आप सदा ... मित्र को पत्र
लिखें।

10. प्रश्नमञ्चः (सम्बोधनम्)

हिंदी अर्थ–

(अध्यापिका कक्षा में प्रवेश करती है। सभी छात्र उठते हैं।)

छात्राः – आचार्या! सुप्रभात (सुबह की नमस्ते)।

शिक्षिका – हे छात्रों! सुप्रभात।

छात्राः – आचार्या! आज हम सब पढ़ना नहीं चाहते।

शिक्षिका – तो क्या चाहते हो?

छात्राः – आज हम मौखिक कार्य करना चाहते हैं।

शिक्षिका – ठीक है। आज प्रश्नमंच का आयोजन करते हैं। मैं प्रश्न पूछूँगी तुम सब उत्तर दोगे।

सुधा – जो उत्तर देगा, क्या वह पुरस्कार प्राप्त करेगा?

शिक्षिका – हाँ ऐसा ही है। अर्चना! तुम बताओ–रामायण की रचना करने वाले कौन थे?

अर्चना – वाल्मीकि रामायण की रचना करने वाले थे।

शिक्षिका – सुंदर। रामचरितमानस की रचना करने वाले कौन थे?

अर्चना – महाकवि तुलसीदास।

शिक्षिका – उत्तम। रमा! तुम बताओ–रामायण में किसकी कथा है?

रमा – रामायण में श्रीराम की कथा है।

शिक्षिका – श्रीराम के पिता कौन थे? श्वेता! तुम बताओ।

श्वेता – श्रीराम के पिता दशरथ थे।

शिक्षिका – नेहा! दशरथ के कितने पुत्र थे?

नेहा – दशरथ के चार पुत्र थे।

शिक्षिका – नाम बताओ।

नेहा – राम, लक्ष्मण, भरत, शत्रुघ्न।
शिक्षिका – लता! संस्कृत का प्रसिद्ध नाटक कौन-सा है?
लता – अभिज्ञानशाकुन्तलम्।
शिक्षिका – उसकी रचना करने वाले कौन थे?
लता – महाकवि कालिदास।
शिक्षिका – सुंदर। अनन्या! तुम बताओ–शिक्षक दिवस कब मनाया जाता है?
अनन्या – सितंबर महीने की पाँच तारीख को।
शिक्षिका – उत्तम। भानु! तुम बताओ–महाभारत की रचना करने वाले कौन थे?
भानु – महर्षि वेदव्यास। श्रीमद्‌भगवद्‌गीता महाभारत के भीष्मपर्व का ही अंश है।
शिक्षिका – सुंदर। 'कामायनी' महाकाव्य के कवि कौन हैं?
विभा – जयशंकर प्रसाद। वे हिंदी साहित्य के प्रसिद्ध कवि थे।
शिक्षिका – सुंदर। तुम सबने ठीक उत्तर बोले। सब पुरस्कार प्राप्त करें।
छात्राः – धन्यवाद आचार्या।
शिक्षिका – अब घंटा समाप्त हो गया है। हम सब जाते हैं।

अभ्यासः

संकलनात्मकं मूल्यांकनम्

1. **पठत स्मरत च–** (पढ़िए और याद कीजिए–)
दिए गए ग्रन्थकार तथा उनकी रचनाओं आदि के बारे में बच्चे पढ़ें तथा उन्हें
करें।

2. **उचितम् उत्तरं चिनुत–** (उचित उत्तर चुनिए–)
(क) (*i*) रामायणस्य ✓
(ख) (*iii*) रामायणे ✓
(ग) (*iii*) श्रीरामस्य ✓
(घ) (*ii*) तिस्रः ✓
(ङ) (*iii*) विष्णुशर्मा ✓

3. **एकपदेन उत्तरत–** (एक पद में उत्तर दीजिए–)
(क) वाल्मीकिः (ख) तुलसीदासः (ग) वेदव्यासः
(घ) चत्वारः (ङ) सीता

