

পরিশিষ্ট ১

সপ্তম শ্রেণির শিখনযোগ্যতাসমূহ মূল্যায়নের জন্য নির্ধারিত পারদর্শিতার নির্দেশক বা Performance Indicator (PI)

যোগ্যতা নং	যোগ্যতা	পি আই নং	পারদর্শিতার নির্দেশক (পি আই)	মাত্রা		
				□	○	△
০৮.০৭.০১	সুস্থ, পরিচ্ছন্ন, নিরাপদ, উৎফুল্ল ও স্বতঃস্ফূর্ত থাকতে নিজের দৈনন্দিন যত্ন ও পরিচর্যা করতে পারা এবং এ সংক্রান্ত ঝুঁকিসমূহ নির্ণয় ও মোকাবেলা করতে পারা।	০৮.০৭.০১.০১	পরিষ্কার-পরিচ্ছন্নতা বজায় রাখছে।	দৈনন্দিন কাজে পরিষ্কার পরিচ্ছন্নতার নির্দেশনা অনুসরণ করছে।	বিদ্যালয়ে এবং/বা বাড়িতে দৈনন্দিন কাজে পরিষ্কার পরিচ্ছন্ন থাকার নিজস্ব উদ্যোগ আছে।	নিজ উদ্যোগে বিদ্যালয়ে এবং বাড়িতে দৈনন্দিন কাজে পরিষ্কার পরিচ্ছন্নতা বজায় রাখছে।
		০৮.০৭.০১.০২	নিজে নিরাপদ থাকতে স্বতঃস্ফূর্ত পদক্ষেপ নিচ্ছে।	নিরাপদ থাকার নিজস্ব উদ্যোগ আছে।	দৈনন্দিন কার্যক্রমে নিরাপদ থাকতে অন্যকে সচেতন করছে।	দৈনন্দিন কার্যক্রমে নিরাপদ থাকতে অন্যকে সম্পৃক্ত করছে।
		০৮.০৭.০১.০৩	বিভিন্ন কাজে সক্রিয় অংশগ্রহণ করছে।	দৈনন্দিন কাজে নির্দেশনা অনুসরণ করে অংশগ্রহণ করছে।	দৈনন্দিন কাজে অংশগ্রহণের ক্ষেত্রে নির্দেশনার বাইরে অতিরিক্ত উদ্যোগ আছে।	দৈনন্দিন কাজে নিয়মিত সক্রিয়ভাবে অংশগ্রহণ করছে।
		০৮.০৭.০১.০৪	দৈনন্দিন স্বাস্থ্য ঝুঁকিসমূহ সম্পর্কে সচেতনতা প্রদর্শন করছে।	দৈনন্দিন স্বাস্থ্য ঝুঁকিসমূহ সনাক্ত করছে।	দৈনন্দিন স্বাস্থ্যঝুঁকিসমূহ সম্পর্কে সচেতন।	দৈনন্দিন স্বাস্থ্যঝুঁকিসমূহ ও তা থেকে মুক্ত থাকার উপায় সম্পর্কে সচেতন।
		০৮.০৭.০১.০৫	নিজের স্বাস্থ্য ঝুঁকিসমূহ মোকাবিলা করছে।	নিজের স্বাস্থ্যঝুঁকি সম্পর্কে সচেতন।	স্বাস্থ্যঝুঁকি থেকে নিজেকে বাচাতে উদ্যোগ নিচ্ছে।	স্বাস্থ্যঝুঁকি মোকাবেলায় বিশেষজ্ঞের পরামর্শ ও সেবা গ্রহণ করছে।
০৮.০৭.০২	বয়ঃসন্ধিকালীন শারীরিক ও মানসিক পরিবর্তন সংশ্লিষ্ট ঝুঁকি	০৮.০৭.০২.০১	নিজের শারীরিক পরিবর্তনের ঝুঁকি	বয়ঃসন্ধিকালীন শারীরিক পরিবর্তন সম্পর্কিত ব্যক্তিগত	বয়ঃসন্ধিকালীন শারীরিক পরিবর্তন সম্পর্কিত ব্যক্তিগত	বয়ঃসন্ধিকালীন শারীরিক পরিবর্তন সম্পর্কিত ব্যক্তিগত ঝুঁকিগুলো

