

हमारा पर्यावरण-5

1. Relationships in the Family/ पारिवारिक संबंध

Pg. 7. Tell us हमें बताइए! Do it yourself/स्वयं करें।

Pg. 8. Do it yourself/स्वयं करें।

Pg. 9. Find Out पता कीजिए Do it yourself/स्वयं करें।

□ अभ्यास

I. Tick (✓) the correct option (Multiple Choice Questions) :

सही विकल्प पर सही (✓) का निशान लगाइए (बहुविकल्पीय प्रश्न) :

1. (i) Shivani's शिवानी का
2. (i) sisters बहनें
3. (ii) jovial person हँसमुख व्यक्ति
4. (ii) obvious स्पष्ट
5. (iii) Both of these ये दोनों

II. Fill in the blanks रिक्त स्थान भरिए :

1. Some children may not **resemble** their parents.
कुछ बच्चे अपने माता-पिता जैसे नहीं दिखते।
2. Many families love to eat **sweets**.
कई परिवारों को मिठाई खाना अधिक पसंद होता है।
3. Family members are united with bond of **love**.
परिवार के सदस्य प्रेम के बंधन से बंधे होते हैं।
4. Children born exactly at the same time are **identical twins**.
एक ही समय पर जन्म लेने वाले बालक हमशक्ल जुड़वा कहलाते हैं।
5. **Family** plays the most important role in our life.
परिवार हमारे जीवन में सबसे महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है।

III. Match the columns सुमेलित कीजिए :

1. (v),
2. (iii),
3. (i),
4. (ii),
5. (iv).

IV. Answer the following questions निम्नलिखित प्रश्नों के उत्तर दीजिए :

1. Do it yourself/स्वयं करें।
2. Do it yourself/स्वयं करें।
3. Three interesting details about Shivam are :

- (i) He can hear even the faintest sounds.
- (ii) He can judge a person's mood by his/her tone.
- (iii) He can read Braille books very fast.

शिवम के बारे में तीन रोचक बातें हैं—

- (i) वह धीमी से धीमी ध्वनियों को सुन सकता है।
- (ii) वह किसी व्यक्ति के सुर से उसकी मनोदशा को जान लेता है।
- (iii) वह ब्रेल पुस्तकों को बहुत तेजी से पढ़ सकता है।

4. We can help a special child by being sensitive towards them and their needs. We must help them to secure their rightful in the society.

उनके व उनकी आवश्यकताओं के प्रति संवेदनशील होकर हम एक विशेष बालक की सहायता कर सकते हैं। हमें उन्हें समाज में अपना यथोचित स्थान प्राप्त करने में उनकी सहायता करनी चाहिए।

5. Two family values common to most families are :

- (i) The elders understand the problems of the young family members.
- (ii) The young respect the ideas and advice of elders.

अधिकांश परिवारों में दो आम पारिवारिक मूल्य हैं—

- (i) परिवार के बड़े युवा सदस्यों की समस्याओं को समझते हैं।
- (ii) युवा बड़ों के विचारों व राय का सम्मान करते हैं।

Activities गतिविधियाँ : I. Do it yourself/स्वयं करें।



2. Traditional Games and Sports of India/ भारत के पारंपरिक खेल और क्रीड़ाएँ

□ अभ्यास

I. Tick (✓) the correct option (Multiple Choice Questions) :

सही विकल्प पर सही (✓) का निशान लगाइए (बहुविकल्पीय प्रश्न) :

- | | |
|---------------------------------|---------------------------------|
| 1. (iii) Both of these ये दोनों | 2. (iii) Both of these ये दोनों |
| 3. (ii) Pallanguzhi पल्लनगूझी | 4. (ii) Chaturanga चतुरंग |
| 5. (i) Syu स्यू | |

II. Fill in the blanks रिक्त स्थान भरिए :

1. Many sports and games are an integral part of our **cultural** celebrations.
कई खेल हमारे **सांस्कृतिक** समारोहों का अभिन्न अंग हैं।
2. **Kalaripayattu** is similar to karate.
कलारीपयट्टु कराटे के समान है।
3. Kabaddi is a simple and **inexpensive** game.
कबड्डी एक साधारण और **सस्ता** खेल है।
4. The **Chhau** dance of eastern India has evolved from martial art.
पूर्व भारत का **छऊ** नृत्य मार्शल आर्ट से विकसित हुआ है।
5. The bows used by an archer are made of **fibre glass**.
तीरंदाज द्वारा उपयोग किए जाने वाले धनुष **फाइबर ग्लास** के बने होते हैं।
6. Breathing relaxes the **mind** as well as the **body**.
श्वसन **मस्तिष्क** और **शरीर** को आराम देता है।

III. State whether the following statements are true (T) or false (F)

निम्नलिखित कथनों में सत्य को 'स' अथवा असत्य को 'अ' लिखिए :

1. F अ
2. F अ
3. T स
4. T स
5. T स
6. T स

IV. Answer the following questions निम्न प्रश्नों के उत्तर दीजिए :

1. Sports and games have been an integral part of Indian culture since ancient times. Their references can be found in the Vedas and the Indus Valley Civilisation.
खेल प्राचीन काल से ही भारतीय संस्कृति के अभिन्न अंग रहे हैं। इनके संदर्भ वेदों तथा सिंधु घाटी सभ्यता में पाए जाते हैं।
2. Martial Art is a sport of self-defence, fitness, meditation and character development.
मार्शल आर्ट आत्मरक्षा, चुस्ती, ध्यान और व्यक्तित्व विकास का खेल है।
3. Kalaripayattu spread to far east by Buddhist monks.
कलारीपयट्टु सुदूर पूर्वी देशों में बौद्ध भिक्षुओं द्वारा फैलाया गया।
4. Yoga teaches us to lead healthy life. Its regular practice inculcates mental clarity, calmness and self-confidence. It relaxes the mind and improves concentration and physical fitness. This way, it helps us in our day-to-day life.

योग हमें स्वस्थ जीवन जीने का तरीका सिखाता है। इसके नियमित अभ्यास से हम में मानसिक स्पष्टता, शांति व आत्मविश्वास आता है। यह मन को शांत करता है तथा शारीरिक चुस्ती एवं एकाग्रता को सुधारता है। इस प्रकार यह हमारे दैनिक जीवन में सहायता करता है।

5. The advantages of Pranayama are :

(i) It helps to relax us mentally.

(ii) It takes oxygen deep into our lungs.

प्राणायाम के लाभ हैं—

(i) इससे हमें मानसिक आराम मिलता है।

(ii) यह ऑक्सीजन को हमारे फेफड़ों में गहराई तक ले जाता है।

□

3.

Food Animal Eat/ जंतुओं का भोजन

□ अभ्यास

I. Tick (✓) the correct option (Multiple Choice Questions) :

सही विकल्प पर सही (✓) का निशान लगाइए (बहुविकल्पीय प्रश्न) :

1. (iii) Both of these ये दोनों
2. (iii) Both of these ये दोनों
3. (iii) Vision दृष्टि की
4. (iii) Both of these ये दोनों

II. Fill in the blanks रिक्त स्थान भरिए :

1. Grasshoppers sense the sound with help of **hair**.
टिड्डे बालों की सहायता से ध्वनि का अनुभव करते हैं।
2. The long winter sleep of animals is called **hibernation**.
जंतुओं की सर्दियों के महीनों की लम्बी नींद शीतनिद्रा कहलाती है।
3. Ants find the direction with the help of **antenna**.
चींटियाँ अपने एंटीना की सहायता से दिशा का पता लगाती हैं।
4. Butterflies have taste receptors on their **feet**.
तितलियों के पैरों पर स्वादग्राही होते हैं।
5. Snakes feel the vibrations on the ground with the help of **ear bone**.
सर्प भूमि पर कंपन कर्ण हड्डी की सहायता से सुनते हैं।

III. State whether the following statements are true (T) or false (F) :

निम्नलिखित कथनों में सत्य को 'स' और असत्य को 'अ' लिखिए :

1. T स 2. T स 3. T स 4. T स 5. F अ

IV. Answer the following questions निम्नलिखित प्रश्नों के उत्तर दीजिए :

1. Dogs are used by the police as they have a very powerful sense of smell. Because of this, they can catch thieves and locate explosives and drugs.

कुत्तों की सूँघने की क्षमता बहुत तीव्र होती है इसलिए वे पुलिस द्वारा उपयोग किए जाते हैं। इसके कारण वे चोरों को पकड़ सकते हैं तथा विस्फोटक तथा नशीले पदार्थ ढूँढ सकते हैं।

2. Fish have their sense organs along a line passing through their head and trunk.

मछलियों के संवेदी अंग उनके सिर व धड़ से पार होती एक रेखा पर होते हैं।

3. Some animals emit certain sounds, which strike their prey and return back to them. The intensity of the echo helps them to locate the direction and distance of the prey. This is called echo-location. Bats, whales and dolphins use it to catch their prey.

