

শিক্ষক ডায়েরি – ২
শিক্ষার্থীদের অধ্যয়নভিত্তিক অর্জন উপযোগী যোগ্যতা অর্জনের বিবরণ

..... সরকারি প্রাথমিক বিদ্যালয়

উপজেলা:

জেলা:

শ্রেণি: প্রথম
বিষয়: শারীরিক ও মানসিক স্বাস্থ্য শিক্ষা

শিক্ষাবর্ষ- ২০২৩

অধ্যায়	অর্জন উপযোগী যোগ্যতাসমূহ
১	১.১ শারীরিক ও মানসিক সুস্থতার জন্য ব্যক্তিগত পরিষ্কার পরিচ্ছন্নতার নিয়ম মেনে আনন্দময় জীবন গড়ে তুলতে পারা।
	১.২ স্বাস্থ্যকর ও অস্বাস্থ্যকর খাবার এবং পানীয় সম্পর্কে ধারণা লাভ করে নিয়মিত স্বাস্থ্যকর খাবার এবং পানীয় গ্রহণ করা।
	১.৩ দৈনন্দিন জীবনে নিরাপদ পানি পান ও ব্যবহারের অভ্যাস তৈরির মাধ্যমে সুস্থ থাকা।
	১.৪ শারীরিক ও মানসিক সুস্থতার জন্য পরিমিত ঘুম, বিশ্রাম ও বিনোদনের অভ্যাস গড়ে তুলতে পারা।

শ্রেণি: ১ম

ଅଧ୍ୟାୟ ନମ୍ବର:

বিষয়:

তারিখ:

[illegible]

অধ্যায়		অর্জন উপযোগী যোগ্যতাসমূহ							
২		২.১ বয়স উপযোগী শ্রীরচনার বিভিন্ন কৌশল জেনে নিজেকে সুস্থ রাখতে পারা।							
		২.২ আনন্দদায়ক দেশীয় খেলায় অংশগ্রহণ করে নিজেকে সক্রিয় রেখে মানসিকভাবে সুস্থ থাকা।							
		২.৩ ক্রীড়া প্রতিযোগিতায় সক্রিয় অংশগ্রহনের মাধ্যমে খেলোয়াড়সুলভ মানসিক অর্জন করা।							

শ্রেণি: ১ম

विषयः

ଅଧ୍ୟାୟ ନମ୍ବର:

তারিখ:

[illegible]

অধ্যায়	অর্জন উপযোগী যোগ্যতাসমূহ
৪	৪.১ খেলাধুলায় সংঘটিত দুর্ঘটনার কারণ সম্পর্কে প্রাথমিক ধারণা লাভ করে সতর্কতা অবলম্বনের মাধ্যমে নিরাপদ থাকতে পারা।
	৪.২ শরীরের বিভিন্ন অঙ্গ-প্রত্যঙ্গ সম্পর্কে ধারণা লাভ করে নিজেকে সুরক্ষিত রাখতে পারা।
	৪.৩ প্রাথমিক চিকিৎসা সম্পর্কে ধারণা লাভ করে নিজের, পরিবারের সদস্য ও সহপাঠীদের প্রাথমিক চিকিৎসায় সহযোগিতা করার মাধ্যমে নিরাপদ থাকা।

শ্রেণি: ১ম

বিষয়:

অধ্যায় নম্বর:

তারিখ:

		পাঠ ১, মূল্যায়ন নির্দেশক - ১৯	পাঠ ২, মূল্যায়ন নির্দেশক - ২০	পাঠ ৩, মূল্যায়ন নির্দেশক - ২১	পাঠ ৪, মূল্যায়ন নির্দেশক - ২২	পাঠ ৫, মূল্যায়ন নির্দেশক - ২৩	প্রাপ্ত মোট মান	মন্তব্য	
		শিখনফল: ৪.১.১; ৪.১.২	শিখনফল: ৪.১.৩	শিখনফল: ৪.২.১; ৪.২.২	শিখনফল: ৪.৩.১	শিখনফল: ৪.৩.২			
রোল	শিক্ষার্থীর নাম	শিখনফল অর্জনের মান (২/১)							

অধ্যায়	অর্জন উপযোগী যোগ্যতাসমূহ							
৫	৫.১ দৈনিক সমাবেশে অংশগ্রহণ করে নিজেকে সুশৃঙ্খল করে গড়ে তোলা।							
	৫.২ বিভিন্ন জাতীয় দিবস ও কাব স্কাউটিংয়ে অংশগ্রহণের মাধ্যমে শৃঙ্খলাবোধ নেতৃত্বদানের গুণাবলি অর্জন করতে পারা।							

শ্রেণি: ১ম

বিষয়:

অধ্যায় নম্বর:

তারিখ:

		পার্শ ১, মূল্যায়ন নির্দেশক - ২৪	পার্শ ২, মূল্যায়ন নির্দেশক - ২৫	পার্শ ৩, মূল্যায়ন নির্দেশক - ২৬	পার্শ ৪, মূল্যায়ন নির্দেশক - ২৭	পার্শ ৫, মূল্যায়ন নির্দেশক - ২৮		
		শিখনফল: ৫.১.১	শিখনফল: ৫.১.২	শিখনফল: ৫.২.১	শিখনফল: ৫.২.২	শিখনফল: ৫.২.৩	প্রাপ্ত মোট মান	মন্তব্য
রোল	শিক্ষার্থীর নাম	শিখনফল অর্জনের মান (২/১)						

[illegible]