



अभ्यास पत्रक

पाठ – एवरेस्ट: मेरी शिखर यात्रा

नाम :- कक्षा :- अवधि :- अनुक्रमांक :- प्राप्तांक :-

1. गद्यांश पढ़िए और नीचे दिए गए प्रश्नों के उत्तर दीजिए। (3 प्रश्न × 1 अंक + 2 Assertion-Reasoning प्रश्न × 1 अंक = 5)

गद्यांश:

हम धीरे-धीरे कदम बढ़ा रहे थे। चारों ओर बर्फ ही बर्फ थी।
शून्य से नीचे तापमान में साँस लेना भी मुश्किल हो रहा था,
लेकिन हमारे हौसले बुलंद थे। हमें भारत का तिरंगा एवरेस्ट की चोटी पर फहराना था।

1. उस समय मौसम की स्थिति कैसी थी?

उत्तर -
.....

2. दल के सदस्यों का मनोबल कैसा था?

उत्तर -
.....

3. लेखिका एवरेस्ट पर क्या करना चाहती थीं?

उत्तर -
.....

4. कथन एवं कारण को पढ़कर सही विकल्प चुनिए:

कथन: एवरेस्ट पर चढ़ाई करना अत्यंत कठिन कार्य है।

कारण: वहाँ ऑक्सीजन की कमी और बर्फीली आँधी होती है।

(क) दोनों सही हैं और कारण सही व्याख्या है।

(ख) कथन सही, कारण गलत।

(ग) कथन गलत, कारण सही।

(घ) दोनों गलत हैं।

5. कथन एवं कारण को पढ़कर सही विकल्प चुनिए:

कथन: एवरेस्ट की चढ़ाई एक आसान कार्य है।

कारण: यह समुद्र तल से कम ऊँचाई पर है।

(क) दोनों सही हैं और कारण सही व्याख्या है।

(ख) कथन सही, कारण गलत।

(ग) कथन गलत, कारण सही।

(घ) दोनों गलत हैं।

2. निम्नलिखित प्रश्नों के लिए सही विकल्प चुनिए: (प्रत्येक 1 अंक, कुल 5 अंक)

6. 'एवरेस्ट: मेरी शिखर यात्रा' की लेखिका कौन हैं?

(क) कल्पना चावला

(ख) बछेंद्री पाल

(ग) सुनिता विलियम्स

(घ) अरुणिमा सिन्हा

7. लेखिका ने किस पर्वत शिखर को विजय किया?

(क) नंदा देवी

(ख) के2

(ग) एवरेस्ट

(घ) कंचनजंघा

8. लेखिका को पर्वतारोहण की प्रेरणा कहाँ से मिली?

(क) पुस्तक से

(ख) परिवार से

(ग) प्रशिक्षक से

(घ) दोस्तों से

9. एवरेस्ट पर चढ़ने के लिए किस वस्तु का अभ्यास किया गया?

(क) तैराकी

(ख) दौड़

(ग) पर्वतारोहण तकनीक

(घ) शूटिंग



10. लेखिका ने सबसे पहले क्या किया जब वह चोटी पर पहुँचीं?

(क) आराम किया

(ख) तिरंगा फहराया

(ग) खाना खाया

(घ) तस्वीरें लीं

3. लघु उत्तरीय प्रश्न (प्रत्येक 2 अंक, कुल 6 अंक)

11. लेखिका एवरेस्ट पर क्यों चढ़ना चाहती थीं?

उत्तर -

12. लेखिका को यात्रा के दौरान किन कठिनाइयों का सामना करना पड़ा?

उत्तर -

13. लेखिका की टीम का सहयोग कैसा था?

उत्तर -

4. दीर्घ उत्तरीय प्रश्न (1 प्रश्न – 4 अंक)

14. एवरेस्ट यात्रा के दौरान लेखिका के साहस और आत्मबल का वर्णन कीजिए। (100–120 शब्दों में)

उत्तर -

5. निबंधात्मक प्रश्न (1 प्रश्न – 5 अंक)

15. 'संकल्प और आत्मविश्वास सफलता की कुंजी है' – इस विषय पर 160–180 शब्दों में अनुच्छेद लिखिए।

उत्तर -



उत्तर कुंजी

1. शून्य से नीचे तापमान और चारों ओर बर्फ की स्थिति थी।
2. सभी के हौसले बहुत बुलंद थे और वे उत्साहित थे।
3. लेखिका एवरेस्ट की चोटी पर भारत का तिरंगा फहराना चाहती थीं।
4. (क)
5. (घ)
6. (ख)
7. (ग)
8. (ग)
9. (ग)
10. (ख)
11. लेखिका का सपना था कि वह एवरेस्ट फतह करके देश का नाम रोशन करें और यह साबित करें कि स्त्रियाँ भी यह कार्य कर सकती हैं।
12. अत्यधिक ठंड, ऑक्सीजन की कमी, बर्फीली आँधी, थकावट और मानसिक तनाव जैसी कई कठिनाइयाँ थीं।
13. टीम का सहयोग अत्यंत सहायक और प्रेरणादायक था। सभी एक-दूसरे की मदद करते रहे।
14. एवरेस्ट यात्रा में लेखिका ने अद्वितीय साहस और आत्मबल का परिचय दिया। भीषण ठंड, कम ऑक्सीजन और खतरनाक रास्तों के बावजूद उन्होंने हार नहीं मानी। उनका आत्मविश्वास अडिग था। लेखिका ने पहले कड़ा प्रशिक्षण प्राप्त किया और फिर दृढ़ निश्चय के साथ चढ़ाई शुरू की। मार्ग में कई बाधाएँ आईं – जैसे बर्फीली आँधी और थकावट – परंतु उन्होंने धैर्य और एकाग्रता के साथ उनका सामना किया। उन्होंने देश के सम्मान को सर्वोपरि रखा और एवरेस्ट की चोटी पर तिरंगा फहराया। यह यात्रा उनके अडिग संकल्प और साहसी व्यक्तित्व का उदाहरण है।
15. सफलता पाने के लिए मनुष्य को संकल्प और आत्मविश्वास की आवश्यकता होती है। संकल्प वह शक्ति है जो व्यक्ति को उसके लक्ष्य की ओर दृढ़ता से बढ़ने में सहायता करता है। जब व्यक्ति पूरे आत्मविश्वास और समर्पण से किसी कार्य को करता है, तो कठिन से कठिन राह भी आसान हो जाती है। उदाहरण के लिए, एवरेस्ट की चढ़ाई जैसी चुनौती भी तभी संभव होती है जब हमारे भीतर अटूट विश्वास और निश्चय हो। आत्मविश्वास से व्यक्ति को आत्मबल मिलता है और वह असंभव को भी संभव बना देता है। जीवन में असफलताएँ आती हैं, परंतु जो व्यक्ति हार नहीं मानता और हर बार नए जोश से प्रयास करता है, वही सच्चा विजेता कहलाता है। हमें भी अपने जीवन में बड़े संकल्प लेने चाहिए और पूरी मेहनत से उन्हें पूरा करने का प्रयास करना चाहिए। यही सफलता का मूलमंत्र है।