कुछ जंतु ऐसी ध्वनि उत्पन्न करते हैं जो उनके शिकार से टकराकर उनके पास वापस लौटती है। इस प्रतिध्वनि की तीव्रता से वे अपने भोजन की दिशा तथा दूरी का पता लगाते हैं। इसे ही प्रतिध्वनि-स्थान निर्धारण कहते हैं। अपना शिकार पकड़ने के लिए चमगादड़, व्हेल तथा डॉल्फिन इसका उपयोग करते हैं।

4. Animals chirp, bark, grunt, howl and make different sounds in different tones to communicate.

जंतु चहचहाकर, भौंककर, गुराकर, दहाड़कर विभिन्न सुरों में विभिन्न ध्वनियाँ निकाल कर संवाद करते हैं।

5. Though owls can see equally well in the daylight, they hunt at night because their prey cannot see well while they can.

यद्यपि उल्लू दिन के प्रकाश में अच्छे से देख पाते हैं, वे रात को शिकार करते हैं क्योंकि उनके शिकार उन्हें देख नहीं पाते जबकि वे अच्छे से देख पाते हैं।

Activities गतिविधियाँ : I. Do it yourself/स्वयं करें।



4.

Gifts from Animals/ जंतुओं के उपहार

□ अभ्यास

I. Tick (✓) the correct option (Multiple Choice Questions) :

सही विकल्प पर सही (✓) का निशान लगाइए (बहुविकल्पीय प्रश्न) :

1. (i) leather चमड़े के लिए
2. (iii) Both of these ये दोनों
3. (i) Egg अंडा
4. (iii) Both of these ये दोनों
5. (iii) leather चमड़ा

II. Fill in the blanks रिक्त स्थान भरिए :

1. **Milk** is a healthy drink.
दूध एक स्वस्थ पेय है।
2. **Honey** is used as a sweetner.
शहद का उपयोग मिठास उत्पन्न करने को होता है।
3. Fur of **camels** and **mountain goats** is used to make sweaters.
ऊँट और पहाड़ी बकरी के फर से स्वेटर बनाए जाते हैं।
4. Body oils for **medicines** is obtained from fish.
दवाइयों के लिए शारीरिक तेल मछली से प्राप्त होते हैं।
5. Animal **dung** is used as manure.
जंतुओं का गोबर खाद की तरह उपयोग होता है।

III. Match the columns सुमेलित कीजिए :

1. (iii), 2. (iv), 3. (v), 4. (ii), 5. (i).

IV. Given below are some jumbled words. Find the name of the animal products hidden in these words :

नीचे कुछ मिले-जुले शब्द दिए गए हैं। इनमें छुपे जंतु उत्पादों के नाम ढूँढ़िए :

Milk	Honey
दूध	शहद
Leather	Manure
चमड़ा	खाद

V. Answer the following questions briefly :

निम्न प्रश्नों के संक्षिप्त में उत्तर दीजिए :

1. Four food items obtained from animals are milk, eggs, meat and honey.
जंतुओं से प्राप्त चार भोज्य पदार्थ दूध, अण्डे, माँस व शहद हैं।
2. Three materials obtained from animals to make cloth are wool, fur and silk.
वस्त्र बनाने के लिए जंतुओं से प्राप्त तीन पदार्थ ऊन, फर व रेशम हैं।
3. Body oil of animals is used in medicines.
जंतुओं के शारीरिक तेल दवाओं में उपयोग होते हैं।
4. Horses, bulls and camels are used as a means of transportation.
घोड़ों, बैलों और ऊँटों का उपयोग परिवहन के साधन के रूप में होता है।
5. Illegal hunting or killing of animals is called poaching. It is dangerous for animals as it may lead, them to extinction.
जंतुओं के अवैध शिकार अथवा हत्या को पोचिंग कहते हैं। यह जंतुओं के लिए इसलिए खतरनाक है क्योंकि इससे वे विलुप्त हो सकते हैं।

VI. Answer the following questions in detail :

निम्न प्रश्नों के उत्तर विस्तार से दीजिए :

1. The purpose of wildlife sanctuaries is to protect endangered animals. Here wild animals live and breed in their natural surroundings.
वन्यजीव अभयारण्य का उद्देश्य लुप्तप्राय जंतुओं की रक्षा करना है। यहाँ जंगली जंतु प्राकृतिक वातावरण में रहते व प्रजनन करते हैं।
2. Gujjars are basically cattle herders and grazers. They sell the milk and butter of their animals and earn their livelihood.
गुज्जर पारंपरिक चरवाहे होते हैं। वे अपने जंतुओं का दूध व मक्खन बेचकर अपनी आजीविका कमाते हैं।
3. Torturing the animals and removing their nails and teeth is cruelty to them. Yes, a snake charmer is cruel to his snake because he removes its fangs and poison and keeps it in a small, closed basket.
जंतुओं को सताना तथा उनके दाँत व नाखून उखाड़ना उनके साथ क्रूरता है। हाँ, एक सपेरा अपने साँप के प्रति क्रूर होता है क्योंकि वह उसके विषैले दाँत तथा विष की थैली को निकाल देता है तथा उसे एक छोटी बंद टोकरी में रखता है।

4. Circus animals are kept in small cages too small for them. They are not given proper food or rest. They are also trained to perform dangerous acts. Many a times, they are beaten and their claws and nails are removed.

सर्कस के जंतुओं को छोटे पिंजड़ों में रखा जाता है जो उनके लिए बहुत छोटे होते हैं। उन्हें पर्याप्त भोजन व आराम नहीं दिया जाता। उन्हें खतरनाक करतब करने के लिए प्रशिक्षित किया जाता है। अनेक बार उन्हें पीटा जाता है तथा इनके पंजे व नाखून उखाड़ लिए जाते हैं।

Activities गतिविधियाँ : I. Do it yourself/स्वयं करें।



5. Plants and Their Growth/ पौधे तथा उनका विकास

Pg. 58. Name four fruits which you eat but do not keep their seeds.

उन चार फलों के नाम बताइए जिन्हें आप खाते हैं; किन्तु उनके बीज नहीं रखते हैं।

- | | |
|--------------|-----------------|
| 1. Apple सेब | 2. Orange संतरा |
| 3. Mango आम | 4. Papaya पपीता |

अभ्यास

I. Tick (✓) the correct option (Multiple Choice Questions) :

सही विकल्प पर सही (✓) का निशान लगाइए (बहुविकल्पीय प्रश्न) :

1. (ii) one day एक दिन
2. (iii) reproduction प्रजनन द्वारा
3. (iii) Both of these ये दोनों
4. (iii) Both of these ये दोनों

II. Fill in the blanks रिक्त स्थान भरिए :

1. The process of changing of a seed into a small plant is called **germination**.

बीज के पौधे के रूप में बदलने की प्रक्रिया **अंकुरण** कहलाती है।

2. **Seed leaves** store the food for baby plant.

बीजपत्र शिशु पौधे के लिए भोजन संगृहीत करते हैं।

3. The part of the seedling which grows in the upward direction forms the **shoot system**.

ऊपरी दिशा की ओर बढ़ने वाला बीज का भाग **शाखा तंत्र** बनाता है।

4. The outer covering of a seed is called **seed coat**.

बीज का बाहरी आवरण **बीजावरण** कहलाता है।

III. State whether the following statements are true (T) or false (F) :

निम्नलिखित कथनों में सत्य को 'स' और असत्य को 'अ' लिखिए :

1. F अ 2. F अ 3. T स 4. T स 5. F अ

IV. Answer the following questions briefly :

निम्न प्रश्नों के संक्षिप्त में उत्तर दीजिए :

1. Reproduction is the process by which things produce individuals of their kind.

प्रजनन वह क्रिया है जिसके माध्यम से जीवित वस्तुएँ अपने प्रकार के सजीवों को उत्पन्न करती हैं।

2. The conditions required by a seed to germinate are right amount of water and air and proper temperature.

अंकुरण के लिए बीज को सही मात्रा में जल और वायु तथा उचित तापमान जैसी परिस्थितियों की आवश्यकता होती है।

3. The method of reproduction in which a new plant grows from a part of the old plant and not from seeds is called vegetative reproduction.

प्रजनन की वह विधि जिसमें नया पौधा पुराने पौधे के बीज से नहीं बल्कि उसके भाग से उगता है, अलैंगिक प्रजनन कहलाता है।

4. Wheat and rice have one seed-leaf while gram and bean have two seed leaves.

गेहूँ व चावल में एक बीजपत्र होता है जबकि चना एवं फली में दो बीजपत्र होते हैं।

5. Plants grown through stem cutting are sugarcane and China rose whereas potato and ginger are grown by underground stem. Bryophyllum and elephant ear eye (begonia) are grown through leaves and dahlia and asparagus are grown by roots.

गन्ना और चाइना रोज तने की कलम से उगाए जाते हैं जबकि आलू और अदरक भूमिगत तने से विकसित होते हैं। ब्रायोफाइलम और बेगोनिया पत्तियों से उगाए जाते हैं तथा डहेलिया और शतावरी जड़ों से विकसित होते हैं।

V. Answer the following questions in detail :

निम्न प्रश्नों के उत्तर विस्तार से दीजिए :

1. Some seeds are destroyed by bad weather, some are eaten by animals, while some do not get favourable conditions to germinate.

