ষষ্ঠ অধ্যায়
কৈশোরকালীন বিকাশ

পাঠ সম্পর্কিত গুরুত্বপূর্ণ বিষয়াদি

- **শারীরিক বিকাশ :** বয়ঃসন্ধিৰণে এমন কিছু পরিবর্তন ঘটে যার মাধ্যমে ছেলে এবং মেয়ে আলাদাভাবে চেনা যায়। ছেলেদের গোঁফ, দাড়ি উঠতে শুরব করে। গলার স্বর পরিবর্তন হয়। মেয়েদের প্রতি ২৮ দিন অন্তর অন্তর ঋতুস্রাব হয়।
- **কৈশোরে মানসিক ৰমতা বাড়ানোর উপায় :** বিভিন্ন ধরনের ভালো বই পড়া। মনে রাখার জন্য পরিষ্কারভাবে দেখা এবং মনোযোগ দিয়ে শোনা। অন্য ছেলেমেয়েদের সাথে মেলামেশা করা ও ধারণার বিনিময় করা। বিভিন্ন কাজে অংশগ্রহণ করা।
- **কৈশোরের আবেগ :** বাইরের কোনো ঘটনা যখন আমাদের মনে আলোড়ন সৃষ্টি করে, তখন আমরা হাসি, কাঁদি, ভয় পাই, ঈর্ষা করি, রেগে যাই– এগুলোই আবেগ। কৈশোরে আবেগের আধিক্য থাকে। দৈহিক পরিবর্তনের জন্য আবেগের অসমতা দেখা যায়।
- **আবেগের ধরন :** আবেগের সময় দেহ, মন ও আচরণের পরিবর্তন হয়। ভয় পেলে আমাদের শরীরের লোম দাঁড়িয়ে যায়, হাত–পা ঠান্ডা হয়ে আসে, টেনশনে বুকের টিপ টিপ বেড়ে যায়, আনন্দে হাসি পায়, কোনো দুঃখের ঘটনায় কান্না পায়– এসবই আবেগের প্রকাশ।
- **আবেগের ৰতিকর দিক :** আবেগের কারণে নিজের প্রকাশ ভঙ্গি চেহারা পরিবর্তন হয়। রাগের সময় চোখ বড় হয়ে যায়, মুখ খিঁচে যায়, হিংস্র পশুর মতো দেখা যায়। অনেকে রাগে জিনিসপত্র ছুড়ে ফেলে, ভেঙে ফেলে, অন্যকে আঘাত করে ইত্যাদি।
- **আবেগ নিয়ন্ত্রণের উপায় :** যে কোনো ঘটনার ভালো দিকটা খুঁজে পেতে শেখা। জটিল অবস্থা মেনে নেওয়ার অভ্যাস তৈরি করা। হতাশাকে প্রশ্রয় না দেওয়া।
- **কৈশোরের সামাজিক বিকাশ :** সামাজিক বিকাশ হলো বয়সানুযায়ী আচরণ করতে শেখা। যেমন– সকলের সাথে মেলামেশা করা, বয়স্কদের সম্মান করা, ছোটদের স্নেহ করা ইত্যাদি। নিয়ম মেনে চলতে শেখা ইত্যাদি সবই গ্রহণযোগ্য সামাজিক আচরণের মধ্যে পড়ে।
- **কৈশোরের নৈতিক বিকাশ :** নৈতিকতার বিকাশে দীর্ঘ সময়ের প্রয়োজন হয়। শিশু অবস্থায় পরিবার থেকে ভুল ও সঠিক আচরণের ধারণা তৈরি হয়। নৈতিক বিকাশের প্রথম দিকে শিশু শাস্তির ভয়ে অন্যায় আচরণ থেকে বিরত থাকে। শিশুকালের নৈতিকতাকে অনেকটা বাধ্যতামূলক নৈতিকতা বলা হয়।

অনুশীলনীর বহুনির্বাচনি প্রশ্নোত্তর

১. মেয়েরা কত বছর বয়স পর্যন্ত উচ্চতায় বাড়ে?
● ১৮/১৯ ⓦ ২০/২১ ⓖ ২২/২৩ ⓖ ২৪/২৫

২. কোনটি নেতিবাচক আবেগ?
ⓚ ভালোবাসা ⓦ হাসি ● দুঃখ ⓖ স্নেহ

নিচের অনুচ্ছেদটি পড় এবং ৩ নং ও ৪নং প্রশ্নের উত্তর দাও।
আবিরের বয়স ১৩ বছর। তার মা লৰ করলেন কেনাকাটা করতে গেলে আবির টাকা পয়সার হিসাব রাখতে পারে না। কোনো জিনিসের ওজন বুঝতে পারে না। তার পাঠ্য বিষয়গুলো সে যুক্তি দিয়ে বুঝতে পারে না। আবার পড়া ভালোভাবে মনেও রাখতে পারে না।

৩. আবিরের কোন ধরনের বিকাশ ভালোভাবে হয়নি?
ⓚ শারীরিক ● মানসিক ⓖ সামাজিক ⓖ নৈতিক

৪. পড়াশোনায় ভালো করার জন্য আবিরের দরকার–
i. মুখস্থ করার আগে বুঝে নেওয়া
ii. পাঠ্য বইয়ের পাশাপাশি বিভিন্ন ধরনের বই পড়া
iii. পরিষ্কারভাবে দেখা ও মনোযোগ দিয়ে শোনা
নিচের কোনটি সঠিক?
ⓚ i ও ii ⓦ ii ও iii ⓖ i ও iii ● i, ii ও iii

অতিরিক্ত বহুনির্বাচনি প্রশ্নোত্তর

পাঠ ১ : শারীরিক বিকাশ ■ পৃষ্ঠা–৪৫

সাধারণ বহুনির্বাচনি প্রশ্নোত্তর

৫. শিশুর ১০/১১ থেকে ১৮ বছর পর্যন্ত সময়কে কী বলা হয়? (জ্ঞান)
● বয়ঃসন্ধিক্ষণ ⓦ অতি শৈশব কাল
ⓖ যৌবন কাল ⓖ মধ্য শৈশব কাল

৬. কোন বয়সকে বয়ঃসন্ধিৰণ বলা হয়? [রংপুর সরকারি বালিকা উচ্চ বিদ্যালয়]
ⓚ শৈশবকালীন ● কৈশোরকালীন
ⓖ যৌবনকালীন ⓖ বৃদ্ধকালীন

৭. বয়ঃসন্ধিৰণে সময়সীমা কিরূ প? (অনুধাবন)
ⓚ সংক্ষিপ্ত ● অত্যন্ত সংক্ষিপ্ত ⓖ দীর্ঘ ⓖ অতি দীর্ঘ

৮. শারীরিক বিকাশ বলতে কী বোঝায়? (অনুধাবন)
ⓚ ওজন বৃদ্ধি ⓦ উচ্চতা বৃদ্ধি
ⓖ গলার স্বর পরিবর্তন ● আকার–আকৃতির বৃদ্ধি

