

Hindi HW - 13/11/2021

Name - Swarjit Nath

class - VI Sec - B



~~प्रश्न~~ व्यायाम

अपना गलू यांत्र

1. प्रश्न. व्यायाम का क्या महत्व है?

2. प्रश्न. आज व्यक्ति क्या बोल गया है?

3. प्रश्न. शरीर को उपवास करने वाला

व्यक्ति क्या नुकसान करता है?

4. प्रश्न. अच्छे स्वास्थ्य के लिए क्या-
क्या आवश्यक है?

उत्तर

1. प्रश्न. शरीर को स्वस्थ बना या निरोग
रखने से व्यायाम का बहुत महत्व
है।

2. प्रश्न. आज व्यक्ति मूल गया है की वह अपनी भाग - दोड़ वाली जिंदगी का वह तभी तक हिस्सा है जब तक वह स्वास्थ्य व्यक्ति अपनी भागदोड़ वाली जिंदगी के कारण त्याग करना मुन जसा ।

3. प्रश्न. शरीर की उपेक्षा करने वाला व्यक्ति अपने लिए शीवा, बुद्धि तथा सृष्टि का कर्वाजा शीलता है ।

4. प्रश्न. अच्छे स्वास्थ्य के लिए सांत्वित त बीजन, स्वच्छ जल तथा शुद्ध

वायु आवश्यक है।