कुछ बीज खराब मौसम द्वारा बेकार कर दिए जाते हैं, कुछ जंतुओं द्वारा खा लिए जाते हैं जबकि कुछ को अंकुरण के लिए अनुकूल परिस्थितियाँ नहीं मिल पाती हैं।

2. The scattering of seeds over large distances and variety of places so that they reproduce better is known as seed dispersal.

बीजों का लंबी दूरियों तथा विभिन्न स्थानों पर बिखेरा जाना जिससे कि वे बेहतर प्रजनन कर सकें, बीजों का प्रकीर्णन कहलाता है।

3. Different agents of seed dispersal are wind, water, animals and explosion.

बीज प्रकीर्णन के विभिन्न एजेंट वायु, जल, जंतु और विस्फोट हैं।

4. Dispersal of seeds is necessary so that they avoid competition for air, water and sunlight. They also avoid being eaten by herbivores. This ensures better reproduction.

बीजों का प्रकीर्णन आवश्यक है जिससे वे वायु, जल व प्रकाश के लिए प्रतियोगिता से बच सकें। वे शाकाहारियों द्वारा खाए जाने से भी बच जाते हैं। इससे उचित प्रजनन सुनिश्चित होता है।

5. Maple and drumstick seeds are dispersed by air whereas coconut and palm are dispersed by water coactor and phlox are dispersed by explosion whereas xanthium and tiger's claw are dispersed by animals.

मैपल और ड्रमस्टिक वायु द्वारा प्रकीर्णित किये जाते हैं जबकि नारियल और पाम का प्रकीर्णन जल करता है। कैस्टर और फ्लॉक्स विस्फोट द्वारा प्रकीर्णित होते हैं। जबकि जंतु जैथियम और बाघनख को प्रकीर्णित करते हैं।

Activities गतिविधियाँ : Do it yourself/स्वयं करें।



6. Forests and Tribals \ वन और आदिवासी

Pg. 64. Write down any four uses of wood :

लकड़ी के कोई चार उपयोग लिखिए :

As fuel ईंधन, For furniture फर्नीचर,
For paper कागज, For roof छत

□ अभ्यास

I. Tick (✓) the correct option (Multiple Choice Questions) :

सही विकल्प पर सही (✓) का निशान लगाइए (बहुविकल्पीय प्रश्न) :

1. (ii) grow on their own स्वयं उगते हैं।

2. (iii) Both of these ये दोनों
3. (iii) Both of these ये दोनों
4. (iii) forests वनों में
5. (iii) Both of these ये दोनों

II. Fill in the blanks रिक्त स्थान भरिए :

1. Mindless cutting of trees is called **deforestation**.
वृक्षों का अंधाधुंध कटान **वनोन्मूलन** कहलाता है।
2. An area where a large number of trees grow on their own is called a **forest**.
वन वह बड़ा क्षेत्र होता है जहाँ बड़ी संख्या में वृक्ष अपने आप उगते हैं।
3. People living in or near forests are called **tribals**.
वन में अथवा उसके पास रहने वाले लोग **आदिवासी** कहलाते हैं।
4. Tribal people depend on forest products like **bamboo, cane and grass**.
आदिवासी **बाँस, बेंत और घास** जैसे वनोत्पादों पर निर्भर होते हैं।
5. Tribal women make jewellery using **grass fibre, seeds and shells**.
आदिवासी महिलाएँ **घास के रेशों, बीजों और सीपियों** से आभूषण बनाती हैं।

III. Match the columns सुमेलित कीजिए :

1. (v), 2. (iv), 3. (ii), 4. (iii), 5. (i).

IV. Answer the following questions briefly :

निम्न प्रश्नों के उत्तर संक्षिप्त में दीजिए :

1. Forests are important to us as they provide a large number of products to us. They purify the air by absorbing carbon dioxide and releasing oxygen. They add moisture to air, increase rainfall and prevent soil erosion.
वन हमारे लिए महत्वपूर्ण हैं क्योंकि वे हमें अनेक उत्पाद प्रदान करते हैं। यह कार्बन डाईऑक्साइड को अवशोषित तथा ऑक्सीजन छोड़कर वायु को शुद्ध करते हैं। यह वायु को नमी प्रदान करते हैं तथा वर्षण की मात्रा में बढ़ोत्तरी करते हैं। यह भूमि अपरदन को भी रोकते हैं।
2. In India, tribals live in many regions like Madhya Pradesh, Jharkhand, Andhra Pradesh, Chhattisgarh, Odisha, West Bengal, Khasi and Jaintia Hills and Andaman and Nicobar Islands.

आदिवासी भारत में अनेक क्षेत्रों जैसे मध्य प्रदेश, झारखण्ड, आंध्र प्रदेश, छत्तीसगढ़, ओडिशा, पश्चिम बंगाल, खासी और जैतिया पहाड़ियाँ तथा अण्डमान और निकोबार द्वीप समूह में रहते हैं।

3. Forests by providing food, shelter and other products support the life system of the tribals.

वन आदिवासियों को भोजन, आश्रय व अन्य वनोत्पाद प्रदान करके उनके जीवन तंत्र की सहायता करते हैं।

4. Four utility items made by tribals are baskets, mats, brooms and *pattals*.

आदिवासियों द्वारा बनाई जाने वाली चार उपयोगी वस्तुएँ, टोकरी, चटाई, झाड़ू और पत्तल हैं।

V. Answer the following questions in detail :

निम्न प्रश्नों के उत्तर विस्तार से दीजिए :

1. Deforestation threatens the life of the tribals as it destroys their shelter, their source of food and fuel.

वनोन्मूलन आदिवासियों के जीवन के लिए खतरा है क्योंकि यह उनके आश्रय तथा भोजन व ईंधन के स्रोतों को बर्बाद कर देता है।

2. A sacred grove is an area in the forest which contains trees and medicinal plants. It is considered sacred as it is believed to be associated with some deities.

पवित्र कुंज वन में वह क्षेत्र है जिसमें औषधीय पौधे व अन्य वृक्ष होते हैं। इसे पवित्र इसलिए माना जाता है क्योंकि यह कुछ देवी-देवताओं से संबंधित होते हैं।

3. Tribal people protect the sacred grove and do not allow anyone to cut the trees in it. This way, it helps in the conservation of forests.

आदिवासी पवित्र कुंज की सुरक्षा करते हैं और किसी को भी इसके वृक्ष नहीं काटने देते। इस तरह यह वन संरक्षण में सहायता करता है।

4. Bio-reserve and wildlife sanctuaries are protected areas where cutting of trees and hunting of animals are strictly prohibited.

जैवमंडल और वन्यजीव अभयारण्य वह क्षेत्र है जहाँ वृक्ष काटना और जंतुओं का शिकार पूर्णतया निषेध है।

Activities गतिविधियाँ : Do it yourself/स्वयं करें।



7. Food Preservation/खाद्य संरक्षण

Pg. 74. Activity गतिविधि! Do it yourself/स्वयं करें।

□ अभ्यास

I. Tick (✓) the correct option (Multiple Choice Questions) :

सही विकल्प पर सही (✓) का निशान लगाइए (बहुविकल्पीय प्रश्न) :

1. (iii) Both of these ये दोनों
2. (ii) spoilage खराब होने से
3. (iii) Both of these ये दोनों
4. (iii) Both of these ये दोनों
5. (iii) Both of these ये दोनों

II. Fill in the blanks रिक्त स्थान भरिए :

1. We should never eat foodstuff which are kept **uncovered**.
हमें बिना ढके रखे भोज्य पदार्थ नहीं खाने चाहिए।
2. Fruits and vegetables should be washed **properly** peeling or chopping.
छीलने और काटने से पूर्व फल व सब्जियों को ठीक से धोना चाहिए।
3. Sugar and vinegar are **preservatives**.
शर्करा और सिरका संरक्षक है।
4. Milk can be preserved by **boiling** it.
दूध उबालने से संरक्षित होता है।

III. Answer the following questions briefly :

निम्न प्रश्नों के उत्तर संक्षिप्त में दीजिए :

1. Food gets spoiled due to improper storage.
अनुचित संग्रहण से भोजन खराब हो जाता है।
2. We know of food spoilage by its bad smell and taste.
हमें भोजन के खराब होने का पता इसकी दुर्गंध व स्वाद से चलता है।
3. Refrigeration helps in food preservation by lowering the temperature so that the germs do not breed.
शीतन तापमान को कम करना खाद्य संरक्षण में सहायता करता है जिससे कि कीटाणुओं में वृद्धि न हो।
4. Cooked food gets spoiled sooner.
पका हुआ भोजन जल्दी खराब होता है।

IV. Answer the following questions in detail :

निम्न प्रश्नों के उत्तर विस्तार से दीजिए :

1. Two ways of avoiding wastage of food are :

(i) Buy limited quantity of food.

(ii) Cook only the needed amount of food.

भोजन व्यर्थ होने से बचाने के दो तरीके हैं—

(i) सीमित मात्रा में भोजन खरीदना।

(ii) आवश्यक मात्रा में भोजन पकाना।

2. Drying is the suitable method for preventing spoilage of food grains because it ensures that their moisture is finished and hence, germs do not breed in it.