৯. বয়ঃসন্ধিৰনে প্রতি বছর ছেলেমেয়েদের উচ্চতা কতটুকু বৃদ্ধি পায়? (জ্ঞান)
ⓚ ২–৪/৫ ইঞ্চি ● ৩–৫/৬ ইঞ্চি ⓖ ৪–৭/৮ ইঞ্চি ⓖ ৫–৭/৮ ইঞ্চি

১০. শরীর উচ্চতা কোন বয়স পর্যন্ত বৃদ্ধি পাবে? (প্রয়োগ)
ⓚ ১৪/১৫ বছর ⓦ ১৫/১৬ বছর ● ১৮/১৯ বছর ⓖ ২০/২১ বছর

১১. ছেলেদের উচ্চতা কত বছর পর্যন্ত বৃদ্ধি পায়? [রংপুর সরকারি বালিকা উচ্চ বিদ্যালয়]
ⓚ ১৭–১৮ বছর পর্যন্ত ⓦ ১৮–১৯ বছর পর্যন্ত
● ২০–২১ বছর পর্যন্ত ⓖ ২১–২২ বছর পর্যন্ত

১২. মিতুর বয়স ১১ বছর ২ মাস। তাকে এখন কী বলা যায়? (প্রয়োগ)
ⓚ যুবক-যুবতী ⓦ বৃদ্ধ-বৃদ্ধা
● কিশোরী ⓖ প্রাপ্তবয়স্ক

১৩. **ছেলেদের দাড়ি, গোঁফ ওঠা শুরব হয় কখন?** (জ্ঞান)
ক শৈশবকালে ● বয়ঃসন্ধিকালে
গ যৌবনকালে ঘ প্রাপ্ত বয়সে

১৪. **মেয়েদের কতদিন অন্তর অন্তর ঋতুস্রাব হয়?** (জ্ঞান)
ক ২৪ ● ২৮ গ ৩০ ঘ ৪৫

১৫. **বয়ঃসন্ধিকালীন দুশ্চিন্তা থেকে কী ঘটতে পারে?** (উচ্চতর দৰতা)
ক শারীরিক উন্নতি ● বিশৃঙ্খল আচরণ
গ ভালো মানসিকতা ঘ হতাশ মানসিকতা

১৬. **মেয়েদের ঋতুস্রাব স্বাভাবিকভাবে কতদিন স্থায়ী হয়?** (জ্ঞান)
● ৩ থেকে ৫ দিন খ ১০ থেকে ১৭ দিন
গ ১৭ থেকে ২০ দিন ঘ ২০ থেকে ২৭ দিন

বহুপদী সমাপ্তিসূচক বহুনির্বাচনি প্রশ্নোত্তর

১৭. **বয়ঃসন্ধিৰণে কিশোরদের শারীরিক পরিবর্তনগুলো হলো—** (অনুধাবন)
i. দাড়ি-গোঁফ ওঠে
ii. গলার স্বর মোটা হয়
iii. শরীর অত্যধিক মোটা হয়
নিচের কোনটি সঠিক?
● i ও ii খ i ও iii গ ii ও iii ঘ i, ii ও iii

১৮. **কিশোরকালীন বিভিন্ন সমস্যা নিয়ে যাদের সাথে আলোচনা করা অধিক যুক্তিযুক্ত—** (উচ্চতর দৰতা)
i. মা-বাবা
ii. বড় ভাই-বোন
iii. সমবয়সী বন্ধু
নিচের কোনটি সঠিক?
ক i ও ii খ i ও iii ● ii ও iii ঘ i, ii ও iii

পাঠ ২ : কৈশোরের মানসিক বিকাশ ■ পৃষ্ঠা–৪৬

সাধারণ বহুনির্বাচনি প্রশ্নোত্তর

১৯. **মানসিক শব্দটি এসেছে কোন শব্দ থেকে?** [গভ. মডেল গার্লস হাই স্কুল, ব্রাহ্মণবাড়িয়া]
● মন খ দেহ গ শরীর ঘ হাত

২০. **মানসিক বিকাশ বলতে কী বোঝায়?** (অনুধাবন)
ক শিশুর ওজন বৃদ্ধি খ শিশুর উচ্চতা বৃদ্ধি
● শিশুর চিন্তাশক্তির বৃদ্ধি ঘ শিশুর ৰমতা বৃদ্ধি

২১. **কৈশোরে ছেলেমেয়েরা কীভাবে সমস্যার সমাধান করে?** (জ্ঞান)
ক ধারণা দিয়ে খ সাহস দিয়ে
● চিন্তা ও বিচার বুদ্ধি দিয়ে ঘ অন্যের সাহায্যে নিয়ে

২২. **কৈশোরে মানসিক বিকাশের পরিণত ধাপ কোনটি?** (জ্ঞান)
● যুক্তি দিয়ে চিন্তা খ বুদ্ধি দিয়ে চিন্তা
গ বিবেক দিয়ে চিন্তা ঘ মনোযোগ দিয়ে চিন্তা

২৩. **শারমিনের বয়স ১৩ বছর। সে সবার সাথে চিন্তা-ভাবনা করে কথা বলে। এটা তার কিসের লৰণ?** (প্রয়োগ)
ক শারীরিক বিকাশের ● মানসিক বিকাশের
গ সামাজিক বিকাশের ঘ দৈহিক বিকাশের

২৪. **কে জীবনে বেশি এগিয়ে যেতে পারে?** (জ্ঞান)
ক যার শারীরিক শক্তি বেশি খ যার কথা বলার শক্তি বেশি
● যার মানসিক শক্তি বেশি ঘ যার ওজন ও উচ্চতা বেশি

২৫. **কোন বয়সে ছেলেমেয়েরা বিমূর্ত ধারণা বুঝতে পারে?**
● কৈশোরে খ মধ্য শৈশবে
গ প্রারম্ভিক শৈশবে ঘ নবজাতক কালে

২৬. **বয়ঃসন্ধিকালে মানসিক ৰমতা বাড়ানোর উপায় নিচের কোনটি?** (উচ্চতর দৰতা)
● ভালো বই পড়া খ খেলাধুলা করা
গ ভ্রমণ করা ঘ টিভি দেখা

২৭. **মানসিক বিকাশে শ্রেণিতে দলীয় কাজে কিরূপ ভূমিকা রাখে?** (উচ্চতর দৰতা)
ক জানার আগ্রহ বৃদ্ধি করে খ নেতৃত্বের ৰমতা বৃদ্ধি করে
গ কাজে মনোযোগ বাড়ায় ● স্বচ্ছ ধারণার জন্ম দেয়

বহুপদী সমাপ্তিসূচক বহুনির্বাচনি প্রশ্নোত্তর

২৮. **মানসিক বিকাশ হলো—** (অনুধাবন)
i. ভাষা প্রকাশের ৰমতা অর্জন
ii. চিন্তা করার ৰমতা অর্জন
iii. বোঝার ৰমতা অর্জন
নিচের কোনটি সঠিক?
ক i ও ii খ i ও iii গ ii ও iii ● i, ii ও iii

২৯. **কৈশোর বয়সের ছেলেমেয়েরা যেসব বিমূর্ত ধারণা বুঝতে পারে—** (অনুধাবন)
i. সততা ii. সাহসিকতা
iii. মায়ামমতা
নিচের কোনটি সঠিক?
ক i ও ii খ i ও iii গ ii ও iii ● i, ii ও iii