4. **पूर्णवाक्येन उत्तरत–** (पूरे वाक्य में उत्तर दीजिए–)
(क) रामायणे श्रीरामस्य कथा अस्ति।
(ख) दशरथस्य पुत्राः–रामः, लक्ष्मणः, भरतः, शत्रुघ्नः च आसन्।
(ग) संस्कृतस्य प्रसिद्धं नाटकम् अभिज्ञानशाकुन्तलम् अस्ति।
(घ) श्रीमद्‌भगवद्‌गीता महाभारतस्य भीष्मपर्वणः अंशः अस्ति।
(ङ) जयशंकरप्रसादस्य प्रसिद्धा रचना कामायनी अस्ति।
(च) संस्कृतदिवसः श्रावणमासस्य पूर्णिमातिथौ मन्यते।

5. **रञ्जितपदमाधृत्य प्रश्ननिर्माणं कुरुत–** (रंगीन पदों के आधार पर प्रश्न बनाइए–)
(क) प्रतियोगिता **कुत्र** भवति?
(ख) श्रीरामः **कस्य** पुत्रः आसीत्?
(ग) शिक्षकदिवसः **कदा** मन्यते?
(घ) हिन्दीसाहित्यस्य प्रसिद्धः कविः **कः** आसीत्?
(ङ) शेक्सपीयरः **कस्याः** भाषायाः कविः आसीत्?
(च) **कस्य** रचनाकारः विष्णुशर्मा आसीत्?
(छ) रामचरितमानसम् **कः** अलिखत्?

6. **भिन्नप्रकृतिकं पदं रेखांकितं कुरुत–** (भिन्न प्रकृति वाले पद को रेखांकित कीजिए–)

अद्य	श्वः	अस्मिन्	परश्वः
वासरे	मासे	वर्षे	उद्यानम्
लेखकः	भ्राता	कविः	रचनाकारः
पिता	माता	पितामहः	पुस्तकम्
गमिष्यति	कुरु	यच्छ	पठ

7. **परस्परमेलनं कुरुत–** (परस्पर मिलान कीजिए–)

वेदाः	सप्त
ग्रहाः	त्रयः
ऋषयः	षट्
लोकाः	चत्वारः
ऋतवः	नव

8. **उदाहरणम् अनुसृत्य विभक्तिं वचनं च लिखत–** (उदाहरण के अनुसार विभक्ति और वचन लिखिए–)

	पदानि	विभक्तिः	वचनम्
यथा–	रामायणस्य	षष्ठी	एकवचनम्
	त्वम्	प्रथमा	एकवचनम्
	वयम्	प्रथमा	बहुवचनम्
	रचनाकारः	प्रथमा	एकवचनम्
	नाटके	सप्तमी	एकवचनम्
	रामाय	चतुर्थी	एकवचनम्

9. **निर्देशानुसारं शब्दरूपाणि लिखत निर्देशानुसार शब्दरूप लिखिए–**

	शब्दः	विभक्तिः	एकवचनम्	द्विवचनम्	बहुवचनम्
यथा–	गुरु	तृतीया	गुरुणा	गुरुभ्याम्	गुरुभिः
	राम	षष्ठी	रामस्य	रामयोः	रामायणम्
	पुस्तक	चतुर्थी	पुस्तकाय	पुस्तकाभ्याम्	पुस्तकेभ्यः
	कमल	द्वितीया	कमलम्	कमले	कमलानि

लता	चतुर्थी	लतायै	लताभ्याम्	लताभ्यः
नौका	पञ्चमी	नौकायाः	नौकाभ्याम्	नौकाभ्यः

क मूल्यांकनम्

संस्कृतसाहित्यस्य प्रमुखकवीनां विषये ज्ञात्वा तेषां ग्रन्थाणां तालिकां रचयत–
(संस्कृत साहित्य के प्रमुख कवियों के बारे में जानकर उनके ग्रन्थों की तालिका बनाइए–)

छात्र स्वयं भी प्रयास करें। कुछ का विवरण–

संस्कृत कवि	**ग्रन्थाः**
महाकविः कालिदासः	रघुवंशम्, कुमारसम्भवम्, अभिज्ञानशाकुन्तलम्, मेघदूतम्
बाणभट्टः	कादम्बरी
भवभूतिः	उत्तररामचरितम्, महावीरचरितम्
भासः	प्रतिमानाटकम्, दूतवाक्यम्
विष्णु शर्मा	पञ्चतन्त्रम्
भर्तृहरिः	नीतिशतकम्
वेदव्यासः	महाभारतम्

