

DON BOSCO SCHOOL, KOKAR, RANCHI

Class – 3 AC

Subject – Hindi II

पाठ – 1 आगे बढ़ते जाएँगे

यह कविता कवि 'देवप्रकाश गुप्त' द्वारा लिखा गया है। यहाँ कवि बच्चों को देश के प्रति जागरूक करते हैं कि चाहे कितनी भी कठिनाइयाँ क्यों न आए हमें अपने देश के प्रति सजग रहना चाहिए। मुसीबतों को पार कर हिम्मत से आगे बढ़ते जाना है।

मौखिक

- 1 भारत का बालक क्या बनना चाहता है ?
उत्तर नए वीर सिपाही।
- 2 वक्त पड़ने पर भारत का बालक किस पर चलता है ?
उत्तर अंगारों पर।
- 3 जीवन में कितना भी अँधेरा आए, भारतीय बालक अंधकार कैसे मिटाता है ?
उत्तर हिम्मत और (खुशी) या हँसते हुए।

लिखित

- 1 बालक किस प्रकार आगे बढ़ना चाहता है ?
उत्तर बालक हिम्मत के साथ आगे बढ़ना चाहता है।
- 2 भारत में आने वाले दुश्मन के साथ बालक क्या करना चाहता है ?
उत्तर भारत में आने वाले दुश्मन को बालक दहलाने यानी डरवाने चाहता है।
- 3 बालक ऐसा क्यों कहता, "फूलों से हम कोमल" ?
उत्तर बालक बताता है कि हम स्वभाव से फूल से भी कोमल हैं पर हममें तुफानी तेजी भी है।
- 4 इस कविता का अर्थ अपने शब्दों में लिखो।
उत्तर परिचय में दिया गया है।

(क) सही उत्तर चुनो (बहुवैकल्पिक प्रश्न)

(नोट– केवल सही उत्तर को दिया जा रहा है)

- 1 इस कविता के कवि का नाम बताओ।
उत्तर देवप्रकाश गुप्त
- 2 वक्त पड़ने पर बालक किस पर चलना चाहता है ?
उत्तर अंगारों पर

(क) निम्नलिखित शब्दों के पर्यायवाची शब्द लिखिए—

राह	—	रास्ता	घर	—	भवन
अंधकार	—	अँधेरा	दुश्मन	—	शत्रु
सुबह	—	भोर	सच	—	सत्य
फूल	—	पुष्प			

(ख) विलोम शब्द लिखिए—

दुश्मन	x	दोस्त	अंधकार	x	उजाला
नए	x	पुराने	कोमल	x	कठोर
चढ़ाव	x	उतार	चैन	x	बेचैन

(ग) इन व्यंजनों से नए शब्द बनाइए—

क्ष	—	क्षत्रिय	क्षेत्र	क्षेत्रफल
त्र	—	त्रिशूल	त्रिकोण	त्रिभुज
ज्ञ	—	ज्ञान	ज्ञानी	ज्ञापन
श्र	—	श्राप	श्रम	श्रमिक

पाठ — 2 ईमानदार रामू

पाठ को ध्यान से पढ़िए और कहानी को समझिए—

मौखिक

- 1 रामू की कुल्हाड़ी कहाँ जा गिरी ?
उत्तर नदी में।
- 2 रामू का क्रंदन सुनकर कौन आया ?
उत्तर एक विचित्र बूढ़ा।
- 3 बूढ़ा नदी में कूदकर पहले क्या लाया ?
उत्तर सोने का कुल्हाड़ी।
- 4 सोने और चाँदी की कुल्हाड़ियाँ रामू ने क्यों नहीं ली ?
उत्तर वह ईमानदार था लालची नहीं।

लिखित

- 1 तीसरी कुल्हाड़ी को देखकर रामू क्यों खुश हुआ ?
उत्तर तीसरी कुल्हाड़ी को देखकर रामू खुश हुआ क्योंकि वह अपना था।

2 बूढ़े ने रामू की मदद किस प्रकार की ?

