

अभ्यास



पाठ से-

(Comprehension) Text Based Understanding Skills



श्रुतलेख-

प्रसन्न

शक्ति

विज्ञान

दुरुस्त

दिनचर्या

DICTIONATION

LISTENING AND WRITING

मौखिक प्रश्न-

ORAL COMMUNICATION

SPEAKING SKILLS

1. निम्नांकित प्रश्नों के उत्तर दीजिए-

CRITICAL THINKING

RECALL

(क) अमन क्या खाने की ज़िद कर रहा था?

(ख) अमन को क्या खाना पसंद नहीं था?

(ग) अमन ने मन-ही-मन क्या सोचा?

लिखित प्रश्न-

WRITING SKILLS

2. पाठ के अनुसार रिक्त स्थानों को भरिए-

KNOWLEDGE APPLICATION

ANALYTICAL THINKING

(क) आज अमन बहुत ~~प्रसन्न~~ था।

(उदास / प्रसन्न)

(ख) अमन ~~चुपचाप~~ भोजन करने लगा।

(चुपचाप / बोल-बोलकर)

(ग) फल-सब्जियाँ हमें ~~बीमारी~~ से बचाती हैं।

(ताकत / बीमारी)

3. सही उत्तर चुनिए-

MCQ

ANALYTICAL ABILITY

(क) अमन को पसंद था-

(i) चावल खाना



(ii) रोटी खाना



(ख) फल और सब्जियाँ खाने से हम बच सकते हैं-

(i) बढ़ने से



(ii) रोगों से



(ग) बासी भोजन खाने से क्या हो सकता है?

(i) हम बीमार पड़ सकते हैं।



(ii) हम स्वस्थ रह सकते हैं।



4. लघु उत्तरीय प्रश्न-

CRITICAL THINKING

(क) अमन की प्रसन्नता का क्या कारण था?

.....



8. मूल्य आधारित प्रश्न-

VALUE BASED LEARNING

खान-पान की आदतों के अनुसार ही हमारा शरीर बढ़ता है और स्वस्थ होता है। हमें अपनी आदतों में किन बातों को छोड़ना चाहिए और किन बातों को अपनाना चाहिए कि हम स्वस्थ रह सकें?



भाषा व व्याकरण से-

Language and Grammar Based Understanding Skills



1. वाक्यों में आए नामवाले शब्दों को चुनकर लिखिए-

NOUNS

- | | | |
|------------------------------------|-------|----------|
| (क) अमन के मामा जी आए थे। | अमन | मामा |
| (ख) भोजन से हमारा शरीर मजबूत होगा। | भोजन | शरीर |
| (ग) फल और सब्जियाँ सस्ती हैं। | फल | सब्जियाँ |
| (घ) हम अमरूद और केले खाएँगे। | अमरूद | केले |
| (ङ) नाली का पानी गंदा था। | नाली | पानी |

2. दिए गए शब्दों की वर्तनी (Spellings) को शुद्ध करके लिखिए-

- | | | | |
|------------|--------|-----------|-------|
| (क) बिमारी | बीमारी | (ख) मँहगा | महँगा |
| (ग) चूपचाप | चुपचाप | (घ) सरीर | शरीर |

3. सही जोड़े बनाइए-

ANALYSIS AND PAIRING CRITICAL THINKING

- | | |
|------------|----------|
| (क) ताज़ा | आदतें(ङ) |
| (ख) स्वस्थ | शरीर (ख) |
| (ग) महँगे | भोजन (क) |
| (घ) साफ़ | पानी (घ) |
| (ङ) अच्छी | फल (ग) |

4. दिए गए शब्दों के विलोम शब्द लिखिए-

ANTONYMS RECALL OBSERVATION

- | | | | |
|-----------|-------|-------------|---------|
| (क) ताज़ा | बाँसा | (ख) सस्ता | महँगा |
| (ग) बढ़ना | घटना | (घ) मित्रता | शत्रुता |
| (ङ) गंदा | साफ़ | (च) कमज़ोर | ताकतवर |

5. दिए गए वाक्यों को उदाहरण के अनुसार बदलकर पुनः लिखिए— KNOWLEDGE ENRICHMENT
- (क) उसके मामा जी आए थे। उसके मामा जी आएँगे।
- (ख) मामा जी ने उसे समझाया।
- (ग) अमन चुपचाप खाने लगा।
- (घ) अमन ने मामा जी से सवाल पूछा।

6. वाक्य बनाइए— SENTENCE MAKING CREATIVE AND CRITICAL THINKING
- (क) भोजन
- (ख) महँगा
- (ग) मौसम

7. सही उत्तर चुनिए— MCQ RECALL ANALYTICAL THINKING
- (क) 'भोजन' शब्द का अर्थ इस वाक्य में आया है—
- (i) अब खाना खा लो। ☒ (ii) मुझे फल खाना है। ☐
- (ख) शुद्ध शब्द है—
- (i) बिमारी ☐ (ii) बीमारी ☒
- (ग) मामा कहते हैं—
- (i) माँ के भाई को ☒ (ii) पिता के भाई को ☐



पाठ से आगे—

विषय उन्नयन गतिविधियाँ
Subject Enrichment Activities

1. फलों व सब्जियों में से जूस निकालने वाले फल व सलाद बनाने वाली सब्जियों के नाम लिखिए। CRITICAL THINKING

जूस वाले फल	सलाद
.....	
.....	
.....	

2. अमन ने अपने मित्रों को क्या-क्या बतलाया होगा, लिखिए। IMAGINATION CREATIVITY

3. नीचे दी गई वर्ग पहला म फला आर साब्जियाँ का नाम लिखिए—

PROBLEM SOLVING

ट	क	क	दी	पा	तु	आ	लू
मा	खी	रे	म	ट	र	म	अ
ट	रा	ला	क	से	ई	श	ना
र	ता	लू	ई	ब	पा	रू	ना
ली	ची	क	ट	ह	ल	म	स
अ	कू	म	र	गा	क	को	डा
ना	त	र	बू	ज	दू	नीं	बू
र	ना	ख	जू	र	स	भ	री

फल	सब्जियाँ
लीची	टमाटर
तरबूज	करैला
अमनाश	आलू

4. पिता जी या माता जी के साथ बाज़ार जाकर फलों के भाव पता कीजिए। किन्हीं पाँच प्रकार के फलों के नाम और उनके भाव एक कार्ड बोर्ड पर लिखिए और कक्षा में लगाइए।

MULTI DISCIPLINARY APPROACH OTHER SUBJECT INTEGRATION

अधिगम प्रतिफल •

1. पौष्टिक भोजन के विषय में जानकारी
2. स्वस्थ रहने के लिए आदतों में सुधार की आवश्यकता की समझ
3. खान-पान की समझ

Competencies | CG- 1.1, 1.2, 1.6, 2.4, 4.7, 7.1, 7.3, 9.4, 9.7, 10.4, 10.8, 11.2