अनाज खराब होने से बचाने का उपयुक्त उपाय उन्हें सुखाना है क्योंकि उनमें नमी समाप्त हो जाती है जिससे कीटाणु वृद्धि नहीं करते हैं।

3. In canning, food is preserved by packing it in air-tight containers whereas in pickling food is preserved by mixing salt and oil in it.

डिब्बाबंद करने में खाद्य पदार्थ को वायुरोधी बर्तन में रखकर संरक्षित किया जाता है जबकि नमकीन (अचारीकरण) करने में खाद्य पदार्थ में नमक व तेल मिलाकर उसका संरक्षण किया जाता है।

V. Write a slogan on निम्न पर नारे लिखिए :

1. Care for raw food so that it cares for you.

कच्चे भोजन का ध्यान रखिए ताकि यह आपका ध्यान रख सके।

2. Do not waste food for it is precious.

भोजन व्यर्थ न करें क्योंकि यह बहुमूल्य है।

3. Do not let food spoil for you'll not get it again.

भोजन को खराब न होने दें क्योंकि यह आपको दोबारा नहीं मिलेगा।

Activities गतिविधियाँ : Do it yourself/स्वयं करें।



8. Our Food/हमारा भोजन

Pg. 91. Tell us हमें बताइए! Do it yourself/स्वयं करें।

अभ्यास

I. Tick (✓) the correct option (Multiple Choice Questions) :

सही विकल्प पर सही (✓) का निशान लगाइए (बहुविकल्पीय प्रश्न) :

1. (iii) The farmer किसान

2. (iii) changed परिवर्तित हो गई
3. (iii) small farmers छोटे किसान
4. (iii) monsoon's gamble मानसून का जुआ

II. Fill in the blanks रिक्त स्थान भरिए :

1. **Manure** or **fertiliser** are added to replenish the nutrients in the soil.

खाद और उर्वरक को मृदा में पोषक तत्वों की पूर्ति के लिए मिलाया जाता है।

2. Common methods of irrigation are **canals, tubewells** and **water wheels**.

सिंचाई की सामान्य विधियाँ नहरें, ट्यूबवैल और रहट हैं।

3. Farmers spray **pesticides** on the crops to protect them from pests.

किसान कीटों से बचाव के लिए फसलों पर कीटनाशक छिड़कते हैं।

4. In Gujarat, **groundnut oil** is used as the cooking medium.

गुजरात में मूँगफली के तेल का उपयोग पकाने के माध्यम के रूप में होता है।

III. State whether the following statements are true (T) or false (F) :

निम्नलिखित कथनों में सत्य को 'स' और असत्य को 'अ' लिखिए :

1. T स
2. F अ
3. F अ
4. T स
5. F अ

IV. Answer the following questions briefly :

निम्न प्रश्नों के संक्षिप्त में उत्तर दीजिए :

1. To grow a crop, a farmer needs good quality seeds, water, fertile land and manure.

फसल उगाने के लिए किसान को अच्छी गुणवत्ता के बीज, जल, उर्वर भूमि व खाद की आवश्यकता होती है।

2. Subsistence farmers do not have enough money to buy good quality of seeds and proper means of irrigation.

निर्वाह किसानों के पास अच्छी गुणवत्ता वाले बीज खरीदने तथा सिंचाई के उचित साधनों के लिए पर्याप्त धन नहीं होता है।

3. A commercial farmer grows crops on a large scale and sells it in the market to earn profit whereas a subsistence farmer grows crops on very less scale to fill the stomachs of his family members.

एक व्यावसायिक किसान बड़े स्तर पर फसल उगाता है जिसे वह बाजार में लाभ के लिए बेचता है जबकि एक निर्वाह किसान बहुत ही छोटे स्तर पर फसल उगाता है ताकि वह अपने परिवार के सदस्यों का पेट भर सके।

4. Supply of water to plants for their proper growth is irrigation. It helps the farmers in getting good crops.
पौधों को उनके उचित विकास के लिए जलापूर्ति सिंचाई कहलाती है। यह किसानों को अच्छी फसल पाने में सहायता करती है।

V. Answer the following questions in detail :

निम्न प्रश्नों के उत्तर विस्तार से दीजिए :

1. Farmers spray pesticides on their crop to protect it from pests.
किसान अपनी फसल को कीटों से बचाने के लिए उन पर कीटनाशक छिड़कते हैं।
2. The temporary shifting of small farmers to close by urban areas for alternate livelihood is called seasonal migration.
आजीविका के वैकल्पिक साधनों के लिए छोटे किसानों का समीप के नगरीय क्षेत्र में अस्थायी स्थानांतरण मौसमी प्रवास कहलाता है।
3. Passage of time and exposure to different regions and cultures have brought about a change in our eating habits.
गुजरते समय और विभिन्न क्षेत्रों व संस्कृतियों के संपर्क ने हमारी खाने की आदतों में बदलाव ला दिया है।
4. Traditional food eaten in any region depends upon the availability of local crops.
किसी क्षेत्र में खाया जाने वाला परंपरागत भोजन स्थानीय फसल की उपलब्धता पर निर्भर होता है।
5. Advancement of technology and modern techniques of transportation, storage facilities and preservation and packaging of food have made seasonal fruits available all round the year.
प्रौद्योगिकी और परिवहन की आधुनिक तकनीकों, संग्रह सुविधाओं और भोजन की डिब्बाबंदी (पैकेजिंग) ने मौसमी फलों की उपलब्धता सुनिश्चित कर दी है।

□

9. Shortage of Food/ भोजन की अल्पता (कमी)

□ अभ्यास

I. Tick (✓) the correct option (Multiple Choice Questions) :

सही विकल्प पर सही (✓) का निशान लगाइए (बहुविकल्पीय प्रश्न) :

1. (iii) Both of these ये दोनों 2. (iii) millions लाखों में

3. (iii) famine अकाल
5. (iii) Both of these ये दोनों
4. (iii) Both of these ये दोनों

II. Fill in the blanks रिक्त स्थान भरिए :

- Due to deficiency of **vitamin K**, there is excessive bleeding from a wound.
विटामिन K की कमी के कारण घाव से अत्यधिक रक्तस्राव होता है।
- Deficiency of protein causes a disease called **Kwashiorkor**.
प्रोटीन की कमी से **क्वाशिओरकोर** रोग उत्पन्न होता है।
- The condition when a person gets insufficient amount of food is called **famine**.
वह स्थिति, जब लोगों को पर्याप्त मात्रा में भोजन उपलब्ध नहीं होता, **अकाल** कहलाती है।
- In rickets, the legs become **bow** shaped.
रिकेट्स (सूखा रोग) में टाँगें **धनुषाकार** हो जाती हैं।
- Swelling in the neck occurs in a disease called **goitre**.
गर्दन में सूजन **घेंघा** रोग में उत्पन्न होती है।

III. State whether the following statements are true (T) or false (F) :

निम्नलिखित कथनों में सत्य को 'स' और असत्य को 'अ' लिखिए :

1. F अ 2. F अ 3. F अ 4. T स 5. T स

IV. Answer the following questions briefly :

निम्न प्रश्नों के संक्षिप्त में उत्तर दीजिए :

- The condition when a large number of people do not get food for a long period of time is called famine.
वह स्थिति, जब बड़ी संख्या में लोगों को लंबे समय तक खाने के लिए भोजन नहीं मिलता, अकाल कहलाता है।
- Drought occurs when a region lacks rainfall for a long period.
जब किसी क्षेत्र में लंबे समय तक वर्षा नहीं होती तो वहाँ सूखा पड़ता है।
- Four natural causes that can lead to a shortage of food are famine, drought, earthquake and tsunami.
अकाल, सूखा, भूकंप व सुनामी भोज्य पदार्थों की कमी के चार प्राकृतिक कारण हैं।
- Hoarding and black marketing are man-made reasons for shortage of food.
भोजन की कमी के मानव-निर्मित कारण जमाखोरी व कालाबजारी हैं।

V. Answer the following questions in detail :

निम्न प्रश्नों के उत्तर विस्तार से दीजिए :

1. The disease caused due to lack of any nutrient in the body is called deficiency disease.
शरीर में किसी पोषक तत्व की कमी के कारण से होने वाला रोग हीनताजन्य रोग कहलाता है।
2. The symptoms of protein deficiency in a child are protruding belly, improper growth of the body, weakness and thin hair.
बाहर निकला हुआ पेट, शरीर की असामान्य वृद्धि, कमजोरी और हल्के बाल एक बालक में प्रोटीन की कमी के लक्षण हैं।
3. Lack of calcium and phosphorous in our body leads to weak bones and lusterless teeth.
हमारे शरीर में कैल्शियम और फॉस्फोरस की कमी से हड्डियाँ कमजोर हो जाती हैं और दाँतों की चमक चली जाती है।

VI. Write the names of the Vitamins present in the following food items

निम्नलिखित खाद्य पदार्थों में उपस्थित विटामिन के नाम लिखिए :

- | | |
|--------------------------------------|---------------------------|
| 1. Vitamin A and D
विटामिन A और D | 2. Vitamin A
विटामिन A |
| 3. Vitamin A
विटामिन A | 4. Vitamin C
विटामिन C |
| 5. Vitamin B
विटामिन B | 6. Vitamin C
विटामिन C |
| 7. Vitamin A
विटामिन A | 8. Vitamin K
विटामिन K |
| 9. Vitamin A
विटामिन A | |

