गुरु गोविंद सिंह पब्लिक स्कूल ,चास (बोकारो)

परियोजना कार्य - 17

कक्षा - चतुर्थ.　　　　　　　　　　　　　　　　　　दिनांक:-17/08/20

विषय-हिंदी

आवश्यक निर्देश :- इन सभी कार्यों को अपनी कक्षा कार्य की कॉपी में साफ एवं स्पष्ट अक्षरों में लिखे और याद करें ।

पाठ - 9 स्वास्थ्य ही धन है

प्रश्न-1) इन शब्दों के अर्थ लिखकर वाक्य बनाओ:-

क) स्वास्थ्य – सेहत

हमें अपने स्वास्थ्य का ध्यान रखना चाहिए।

ख) स्वच्छ – साफ़-सुथरा

अपने शरीर को हमें स्वच्छ रखना चाहिए।

ग) प्रवेश - अंदर जाना

कीटाणु हमारे शरीर के अंदर प्रवेश कर हमें बीमार कर देते हैं।

घ) विकास – बढ़ोतरी

व्यायाम से हमारे शरीर का विकास होता है।

ङ) कीटाणु - सूक्ष्म कीड़े

हाथ साफ़ न करने से कीटाणु हमारे हाथों के रास्ते पेट में पहुँच जाते हैं।

च) सड़न – सड़ना

दाँत साफ ना करने से दाँतों में सड़न पैदा हो जाती है।

प्रश्न-2) लिखित प्रश्न/उत्तर।

1. हमें कैसा भोजन करना चाहिए?

उत्तर- हमें पौष्टिक भोजन करना चाहिए।

2. स्वस्थ रहने के लिए खेलकूद क्यों ज़रूरी है?

उत्तर -स्वस्थ रहने के लिए खेलकूद इसलिए ज़रूरी है क्योंकि इससे हमारा शारीरिक तथा मानसिक विकास होता है।

3 स्वास्थ्य के साथ स्वच्छता का क्या संबंध है?

उत्तर- स्वास्थ्य के साथ स्वच्छता बहुत जरूरी है क्योंकि अगर हमारा शरीर स्वस्थ नहीं होगा तो तरह-तरह की बीमारियों के कीटाणु हमारे शरीर को अपना घर बना लेंगे।

4. 'स्वास्थ्य ही धन है' इस विषय पर पाँच पंक्तियाँ लिखो ।

उत्तर- 1. हमारा अच्छा स्वास्थ्य ही हमारी वास्तविक धन दौलत है क्योंकि हमारे पास कितना भी धन दौलत हो पर अगर हमारा स्वास्थ्य ठीक नहीं है तो यह सारे धन दौलत हमारे किसी काम की नहीं।

2. हमारा अच्छा स्वास्थ्य ही हमारे अच्छे शारीरिक, मानसिक और सामाजिक स्वास्थ्य को बढ़ावा देता है।

3. स्वस्थ्य शरीर में ही स्वस्थ दिमाग निवास करता है।

4. स्वस्थ व्यक्ति ही जीवन के हर क्षेत्र में सफलता प्राप्त कर सकता है।

5. अच्छा स्वास्थ्य ही हमारी अच्छी या बुरी परिस्थितियों में हमारे साथ रहता है ।

5. यदि हम नाखून नहीं काटेंगें तो क्या हानि हो सकती है?

उत्तर- यदि हम नाखून नहीं काटेंगें तो नाखूनों के द्वारा तरह-तरह की बीमारियाँ फैलाने वाले कीटाणु हमारे शरीर में प्रवेश कर जाएँगे और हमें भी बीमार कर देंगे।

