

निम्नलिखित प्रश्नों के उत्तर एक वाक्य में दीजिए-

- (क) व्यक्ति आलसी कब बन जाता है?
- (ख) अच्छा स्वास्थ्य किस प्रकार प्राप्त किया जा सकता है?
- (ग) व्यक्ति को सफलता कब मिलती है?
- (घ) व्यायाम और खेलकूद से क्या लाभ हैं?
- (ङ) कैसा भोजन शरीर को स्वस्थ रखता है?



1. निम्नलिखित प्रश्नों के उत्तर विस्तार से लिखिए-

- (क) ट्रक किस स्थिति में मंज़िल तक नहीं पहुँच पाता है?
- (ख) देश के नागरिक कैसे सभ्य और सुसंस्कृत बन सकते हैं?
- (ग) शहरों में योगासन करने में किन कठिनाइयों का सामना करना पड़ता है?
- (घ) खेलों से किन-किन मानवीय गुणों का विकास होता है?
- (ङ) व्यक्ति को किस प्रकार निरोगी रहने का प्रयास करना चाहिए?

2. सही कथन के सामने सही (✓) और गलत के सामने (X) का चिह्न लगाइए-

- (क) दिन में एक बार संतुलित आहार लेना चाहिए।
- (ख) व्यायाम से मस्तिष्क का विकास होता है।
- (ग) हमारा शरीर एक रेल के समान है।
- (घ) स्वस्थ व्यक्ति को हर कार्य असंभव लगता है।
- (ङ) शहरों में मैदानों का अभाव है।



3. पाठ से सही शब्द चुनकर वाक्य पूरे कीजिए-

- (क) अस्वस्थ व्यक्ति अपने उद्देश्य में सफल नहीं हो सकता।  
 (ख) सब्जियों और फलों का अधिक सेवन करना चाहिए।  
 (ग) प्रसन्नचित्त एवं चिंतामुक्त रहने से आयु बढ़ती है।  
 (घ) तली धुनी चीने खाने से दूर रहने का प्रयत्न करना चाहिए।  
 (ङ) शरीर का स्वस्थ होना ईश्वरीय वरदान है।



1. दिए गए शब्दों के विलोम शब्द लिखिए-

|            |   |                 |          |   |                    |
|------------|---|-----------------|----------|---|--------------------|
| अनुत्तीर्ण | × | <u>उत्तीर्ण</u> | मित्रता  | × | <u>शत्रुता</u>     |
| आसान       | × | <u>कठिन</u>     | वरदान    | × | <u>अभिशाप</u>      |
| मजबूत      | × | <u>कमजोर</u>    | स्वस्थ   | × | <u>अस्वस्थ</u>     |
| गुण        | × | <u>अवगुण</u>    | उद्देश्य | × | <u>विरुद्देश्य</u> |
| संभव       | × | <u>असंभव</u>    | संतुलित  | × | <u>असंतुलित</u>    |

2. दिए गए शब्दों के दो-दो पर्यायवाची शब्द लिखिए-

|        |   |              |                  |
|--------|---|--------------|------------------|
| बीमार  | - | <u>मरीज</u>  | <u>रोगग्रस्त</u> |
| शरीर   | - | <u>काया</u>  | <u>देह</u>       |
| पर्वत  | - | <u>पहाड़</u> | <u>शैल</u>       |
| मित्र  | - | <u>दोस्त</u> | <u>सखा</u>       |
| मनुष्य | - | <u>मानव</u>  | <u>आदमी</u>      |
| वायु   | - | <u>हवा</u>   | <u>पवन</u>       |

3. संज्ञा शब्दों के लिए विशेषण लिखिए-

|                |          |
|----------------|----------|
| विशेषण         | संज्ञा   |
| सादा           | भोजन     |
| <u>हरी</u>     | सब्जियाँ |
| <u>दीर्घ</u>   | आयु      |
| <u>स्वस्थ</u>  | तन       |
| <u>देशभक्त</u> | नागरिक   |



4. वाक्यों में आए सर्वनाम शब्दों के नीचे रेखा खींचिए-

- (क) अपनी सफलता का कारण वह स्वयं है।  
(ख) वह किसी भी कार्य को मुश्किल नहीं समझता।  
(ग) हमें नित्य व्यायाम करना चाहिए।  
(घ) प्रातःकाल हमें स्वच्छ वायु का सेवन करना चाहिए।