उत्तर बूढ़े ने रामू की कुल्हाड़ी नदी से निकाल दी और साथ-साथ सोने और चाँदी की कुल्हाड़ी देकर उसकी मदद की।

3 रामू कैसा लड़का था ? उसके चरित्र की दो विशेषताएँ लिखो।

उत्तर रामू ईमानदार लड़का था। वह गरिब था पर सच्चाई पर चलता था।

4 इस कहानी से आपको क्या शिक्षा मिलती है ?

उत्तर इस कहानी से शिक्षा मिलती है कि हमें लालची नहीं ईमानदार होना चाहिए।

(क) सही उत्तर चुनो (बहुवैकल्पिक प्रश्न)

(नोट— केवल सही उत्तर लिखा जा रहा है)

क) रामू के पास क्या था ?

उत्तर कुल्हाड़ी

ख) रामू किसके किनारे लकड़ी काट रहा था ?

उत्तर नदी के किनारे

ग) रामू को क्या नहीं आता था ?

उत्तर तैरना

घ) सहायता करने वाला बूढ़ा कौन था ?

उत्तर जल का देवता

ङ) रामू का कुल्हाड़ी कौन सा था ?

उत्तर लोहा का

क) विलोम शब्द लिखिए—

ईमानदार	x	बेईमान	संतोष	x	असंतोष
दुखी	x	सुखी	दुर्भाग्य	x	सौभाग्य
गरीब	x	अमीर	गाँव	x	शहर

ख) नीचे लिखे शब्दों के पर्यायवाची शब्द लिखिए—

दिन	—	दिवस	देवता	—	ईश्वर
नदी	—	सरिता	आश्चर्य	—	अचंभा
खुश	—	प्रसन्न	गरीब	—	दलित

ग) बहुवचन बनाइए—

कुल्हाड़ी	—	कुल्हाड़ियाँ	रानी	—	रानियाँ
-----------	---	--------------	------	---	---------

चिड़िया	–	चिड़ियाँ	बूढ़ा	–	बूढ़े
कहानी	–	कहानियाँ	घटना	–	घटनाएँ

घ) पढ़िए, समझिए और दो-दो शब्द लिखिए—

न्+य = न्य	–	धन्यवाद	धन्यवादी	धन्य
स्+व = स्व	–	स्वयं	स्वयंसेवी	स्वभाव
ल्+ह = ल्ह	–	कुल्हाड़ी	चुल्हा	कुल्फी

नोट – कला-कौशल और जीवन कौशल अपने से कीजिए या सवाल पूछ सकते हैं।

पाठ – 3 हम और हमारा भोजन

बच्चो! हमलोग रोज खाना खाते हैं लेकिन कैसे खाना को हमें खाना चाहिए हम बहुत बार नहीं जानते हैं। आज हम उसी के बारे में पढ़ेंगे।

हमें शरीर को स्वस्थ रखने के लिए भोजन, व्यायाम, स्वच्छता, विश्राम और मनोरंजन की अति आवश्यक होती है। कहा जाता है— “जैसा खाए अन्न, वैसा बने मन।” क्योंकि जो हम खाते हैं, वही पचकर हमारे शरीर को शक्ति देता है और हमें स्वस्थ बनाता है। इसके लिए हमें पौष्टिक आहार खाना चाहिए।

नोट— पाठ को अच्छी तरह पढ़ लीजिएगा।

प्रश्नोत्तर—

मौखिक

- 1 स्वस्थ शरीर में किसका निवास करता है ?
उत्तर स्वस्थ मस्तिष्क का।
- 2 स्वस्थ रहने के लिए किन-किन बातों का ध्यान देना पड़ता है ?
उत्तर भोजन, व्यायाम, स्वच्छता, विश्राम और मनोरंजन।
- 3 मशीन चलाने के लिए किस चीज की ज़रूरत होती है ?
उत्तर तेल की।
- 4 कौन से खाद्य पदार्थ हमारे स्वास्थ्य के लिए हानिकारक हैं ?
उत्तर जंक फूड