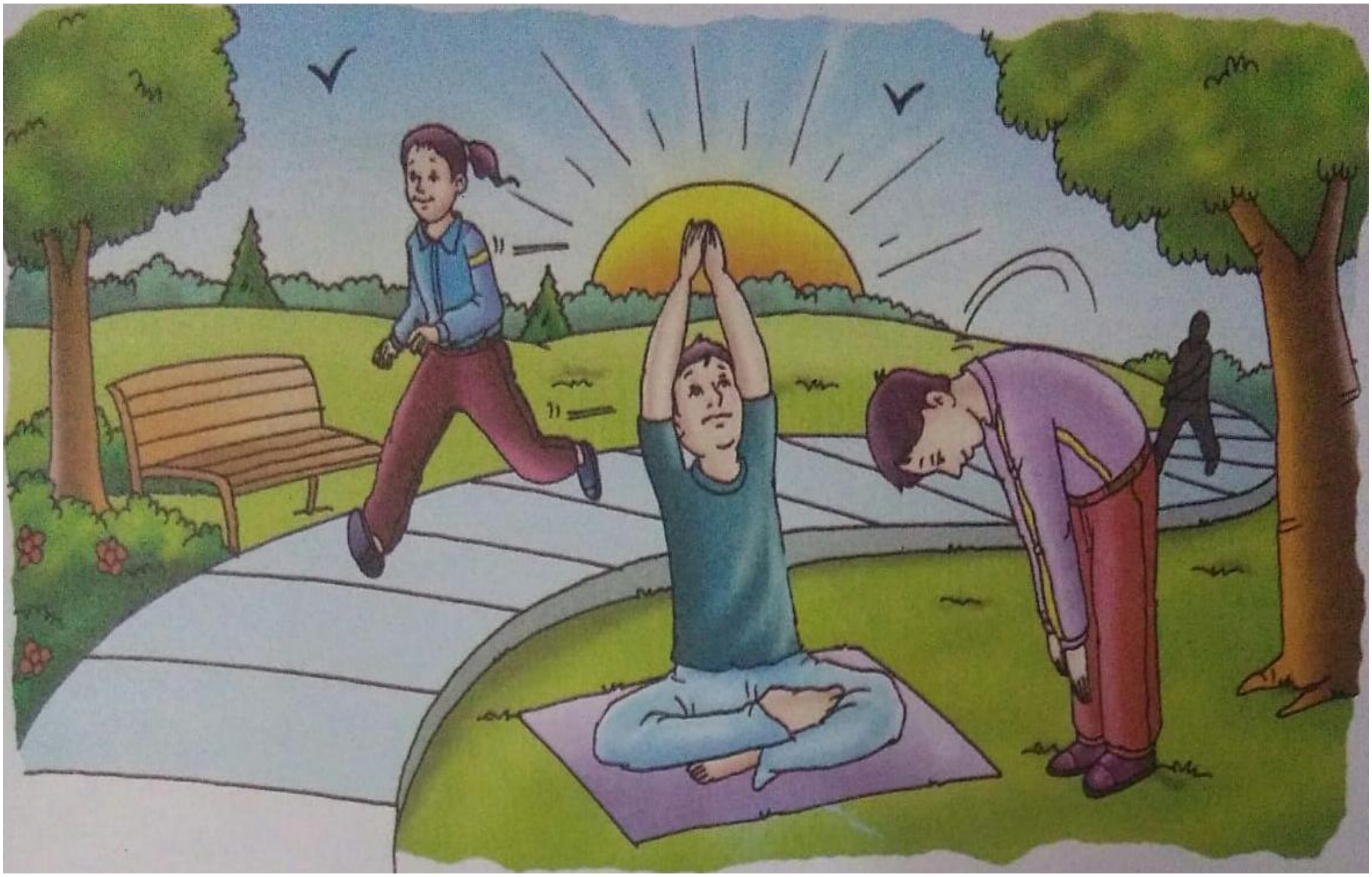
प्रश्न- 3 'अ' और 'अन' लगाकर विलोम शब्द बनाओ-

क) स्वस्थ्य × अस्वस्थ्य
ख) धर्म × अधर्म
ग) सुंदर × असुंदर
घ) लौकिक × अलौकिक
ङ) जान × अनजान
च) चाहा × अनचाहा
छ) बन × अनबन
ज) पढ़ × अनपढ़

प्रश्न- 4 तुक मिलाओ-

क) घूमना – झूमना
ख) पाना – खाना
ग) देखना – फेंकना
घ) हिलना – मिलना
ङ) समय – अमय
च) शक्ति – भक्ति

चित्र- लेखन



प्रश्न-5 चित्र को देखकर इसके बारे में 5 पंक्तियाँ लिखो।

1. यह एक पार्क के सुबह के समय का चित्र है।
2. पार्क में दो पेड़ दिख रहे हैं।
3. दो लडके व्यायाम कर रहे हैं तथा एक लडकी दौड रही है।

4. सूरज निकल रहा है।

5. एक व्यक्ति पार्क में प्रातःकालीन सैर कर रहा है।