उदाहरणानुसारं पुस्तकस्य समक्षे तस्य रचनाकारस्य अंकम् लिखत–
(उदाहरण के अनुसार पुस्तक के सामने उसके रचनाकार का अंक लिखिए–)

ग्रन्थः	**रचनाकारः**	**ग्रन्थः**	**रचनाकारः**
महाभारतम्	7	कामायनी	3
जूलियससीजरः	5	अष्टाध्यायी	1
पञ्चतन्त्रम्	6	नीतिशतकम्	2
कादम्बरी	8		

12. स्वास्थ्यचर्चा (विधिलिङ् लकारः)

- गुरुजी! हम सब (आपको) प्रणाम करते हैं।
- आयुष्मान् होओ। आप सब बैठो।
- गुरुजी! आज हम किस विषय में बातचीत करेंगे?

आचार्य – आज मैं आप सबको स्वास्थ्य के विषय में कुछ ज्ञान दूँगा। क्या आप सबने आयुर्वेद का नाम सुना है?

एक शिष्य – हाँ गुरुजी! आयुर्वेद प्राचीन भारतीय चिकित्सा पद्धति है। परंतु मैं अधिक नहीं जानता। आप बताइए।

आचार्य – आयुर्वेद के पिता महर्षि चरक थे। उन्होंने 'चरक संहिता' नामक आयुर्वेद का ग्रन्थ लिखा।

एक शिष्य – आचार्य! क्या आयुर्वेद में विभिन्न चूर्णों, रसायनों और वनस्पतियों से इलाज होता है?

आचार्य – उसमें न केवल प्राकृतिक पदार्थों से इलाज है अपितु स्वास्थ्य रक्षा के उपायों का वर्णन भी है।

एक शिष्य – आचार्य! क्या योगासन भी आयुर्वेद के अंग हैं?

आचार्य – नहीं, योगशास्त्र तो आयुर्वेद का सहायक शास्त्र है। किन्तु यदि हम आयुर्वेद में वर्णित स्वास्थ्य के नियमों का पालन करें, हितकर, सीमित और ऋतु के अनुसार भोजन करें, नित्य व्यायाम आदि का आचरण करें तो हमेशा स्वस्थ रहें कभी भी बीमार न होएँ।

एक शिष्य – आचार्य! वे कौन-से नियम हैं?

आचार्य – संक्षेप में कहता हूँ। सदा हितकर भोजन खाना चाहिए अर्थात् जिस भोजन से स्वास्थ्य की रक्षा हो वही भोजन खाना चाहिए। भोजन सदा सीमित मात्रा में खाना चाहिए। गर्मी के समय में शीतल (ठंडे) पदार्थ खाने चाहिए और सर्दी के समय में गरम पदार्थ खाने चाहिए। बिना भूख के कभी भी नहीं खाना चाहिए। हमेशा भूख में ही खाना चाहिए। हमेशा सुबह के समय कसरत करनी चाहिए। सुगठित शरीर के लिए विभिन्न योगासन करने चाहिए। कहा गया है– सुबह के समय हमेशा कसरत और योगासन करने चाहिए और भूख लगने पर हितकर, सीमित और मौसम के अनुसार भोजन करना चाहिए।

अभ्यासः

संकलनात्मकं मूल्यांकनम्

1. **पठत, स्मरत लिखत च–** (पढ़िए, याद कीजिए और लिखिए–)
   यहाँ विधिलिङ् लकार में पठ् धातु के रूप दिए गए हैं। बच्चे उन्हें पढ़कर याद करें तथा सामने लिखें।
2. **उचितम् उत्तरं चिनुत–** (उचित उत्तर चुनिए–)
   (क) (*ii*) स्वास्थ्यविषयम् ✓ (ख) (*i*) आयुर्वेदस्य ✓
   (ग) (*iii*) हितकरम् ✓ (घ) (*iv*) व्यायामम् ✓
   (ङ) (*ii*) बुभुक्षाम् ✓
3. **एकपदेन उत्तरत–** (एक पद में उत्तर दीजिए–)
   (क) स्वास्थ्यविषयम् (ख) महर्षिः चरकः (ग) योगासनानि
   (घ) ग्रीष्मकाले (ङ) शीतकाले (च) बुभुक्षायाम्

