ্য পরিকল্পনার মূল উদ্দেশ্য– **পুষ্টিমূল্য ঠিক রাখা।**
- ছেলেদের তুলনায় মেয়েদের দেহের ওজন ও আয়তন– **কম।**
- মেনু পরিকল্পনার সময় পরিহার করতে হবে– **ভ্রান্ত ধারণা।**
- মেনু পরিকল্পনা করতে হবে– **পরিবারের আয় অনুযায়ী।**
- ব্যক্তি বিশেষে খাদ্য চাহিদা নির্ভর করে– **বয়সভেদে।**
- কঠোর পরিশ্রমী ব্যক্তির চাহিদা থাকে– **স্নেহ ও কার্বোহাইড্রেট।**
- কৈশোরে চাহিদা বেশি থাকে– **প্রোটিন ও ক্যালরির।**
- খাদ্য পরিবেশন পদ্ধতি নির্ভর করে– **লোকসংখ্যা ও উপলক্ষ্যের ওপর।**
- মেনু পরিকল্পনার মাধ্যমে পরিবেশন করা যায়– **সুষম ও পুষ্টিকর খাদ্য।**
- হৃদরোগীর বর্জন করতে হবে– **চর্বিজাতীয় খাদ্য।**
- একজন বৃদ্ধের খাদ্য তালিকায় থাকতে হবে– **ভিটামিন ও খনিজ লবণ।**
- গর্ভাবস্থায় লৌহ প্রয়োজন– **দৈনিক ৩০ মিলিগ্রাম।**
- গর্ভবতী মায়ের দৈনিক প্রয়োজন– **২,৩০০– ২,৪০০ কিলোক্যালরি।**
- ভ্রূণ, জরায়ু ও বিপাকক্রিয়া বৃদ্ধির ফলে পুষ্টি চাহিদা বৃদ্ধি পায়– **গর্ভবতী মায়ের।**
- গর্ভাবস্থাকে সাধারণত ভাগ করা যায়– **৩ ভাগে।**
- গর্ভাবস্থায় ফলিক অ্যাসিড প্রয়োজন– **১০০ মিলিগ্রাম।**
- গর্ভাবস্থায় রক্ত ও প্রোটিন গঠনের জন্য প্রয়োজন– **ফলিক অ্যাসিড।**
- গর্ভস্থ ভ্রূণের অস্থির গঠন ও দৃঢ়তার জন্য প্রয়োজন– **ক্যালসিয়াম।**
- গর্ভবতীর জন্য দৈনিক প্রোটিন প্রয়োজন– **৭৫–১০০ গ্রাম।**
- গর্ভাবস্থায় শেষ ৩ মাসে ওজন বৃদ্ধি পায়– **প্রায় ১১ কেজি।**
- লৌহের অভাবে দেখা দেয়– **রক্তস্বল্পতা ও অ্যানিমিয়া।**
- সুপরিকল্পিত মেনু পূরণ করে– **পুষ্টির চাহিদা।**

☑ গুরুত্বপূর্ণ MCQ প্রশ্নোত্তর

১. খাদ্য উপাদান এবং দেহে খাদ্যের কার্যকারিতার ওপর ভিত্তি করে খাদ্যকে কতটি মৌলিক শ্রেণিতে ভাগ করা হয়েছে?
ⓐ দুটি ⓑ তিনটি ⓒ চারটি ⓓ পাঁচটি

২. শ্রমজীবী ব্যক্তির জন্য দৈনিক কী পরিমাণ শক্তি প্রদানকারী খাদ্য গ্রহণ করা উচিত?
ⓐ ৩৫০ ⓑ ৪৫০ ⓒ ৫৫০ ⓓ ৬৫০

৩. কত গ্রাম মাংসকে এক পরিবেশন ধরা হয়?
ⓐ ৫০–৬০ গ্রাম ⓑ ৬০–১২০ গ্রাম
ⓒ ৭০–১২০ গ্রাম ⓓ ৮০–১৫০ গ্রাম

৪. প্রোটিন জাতীয় খাদ্য দৈনিক মোট ক্যালরির কী পরিমাণ গ্রহণ করতে হবে?
ⓐ ১০%–১৫% ⓑ ১৫%–২০%
ⓒ ২০%–২৫% ⓓ ২৫%–৩০%

