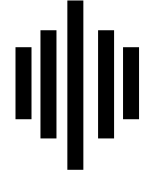


छत्तीसगढ़ माध्यमिक शिक्षा मण्डल, रायपुर



मातृत्व कला, स्वास्थ्य
एवं सुरक्षा

कक्षा XI वीं



प्रश्न बैंक

(विद्योचित इकाई)

छत्तीसगढ़ माध्यमिक शिक्षा मण्डल, रायपुर

आमुख

राष्ट्रीय पाठ्यचर्या की रूपरेखा 2005 में जिन चिन्ताओं का उल्लेख किया गया है उसके तारतम्य में प्रदेश के हाईस्कूल एवं हायर सेकेण्डरी में अध्ययन करने वाले विद्यार्थियों के संबंध में विचार करने एवं उनकी समस्याओं का समाधान करने हेतु छत्तीसगढ़ माध्यमिक शिक्षा मण्डल प्रयत्नशील है, ताकि शैक्षणिक लक्ष्यों की प्राप्ति हो सके एवं शिक्षा की गुणवत्ता में सुधार हो सके।

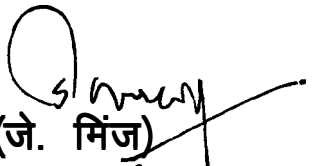
परीक्षाओं के समय विद्यार्थियों के मन में चिन्ता एवं भय उत्पन्न होता है कि परीक्षा कैसी होगी? परीक्षा में किस प्रकार प्रश्न पूछे जायेंगे? कौन सा प्रश्न परीक्षा के लिए महत्वपूर्ण हो सकते हैं? इस हेतु विगत वर्षों में मण्डल प्रयासरत रहा है। विषयवार मॉडल प्रश्न पत्र को अब छत्तीसगढ़ माध्यमिक शिक्षा मण्डल के मान्यता प्राप्त विद्यालयों में भेजने के साथ-साथ उन्हें मण्डल के वेबसाइट में लोड किया जायेगा। परीक्षा के भय एवं तनाव से मुक्त रखने के लिए मण्डल द्वारा हाई स्कूल एवं हायर सेकेण्डरी के विद्यार्थियों के लिए विषयवार कक्षा 9वीं से 12वीं तक प्रश्न बैंक तैयार किया गया है। प्रश्न बैंक में परम्परागत प्रश्नों के अतिरिक्त नवीन प्रश्नों का समावेश किया गया है। प्रश्न बैंक इकाईवार एवं मण्डल की परीक्षा योजना के अनुसार तैयार किया गया है जिससे अच्छे अंक प्राप्त करने के साथ-साथ परीक्षार्थियों में विषय के प्रति रूचि उत्पन्न होगी।

प्रश्न बैंक के अभाव में शिक्षकों, प्राशिकों और विद्यार्थियों को पाठ्य पुस्तक के अन्त में दिये गए परम्परागत प्रश्नों पर निर्भर रहना पड़ता है। इससे विषय का मूल्यांकन व्यक्तिपरक (Subjective) हो जाता है तथा विभिन्न शैक्षणिक उद्देश्यों के आधार पर मूल्यांकन नहीं होता है। इसी आवश्यकता को ध्यान में रखते हुए मण्डल ने हाईस्कूल (9वीं, 10वीं) तथा हायर सेकेण्डरी (11वीं, 12वीं) के सभी विषय के प्रश्न बैंक का निर्माण किया है। इस प्रश्न बैंक से शिक्षकों एवं विद्यार्थियों में नित नवीन प्रश्नों के निर्माण की अभिरूचि उत्पन्न होगी।

प्रश्न बैंक में विषय की उपलब्ध शैक्षिक सामग्री को शामिल किया गया है। इसमें नवीन मौलिक प्रश्नों को, विषय वस्तु, शिक्षण के उद्देश्य, कठिनाई स्तर और अंकन की गुणवत्ता के अनुसार सुसंगठित करके रखा गया है। प्रश्न बैंक में मण्डल की परीक्षा योजना के अनुसार अतिलघुउत्तरीय, लघुउत्तरीय एवं दीर्घउत्तरीय प्रश्नों का समावेश किया गया है। प्रतियोगी परीक्षा के लिए अभ्यास हेतु वस्तुनिष्ठ प्रश्नों का भी समावेश प्रश्न बैंक में किया गया है। जिससे प्रतियोगी परीक्षाओं के अभ्यास में सहायता मिलेगी। प्रतिदिन, प्रति सप्ताह, प्रतिमाह और प्रतिवर्ष नवीन प्रश्नों के बारे में विद्यार्थियों, शिक्षकों, प्राशिकों, परीक्षकों और सामान्य जन से विषयवार मण्डल नवीन प्रश्नों को आमंत्रित किया जावेगा। आपके द्वारा प्रेषित विषयवार नवीन प्रश्नों को जोड़कर प्रतिवर्ष प्रश्न बैंक का संशोधन मण्डल द्वारा किया जावेगा, जिससे प्रश्न बैंक अधिक परिपूर्ण और आधुनिकतम होते रहें।

मुझे आशा है कि मण्डल द्वारा जारी प्रश्नबैंक विद्यार्थियों, शिक्षकों, प्राशिकों एवं परीक्षकों के लिए उपयोगी सिद्ध होगा।

शुभकामनाओं सहित...


(जे. मिंज)
आई.ए.एस.

सचिव

छ.ग. माध्यमिक शिक्षा मण्डल, रायपुर

इकाई-1

1.1- गर्भवती स्त्री की देखभाल

2.2- बालक की देखभाल तथा शैशवावस्था के रोग

अति लघुउत्तरीय प्रश्न

- प्र. 1 बालक की प्रथम पाठशाला कौन सी है?
- प्र. 2 नव दम्पति के उत्तरदायित्व कब बढ जाते हैं ?
- प्र. 3 प्रसव पूर्व सुरक्षा क्यों आवश्यक हैं?
- प्र. 4 गर्भावस्था कितने काल की होती हैं?
- प्र. 5 गर्भवती को व्यायाम क्यों जरूरी हैं?
- प्र. 6 गर्भवती को सोने के कितने देर पहले भोजन करना चाहिये ?
- प्र. 7 गर्भवती को किस प्रकार के कपडे पहनना चाहिए?
- प्र. 8 शिशु का सर्वोत्तम आहार क्या है ?
- प्र. 9 बच्चों के वस्त्र ढीले-ढीले क्यों क्यों होने चाहिये?
- प्र. 10 शेषकालीन रोगों को कितने भागों में बांटा गया हैं?
- प्र. 11 प्रसव उपरान्त माता के दूध में क्या पाया जाता हैं?
- प्र. 12 दांत निकलना कब शुद्ध होते हैं?
- प्र. 13 बच्चों के कपडे के रंग कैसे होने चाहिये?
- प्र. 14 बच्चो के पोतडे किस के बने होने चाहिये?
- प्र. 15 अपच के क्या लक्षण हैं?
- प्र. 16 कुकुर खांसी का क्या लक्षण हैं?
- प्र. 17 रोग प्रतिरक्षा कितने प्रकार की होती है?
- प्र. 18 बी.सी.सी. का टीका किन बिमारियों से बचाव के लिये लगाया जाता है?
- प्र. 19 डिप्थीरिया रोग किस बैक्टीरिया से होता है?
- प्र. 20 दस्त लगने पर कौन सा घोल पिलाया जाता है?
- प्र. 21 वायुशूल के क्या कारण है?

- प्र. 22 दांत निकलते समय बच्चा कैसा हो जाता है?
- प्र. 23 गर्भावस्था में किस तरह का परिश्रम करना चाहिए।
- प्र. 24 गर्भवती स्त्री को दांतों की स्वच्छता कैसी करनी चाहिए।
- प्र. 25 सूर्य प्रकाश का क्या महत्व है?
- प्र. 26 प्रसव पश्चात स्त्री को कैसा व्यायाम करना चाहिए।
- प्र. 27 माता के दूध में कौन सा गुण होता है?
- प्र. 28 बच्चे में अपच के क्या कारण हैं?
- प्र. 29 डिप्थीरीया रोग का क्या कारण है?
- प्र. 30 टिटनेस का उपचार कैसे करोगे?
- प्र. 31 रोग प्रतिरोधक क्षमता से क्या अभिप्राय है?
- प्र. 32 बालक के विकास पर अधिगम का प्रभाव लिखिए?
- प्र. 33 बाल्यावस्था में भाषा का विकास कैसे होता है?
- प्र. 34 भाषा विकास का शारीरिक स्वास्थ्य से क्या संबंध है?
- प्र. 35 ध्वनि परिवर्तन दोष क्या है?
- प्र. 36 बाल-समुदाय को समझाइये?
- प्र. 37 संग्रह वृत्ति को समझाइये?
- प्र. 38 किन्हीं पाँच जीवाणुनाशकों के नाम बताइये?
- प्र. 39 कृत्रिम संवातन से होने वाला लाभ बताइये?
- प्र. 40 वातानुकूल से आपका क्या आशय है?

लघुउत्तरीय प्रश्न

- प्र. 1 प्रसव के पश्चात की सुरक्षा क्यों आवश्यक है?
- प्र. 2 गर्भावस्था में देखभाल न करने का क्या नतीजा होता है?
- प्र. 3 गर्भावस्था में स्वच्छता तथा स्वास्थ्य परीक्षण क्यों आवश्यक है?
- प्र. 4 गर्भवती के लिए कौन से व्यायाम उचित होंगे?
- प्र. 5 गर्भावस्था में समय-समय पर डाक्टरी परीक्षण क्यों आवश्यक है?

- प्र. 6 गर्भावस्था में मानसिक स्वास्थ्य ठीक रखने के लिए क्या करना चाहिए?
- प्र. 7 गर्भवती को अनिद्रा रोग क्यों हो जाता है? इसे दूर करने के उपाय बताइये?
- प्र. 8 गर्भवती के आहार में कैल्शियम पर्याप्त क्यों होना चाहिए?
- प्र. 9 गर्भवती स्त्री के वस्त्र कैसे होने चाहिए?
- प्र. 10 बच्चे के जन्म के लिये मानसिक तथा संवेगात्मक तैयारी क्यों जरूरी है?
- प्र. 11 शैशव कालीन रोगों के नाम लिखिए?
- प्र. 12 पेचिस के उपचार लिखिए?
- प्र. 13 माता का दूध शिशु का सर्वोत्तम आहार क्यों है?
- प्र. 14 किस रोग के प्रारंभिक लक्षण क्या होते हैं?
- प्र. 15 दस्त लगने पर क्या उपचार करेंगी?
- प्र. 16 अपच संबंधी रोगों के नाम बताइये?
- प्र. 17 रोग प्रतिरोध क्षमता क्या है?
- प्र. 18 सक्रिय प्रतिरक्षा कितने प्रकार की होती है?
- प्र. 19 बालक को गमी में सूती कपड़े क्यों पहनाना चाहिए?
- प्र. 20 स्तनपान कराने के क्या लाभ हैं?
- प्र. 21 व्यायाम से क्या लाभ होते हैं?
- प्र. 22 प्रसव पूर्व देखभाल को स्पष्ट कीजिए?
- प्र. 23 प्रसव पश्चात् देखभाल कैसे करना चाहिए ?
- प्र. 24 दांत आना पर जानकारी दीजिए ?
- प्र. 25 बालक के वस्त्रों को का चुनाव कैसे करोगे?
- प्र. 26 बच्चों के वस्त्रों की सुरक्षा एवं देखभाल कैसे करोगे?
- प्र. 27 प्रवाहिका पर विस्तृत जानकारी दीजिए?
- प्र. 28 वायुशूल के कारण, लक्षण एवं उनकी रोकथाम कैसे करोगे?
- प्र. 29 शिशु की रक्षा के लिए टीकाकरण चार्ट बनाइये?
- प्र. 30 पोलियो के लक्षण तथा उपचार बताइये?