৩০. **পরিবেশের সাথে সহজেই খাপ খাওয়াতে পারে—** (উচ্চতর দৰতা)
i. যার চিন্তা করার ক্ষমতা বেশি
ii. যে যুক্তি দিয়ে বোঝে
iii. যার মনে রাখার ক্ষমতা বেশি
নিচের কোনটি সঠিক?
ক i ও ii খ i ও iii গ i ও iii ● i, ii ও iii

৩১. **স্কুলে লেখাপড়া শুরব করলে শিশুর—** (উচ্চতর দৰতা)
i. মনে রাখার ৰমতার উন্নতি হয়
ii. ভাষার প্রকাশের উন্নতি হয়
iii. শারীরিক গঠনের উন্নতি
নিচের কোনটি সঠিক?
● i ও ii খ i ও iii গ ii ও iii ঘ i, ii ও iii

অভিন্ন তথ্যভিত্তিক বহুনির্বাচনি প্রশ্নোত্তর

নিচের অনুচ্ছেদটি পড়ে ৩২ ও ৩৩ নং প্রশ্নের উত্তর দাও :
রবমা ১৩ বছরের কিশোরী। সে প্রতিদিন স্কুলে যায় না। সহপাঠীদের সাথে বেশি মেলামেশা করে না। তার মা খেয়াল করল, সে চিন্তা ও বিচারবুদ্ধি দ্বারা কোনো সমস্যার সমাধান করতে পারে না।

৩২. **রবমার মধ্যে কোন ধরনের বিকাশ অনুপস্থিত?** (প্রয়োগ)
ক শারীরিক ● মানসিক গ অর্থনৈতিক ঘ সামাজিক

৩৩. **রবমার মানসিক ৰমতা বাড়ানোর উপায়—** (উচ্চতর দৰতা)
i. অন্য ছেলেমেয়েদের সাথে মেলামেশা করা
ii. শ্রেণিতে মনোযোগী হওয়া
iii. প্রশ্নের উত্তর খোঁজা
নিচের কোনটি সঠিক?
ক i ও ii খ i ও iii গ ii ও iii ● i, ii ও iii

পাঠ ৩ : কৈশোরের আবেগ ■ পৃষ্ঠা–৪৮

সাধারণ বহুনির্বাচনি প্রশ্নোত্তর

৩৪. **বাইরের কোনো ঘটনা যখন আমাদের মনে আলোড়ন সৃষ্টি করে তাকে কী বলে?** (জ্ঞান)
● আবেগ খ উদ্দীপনা গ হতাশা ঘ অতিরিক্ত আবেগ

৩৫. **আবেগের ধরন কয়টি?** (জ্ঞান)
● দুটি খ তিনটি গ চারটি ঘ পাঁচটি

৩৬. **ইতিবাচক আবেগ কোনটি?** (জ্ঞান)
ক দুঃখ খ কান্না ● হাসি ঘ ঈর্ষা

৩৭. **ভয় কোন ধরনের আবেগ?** (জ্ঞান)
ক ইতিবাচক খ দুঃখজনক ● নেতিবাচক ঘ আনন্দময়

৩৮. **যে আবেগ দুঃখের পরিবেশ সৃষ্টি করে তাকে কী বলে?** (জ্ঞান)
ক ইতিবাচক আবেগ ● নেতিবাচক আবেগ
গ অতিরিক্ত আবেগ ঘ মনের আবেগ

৩৯. **অতিরিক্ত আবেগ আমাদের কী করে?** [সাতৰীরা সরকারি বালিকা উচ্চ বিদ্যালয়]
ক আনন্দ দেয় খ উপকার করে
● ক্ষতি করে ঘ সুস্থতা দান করে

৪০. **কোন বয়সে মানুষের আবেগের আধিক্য থাকে?** (অনুধাবন)
ক শৈশবে খ যৌবনে ● কৈশোরে ঘ বার্ধক্যে

৪১. **আবেগ নিয়ন্ত্রণে কোনটি করা উচিত?** (অনুধাবন)
● কোনো ঘটনার ভালো দিক খুঁজে বের করা
খ খেলাধুলায় অংশ না নেওয়া
গ হতাশাকে প্রশ্রয় দেওয়া
ঘ রাগ হয় এমন কাজ করা

৪২. **আগামীকাল ফাইনাল পরীক্ষার ফলাফল প্রকাশিত হবে। এখন থেকেই তিথির অস্থির লাগছে। তার মধ্যে কী প্রকাশ পায়?** (প্রয়োগ)

ক রাগ ● ভয় গ আনন্দ ঘ হাসি

৪৩. **কী কারণে আবেগের অসমতা দেখা দেয়?** (জ্ঞান)
● দৈহিক পরিবর্তনের জন্য খ মানসিক পরিবর্তনের জন্য
গ ইতিবাচক আবেগের জন্য ঘ নেতিবাচক আবেগের জন্য

৪৪. **শাহীন বয়ঃসন্ধিৰণের একজন কিশোর। নিজের আবেগ নিয়ন্ত্রণের জন্য সে কোন অভ্যাসটি রপ্ত করার চেষ্টা করবে?** (প্রয়োগ)
ক হতাশাকে প্রশ্রয় দেওয়া খ ঘটনার খারাপ দিক খোঁজা
● জটিল অবস্থা মেনে নেওয়া ঘ শরীর ও মনের ক্ষতি করা

বহুপদী সমাপ্তিসূচক বহুনির্বাচনি প্রশ্নোত্তর

৪৫. **আবেগের সময় পরিবর্তন হয়–** (অনুধাবন)
i. মন ii. দেহ
iii. আচরণ
নিচের কোনটি সঠিক?
ক i ও ii খ i ও iii গ ii ও iii ● i, ii ও iii

৪৬. **ভয় পেলে সাম্মির মধ্যে যে লক্ষণগুলো দেখা দিবে–** (প্রয়োগ)
i. শরীরের লোম দাঁড়িয়ে যাওয়া
ii. হাত পা ঠাণ্ডা হয়ে আসা
iii. চোখ লাল হয়ে যাওয়া
নিচের কোনটি সঠিক?
● i ও ii খ i ও iii গ ii ও iii ঘ i, ii ও iii

৪৭. **অতিরিক্ত আবেগ আমাদের জীবনে–** (অনুধাবন)
i. জটিলতা সৃষ্টি করে
ii. আচরণ ভয়াবহ করে
iii. যুক্তি লোপ করে
নিচের কোনটি সঠিক?
ক i ও ii খ i ও iii গ ii ও iii ● i, ii ও iii

৪৮. **কৈশোরে আবেগের আধিক্য থাকার কারণে–** (অনুধাবন)
i. নানা রকম দুশ্চিন্তা দেখা দেয়
ii. অস্থিরতা কাজ করে
iii. মান-অভিমান বেড়ে যায়
নিচের কোনটি সঠিক?
ক i ও ii খ i ও iii গ ii ও iii ● i, ii ও iii