৫. মৌলিক খাদ্যগোষ্ঠী প্রয়োগে কোনটি সহজ হয়?
ⓐ খাদ্য ক্রয় ⓑ সুষম খাদ্যতালিকা তৈরি
ⓒ খাদ্য সংরক্ষণ ⓓ খাদ্য সরবরাহ

৬. শীতপ্রধান অঞ্চলের মানুষের অতিরিক্ত শক্তি প্রয়োজন হয় কেন?
ⓐ বেশি পরিশ্রম করার জন্য
ⓑ তাপশক্তি বজায় রাখার জন্য
ⓒ বুদ্ধির বিকাশের জন্য
ⓓ শক্তি বৃদ্ধির জন্য

৭. গর্ভবতী মায়ের দৈনিক কত মাইক্রোগ্রাম আয়োডিন গ্রহণ করা উচিত?
ⓐ ১০০ মিলিগ্রাম ⓑ ১২৫ মিলিগ্রাম
ⓒ ১৫০ মিলিগ্রাম ⓓ ২০০ মিলিগ্রাম

৮. শিশুর বয়স ৬ মাস পূর্ণ হলে দৈনিক কত গ্রাম প্রোটিন আবশ্যক?
ⓐ ২–২.৫ গ্রাম ⓑ ২.৫–৩ গ্রাম
ⓒ ৩–৩.৫ গ্রাম ⓓ ৩.৫–৪ গ্রাম

উত্তর

৬.	গ
৭.	গ
৮.	ঘ
৯.	গ
১০.	গ
১১.	ক
১২.	ঘ
১৩.	গ
১৪.	ক
✿	
১.	গ
২.	ঘ
৩.	ঘ
৪.	ঘ
৫.	খ
৬.	ক
৭.	ঘ
৮.	ক

৯. ১৬–১৯ বছর বয়সী ছেলেমেয়েদের দৈনিক কি পরিমাণ ক্যালরি প্রয়োজন?

ⓚ ২,২০০ ক্যালরি ⓚ ২,৩০০ ক্যালরি
ⓖ ২,৪০০ ক্যালরি ⓖ ২,৫০০ ক্যালরি

১০. খাদ্য প্রস্তুতের সময় নিচের কোনটি অনুসরণ করতে হবে?

ক) রেসিপি খ) মেনু
গ) সময় তালিকা ঘ) বাজেট

১১. রান্নার সময় মানের দিকে লক্ষ না রেখে ব্যয়ের দিকে লক্ষ রাখলে কোনটি হওয়ার সম্ভাবনা থাকে?

ক) লাভ হওয়ার খ) লোকসান হওয়ার
গ) মান ভালো হওয়ার ঘ) পুষ্টিমূল্য বৃদ্ধি হওয়ার

☑ জাতীয় বিশ্ববিদ্যালয়ের ভর্তি পরীক্ষার প্রশ্নোত্তর রিচার্স

১২. রোগ প্রতিরোধক খাদ্য কোনগুলো? *[N.U. 13-14]*

ক) শাকসবজি ও ফলমূল খ) চাল ও গম
গ) তেল ও সয়াবীন ঘ) মাছ ও মাংস

১৩. বাংলাদেশে শিশু অপুষ্টির প্রধান কারণ কী? *[N.U. 13-14]*

ক) দূষিত পানি পরিচ্ছন্নতার অভাব
খ) খাদ্য সম্বন্ধে ভ্রান্ত ধারণা ও অজ্ঞতা
গ) অপর্যাপ্ত খাদ্য গ্রহণ
ঘ) বি ও সি উভয়ই