5. दिए गए शब्दों में 'अ' लगाकर नए शब्द बनाइए-

|         |   |                 |
|---------|---|-----------------|
| संभव    | - | <u>असंभव</u>    |
| सफल     | - | <u>असफल</u>     |
| स्वच्छ  | - | <u>अस्वच्छ</u>  |
| सहयोग   | - | <u>असहयोग</u>   |
| विश्वास | - | <u>अविश्वास</u> |
| स्वस्थ  | - | <u>अस्वस्थ</u>  |
| भाव     | - | <u>अभाव</u>     |

## पाठ से आगे

1. सुबह प्रार्थना सभा में व्यायाम करते समय आप कैसा अनुभव करते हैं? कक्षा में बातचीत कीजिए।
2. चित्र देखकर अपने मन के भावों को 100 शब्दों में लिखिए।



3. आपकी माता जी आपको खाने में रोज़ हरी सब्ज़ी देती हैं। इस विषय पर अपनी माता जी के साथ बातचीत को संवाद के रूप में लिखिए।



1. निम्नलिखित प्रश्नों के उत्तर विस्तार से लिखिए-

(क) विपत्ति किसे दहलाती है?

(ख) 'सूरमा' किसे कहते हैं?

(ग) विघ्न-बाधाएँ साहसी व्यक्ति के सामने क्यों नहीं ठहरतीं?

(घ) यह कविता हमें क्या संदेश देती है?

2. कविता की पंक्तियाँ पूरी कीजिए-

सच है विपत्ति जब आती है

कायर को ही दहलाती

सूरमा नहीं विचलित होते

क्षण एक नहीं धीरज खोते।

विघ्नों को गले लगाते हैं,

काँटों में राह बनाते हैं।



3. दिए गए मुहावरों का वाक्य-प्रयोग कीजिए-

(क) गले लगाना - प्यार करना

~~माँ ने बेटे को गले लगा लिया।~~

(ख) खम ठोकना - कठिनाइयों का सामना करने के लिए तैयार होना

~~मनुष्य जब खम ठोककर कार्य करता है तो सफल हो जाता है।~~

(ग) पाँव उखड़ना - हार जाना

~~राजा ने शत्रुओं के पाँव उखाड़ दिए।~~

(घ) पत्थर का पानी बनना - कठिन कार्य का सरल हो जाना

~~मेहनत करने पर पत्थर भी पानी बन जाता है।~~

भाषा-बोध



1. कविता में से तुकांत शब्द चुनकर लिखिए-

आती - दहलाती  
होते - खोते  
लगाते - बनाते  
कहते - सहते

जग - मग  
लाली - उजियाली  
जलाता - लगाता  
नसाते - हाते

2. दिए गए शब्दों के विलोम शब्द लिखिए-

कायर × वीर  
काँटा × फल  
धैर्य × अधैर्य  
मानव × दानव

गुण × अगुण  
भीतर × बाहर  
उजियाला × अंधियारा  
पाना × खोना

3. दिए गए शब्दों के दो-दो पर्यायवाची शब्द लिखिए-

|       |   |         |        |
|-------|---|---------|--------|
| मानव  | - | मनुष्य  | नर     |
| पर्वत | - | पहाड़   | शैल    |
| पत्थर | - | प्रस्तर | पाहन   |
| पानी  | - | जल      | नीर    |
| सूरमा | - | वीर     | बहादुर |
| काँटा | - | शूल     | कंटक   |





1. निम्नलिखित प्रश्नों के उत्तर विस्तार से लिखिए-

- (क) धुएँ के कारण कौन-कौन सी बीमारी हो सकती है?  
 (ख) ओज़ोन गैस कैसे बनती है?  
 (ग) हमें दीपाली में बारूद (पटाखे) क्यों नहीं जलाना चाहिए?  
 (घ) ओज़ोन गैस कहाँ पाई जाती है, और वह हमारे लिए किस प्रकार उपयोगी है?  
 (ङ) ओज़ोन गैस क्यों समाप्त हो रही है?

2. सही कथन के सामने (✓) और गलत कथन के सामने (X) का चिह्न लगाइए-

- (क) अब कारखाने बिजली से चलते हैं।  
 (ख) धुएँ का कण ओज़ोन गैस को सुरक्षित करता है।  
 (ग) ओज़ोन गैस सूर्य की किरणों को नहीं रोकती है।  
 (घ) हमें दीवाली दीपक जलाकर मनानी चाहिए।  
 (ङ) दादा जी धुएँ से बीमार हुए हैं।



3. निम्नलिखित कथन किसने-किससे कहा?