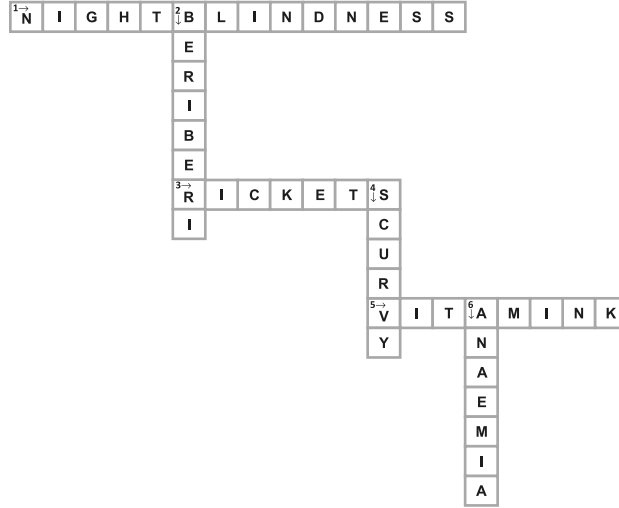
VII. Given below is the diet of some persons who are unhealthy and show symptoms of some diseases. Name the missing nutrient in their diet :

नीचे ऐसे कुछ व्यक्तियों का आहार दिया गया है, जो अस्वस्थ हैं और एक या अन्य रोगों के लक्षण प्रदर्शित करते हैं। उनके आहार में अनुपस्थित पोषक तत्वों के नाम लिखिए :

- | | |
|------------------------|------------------------|
| 1. Vitamin E विटामिन E | 2. Vitamin C विटामिन C |
| 3. Vitamin A विटामिन A | 4. Vitamin B विटामिन B |

Activities गतिविधियाँ : Do it yourself/स्वयं करें।

VIII. Think and Tell विचार कीजिए और बताइए।



10. Functions of the Mouth/ मुख (मुँह) के कार्य

अभ्यास

I. Tick (✓) the correct option (Multiple Choice Questions) :

सही विकल्प पर सही (✓) का निशान लगाइए (बहुविकल्पीय प्रश्न) :

- (i) Nature प्रकृति ने
- (iii) four चार
- (iii) energy ऊर्जा
- (iii) mouth मुख में
- (iii) glucose ग्लूकोज में

II. Fill in the blanks रिक्त स्थान भरिए :

- Tongue** is the sense organ for taste.
जीभ स्वाद का संवेदी अंग है।
- The organs which help us to feel the surroundings are called **sense organs**.
वे अंग जो आस-पास की स्थितियाँ समझने में सहायक होते हैं, **संवेदी अंग** कहलाते हैं।

3. Digestion of food begins in the **mouth**.
भोजन का पाचन **मुँह** में प्रारम्भ होता है।
4. The food has to be **digested** to get the energy.
ऊर्जा प्राप्त करने के लिए भोजन का **पाचन** होना चाहिए।
5. Maltose is **sweet** in taste.
माल्टोज स्वाद में **मीठा** होता है।

III. State whether the following statements are true (T) or false (F) :

निम्नलिखित कथनों में सत्य को 'स' और असत्य को 'अ' लिखिए :

1. T स
2. T स
3. F अ
4. F अ
5. F अ

IV. Answer the following questions निम्नलिखित प्रश्नों के उत्तर दीजिए :

1. The process of eating food in order to get energy from is called digestion. In this process, the complex substances present in the food are broken down into simpler substances.
ऊर्जा प्राप्त करने के लिए भोजन खाने की प्रक्रिया पाचन कहलाती है। इस प्रक्रिया में भोजन में उपस्थित जटिल तत्व साधारण तत्वों में बदले जाते हैं।
2. The function of saliva is to soften the food and make it easier to swallow.
लार का कार्य भोजन को निगले जाने योग्य मुलायम करना है।
3. The function of the tongue is to taste the food while the function of the teeth is to cut and chew it.
जीभ का कार्य भोजन को चखना होता है जबकि दाँतों का कार्य उसे काटना व चबाना होता है।
4. The food tastes sweet after chewing because mixing of saliva in it changes carbohydrate substances into maltose, a sweet substance.
चबाने के बाद भोजन मीठा इसलिए लगता है क्योंकि लार के इसमें मिश्रित होने से इसके कार्बोहाइड्रेट तत्व एक मीठे तत्व माल्टोज में बदल जाते हैं।
5. Glucose solution is given to some people to restore the level of sugar in their body.
कुछ लोगों को उनके शरीर में शर्करा का स्तर पुनर्स्थापित करने के लिए ग्लूकोज विलयन दिया जाता है।
6. Glucose solution is given through a drip when the person is not even in a position to drink it.
किसी व्यक्ति को ग्लूकोज ड्रिप द्वारा तब दिया जाता है जब वह इसे पीने की भी स्थिति में नहीं होता है।

Activities गतिविधियाँ : Do it yourself/स्वयं करें।



11. Plants and Animal Nutrition/ पौधों और जन्तुओं का पोषण

□ अभ्यास

I. Tick (✓) the correct option (Multiple Choice Questions) :

सही विकल्प पर सही (✓) का निशान लगाइए (बहुविकल्पीय प्रश्न) :

1. (iii) Both of these ये दोनों
2. (iii) carbohydrates कार्बोहाइड्रेट का
3. (iii) chlorophyll पर्णहरित
4. (iii) light of the sun सूर्य का प्रकाश
5. (ii) plants पौधों से

II. Fill in the blanks रिक्त स्थान भरिए :

1. Plants which get their food from other living plants, are called **parasitic** plants.
ऐसे पौधे जो अपना भोजन अन्य सजीव पौधों से प्राप्त करते हैं, **परजीवी** पौधे कहलाते हैं।
2. A food chain has **three** main components.
खाद्य श्रृंखला के **तीन** प्रमुख घटक होते हैं।
3. **Chlorophyll** is the green colouring pigment in plants.
पौधों में हरे रंग का वर्णक **क्लोरोफिल** होता है।
4. Pitcher plant and venus flytrap are examples of **Carnivorous** plants.
घटपर्णी पौधा और वीनस फ्लाई ट्रैप **मांसाहारी** पौधों के उदाहरण हैं।
5. During photosynthesis **glucose** is formed and **carbon dioxide** gas is released.
प्रकाश संश्लेषण के दौरान **ग्लूकोज** का निर्माण होता है और **कार्बन डाईऑक्साइड** गैस मुक्त होती है।

III. State whether the following statements are true (T) or false (F) :

निम्नलिखित कथनों में सत्य को 'स' और असत्य को 'अ' लिखिए :

1. T स
2. T स
3. F अ
4. F अ
5. F अ

IV. Answer the following questions briefly :

निम्न प्रश्नों के संक्षिप्त में उत्तर दीजिए :

1. The process of producing simple carbohydrates like glucose from sunlight, carbon dioxide present in the air and water taken from the soil is called photosynthesis.
प्रकाश संश्लेषण वह प्रक्रिया है जिसमें सूर्य के प्रकाश, वायु में उपस्थित कार्बन डाईऑक्साइड तथा मृदा से लिए गए जल से सामान्य कार्बोहाइड्रेट का निर्माण होता है।
2. The requirements for photosynthesis are air, water, chlorophyll and sunlight.
प्रकाश संश्लेषण के लिए वायु, जल, क्लोरोफिल और सूर्य का प्रकाश आवश्यक है।
3. In photosynthesis, the role of chlorophyll is to trap sunlight and to combine carbon dioxide and water to form glucose.
प्रकाश संश्लेषण में पर्णहरित (क्लोरोफिल) की भूमिका सूर्य के प्रकाश को ग्रहण करने एवं कार्बन डाईऑक्साइड और जल को संयोजित करके ग्लूकोज का निर्माण करने की होती है।
4. Plants grow better in summer than in winter because of more sunlight available.
पौधे सर्दियों की तुलना में गर्मी में उपलब्ध सूर्य के अधिक प्रकाश के कारण, अधिक वृद्धि करते हैं।

V. Answer the following questions in detail :

निम्न प्रश्नों के उत्तर विस्तार से दीजिए :

1. Green plants are called producers because they are the only ones in this world who make their own food.
हरे पौधे विश्व में एकमात्र हैं जो अपना भोजन स्वयं बनाते हैं, अतः वे उत्पादक कहलाते हैं।
2. Parasitic plants are the ones who are dependent on other plants or animals for their food. For example, orchids and rafflesia.
परजीवी पौधे वे होते हैं जो अपने भोजन के लिए अन्य पौधों व जंतुओं पर निर्भर होते हैं। इनके उदाहरण ऑर्किड्स और रैफ्लेसिया हैं।
3. The plants which catch and digest insects are called carnivorous plants. Examples are venus flytrap and sundew.
वे पौधे, जो कीड़ों को पकड़ते और उन्हें पचा लेते हैं, मांसाहारी पौधे कहलाते हैं। उदाहरण के लिए, वीनस फ्लाईट्रैप और सनड्यू।