प्र. 31 बच्चों के वस्त्रों की सिलाई के समय किन बातों का ध्यान रखना चाहिए?

प्र. 32 बी.सी.जी. का टीका क्यों आवश्यक है?

दीर्घउत्तरीय प्रश्न

प्र. 1 गर्भवती को गर्भकाल में कौन कौन से कष्ट होते हैं? वर्णन कीजिए?

प्र. 2 गर्भवती स्त्री को गर्भकाल में किन-किन नियमों का पालन करना चाहिये?

प्र. 3 गर्भवती के आहार की विशेषतायें बताइये?

प्र. 4 गर्भवती स्त्री के लिए स्वच्छ वायु तथा सूर्य के प्रकाश की क्या उपयोगिता है? समझाइये?

प्र. 5 मानसिक स्वास्थ्य उत्तम रखने के लिए गर्भावस्था में किन-किन बातों का ध्यान रखना चाहिए?

प्र. 6 कुकुर खांसी के कारण, लक्षण तथा उपचार बताइये?

प्र. 7 पाचन संबंधी रोग कौन-कौन से होते हैं ? उनके कारण, लक्षण तथा उपचार बताइये?

प्र. 8 रोग प्रतिरोधक क्षमता क्या है? इसका वर्गीकरण कीजिए?

प्र. 9 5 वर्ष तक के शिशु को लगाये जाने वाले टीके का चार्ट बनाइये।

प्र. 10 स्तनपान का प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाने में क्या योगदान है? स्तनपान का महत्व बताइये?

प्र. 11 शिशु के वस्त्रों का चुनाव करते समय आप किन-किन बातों का ध्यान रखेंगी?

प्र. 12 बच्चों का सुलाने के लिए किन-किन बातों का ध्यान रखना चाहिए?

प्र. 13 खसरा के कारण लक्षण तथा उपचार लिखिए?

प्र. 15 नाक कान गले तथा त्वचा संबंधी रोगों के नाम तथा इसके कारण लक्षण अन्तर बताइये?

प्र. 16 गर्भवती स्त्री की प्रसव पूर्व देखभाल में किन बिंदुओं को ध्यान में रखना चाहिए?

प्र. 17 प्रसव पश्चात् देखभाल किस प्रकार करना चाहिए?

प्र. 18 निम्नलिखित पर संक्षिप्त टिप्पणी लिखिए—

1 गर्भावस्था में स्वच्छता

- 2 व्यायाम
- 3 विश्राम एवं निद्रा ।
- प्र. 19 माता का दूध बच्चे के लिए आदर्श भोजन है स्पष्ट कीजिए?
- प्र. 20 संक्षिप्त टिप्पणी लिखिए—
1. बच्चों की वस्त्रों की देखभाल
 2. वस्त्रों की सिलाई एवं सुरक्षा
 3. वस्त्रों की देखभाल ।
- प्र. 21 टीकाकरण का चार्ट बनाते हुए किन्हीं दो टीकों पर विस्तृत जानकारी दीजिए?

इकाई -2

2.1 बाल व्यवहार के मूलभूत आधार

2.2 विकास के सिद्धांत

अतिलघुउत्तरीय प्रश्न

- प्र. 1 व्यवहार क्या है ?
- प्र. 2 व्यवहार के आधार बताइये?
- प्र. 3 बाल्यावस्था में बालक का व्यवहार कैसा होना होता है?
- प्र. 4 बालक का व्यवहार किससे प्रभावित होता है?
- प्र. 5 बालक के रोने का क्या तात्पर्य है?
- प्र. 6 माता के कर्तव्य क्या है?
- प्र. 7 पिता के कर्तव्य क्या हैं?
- प्र. 8 वंशानुक्रम किसे कहते हैं?
- प्र. 9 वातावरण किसे कहते हैं?
- प्र. 10 बाल्यावस्था में बच्चों का व्यवहार कैसा होता है?
- प्र. 11 माता पिता को बच्चों के साथ कैसा व्यवहार करना चाहिए?
- प्र. 12 व्यवहार को परिभाषित कीजिए?
- प्र. 13 विकास को परिभाषित कीजिए?

- प्र. 14 बालक की उचित शिक्षा के दो नियम बताइये?
- प्र. 15 बालक के मन में क्या संघर्ष चलते रहता है?
- प्र. 16 मन कितने प्रकार का होता है? उसके नाम बताइये?
- प्र. 17 बाह्य वातावरण के कारण बताइये?
- प्र. 18 अनुवांशिकता को प्रभावित करने वाले कारक बताइये?
- प्र. 19 माता पिता के प्रभाव के बारे में वाटसन के क्या विचार हैं?
- प्र. 20 अत्यधिक संरक्षण के दुष्प्रभाव लिखिए
- प्र. 21 पियाजे पर संक्षिप्त जानकारी दीजिए ?
- प्र. 22 बालक के विकास पर पारिवारिक वातावरण का प्रभाव लिखिए ?
- प्र. 23 बालक के मस्तिष्क का विकास कैसे होता है?

लघुउत्तरीय प्रश्न—

- प्र. 1 वंशानुक्रम को समझाइये?
- प्र. 2 वातावरण को समझाइये?
- प्र. 3 परिवार के मानवीय वातावरण से क्या तात्पर्य हैं?
- प्र. 4 बच्चे के व्यक्तित्व का आदर करना क्यों जरूरी हैं?
- प्र. 5 बालक के विकास पर परिवार के अन्य सदस्यों के व्यवहार का क्या प्रभाव पडता है?
- प्र. 6 बालक के प्रति माता पिता के क्या उत्तरदायित्व है?
- प्र. 7 भौतिक वातावरण क्या है?
- प्र. 8 विकास के सिद्धांत से क्या समझते हो?
- प्र. 9 विकास का अर्थ है?
- प्र. 10 सांस्कृतिक वातावरण का शिशु के विकास पर क्या प्रभाव पडता हैं?
- प्र. 11 जलवायु बालक के विकास को कैसे प्रभावित करती हैं?
- प्र. 12 वंशानुक्रम द्वारा व्यक्तित्व का निर्धारण किस प्रकार होता हैं?
- प्र. 13 अधिगम तथा परिपक्वता में अन्तर बताइए?

- प्र. 14 विकास के अवस्था सिद्धान्तों में कौन से सिद्धान्त सम्मिलित हैं?
- प्र. 15 ब्रेण्डूरा का सामाजिक अधिगम सिद्धान्त क्या है?
- प्र. 16 कोलबर्ग के नैतिक विकास के सिद्धान्त का महत्व बताइये ?
- प्र. 17 प्रक्रिया सिद्धान्त में कौन से सिद्धान्त सम्मिलित है?
- प्र. 18 बालक के विकास में वातावरण का क्या महत्व है?
- प्र. 19 फ्रायड के मनोलैंगिक विकास सिद्धान्त को समझाइये?
- प्र. 20 मनोलैंगिक विकास की कौन-कौन सी अवस्थाएँ होती है?
- प्र. 21 मानव विकास की कौन-कौन सी अवस्थाएँ होती है?
- प्र. 22 बालक के विकास पर परिपक्वता का क्या प्रभाव पडता है?

दीर्घउत्तरीय प्रश्न

- प्र. 1 बाल व्यवहार क्या है? इसमें कौन कौन से परिवर्तन होते हैं?
- प्र. 2 बालक के व्यवहार में माता पिता की भूमिका का महत्व बताइये?
- प्र. 3 परिवार के मानवीय वातवरण का शिशु के स्वास्थ्य विकास की दृष्टि से क्या महत्व हैं?
- प्र. 4 परिवार के सदस्यों का आपसी व्यवहार शिशु को अप्रत्यक्ष रूप से किस प्रकार प्रभावित करता है?
- प्र. 5 स्वस्थ पारिवारिक वातावरण के लिए कौन कौन सी बातें आवश्यक होती हैं?
- प्र. 6 व्यवहार के प्रकारों का वर्णन कीजिए?
- प्र. 7 माता पिता को बालक के विकास में किन किन बातों का ध्यान रखना चाहिए ?
- प्र. 8 वंशानुक्रम तथा वातवरण को प्रभावित करने वाले तत्वों का वर्णन कीजिए?
- प्र. 9 बाल विकास को कौन कौन से तत्व प्रभावित करते हैं? समझाइये?
- प्र. 10 विकास से आप क्या समझते हैं? क्राप्ट के मनोलैंगिक सिद्धान्त का वर्णन कीजिए?
- प्र. 11 मनोलैंगिक सिद्धान्त की प्रमुख अवस्थाएं तथा शैक्षिक महत्व बताइये?
- प्र. 12 विकास को समझाइये तथा विकास के प्रमुख सिद्धान्तों का संक्षेप में वर्णन कीजिए?
- प्र. 13 पियाजे के संज्ञानात्मक सिद्धान्त की अवस्थाएं एवं शैक्षिक महत्व समझाइये?