৪৯. **অতিরিক্ত দুশ্চিন্তায় দেহে যে ধরনের প্রভাব পড়ে–** (অনুধাবন)
i. পেটে ব্যথা হয়
ii. বমি বমি ভাব হয়
iii. পড়াশোনায় মন বসে না
নিচের কোনটি সঠিক?
● i ও ii খ i ও iii গ ii ও iii ঘ i, ii ও iii

পাঠ ৪ : কৈশোরের সামাজিক বিকাশ ■ পৃষ্ঠা–৫০

সাধারণ বহুনির্বাচনি প্রশ্নোত্তর

৫০. **আমাদের চারপাশের মানুষ আমাদের কাছ থেকে কী আসা করে?** (জ্ঞান)
● বয়সানুযায়ী সঠিক আচরণ খ বয়সানুযায়ী আর্থিক সহায়তা
গ বয়সানুযায়ী সৃজনশীল দৰতা ঘ বংশ অনুযায়ী সামাজিক মর্যদা

৫১. **সামাজিক বিকাশ বলতে কী বোঝায়?** (অনুধাবন)
ক অন্যের কথা মতো চলা
● বয়সানুযায়ী আচরণ করা
গ সবসময় নিজেকে গুটিয়ে রাখা
ঘ সবসময় নিজেকে নিয়ে ব্যস্ত থাকা

৫২. **কোনটি গ্রহণযোগ্য সামাজিক আচরণ?** (জ্ঞান)
ক ঝগড়া করা খ গালাগালি করা
গ মারামারি করা ● অপরকে সাহায্য করা

৫৩. **মীম সবসময় নিজেকে নিয়ে ব্যস্ত থাকে। এটা কিসের লৰণ?** (প্রয়োগ)
ক সহানুভূতির খ সামাজিক হওয়ার
● স্বার্থপরতার ঘ অনুগত হওয়ার

৫৪. **কৈশোরে ছেলেমেয়েরা কী পছন্দ করে?** (অনুধাবন)
ক বড়দের প্রতি অনুগত থাকতে
খ শিক্ষকের প্রতি অনুগত থাকতে
● দলের প্রতি অনুগত থাকতে
ঘ ভাইবোনের প্রতি অনুগত থাকতে

৫৫. **কৈশোরে ছেলেমেয়েরা ব্যক্তিগত গোপন বিষয়গুলো কার কাছে বলতে পছন্দ করে?** (জ্ঞান)
ক মা-বাবার কাছে খ দাদা-দাদির কাছে
গ ভাইবোনের কাছে ● বন্ধুদের কাছে

৫৬. **কৈশোরে ভালো আচরণ গড়তে কাদের ভূমিকা সবচেয়ে বেশি?** (জ্ঞান)
ক পরিবারের ● বন্ধুদের
গ প্রতিবেশীর ঘ আত্মীয়স্বজনের

৫৭. **কৈশোরে ভালো দলে মিশে ছেলেমেয়েরা কী শেখে?** (উচ্চতর দৰতা)
● দায়িত্ব নিতে খ সিগারেট খেতে
গ স্কুল পালাতে ঘ বয়স্কদের অসম্মান করতে

৫৮. **প্রত্যেক মা–বাবা চান তাদের ছেলেমেয়েরা ভালো দলের সাথে মিশুক। তাদের এরূ প চাওয়া শিশুদের কী শিখতে সাহায্য করে?** (উচ্চতর দৰতা)
ক সুস্থ আচরণ খ অপছন্দনীয় আচরণ
● ভালো আচরণ ঘ মন্দ আচরণ

৫৯. **কৈশোরে সামাজিক হওয়ার জন্য কী করা উচিত?** (অনুধাবন)
ক কারো সাথে কথা না বলা ● খেলাধুলায় অংশ নেওয়া
গ বয়স্কদের অসম্মান করা ঘ ছোটদের শাসন করা

৬০. **রফিক বড়দের সাথে দেখা হলে সালাম দেয় এবং কুশল বিনিময় করে। এটা কীরূ প আচরণের লৰণ?** (প্রয়োগ)
ক পারিবারিক ● সামাজিক গ প্রাতিষ্ঠানিক ঘ রাজনৈতিক

বহুপদী সমাপ্তিসূচক বহুনির্বাচনি প্রশ্নোত্তর

৬১. **কৈশোরে সামাজিক হতে করণীয়–** (উচ্চতর দৰতা)
i. একা একা নিজেকে গুটিয়ে না রাখা
ii. নিজেকে নিয়ে ব্যস্ত থাকা
iii. সকলের সাথে কুশল বিনিময় করা
নিচের কোনটি সঠিক?
ক i ও ii ● i ও iii গ ii ও iii ঘ i, ii ও iii

৬২. **কৈশোরে ছেলেমেয়েরা–** (অনুধাবন)
i. দলের প্রতি অনুগত থাকে
ii. দলের মতো হওয়ার চেষ্টা করে
iii. দলের কাছে মনের ভাব ব্যক্ত করে
নিচের কোনটি সঠিক?
ক i ও ii খ i ও iii গ ii ও iii ● i, ii ও iii

৬৩. **বন্ধু দলকে অনুকরণ করতে ছেলেমেয়েরা –** (অনুধাবন)
i. পড়াশুনায় প্রতিযোগিতা করে
ii. শিৰকের নির্দেশ মানে
iii. বয়স্কদের বিরোধিতা করে
নিচের কোনটি সঠিক?
● i ও ii খ i ও iii গ ii ও iii ঘ i, ii ও iii

৬৪. **কিশোর-কিশোরীদের গ্রহণযোগ্য আচরণ হলো–** (অনুধাবন)
i. ভালো কাজে অংশগ্রহণ করা
ii. খেলাধুলা করা
iii. নিয়ম মেনে চলতে শেখা
নিচের কোনটি সঠিক?
ক i ও ii খ i ও iii গ ii ও iii ● i, ii ও iii

অভিন্ন তথ্যভিত্তিক বহুনির্বাচনি প্রশ্নোত্তর

নিচের অনুচ্ছেদটি পড়ে ৬৫ ও ৬৬ নং প্রশ্নের উত্তর দাও :
মিতু, কেয়া, মিতা তিনজন ভালো বন্ধু। তারা সামাজিকতার দিকটি ভালভাবে বুঝতে শিখেছে।

৬৫. **তিন বন্ধু কোন সামাজিক আচরণটি মেনে চলে?** (উচ্চতার দৰতা)
● বয়স্কদের সম্মান করা খ অন্যদের সাথে না খেলা
গ নিজেদেরকে শ্রেষ্ঠ ভাবা ঘ কুশল বিনিময় না করা

৬৬. **ভালো বন্ধু দল তৈরিতে তিন বন্ধুর যা করণীয়–** (উচ্চতর দৰতা)
i. রূ প চর্চা করা
ii. সহযোগিতা করা
iii. আত্মনির্ভরশীল হওয়া
নিচের কোনটি সঠিক?
ক i ও ii খ i ও iii ● ii ও iii ঘ i, ii ও iii

পাঠ ৫ : কৈশোরের নৈতিক বিকাশ ■ পৃষ্ঠা–৫২

সাধারণ বহুনির্বাচনি প্রশ্নোত্তর

৬৭. শিশুরা ভুল ও সঠিক আচরণের ধারণা কোথা থেকে পায়? (জ্ঞান)
ক সমাজ খ স্কুল কলেজে ● পরিবার ঘ মাদরাসা