	নির্ণয় ও অনুধাবন করে পরিবর্তনের সঠিক ব্যবস্থাপনা করতে পারা।		সম্পর্কে সচেতনতা প্রদর্শন করছে।	ঝুঁকিগুলো চিহ্নিত করতে পারছে	ঝুঁকিগুলো নিয়ে সহজভাবে কথা বলছে।	মোকাবেলার জন্য সহায়তা চাইছে।
		০৮.০৭.০২.০২	নিজের শারীরিক পরিবর্তন সংশ্লিষ্ট ঝুঁকি মোকাবিলা করছে।	শারীরিক পরিবর্তন সংশ্লিষ্ট নিজের ব্যক্তিগত ঝুঁকিগুলো মোকাবেলায় উদ্যোগ আছে।	শারীরিক পরিবর্তন সংশ্লিষ্ট নিজের ব্যক্তিগত ঝুঁকিগুলো মোকাবেলায় সহায়তা চাইছে।	শারীরিক পরিবর্তন সংশ্লিষ্ট ঝুঁকিসমূহ মোকাবেলায় সঠিক কৌশল চর্চা করছে
		০৮.০৭.০২.০৩	নিজের মানসিক পরিবর্তনের ঝুঁকি সম্পর্কে সচেতনতা প্রদর্শন করছে।	বয়ঃসন্ধিকালীন মানসিক পরিবর্তন সম্পর্কিত ব্যক্তিগত ঝুঁকিগুলো চিহ্নিত করতে পারছে	বয়ঃসন্ধিকালীন মানসিক পরিবর্তন সম্পর্কিত ব্যক্তিগত ঝুঁকিগুলো নিয়ে সহজভাবে কথা বলছে।	বয়ঃসন্ধিকালীন মানসিক পরিবর্তন সম্পর্কিত ব্যক্তিগত ঝুঁকিগুলো মোকাবিলার জন্য সহায়তা চাইছে।
		০৮.০৭.০২.০৪	নিজের মানসিক পরিবর্তন সংশ্লিষ্ট ঝুঁকি মোকাবিলা করছে।	মানসিক পরিবর্তন সংশ্লিষ্ট নিজের ব্যক্তিগত ঝুঁকিগুলো মোকাবেলায় উদ্যোগ আছে।	মানসিক পরিবর্তন সংশ্লিষ্ট নিজের ব্যক্তিগত ঝুঁকিগুলো মোকাবেলায় সহায়তা চাইছে।	মানসিক পরিবর্তন সংশ্লিষ্ট ঝুঁকিসমূহ মোকাবেলায় সঠিক কৌশল চর্চা করছে
০৮.০৭.০৩	প্রেক্ষাপট অনুযায়ী নিজের অনুভূতির অনুধাবন করে ও যত্নবান হয়ে ফলাফলধর্মী প্রকাশ করতে পারা এবং অন্যের অনুভূতি ও পরিস্থিতিকে অনুধাবন করে সহমর্মী আচরণ করতে পারা।	০৮.০৭.০৩.০১	নিজের অনুভূতি প্রকাশে সচেতনতা প্রদর্শন করছে।	পরিস্থিতি অনুযায়ী বিব্রতবোধ না করে নিজের অনুভূতি প্রকাশ করছে।	বিভিন্ন পরিস্থিতিতে নিজের অনুভূতিগুলো এমনভাবে প্রকাশ করছে যাতে অন্যরা তা বুঝতে ও সাড়া দিতে পারে।	অন্যদের সাথে নিজের অনুভূতি প্রকাশ করে নিজের প্রয়োজন বুঝাতে পারছে।
		০৮.০৭.০৩.০২	প্রেক্ষাপট/পরিস্থিতি অনুযায়ী অন্যের অনুভূতি অনুধাবনে সচেতনতা প্রদর্শন করছে।	অন্যের অনুভূতিকে নেতিবাচকভাবে দেখছে না।	বিভিন্ন পরিস্থিতিতে অন্যের অনুভূতি বিবেচনায় নিচ্ছে।	বিভিন্ন পরিস্থিতিতে অন্যের ভিন্ন অনুভূতি বুঝে ইতিবাচকভাবে সাড়া দিচ্ছে।
