

सेंट एंड्रयूज स्कॉट्स सीनियर सेकेंडरी स्कूल

९वीं एवेन्यू, आई.पी.एक्सटेंशन, पटपडगंज, दिल्ली – ११००९२

सत्र: २०२५ - २६

कक्षा:- तीन

विषय:हिंदी

पाठ: - ८(योग भगाए रोग)

कठिन शब्द

१. दुर्गुण
२. सुचारू
३. अभिन्न
४. अतुल्य
५. लालायित
६. प्रतिरोधक
७. पलायन
८. ऋषि
९. वरदान
१०. पौष्टिक
११. आवश्यक
- १२ . आत्मविश्वास

निम्न प्रश्नों के उत्तर दीजिए -----

प्रश्न.१ बड़े लोग क्या लेकर चिंतित हैं ?

उत्तर - बड़े लोग अपनी नौकरी और व्यवसाय को लेकर चिंतित रहते हैं।

प्रश्न २. योग किसके लिए वरदान हैं ?

उत्तर - योग मानव जाति के लिए वरदान हैं।

प्रश्न ३. योग से किसका विकास होता है ?

उत्तर - योग से रोग प्रतिरोधक क्षमता का विकास होता है ।

प्रश्न ४. दो योगासनों का नाम लिखिए ?

उत्तर - दो योगासनों के नाम -----

क) सूर्य नमस्कार

ख) प्राणायाम

निम्न शब्दों के अर्थ लिखकर वाक्य बनाइए -----

क) लालायित - उत्सुक

वाक्य - बच्चे पिकनिक पर जाने के लिए बहुत लालायित हैं।

ख) अमूल्य - अनमोल

वाक्य - स्वास्थ्य एक अमूल्य धन है।

ग) दुर्गुण - अवगुण

वाक्य - योग करने से व्यक्ति दुर्गुण से दूर रहता है ।

घ) प्रतिरोधक - बाधक

वाक्य - मैंने रोग प्रतिरोधक दवा ले ली है ।