

21.10.21

पाठ - 18

गुणकारी सब्जियाँ

प्रश्न 1 = सब्जियाँ हमें किससे दूर रखती हैं ?

उत्तर = सब्जियाँ हमें बीमारियों से दूर रखती हैं।

प्रश्न 2 = घर में बना भोजन कैसा होता है ?

उत्तर = घर में बना भोजन साफ और ताकतवर होता है।

- सुखबीर : पर सब्जियाँ हमें रोज़ खानी चाहिए और ये सब चीज़ें कभी-कभी। ये हमें सिर्फ़ स्वाद देती हैं, ताकत नहीं।
- सोनाली : मेरी माँ कहती हैं कि घर में बना भोजन साफ़ भी होता है और ताकतवर भी।
- नेहा : हाँ सोनाली, तुम बिलकुल ठीक कह रही हो।
- सभी बच्चे : (एक साथ) सब्जियाँ हमें बीमारियों से दूर रखती हैं। अब से हम रोज़ सब्जी खाएँगे। चलो, अब खेलते हैं।

आइए अभ्यास करें।

Comprehension Skills

1. नीचे दिए प्रश्नों के उत्तर दीजिए।

मौखिक

(क) नेहा को क्या पसंद नहीं था?

(ख) हम खाना नहीं खाएँगे तो क्या होगा?

लिखित

(क) सब्जियाँ हमें किससे दूर रखती हैं?

सब्जियाँ हमें बीमारियों से दूर रखती हैं।

(ख) घर में बना भोजन कैसा होता है?

घर में बना भोजन साफ़ और ताकतवर होता है।

2. सही शब्द चुनकर वाक्य पूरे कीजिए।

(क) हमें सभी सब्जियाँ खानी चाहिए। (रोटियाँ/सब्जियाँ)

(ख) खाना खाने से हमें ताकत मिलती है। (ताकत/बीमारी)

(ग) घर में बना भोजन साफ़ होता है। (गंदा/साफ़)

(घ) सब्जियाँ हमें रोज़ खानी चाहिए। (रोज़/कभी-कभी)

3. सही शब्दों के आगे (✓) लगाइए।

(क) स्वाद

सवाद

(ग) सबज़ी

सब्ज़ी

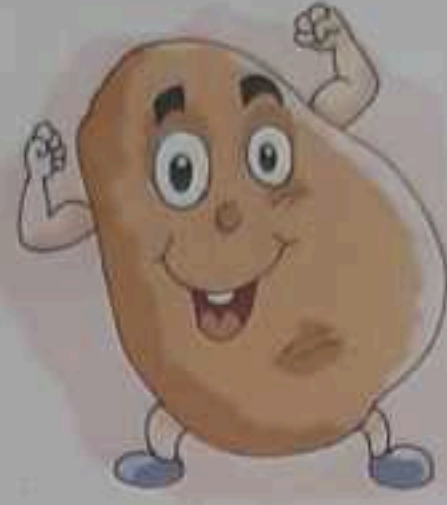
(ख) कया

क्या

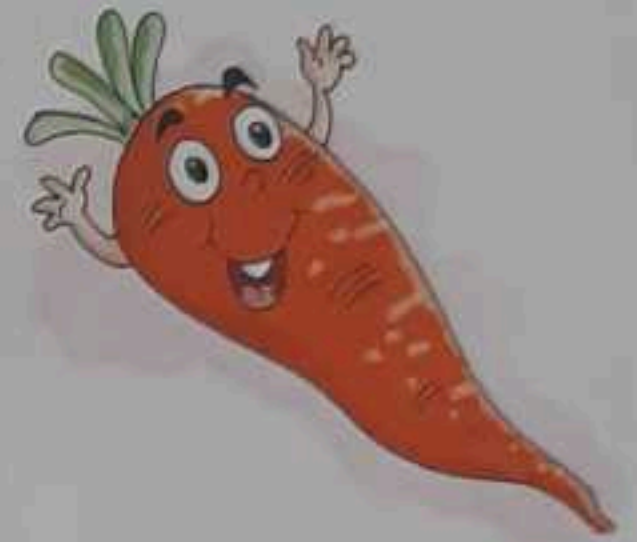
(घ) सिरफ़

सिर्फ़

4. इस शब्द-पहेली में आठ सब्जियों के नाम छिपे हैं। इन्हें ढूँढ़कर लिखिए।



म	ट	र	गा	फू
पा	ल	क	ज	ल
ट	मा	ट	र	गो
श	ल	ग	म	भी
आ	लू	तो	र	ई



मटर

पालक

टमाटर

शलगम

आलू

तोरई

बाज्र

फूलगोभी