		০৮.০৭.০৩.০৩	পরিস্থিতি বুঝে আচরণ করছে।	পরিস্থিতি বিবেচনা করে আচরণিক পরিবর্তন করছে।	পরিস্থিতি সহায়ক আচরণ করছে।	পরিস্থিতি অনুধাবন করে যৌক্তিক আচরণ করছে।

		০৮.০৭.০৩.০৪	সহমর্মী আচরণ করছে।	নিজের কাজে অন্যদের সমস্যা হচ্ছে কিনা তা খেয়াল করছে।	অন্যদের সমস্যা বুঝে সহযোগিতার চেষ্টা করছে, ভুল কাজের জন্য দোষারোপ করছে না।	একই পরিস্থিতিতে অন্যের ভিন্ন অনুভূতি ও মতামতকে সম্মান করছে, গুরুত্ব দিচ্ছে।
০৮.০৭.০৪	নিজের ও অন্যের সফলতাকে সম্মান করে ইতিবাচকভাবে গ্রহণ করা এবং আত্ম-বিশ্লেষণ ও মূল্যায়নের মাধ্যমে মানসিকচাপ, দুঃখ, ভয়, রাগ ইত্যাদির ব্যবস্থাপনা করতে পারা।	০৮.০৭.০৪.০১	নিজের সফলতাকে উপভোগ করছে।	সফলতার জন্য আনন্দ অনুভব করছে এবং নিজেকে স্বীকৃতি দিচ্ছে।	নিজের সফলতায় এমনভাবে আনন্দ উপভোগ করছে যেন তা অন্যের জন্য ক্ষতিকর না হয়।	অন্যকে সাথে নিয়ে নিজের আনন্দ উপভোগ করার সুযোগ তৈরি করছে।
		০৮.০৭.০৪.০২	নিজের সফলতাকে বিশ্লেষণ করছে।	সফলতার ক্ষেত্রে নিজের কোন কোন কাজ ভূমিকা রাখছে তা চিহ্নিত করতে পারছে।	নিজের কোন কোন কাজ সফলতায় কীভাবে ভূমিকা রাখছে সে সম্পর্কে ধারণা আছে।	নিজের প্রত্যাশিত সফলতার জন্য আর কী কী কাজ করা প্রয়োজন তার সিদ্ধান্ত নিতে পারছে।
		০৮.০৭.০৪.০৩	অন্যের সফলতাকে উদযাপন করছে।	অন্যের সফলতাকে ইতিবাচকভাবে গ্রহণ করছে।	সফলতার জন্য অন্যকে স্বীকৃতি দিচ্ছে।	অন্যের সফলতাকে উদযাপন করছে।
		০৮.০৭.০৪.০৪	অনুভূতি (রাগ, দুঃখ, আনন্দ ও ভয়) ব্যবস্থাপনা করছে।	নিজের অনুভূতি শনাক্ত করে তা সহজভাবে গ্রহণ করছে।	অপ্রত্যাশিত ও অস্বস্তিকর অনুভূতির যত্ন নিচ্ছে (ক্ষেত্রে নিজেকে সময় দিচ্ছে, নিজের অনুভূতিকে সহজভাবে গ্রহণ করছে, স্বস্তি পেতে কৌশল ব্যবহার করছে ও প্রয়োজনে সহযোগিতা চাইছে।	স্বস্তিকর অনুভূতি উপলব্ধি ও উপভোগ করছে এবং অপ্রত্যাশিত ও অস্বস্তিকর অনুভূতির যত্ন নিচ্ছে
		০৮.০৭.০৪.০৫	মানসিক চাপের পরিস্থিতিতে ইতিবাচক আচরণ করছে।	মানসিক চাপের পরিস্থিতিতে সচেতন হয়ে নিজেকে সময় দিচ্ছে।	মানসিক চাপের কারণ খুঁজে বের করছে ও সহযোগিতা চাইছে।	মানসিক চাপের কারণ বুঝে তা সমাধানে নিজে কাজ করছে এবং প্রয়োজনে সহযোগিতা চাইছে।

