

বিষয়ঃ শারিরিক শিক্ষা-২

বিষয় কোডঃ ১৯২৯

অধ্যায় ও শিরোনাম	পাঠ্যপুস্তক/পাঠ্যসূচিতে প্রদত্ত শিখনফল	বিষয়বস্তু (পাঠ ও পাঠের শিরোনাম)	ব্যবহারিকের তালিকা	প্রয়োজনীয় ক্লাস সংখ্যা	ক্লাসের ক্রম	মন্তব্য
অধ্যায়-২ মাদকাসক্তি ও এইডস	✚ মাদকশক্তি, তামাক ও মাদকদ্রব্য এবং তামাক ও মাদকদ্রব্য সেবনের কুফল সম্পর্কে বলতে পারবে।		➤ মাদকশক্তি, তামাক ও মাদকদ্রব্য এবং তামাক ও মাদকদ্রব্য সেবনের কুফল।	১	১ম	
	✚ ধূমপান ও মাদকদ্রব্য সেবন থেকে বিরত থাকার উপায় এবং এ সম্পর্কে অন্যদের ভূমিকা সম্পর্কে বলতে পারবে।		➤ ধূমপান ও মাদকদ্রব্য সেবন থেকে বিরত থাকার উপায় এবং এ সম্পর্কে অন্যদের ভূমিকা।	১	২য়	
	✚ মাদকশক্তির বিরুদ্ধে জনমত গঠন করতে পারবে।		➤ মাদকশক্তির বিরুদ্ধে জনমত গঠন	১	৩য়	
	✚ বাংলাদেশে এইচআইভি ও এইডস এর ঝুঁকি এবং ঝুঁকিমুক্ত থাকার উপায়সম্পর্কে বলতে পারবে।		➤ বাংলাদেশে এইচআইভি ও এইডস এর ঝুঁকি এবং ঝুঁকিমুক্ত থাকার উপায়।	১	৪র্থ	
অধ্যায়-৩ বয়ঃসন্ধিকাল ও প্রজনন স্বাস্থ্য	✚ বয়ঃসন্ধিকাল ও বয়ঃসন্ধিকালের পরিবর্তন সম্পর্কে বলতে পারবে।		➤ বয়ঃসন্ধিকাল ও বয়ঃসন্ধিকালের পরিবর্তন।	১	৫ম	
	✚ বয়ঃসন্ধিকালের মানসিক চাপ ও পরিবর্তনের সাথে খাপ খাওয়ানো সম্পর্কে বলতে পারবে।		➤ বয়ঃসন্ধিকালের মানসিক চাপ ও পরিবর্তনের সাথে খাপ খাওয়ানো।	১	৬ষ্ঠ	
	✚ বয়ঃসন্ধিকালে পুষ্টির প্রয়োজনীয়তা বর্ণনা করতে পারবে। ✚ প্রজনন স্বাস্থ্য ও তা সুরক্ষার উপায় সম্পর্কে বলতে পারবে।		➤ বয়ঃসন্ধিকালে পুষ্টির প্রয়োজনীয়তা। ➤ প্রজনন স্বাস্থ্য ও তা সুরক্ষার উপায়।	১	৭ম	
অধ্যায়-৫ খেলাখুলার দুর্ঘটনা	✚ প্রাথমিক প্রতিবিধানের গুরুত্ব, পদ্ধতি সম্পর্কে বলতে পারবে।		➤ প্রাথমিক প্রতিবিধানের গুরুত্ব, পদ্ধতি।	১	৮ম	
	✚ নাক দিয়ে রক্ত পড়া, পানিতে ডুবে যাওয়া, উদ্ধার পদ্ধতি ও কৃত্রিম শ্বাস-প্রশ্বাস প্রদানের জন্য প্রয়োজনীয় পদক্ষেপ গ্রহন করতে পারবে।		➤ নাক দিয়ে রক্ত পড়া, পানিতে ডুবে যাওয়া, উদ্ধার পদ্ধতি ও কৃত্রিম শ্বাস-প্রশ্বাস প্রদান।	১	৯ম	
সর্বমোট				৯টি ক্লাস		