অধ্যায়-১৩ : রোগ ও পথ্য ব্যবস্থাপনা

☑ গুরুত্বপূর্ণ তথ্যাবলি

- আমাশয় রোগের কারণ– এক ধরনের ব্যাকটেরিয়া।
- একটি জীবাণুঘটিত রোগ– আমাশয়।
- অ্যামিবিক আমাশয়ের জীবাণু হলো– অ্যান্টামিবা হিস্টোলাটিকা।
- রক্ত আমাশয়ের জীবাণু হলো– শিগেলা ব্যাসিলাস।
- অ্যামিবিক আমাশয়ের অন্য নাম হলো– সাদা আমাশয়।
- আমাশয় রোগীর জন্য পথ্য– চিড়া, ডাবের পানি।
- আমাশয়ে আক্রান্ত শিশুর দুধ হবে– মাখন বর্জিত।
- অ্যামিবিক আমাশয়ের লক্ষণ হলো– তলপেটে মোচড়ানো ব্যথা।
- ব্যসিলারি আমাশয়ে পায়খানায় বেশি থাকে– মিউকাস বা আম।
- অ্যামিবিক আমাশয়ে পায়খানা হতে পারে– ১০-১২ বার।
- আলসারের কারণ– ধূমপান, মদ্যপান, দুশ্চিন্তা।
- পাকস্থলিতে ক্ষত হওয়াকে বলে– আলসার।
- কোষ্ঠকাঠিন্য হলে খেতে হবে– প্রচুর শাকসবজি ও ফলমূল।
- অতিরিক্ত অ্যাসিডের সাথে মিশে পাকস্থলির গায়ে ক্ষত সৃষ্টি করে– পেপসিন।
- অপেক্ষাকৃত দ্রুত মল নিষ্কাশিত হবে– শাকসবজি খেলে।
- অতিরিক্ত তেল বা চর্বিযুক্ত খাদ্যগ্রহণ– কোষ্ঠ কাঠিন্যের কারণ।
- পাকস্থলিতে অ্যাসিডের ক্ষরণ বৃদ্ধি পায়– উত্তেজনায়।
- কোষ্ঠ পরিষ্কারে সহায়তা করে– তেল, ঘি, মাখন।
- কোষ্ঠকাঠিন্য হলে পরিহার করা ভালো– চা ও কফি।
- অন্ত্রের মাংসপেশির দুর্বলতা থাকলে হতে পারে– কোষ্ঠকাঠিন্য।
- পরিপাক ও বিশেষণ হয় খাদ্য গ্রহণের– ১২-৭২ ঘন্টার মধ্যে।
- নিয়মিত ও স্বাভাবিকভাবে মল নিষ্কাশিত হয় না– কোষ্ঠকাঠিন্যে।
- আলসারে আরাম বোধ হয়– ঠান্ডা দুধ খেলে।

☑ গুরুত্বপূর্ণ MCQ প্রশ্নোত্তর

১. ওজন নিয়ন্ত্রণে রাখার জন্য খাদ্যের কীসের পরিমাণ কমাতে হবে?

ক) আয়োডিন খ) লৌহ
গ) ভিটামিন ঘ) ক্যালরি

২. ওজন বৃদ্ধি পেলে কীসের চাহিদা কমে যায়?

ক) ভিটামিনের খ) আয়োডিনের
গ) লৌহের ঘ) ক্যালরির

৩. রোগীর আরোগ্য লাভের সময় কোন ধরনের পথ্য দিতে হবে?

ক) কার্বোহাইড্রেটবহুল খ) উচ্চ প্রোটিনবহুল
গ) স্নেহবহুল ঘ) উচ্চ ভিটামিনবহুল

৪. জ্বর বেশি হলে কোনটি বৃদ্ধি পায়?

ক) পরিপাকের ক্ষমতা খ) ক্যালরির চাহিদা
গ) কাজ করার ক্ষমতা ঘ) ঘুমের চাহিদা

৫. নিচের কোনটি জন্ডিস রোগের লক্ষণ?

ক) হজমে ব্যাঘাত ঘটা খ) ওজনাধিক্য
গ) ঘাড় ব্যথা ঘ) বুকে ব্যথা

৬. ধমনীর গায়ে চর্বি পদার্থ জমে ধমনী সরু হয়ে যাওয়াকে বলে–

ক) প্লাক খ) সংকোচন গ) ব্লক ঘ) স্রাব

৭. করনারি ধমনী বন্ধ হয়ে যাওয়ার ফলে কোন রোগ হয়?

ক) হার্ট অ্যাটাক খ) ডায়াবেটিস
গ) ক্যান্সার ঘ) জন্ডিস

৮. কোন হরমোনের ওপর দেহকোষে গ্লুকোজের ব্যবহার নির্ভর করে?

ক) গ্লুকাগন খ) ইনসুলিন
গ) প্রোজেস্টেরন ঘ) গোনাডোট্রপিক

৯. আমাশয় রোগের দুগ্ধপোষ্য শিশুর দুধ কেমন হওয়া উচিত?

ক) মাখন বর্জিত খ) এসিড বর্জিত
গ) ক্ষারযুক্ত ঘ) ননীযুক্ত

১০. ডায়াবেটিস রোগী কোন খাবারগুলো ইচ্ছামতো খেতে পারবে?