৬৮. কোন ধরনের কাজ করতে মা-বাবা, ভাইবোন ও পরিবারের অন্য সদস্যরা নিষেধ করেন? (জ্ঞান)
ক ভালো কাজ খ প্রশংসার কাজ ● মন্দ কাজ ঘ সুনামের কাজ

৬৯. নৈতিকতা বিকাশের প্রথম দিকে শিশুরা কেন অন্যায় আচরণ থেকে বিরত থাকে? (অনুধাবন)
ক নিজের বুদ্ধিতে খ বড়দের দেখে গ প্রশংসার লোভে ● শাস্তির ভয়ে

৭০. শিশুকালের নৈতিকতাকে কী বলা হয়? (জ্ঞান)
ক ইচ্ছাকৃত নৈতিকতা ● বাধ্যতামূলক নৈতিকতা
গ ভালো নৈতিকতা ঘ মন্দ নৈতিকতা

৭১. কাদের মধ্যে খারাপ কাজের জন্য অনুশোচনা হয়? (জ্ঞান)
ক মিথ্যাবাদীদের খ অন্যায়কারীদের
● নীতিবানদের ঘ হঠকারীদের

৭২. নৈতিকতার বিকাশে কিসের গুরুত্ব বেশি? (জ্ঞান)
ক ভদ্রতার ● নিয়মানুবর্তিতার গ বিনয়ের ঘ সৌজন্যতার

৭৩. নৈতিকতার বিকাশে কেমন সময়ের প্রয়োজন হয়?
● দীর্ঘ খ অতি দীর্ঘ গ সংক্ষিপ্ত ঘ অতি সংক্ষিপ্ত

৭৪. বন্ধু দলের খারাপ আচরণ জেনেও কিশোর-কিশোরীরা তাদের সাথে মেশে কেন? (অনুধাবন)
ক নিজের দলকে ধরে রাখতে খ নিজেকে বড় করার জন্য
● নিজের মর্যাদা বজায় রাখতে ঘ দলে নিজের গ্রহণযোগ্যতা বাড়াতে

৭৫. নিচের কোনটি বিদ্যালয়ে খারাপ আচরণের অন্তর্ভুক্ত? (জ্ঞান)
● স্কুল পালানো খ অন্যকে দোষারোপ করা
গ জিনিস নষ্ট করা ঘ দায়িত্ব উপেক্ষা করা

বহুপদী সমাপ্তিসূচক বহুনির্বাচনি প্রশ্নোত্তর

৭৬. নৈতিকতা বলতে বোঝায়– (অনুধাবন)
i. ধর্মীয় নীতি অনুসরণ করা
ii. সামাজিক নীতি অনুসরণ করা
iii. স্বাভাবিক নীতি অনুসরণ করা
নিচের কোনটি সঠিক?
● i ও ii খ i ও iii গ ii ও iii ঘ i, ii ও iii

৭৭. গৃহের খারাপ আচরণগুলো হলো – (অনুধাবন)
i. অন্যকে দোষারোপ করা
ii. ঝগড়া ও মারামারি করা
iii. দৈনন্দিন কাজে গাফিলতি করা
নিচের কোনটি সঠিক?
ক i ও ii খ i ও iii গ ii ও iii ● i, ii ও iii

৭৮. বিদ্যালয়ের খারাপ আচরণগুলো হলো– (অনুধাবন)
i. ধোঁকা দেওয়া
ii. স্কুল পালানো
iii. মাদকদ্রব্য সেবন
নিচের কোনটি সঠিক?
ক i ও ii খ i ও iii গ ii ও iii ● i, ii ও iii

অনুশীলনীর সৃজনশীল প্রশ্ন ও উত্তর

প্রশ্ন –১ ▶ নিচের উদ্দীপকটি পড়ে প্রশ্নগুলোর উত্তর দাও :
রাগীব এবার ৬ষ্ঠ শ্রেণিতে পড়ছে। ক্লাসে সহপাঠীদের বাড়ির কাজ বুঝিয়ে দেওয়া, দলীয় কাজে সহযোগিতা করা, বন্ধুদের বিপদে সাহায্য করা ইত্যাদি কাজে রাগীব সবার আগে এগিয়ে আসে। এ কারণে ক্লাসে সবাই তাকে পছন্দ করে।

ক. ছেলেরা কত বছর বয়স পর্যন্ত উচ্চতায় বাড়ে?
খ. মানসিক বিকাশ বলতে কী বুঝায়?
গ. রাগীবের আচরণে কোন ধরনের বিকাশ লৰ করা যায়? ব্যাখ্যা কর।
ঘ. বিভিন্ন দলে মিলে কাজ করার মাধ্যমে রাগীবের মতো চরিত্রের অধিকারী হওয়া যায় এ বিষয়ে তুমি কি একমত? উত্তরের সপৰে যুক্তি দাও।

১নং প্রশ্নের উত্তর

ক. ছেলেরা ২০/২১ বছর বয়স পর্যন্ত উচ্চতায় বাড়ে।

খ. মানসিক বিকাশ বলতে শিশুর বিভিন্ন অঙ্গ-প্রত্যঙ্গের ব্যবহার, ভাষার প্রকাশ, চিন্তাশক্তি, বোঝার ৰমতা ইত্যাদি ৰেত্রে ধীরে ধীরে অধিক ৰমতা অর্জন বোঝায়। বয়স বাড়ার সাথে সাথে শিশুরা বলতে শেখে, মনে রাখতে পারে, আস্তে আস্তে দিন-রাতের পার্থক্য বোঝে, এক স্থান থেকে অন্য স্থানের দূরত্ব কত তা বুঝতে পারে। এগুলো সবই মানসিক ৰমতা বা মানসিক বিকাশ।

গ. রাগীবের আচরণে সামাজিক বিকাশ লৰ করা যায়। সামাজিক বিকাশ হলো বয়সানুযায়ী আচরণ করতে শেখা। যেমন: সকলের সাথে মেলামেশা করা, সমবয়সীদের সাথে খেলা করা, বয়স্কদের সম্মান করা, ছোটদের স্নেহ করা, একে অপরকে সাহায্য করা, সহানুভূতি দেখানো, ভাগাভাগি করতে শেখা, ভালো কাজে অংশগ্রহণ করা, নিয়ম মেনে চলতে শেখা এসবই গ্রহণযোগ্য সামাজিক আচরণের মধ্যে পড়ে। উদ্দীপকে রাগীবের মধ্যে আমরা দেখতে পাই যে, সে তার সহপাঠীদের বাড়ির কাজ বুঝিয়ে দেয়। দলীয় কাজে সহযোগিতা করে। বন্ধুদের বিপদে এগিয়ে আসে। তাই আমরা বলতে পারি, রাগীবের মধ্যে সামাজিক বিকাশের প্রতিফলন ঘটেছে।