- प्र. 14 इरिक इखिसन का मनोसामाजिक विकास सिद्धांत क्या है? इसका शैक्षिक महत्व बताइये?
- प्र. 15 कोलबर्ग के नैतिक विकास के सिद्धांत का वर्णन कीजिए?
- प्र. 16 गेसेल के परिपक्वता सिद्धांत की विवेचना कीजिए?
- प्र. 17 परिवार में माता-पिता तथा बच्चों के मध्य स्वस्थ संबंध स्थापित करने के लिए किन-किन बातों को ध्यान में रखना चाहिए?
- प्र. 18 व्यवहार के प्रमुख प्रकार कौन-कौन से हैं, किन्हीं दो प्रकारों का वर्णन कीजिए?
- प्र. 19 संक्षिप्त टिप्पणी लिखिए—
- 1 बालक का शारीरिक ढाँचा
 - 2 आकार एवं अनुपात
 - 3 लम्बाई का भार का विकास।
- प्र. 20 बालक के विकास पर परिपक्वता तथा अधिगम का क्या प्रभाव पड़ता है?
- प्र. 21 बालक के विकास पर प्रभाव पड़ता है?
- 1 मानवीय वातावरण
 - 2 आंतरिक वातावरण
 - 3 पारिवारिक वातावरण ।

इकाई -3

3.1 बालक का शारीरिक एवं मानसिक विकास

3.2 बालक का भाषा विकास

अतिलघुउत्तरीय प्रश्न

- प्र. 1 बालक के शारीरिक विकास से क्या तात्पर्य है?
- प्र. 2 बालक के मानसिक स्वास्थ्य से क्या तात्पर्य है?
- प्र. 3 मस्तिष्क को शरीर का आधार क्यों मानते हैं?
- प्र. 4 बच्चे के शारीरिक विकास में माता की क्या भूमिका है?
- प्र. 5 बाल विकास से आप क्या समझते हैं?

- प्र. 6 नवजात शिशु का वजन कितना होता है?
- प्र. 7 नवजात शिशु के शरीर में कितनी हड्डियां होती हैं?
- प्र. 8 बच्चों में सबसे पहले कौन से दांत निकलते हैं?
- प्र. 9 दांत कितने प्रकार के होते हैं?
- प्र. 10 स्थायी दांतों का क्रम समझाइये?
- प्र. 11 अस्थायी एवं स्थायी दांतों की संख्या बताइये?
- प्र. 12 मसूड़ों के व्यायाम के लिए बच्चे को खाने के क्या देना चाहिए?
- प्र. 13 भाषा विकास की प्रमुख अवस्थायें कितनी हैं?
- प्र. 14 बालक को भाषा ज्ञान कब होता है?
- प्र. 15 भाषा दोष क्या हैं?
- प्र. 16 बच्चा प्रारंभ में शब्दों का उच्चारण कैसे करता है?
- प्र. 17 शब्दों का दोहराना किसे कहते हैं?
- प्र. 18 भाषा की परिभाषा लिखिए?
- प्र. 19 भाषा का क्या उद्देश्य है?
- प्र. 20 अस्पष्ट बोलने का क्या कारण है?
- प्र. 21 हकलाने के क्या कारण हैं?
- प्र. 22 भाषा दोष से आप क्या समझते हैं ?
- प्र. 23 भाषा विकास में वातावरण का क्या योगदान है?
- प्र. 24 बुद्धि का स्तर भाषा को कैसे प्रभावित करता है?
- प्र. 25 बुद्धि पर वंशानुक्रमण का क्या प्रभाव पड़ता है?
- प्र. 26 अक्षरलोप से आप क्या समझते हैं?

लघुउत्तरीय प्रश्न

- प्र. 1 शिशु का वजन किस प्रकार विकास का सूचक है?
- प्र. 2 शिशु के विकास पर उसकी शारीरिक क्रियाओं का क्या प्रभाव पड़ता है?
- प्र. 3 बच्चे के दांत निकलते समय क्या सावधानियां रखनी चाहिये?

- प्र. 4 बच्चों की लंबाई किस दर से बढ़ती है? उम्र के अनुसार ऊंचाई की एक तालिका बनाइये?
- प्र. 5 किशोरावास्था में मानसिक व्यवहार का विकास कितना हो?
- प्र. 6 बच्चे की मांसपेशियों एवं चर्बी में वृद्धि किस प्रकार होती है?
- प्र. 7 बच्चे के शारीरिक एवं मानसिक विकास की देखभाल आवश्यक क्यों हैं?
- प्र. 8 भाषा विकास में प्रेरणा का क्या महत्व है?
- प्र. 9 भाषा का बालक के जीवन में क्या महत्व है
- प्र. 10 बच्चे की उम्र तथा स्वास्थ्य का भाषा विकास पर क्या प्रभाव पड़ता है?
- प्र. 11 पारिवारिक वातावरण का भाषा विकास पर क्या प्रभाव पड़ता है?
- प्र. 12 उच्चारण संबंधी दोष के क्या कारण हैं?
- प्र. 13 भाषा दोष के कोई दो प्रकार बताइये?
- प्र. 14 बाल्यावस्था में भाषा विकास की प्रक्रिया समझाइये ?
- प्र. 15 किशोरावस्था में भाषा विकास की क्या स्थिति रहती है?
- प्र. 16 दांतों की सुरक्षा के लिए किन बातों का ध्यान रखना चाहिए?
- प्र. 17 बालक के शरीर के आंतरिक अंगों का विकास कैसे होती है?
- प्र. 18 भाषा संबंधी दोष के कारण लिखिए?
- प्र. 19 अस्पष्ट बोलो के प्रमुख कारण बताइये?

दीर्घउत्तरीय प्रश्न : -

- प्र. 1 बालक के शरीर के बाह्य के अंगों के विकास का क्रम वर्णन कीजिए?
- प्र. 2 बच्चे के शारीरिक विकास पर एक लेख लिखिए?
- प्र. 3 बालक के शरीर के आंतरिक अंगों के विकास का क्रमबद्ध वर्णन कीजिए?
- प्र. 4 नवजात शिशु की अस्थियां एवं मांसपेशियों के विकास का क्रमबद्ध वर्णन करो?
- प्र. 5 बालक के दांत निकलने की प्रक्रिया बताइये ? दांत निकलते समय किन बातों का ध्यान रखना चाहिए?
- प्र. 6 बालक के मानसिक विकास पर संक्षिप्त परिचय दीजिए?

- प्र. 7 बुद्धि का विकास क्या हैं? इसे प्रभावित करने वाले तत्वों का वर्णन कीजिए?
- प्र. 8 भाषा विकास की विभिन्न अवस्थाओं का वर्णन कीजिए?
- प्र. 9 भाषा विकास का वातावरण में क्या महत्व है? यह बालक पर किस प्रकार प्रभाव डालता है?
- प्र. 10 बालक के प्रमुख भाषा दोषों का वर्णन कीजिए तथा उन्हें दूर करने के उपाय लिखिए?
- प्र. 11 भाषा के विकास को प्रभावित करने वाले तत्वों का वर्णन कीजिए?
- प्र. 12 बुद्धि को प्रभावित करने वाले तत्व कौन-कौन से है, वर्णन कीजिए?
- प्र. 13 शैशवास्था में भाषा विकास को समझाइये?
- प्र. 14 संक्षिप्त टिप्पणी लिखिए—
- 1 भाषा संबंधी दोषों के कारण
 - 2 शैशवास्था में सामाजिक विकास
 - 3 हकलाना ।

ईकाई 4

4.1— बालक का सामाजिक विकास

4.2 बालक के जीवन में खेल

अतिलघुउत्तरीय प्रश्न :-

- प्र. 1 सामाजिक विकास क्या है?
- प्र. 2 हर लाक के अनुसार सामाजिक विकास को परिभाषित कीजिए।
- प्र. 3 तीन माह के बच्चे का सामाजिक विकास समझाइये?
- प्र. 4 बालक का जन्मक्रम उसके विकास को किस प्रकार प्रभावित करता है?
- प्र. 5 बच्चे का समाज में क्या स्थान है?
- प्र. 6 सामाजिक विकास को परिवार किस प्रकार प्रभावित करता है?
- प्र. 7 मूल प्रवृत्ति क्या हैं?
- प्र. 8 मूल प्रवृत्ति के प्रकार बताइये?

- प्र. 9 मूल प्रवृत्ति की दो विशेषतायें बताइये?
- प्र. 10 पांच मूल प्रवृत्तियों के नाम लिखिए?
- प्र. 11 सहज प्रवृत्ति क्या हैं?
- प्र. 12 मूल प्रवृत्ति का क्या महत्व हैं?
- प्र. 13 मूल प्रवृत्ति के परिवर्तन के प्रकार के नाम बताइये?
- प्र. 14 खेल किसे कहते हैं?
- प्र. 15 बालक के लिए खेल जरूरी क्यों हैं?
- प्र. 16 खेल की एक परिभाषा दीजिये?
- प्र. 17 खेल की दो विशेषतायें बताइयें?
- प्र. 18 स्वप्रेरित खेल क्या हैं?
- प्र. 19 कल्पनात्क खेल में किस चीज की प्रधानता होती हैं?
- प्र. 20 खेल का शारीरिक महत्व क्या हैं?
- प्र. 21 खेल का शिक्षा में क्या महत्व हैं?
- प्र. 22 खेल का सामाजिक महत्व क्या हैं?
- प्र. 23 खेल का नैतिक महत्व क्या हैं?
- प्र. 24 खेलों के प्रकारों के नाम लिजिए?
- प्र. 26 बालक के विकास में संस्कृति का क्या प्रभाव पडता है?
- प्र. 27 दमन से आपका क्या आशय है?
- प्र. 28 अनुकरण का महत्व बताइये?
- प्र. 29 खेलों का संवेगात्मक महत्व लिखिए ?
- प्र. 30 संग्रहात्मक खेल किसे कहते हैं?

लघुउत्तरीय प्रश्न

- प्र. 1 समाजीकरण क्या हैं?
- प्र. 2 बालकों का अपने माता पिता के प्रति क्या कर्तव्य है?
- प्र. 3 परिवार में शिशु की उपेक्षा से शिशु पर क्या प्रभाव पडता है?

- प्र. 4 मूल प्रवृत्तियों को परिभाषित कीजिए?
- प्र. 5 मैग्डगल के अनुसार मूल प्रवृत्तियों की विशेषताएँ बताइये?
- प्र. 6 मूल प्रवृत्तियों के प्रकार बताइये?
- प्र. 7 दमन से आप क्या समझती है? इसका बच्चों पर क्या प्रभाव पड़ता है?
- प्र. 8 मार्गान्तीकरण किस प्रकार किया जाता है?
- प्र. 9 सहज प्रवृत्तियाँ कितने प्रकार की होती हैं?
- प्र. 10 अनुकरण द्वारा बालक क्या सीखता है?
- प्र. 11 निर्देश बालक के जीवन में क्या महत्व है?
- प्र. 12 बालक के जीवन में खेलों का क्या महत्व है?
- प्र. 13 बच्चों के शारीरिक एवं मानसिक विकास में खेलों का महत्व बताइये?
- प्र. 14 बालक के खेलों की विशेषताएँ बताइये?
- प्र. 15 खेलों द्वारा बालक की सामाजिक भावना का विकास कैसे होता है?
- प्र. 16 बालक के खेलों की व्यवस्था करते समय किन किन बातों का ध्यान में रखना आवश्यक है?
- प्र. 17 बालक के कल्पनात्मक खेल किस प्रकार होते हैं?
- प्र. 18 शैशवास्था में बालक का सामाजिक विकास कैसे होता है?
- प्र. 19 आदतों के निर्माण में परिवार की भूमिका लिखिए?
- प्र. 20 खेलों का शैक्षिक महत्व लिखिए?
- प्र. 21 स्व-प्रेरित खेल से आपका क्या आशय है?
- प्र. 22 शैशवास्था के खेलों पर प्रकाश डालिये?