ক) ভাত, মিষ্টি খ) বাঁধাকপি, চালকুমড়া
গ) চিনি, মাংস ঘ) জেলি, কোক

১১. যকৃতের রোগ কোনটি?

ক) জন্ডিস খ) হৃদরোগ
গ) ডায়াবেটিস ঘ) আলসার

১২. জন্ডিস হলে মূত্রের রং কেমন হয়?

ক) লাল খ) হলুদ গ) সাদা ঘ) সবুজ

উত্তর: ৯. ঘ | ১০. ক | ১১. খ | ১২. ক | ১৩. ঘ | ❖ | ১. ঘ | ২. ক | ৩. ক | ৪. খ | ৫. ক | ৬. ক | ৭. ক | ৮. খ | ৯. ঘ | ১০. খ | ১১. ক | ১২. খ

১৩. খাদ্যের অবশিষ্টাংশ কতক্ষণ পর মলরূপে নির্গত হবে তা নির্ভর করে কীসের ওপর?
ⓚ কাজের প্রকৃতির ⓚ খাদ্যের প্রকৃতির
ⓖ বিশ্রামের ⓖ খাদ্য গ্রহণের

১৪. পাকস্থলিতে এসিডের সাথে কোন এনজাইম মিলিতভাবে পাকস্থলির ভেতরের দেয়ালে ক্ষত সৃষ্টি করে?
ⓚ টায়ালিন ⓚ অ্যামাইলেজ
ⓖ পেপসিন ⓖ লাইপেজ

জাতীয় বিশ্ববিদ্যালয়ের ভর্তি পরীক্ষার প্রশ্নোত্তর রিচার্স

১৫. নিচের কোনটি পানিবাহিত রোগ? *[N.U. 14-15]*
ⓚ কলেরা ⓚ আমাশয়
ⓖ টাইফয়েড ⓖ উপরের প্রত্যেকটি

১৬. কোন ভিটামিনের অভাবে 'রিকেট' হয়? *[N.U. 13-14]*
ⓚ ভিটামিন-এ ⓚ ভিটামিন-ডি
ⓖ ভিটামিন-কে ⓖ ভিটামিন-ই

অধ্যায়-১৪ : খাদ্য সংরক্ষণ ও রন্ধন

গুরুত্বপূর্ণ তথ্যাবলি

- বর্ণ, গন্ধ, স্বাদ কৃত্রিমভাবে সৃষ্টি করা– **ন্যায়সঙ্গত নয়।**
- আবহাওয়াগত অবস্থা অনুযায়ী– **দেশের খাদ্য সংরক্ষণ ব্যবস্থা গ্রহণ করতে হবে।**
- পাস্তুরাইজেশনে খাদ্যকে সংরক্ষণ করা হয়– **১০০° সে. থেকে অপেক্ষাকৃত কম তাপমাত্রায়।**
- ফলগত দ্রব্য, দুধ ইত্যাদি পাস্তুরণ পদ্ধতিতে– **সংরক্ষণ করা হয়।**
- মাছ, মাংস, তরকারি ইত্যাদি ১০০° সে. তাপে ফুটিয়ে রান্না করার ফলে– **অনুজীবের ক্রিয়া নষ্ট হয়।**
- অতি পচনশীল খাদ্য ২৪ ঘণ্টা পর্যন্ত সংরক্ষণ করা যায়– **ফুটিয়ে।**
- প্রক্রিয়াজাতকরণ প্রক্রিয়ার অনুজীব নিধন করা হয়– **১০০° সে.-এর উর্ধ্বে তাপ প্রয়োগ করে।**
- হিমাগারে ১০° – ১৫° সে. ঠান্ডা তাপে– **কয়েক মাস ধরে আলু, পেঁয়াজ, রসুন ইত্যাদি সংরক্ষণ করা হয়।**
- রান্না করা খাদ্যবস্তু ০° – ৫° সে. তাপমাত্রায়– **১ সপ্তাহ পর্যন্ত সংরক্ষণ করা যায়।**
- পৌষের শুরু থেকে চৈত্রের শেষ পর্যন্ত বাতাসের আদ্রতা থাকে– **৬০% – ৪৫%।**
- লবণ মেখে খাদ্য সংরক্ষণ– **বহু পুরাতন পদ্ধতি।**
- ব্রাইন বলতে– **২% লবণের জলীয় দ্রবণকে বুঝায়।**
- প্রতি কেজি কাঁচা আম থেকে– **৫০০– ৬০০ গ্রাম টুকরা পাওয়া যায়।**
- আম, জলপাই, তেঁতুল, চালতা, কুল– **আচারের জন্য উপযোগী ফল।**