ঘ. বিভিন্ন দলে মিলে কাজ করার মাধ্যমে রাগীবের মতো চরিত্রের অধিকারী হওয়া যায়। এ বিষয়ে আমি একমত। কারণ কৈশোরে সমবয়সী দলের আচরণ ঐ বয়সের ছেলে-মেয়েদের আচরণে যথেষ্ট প্রভাব ফেলে। কৈশোরে ছেলেমেয়েরা দলের প্রতি অনুগত থাকে, দলের মতো হওয়ার চেষ্টা করে। ব্যক্তিগত গোপন বিষয়গুলো পরিবারের চেয়ে বন্ধুদের কাছে বলতে পছন্দ করে। এভাবে কয়েকজনকে নিয়ে একটি ঘনিষ্ঠ বন্ধু দল তৈরি হয়। কৈশোরে বন্ধুদের সঙ্গে মিশে তাদের মধ্যে অনেক ভালো আচরণ গড়ে উঠতে পারে। বন্ধু দল যে আচরণ পছন্দ করে সেই আচরণ তারা করতে আগ্রহী হয়। যেমন : পড়াশোনায় প্রতিযোগিতা করা, শিৰকের নির্দেশ মানা, একসাথে খেলাধুলা করা, ভাগাভাগি করতে শেখা, সহযোগিতা করতে শেখা, দায়িত্ব নিতে শেখা ইত্যাদি। তাই আমরা বলতে পারি, বিভিন্ন দলে মিলে কাজ করলে রাগীবের মতো চরিত্রের অধিকারী হওয়া যায়।

প্রশ্ন –২ ▶ নিচের উদ্দীপকটি পড়ে প্রশ্নগুলোর উত্তর দাও :
সাজু এবার ৬ষ্ঠ শ্রেণিতে পড়ছে। কিছুদিন ধরে তার মা লৰ করছেন সে ছোট বোনের সাথে সারাদিন ঝগড়া মারামারি করে। পড়তে বসতে বললে রেগে যায়। জিনিসপত্র ছোড়াছুড়ি শুরব করে।

ক. কৈশোর কালের বয়সসীমা কত?
খ. নৈতিক বিকাশ বলতে কী বুঝায়?
গ. সাজুর আচরণে কিসের বৈশিষ্ট্য লৰ করা যায়? ব্যাখ্যা কর।
ঘ. সাজুর বয়সী কিশোর-কিশোরীরা কীভাবে এ ধরনের আচরণের পরিবর্তন ঘটাতে পারে বুঝিয়ে লিখ।

২নং প্রশ্নের উত্তর

ক. কৈশোরকালের বয়সসীমা সাধারণত ১০/১১ থেকে ১৮ বছর পর্যন্ত সময়।

খ. সামাজিক ও ধর্মীয় নীতি অনুসরণ করাকে নৈতিকতা বলে। শিশু অবস্থায় পরিবার থেকে ভুল ও সঠিক আচরণের ধারণা তৈরি হয়। পরিবারের সদস্যরা যে কাজ করতে নিষেধ করেন, সেটা খারাপ কাজ এবং যে কাজ করলে খুশি হন বা প্রশংসা করেন, সেটা ভালো কাজ। এভাবে শিশুদের মধ্যে ভালো ও মন্দ কাজের ধারণা তৈরি হয়। ছোট বেলা থেকে নিয়ম মানার মধ্য দিয়ে নৈতিকতার বিকাশ ঘটে।

গ. সাজুর আচরণে আবেগের ৰতিকর দিকের প্রকাশ পেয়েছে। আবেগের সময় মানুষের দেহ, মন ও আচরণের পরিবর্তন লৰ করা যায়। অতিরিক্ত আবেগ অনেক ৰতি করে। কৈশোরে আবেগের আধিক্য থাকে। আবেগ নিয়ন্ত্রণে না থাকলে লেখাপড়ায় মনোযোগ দেওয়া যায় না। ঘুম হয় না, দৈনিক কাজে বাধা আসে। সাজুর মধ্যে আবেগ নিয়ন্ত্রণের ৰমতা কম। তাই সাজু ছোট বোনের সাথে ঝগড়া-মারামারি করে, পড়তে বসতে বললে রেগে যায়, জিনিসপত্র ছোড়াছুড়ি করে। কৈশোরের দৈহিক পরিবর্তনের সাথে আবেগের এই অসমতা লৰ করা যায়।

ঘ. কৈশোরে ছেলেমেয়েদের মধ্যে বিভিন্ন ধরনের শারীরিক ও মানসিক পরিবর্তন ঘটে। তাই এ সময় আবেগের আধিক্য বেশি থাকে। দৈহিক পরিবর্তনের জন্য আবেগের অসমতা দেখা যায়। সাজুর মতো কিশোর-কিশোরীরা নিম্নলিখিত উপায়ে এ ধরনের আচরণের পরিবর্তন আনতে পারে :

১. যেকোনো ঘটনার ভালো দিকটা খুঁজে পেতে শেখা।
২. জটিল অবস্থা মেনে নেওয়ার অভ্যাস তৈরি করা।
৩. হতাশাকে প্রশ্রয় না দেওয়া।
৪. দলগতভাবে কোনো কাজ বা খেলাধুলায় অংশ নেওয়া।
৫. যেসব বিষয়ে রাগ হয় তা এড়িয়ে চলার চেষ্টা করা।
৬. মা-বাবা, বন্ধুদের সাথে নিজেদের সমস্যা খোলামেলাভাবে আলোচনা করা।

উপরোক্ত বিষয়গুলো মেনে চললে সাজুর বয়সী কিশোর কিশোরীরা এ ধরনের আচরণে পরিবর্তন আনতে পারে।

অতিরিক্ত সৃজনশীল প্রশ্ন ও উত্তর

প্রশ্ন -৩ ▶ নিচের উদ্দীপকটি পড়ে প্রশ্নগুলোর উত্তর দাও :
নন্দিতার বয়স ১২ বছর। সে ৭ম শ্রেণিতে পড়ে। আর রোহিতের বয়স ১৩ বছর, সে ৮ম শ্রেণিতে পড়ে। নন্দিতা খুব চঞ্চল প্রকৃতির। কিন্তু হঠাৎ করে সে কেমন যেন চুপচাপ হয়ে গেছে। সব কিছুতে সে লজ্জা পাচ্ছে। নন্দিতার শারীরিক পরিবর্তন শুরব হয়েছে। সে তার বড় বোন মিতাকে বিষয়টি বললে সে বিষয়টি তাকে বুঝিয়ে বলল। আর রোহিত তার শারীরিক পরিবর্তনের বিষয়টি বুঝতে না পেরে ভয় পাচ্ছে।

[সরকারি করোনেশন মাধ্যমিক বালিকা বিদ্যালয়, খুলনা]

?