4. The flow of energy from one organisation to another in the form of food is called a food chain.

एक जीव से अन्य जीव में भोजन के रूप में ऊर्जा का प्रवाह खाद्य शृंखला कहलाता है।

5. Different food chains interlinked to each other to form a food web.

विभिन्न खाद्य शृंखलाएँ आपस में जुड़कर खाद्य जाल का निर्माण करते हैं।

Activities गतिविधियाँ : Do it yourself/स्वयं करें।



12. Different Houses/विभिन्न मकान

□ अभ्यास

I. Tick (✓) the correct option (Multiple Choice Questions) :
सही विकल्प पर सही (✓) का निशान लगाइए (बहुविकल्पीय प्रश्न) :

- | | |
|---------------------------------|---------------------------------|
| 1. (iii) Both of these ये दोनों | 2. (iii) Both of these ये दोनों |
| 3. (ii) <i>havelis</i> हवेली | 4. (iii) Both of these ये दोनों |
| 5. (iii) Both of these ये दोनों | |

II. Fill in the blanks रिक्त स्थान भरिए :

- Kutcha* houses are made of mud, straw and **wood**.
कच्चे मकानों का निर्माण गीली मिट्टी, फूस और **लकड़ी** से होता है।
- A **houseboat** is a floating house.
हाउसबोट से तैरने वाला मकान होता है।
- A Kerala house has open verandas and big windows to catch the **see breeze**.
केरल के मकानों में **समुद्री हवा** के भीतर आने के लिए खुले बरामदे और बड़ी खिड़कियाँ होती हैं।
- Lakshadweep Islands are in the **Arabian** sea.
लक्षद्वीप द्वीप समूह **अरब** सागर में स्थित हैं।
- House made with **recycled** material reflects awareness of the owner towards environmental protection.
रिसाइकिल (पुनः नवीनीकरण) सामग्री से बना मकान, मकान मालिक की पर्यावरण संरक्षण के प्रति जागरूकता दर्शाता है।

III. Match the following निम्नलिखित का मिलान कीजिए :

- | | | | |
|----------|---------|----------|-----------|
| 1. (iv), | 2. (i), | 3. (ii), | 4. (iii). |
|----------|---------|----------|-----------|

IV. Answer the following questions निम्नलिखित प्रश्नों के उत्तर दीजिए :

1. A house with a lots of plants and trees tells us that its owner is environmentally conscious.

बड़ी संख्या में पौधों व वृक्षों वाला मकान बताता है कि उसका मालिक वातावरण के प्रति जागरूक है।

2. The three factors that influence the construction of a house are :

(i) Time, (ii) Effort and (iii) Money.

मकान के निर्माण को प्रभावित करने वाले तीन कारक हैं—

(i) समय, (ii) श्रम और (iii) धन।

3. Three things that must be kept in mind while building a house are :

(i) **cold climate**

(a) heating (b) exterior (c) furnishings

(ii) **hot climate**

(a) cooling (b) greenery (c) building material

ठंडी जलवायु में मकान बनाते समय निम्न बातें ध्यान में रखनी चाहिए—

(i) **ठंडी जलवायु**

(a) गर्म करने के उपाय (b) बाह्य आवरण (c) भीतरी सज्जा

(ii) **गर्म जलवायु**

(a) ठंडा रखने के उपाय (b) हरियाली (c) निर्माण सामग्री

4. It is important to use natural materials to build a house because they help to reduce water, energy and waste.

मकान बनाते समय प्राकृतिक सामग्रियों का उपयोग इसलिए महत्वपूर्ण है क्योंकि ये जल, ऊर्जा और व्यर्थ को कम करते हैं।

5. The house in an island has the following features :

(i) it has sloping roof;

(ii) its bricks are made of sand; and

(iii) its walls are made of reeds.

द्वीप पर बने मकान की निम्नलिखित विशेषताएँ होती हैं—

(i) इसकी छत ढलवा होती है;

(ii) इसकी ईंटें बालू से बनी होती हैं; और

(iii) इसकी दीवारें सरकंडों से बनी होती हैं।

Activities गतिविधियाँ : Do it yourself/स्वयं करें।



13. Natural Disasters/प्राकृतिक आपदाएँ

□ अभ्यास

I. Tick (✓) the correct option (Multiple Choice Questions) :

सही विकल्प पर सही (✓) का निशान लगाइए (बहुविकल्पीय प्रश्न) :

1. (ii) two centuries दो शताब्दियों में
2. (iii) Both of these ये दोनों
3. (iii) Both of these ये दोनों
4. (iii) Both of these ये दोनों
5. (iii) Both of these ये दोनों

II. Fill in the blanks रिक्त स्थान भरिए :

1. **Lightening** is associated with thunder.
आकाशीय विद्युत गर्जन से सम्बन्धित होती है।
2. **Epidemics** occur when the level of water decreases in rivers.
महामारियाँ फैलती हैं जब नदियों के जल का स्तर घटता है।
3. Natural disasters have become more **frequent** in recent times.
प्राकृतिक आपदाएँ अब अधिक तेजी से घटित हो रही हैं।
4. In **Himalayas** landslides often destroy lives and property.
हिमालयी क्षेत्रों में भूस्खलन जान और सम्पत्तियों की हानि करता है।
5. **First Aid** is the immediate help given to the victim of an accident.
प्राथमिक चिकित्सा दुर्घटना के शिकार व्यक्ति को तुरंत दी जाने वाली सहायता है।

III. State whether the following statements are true (T) or false (F) :

निम्नलिखित कथनों में सत्य को 'स' और असत्य को 'अ' लिखिए :

1. T स
2. F अ
3. F अ
4. T स
5. T स

IV. Answer the following questions निम्नलिखित प्रश्नों के उत्तर दीजिए :

1. The consequences of a natural disaster are death and destruction.
प्राकृतिक आपदा के परिणाम मृत्यु एवं बर्बादी होते हैं।
2. We can reduce the trauma of victims of natural disasters by :
 - (i) attending to them; and
 - (ii) helping them with food and needed things.

हम प्राकृतिक आपदा पीड़ितों के आघात को कम कर सकते हैं—

(i) उनसे मिलकर; और

(ii) उनको धन व आवश्यक वस्तुएँ देकर।

3. Flood washes away crops, damages houses and people lose all their belongings and animals.

बाढ़ फसलों को बहा ले जाती है, मकानों को क्षतिग्रस्त कर देती है और लोगों के जंतु व सम्पत्ति नष्ट हो जाते हैं।

4. A sudden and severe shaking of the ground at a particular place is called an earthquake. It causes huge loss of life and property.

किसी एक विशेष स्थान पर भूमि का अचानक व तीव्र कंपन भूकंप कहलाता है। इससे जीवन व सम्पत्ति को बहुत क्षति होती है।

5. The important rules of first aid are :

(i) to provide immediate assistance;

(ii) to prevent the worsening of the patient's condition; and

(iii) to promote recovery.

प्राथमिक चिकित्सा के महत्वपूर्ण नियम हैं—

(i) तुरन्त सहायता उपलब्ध करना;

(ii) पीड़ित की दशा बिगड़ने से रोकना; तथा

(iii) स्वास्थ्य लाभ को प्रोत्साहित करना।



14.

Water/जल

□ अभ्यास

I. Tick (✓) the correct option (Multiple Choice Questions) :

सही विकल्प पर सही (✓) का निशान लगाइए (बहुविकल्पीय प्रश्न) :

1. (iii) Precious कीमती

2. (iii) Three-fourth तीन-चौथाई

3. (iii) 3%

4. (iii) Both of these ये दोनों

5. (i) all sides सभी किनारों पर

II. Fill in the blanks रिक्त स्थान भरिए :

1. Supplying water to the crops by means other than rain is called **irrigation**.

वर्षा के अतिरिक्त अन्य साधनों से फसलों की जलापूर्ति **सिंचाई** कहलाती है।

2. About **three-fourth** of the earth's surface is covered with water.

पृथ्वी की सतह का लगभग **तीन-चौथाई** जल से ढका है।

3. A **dam** is a place where river water is collected and is used for irrigation and generating electricity.

बाँध ऐसा स्थान है जहाँ नदियों का जल एकत्रित होता है तथा सिंचाई और विद्युत उत्पादन के लिए उपयोग किया जाता है।

4. A well with steps on all its sides is called a **step-well**.

एक कुँआँ जिसके सभी किनारों पर सीढ़ियाँ होती हैं, **बावली** कहलाता है।

5. A machine which grinds grains by using the force of water, is called a **water-mill**.

ऐसी मशीन जो जल शक्ति द्वारा अनाज पीसती है **पनचक्की** कहलाती है।

III. State whether the following statements are true (T) or false (F) :

निम्नलिखित कथनों में सत्य को 'स' और असत्य को 'अ' लिखिए :

1. F अ 2. T स 3. F अ 4. T स

IV. Answer the following questions briefly :

निम्न प्रश्नों के संक्षिप्त में उत्तर दीजिए :

1. Water in seas and oceans is not fit for human consumption because it is salty.

सागरों या महासागरों का जल मानवीय उपयोग के लिए उपयुक्त नहीं है क्योंकि यह लवणीय है।