- (क) "आपके आँसू क्यों निकल रहे हैं?"  
 (ख) "ओज़ोन गैस क्या होती है?"  
 (ग) "आँसुओं को रोकिए, मम्मी कहती है कि आँसू बड़े कीमती होते हैं।"  
 (घ) "सभी गाड़ियाँ बंद नहीं होंगी।"  
 (ङ) "तू पागल है। आप बताइए न, दादा जी।"

किसने

किससे

~~अंजलि ने~~  
~~अंजलि ने~~

~~दादा जी से~~  
~~दादा जी से~~

नीरज ने  
 दादा जी ने  
 अंजलि ने

दादा जी से  
 बच्चों से  
 दादा जी से

4. निम्नलिखित शब्दों का वाक्य प्रयोग कीजिए-

- झूठ-मूठ - मम्मी ने झूठ-मूठ में समझाया था।  
 बुद्धू - नीरज बहुत बुद्धू है।  
 मात्रा - धुरें की अधिक मात्रा फेफड़े में नुकसान पहुँचाती है।  
 बीमार - दादा जी धुरें से बीमार हो गए।  
 शिकायत - धुरें घेरने वाली गाड़ियों की शिकायत करनी चाहिए।  
 ओज़ोन - ओज़ोन पृथ्वी के चारों ओर घेरा बनाए रखना चाहिए।  
 पोस्टर - नीरज ने एक पोस्टर बनाया।





1. दिए गए शब्दों के दो-दो पर्यायवाची शब्द लिखिए-

|        |   |       |         |
|--------|---|-------|---------|
| आँख    | - | नयन   | नेत्र   |
| आकाश   | - | नभ    | गगन     |
| पृथ्वी | - | धरा   | धरती    |
| सूर्य  | - | सूरज  | रवि     |
| माँ    | - | माता  | जननी    |
| हवा    | - | वायु  | पवन     |
| आँसू   | - | अश्रु | नेत्रजल |
| पानी   | - | जल    | नीर     |

2. दिए गए शब्दों के वचन बदलिए-

|         |   |           |       |   |          |
|---------|---|-----------|-------|---|----------|
| कारखाना | - | कारखाने   | गाड़ी | - | गाड़ियाँ |
| बीमारी  | - | बीमारियाँ | किरण  | - | किरणें   |
| सड़क    | - | सड़कें    | गैस   | - | गैसें    |
| कार     | - | कारें     | हवा   | - | हवाएँ    |

3. दिए गए शब्दों के विलोम शब्द लिखिए-

|       |   |        |      |   |        |
|-------|---|--------|------|---|--------|
| झूठ   | × | सच     | बंद  | × | खुला   |
| शुद्ध | × | अशुद्ध | हानि | × | लाभ    |
| रोना  | × | हसना   | कम   | × | ज्यादा |
| जीवन  | × | मरण    | अंदर | × | बाहर   |

4. निम्नलिखित शब्दों के लिंग लिखिए-

|         |   |          |            |   |            |
|---------|---|----------|------------|---|------------|
| दादा जी | - | पुल्लिंग | पिता जी    | - | पुल्लिंग   |
| घुआँ    | - | पुल्लिंग | नाक        | - | स्त्रीलिंग |
| टीवी०   | - | पुल्लिंग | हवाई जहाज़ | - | पुल्लिंग   |

5. "घुआँ हवा अशुद्ध कर देता है।"

उपर्युक्त वाक्य अपना पूर्ण अर्थ नहीं देता। इस वाक्य को इस तरह लिखा जाए तो यह पूर्ण अर्थ देता है। 'घुआँ हवा को अशुद्ध कर देता है।' इस प्रकार जिन चिह्नों का प्रयोग वाक्य के पूर्ण अर्थ के लिए किया जाता है, उन्हें कारक कहते हैं।

वाक्यों में आए कारक चिह्नों को रेखांकित कीजिए-

- (क) हवा आँखों में जाती है।  
(ख) आँखों से आँसू निकलने लगते हैं।  
(ग) मम्मी ने बताया आँसू कीमती होते हैं।  
(घ) नाक को रुमाल से बंद कर लेना चाहिए।  
(ङ) सड़क पर गाड़ी नहीं चलेगी।

## पाठ से आगे

1. प्रदूषण किन-किन कारणों से होता है? कक्षा में चर्चा कीजिए।
2. जल प्रदूषण पर पाँच वाक्य लिखिए-  

