Grade 10 Tutorial 1
[redacted]

1. Translate into Hindi.

We spend hours infront of the television. Television viewing is considered as an educative past time. Some people believe that watching television is harmful to the eyes. It can be the case if the television set is not properly installed. It is bad for the eyes to watch television in a dark room. When there is some light in he room, one can see the picture without any strain on the eyes. Children should be taught not to sit very close to the television. It is good to turn away from the screen now and then. Look around the room or beyond the window. This will give some rest to the eyes.

Vocabulary

Harmful- नुकसानदायक set-यंत्र strain- जोर
screen- पर्दे beyond- पार rest- आराम

2. Translate into English:-

कुछ लोग त्वरित आहार खाना पसन्द करते हैं। इन खाद्य पदार्थों में पौष्टिक तत्त्व न के बराबर होते हैं। दही, फल आदि खाने से शरीर स्वस्थ रहता है। खाना तभी खाना चाहिए जब भूख लगी हो न कि घड़ी के हिसाब से। चार छः घंटे बाद खाना ठीक होता है। स्वस्थ रहने के लिए तथा वजन घटाने के लिए व्यायाम करना तथा सही अल्पाहार लेना जरूरी है। इन दोनों से भूख पर नियंत्रण रहता है। सभी लोग स्वस्थ रहना चाहते हैं पर व्यायाम करना तथा अपने खान-पान पर नियंत्रण रखना पसन्द नहीं करते। त्याग बिना कुछ नहीं मिलता।

Vocabulary

पौष्टिक तत्त्व - nutritive elements खाद्य पदार्थ- eatables
वजन- weight अल्पाहार- moderate meal नियंत्रण- control.

3. Fill in the blanks with words in brackets:-

क. मोरिशस में ....विकास हो रहा है। (उद्योग)
ख. उसे ....कार्य में बड़ी रुचि है। (अद्यापक)
ग. मोरिशस में अनेक .... पत्र प्रकाशित होते हैं। (दिन)
घ. किसने प्रतिनिधि मण्डल का ....किया है? (नेता)
ङ. ....प्रधान मंत्री मोरिशस आ चुके हैं। (भारत)
च. गुरुजी ने एक .... कहानी सुनायी। (हंसना)
छ. आजकल ....पदार्थों के दाम बढ़ रहे हैं। (खाना)
ज. गुरुजी...........सामग्रियों का प्रयोग करते हैं। (श्रवण)
झ. उसके पास केवल..............ज्ञान है। (पुस्तक)
ञ. मैंने एक-----------सपना देखा है। (भय)

4. Read the passage carefully and answer the questions that follow:-

एक मजदूर था। आदमी कसकर मेहनत करता था और जो भी मिलता, उसमें अपना खर्च चला लेता। उसे न ज्यादा कमाने की इच्छा थी, न बड़ा आदमी बनने की। वह और उसकी पत्नी दोनों बड़े सुखी थे। उनके पड़ोस में एक धनी आदमी रहता था। वह हमेशा कमाई के चक्कर में रहता था। इसलिए उसे हर घड़ी चिन्ताएँ घेरे रहती थीं।

एक दिन एक साधु उधर से निकला। धनी आदमी ने उसे अपने यहाँ बुलाकर कहा, 'महाराज, मैं बहुत परेशान हूँ। मुझे उससे बचने का रास्ता बताइए।' साधु बोला, 'तुम्हारी चिन्ताओं और परेशानियों का कारण धन संचय है। जरा अपने गरीब पड़ोसी को देखो। उसके पास पैसे के नाम पर कुछ भी नहीं है, इससे उसे चिन्ता नहीं व्यापती और उसका चेहरा फूल की तरह खिला रहता है। हाथ-पैर की मेहनत से जो कमाई होती, उसी में मस्त रहता है।' धनी आदमी साधु से असहमत थे।

अगले दिन धनी आदमी ने साधु की सलाह से एक कपड़े में निन्यानबे रुपये बांधकर उस गरीब के आंगन में फेंक दिये। उस दिन उस गरीब आदमी के घर में चूल्हा नहीं जला। दूसरे दिन सवेरे ही साधु पैसे वाले को लेकर उस गरीब आदमी के घर गया

और पूछा, 'कल तुम्हारे यहाँ खाना क्यों नहीं बना?' गरीब आदमी ने सच-सच सारा हाल कह दिया। बोला, 'कल हमारे आंगन में एक पोटली पड़ी मिली, जिसमें निन्यानबे रुपये थे। सोचा इनमें एक रुपया और मिल जाए तो पूरे सौ हो जाएँ। इसीलिए हमने एक-एक दिन छोड़कर खाना बनाने को तय किया। इस तरह एक रुपया बचेगा और हमारे पास पूरे सौ रुपये होंगे।'

साधु ने मुस्कराकर धनी की ओर देखा। फिर बोला, 'निन्यानबे मिलने पर आदमी सौ की इच्छा करता है और सौ मिलने पर हजार की। यही चिंता और दुख की जड़ है।'

(i) Give a suitable title for the passage.
(ii) Answer the following questions:-

क. जीवन के प्रति मजदूर तथा धनी आदमी के दृष्टिकोणों में क्या अन्तर था?
ख. धनी आदमी क्यों परेशान रहता था?
ग. साधु ने मजदूर के आंगन में रुपए फेंकने का आदेश क्यों दिया?
घ. अगर मजदूर को रुपये की पोटली नहीं मिलती तो क्या होता?
ङ. चिंता तथा दुख की जड़ क्या है?

(iii) Give the synonym of :-मेहनत, संचय, रास्ता, चेहरा, तय।
(iv) Give the antonym of :-- सुखी, धनी, असहमत, ज्यादा, खिलना।
(v) Explain :-- मज़दूर, साधु, पड़ोसी, धनी, गरीब।
(vi) Translate :- desire, worry, advice, decide, root.

5. Write an essay of about 200 words in Hindi:

किसी निबन्ध प्रतियोगिता में आपको पाँच हज़ार रुपये का इनाम मिला। इस राशि को खर्च करने की आप क्या योजना बना रहे हैं। इसका वर्णन कीजिए।

You have won five thousand rupees in an essay competition. Describe how you are planning to spend this amount.