

विद्या भवन बालिका विद्यापीठ लखीसराय  
वर्ग दशम् विषय संस्कृत विषयशिक्षक श्यामउदय सिंह  
ता: 15-06-2021 (एन.सी.ई.आर. टी. पर आधारित )

पाठः तृतीयःपाठनाम व्यायामः सदा पथ्यः (बोर्ड बेस्ड

क्वेश्चन)

1. अधोलिखित श्लोकानाम् भावार्थम् मञ्जूषायाः सहायतया उचित-क्रमेण पूरयत्।

शरीरायासजननं कर्म व्यायामसंज्ञितम्।

तत्कृत्वा तु सुखं देहं विमृद्नीयात् समन्ततः॥

भावार्थः- अस्यभावेऽस्ति यत् शरीरस्य (i)\_\_\_\_\_ कार्यं (ii)\_\_\_\_\_ कथ्यते। तं कृत्वा जनाः  
(iii)\_\_\_\_\_ सुखं प्राप्नुवन्ति अतः समन्ततः शरीरस्य (iv)\_\_\_\_\_ अवश्यमेव नित्यं  
कर्तव्यम्।

**मञ्जूषा-** मर्दनम्, परिश्रमस्य, व्यायामः, दैहिकं

2. स्थूलपदमाधृत्य प्रश्ननिर्माणं कुरुत-

- व्यायामं कृत्वा सुखं प्राप्नोति।
- व्यायामात् आरोग्यम् उपजायते।
- शरीरस्य मृजायै व्यायामः कर्तव्यः।
- गात्राणां सुविभक्तता व्यायामेन संभवति।

3. स्थूलपदमाधृत्य प्रश्ननिर्माणं कुरुत-

- मनुष्यस्य जीवने जरा सहसा आक्रम्यति?
- मनुष्यस्य मासं व्यायामेन परिपक्वं भवति।
- व्यायामिनः विरुद्धम् भोजनम् अपि परिपच्यते।
- व्यायामः वसन्तऋतौ अतीव लाभदायकः भवति

उत्तराणि

1. i. परिश्रमस्य, ii. व्यायामः, iii. दैहिकं, iv. मर्दनम्

2. i. कम्, ii. किम्, iii. कः, iv. केन

3.i. का, ii. कीदृशं, iii. के, iv. कदा