

NCERT નવા પાઠ્યપુસ્તકના અભ્યાસક્રમ આધારિત

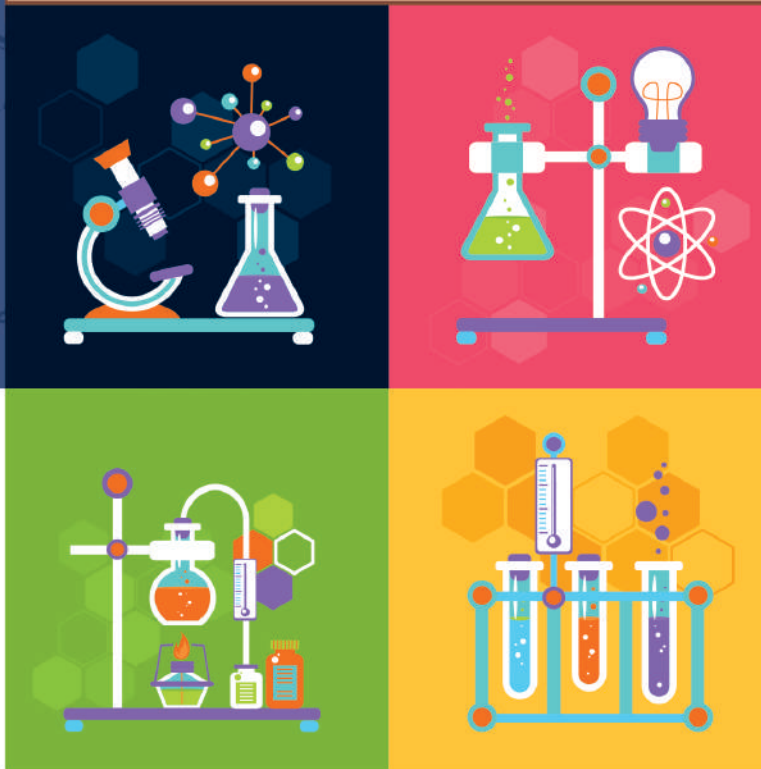
NEP-2020
માર્ગદર્શિકા મુજબ

અલંકાર સ્વાધ્યાયપોથી

વિજ્ઞાન

Reformatted Edition

ઘોરણ
6





હાલાં બાળકો, આટલું અવશ્ય ધ્યાન રાખો :

- ✧ સ્વાધ્યાયપોથીમાં સુંદર, સ્વચ્છ, સુઘડ અને મરોડદાર અક્ષરોમાં લખાણ કરવું.
- ✧ પ્રત્યેક પ્રશ્નના ઉત્તર સૂચના વાંચી-સમજીને પછી જ લખવા.
- ✧ ઉત્તર લખવા માટે અપાયેલી જગ્યાનો સદુપયોગ કરવો.
- ✧ લખાણની શુદ્ધિ અને સચોટતા જ સારા ગુણ અપાવશે.