4. **पूर्णवाक्येन उत्तरत–** (पूरे वाक्य में उत्तर दीजिए–)
   (क) आयुर्वेदः प्राचीना भारतीया चिकित्सापद्धतिः अस्ति।
   (ख) महर्षिः चरकः 'चरकसंहिता' नाम आयुर्वेदस्य ग्रन्थः अलिखत्।
   (ग) आयुर्वेदे न केवलं प्राकृतिकैः पदार्थैः चिकित्सा भवति अपितु स्वास्थ्यरक्षणस्य उपायानां वर्णनमपि अस्ति।
   (घ) योगशास्त्रं आयुर्वेदस्य सहायकं शास्त्रम् अस्ति।
   (ङ) यदि वयम् आयुर्वेदे वर्णितानां स्वास्थ्यनियमानां पालनं कुर्याम हितं मितम् ऋतं च भोजनं खादेम, नित्यं व्यायामादिकम् आचरेम तर्हि सदैव स्वस्थाः भवेम।
   (च) शरीरसौष्ठवाय विभिन्नानि योगासनानि आचरेत्।
5. **शुद्धकथनानां समक्षम् 'आम्' अशुद्धकथनानां समक्षं च 'नहि' इति लिखत–** (शुद्ध कथनों के सामने 'हाँ' तथा अशुद्ध कथनों के सामने 'नहीं' लिखिए–)
   (क) आम् (ख) नहि (ग) आम् (घ) नहि (ङ) आम्
6. **उदाहरणानुसारं प्रकृति-प्रत्यय विभागं कुरुत–** (उदाहरण के अनुसार प्रकृति-प्रत्यय अलग कीजिए–)

यथा–	पठितुम्	–	√पठ्	+ तुमुन् (तुम्)
	चलितुम्	–	√चल्	+ तुमुन् (तुम्)
	कर्तुम्	–	√कृ	+ तुमुन् (तुम्)
	गन्तुम्	–	√गम् (गच्छ्)	+ तुमुन् (तुम्)
	सेवितुम्	–	√सेव्	+ तुमुन् (तुम्)
यथा–	हसित्वा	–	√हस्	+ क्त्वा (त्वा)
	गत्वा	–	√गम् (गच्छ्)	+ क्त्वा (त्वा)
	दृष्ट्वा	–	√दृश् (पश्य्)	+ क्त्वा (त्वा)
	पृष्ट्वा	–	√पृष् (पृच्छ्)	+ क्त्वा (त्वा)
	नत्वा	–	√नम्	+ क्त्वा (त्वा)

7. **मञ्जूषातः क्रियापदानि चित्वा वाक्यानि पूरयत–** (मञ्जूषा से क्रियापद चुनकर वाक्य पूरे कीजिए–)
   (क) सदा प्रातःकाले **उत्तिष्ठेत्।**
   (ख) प्रातःकाले व्यायामं **कुर्यात्।**
   (ग) भोजनं परिमितमात्रायां **खादेत्।**
   (घ) सदा हितकरं भोजनं **भक्षयेत्।**
   (ङ) शरीरसौष्ठवाय योगासनानि **आचरेत्।**
   (च) सर्वदा प्रियवाक्यानि **वदेत्।**
8. **वाक्यानि पूरयितुं शुद्धं विकल्पं चिनुत–** (वाक्य पूरे करने के लिए शुद्ध विकल्प चुनिए–)
   (क) (*ii*) प्राचीना ✓
   (ख) (*iii*) जनकः ✓
   (ग) (*i*) रसायनैः ✓
   (घ) (*ii*) आयुर्वेदस्य ✓
   (ङ) (*iii*) शीतलानि ✓
   (च) (*i*) उष्णानि ✓

(छ) (iii) बुभुक्षाम् ✓

(ii) प्रातःकाले ✓

(ज) (i) योगासनानि ✓

(धातरूप पूरे कीजिए-)