

प्र01-दिये गये कथनों के आग्र सही (✓) अथवा गलत (✗) पर चिह्न लगाइए-

5x1=5

1. शरीर का रोग मुक्त रहना स्वास्थ्य वृद्धि के लक्षण हैं। ()
2. तला भोजन खाने से हैजा होता है। ()
3. भोजन हमारे शरीर की टूटी-फूटी कोशिकाओं की मरम्मत का कार्य करता है। ()
4. दातों को साफ करना जरूरी नहीं है। ()
5. पकाने से भोजन में ताजगी लायी जा सकती है। ()

प्र02- रिक्त स्थानों की पूर्ति कीजिए-

10x1=10

1. प्रेस करने से कपड़ों में आती है।
2. प्रतिदिन व्यायाम जरूरी होता है।
3. पका खाने से जल्दी पचता है।
4. कचरे को में डालना चाहिए।
5. विभिन्न रोगों के कीटाणु में रहते हैं।
6. सात-आठ घण्टे चाहिए।
7. विटामिन 'ए' की कमी से होता है।
8. सुखी परिवार वह है तो रहते हैं।
9. गृह विज्ञान बालिकाओं के लिए जरूरी है।
10. संतुलित शरीर के लिए जरूरी है।

प्र03- बहुविकल्पीय प्रश्न-

10x1=10

1. स्वास्थ्य मनुष्य से ही स्वास्थ्य समाज का निर्माण -
क- असम्भव है। ख- सम्भव है। ग- कभी नहीं।
2. पोछा लगाते समय प्रयोग करना चाहिए-
क- पानी ख- सर्फ ग- फिनाइल
3. प्रतिदिन व्यायाम से संचालित रहता है-
क- कार्य क्षमता ख- रक्त संचरण ग- उपर्युक्त दोनों।
4. इधर-उधर थूकने से फैलता है-
क- कीटाणु। ख- बीमारी ग- कचरे
5. धन संपन्नता की देवी लक्ष्मी निवास करती है-
क- साथ-सुथरे घर में। ख- गन्दे घर में। ग- सुन्दर घर में।
6. बाथरूम की सफाई करनी चाहिए दिन में-
क- दो बार ख- एक बार ग- तीन बार
7. बुरी आदतों का बुरा प्रभाव पड़ता है-
क- मस्तिष्क पर। ख- सोच पर ग- हवा से।
8. भोजन का सीधा सम्बन्ध है।
क- स्वास्थ्य से। ख- रोग से ग- हवा से।
9. गृह विज्ञान शब्दों से मिलकर बना है।
क- चार ख- तीन ग- दो
10. घर में कपड़े धोने से
क- धन की बचत होती है। ख- काम की बचत होती है। ग- समय की बचत हाती है।

प्र04- एक शब्द में उत्तर दो-

5x2=10

1. फन्दे कितने प्रकार से डाले जाते हैं?
2. जिस स्थान में भोजन बनता है? उस स्थान को क्या कहते हैं?
3. साबूदाना किसके लिए लाभकारी होता है?
4. प्रदूषित जल कैसा दिखाई देता है?
5. भोजन कैसा खाना चाहिए?

प्र05- अति लघुउत्तरीय प्रश्न-

5x2=10

1. पर्यावरण शब्द का क्या अर्थ है?
2. बाल गन्दे रहने से क्या हानियाँ हैं?
3. वस्त्र नमूना किस पेपर से छापते हैं?
4. हमें उत्तम स्वास्थ्य के लिए कितने घण्टे सोना चाहिए?

5. सन्तुलित आहार किसे कहते हैं?

प्र०6- क- विटामिन "बी" किस अनाज में पाये जाते हैं? चित्र सहित उत्तर दें।

2.5x2=5

ख- विटामिन "ए" किस - फल में पाये जाते हैं? चित्र सहित उत्तर दें।