ক. কৈশোরকাল কী? ১
খ. কৈশোরকালের শারীরিক বিকাশ বলতে কী বোঝ? ২
গ. নন্দিতা ও রোহিতের মতো কিশোর-কিশোরীদের কী ধরনের শারীরিক পরিবর্তন ঘটে? ব্যাখ্যা কর। ৩
ঘ. কিশোর-কিশোরীদের শারীরিক পরিবর্তনের সময় তাদের বড়বোন বা ভাই হিসেবে তোমার ভূমিকা কেমন হওয়া প্রয়োজন? বিশেৱষণ কর। ৪

৩নং প্রশ্নের উত্তর

ক. সাধারণত ১০/১১ বছর বা শৈশবের শেষ পর্যায়ের পর থেকে প্রাপ্ত বয়সের পূর্ব অর্থাৎ ১৮ বছর পর্যন্ত কৈশোরকাল।

খ. কৈশোরকালের শারীরিক বিকাশ বলতে কৈশোরকালের দেহের পরিবর্তন ও আকার আকৃতির বৃদ্ধিকে বোঝায়। শারীরিক পরিবর্তনের কিছু সাধারণ বৈশিষ্ট্য আছে যা সবার মধ্যে বিদ্যমান থাকে। এ সময় বছরে উচ্চতা ৭ থেকে ১৪/১৫ সে: মি: পর্যন্ত বাড়তে পারে। বিভিন্ন অঙ্গপ্রত্যঙ্গের পরিবর্তন হয়, ক্রমে ক্রমে বেড়ে শিশু থেকে পূর্ণ বয়স্কের আকার ধারণ করে।

গ. নন্দিতা ও রোহিতের বয়স যথাক্রমে ১২ ও ১৩ বছর। অর্থাৎ এখন তাদের বয়ঃসন্ধিৰণ চলছে। কিশোর-কিশোরীদের শরীরের মধ্যে এ বয়সে এমন কিছু পরিবর্তন ঘটে যার মাধ্যমে ছেলে এবং মেয়ে আলাদাভাবে চেনা যায়। ছেলেদের গোঁফ, দাড়ি উঠতে শুরব করে। গলার স্বরের পরিবর্তন ভাঙা ভাঙা হয়ে মোটা হয়। মেয়েদের শরীরেও পরিবর্তন হয়। প্রতি ২৮ দিন অন্তর মেয়েদের ঋতুস্রাব হয়। এই পরিবর্তন কারো কারো ৰেত্রে কৈশোরকাল শুরবর সাথে সাথে না হয়ে ২/১ বছর আগে বা পরেও শুরব হতে পারে। এ পরিবর্তন ছেলেমেয়েদের সন্তান ধারণের উপযুক্ত ৰমতা নির্দেশ করে।

ঘ. কিশোর-কিশোরীদের শারীরিক পরিবর্তনের সময় তাদের বড়বোন বা ভাই হিসেবে আমার বন্ধুর মতো আচরণ করা উচিত। কেননা হঠাৎ করে এ বয়সে যে পরিবর্তন হয়, তা জীবনের স্বাভাবিক চক্র। আগে থেকে জানা না থাকলে এ পরিবর্তনে ভয় পাওয়া খুবই স্বাভাবিক। এ বয়সের যে কোনো সমস্যা মা-বাবাকে না বলতে পারলে বড় ভাই-বোনদের সাথে খোলামেলা আলোচনা করা দরকার। সেৰেত্রে খুব সহজেই দুশ্চিন্তা দূর হয়ে যায়। পরিবর্তনটি একেকজনের ৰেত্রে একেক বয়সে শুরব হয়, তাই সমবয়সীদের কাছে আলাপ করে সঠিক তথ্য পাওয়া না-ও যেতে পারে। তাই বড় ভাই-বোনদের সাথে আলাপ করলেই ভালো। উদ্দীপকে রোহিত তার শারীরিক পরিবর্তনের বিষয়টি বুঝতে না পেরে ভয় পাচ্ছে। আর নন্দিতা চঞ্চল খুব লজ্জা পাচ্ছে। এ অবস্থায় নন্দিতার বড় বোন তাকে বিষয়টি বুঝিয়ে বলে। এইভাবে বড় ভাই-বোন হিসেবে তাদের সাথে খোলামেলা আলোচনা করে তাদের বুঝিয়ে বললে তারা এই পরিবর্তনকে স্বাভাবিকভাবে মেনে নিতে পারবে।

প্রশ্ন -৪ ▶ নিচের উদ্দীপকটি পড়ে প্রশ্নগুলোর উত্তর দাও :
বীথি, পলি, পাপড়ি, টুম্পা, সাবিনা মিলে একটি বন্ধু দল গড়ে তুলেছে। তারা একসাথে স্কুলে যায়। তারা একে অন্যের প্রতি অনুগত থাকে। ব্যক্তিগত গোপন বিষয়গুলো তারা পরিবারের চেয়ে বন্ধুদের কাছে বলে। তারা দলে মিশে অনেক ভালো আচরণ করতে আগ্রহী হয়। যেমন : পড়াশুনায় প্রতিযোগিতা করা, শিৰকের নির্দেশ মানা ইত্যাদি। তারা মনে করে, ভালো দল গঠনের পাশাপাশি কৈশোরে সামাজিক হওয়াও জরবরি।

?

ক. কোন শব্দ থেকে মানসিক শব্দটি এসেছে? ১
খ. কৈশোরে অনেকে ঝুঁকিপূর্ণ কাজে ভয় পায় না কেন? ২
গ. উদ্দীপকের বন্ধু দলের মতো কৈশোরে ভালো দলে মিশে ছেলেমেয়েরা কোন ধরনের আচরণ করতে শেখে? ব্যাখ্যা কর। ৩
ঘ. উদ্দীপকের বন্ধু দলের শেষোক্ত মন্তব্যটি বাস্তবায়িত করতে করণীয় বিশেৱষণ কর। ৪

৪নং প্রশ্নের উত্তর

ক. 'মন' শব্দটি থেকে মানসিক শব্দটি এসেছে।

খ. বন্ধু দলের উৎসাহে কৈশোরে অনেকে ঝুঁকিপূর্ণ কাজ করতে ভয় পায় না। যেমন : পরীৰামূলকভাবে বিড়ি, সিগারেট খাওয়া, মাদক দ্রব্য গ্রহণ, স্কুল পালানো, বয়স্কদের বিরোধিতা করা ইত্যাদি। যদি কেউ এই আচরণগুলো না করে তবে তাকে ব্যঙ্গ বিদ্রু প করা হয়। ওই দলে থাকতে হলে ঐ আচরণগুলো মেনে নিতে তাকে বাধ্য করা হয়। তাই তারা ঝুঁকিপূর্ণ কাজ করতে ভয় পায় না।

গ. উদ্দীপকের বন্ধু দলের মতো কৈশোরে ভালো দলে মিশে ছেলেমেয়েরা ভালো আচরণ করতে শেখে। কৈশোরে ভালো দলে মিশে ছেলেমেয়েরা একে অন্যের মতামত গ্রহণ করা, একে অন্যকে সহযোগিতা করা, ভাগাভাগি করা, বিভিন্ন দায়িত্ব নেওয়া ইত্যাদি ভালো আচরণ শেখে। তারা দলে খেলাধুলা করে আত্মনির্ভরশীল হতে পারে। ভালো দলে মিশে ছেলেমেয়েরা প্রতিযোগিতা করতে শেখে। উদ্দীপকে বন্ধু দলের সদস্যরা একে অন্যের প্রতি অনুগত থাকে। তারা পড়াশোনায় প্রতিযোগিতা করে, শিৰকের নির্দেশ মানে। ব্যক্তিগত গোপন বিষয়গুলো পরিবারের চেয়ে বন্ধুদের কাছে বলে। অর্থাৎ ভালো দলে মিশে কৈশোরে ছেলেমেয়েরা ভালো আচরণ করতে আগ্রহী হয়।