दीर्घउत्तरीय प्रश्न—

- प्र. 1 बालक के सर्वांगीण विकास में सामाजिक विकास का क्या महत्व है?
- प्र. 2 बालक के सामाजिक विकास को प्रभावित करने वाले कारकों का वर्णन कीजिए ?
- प्र. 3 विभिन्न अवस्थाओं में बालक का सामाजिक विकास किस प्रकार होता है?
- प्र. 4 मूल प्रवृत्तियाँ किसे कहते हैं? यह बालक के चरित्र निर्माण में कहां तक सहायक

होती है?

- प्र. 5 बालक के जीवन में आत्मप्रदर्शन तथा रचनात्मक प्रवृत्ति का क्या महत्व है?
- प्र. 6 प्रमुख मूल प्रवृत्तियां कितने प्रकार की होती हैं उनका विश्लेषणात्मक वर्णन कीजिए?
- प्र. 7 मूल प्रवृत्तियों की प्रमुख विशेषताएँ बताइये?
- प्र. 8 मूल प्रवृत्तियों में परिवर्तन लाने के लिए कौन-कौन से तरीके अपनाये जाते हैं? एवं सबसे उत्तम तरीका क्या है?
- प्र. 9 बच्चों के जीवन में मूल प्रवृत्तियों का महत्व बताइये।
- प्र. 10 सहज प्रवृत्तियां किसे कहते हैं? यह कितने प्रकार की होती हैं?
- प्र. 11 निर्देश या संकेत क्या है? इसका महत्व तथा प्रकार बताइये ?
- प्र. 12 सहानुभूति को परिभाषित करते हुए इसके प्रकारों का वर्णन कीजिए ?
- प्र. 13 खेलों का बालक के जीवन में क्या महत्व है?
- प्र. 14 खेलों के विभिन्न प्रकारों का वर्णन कीजिए?
- प्र. 15 बालकों के खेल की व्यवस्था करते समय किन-किन बातों को ध्यान में रखना चाहिए?

ईकाई-5

- प्र. 1 बालक का चारित्रिक विकास
- प्र. 2 बालक का संवेगात्मक विकास ।

अतिलघुउत्तरीय प्रश्न –

- प्र. 1 चरित्र का अर्थ बताइये?
- प्र. 2 चारित्रिक विकास की प्रमुख अवस्थाएँ कौन सी होती हैं?
- प्र. 3 चरित्र निर्माण के प्रमुख आधार कौन से हैं?
- प्र. 4 शैशवस्था में चारित्रिक विकास कैसे होता है?
- प्र. 5 चरित्र विकास को पारिवारिक वातावरण कैसे प्रभावित करता है?
- प्र. 6 आदतें क्या हैं?
- प्र. 7 आदतों के दो लक्षण लिखिए?

- प्र. 8 नैतिक तथा धार्मिक शिक्षा का बालक के चारित्रिक विकास में क्या योगदान है?
- प्र. 9 बालक को शिष्टाचार संबंधी आदतें कैसे सिखानी चाहिए ?
- प्र. 10 बच्चों में गंदी आदतें कब आती हैं?
- प्र. 11 आदत निर्माण के दो नियम लिखिए?
- प्र. 12 संवेग का अर्थ बताइये
- प्र. 13 संवेग को परिभाषित कीजिए ?
- प्र. 14 संवेगात्मक विकास को प्रभावित करने वाले दो कारक बताइये?
- प्र. 15 संवेग कितने प्रकार के होते हैं?
- प्र. 16 बालक प्रेम के संवेग की अभिव्यक्ति किस प्रकार करता है?
- प्र. 17 बालक में स्नेह का संवेग कितने माह बाद दिखता है?
- प्र. 18 ईर्ष्या की भावना का शोधन किस प्रकार करेंगे?
- प्र. 19 बालक भयभीत कब होता है?
- प्र. 20 दो वर्ष का बालक कौन-कौन से संवेग व्यक्त करने लगता है?
- प्र. 21 बालक के चारित्रिक विकास में आदतों का महत्व क्या है?
- प्र. 22 कष्ट के पाने पर छोटे बच्चे किस प्रकार का व्यवहार करते हैं?

लघुउत्तरीय प्रश्न—

- प्र. 1 चरित्र से क्या आशय है?
- प्र. 2 शैशवावस्था में चारित्रिक विकास का वर्णन कीजिए ?
- प्र. 3 प्रारंभिक बाल्यावस्था में चारित्रिक विकास का वर्णन कीजिए?
- प्र. 4 उत्तर बाल्यावस्था में चारित्रिक विकास का वर्णन कीजिए ?
- प्र. 5 चारित्रिक विकास के लिए किन किन बातों का होना आवश्यक है?
- प्र. 6 बालक के चारित्रिक विकास में आदतों का महत्व बताइये?
- प्र. 7 आदतों के निर्माण में अभ्यास का क्या महत्व है?
- प्र. 8 बच्चों में बुरी आदतें किस प्रकार पडती हैं?
- प्र. 9 बालक के जीवन में आदतों का क्या महत्व है?

- प्र. 10 अवांछनीय आदतें किस प्रकार दूर की जा सकती हैं?
- प्र. 11 चरित्र निर्माण में परिवार की क्या भूमिका रही है?
- प्र. 12 संवेगों का क्या उपयोगिता है?
- प्र. 13 स्नेह संवेग का बाल विकास में महत्व बताइये?
- प्र. 14 भय संवेग को नियंत्रित करने के उपाय बताइये?
- प्र. 15 नवजात शिशु के संवेगों की विशेषताएं बताइये?
- प्र. 16 संवेगों के नियंत्रण में माता-पिता के क्या कर्त्तव्य हैं?
- प्र. 17 कष्टपूर्ण दशा में बालक के व्यवहार के संभावित रूप कौन-कौन से होते हैं?
- प्र. 18 पीडा तथा रोने का महत्व बताइये?
- प्र. 19 बालक के संवेगों के विकास में अध्यापक की क्या भूमिका है?
- प्र. 20 चिन्ता दूर करने के उपाय बताइये?
- प्र. 21 आदत निर्माण के नियम लिखिये?
- प्र. 22 ईर्ष्या का बालक के जीवन पर क्या प्रभाव पडता है?

दीर्घउत्तरीय प्रश्न -

- प्र. 1 चरित्र से आप क्या समझते हैं? चरित्र विकास की प्रमुख अवस्थाएं बताइये?
- प्र. 2 चारित्रिक विकास को प्रभावित करने वाले तत्वों का वर्णन कीजिए ?
- प्र. 3 बालक के चारित्रिक विकास में आदतों का महत्व क्या है? आदत निर्माण के नियम बताइये?
- प्र. 4 विभिन्न अवस्थाओं में बालक का चारित्रिक विकास किस प्रकार होता है?
- प्र. 5 बालक में किन किन वांछनीय आदतों का निर्माण आवश्यक है और क्यों?
- प्र. 6 बालक में अनुचित आदतों के निर्माण के क्या कारण हैं इनको दूर करने के उपाय बताइये?
- प्र. 7 संवेग से आप क्या समझते हैं? प्रमुख संवेगों का वर्णन कीजिए ?
- प्र. 8 अवस्थानुसार बालक के संवेगों में विभिन्नता किस प्रकार दिखाई देती है?
- प्र. 9 संवेगों को प्रभावित करने वाले तत्वों का वर्णन कीजिए ?

- प्र. 10 बालक के संवेगों के विकास हेतु परिवार के सदस्यों को क्या-क्या सावधानियाँ बरतनी चाहिए ?
- प्र. 11 समान्यापूर्ण व्यवहार कौन-कौन से होते हैं? इन्हें कैसे दूर किया जा सकता है?
- प्र. 12 बालक के भय के कारण तथा निराकरण के उपाय लिखिए?
- प्र. 13 बच्चों को क्रोध क्यों आता है क्रोध पर किस प्रकार नियंत्रण रखा जा सकता है?
- प्र. 14 संक्षिप्त टिप्पणी लिखिए—
- 1 ईर्ष्या
 - 2 भय
 - 3 क्रोध।
- प्र. 15 भय एवं ईर्ष्या संवेग को नियंत्रित करने के उपाय लिखिए?

ईकाई-6

मातृशिशु मृत्यु तथा शिशु स्वास्थ्य कल्याण केन्द्र -

अतिलघुउत्तरीय प्रश्न -

- प्र. 1 बाल मृत्यु किसे कहते हैं?
- प्र. 2 मातृ मृत्यु किसे कहते हैं?
- प्र. 3 बाल मृत्यु के तीन कारण बताइये?
- प्र. 4 भारत में प्रति हजार शिशु मृत्यु दर कितनी है?
- प्र. 5 भारत की तुलना में सबसे कम शिशु मृत्यु दर किस देश की तथा कितनी है?
- प्र. 6 समय पूर्व शिशु के जन्म से क्या हानि होती है?
- प्र. 7 मातृ शिशु मृत्यु दर को कम करने के लिए स्त्री की शिक्षा क्यों आवश्यक है?
- प्र. 8 बाल विवाह की क्या हानि होती है?
- प्र. 9 गरीबी किस प्रकार मातृ शिशु मृत्यु का कारण है?
- प्र. 10 शिशु स्वास्थ्य कल्याण केन्द्र क्या है?
- प्र. 11 बालबाड़ी क्या है?
- प्र. 12 आंगनबाड़ी के दो उद्देश्य बताइये?

- प्र. 13 बालबाड़ी के दो उद्देश्य बताइये?
- प्र. 14 भारतीय रेडक्रास सोसायटी का हेडक्वार्टर कहां है?
- प्र. 15 टीकाकरण से क्या लाभ होता है?
- प्र. 16 बालबाड़ी कितने वर्ष तक के बच्चों के लिए जरूरी है?
- प्र. 17 संतुलित आहार किसे कहते हैं?

