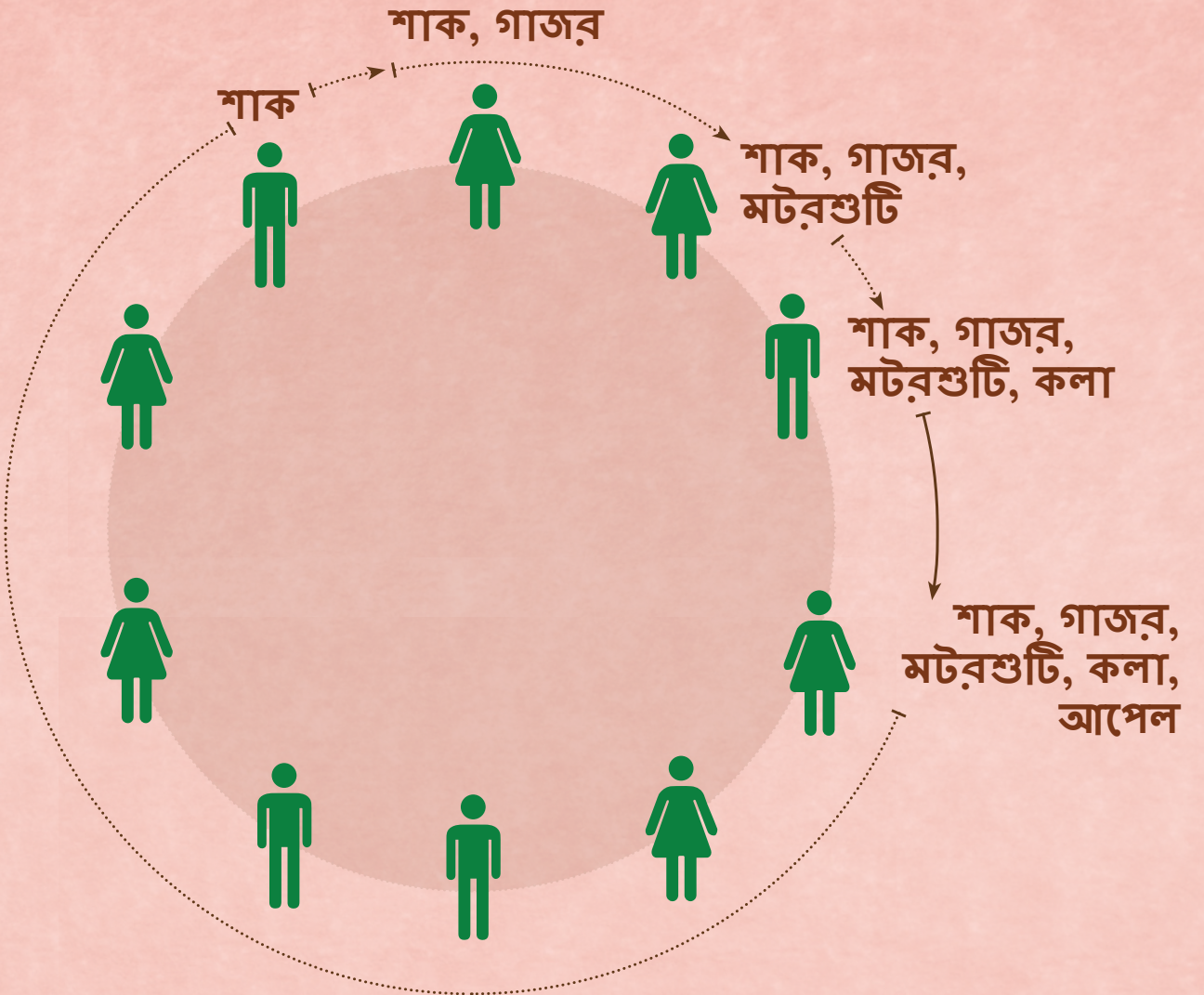


पूष्ठिर माल्य



खेलार नियम

- ❖ একটি বৃত্তে বসা 10-12 অংশগ্রহণকারীদের মধ্যে খেলাটি খেলা হয়।
- ❖ বৃত্তের কোন অংশগ্রহণকারী একটি পুষ্টিকর খাবারের নামকরণ করে খেলা শুরু করতে পারেন।
- ❖ পাশে বসা অংশীদার (পরবর্তীতে) তার পছন্দের আরেকটি পুষ্টিকর খাবারের নামকরণ করে খেলা শুরু করতে পারেন। উদাহরণস্বরূপ, যদি প্রথম অংশগ্রহণকারী আমের নাম নেয়, পরবর্তীটিকে আগের শব্দের সাথে একটি নাম যোগ করতে হবে এবং চালিয়ে যেতে হবে। উদাহরণস্বরূপ, যদি প্রথম অংশগ্রহণকারী আমের নাম নেয়, তাহলে পরবর্তী অংশীদারকে আমের উল্লেখ করতে হবে এবং এটিকে আরেকটি পুষ্টিকর খাদ্যের উপাদান যোগ করতে হবে যেমন - আম, চালা।
- ❖ খেলাটি চলতে থাকবে যতক্ষণ না কোনও অংশগ্রহণকারী সমকক্ষ খাদ্য শৃঙ্খলে পুষ্টিকর খাবারের নামটি স্মরণে বা ভুলভাবে নামকরণ করতে ব্যর্থ হয়।
- ❖ পুষ্টিকর খাদ্য শৃঙ্খল বিপত্তি ঘটবে যখন অংশগ্রহণকারী কোন খাবারের নাম স্মরণ করতে বা ভুলভাবে নাম নেবে যার কোন পুষ্টির মূল্য নেই যেমন - চিপস এবং ঠান্ডা পানীয়।
- ❖ যদি একজন অংশগ্রহণকারী কোনও পুষ্টিকর খাবারের নাম স্মরণ করতে বা ভুলভাবে নাম নিতে ব্যর্থ হয়, তাহলে তাকে খেলা থেকে বাদ দেওয়া হবে।
- ❖ অংশগ্রহণকারী যিনি সব কটি পুষ্টিকর খাবারের নাম খেলার শেষ পর্যন্ত মনে রাখতে পারবে বিজয়ী হিসাবে ঘোষিত হবে।