અનુક્રમણિકા

ક્રમ	એકમ	અભ્યાસક્રમ	શિક્ષકની સહી	પેજ નં.
1	આહારના ઘટકો [Components of Food] કમ્પોનન્ટ્સ ઓફ ફૂડ			4
2	વસ્તુઓનાં જૂથ બનાવવાં [Sorting Materials into Groups] શોર્ટિંગ મટિરિઅલ્સ ઇન ટુ ગ્રૂપ્સ			11
3	પદાર્થોનું અલગીકરણ [Separation of Substances] સેપરેશન ઓફ સબસ્ટન્સિસ			17
4	વનસ્પતિની જાણકારી મેળવીએ [Getting to Known Plants] ગેટિંગ ટુ નો પ્લાન્ટ્સ			23
5	શરીરનું હલનચલન [Body Movements] બોડી મુવમેન્ટ્સ			30
*	આદર્શ પ્રશ્નપત્ર - 1 [Model Question paper-1] મોડેલ ક્વેશ્ચન પેપર-1			37
6	સજીવો લક્ષણો અને નિવાસસ્થાન [The Living Organisms-characteristics and habitats] ધ લિવિંગ ઓર્ગેનિઝમ્સ-કેરેક્ટરીસ્ટીક એન્ડ હેબિટેટ્સ			40
7	ગતિ અને અંતરનું માપન [Motion and Measurement of Distance] મોશન એન્ડ મેજરમેન્ટ ઓફ ડિસ્ટન્સ			47
8	પ્રકાશ, પડછાયો અને પરાવર્તન [Light, Shadows and Reflection] લાઈટ, શેડોઝ એન્ડ રિફ્લેક્શન			54
9	વિદ્યુત તથા પરિપથ [Electricity and Circuits] ઇલેક્ટ્રિસિટી એન્ડ સર્કિટ્સ			60
10	ચુંબક સાથે ગમ્મત [Fun with Magnets] ફન વિથ મેગ્નેટ			67
11	આપણી આસપાસની હવા [Air Around Us] એર અરાઉન્ડ અસ			74
*	આદર્શ પ્રશ્નપત્ર - 2 [Model Question paper-2] મોડેલ ક્વેશ્ચન પેપર-2			80

ગુજરાતી + ઇંગ્લીશ = ગુજલીશ ગુજરાતી માધ્યમના વિદ્યાર્થીઓને અંગ્રેજી ભાષાનું પ્રભુત્વ મજબૂત કરાવતી

દ્વિભાષી સ્વાધ્યાયપોથીઓ

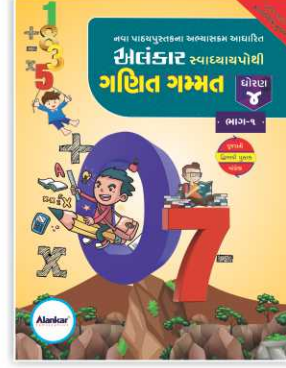
ગણિત - વિજ્ઞાન - આસપાસ (પર્યાવરણ) (બાલવાટિકા થી ધોરણ 8)



E-08



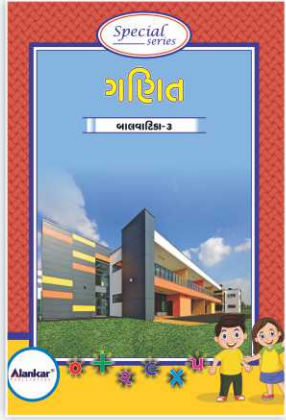
E-07



E-06



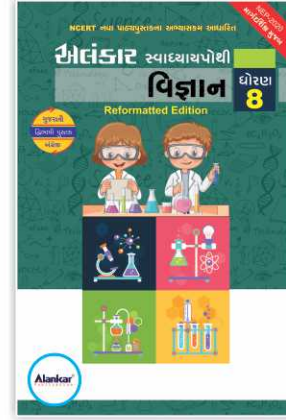
E-07



B-09



D-07



J-14



J-13



વિશેષતાઓ



બાલવાટિકા થી જ ગણિત, વિજ્ઞાન, આસપાસ વિષયોમાં અંગ્રેજી શબ્દો, સૂચનાઓ દ્વારા (NEP) 2020 મુજબ **બહુભાષિતાને પ્રેરકબળ** પૂરું પાડતાં પુસ્તકો.



સ્પર્ધાત્મક તમામ પરીક્ષાઓ ગુજરાતી માધ્યમનો વિદ્યાર્થી સરળતાથી પાર પાડી શકે તે માટેની શરૂઆત.



ઉચ્ચતર ધોરણોની કઠિનતાને સરળ બનાવવાનો મહાવરો **દ્વિભાષી પુસ્તકો**ના માધ્યમથી મળી રહે છે.



