

পরিচিতি

মাহমুদা পারভীন

ক্যাম আইডি-১৮৫

সিনিয়র শিক্ষক

গার্হস্থ্য অর্থনীতি বিভাগ

ক্যামব্রিয়ান স্কুল অ্যান্ড কলেজ



শ্রেণি- অষ্টম

বিষয়-গার্হস্থ্য বিজ্ঞান



ছবিগুলো দেখে তোমরা কি বুঝতে পারছো ?



সময়



শক্তি

আজকের পাঠ...

অধ্যায় ১-গৃহ সম্পদের সূষ্ঠ ব্যবহার

পাঠ ২-সময় ও শক্তি পরিকল্পনা

এ পাঠ থেকে শিক্ষার্থীরা ...

- সময় তালিকা কী তা বলতে পারবে
- সময় তালিকার প্রয়োজনীয়তাগুলো উল্লেখ করতে পারবে
- সময় তালিকার বিবেচ্য বিষয়গুলো ব্যাখ্যা করতে পারবে
- শক্তি পরিকল্পনার বিবেচ্যগুলো বর্ণনা করতে পারবে
- কাজ সহজকরণের উপায়গুলো লিপিবদ্ধ করতে পারবে।

সময় তালিকা

দৈনিক কী কী কাজ করব, কখন করব,
নির্দিষ্ট কাজে কতটুকু সময় ব্যয় করব
ইত্যাদির সমন্বয়ে তালিকা পরিকল্পনা
করাকে সময় তালিকা।



সময় তালিকার প্রয়োজনীয়তা

করণীয় কাজ সম্পর্কে



সময় মত কাজ করার অভ্যাস



প্রতিটা কাজের
সময় সম্পর্কে ধারণা



কাজের দক্ষতা ও
গতিশীলতা বাড়ে



বিশ্রাম ও বিনোদন



দৈনিক কাজ
নির্ধারণ



হালকা কাজ



ভারী কাজ



সময় তালিকায়
নমনীয়তা



কাজের অগ্রাধিকার



অন্যের সুবিধা
লক্ষ্য রাখা



বিশ্রাম ও
অবসর



শক্তি পরিকল্পনার প্রয়োজনীয়তা



শক্তিকে ইচ্ছামত ব্যবহার করলে তাড়াতাড়ি ক্ষয় হয় ফলে কাজে অনীহা, ক্লান্তি ও বিরক্তি সৃষ্টি হয়। তাই শক্তির সদ্যবহারের জন্য শক্তি পরিকল্পনার প্রয়োজন।

শক্তি পরিকল্পনার বিবেচ্য বিষয়



কর্ম তালিকা



বয়স অনুযায়ী কাজ



কঠিন কাজ



কাজ সম্পর্কে ধারণা



দুই হাত ব্যবহার



হালকা কাজ



পছন্দ মত কাজ



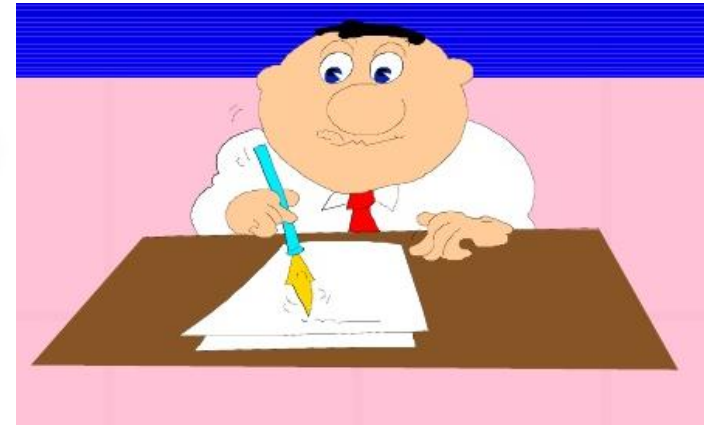
শ্রম লাগব



বিগ্রাম



কাজ সহজকরণ



সময় পরিকল্পনা করা



শ্রম বিভাজন করা



বাড়ির সঠিক নকশা করা

কাজের উপযুক্ত স্থানে সরঞ্জামাদি সঠিকভাবে রাখা



শোবার ঘর



বসার ঘর



রান্না ঘর



পড়ার ঘর

বিভিন্ন শ্রম লাঘব সরঞ্জাম ব্যবহার



রেফ্রিজারেটর



ওয়াশিং মেশিন



বৈদ্যুতিক ইস্ত্রি



রাইস কুকার



মাইক্রো ওয়েভ ওভেন



প্রেসার কুকার

দলীয় কাজ



ক-দল

উল্লেখিত ছবির মধ্যে যে সম্পদটি সবার জন্য সমান তা চিহ্নিত করে ব্যবহারের বিবেচ্য বিষয়গুলো তালিকা আকারে লিখ।

খ-দল

উল্লেখিত ছবির মধ্যে যে সম্পদটি শ্রম লাঘবের সরঞ্জাম তার সুবিধাগুলো চিহ্নিত কর।

মূল্যায়ন

- ১। কঠিন কাজের পর কোন কাজ রাখতে হবে ?
- ২। শক্তি পরিবারের একটি অন্যতম সম্পদ বুঝিয়ে বল?
- ৩। সময় বস্তু সম্পদ। তুমি কী এই বক্তব্যের সাথে একমত?
স্বপক্ষে যুক্তি দেখাও। ?



বাড়ির কাজ



১-নং চিত্র



২-নং চিত্র

উল্লেখিত কোন চিত্রের মাধ্যমে কাজ সম্পন্ন করলে শক্তির যথাযথ ব্যবহার সম্ভব ব্যাখ্যা কর।