लघुउत्तरीय प्रश्न –

- प्र. 1 स्वस्थ माता-पिता ही स्वस्थ शिशु को जन्म देते हैं? इस कथन को समझाइये?
- प्र. 2 भारत में कुपोषण के कारण बालमृत्यु क्यों होती है
- प्र. 3 बाल मृत्यु के पांच कारण बताइये?
- प्र. 4 लडकियों के लिए मातृशिक्षा का क्या महत्व है?
- प्र. 5 बाल विवाह किस प्रकार शिशु मृत्यु दर को प्रभावित करता है?
- प्र. 6 शिशु मृत्यु दर कम करने के लिए कोई 4 उपाय बताइये?
- प्र. 7 परिवार नियोजन किस प्रकार शिशु मृत्यु दर को कम करता है?
- प्र. 8 भारत में मातृ शिशु मृत्यु दर के आंकड़ें क्या है?
- प्र. 9 बालबाड़ी के उद्देश्य क्या है?
- प्र. 10 आंगनबाड़ी के उद्देश्य क्या है?
- प्र. 11 आंगनबाड़ी का संगठन लिखिए?
- प्र. 12 बालबाड़ी के उद्देश्य लिखिए?
- प्र. 13 आंगनबाड़ी में क्या क्या क्रियायें होती हैं?
- प्र. 14 अन्तर्राष्ट्रीय स्वास्थ्य संगठन कौन कौन से हैं संक्षिप्त परिचय दीजिए ?
- प्र. 15 टीकाकरण चार्ट बनाइयें?
- प्र. 16 संतुलित आहार के अभाव से क्या समस्या आती है?

दीर्घ उत्तरीय प्रश्न –

- प्र. 1 मातृ शिशु मृत्यु से क्या तात्पर्य है? किस देश में शिशु मृत्यु दर सामान्य विकाराल रूप धारण किये हैं?

- प्र. 2 मातृ शिशु मृत्यु के प्रमुख कारणों का उल्लेख कीजिए ?
- प्र. 3 संतुलित एवं पौष्टिक आहार का मातृ शिशु मृत्यु से क्या संबंध है स्पष्ट कीजिए?
- प्र. 4 शिशु के जीवन पर माता पिता के स्वास्थ्य का क्या प्रभाव पड़ता है सविस्तार समझाइयें?
- प्र. 5 अशिक्षा एवं अज्ञानता मातृ शिशु मृत्यु के लिए किस प्रकार जिम्मेदार है समझाइये?
- प्र. 6 बाल विवाह शिशु मृत्यु दर को किस प्रकार प्रभावित करती है?
- प्र. 7 समय से पूर्व जन्म लेने के क्या कारण हैं?
- प्र. 8 मातृ बाल कल्याणकारी संस्थाओं के बारे में आप क्या जानती हैं? समझाकर लिखिए?
- प्र. 9 मातृ शिशु मृत्यु को कम करने में परिवार नियोजन ने क्या योगदान दिया है समझाइयें ?
- प्र. 10 उच्च जीवन स्तर से लंबी आयु के संबंध का क्या कारण है?
- प्र. 11 केन्द्रीय तथा प्रादेशिक सरकारों का बाल कल्याण के प्रति क्या उत्तरदायित्व है?
- प्र. 12 मातृ बाल कल्याण सेवाओं की सरकारी व्यवस्थाओं का विस्तारपूर्वक वर्णन कीजिए?
- प्र. 13 आंगनबाड़ी क्या है? इनका संगठन, उद्देश्य तथा क्रिया प्रणाली को समझाइये?
- प्र. 14 बालवाड़ी के उद्देश्य क्या है यह बाल विकास में किस प्रकार सहायक है?
- प्र. 15 बाल कल्याण की अन्तर्राष्ट्रीय योजनाएं एवं अन्य योजनाओं का वर्णन कीजिए ?

ईकाई-7

व्यक्तिगत आरोग्य-

अतिलघुउत्तरीय प्रश्न -

- प्र. 1 व्यक्तिगत आरोग्य किसे कहते हैं?
- प्र. 2 व्यक्तिगत आरोग्य का क्या महत्व है?
- प्र. 3 व्यायाम करने से क्या लाभ है?
- प्र. 4 व्यायाम न करने से क्या हानियां हैं?
- प्र. 5 अत्यधिक व्यायाम से क्या हानियां हैं?
- प्र. 6 उत्तम आसन क्या है?

- प्र. 7 दोषपूर्ण आसन क्या है?
- प्र. 8 योगासन क्या है?
- प्र. 9 योगासन कितने प्रकार के होते हैं? नाम लिखिए।
- प्र. 10 योग मुद्रा की विधि बताइये?
- प्र. 11 भुजंगासन की विधि बताइये?
- प्र. 12 अच्छे आसन के गुण बताइये?
- प्र. 13 दोषपूर्ण आसन के कारण बताइये?
- प्र. 14 अच्छे स्वास्थ्य के लिए निद्रा एवं विश्राम क्यों जरूरी है?
- प्र. 15 अच्छे स्वास्थ्य का सुपोषण से क्या संबंध है?
- प्र. 16 कब्ज क्यों होता है?
- प्र. 17 नाखूनों की स्वच्छता क्यों जरूरी है?
- प्र. 18 कान एवं नाक की सफाई क्यों आवश्यक है?
- प्र. 19 भोजन करते समय क्या-क्या सावधानियाँ रखनी चाहिए?
- प्र. 20 माता का दूध बच्चों के लिए क्यों जरूरी है?
- प्र. 21 स्वास्थ्य संबंध अच्छी आदतें कौन सी है?
- प्र. 22 भोजन के पूर्व हाथों को धोना क्यों जरूरी है?
- प्र. 23 बच्चों की अनुचित आदतें कौन कौन सी है?
- प्र. 24 स्नान करने के क्या लाभ है?
- प्र. 25 दांतों की सुरक्षा किस प्रकार करनी चाहिए ?
- प्र. 26 नेत्रों को साफ न रखने के क्या परिणाम हो सकते है?
- प्र. 27 त्वचा को साफ न रखने से क्या हानि होती है?
- प्र. 28 निद्रा का क्या महत्व है?
- प्र. 29 बच्चों में शौच की आदत डालना क्यों आवश्यक है?
- प्र. 30 आदतों के निर्माण में संकल्प का क्या महत्व है?
- प्र. 31 अस्वस्थ नेत्रों का कारण क्या है?

लघुउत्तरीय प्रश्न

- प्र. 1 स्वास्थ्य की दृष्टि से खुली हवा तथा सूर्य के प्रकाश का महत्व बताइये?
- प्र. 2 विश्राम तथा निद्रा का महत्व बताइये?
- प्र. 3 निरोगी काया जीवन का सुख है इस कथन की पुष्टि कीजिए ?
- प्र. 4 शरीर को स्वस्थ रखने के लिए खेलना जरूरी क्यों है?
- प्र. 5 दांतों की स्वच्छता क्यों आवश्यक है?
- प्र. 6 शरीर को गतिशील कैसे बनाया जा सकता है?
- प्र. 7 नियमित रूप से शौच जाना क्यों जरूरी है?
- प्र. 8 प्रतिदिन स्नान करने से क्या लाभ है?
- प्र. 9 धूम्रपान का स्वास्थ्य पर क्या असर पडता है?
- प्र. 10 आदतें कितनी प्रकार की होती है उनका निर्माण किस प्रकार किया जा सकता है?
- प्र. 11 उत्तम स्वास्थ्य के लिए स्वस्थ आदतें कौन कौन सी है?
- प्र. 12 व्यायाम से शरीर पर कौन-कौन से सुधारात्मक प्रभाव पडते हैं?
- प्र. 13 बुरी आदतें कौन -कौन सी है?
- प्र. 14 आदतों का व्यक्तिगत जीवन में क्या महत्व है?
- प्र. 15 नेत्रों की सुरक्षा के लिए कौन-कौन से उपाय किये जा सकते है?
- प्र. 16 विद्यालय जाने वाले बालक का आहार कैसा होना चाहिए उसके आहार तालिका बनाइये?
- प्र. 17 स्तनपान त्यागने के पश्चात शिशु का आहार किस प्रकार होना चाहिए ?
- प्र. 18 बच्चों को दूध पिलाने की विधि एवं डकार दिलवाने की विधि समझाइये।
- प्र. 19 शिशु के विश्राम में माता के दूध का क्या महत्व है?
- प्र. 20 व्यक्तिगत स्वास्थ्य पर विज्ञान के कौन-कौन से नियम है?
- प्र. 21 नियमित व्यायाम के क्या-क्या लाभ है?
- प्र. 22 अच्छा आसन किन बातों पर निर्भर करता है?
- प्र. 23 उचित विश्राम व निद्रा के लिए किन बातों का ध्यान रखेंगे?

- प्र. 24 माता तथा गाय के दूध में भिन्नता स्पष्ट कीजिए?
- प्र. 25 सात माह के शिशु के लिए आहार तालिका बनाइये?
- प्र. 26 स्तनपान छुडाना पर संक्षिप्त जानकारी दीजिए?
- प्र. 27 बच्चों में भोजन संबंधी कौन-कौन सी आदतें डालनी चाहिए?
- प्र. 28 त्वचा की स्वच्छता के अभाव में कौन-कौन सी हानियाँ होती है?
- प्र. 29 दाँतों के प्रमुख कौन-कौन से प्रकार है?
- प्र. 30 दाँतों में होने वाले प्रमुख रोगों की जानकारी दीजिए?

दीर्घउत्तरीय प्रश्न

- प्र. 1 शरीर के विभिन्न अंगों की स्वच्छता पर एक टिप्पणी लिखिए?
- प्र. 2 निम्नलिखित में से किन्हीं दो पर टिप्पणी लिखिए—
- 1 वज्रासन
 - 2 गोमुखासन
 - 3 धनुरासन
 - 4 उष्ट्रासन
- प्र. 3 व्यक्तिगत आरोग्य का क्या महत्व है? इसके प्रमुख नियमों का उल्लेख कीजिए ?
- प्र. 4 शिशु के आहार पर संक्षिप्त निबंध लिखिए ?
- प्र. 5 माता का दूध बच्चों के लिए सर्वोत्तम आहार है इस कथन की पुष्टि कीजिए ?
- प्र. 6 बच्चे को किस प्रकार दूध पिलाना चाहिए तथा वे कौन से परिस्थितियाँ है जिसमें माता को बच्चे को अपना दूध नहीं पिलाना चाहिए?
- प्र. 7 दाँतों को स्वस्थ रखने के लिए किन किन बातों का ध्यान रखना चाहिए ?
- प्र. 8 त्वचा की स्वच्छता का महत्व बताइये?
- प्र. 9 व्यायाम करते समय किन किन नियमों का पालन करना चाहिए ?
- प्र. 10 नेत्रों को स्वस्थ कैसे रखा जायें। इसके स्वास्थ्य के लिए कौन-कौन सी बातें महत्वपूर्ण है?
- प्र. 11 अनुचित आदतें क्या है इन्हें दूर करने के उपाय लिखिए ?