પાઠ્યપુસ્તકને સુસંગત **ગુજરાતી + ઇંગ્લીશ = ગુજલીશ** શબ્દોનો યથાસ્થાને ઉપયોગ



JEE, NEET, IAS, IPS, CA, CS, MBA અને અન્ય સ્પર્ધાત્મક પરીક્ષાઓ જે અંગ્રેજી ભાષામાં લેવાય છે, દ્વિભાષી પુસ્તકોના અભ્યાસથી સારું પરિણામ મેળવી શકાશે. સપનાઓ સાકાર થશે.

આહારના ઘટકો

Components of Food

(કમ્પોનન્ટ્સ ઓફ ફૂડ)



દ્વિભાષા (ગુજરાતી-અંગ્રેજી)ના શબ્દો અને ઉચ્ચારણ

પરીક્ષણ	test	ટેસ્ટ	આહાર	diet	ડાયટ
હાજરી	presence	પ્રેઝન્સ	શરીર	body	બોડી
ચરબી	fat	ફેટ	સ્ત્રોત	source	સોર્સ
બીજ	seed	સીડ	શક્તિ	energy	એનર્જી
તેલ	oil	ઓઈલ	રોગ	disease	ડિસિઝ
ઊર્જા	energy	એનર્જી	ઊણપ	deficiency	ડેફિશિન્સી
વૃદ્ધિ	growth	ગ્રોથ	ખનીજક્ષાર	mineral	મિનરલ
આંખ	eye	આઈ	અગત્યતા	importance	ઈમ્પોર્ટન્સ
પોષક તત્ત્વો	nutrients	ન્યૂટ્રિઅન્ટ્સ	શાકભાજી	vegetable	વેજટેબલ
સમતોલ	balanced	બેલેન્સ્ડ	અપાચિત ખોરાક	indigestive	ઇન્ડાયજેસ્ટિવ

PART - A - M.C.Q.

1. નીચેના પ્રશ્નોના જવાબ માટે યોગ્ય વિકલ્પ પસંદ કરી તેનો ક્રમ માં લખો.

- Select the appropriate option for answering the following questions and write the correct order in the box.

(1) કયો ખાદ્યપદાર્થ કાર્બોહાઇડ્રેટનો સ્ત્રોત (source) છે ?

- (A) ધાન્ય (B) કઠોળ (C) ઘી (D) લીલાં શાકભાજી

(2) આહાર (diet)નો કયો ઘટક શરીરને શક્તિ (energy) પૂરી પાડે છે ?

- (A) કાર્બોહાઇડ્રેટ (B) પ્રોટીન (C) વિટામિન (D) ખનીજક્ષાર

(3) કયા આહારમાંથી ચરબી મળે છે ?

- (A) ધાન્યો (B) કઠોળ (C) ખાટાં ફળો (D) દૂધ

(4) તૈલી પદાર્થોમાંથી આહારનો કયો ઘટક મળે છે ?

- (A) કાર્બોહાઇડ્રેટ (B) ચરબી (C) પ્રોટીન (D) વિટામિન

(5) નીચેના પૈકી કયો રોગ હાડકાંનો રોગ (disease) છે ?

- (A) બેરીબેરી (B) સ્કર્વી (C) સુકતાન (D) પાંડુરોગ

(6) વિટામિન-Bની ઊણપ (deficiency)થી કયો રોગ થાય છે ?

- (A) રતાંધળાપણું (B) બેરીબેરી (C) સ્કર્વી (D) સુકતાન

(7) કયા ખનીજક્ષાર (mineral)ની ઊણપથી ગોઈટર નામનો રોગ થાય છે ?

- (A) કેલ્શિયમ (B) ફોસ્ફરસ (C) આયોડિન (D) લોહતત્ત્વ

(8) કયા ખાદ્યપદાર્થમાં આહારના મોટાભાગના ઘટકો સમાવિષ્ટ છે ?