গুরুত্বপূর্ণ MCQ প্রশ্নোত্তর

১. জীবাণুকে ধ্বংস করে খাদ্য সংরক্ষণ করা হয় কোন পদ্ধতিতে?
ⓚ তাপ প্রয়োগ ⓚ শুষ্ককরণ
ⓖ হিমায়িতকরণ ⓖ রাসায়নিক দ্রব্য প্রয়োগ

২. ভিনেগারের কোন উপাদান খাদ্য সংরক্ষণে সহায়তা করে?
ⓚ এসিটিক এসিড ⓚ সাইট্রিক এসিড
ⓖ সোডিয়াম ক্লোরাইড ⓖ মনোসোডিয়াম গ্লুটামেট

৩. শুষ্ককরণ পদ্ধতিতে খাদ্য সংরক্ষণের জন্য কত মিনিট খাদ্য উচ্চতাপে ভাপাতে হয়?
ⓚ ১–২ মিনিট ⓚ ২–৪ মিনিট
ⓖ ৪–৬ মিনিট ⓖ ৬–৮ মিনিট

৪. কোন উপাদানটির কারণে কাঁচা ফল অপেক্ষা পাকা ফল অধিক মিষ্টি হয়?
ⓚ খাদ্য রস ⓚ জারক রস ⓖ শর্করা ⓖ আমিষ

৫. গৃহে প্রস্তুত টিনজাত খাদ্যে ছত্রাক জন্মায় কেন?
ⓚ বন্ধ থাকায় ⓚ ঘরে প্রস্তুতকৃত বলে
ⓖ পর্যাপ্ত তাপ না পাওয়ায় ⓖ পর্যাপ্ত বাতাস না পাওয়ায়

৬. খাদ্য সংরক্ষণের সবচেয়ে সস্তা পদ্ধতি কোনটি?
ⓚ তাপ প্রয়োগ ⓚ শুষ্ককরণ
ⓖ হিমায়িতকরণ ⓖ সংরক্ষক দ্রব্য প্রয়োগ

৭. আনারসের জ্যাম প্রস্তুতে দুই কাপ কোরানো আনারসের সাথে কত কাপ চিনি প্রয়োজন?
ⓚ এক ⓚ দেড় ⓖ দুই ⓖ আড়াই

৮. কমলা ও গাঁজরের মার্মালেড তৈরিতে গাজর দেওয়ার পর কত মিনিট সিদ্ধ করতে হবে?
ⓚ ১০–১৫ মিনিট ⓚ ১৫–২০ মিনিট
ⓖ ২০–২৫ মিনিট ⓖ ২৫–৩০ মিনিট

৯. যেসব খাদ্যের মধ্যে উপস্থিত বিষজাতীয় পদার্থ দ্বারা খাদ্যে বিষক্রিয়া সৃষ্টি হয় তাদের কী ধরনের বিষক্রিয়া বলে?
ⓚ রাসায়নিক ⓚ ধাতব
ⓖ অভ্যন্তরীণ ⓖ বহিরাগত

১০. খাবারের পানিতে কোনটির মাত্রা বেড়ে গেলে ফ্লুরোসিস বিষক্রিয়া হয়?
ⓚ ক্লোরাইড ⓚ ফ্লোরিন ⓖ ক্লোরিন ⓖ ফ্লোরাইড

১১. নিচের কোন উপাদানটির কারণে শস্য জাতীয় খাবার রান্না করে খেতে হয়?
ⓚ এনজাইম ⓚ পাচক রস ⓖ সেলুলোজ ⓖ ভিটামিন

অধ্যায়-১৫ : জনস্বাস্থ্য সমস্যা

গুরুত্বপূর্ণ তথ্যাবলি

- বর্তমানে ভেজাল একটি– **সামাজিক ব্যাধি।**
- খাদ্যে খাওয়ার অযোগ্য বা বিষাক্ত পদার্থের মিশ্রণকে– **ভেজাল বলে।**
- ব্যবসায়ীদের খাদ্যে ভেজাল দেওয়ার প্রধান উদ্দেশ্য– **প্রচুর অর্থ উপার্জন।**