- प्र. 12 व्यवहार एवं स्वभाव से संबंधित आदतें कौन-कौन सी हैं उनका वर्णन कीजिए ?
- प्र. 13 स्तनपान का महत्व बताइये ?
- प्र. 14 तीन से पाँच वर्षों तक के बालक की आहार योजना कैसी होनी चाहिए ?
- प्र. 15 व्यक्तिगत स्वास्थ्य विज्ञान के नियम लिखिए?
- प्र. 16 संक्षिप्त टिप्पणी लिखिए?
- 1 व्यक्तिगत आरोग्य का महत्व
 - 2 व्यायाम के नियम
 - 3 व्यायाम से लाभ ।
- प्र. 17 अच्छा आसन किन बातों पर निर्भर करता है?
- प्र. 18 अच्छे आसन के कारण एवं अच्छे आसन के गुण लिखिए?
- प्र. 19 संक्षिप्त टिप्पणी लिखिए?
- 1 स्वच्छ हवायुक्त कमरा
 - 2 उपयुक्त बिस्तर
 - 3 सुपाचन ।
- प्र. 20 शिशु के विकास में दूध के महत्व का विस्तृत विवेचना कीजिए?
- प्र. 21 अवस्था सिद्धांतों की मूलभूत अवधारणाएँ कौन-कौन सी हैं?
- प्र. 22 वातावरण को प्रभावित करने वाले कारकों तथा बालक के विकास पर पडने वाले प्रभाव को स्पष्ट कीजिए?
- प्र. 23 मातृ-शिशु मृत्यु से क्या अभिप्राय है समस्या समाधान के कोई 2 उपाय लिखिए?
- प्र. 24 संक्षिप्त जानकारियाँ दीजिए—
- 1 सात माह के शिशु का खाद्य कार्यक्रम
 - 2 माता का दूध छुड़ाने में सावधानियाँ
 - 3 स्तनपान त्यागने के बाद शिशु का आहार ।
- प्र. 25 बालक में किन्ही 3 अच्छी आदतों का वर्णन कीजिए?
- प्र. 26 व्यवहार एवं स्वभाव से संबंधित किन-किन बातों को ध्यान में रखना चाहिए?

- प्र. 27 आदतों के निर्माण के प्रमुख सिद्धांत कौन-कौन से हैं?
- प्र. 28 व्यक्तिगत विकास में आदतों का क्या महत्व है?
- प्र. 29 त्वचा की स्वच्छता के अभाव के दुष्परिणाम एवं त्वचा के स्वच्छता के उपाय लिखिए?
- प्र. 30 दाँतों की संरचना एवं स्वच्छता पर विस्तृत जानकारी दीजिए?
- प्र. 31 बाल नाखून एवं हाथों की स्वच्छता पर जानकारी दीजिए?
- प्र. 32 महिलाओं में योनि संबंधी स्वच्छता का क्या महत्व है?
- प्र. 33 मासिक धर्मचक्र के लिए जिम्मेदार हार्मोन्स का वर्णन कीजिए?

इकाई- 08

8.1-जल

8.2-वायु

अतिलघुउत्तरीय प्रश्न

- प्र. 1 जल के मुख्य स्रोतों के नाम लिखिए?
- प्र. 2 जल का सूत्र बताइये?
- प्र. 3 वर्षा के जल की विशेषताएं बताइये?
- प्र. 4 मृदु जल की विशेषताएं बताइये?
- प्र. 5 निर्मली से आप क्या समझते हैं?
- प्र. 6 कठोर जल से कपडे साफ क्यों नहीं धुलते ?
- प्र. 7 जल स्वादिष्ट क्यों लगता है?
- प्र. 8 आसवन विधि अधिक शुद्ध क्यों मानी जाती है
- प्र. 9 निरंतर जल पूर्ति से क्या हानि है?
- प्र. 10 खंड जल पूर्ति से क्या हानि है?
- प्र. 11 जल संग्रह की टंकियों का निर्माण किस धातु से बना होना चाहिए ?
- प्र. 12 प्रकृति में जल शुद्ध अवस्था में क्यों नहीं मिलता ?
- प्र. 13 जल द्वारा फैलने वाले किन्हीं दो रोगों के नाम लिखिए?

- प्र. 14 कठोर जल में किसके लवण घुले होते हैं?
- प्र. 15 वायु में किस प्रकार की अशुद्धि पाई जाती है?
- प्र. 16 वायु विसरण से आप क्या समझती ह?
- प्र. 17 घर में प्रति व्यक्ति वायु का घनत्व कितना होना चाहिए ?
- प्र. 18 वायु में आक्सीजन की कितनी मात्रा होती है?
- प्र. 19 वायु में नाइट्रोजन कितना प्रतिशत होता है?
- प्र. 20 वायु का संगठन बताइये?
- प्र. 21 वायु को शुद्ध करने के दो प्राकृतिक साधन बताइये?
- प्र. 22 वायु द्वारा फैलने वाले दो रोगों के नाम लिखिए
- प्र. 23 संवातन क्या होता है?
- प्र. 24 वायु वृद्धि के प्राकृतिक उपायों के नाम बताइये
- प्र. 25 घर में रोशनदान की क्या उपयोगिता है?
- प्र. 26 नाखून की स्वच्छता क्यों आवश्यक है?
- प्र. 27 जल का संगठन लिखिए ?
- प्र. 28 शुद्ध जल की पहचान कैसे करोगे?
- प्र. 29 आर्टीजन कुँ किसे कहते हैं?
- प्र. 30 मृदु जल किसे कहते हैं?
- प्र. 31 गोल कंधे का मुख्य कारण क्या है?
- प्र. 32 भारतीय रेडक्रास सोसायटी क्या है?
- प्र. 33 अपूर्ण विश्राम एवं निद्रा से क्या महत्व है?
- प्र. 34 शिशु के आहार में दूध का क्या महत्व है?
- प्र. 35 डकार दिलवाना क्यों आवश्यक है?
- प्र. 36 मछली के तेल का क्या महत्व है?
- प्र. 37 सूर्य-स्नान से आपका क्या आशय है?
- प्र. 38 केरीज रोग क्या है?

- प्र. 39 पायरिया रोग क्यों होता है?
- प्र. 40 कठोर जल किसे कहते हैं?
- प्र. 41 फिटकरी जल को कैसे शुद्ध करता है?
- प्र. 42 ऑक्सीजन का जीवन में क्या महत्व है?
- प्र. 43 कार्बन डाय आक्साइड की अधिकता से क्या होता है?
- प्र. 44 प्रदूषण किसे कहते हैं?
- प्र. 45 जीने की क्रिया से क्या होता है?
- प्र. 46 वनोन्मूलन किसे कहते हैं?
- प्र. 47 वायुशुद्धी में वर्षा का क्या महत्व है?
- प्र. 48 चारित्रिक निर्माण से साहित्य का क्या महत्व है?
- प्र. 49 चिमनियों की व्यवस्था कैसी होनी चाहिए ?
- प्र. 50 किस रंग के वस्त्रों का चुनाव बच्चों के लिए करना चाहिए?

लघुउत्तरीय प्रश्न

- प्र. 1 ऑक्सीजन गैस का महत्व लिखिए ?
- प्र. 2 शरीर में जल की उपयोगिता बताइये?
- प्र. 3 वर्षा के जल के क्या गुण होते हैं?
- प्र. 4 कुंए कितने प्रकार के होते हैं?
- प्र. 5 तैरने वाली अशुद्धियां कौन-कौन सी हैं?
- प्र. 6 कठोर जल तथा मृदु जल में अंतर बताइये?
- प्र. 7 जल को शुद्ध करने की मुख्य विधियां कौन सी हैं?
- प्र. 8 घर में जल शुद्ध किन किन तरीकों से किया जाता है?
- प्र. 9 जल शुद्ध करने की भौतिक विधि का वर्णन कीजिए ?
- प्र. 10 जल शुद्ध करने की यांत्रिक विधि कौन सी है?
- प्र. 11 जल शुद्ध करने की रासायनिक विधि कौन सी है?
- प्र. 12 निरंतर एवं खंड जल आपूर्ति क्या है?

- प्र. 13 जल की अस्थायी कठोरता क्या है? इसे कैसे दूर किया जा सकता है?
- प्र. 14 नदी का जल किस प्रकार शुद्ध किया जा सकता है?
- प्र. 15 मानव शरीर के अंगों में जल की मात्रा बताइये?
- प्र. 16 मानव जीवन में जल की दैनिक आवश्यकता प्रति व्यक्ति के हिसाब से लिखिए ?
- प्र. 17 वायु मानव जीवन के लिए आवश्यक क्यों है?
- प्र. 18 वायु संवाहन के सिद्धांत लिखिए?
- प्र. 19 नाइट्रोजन के लाभ लिखिए ?
- प्र. 20 कृत्रिम संवातन से लाभ तथा हानियां बताइये?
- प्र. 21 वायु वाहन धारायें किसे कहते हैं?
- प्र. 22 शुद्ध वायु का महत्व किन किन कारणों से होता है?
- प्र. 23 अशुद्ध वायु की विशेषताएं लिखिए?
- प्र. 24 वायु में विभिन्न गैसों के अनुपात लिखिए ?
- प्र. 25 संवातन के सिद्धांत बताइये?
- प्र. 26 मानव जीवन में जल की आवश्यकता क्यों होती है?
- प्र. 27 तालाबों का जल दूषित होने के कारण लिखिए?
- प्र. 28 कठोर जल पर संक्षिप्त जानकारी लिखिए?
- प्र. 29 मृदु जल की अशुद्धियाँ किन साधनों से मिल जाती है?
- प्र. 30 आसवन विधि का सचित्र वर्णन कीजिए?
- प्र. 31 जल का वितरण किस प्रकार किया जाता है?
- प्र. 32 अशुद्ध वायु का स्वास्थ्य पर क्या प्रभाव पड़ता है?
- प्र. 33 प्राकृतिक विधि द्वारा वायु कैसे शुद्ध किया जा सकता है?
- प्र. 34 संवातन के विभिन्न प्रकारों का वर्णन कीजिए?
- प्र. 35 संवातन के कृत्रिम साधन कौन-कौन से हैं?
- प्र. 36 कार्बन डायऑक्साइड चक्र को समझाइये?
- प्र. 37 ओजोनीकरण का सचित्र वर्णन कीजिए?

- प्र. 38 अनुकरण की प्रवृत्ति का बालक के विकास पर क्या प्रभाव पडता है?
- प्र. 39 धनुरासन एवं भुजंगासन की विधि एवं लाभ बताइये?
- प्र. 40 बच्चे की पूर्ण निद्रा में स्वच्छ हवादार कमरे का क्या महत्व है?