- (A) દૂધ (B) માંસ (C) ઘી (D) લીલા શાકભાજી

(9) કયા વિટામિનની ઊણપથી સ્કર્વી નામનો રોગ થાય છે ?

- (A) વિટામિન-A (B) વિટામિન-B (C) વિટામિન-C (D) વિટામિન-D

(10) સૂર્યના કુમળા તડકામાંથી આપણા શરીરને કયું વિટામિન મળે છે ?

- (A) વિટામિન-K (B) વિટામિન-D (C) વિટામિન-E (D) વિટામિન-A

2. કૌંસમાંથી યોગ્ય વિકલ્પ પસંદ કરી ખાલી જગ્યા પૂરો.

- Fill in the blank by selecting the appropriate option from the brackets.

- _____ વિટામિન-Dની ઊણપથી થતો રોગ છે. (સુકતાન, એનિમિયા)
- _____ ની ઊણપથી બેરીબેરી રોગ થાય છે. (વિટામિન-B, વિટામિન-A)
- વિટામિન-Cની ઊણપથી _____ રોગ થાય છે. (પોલાગ્રા, સ્કર્વી)
- આપણા ખોરાકમાં _____ ની ઊણપથી રતાંધળાપણું રોગ થાય છે. (વિટામિન-A, વિટામિન-C)
- _____ એ ખનીજક્ષારની ઊણપથી થતો રોગ છે. (ગોઈટર, વંધ્યત્વ)

3. યોગ્ય જૂથમાં વર્ગીકરણ કરો. • Classify in the correct group. (રતાંધળાપણું, હાડકાંના રોગ, બેરી-બેરી, ગોઈટર, સુકતાન, એનિમિયા)

વિટામિનની ઊણપથી થતા રોગો	ખનીજક્ષારની ઊણપથી થતા રોગો

4. યોગ્ય જોડકાં જોડો. • Match the following.

I	અ (પ્રકાર)	ઉત્તર	બ (અગત્ય)
(1)	વિટામિન - A	—	(A) હાડકાંની વૃદ્ધિ માટે
(2)	વિટામિન - C	—	(B) રુધિર જામી જવામાં
(3)	વિટામિન - D	—	(C) રોગપ્રતિકારક શક્તિ માટે
			(D) આંખના સ્વાસ્થ્ય માટે
II	અ (ઘટકો)	ઉત્તર	બ (ઊણપથી થતો રોગ)
(1)	કેલ્શિયમ	—	(A) ગોઈટર
(2)	આયોડિન	—	(B) એનિમિયા
(3)	લોહતત્ત્વ	—	(C) સુકતાન
			(D) અસ્થિક્ષય

5. નીચે આપેલાં વિધાનો સામે ✓ ખરાં કે ✗ ખોટાંની નિશાની કરો.

- Mark '✓' the correct statements and cross '✗' incorrect statements.

- યોખામાં તમામ પ્રકારનાં પોષક તત્ત્વો (nutrients) રહેલાં છે. — ☐
- સમતોલ (balanced) આહાર લેવાથી ત્રુટિજન્ય રોગો થતા અટકાવી શકાય છે. — ☐
- સમતોલ (balanced) આહારમાં જુદા જુદા ખાદ્ય પદાર્થોનો સમાવેશ થાય છે. — ☐
- શરીર (body)ને બધાં જ પોષકતત્ત્વો માત્ર માંસમાંથી મળે છે. — ☐
- વિટામિન-Bની ઊણપથી બેરી-બેરી રોગ થાય છે. — ☐

6. નીચેના પ્રશ્નોના એક-બે વાક્યમાં જવાબ લખો.

• Write the answer in one-two sentences of the following questions.

(1) પોષક તત્ત્વો (nutrients) એટલે શું ?

(2)* મુખ્ય પોષક તત્ત્વો કયાં-કયાં છે ?

(3) ખોરાકમાં કાર્બોદિતની હાજરી ચકાસવા શેનો ઉપયોગ થાય છે ?

