

## SUBJECT-2<sup>nd</sup> LANGUAGE HINDI

CLASS-6

CHAPTER-3

TOPIC- मैं सबसे शक्तिशाली

WORKSHEET

सार

- स्वस्थ रहने के लिये हमें अनाज, फल, दालें, दूध आदि पौष्टिक आहार के रूप में लेना चाहिए।
- शाम के समय सभी फल, सब्जियाँ, अनाज, दूध, पनीर, मुर्गा, मछली, चॉकलेट, नूडल्स, बर्गर, आदि एक बगीचे में पिकनिक मना रहे थे। अचानक सभी अपनी महत्ता प्रमाणित करने के लिए आपस में उलझ गये। मुर्गे ने जोर से बाँग देकर उनकी लड़ाई रोकी और संतुलित आहार को महत्त्व देते हुए सबको जरूरी बताया।
- सबसे शक्तिशाली खाद्य पदार्थ का निर्णय कराने के लिए सभी बेंच पर बैठे व्यक्ति के पास गये, उसने उन्हें पिरामिड बनाकर अपना-अपना स्थान ग्रहण करने को कहा।
- व्यक्ति ने पहले सभी फलों को अपनी अपनी विशेषताएँ बताने को कहा। आम केले, सेब तथा अनार ने अपना अपना दावा पेश किया और अपने गुणों का बखान किया।
- सब्जियों ने भी अपना-अपना गुणगान किया। आलू ने अपने को सब्जियों का राजा बताया, गाजर ने खुद को विटामिन से भरपूर बताया।
- गेहूँ, चावल, मक्का और दालों ने भी अपने को मानव जीवन का आधार बताया तथा प्रोटीन और कार्बोहाइड्रेट का स्रोत बताया।
- दूध ने अपने को संतुलित और पौष्टिक आहार बताते हुए वसा, प्रोटीन और कैल्शियम से भरपूर बताया। पनीर ने भी अपने को दूध के समान उपयोगी बताया।
- मुर्गा तथा मछली ने स्वयं को मांसाहारियों का भोजन बताया। प्रोटीन, वसा, कैल्शियम आदि अनेक गुणकारी तत्व पाए जाने के कारण खुद को सबसे शक्तिशाली के रूप में पेश किया।
- चॉकलेट नूडल्स, बर्गर आदि ने कहा कि उन्हें कभी-कभी तो खाया जा सकता है। उनमें पोषक तत्व नहीं होते लेकिन मन की संतुष्टि हो जाती है।
- व्यक्ति ने निर्णय दिया कि पूरा फूड- पिरामिड मिलकर ही पौष्टिक और संतुलित आहार बनाता है। सभी मिलकर ही मनुष्य के शरीर को ताकतवर बनाते हैं।

- व्यक्ति का निर्णय सुनकर फूड- पिरामिड के सभी सदस्य खुश हो गए।

Q1. निम्नलिखित शब्दों के अर्थ लिखिए-

a) शक्तिशाली

b) संतुलित

c) आहार

d) आगमन

e) नींव

f) बरकरार

g) नियमित

Q2. निम्नलिखित शब्दों से वाक्य बनायें-

a) मनुष्य

b) मदद

c) राजा

d) जीवन

e) ताकतवर

Q3. एक शब्द में उत्तर लिखिए-

- मुर्गे ने उँचे स्थान पर खड़े होकर जोर से क्या दी?
- व्यक्ति कहाँ बैठा था ?
- अनार का रंग कैसा होता है ?
- पनीर किसके पास आकर बोला ?
- सब मिलकर मनुष्य के शरीर को क्या बनाते हैं ?
- फूड पिरामिड के सभी सदस्यों के चेहरे पर क्या आ गई?

EXERCISES FROM THE BACK OF THE LESSON

PAGE NO-26

Do all questions in your exercise copy

निम्नलिखित प्रश्नों के उत्तर दें-

i-v(all)

1. लघु उत्तरीय प्रश्न (all)

2. दीर्घ उत्तरीय प्रश्न(all)

PAGE NO-27

व्याकरण से—

Q1,2,3

Do it in your text book.