दीर्घउत्तरीय प्रश्न –

- प्र. 1 जल ही मानव का जीवन है इस कथन की समीक्षा कीजिए ?
- प्र. 2 जल के संगठन तथा उसके कार्यों का वर्णन कीजिए ?
- प्र. 3 जल प्राप्ति के विभिन्न साधनों का विस्तृत वर्णन कीजिए ?
- प्र. 4 नदी का जल किस प्रकार दूषित होता है तथा उनको किसप्रकार शुद्ध रखा जा सकता है? नदी के जल की विशेषताओं का वर्णन कीजिए ?
- प्र. 5 कठोर तथा मृदु जल में अंतर स्पष्ट कीजिए ? जल की कठोरता को किस प्रकार कम किया जा सकता है?
- प्र. 6 अशुद्ध जल को शुद्ध करने की विभिन्न विधियों का वर्णन कीजिए ?
- प्र. 7 जल आपूर्ति क्या है? यह कितने प्रकार की होती है?
- प्र. 8 वायु में किन किन गैसों का मिश्रण होता है? विस्तारपूर्वक लिखिए ?
- प्र. 9 शुद्ध वायु का महत्व बताइये वायु द्वारा मानव शरीर में होने वाले कार्य लिखिए ?
- प्र. 10 वायु को शुद्ध करने के उपायों का विस्तृत वर्णन कीजिए?
- प्र. 11 संवातन किसे कहते हैं संवातन के सिद्धांतों का वर्णन कीजिए?
- प्र. 12 संवातन की क्रियायें कितने प्रकार की होती है? वर्णन कीजिए ?
- प्र. 13 प्रदूषण का क्या अर्थ है वायु प्रदूषण के कारण विस्तारपूर्वक लिखिए?
- प्र. 14 संवातन के प्राकृतिक तथा कृत्रिम साधनों का वर्णन कीजिए?
- प्र. 15 अशुद्ध वायु का शरीर एवं स्वास्थ्य पर क्या प्रभाव पडता है?
- प्र. 16 वर्षा का जल एवं झीलों के जल को अशुद्धियों से बचाने के लिए क्या उपाय है लिखिए?
- प्र. 17 विभिन्न प्रकार के कुएँ के जल की विशेषताएँ एवं इस जल को साफ करने के उपाय लिखिए?
- प्र. 18 जल में पायी जाने वाली अशुद्धियाँ कौन-कौन सी है विस्तृत जानकारी दीजिए?

- प्र. 19 जल शुद्धिकरण की भौतिक विधियों का संक्षिप्त वर्णन कीजिए?
- प्र. 20 रासायनिक विधियों द्वारा जल को कैसे शुद्ध किया जा सकता है?
- प्र. 21 जल को साफ करने की यांत्रिक विधियों का वर्णन कीजिए?
- प्र. 22 जल संग्रहण एवं वितरण पर जानकारी दीजिए?
- प्र. 23 आदर्श कुआँ किस प्रकार का बना होता है उसके जल की विशेषताओं का वर्णन कीजिए?—
- प्र. 24 संक्षिप्त टिप्पणी लिखिए—
- 1 जल में तैरने वाली अशुद्धियाँ
 - 2 जल की कठोरता
 - 3 जल का वितरण ।
- प्र. 25 वायु किसे कहते हैं वायु का संगठन बताइये?
- प्र. 26 वायु शुद्धिकरण की प्राकृतिक विधियों का वर्णन कीजिए?
- प्र. 27 कृत्रिम विधियों के द्वारा वायु को कैसे शुद्ध किया जा सकता है?

ईकाई -1

वस्तुनिष्ठ प्रश्न

रिक्त स्थानों की पूर्ति करो—

- प्र. 1 गर्भावस्था में स्वास्थ्य परीक्षण —————रूप से होना चाहिए ।
- प्र. 2 गर्भवती के लिए —————रूप से होना चाहिए ।
- प्र. 3 साधारणतया —————महीने से दांत निकलते हैं ।
- प्र. 4 —————की अवस्था में माता को दूध नहीं पिलाना चाहिए ।
- प्र. 5 बच्चों के वस्त्रों —————रेशे के बने होने चाहिए ।

सत्य/असत्य पर निशान लगाइये—

- प्र. 1 गर्भकाल के पूरे समय बिस्तर पर लेटे रहना चाहिए। सत्य/असत्य
- प्र. 2 गर्भवती स्त्री को हल्का एवं सुपाच्य भोजन करना चाहिए। सत्य/असत्य
- प्र. 3 बच्चों को निरोग रखने के लिए टीका लगवाना चाहिए। सत्य/असत्य

सही विकल्प पर निशान लगाइये-

- प्र. 1 अस्थायी दांतों की संख्या होती है—
1. 10 2. 18 3. 20 4. 15।
- प्र. 2 जन्म के समय शिशु का वजन होता है—
1. 3½ किग्रा. 2. 5 किग्रा. 3. 6 किग्रा. 4. 7 किग्रा.
- प्र. 3 चबाने वाले दांतों की संख्या होता है—
1. छः 2. चार 3. आठ 4. पांच।
- प्र. 4 15-16 वर्ष की उम्र कहलाती है—
1. बाल्यावस्था 2. शैशवावस्था 3. किशोरावस्था 4. वृद्धावस्था।
- प्र. 5 खसरे का टीका बचाव के लिए लगाया जाता है—
1. टिटनेस 2. मोतीझरा 3. कब्ज 4. छोटी माता।

इकाई-2

रिक्त स्थानों की पूर्ति करो-

- प्र. 1 वंशानुक्रम माता-पिता से -----को प्राप्त होने वाले गुणों का नाम है।
- प्र. 2 वातावरण का अर्थ -----है।
- प्र. 3 बालक की प्रथम पाठशाला उसका -----होता है।
- प्र. 4 बच्चे को पुरस्कार के साथ -----की भी आवश्यकता होती है।
- प्र. 5 अस्वीकृत व्यवहार से बच्चा स्वयं को ----- समझता है।

सत्य/असत्य पर निशान लगाइये-

- प्र. 1 बालक के व्यवहार पर पारिवारिक वातावरण का प्रभाव पड़ता है। सत्य/असत्य
- प्र. 2 बच्चे के व्यक्तित्व का आदर करना चाहिए। सत्य/ असत्य
- प्र. 3 फ्रायड ने लिबिडो सिद्धांत पर बल दिया। सत्य /असत्य।

सही विकल्प पर निशान लगाइये-

- प्र. 1 विकास का अर्थ होता है—
1. बढ़ना 2. समानुगत परिवर्तन

3. परिवर्तनशील अवस्था 4. उपरोक्त सभी।
- प्र. 2 पियाजे के अनुसार मानव विकास की होती है—
1. दो अवस्था 2. तीन अवस्था 3. चार अवस्था ।
- प्र. 3 अनुवंशिकता को प्रभावित करते हैं—
1. माता-पिता के गुणसूत्र
2. भौगोलिक वातावरण
3. पारिवारिक वातावरण ।
- प्र. 4 प्रारंभिक शिशु अवस्था होता है—
1. 6-9 माह 2. 10-11 माह 3. 15 माह ।

इकाई-3

रिक्त स्थानों की पूर्ति करो—

- प्र. 1 जन्म के समय बालक का सिर शरीर की तुलना में —————दिखाई देता है।
- प्र. 2 दांतों के स्वास्थ्य के लिए पोषक तत्व —————देना चाहिए।
- प्र. 3 जन्म के समय शिशु के मस्तिष्क का वजन —————ग्राम होता है।
- प्र. 4 शिशु की भाषा उसके —————विज्ञान एवं —————विकास का प्रभाव पड़ता है?

सत्य/असत्य पर निशान लगाइये—

- प्र. 1 लड़कियों की भाषा विकास लड़कों की तुलना में तीव्र गति से होता है। सत्य/असत्य।
- प्र. 2 बालक की बुद्धि को उसका वातावरण प्रभावित नहीं करता है। सत्य/असत्य
- प्र. 3 अच्छा कंकीलीय विकास पौष्टिक भोजन पर निर्भर करता है। सत्य/असत्य।
- प्र. 4 अधिक संख्या वाले परिवारों में बालक का भाषा विकास तीव्र गति से होता है। सत्य/असत्य।
- प्र. 5 प्रारंभ में बालक की भाषा रोना ही होती है। सत्य/असत्य।

सही विकल्प पर निशान लगाइये-

- प्र. 1 शिशु के तीव्र विकास की अवस्था है -
1. दो वर्ष 2. पांच वर्ष 3. आठ वर्ष 4. 10 वर्ष ।
- प्र. 2 एक नवजात शिशु की अस्थियों की संख्या होती है-
1. 150 2. 200 3. 270 4. 100 ।
- प्र. 3 जन्म के समय शिशु का वजन होता है-
1. 2 किग्रा 2. 2½किग्रा 3. 6 किग्रा 4. 8 किग्रा
- प्र. 4 शिशु के दूध दांतों की संख्या होती है-
1. 15 2. 20 3. 18 4. 25 ।

इकाई-4

रिक्त स्थानों की पूर्ति करो-

- प्र. 1 पलायन की मूल प्रवृत्तियां -----संवेग से उत्पन्न होती है।
- प्र. 2 मूल प्रवृत्तियों का -----किया जा सकता है।
- प्र. 3 खेल मनोरंजन का साधन है।
- प्र. 4 किशोरावस्था की अवस्था -----उम्र से -----उम्र तक होती है।

सत्य/असत्य पर निशान लगाइये-

- प्र. 1 बालक अपने जन्म के समय सामाजिक नहीं होता है। सत्य/असत्य।
- प्र. 2 खेलों के द्वारा बालक का सामाजिक विकास होता है। सत्य/असत्य।
- प्र. 3 आदतों का निर्माण सामूहिक जीवन में नहीं होता है। सत्य/असत्य।
- प्र. 4 मूल प्रवृत्तियां परिवर्तनशील नहीं होती है। सत्य/असत्य।

सही विकल्प पर निशान लगाइये-

- प्र. 1 सामाजिक विकास के द्वारा बालक सीखता है-
1. मतभेद करना 2. सहयोग 3. समायोजन 4. झगडा कर।
- प्र. 2 मैकडूगल के अनुसार मूल प्रवृत्तियां के प्रकार होते है-
1. 20 2. 14 3. 13 4. 15 ।

इकाई- 5

रिक्त स्थानों की पूर्ति करो-

- प्र. 1 चरित्र का -----से घनिष्ठ संबंध होता है।
- प्र. 2 राष्ट्र का निर्माण बालक के निर्माण पर निर्भर करता है।
- प्र. 3 बालक की अवांछनीय आदतों को -----छुड़ाना चाहिए।
- प्र. 4 आंतरिक प्रवृत्तियों को -----कहते हैं जो उत्तेजना के रूप में दिखाई देते हैं।
- प्र. 5 संवेग शरीर की -----अवस्था है।

सत्य/असत्य पर निशान लगाइये-

- प्र. 1 संवेगों का विकास गर्भावस्था में होने लगता है। सत्य /असत्य।
- प्र. 2 स्नेह के संवेग के द्वारा बालक में समझने की भावना का विकास किया जा सकता है।सत्य /असत्य।
- प्र. 3 भिन्न-भिन्न बालकों में क्रोध करने का तरीका एक ही होता है। सत्य /असत्य।

