

SANSKAR SCHOOL
GRADE-V
Assignment 16
Date: Monday, 18th May 2020

ENGLISH:

Assessment of ' Kinds of Nouns and Noun' number will be conducted during online class on Monday (18/5/20)

HINDI:

Theme: Who we are

नाम -.....

कक्षा -५ वर्ग-.....

दिनांक --१५-५-२०२०

अपठित गद्यांश

निम्न गद्यांश को पढ़कर पूछे गए प्रश्नों के उत्तर लिखिए --

आम कहावत ' स्वास्थ्य ही धन है।' का अर्थ है कि हमारा अच्छा स्वास्थ्य ही हमारी वास्तविक दौलत या धन है।यही हमें जीवन की सभी चुनौतियों का सामना करने के लिए सक्षम बनाता है।एक व्यक्ति तभी पूर्ण स्वस्थ माना जा सकता है, जब वह शारीरिक,मानसिक,सामाजिक तथा भावनात्मक रूप से स्वस्थ हो।

अच्छे स्वास्थ्य हेतु आवश्यक तत्व --

- १) स्वच्छ एवं संतुलित आहार - पौष्टिक तत्वों से भरपूर संतुलित एवं ताज़ा भोजन हमारे शरीर को ऊर्जा प्रदान करता है।
- २) उचित विश्राम -प्रतिदिन कम से कम आठ घंटे की नींद हमें शारीरिक तथा मानसिक रूप से स्वस्थ बनाती है।
- ३) व्यायाम -रोजाना आधा घंटा कोई शारीरिक गतिविधि जैसे तेज़ चलना, जॉगिंग, तैराकी,साइकिल चलाना, कसरत,योग आदि हमें शारीरिक और मानसिक स्फूर्ति प्रदान करती है।

- ४) दिमागी खेल - शतरंज,सुडोकु ,शब्द पहलियाँ आदि खेल मानसिक शक्ति व सक्रियता को बढ़ाते हैं।

५) ध्यान लगाना - ध्यान लगाने से हमारे मन को शांति मिलती है, हमारी नकारात्मकता दूर होती है, हमारी एकाग्रता बढ़ती है और हम मानसिक रूप से मज़बूत बनते हैं।

६) नियमित चिकित्सीय जाँच - चिकित्सक द्वारा साल में एक बार नियमित जाँच करवाने से हमें किसी भी बीमारी का समय पर पता चल जाता है और उसको बढ़ने से पहले उसे ठीक किया जा सकता है।

७) सकारात्मकता - स्वयं सकारात्मक सोच रखने तथा सकारात्मक विचारों वाले लोगों से मेलजोल रखने से हम मानसिक रूप से सुदृढ़ होते हैं तथा जीवन में आगे बढ़ने हेतु प्रेरित होते हैं।

८) सामाजिकता - समाज में लोगों से मिलने-जुलने तथा सामाजिक गतिविधियों में भाग लेने से हमारा मन प्रसन्न रहता है तथा हम भावनात्मक रूप से स्वस्थ रहते हैं।

प्रश्न 1- 'स्वास्थ्य ही धन है।' कहावत का अर्थ क्या है ?

उत्तर -

प्रश्न 2- स्वस्थ रहने के लिए हमें प्रतिदिन कम से कम कितने घंटे की नींद लेनी चाहिए?

उत्तर -

प्रश्न 3- दिमागी खेल कौन-कौनसे होते हैं ?

उत्तर -

प्रश्न 4 -ध्यान लगाने के क्या फ़ायदे हैं ?

उत्तर -

प्रश्न 5- सामाजिकता हमारे लिए क्यों आवश्यक है ?

उत्तर -

प्रश्न 6 - निम्न शब्दों के विलोम शब्द गद्यांश में से ढूँढ कर लिखिए -

१-अनुचित -.....

२- सकारात्मकता-.....

३-अस्वस्थ -

प्रश्न 7 -- गद्यांश का उचित शीर्षक दीजिए।

उक्त कार्य के द्वारा आपके कौनसे भाषायी कौशल (Language skills) विकसित हुए ?

.....

MATHS:

Watch the video below and answer the questions in the practice note book

<https://www.youtube.com/watch?v=Z0CcUyFzeZ4>

MEASUREMENT

Q1) a) The standard unit of length is _____.

b) The standard unit for mass is _____.

c) The standard unit of Capacity is _____.

Q2) Convert the following:

a) 5 Km into m.

b) 8 m into cm.

c) 7 m into mm.

Q3) Convert the following:

a) 4 kg into g

b) 8 g into cg

c) 5 g into mg

Q4) Convert the following

a) 6000 L into kL.

b) 200 cL into L.

c) 90 mL into cL.

UOI:

Date: 18-05-20

Submission date: 23-05-20 (Saturday)

**THEME 1: WHO WE ARE
SUMMATIVE ASSESSMENT- 2020-21**

Central idea: - Changes at different stages of lives affect our evolving sense of self.

Task - Recognize your evolving sense of self through writing a personal diary and reflecting on it.

Assessment Tool: - Rubrics

CRITERIA	4. EXCELLING	3. ACHIEVING	2. DEVELOPING	1. BEGINNING
1.Information relevance	Was able to include all the relevant information that supports adequate details	Was able to Include most of the relevant information that supports adequate details	Was able to include some of the relevant information that supports adequate details	Was able to include little relevant information that supports adequate details
2.Presentation	Was able to present life journey logically	Was able to present life journey appropriately	Was able to present life journey up to some extent	Was able to present life journey with help
3.Self-managementskills	Was able to manage all the requirements of the assignment by expressing thoughts and emotions	Was able to manage most of the requirements of the assignment by expressing thoughts and emotions	Was able to manage some of the requirements of the assignment by expressing thoughts and emotions	Was able to manage few of the requirements of the assignment by expressing thoughts and emotions with help.
4.Reflective	Was able to reflect understanding on growth and development clearly and logically	Was able to reflect understanding on growth and development satisfactorily	Was able to reflect understanding on growth and development when prompted	Was able to reflect understanding on growth and development when guided.

Teacher's Feedback

MUSIC:

Watch the video to learn a new song.

<https://www.youtube.com/watch?v=ohX0-q6noGY&feature=youtu.be>

<https://www.youtube.com/watch?v=NXIhrzuo5jE&feature=youtu.be>