উত্তরমালা
১৩. খ
১৪. গ
১৫. ঘ
১৬. খ
❖
১. ক
২. খ
৩. গ
৪. গ
৫. গ
৬. খ
৭. খ
৮. গ
৯. গ
১০. খ
১১. গ

- হলুদের গুঁড়োয় ভেজাল হিসেবে ব্যবহৃত হয়- **চালের গুঁড়া।**
- ভেজাল হিসেবে দুধে মিশ্রিত থাকে- **মেলামাইন, ময়দা।**
- ভেজাল মিষ্টি তৈরিতে ব্যবহৃত- **মেয়াদোত্তীর্ণ গুঁড়ো দুধ।**
- ভেজাল কেক, বিস্কুট তৈরিতে ব্যবহৃত হয়- **পচা ডিম ও ময়দা।**
- ভেজাল মিশ্রিত মিষ্টি ও আইসক্রিম ক্ষতিগ্রস্ত করে- **পাকস্থলি।**
- আইসক্রিম তৈরিতে ভেজাল হিসেবে ব্যবহৃত হয়- **কৃত্রিম রং।**
- ভেজাল খেলে হতে পারে- **চর্মরোগ, পেটব্যথা, কিডনি সমস্যা।**
- আমাদের দেশে ভেজালবিরোধী আইন থাকলেও- **প্রয়োগ নেই।**
- ফলমূল সতেজ রাখতে ব্যবহৃত হয়- **ক্যালসিয়াম কার্বাইড।**
- মুড়ি, চিনি ইত্যাদি সাদা করার জন্য ব্যবহৃত হয়- **হাইড্রোজ।**
- মাংস, ফলমূল ও মাছ দীর্ঘদিন সংরক্ষণে ব্যবহৃত হয়- **ফরমালিন।**
- পানিতে ভেজাল হিসেবে মেশানো হয়- **ফ্লোরিন, লেড, ইকোলাই।**
- খাবারকে সুস্বাদু করার জন্য ব্যবহৃত হয়- **টেস্টিং সল্ট।**
- প্রাথমিক পর্যায়ে কার্বাইডের কারণে সৃষ্টি হয়- **মাথা ব্যথা ও হৃদরোগ।**
- শ্বসনতন্ত্রের জন্য ক্ষতিকর- **কার্বাইড।**
- ফরমালিন সাধারণভাবে ব্যবহৃত হয়- **মৃতদেহ সংরক্ষণে।**
- মস্তিষ্কে অক্সিজেন সরবরাহ কমিয়ে দেয়- **অ্যাসিটাইলিন।**
- ব্রংকাইটিস ও নিউমোনিয়া হয়- **ফরমালিনের প্রভাবে।**
- ফরমালিনের সংস্পর্শে প্রদাহ হয়- **চোখ, নাক, গলা ও শ্বাসতন্ত্রে।**
- ভেজালের প্রবণতা বেশি- **বাংলাদেশ ও ভারতীয় উপমহাদেশে।**
- বাজারের দ্রব্যসামগ্রীর মধ্যে- **৭০%-৯০% ভেজাল।**

☑ গুরুত্বপূর্ণ MCQ প্রশ্নোত্তর

১. নিচের কোনটি ব্যবসায়ীদের খাদ্যে ভেজাল দেবার প্রধান উদ্দেশ্য?
ক) প্রচুর অর্থোপার্জন খ) খ্যাতি অর্জন করা
গ) দেশে রোগ সৃষ্টি করা ঘ) মানুষকে প্রতারণা করা

২. কোন খাদ্য তৈরি করতে ভেজাল হিসেবে টিস্যু পেপার ব্যবহার করা হয়?
ক) দুধ খ) মিষ্টি গ) কেক ঘ) বিস্কুট

৩. ফলমূলে কোন রাসায়নিক দ্রব্য মিশ্রিত করা হয়?
ক) কার্বাইড খ) হাইড্রোজ গ) ফ্লুরিন ঘ) আয়োডিন

৪. টেস্টিং সল্টের রাসায়নিক নাম কী?
ক) হাইড্রোজ খ) কার্বাইড
গ) সোডিয়াম সাইক্লোমেট ঘ) মনোসোডিয়াম গ্লুটামেট