सही विकल्प पर निशान लगाइये-

- प्र. 1 बच्चों को भयभीत होने से बचाने के लिए -
1. भय का कारण पूछें
 2. सही वस्तु स्थिति बतायें
 3. उसे वह काम न करने दें
 4. घर में बैठा कर रखें।
- प्र. 2 बालक ईर्ष्या की भावना प्राप्त करता है-
1. पैर पटक कर
 2. सोकर
 3. वस्तुओं को फेंककर
 4. चुप रह कर।

ईकाई-06

रिक्त स्थानों की पूर्ति करो-

- प्र. 1 गाँवों में मातृ शिशु मृत्यु का प्रमुख कारण -----है।

- प्र. 2 शहरों की अपेक्षा गाँवों में मातृ शिशु मृत्यु की दर -----है।
- प्र. 3 जनसंख्या नियंत्रण के लिए -----केन्द्र खोला जाता है।
- प्र. 4 माता के स्वस्थ रहने के लिए दो बच्चों का जन्म के बीच -----वर्ष का अंतर होना चाहिए।

सत्य/असत्य पर निशान लगाइये-

- प्र. 1 स्कूलों में यौन शिक्षा दी जानी चाहिए। सत्य /असत्य।
- प्र. 2 आंगन बाडी में केवल बच्चों के आहार पर ध्यान रखा जाता है। सत्य /असत्य।
- प्र. 3 बालबाडी में 2 वर्ष तक के बालक की देखभाल की जाती है। सत्य /असत्य।
- प्र. 4 चेचक का टीका एक माह में लगाया जाता है। सत्य /असत्य।

सही विकल्प पर निशान लगाइये-

- प्र. 1 मातृ शिशु मृत्यु की सर्वाधिक दर वाला राज्य है—
1 मध्यप्रदेश 2. उत्तरप्रदेश 3. राजस्थान 4. बिहार।
- प्र. 2 घर पर प्रसव कराना चाहिए —
1. घर की बुर्जुग महिला द्वारा
2. किसी भी पडोस की महिला द्वारा
3. कुशल नर्स या दाई द्वारा।
- प्र. 3 अन्तर्राष्ट्रीय संस्था है—
1. आंगनबाडी 2. बालबाडी 3. रेडक्रास सोसायटी।
- प्र. 4 भारत सरकार द्वारा चलाई गई योजनाएँ है—
1. आंगन बाडी 2. बालबाडी
3. भारतीय रेडक्रास संस्था 4. उपरोक्त सभी।

इकाई-07

रिक्त स्थानों की पूर्ति करो-

- प्र. 1 स्वस्थ रहने के लिए -----नियमों का पालन करना चाहिए।
- प्र. 2 व्यक्तिगत आरोग्य से मांसपेशियां में ----- मिलती है।

- प्र. 3 सूर्य की किरणों से —————मजबूत होती है।
- प्र. 4 व्यायाम सदैव —————स्थान पर करना चाहिए।
- प्र. 5 एक स्वस्थ व्यक्ति —————सोने चाहिए।
- प्र. 6 दोषपूर्ण आसन से पीठ —————हो जाती है।

सत्य/असत्य पर निशान लगाइये—

- प्र. 1 वज्रासन के द्वारा पेट के विकारों को दूर किया जा सकता है। सत्य /असत्य।
- प्र. 2 बच्चे का सोने का कमरा बंद तथा अंधकार युक्त होना चाहिए —सत्य /असत्य।
- प्र. 3 रात्रि के समय गरिष्ठ तथा चटपटा भोजन करना चाहिए। सत्य /असत्य।
- प्र. 4 माता के दूध के संक्रमित होने का भय नहीं रहता है।सत्य /असत्य।
- प्र. 5 मिर्गी अथवा पागल स्त्री को बच्चे को दूध नहीं पिलाना चाहिए —सत्य /असत्य।

सही विकल्प पर निशान लगाइये—

- प्र. 1 स्वस्थ व्यक्ति का लक्षण होता है—
1. चेहरे पर चमक 2. रूखे बाल 3. कांतिहीन त्वचा
- प्र. 2 व्यायाम न करने से होता है—
1. शरीर रोगग्रस्त 2. स्वस्थ 3. दुबला अथवा मोटा
- प्र. 3 अच्छी निद्रा के लिए वातावरण होना चाहिए—
1. शांत 2. कोलाहलपूर्ण 3. रोशनी युक्त।
- प्र. 4 शिशु को माता का दूध पिलाना चाहिए —
1. 6 माह तक 2. 9 माह तक 3. 12 माह तक 4.18 माह तक।

इकाई—8—

रिक्त स्थानों की पूर्ति करो—

- प्र. 1 जल —————एवं —————का मिश्रण है।
- प्र. 2 व्यक्ति के शरीर में —————प्रतिशत जल होता है।
- प्र. 3 शुद्ध जल पीने में —————होता है।
- प्र. 4 वायु में सबसे अधिक —————गैस होती है।

प्र. 5 अशुद्ध वायु में श्वास लेने से -----हो जाते है।

प्र. 6 मुख्य रूप से संवातन -----प्रकार के होते है।

सत्य/असत्य पर निशान लगाइये-

प्र. 1 एक व्यक्ति को प्रतिदिन 8-10 गिलास पानी पीना चाहिए । सत्य /असत्य।

प्र. 2 वर्षा का जल अस्वच्छ होता है-सत्य /असत्य।

प्र. 3 वायु में कार्बन डाय आक्साइड 80 प्रतिशत पायी जाती है।

प्र. 4 संवातन वायु को शुद्ध करने की विधि है- सत्य /असत्य।

सही विकल्प पर निशान लगाइये-

प्र. 1 जल शुद्धिकरण की विधियां होती है।

1 यांत्रिक 2 रासायनिक 3 भौतिक 4 उपरोक्त सभी।

प्र. 2 जल की अस्थायी कठोरता को दूर की जाती है-

1 छानकर 2 उबालकर 3 धूप में रखकर 4 क्लोरीन डालकर।

प्र. 3 कठोर जल होता है-

1 स्वादिष्ट 2 स्वादरहित 3 झागयुक्त 4 साफ चमकीला ।

वस्तुनिष्ठ प्रश्न

- प्र. 1 सूर्य की किरणों द्वारा —————की प्राप्ति होती है।
- प्र. 2 सूर्य के प्रकाश में एक विलक्षण टॉनिक पाया जाता है। जिसे —————कहते हैं।
- प्र. 3 माता का दूध बच्चे के लिए —————भोजन है।
- प्र. 4 डिप्थीरिया —————जीवाणु का कारण होता है।
- प्र. 5 कर्णफेर में —————में सूजन आ जाती है।
- प्र. 6 मनोलैंगिक विकास सिद्धांत —————का है।
- प्र. 7 फ्रायड के अनुसार मनुष्य में —————मूल प्रवृत्तियां पायी जाती है।
- प्र. 8 पियाजे ने बच्चों के विकास के लिए —————स्कूल की स्थापना की।
- प्र. 9 विकास की परिवर्तनों का आधार है————का कथन है।
- प्र. 10 अस्थायी दांतों की संख्या —————होती है।
- प्र. 11 प्रौढावस्था में मस्तिष्क का भार —————ग्राम होता है।
- प्र. 12 ग्यूलिक की प्रसिद्ध पुस्तक का नाम —————है।
- प्र. 13 मॉडलिंग शब्द का प्रयोग —————महोदय ने किया।
- प्र. 14 जन्म के समय शिशु का वजन —————पौण्ड होता है।
- प्र. 15 टरमैन के अनुसार —————वर्ष में बुद्धि का विकास अपनी चरम सीमा पर पहुँच जाता है।
- प्र. 16 सहानुभूति एक संवेग है —————का कथन है।
- प्र. 17 खेल शक्ति पैदा करने का एक साधन है————का कथन है।
- प्र. 18 शिशु-मृत्यु एवं बाल मृत्यु दर को कम करने का साधन है————।
- प्र. 19 सन —————में केंद्रीय समाज कल्याण विभाग की स्थापना की गयी।
- प्र. 20 गाय के दूध में प्रोटीन —————होता है।
- प्र. 21 माता के दूध में प्रोटीन —————होता है।
- प्र. 22 चरित्र —————का पुंज है।

- प्र. 23 —————मसूडों को प्रभावित करने वाला रोग है।
- प्र. 24 —————पीयूष ग्रंथि द्वारा स्त्रावित हार्मोन है।
- प्र. 25 जल का सूत्र —————होता है।
- प्र. 26 व्यक्ति के शरीर में जल —————होता है।
- प्र. 27 पीने के पानी में जल की कठोरता —————होनी चाहिए।
- प्र. 28 प्रत्येक व्यक्ति को विभिन्न कार्यों के लिए —————लीटर पानी चाहिए ।
- प्र. 29 उथले कुएँ की गहराई —————मीटर के लगभग होनी चाहिए।
- प्र. 30 गहरे कुएँ की गहराई————मीटर से अधिक होनी चाहिए।
- प्र. 31 जल में अस्थायी कठोरता —————लवण के कारण होती है।
- प्र. 32 जल में स्थायी कठोरता —————लवण के कारण होती है।
- प्र. 33 ऐन्द्रिय अशुद्धियों को —————के द्वारा देखा जा सकता है।
- प्र. 34 जल को उबालने से —————कठोरता दूर हो जाती है।
- प्र. 35 कठोर जल को————डालकर मृदु जल बनाया जाता है।
- प्र. 36 1000 लीटर जल में —————ग्राम पोटेशियम परमैंगनेट मिला देने से जल साफ हो जाता है।
- प्र. 37 —————गैस को जल में प्रवाहित करने से जीवाणु नष्ट हो जाते हैं।
- प्र. 38 वायु में ऑक्सीजन —————प्रतिशत होता है।
- प्र. 39 शुद्ध वायु प्राप्त करने के लिए खिडकी दरवाजों की उचित व्यवस्था को —————कहते हैं।
- प्र. 40 —————गैस ऑक्सीजन गैस का दूसरा रूप है।
- प्र. 41 एक प्रौढ व्यक्ति एक मिनट में —————बार श्वास ग्रहण करता है।
- प्र. 42 अधजले कोयले से —————गैस निकलती है।
- प्र. 43 बढते हुए —————ने वन सम्पदा को नष्ट करने का गुण पाया जाता है।
- प्र. 45 —————गैस में जीवाणुओं को नष्ट करने का गुण पाया जाता है।
- प्र. 46 तीव्र हवाएँ —————का शक्तिशाली साधन होती है।

- प्र. 47 1000 लीटर जल में ----- किलोग्राम ब्लिचिंग पावडर मिलाया जाता है।
- प्र. 48 तूतिया को -----भी कहते है।
- प्र. 49 -----का जल जीवाणु रहित होता है।
- प्र. 50 कुँ के जल में -----अशुद्धियां नहीं होती है।