০৮.০৭.০৫	পরিস্থিতি পর্যবেক্ষণপূর্বক নিজের ও অন্যের বাচনিক ও অবাচনিক প্রকাশভঙ্গি, এবং তার উদ্দেশ্য সম্পর্কে সচেতন হয়ে যোগাযোগ করতে পারা।	০৮.০৭.০৫.০১	পরিস্থিতির সাথে সামঞ্জস্যপূর্ণ যোগাযোগ করছে	পরিস্থিতি ও অন্যের যোগাযোগ পর্যবেক্ষণ করছে।	অন্যের যোগাযোগের বিষয় ও পরিস্থিতির সাথে মিল রেখে নিজের বক্তব্য উপস্থাপন করছে।	সংশ্লিষ্ট পরিস্থিতিতে নিজের মতের যৌক্তিক ব্যাখ্যা উপস্থাপন করছে।
		০৮.০৭.০৫.০২	প্রাসঙ্গিক যোগাযোগ করছে	যোগাযোগ করার আগে বিষয়বস্তু বোঝার চেষ্টা করছে।	বিষয়বস্তুর সাথে মিল রেখে যোগাযোগের চেষ্টা করছে।	পরিস্থিতি ও বিষয়বস্তু বিবেচনায় নিয়ে প্রাসংগিক যোগাযোগ করছে।
০৮.০৭.০৬	পারস্পরিক সম্পর্কের প্রয়োজনীয়তা, সবলতা ও ঝুঁকি নির্ণয় করে প্রয়োজন অনুযায়ী পদক্ষেপ গ্রহণ, নিরাপদ ও চাপমুক্তভাবে বিভিন্ন সম্পর্ক বজায় রাখতে বা ছিন্ন করতে পারা।	০৮.০৭.০৬.০১	পারস্পরিক সম্পর্ক থেকে শক্তি অর্জন করতে পারছে	নির্ভরযোগ্য ও বিশ্বস্ত সম্পর্কগুলো উপভোগ করছে।	সমস্যায় পড়লে নির্ভরযোগ্য ও বিশ্বস্ত সম্পর্ক গুলো থেকে সহযোগিতা চাইছে।	নিজেকে উৎফুল্ল ও আত্মবিশ্বাসী রাখতে নির্ভরযোগ্য ও বিশ্বস্ত সম্পর্কের ব্যক্তিদের সাথে নিজের উদ্যোগে যোগাযোগ করছে।
		০৮.০৭.০৬.০২	নিরাপদ ও সহায়ক সম্পর্কের যত্ন ও পরিচর্যা করছে	নিরাপদ ও সহায়ক সম্পর্কের ব্যক্তিদের সাথে যোগাযোগ রাখছে।	নিরাপদ ও সহায়ক সম্পর্কের ব্যক্তিদের কাছে প্রয়োজনে সহযোগিতা চাইছে এবং নিজে করছে।	নিরাপদ ও সহায়ক সম্পর্কগুলো রক্ষায় উদ্যোগ আছে।
		০৮.০৭.০৬.০৩	কোনো সম্পর্কে অনিরাপদ বোধ করলে পদক্ষেপ নিতে পারছে	কোনো সম্পর্কে অনিরাপদ বোধ করলে নিজে নিরাপদ অবস্থান নিতে পারছে।	কোনো সম্পর্কে অনিরাপদ বোধ করলে নির্ভরযোগ্য ও বিশ্বস্ত ব্যক্তির সহযোগিতা চাইছে।	অনিরাপদ সম্পর্ক সংশ্লিষ্ট ব্যক্তিকে না করতে পারছে।
		০৮.০৭.০৬.০৪	কোনো সম্পর্কে অনিরাপদ বোধ করলে পরিস্থিতি মোকাবিলায় ইতিবাচক কৌশল প্রয়োগ করছে।	কোনো সম্পর্ক থেকে অনিরাপদ বোধের কারণে নিজের ক্ষতি হয় এমন কোনো আচরণ করছে না।	অনিরাপদ সম্পর্কের কারণে যে মানসিক চাপ হয় তা ইতিবাচকভাবে ব্যবস্থাপনা করছে।	প্রয়োজনে সহযোগিতা চাইছে।