৫. মধুর সাথে কী মিশিয়ে ভেজাল করা হয়?
ক) চিনি খ) গুড় গ) স্টার্চ ঘ) বার্নিশের রং

৬. নিম্নমানের ওষুধ সেবনের ফলে মানুষের কোনটি হচ্ছে?
ক) দ্রুত সুস্থ হয়ে উঠছে
খ) রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা বাড়ছে
গ) নতুন নতুন জটিলতা সৃষ্টি হচ্ছে
ঘ) রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা কমে যাচ্ছে

৭. যেসব ব্যক্তি ভেজাল ও রাসায়নিক দ্রব্য ব্যবহার করে তাদের নাম ও প্রতিষ্ঠানের নাম প্রচার মাধ্যমে প্রকাশ করলে কী হবে?
ক) জনগণ এসব কোম্পানিকে বর্জন করবে
খ) জনগণ এসব কোম্পানির বিরুদ্ধে ব্যবস্থা নিবে
গ) কোম্পানি নিজেকে শোধরানোর চেষ্টা করবে
ঘ) ব্যবসায়ীরা এদের খাবার বিশুদ্ধ করে নিবে

৮. গ্রামাঞ্চলের বেশিরভাগ টিউবওয়েলের পানি কী কারণে দূষণযুক্ত?
ক) আর্গন খ) আর্সেনিক
গ) ডায়রিয়ার জীবাণু ঘ) টাইফয়েডের জীবাণু

৯. ফরমালিন সাধারণত কী কাজে ব্যবহৃত হয়?
ক) ওষুধ তৈরিতে
খ) সার হিসেবে
গ) কোন বস্তুকে দীর্ঘদিন সজীব রাখতে
ঘ) কীটনাশক হিসেবে

১০. খাদ্য গ্রহণের কত ঘণ্টা পর স্টেফাইলোকক্কাস রোগের লক্ষণ প্রকাশ পায়?
ক) ১–৪ ঘণ্টা খ) ১–৮ ঘণ্টা
গ) ৮–১২ ঘণ্টা ঘ) ৮–১৬ ঘণ্টা

১১. জনস্বাস্থ্য গবেষণাগারের জরিপ মতে, বাজারে যেসব খাদ্যদ্রব্য পাওয়া যায় তার কত ভাগের বেশি ভেজাল?
ক) ৬০% খ) ৬২% গ) ৬৫% ঘ) ৭৬%

১২. খাদ্যের ভেজাল থেকে বাঁচার একমাত্র উপায় কী?
ক) খাদ্য উৎপাদন করে ব্যবহার করা
খ) রাসায়নিক সারের ব্যবহার বৃদ্ধি করা
গ) কীটনাশকের ব্যবহার কমানো
ঘ) খাদ্য রাসায়নিক দ্রব্য দ্বারা সংরক্ষণ করা

১৩. প্রাণিসম্পদ অধিদপ্তর কর্তৃক মনোনীত ব্যক্তি স্যানিটারি পরিদর্শক কর্তৃক পশু জবাই করার পূর্বে কোন বিষয়টি যাচাই করে মাংসে সিল দেওয়া হয়?
ক) উন্নত পশু খ) সুস্থতা গ) পশুর বয়স ঘ) পশুর জাত

১৪. যথাযথ স্যানিটেশন ব্যবস্থার অভাবে কোন সমস্যার সৃষ্টি হতে পারে?
ক) বিভিন্ন সংক্রামক রোগের বিস্তার
খ) পানির অভাব
গ) খাদ্যের অভাব
ঘ) নিরাপত্তার অভাব

১৫. স্টেফাইলোকক্কাস এর জীবাণু কত তাপমাত্রায় বিষ তৈরি করে এবং খাদ্য দূষিত করে?
ক) স্বাভাবিক তাপমাত্রায় খ) –4°C
গ) 0°C ঘ) 40°C

১৬. ভিবরিও প্যারাহিমোলাইটিকাস জীবাণু শরীরে প্রবেশ করলে কত সময়ের মধ্যে রোগের লক্ষণ প্রকাশ পায়?
ক) ৫–১০ ঘণ্টা খ) ১৫–২০ ঘণ্টা
গ) ৫–১০ দিন ঘ) ১৫–২০ দিন

উত্তরমালা

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