---

---

---

---

---
3. अपनी कल्पना के अनुसार, प्राकृतिक दृश्य का चित्र बनाइए और उसमें





2. सही कथन के सामने (✓) और गलत कथन के सामने (X) का चिह्न लगाइए-

(क) बगदाद शहर में सिंदबाद नाम का एक व्यापारी रहता था।

(ख) सिंदबाद के पास अपार धन-संपत्ति थी।

(ग) सिंदबाद अपने कुछ साथियों के साथ हवाई यात्रा पर निकला।

(घ) घाटी में चारों तरफ हीरे-जवाहरात बिखरे हुए थे।

(ङ) सिंदबाद ने अपनी पीठ पर मांस का टुकड़ा बाँधा।

(च) सिंदबाद ने अपनी पूरी आपबीती पक्षी को सुनाई।



निम्नलिखित शब्दों का वाक्य प्रयोग कीजिए-

- गांधी जी कभी झूठ नहीं बोलते थे।
- बृद्ध व्यक्ति की कोई इज्जत नहीं करता।
- घाटी में अधिक मात्रा में हीरे ज्वालरात फैले थे।
- सरकारी जाक्सों के बाहर शिकायत पेट्टी रखी जाती है।
- एक विशालकाय पक्षी बंद से चट्टान पर जा बैठा।
- सिंदबाद ने व्यापारियों को आपबीती सुनाई।

भाषा-बोध



1. सही शब्द भरकर वाक्य पूरे कीजिए-

- (क) सिंदबाद के पास अपार संपत्ति थी। (संपत्तियाँ / संपत्ति)
- (ख) सिंदबाद ने अनेक समुद्री यात्रायें कीं। (यात्रा / यात्राएँ)
- (ग) वह पुनः अपने मित्रों के साथ समुद्री यात्रा पर निकला। (यात्राओं / यात्रा)
- (घ) उसे वहाँ एक गुंबद जैसी चीज दिखाई दी। (चीजें / चीज)
- (ङ) पक्षी अजगरों को खाने के लिए वहाँ गया था। (अजगरें / अजगरों)

2. दिए गए शब्दों के दो-दो पर्यायवाची शब्द लिखिए-

|        |   |              |              |
|--------|---|--------------|--------------|
| समुद्र | - | <u>जलधि</u>  | <u>उदधि</u>  |
| पक्षी  | - | <u>खग</u>    | <u>विहग</u>  |
| साँप   | - | <u>सर्प</u>  | <u>भुजंग</u> |
| पहाड़  | - | <u>पर्वत</u> | <u>शैल</u>   |

3. दिए गए शब्दों के वचन बदल कर लिखिए-

|         |   |                 |        |   |                  |
|---------|---|-----------------|--------|---|------------------|
| चीज     | - | <u>चीजें</u>    | हीरा   | - | <u>हीरें</u>     |
| चट्टान  | - | <u>चट्टानें</u> | टुकड़ा | - | <u>टुकड़ें</u>   |
| आवाज़   | - | <u>आवाजें</u>   | घाटी   | - | <u>घाटियाँ</u>   |
| दरवाज़ा | - | <u>दरवाजें</u>  | कठिनाई | - | <u>कठिनाइयाँ</u> |
| रास्ता  | - | <u>रास्ते</u>   | यात्रा | - | <u>यात्रायें</u> |
| अंडा    | - | <u>अंडें</u>    | पहाड़ी | - | <u>पहाड़ियाँ</u> |
| पंजा    | - | <u>पंज</u>      | गुफा   | - | <u>गुफायें</u>   |

4. नीचे लिखे शब्दों को पढ़िए -

तीर - किनारे, वाण

सोना - स्वर्ण, नींद आना

एक से अधिक अर्थवाले शब्दों को 'अनेकार्थी शब्द' कहते हैं।

निम्नलिखित शब्दों के दो-दो अर्थ लिखिए-

चढ़ाई - आक्रमण करना ऊँचाई पर चढ़ना  
मत - विचार मना करना

पाठ से आगे



1. सिंदबाद की यात्रा के बारे में अपनी दादी को सुनाइए।
2. सिंदबाद एक बुद्धिमान यात्री था। उसकी बुद्धिमानी के कुछ किस्से पढ़िए और उनमें से कोई एक किस्सा लिखिए।
3. इस कहानी से आपने क्या सीख ली? अपने विचार लिखिए-

---

---

---

---

---

