

Welland Gouldsmith School  
2<sup>nd</sup> Language Hindi  
Class- VI  
पाठ – मैं सबसे शक्तिशाली  
Answer Key

क.

1. जरूरत के सामान उपयुक्त स्थान पर रखने से वे सुरक्षित रहते हैं ।
2. हमें संतुलित आहार करना चाहिए ।
3. मिलिनियम पार्क में हम पूरे परिवार के साथ भरपूर आनंद लिए ।
4. केदारनाथ मंदिर की नींव मजबूत होने के कारण पानी का सैलाब उसका बाल भी बाँका नहीं कर सका ।
5. हमें नियमित ईश्वर का ध्यान करना चाहिए ।

ख. आम ने कहा वह फलों का राजा है । वह विटामिनों से भरपूर है । वह रसीला फल है। बच्चे, बूढ़े, जवान सभी उसे पसंद करते हैं । केले ने कहा वह शक्तिदायक है । उसे खाकर कमजोर भी बलवान हो जाते हैं । वह भरपूर भोजन कहलाता है । उसमें लोहे की मात्रा बहुत होती है ।

ग. हमें अपने स्वास्थ्य को महत्त्व देना चाहिए । स्वाद क्षणिक है । यह जरूरी नहीं की हर स्वादिष्ट आहार स्वास्थ्य वर्धक हो । इसलिए स्वास्थ्य वर्धक भोजन करना चाहिए । ताकि मनुष्य शक्तिशाली और निरोग जीवन पा सके ।

घ. पौष्टिक आहार करने से शरीर मजबूत और ताकतवर बनता है । फलस्वरूप मनुष्य निरोग और खुशहाल जीवन जी पाता है ।

च.

1. शक्तिशाली
2. सदस्य
3. लहराती
4. डॉक्टर
5. प्रसिद्ध , अनार

### गृह कार्य ( Home work )

छ. शब्दों का अर्थ पुस्तक में ही है ।

ज.

1. मनुष्य को
2. जंकफूड
3. आलू
4. संतुलित और पौष्टिक
5. नूडल्स, बर्गर

झ. अनाज और दालों ने कहा कि वे फूड पिरामिडों की नींव हैं और मानव जीवन के आधार हैं । हर व्यक्ति चाहे वो गरीब हो या अमीर इन्हें खाकर पेट भरता है । उनमें प्रोटीन और कार्बोहाइड्रेट बहुत मात्रा में पाए जाते हैं ।

ट. फूड-पिरामिड में फल, सब्जी, दूध, पनीर, दही, घी, और अनाज तथा दाल, मछली, मांस को स्थान दिया जाता है । क्योंकि यह सभी मानव के शरीर के लिए आवश्यक है ।