(4)* કયાં પોષક તત્ત્વો શરીરને મુખ્યત્વે ઊર્જા (energy) પૂરી પાડે છે ?

(5)* હાડકાં માટે કયું ખનીજક્ષાર આવશ્યક છે ?

(6) ખનીજક્ષારોની ઊણપથી થતા ત્રુટિજન્ય રોગોનાં બે નામ આપો.

(7)* આંખ (eye)ના સ્વાસ્થ્ય માટે કયું વિટામિન જરૂરી છે ?

(8)* કયાં પોષક તત્ત્વો શરીરની વૃદ્ધિ (growth) અને રક્ષણ માટે આવશ્યક છે ?

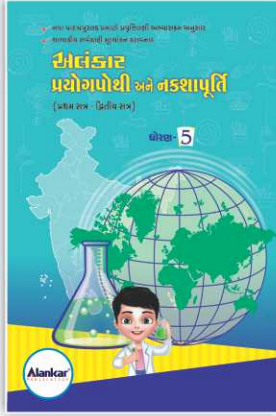
7. નીચેની વ્યાખ્યા આપો. • Give defianation of following.

(1) પોષક તત્ત્વો :

ધોરણ 5 થી
10 માટે

અલંકાર વિજ્ઞાન પ્રયોગપોથી

પાઠ્યપુસ્તકના પ્રવૃત્તિલક્ષી અભ્યાસક્રમ અનુસાર અને શાળાકીય સર્વગ્રાહી મૂલ્યાંકન કરાવનાર...



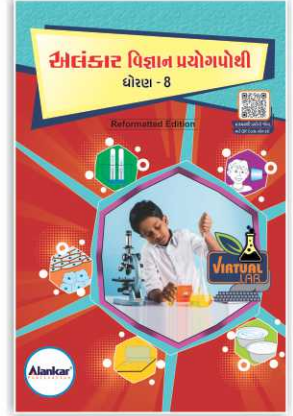
G-15



H-05

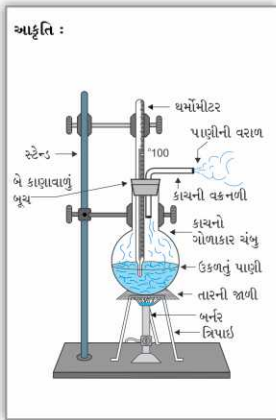


I-05



J-05

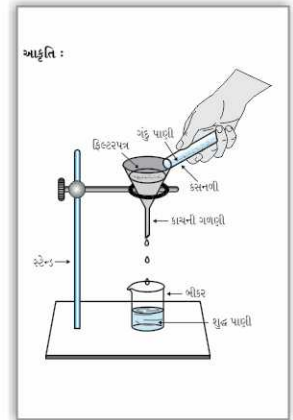
Reformatted Edition



K-02



L-02



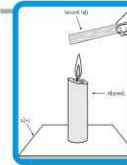
વિશેષતાઓ



વિદ્યાર્થીઓ જાતે
જ પ્રયોગ કરી શકે
તેવું સ્વરૂપ.



પાઠ્યપુસ્તકના તમામ
મુખ્ય પ્રયોગોનો સેમેસ્ટર
અનુસાર સમાવેશ.



પ્રાયોગિક કાર્યની સમજૂતી.
અને નામનિર્દેશન સાથેની
વાસ્તવિક આકૃતિઓ.



વર્ષ દરમિયાન કરવાની
થતી વિશેષ પ્રવૃત્તિઓની
આકૃતિ સાથે સમજ.



જ્ઞાનકસોટીના
માધ્યમથી મૂલ્યાંકન અને
પ્રાયોગિક તારણ.



વિદ્યાર્થીઓને પ્રેરકબળ
પૂરું પાડતી
ગુણ/ગ્રેડિંગ પદ્ધતિ.