ঘ. উদ্দীপকের বন্ধু দলের শেষোক্ত মন্তব্যটি হলো– ভালো দল গঠনের পাশাপাশি কৈশোরে সামাজিক হওয়াও জরুরি। এ মন্তব্যটি বাস্তবায়িত করতে করণীয় হলো– সকলের সাথে কুশল বিনিময় করা, একা একা নিজেকে গুটিয়ে না রেখে সকলের সাথে কথাবার্তা চালিয়ে যাওয়ার অভ্যাস তৈরি করা। বয়স্কদের সম্মান করার পাশাপাশি তাদের নির্দেশ মেনে চলতে হবে। ছোটদের আদর, স্নেহ করা। কৈশোরে সামাজিক হওয়ার জন্য বিভিন্ন কাজে অংশ নেওয়া, খেলাধুলায় অংশ নেওয়াও প্রয়োজন। এ সবকিছুই গ্রহণযোগ্য সামাজিক আচরণের মধ্যে পড়ে। এতে করে সামাজিক বিকাশ ভালোভাবে ঘটে।

সৃজনশীল প্রশ্নব্যাংক

প্রশ্ন –৫ ▶ রিতা সপ্তম শ্রেণিতে পড়ে। খুবই চঞ্চল প্রকৃতির। তার ছোট খালা বেড়াতে এসে দেখলেন রিতা কেমন মনমরা হয়ে থাকে, কারও সাথে আগের মতো মিশে না। তিনি রিতাকে বয়ঃসন্ধিৰণের শারীরিক পরিবর্তন সম্পর্কে জানালেন। তিনি বললেন হঠাৎ করে এ বয়সে যে পরিবর্তন হয় তা জীবনের স্বাভাবিক চক্র।

ক. নৈতিকতা কাকে বলে? ১
খ. আবেগের ধরন উলেরখ কর। ২
গ. রিতার মতো কিশোর কিশোরীদের কী ধরনের শারীরিক পরিবর্তন ঘটে? ব্যাখ্যা কর। ৩
ঘ. রিতার ছোট খালার মন্তব্যটি মূল্যায়ন কর। ৪

প্রশ্ন –৬ ▶ রোমেল একজন কিশোর। সে তার চিন্তা ও বিচার বুদ্ধির দ্বারা যেকোনো সমস্যার সমাধান করতে পারে। তার মানসিক বিকাশের মতো শারীরিক বিকাশও ভালো হয়েছে। সে পড়াশোনায় যথেষ্ট মনোযোগী। সে সবসময়ই ক্লাসে প্রথম হয়।

ক. জ্যামিতিক সমস্যার সমাধান করা যায় কোন বয়সে? ১
খ. গ্রহণযোগ্য সামাজিক আচরণ বলতে কী বোঝ? ২
গ. রোমেলের মানসিক ৰমতা বাড়ানোর উপায়সমূহ ব্যাখ্যা কর। ৩
ঘ. রোমেলের সাফল্যের ৰেত্রে তার মানসিক বিকাশ কতটুকু ভূমিকা রাখে বলে তুমি মনে কর। ৪

অনুশীলনের জন্য দক্ষতাস্তরের প্রশ্ন ও উত্তর

● ■ জ্ঞানমূলক প্রশ্ন ও উত্তর ■ ●

প্রশ্ন ॥ ১ ॥ বয়ঃসন্ধিৰণ কী?
উত্তর : সাধারণত ১০/১১ বছর বা শৈশবের শেষ পর্যায়ের পর থেকে ১৮ বছর পর্যন্ত সময়কালকে বয়ঃসন্ধিৰণ বলা হয়।

প্রশ্ন ॥ ২ ॥ কোন ধরনের আবেগ আনন্দময় পরিবেশ সৃষ্টি করে?
উত্তর : ইতিবাচক আবেগ আনন্দময় পরিবেশ সৃষ্টি করে।

প্রশ্ন ॥ ৩ ॥ অতিরিক্ত আবেগ আমাদের জীবনে কী সৃষ্টি করে?
উত্তর : অতিরিক্ত আবেগ আমাদের জীবনে জটিলতা সৃষ্টি করে।

প্রশ্ন ॥ ৪ ॥ সামাজিক বিকাশ কী?
উত্তর : সামাজিক বিকাশ হলো বয়সানুযায়ী আচরণ করতে শেখা।

প্রশ্ন ॥ ৫ ॥ মানুষ প্রথম কোথা থেকে নৈতিকতার শিক্ষা লাভ করে?
উত্তর : মানুষ প্রথম পরিবার থেকে নৈতিকতার শিক্ষা লাভ করে।

● ■ অনুধাবনমূলক প্রশ্ন ও উত্তর ■ ●

প্রশ্ন ॥ ১ ॥ কৈশোরকালীন শারীরিক পরিবর্তনে মা-বাবার ভূমিকা কেমন হওয়া উচিত?
উত্তর : কৈশোরকালীন পরিবর্তনের সময় মা-বাবাকে ছেলেমেয়েদের সাথে বন্ধুত্বপূর্ণ আচরণ করা উচিত। যেহেতু ছেলেমেয়েরা এইসব পরিবর্তনে বিব্রতবোধ করে, তাই মা-বাবার উচিত তাদের সাথে এগুলো নিয়ে খোলামেলা আলোচনা করে। তাদের এটা বুঝিয়ে বলা যে এটা মানুষের স্বাভাবিক জীবনচক্র, এতে দুশ্চিন্তার কোনো কারণ নেই।

প্রশ্ন ॥ ২ ॥ অতিরিক্ত রাগের সময় মানুষের মধ্যে কোন ধরনের লক্ষণ দেখা যায়?
উত্তর : অতিরিক্ত রাগের সময় মানুষের মধ্যে যে লক্ষণগুলো দেখা যায়, তা নিচে উল্লেখ করা হলো :

১. চোখ বড় বড় হয়ে যায়।
২. মুখ খিঁচে যায়।
৩. চেহারা হিংস্র পশুর মতো হয়ে যায়।
৪. জিনিসপত্র ছুড়ে ফেলে, ভেঙে ফেলে।
৫. অন্যকে আঘাত করে।

প্রশ্ন ॥ ৩ ॥ জীবনের স্বাভাবিক চক্র বলতে কী বোঝায়?
উত্তর : কৈশোরের শারীরিক পরিবর্তন কারো কারো ৰেত্রে কৈশোরকাল শুরুর সাথে সাথে না হয়ে ২/১ বছর আগে বা পরেও শুরু হতে পারে। কৈশোরের শারীরিক পরিবর্তনের সময় কিশোর–কিশোরীরা নিজেদের লুকিয়ে রাখতে চায়। নিজেকে অস্বাভাবিক মনে করে। এটা নিয়ে দুশ্চিন্তা করে। কিন্তু এটা অত্যন্ত স্বাভাবিক। হঠাৎ করে এ বয়সে যে পরিবর্তন হয়, তা জীবনের স্বাভাবিক চক্র।