2. Various ways of drawing out groundwater are wells, tubewells and handpumps.

भूमिजल निकालने की विभिन्न विधियाँ कुँएँ, ट्यूबवैल व नल हैं।

3. Irrigation is needed to water the crops.

फसलों को जल देने के लिए सिंचाई की आवश्यकता होती है।

4. A place where free drinking water is provided to all is called a *piao*.

ऐसा स्थल जहाँ सभी के लिए निःशुल्क जल उपलब्ध होता है **प्याऊ** कहलाता है।

V. Answer the following questions in detail :

निम्न प्रश्नों के उत्तर विस्तार से दीजिए :

1. A stepwell or baoli is a well with steps on all its sides to go down to the water level.

बावली एक कुँआँ होता है जिसमें जल के स्तर तक जाने के लिए सीढ़ियाँ होती हैं।

2. In our house in a city, we get water through a network of pipes.

शहर में अपने घर में हम पाइपों के नेटवर्क (तंत्र) द्वारा जल प्राप्त करते हैं।

3. The rainwater that seeps into the ground and is collected there is called groundwater.
वर्षा का वह जल जो भूमि में रिसकर जहाँ एकत्रित हो जाता है भौमजल कहलाता है।
4. Different means of irrigation are wells, tubewells, canals and rivers.
कुएँ, ट्यूबवैल, नहरें व नदियाँ सिंचाई के विभिन्न साधन हैं।
5. A dam is a physical structure built across a river to control the flow of its water.
बाँध एक भौतिक संरचना है जो एक नदी के जल के बहाव को नियंत्रित करने के लिए उस पर बनाया जाता है।



15. Solute, Solvent and Solution/ विलेय, विलायक और विलयन

□ अभ्यास

I. Tick (✓) the correct option (Multiple Choice Questions) : सही विकल्प पर सही (✓) का निशान लगाइए (बहुविकल्पीय प्रश्न) :

1. (iii) Both of these ये दोनों
2. (iii) Sugar चीनी
3. (iii) Water जल
4. (ii) Thermocol थर्मोकॉल
5. (iii) Fixed space निश्चित स्थान

II. Fill in the blanks रिक्त स्थान भरिए :

1. The substance that dissolves in a medium to form a solution is **soluble substance**.
ऐसा पदार्थ जो किसी माध्यम में घुलकर विलयन बनाता है, **घुलनशील पदार्थ** कहलाता है।
2. **Oxygen** gas dissolves in water while **nitrogen** gas does not.
ऑक्सीजन गैस जल में घुल जाती है, जबकि **नाइट्रोजन** गैस नहीं घुलती है।
3. A substance which dissolves in a liquid is said to be **dissolved** in it.
ऐसा पदार्थ जो द्रव में घुल जाता है, इसमें **घुला हुआ** कहलाता है।

4. The medium in which a substance dissolves is called a **solvent**.

वह माध्यम जिसमें कोई पदार्थ घुल जाता है, **विलायक** कहलाता है।

5. Whether an object will float or sink in water, depends on its **density**.

कोई पदार्थ जल में डूबेगा या तैरेगा, यह उसके **घनत्व** पर निर्भर करता है।

III. State whether the following statements are true (T) or false (F) :

निम्नलिखित कथनों में सत्य को 'स' और असत्य को 'अ' लिखिए :

1. F अ 2. T स 3. T स 4. F अ

IV. Answer the following questions निम्नलिखित प्रश्नों के उत्तर दीजिए :

1. A mixture where a substance dissolves completely into another is called a solution.

वह मिश्रण जिसमें एक पदार्थ दूसरे में पूरी तरह मिल जाता है विलयन कहलाता है।

2. The amount of matter present in a given volume of a material is called its density.

किसी पदार्थ के दिए गए आयतन में उपस्थित द्रव्य की मात्रा उसका घनत्व कहलाती है।

3. If a material has a higher density than water, it will sink into it.

अगर किसी पदार्थ का घनत्व जल से अधिक है तो वह उसमें डूब जाएगा।

4. (i) Sugar, salt and lemon juice.

(ii) Wood, thermocol and mustard oil.

(iii) Stone, iron nails and sand.

(i) चीनी, नमक और नींबू का रस।

(ii) लकड़ी, थर्मोकोल और सरसों का तेल।

(iii) पत्थर, लोहे की कीलें और बालू।



16. Aquatic Plants and Animals/ जलीय पौधे और जन्तु

Pg. 177. Find Out पता कीजिए! Do it yourself/स्वयं करें।

Pg. 178. Do this इसे कीजिए! Do it yourself/स्वयं करें।

□ अभ्यास

I. Tick (✓) the correct option (Multiple Choice Questions) :

सही विकल्प पर सही (✓) का निशान लगाइए (बहुविकल्पीय प्रश्न) :

1. (iii) Both of these ये दोनों
2. (ii) floating aquatic तैरने वाले जलीय पौधे का
3. (i) fixed स्थिर जलीय पौधा
4. (i) submerged plant जलमग्न पौधा
5. (ii) fish मछली

II. Fill in the blanks रिक्त स्थान भरिए :

1. Plants living in water are called **aquatic plants**.
जल में पाए जाने वाले पौधे **जलीय पौधे** कहलाते हैं।
2. Fish have **gills** to breathe.
श्वसन के लिए मछलियों के **गलफड़े** होते हैं।
3. Dolphins and whales breathe through **lungs**.
डॉल्फिन और ह्वेल **फेफड़ों** द्वारा श्वसन करती हैं।
4. Ducks have **webbed feet** to help them swim.
बत्ख के **जालयुक्त** पैर उन्हें तैरने में सहायक होते हैं।
5. Dengue fever is caused by the bite of **Aedes** mosquito.
डेंगू बुखार **ऐडीज़** मच्छर के काटने से उत्पन्न होता है।

III. Match the following निम्नलिखित का मिलान कीजिए :

1. (iv),
2. (iii),
3. (v),
4. (ii),
5. (i).

IV. State whether the following statements are true (T) or false (F)

निम्नलिखित कथनों में सत्य को 'स' अथवा असत्य को 'अ' लिखिए :

1. T स
2. T स
3. F अ
4. T स
5. T स

V. Answer the following questions निम्नलिखित प्रश्नों के उत्तर दीजिए :

1. Under water plants, by using up carbon dioxide present in water, clean it.
जलमग्न पौधे जल में उपस्थित कार्बन डाईऑक्साइड का उपयोग करके उसे साफ करते हैं।

2. Some plants float freely on water as they are not attached to any place.
कुछ पौधे जो किसी स्थान से जुड़े नहीं होते जल की सतह पर मुक्त रूप से तैरते हैं।
3. Two features of fixed aquatic plants are :
(i) They have needle like leaves.
(ii) They breathe through their body surface.
स्थिर जलीय पौधों के दो लक्षण हैं—
(i) इनकी पत्तियाँ सुई के समान होती हैं।
(ii) वे अपने शरीर की सतह से श्वसन करते हैं।
4. Two free-floating plants are water hyacinth and duckweed.
दो मुक्त प्रवाही जलीय पौधे जल कुंभी और डकवीड हैं।
5. Animals that live on both land and in water are called amphibious animals.
वे जंतु जो जल और थल दोनों स्थानों पर रह सकते हैं उभयरचर कहलाते हैं।
6. Two aquatic mammals are whale and dolphin. They breathe through lungs.
व्हेल और डॉल्फिन दो जलीय स्तनजीवी हैं। वे फेफड़ों द्वारा श्वसन करते हैं।

□

17. Save Fuel, Save Energy/ ईंधन बचाइए, ऊर्जा बचाइए

□ अभ्यास

I. Tick (✓) the correct option (Multiple Choice Questions) : सही विकल्प पर सही (✓) का निशान लगाइए (बहुविकल्पीय प्रश्न) :

1. (iii) Both of these ये दोनों
2. (iii) under the earth पृथ्वी के नीचे
3. (iii) millions of years लाखों वर्षों में
4. (i) 45 years 45 वर्ष में

II. Fill in the blanks रिक्त स्थान भरिए :

1. A **refinery** processes crude oil and refines it into useful products.
रिफाइनरी में कच्चे तेल को संसाधित और परिष्कृत करके उपयोगी उत्पादों में परिवर्तित करते हैं।

2. India has very limited reserves of **oil**.
भारत के पास **तेल** के बहुत सीमित भण्डार हैं।
3. **Walk** to nearby places and avoid using a vehicle.
समीप के स्थानों तक **पैदल** जाना चाहिए और वाहनों का उपयोग नहीं करना चाहिए।
4. Petroleum or crude oil is taken out from the earth by **drilling**.
पेट्रोलियम या कच्चा तेल भूमि के नीचे से **ड्रिलिंग** द्वारा निकाला जाता है।
5. Non-renewable sources cannot be replenished.
अनवीकरणीय स्रोत कभी दोबारा नहीं पाए जा सकते हैं।