लिखित

- 1 पौष्टिक भोजन में किन छह तत्वों का होना जरूरी है ?
उत्तर पौष्टिक भोजन में ये छह तत्वों का होना जरूरी है— कार्बोहाइड्रेट, प्रोटीन, वसा, खनिज लवण, विटामिन तथा जल।
- 2 दूध-दही को पौष्टिक भोजन क्यों माना जाता है ?
उत्तर दूध-दही को पौष्टिक भोजन माना जाता है क्योंकि इसमें सभी जरूरी तत्व पाए जाते हैं।

3 हमारे शरीर को कौन-से तत्व शक्ति प्रदान करते हैं ?
उत्तर हमारे शरीर को वसा और कार्बोहाइड्रेट शक्ति प्रदान करते हैं।

4 दिन में कई बार खाने से क्या हानि होती है ?
उत्तर दिन में कई बार खाने से हमारे शरीर में आलस्य, मोटापा और कई रोगों का जन्म होता है।

क) सही उत्तर चुनिए (बहुवैकल्पिक प्रश्न)

1 विटामिन युक्त भोजन से क्या फायदे हैं ?

क) हम सुंदर लगते हैं

ख) स्वस्थ रहते हैं

ग) साफ़-सुथरे लगते हैं

2 शरीर रूपी मशीन को चलाने के लिए किस चीज़ की ज़रूरत होती है।

क) तेल की

ख) चीनी की

ग) भोजन की

3 संतरा, नींबू, आँवला आदि खट्टे फलों में कौन-सा विटामिन मिलता है ?

क) 'बी' ख) 'सी' ग) 'ए'

भाषा की बात

क) निम्नलिखित शब्दों का वाक्यों में प्रयोग कीजिए—

मस्तिष्क — हमारा मस्तिष्क को स्वस्थ रखना चाहिए।

दूध — बच्चों को दूध पीना ज़रूरी है।

सब्जी — हरी सब्जी खाना स्वस्थ के लिए अच्छा है।

सुंदर — फूल सुंदर है।

ख) समझिए और एक-एक नया शब्द लिखिए—

स्+थ =स्थ — स्वस्थ स्थित

न्+न =न्न — अन्न विभिन्न

स्+व =स्व — स्वतंत्र स्वर्ण

ल्+ह =ल्ह — चूल्हा कुल्फी

न्+य =न्य - न्याय न्यायाधीश

त्+व =त्व - तत्व महत्व

ग) बहुवचन लिखिए—

हड्डी - हड्डियाँ

पदार्थ - पदार्थ, पदार्थी

तत्व - तत्वे, तत्वों

गरमी - गरमियाँ

घ) वर्णों को जोड़कर शब्द बनाइए—

प् + अ + द् + आ + र् + थ् + अ = पदार्थ

न् + आ + श् + त् + आ = नाश्ता

भ् + ओ + ज् + अ + न् + अ = भोजन

ड) वाक्य बनाकर लिखिए—

1 मनुष्य को भोजन की आवश्यकता होती है।

2 जंक फूड में पौष्टिक तत्व नहीं होते हैं।

3 भोजन को पकाने और रखने में सावधानी रखनी चाहिए।

4 स्वस्थ शरीर में ही स्वस्थ मस्तिष्क निवास करता है।

च) जोड़े बनाइए और लिखिए—

पौष्टिक शरीर - पौष्टिक तत्व

स्वस्थ आलस्य - स्वस्थ शरीर

मोटापा तेल - मोटापा आलस्य

मशीन तत्व - मशीन तेल

छ) नीचे दिए गए संज्ञा के विशेषण छांटकर लिखिए—

(मज़बूत, पौष्टिक, मीठा, फुर्तीला)

संज्ञा **विशेषण**

भोजन पौष्टिक

शरीर फुर्तीला

हड्डी मज़बूत

फल मीठा

ज) नीचे दिए गए शब्दों के जोड़े बनाकर लिखिए—

मिर्च — मसाला

तला — भूना

मक्खी — मच्छर

सुबह — शाम

इधर — उधर

आते — जाते

नोट — कला-कौशल अपने से करिएगा।