III. Answer the following questions निम्नलिखित प्रश्नों के उत्तर दीजिए :

1. Yes, industrial revolution has increased pollution. It has increased the use of coal and the number of factories and vehicles.
हाँ, औद्योगिक क्रांति ने प्रदूषण को बढ़ाया है। इसने कोयले के उपयोग को बढ़ाया है तथा कारखानों और वाहनों की संख्या को बढ़ाया है।
2. Fuels found deep below the ground are called fossil fuels. We need to conserve them as their reserves are limited.
भूमि के नीचे गहराई में पाए जाने वाले ईंधन जीवाश्म ईंधन हैं। चूँकि इनके भंडार सीमित हैं। हमें इन्हें संरक्षित करने की आवश्यकता है।
3. Renewable source of energy are solar power and wind power. They are better because they do not cause pollution.
सौर ऊर्जा व पवन ऊर्जा नवीकरणीय स्रोत हैं। ये बेहतर हैं क्योंकि ये प्रदूषण नहीं फैलाते।
4. CNG is called green fuel as it does not pollute.
सी०एन०जी० प्रदूषण नहीं फैलाता इसलिए हरित ईंधन कहलाता है।
5. Metro is an abbreviation of metropolitan. It is local train system. It is a popular mode of public transport as it does not get caught in traffic.
मैट्रो महानगर का छोटा रूप है। यह एक स्थानीय रेल प्रणाली है। यह सार्वजनिक परिवहन का साधन है जो ट्रैफिक में नहीं फँसती है।



18. Indian Heritage/भारतीय विरासत

□ अभ्यास

I. Tick (✓) the correct option (Multiple Choice Questions):

सही विकल्प पर सही (✓) का निशान लगाइए (बहुविकल्पीय प्रश्न) :

1. (iii) monuments स्मारक
2. (iii) Both of these ये दोनों
3. (iii) Both of these ये दोनों
4. (iii) astronomical tools खगोलिय यन्त्र
5. (i) Odisha ओडिशा में

II. Fill in the blanks रिक्त स्थान भरिए :

1. The Konark Sun Temple is also known as the Black **Pagoda**.
कोणार्क सूर्य मन्दिर ब्लैक **पैगोडा** के नाम से भी जाना जाता है।
2. Maharaja Sawai Jai Singh II built **five** Jantar Mantars.
महाराजा सवाई जय सिंह द्वितीय ने **पाँच** जन्तर-मन्तरो का निर्माण किया था।
3. The Golconda Fort has a number of imposing **gateways**.
गोलकुण्डा किले के अनेक विशाल **प्रवेश द्वार** हैं।
4. The Taj Mahal is a **unique** masterpiece.
ताजमहल एक **अनूठी** कलाकृति है।
5. Our historical monuments reflect the great **past** of India.
हमारे ऐतिहासिक स्मारक भारत के महान **अतीत** को प्रकट करते हैं।

III. State whether the following statements are true (T) or false (F)

निम्नलिखित कथनों में सत्य को 'स' अथवा असत्य को 'अ' लिखिए :

1. T स
2. T स
3. F अ
4. T स
5. F अ

IV. Answer the following questions निम्नलिखित प्रश्नों के उत्तर दीजिए :

1. The special features of Indian architecture of the earlier period are the influence of Iranian and European styles.
प्रारम्भिक काल की भारतीय वास्तुकला के विशेष लक्षण उस पर ईरानी और यूरोपीय प्रभाव हैं।
2. A building with great architectural, aesthetic, historic or cultural value is a heritage building.
जिस इमारत की वास्तुकला, सौंदर्यात्मक, ऐतिहासिक अथवा सांस्कृतिक महत्व महान है, विरासती इमारत कहलाती है।

3. The main reason for the destruction of our historical buildings are foreign invaders and time.
हमारी ऐतिहासिक इमारतों के विनाश के मुख्य कारण विदेशी आक्रमणकारी व समय है।
4. The conservation, preservation and restoration of a heritage building means to restore it to its past glory and the maintain it.
विरासती इमारत के रख-रखाव, संरक्षण तथा पुनःनिर्माण का अर्थ उसे उस की पुरानी भव्यता तक पहुँचाना तथा बनाए रखना है।
5. Do it yourself/स्वयं करें।
6. Different temple styles of ancient India were Dravidian and Vesara.
द्रविड़ व वेसर शैलियाँ प्राचीन भारत के मंदिरों की शैलियाँ थीं।



19. Food from Plants to Plate/ भोजन—पौधों से प्लेट तक

□ अभ्यास

I. Tick (✓) the correct option (Multiple Choice Questions) :

सही विकल्प पर सही (✓) का निशान लगाइए (बहुविकल्पीय प्रश्न) :

1. (ii) nature प्रकृति पर
2. (iii) Both of these ये दोनों
3. (iii) barley and rice जौ और चावल
4. (iii) river valleys नदी घाटियों में
5. (i) Harvesting कटाई

II. Fill in the blanks रिक्त स्थान भरिए :

1. Man cleared **forests** to grow crops.
मानव ने फसल उगाने के लिए **वनों** की सफाई की।
2. Early man depended on **agriculture** to fulfil all his needs.
प्राचीन मानव अपनी जरूरतों की पूर्ति के लिए **खेती** पर निर्भर था।
3. In olden times, agriculture was dependent on **monsoon**.
प्राचीन काल में कृषि **वर्षा** पर निर्भर थी।
4. Traces of early settlements have been found in **river** valley.
प्रारम्भिक बस्तियों के प्रमाण **नदी** घाटी में पाए गए हैं।

5. Hybrid seeds are carefully grown and sown.

संकर बीज सावधानी से बोए और उगाए जाते हैं।

III. State whether the following statements are true (T) or false (F)

निम्नलिखित कथनों में सत्य को 'स' अथवा असत्य को 'अ' लिखिए :

1. T स 2. F अ 3. T स 4. F अ

IV. Answer the following questions निम्नलिखित प्रश्नों के उत्तर दीजिए :

1. Agriculture means tilling the soil and growing crops. It also includes rearing of livestock. Early knowledge about agriculture is a collection of experiences that were passed on orally from one generation to another.

मवेशी पालने के अतिरिक्त मिट्टी को जोतना व फसल उगाना कृषि है।

2. Early settlements were built near river valleys because of fertile soil and availability of water for irrigation and domestic needs.

प्रारम्भिक बस्तियाँ नदी घाटियों के समीप उपजाऊ भूमि तथा सिंचाई एवं घरेलू आवश्यकताओं के लिए जल की उपलब्धता के कारण बसाई गईं। कृषि का प्रारम्भिक ज्ञान अनुभवों का संग्रह है, जो एक पीढ़ी से दूसरी पीढ़ी में मौखिक रूप से आता गया।

3. Tools used by man at different stages reflect the level of development of the time. In the early stages of agriculture, he used tools made of stone. Later, he sharpened and polished them. The discovery of metal led to a great improvement in the tools used by farmers and people belonging to other occupations, who were indirectly dependent on farming like potter, blacksmith, weaver, basketmaker, etc.

विभिन्न अवस्थाओं में मनुष्य द्वारा प्रयोग किए औजार उस काल के विकास का स्तर दर्शाते हैं। कृषि की प्रारम्भिक अवस्था में वह पत्थर के औजारों का उपयोग करता था। बाद में वह उन्हें पैंना करने व चमकाने लगा। धातुओं की खोज से किसानों और अन्य व्यवसायों से जुड़े लोगों, जो अप्रत्यक्ष रूप से कृषि पर निर्भर थे; जैसे—कुम्हार, सुनार, जुलाहा, टोकरी बनाने वाला इत्यादि के द्वारा उपयोग किए जाने वाले औजारों के स्तर में बहुत प्रगति हुई।

4. Agriculture has undergone a great change with the development in science and technology. Today it is possible to adopt methods of extracting higher yield and better

quality of crops from a given area of land by analysing the soil, using better seeds (hybrid varieties), good fertilisers, pesticides, insecticides, proper irrigation and modern tools. विज्ञान और तकनीकी में विकास के साथ कृषि में महान परिवर्तन आए हैं। आज किसी दिए गए भूमि के क्षेत्र से मिट्टी के विश्लेषण, बेहतर (संकर किस्म) बीजों, उत्तम उर्वरक, कीटनाशकों, उचित सिंचाई और आधुनिक औजारों के उपयोग से बेहतर उपज व गुणवत्ता वाली फसलें पाने की विधियाँ संभव हुई हैं।

5. In olden times, agriculture was totally dependent on rains. If the monsoon failed to arrive in time, then the crops were destroyed. Horses and oxen were used to turn the water wheel to pull water from the wells. Electricity has brought great changes in irrigation. Tube wells and canals have been dug to facilitate agriculture. Use of modern techniques of irrigation like sprinklers and drip irrigation have become possible only because of electricity.

प्राचीन काल में कृषि पूरी तरह वर्षा पर निर्भर थी। यदि मानसून के आने में विलम्ब होता तब फसलें नष्ट हो जाती थीं। घोड़ों और बैलों का उपयोग कुएँ से जल निकालने के लिए रहट घुमाने के लिए होता था। विद्युत सिंचाई महान परिवर्तन लाई है। कृषि को सुविधाजनक बनाने के लिए नहरें खोदी गईं और ट्यूबवेल लगाए गए। सिंचाई की आधुनिक तकनीकें; जैसे छिड़काव और ड्रिप सिंचाई केवल विद्युत के कारण संभव हुई हैं।

