



BIOLOGY

BOOKS - MBD HINDI-HARYANA BOARD

किशोरावस्था की ओर

Exercise

1. शरीर में होने वाले परिवर्तनों के लिए उत्तरदायी अंतःस्रावी ग्रंथियों दुबारा स्राखित पदार्थ का कया नाम हैं?



वीडियो उत्तर देखें

2. किशोरावस्था को परिभाषित कीजिए।

 वीडियो उत्तर देखें

3. ऋतुस्नाव क्या है ? वर्णन कीजिए।

 वीडियो उत्तर देखें

4. यौवनारम्भ के समय होने वाले शारीरिक परिवर्तनों की सूची बनाइए।



वीडियो उत्तर देखें

5. दो कॉलम वाली एक सारणी बनाइए जिसमें अंतःस्त्रावी ग्रंथियों के नाम तथा उनके स्त्रावीत हार्मोन के नाम दर्शाए गए हों।



वीडियो उत्तर देखें

6. लिंग हार्मोन क्या हैं ? उनका नामकरण इस प्रकार क्यों किया गया ? उनके प्रकार्य बनाइए।



वीडियो उत्तर देखें

7. सही विकल्प चुनिए-

क. किशोर को सचेत रहना चाहिए कि वह क्या खा रहे हैं, क्योंकि

(i) उचित भोजन से उनके मस्तिष्क का विकास होता है।

(ii) शरीर में तीव्रगति से होने वाली वृद्धि के लिए उचित आहार की आवश्यकता होती है।

(iii) किशोर को हर समय भूख लगती रहती है।

(iv) किशोर में स्वाद कलिकाएं (ग्रंथियां) भलीभांति विकसित होती हैं।

ख. स्त्रियों में जनन आयु (काल) का प्रारम्भ उस समय होता है जब उनके

(i) ऋतुस्त्राव प्रारम्भ होता है।

(ii) स्तन विकसित होना प्रारम्भ करते हैं।

(iii) शारीरिक भार में वृद्धि होने लगती है।

(iv) शरीर की लंबाई बढ़ती है।

ग. निम्न में से कौन -सा आहार किशोर के लिए सर्वोचित है

(i) चिप्स, नूडल्स, कोक

(ii) रोटी, दाल, सब्जियां

(iii) चावल, नूडल्स, बर्गर

(iv) शाकाहारी टिक्की, चिप्स तथा लेमन पेय

A. उचित भोजन से उनके मस्तिष्क का विकास होता है।

B. शरीर में तीव्र गति से होने वालो वृद्धि के उचित

आहार की आवश्यकता होती है।

C. किशोर को हर समय भूख लगती रहती है।

D. किशोर में स्वाद कलिकाएँ (ग्रंथियाँ) भली-भाँति विकसित होती हैं।

Answer:

 वीडियो उत्तर देखें

8. सही विकल्प चुनिए-

क. किशोर को सचेत रहना चाहिए कि वह क्या खा रहे हैं, क्योंकि

(i) उचित भोजन से उनके मस्तिष्क का विकास होता है।

(ii) शरीर में तीव्रगति से होने वाली वृद्धि के लिए उचित आहार की आवश्यकता होती है।

(iii) किशोर को हर समय भूख लगती रहती है।

(iv) किशोर में स्वाद कलिकाएं (ग्रंथियां) भलीभांति विकसित होती हैं।

ख. स्त्रियों में जनन आयु (काल) का प्रारम्भ उस समय होता है जब उनके

(i) ऋतुस्राव प्रारम्भ होता है।

(ii) स्तन विकसित होना प्रारम्भ करते हैं।

(iii) शारीरिक भार में वृद्धि होने लगती है।

(iv) शरीर की लंबाई बढ़ती है।

ग. निम्न में से कौन -सा आहार किशोर के लिए सर्वोचित है

(i) चिप्स, नूडल्स, कोक

9. निम्न में से कौन-सा आहार किशोर के लिए सर्वोचित है?

A. चिप्स, नूडल्स, कोक

B. रोटी, दाल, सब्जियाँ

C. चावल, नूडल्स, बर्गर

D. शाकाहारी टिक्की, चिप्स तथा लेमन पेय

Answer:



वीडियो उत्तर देखें

10. निम्न पर टिप्पणी लिखिए... ऐडम्स ऐपेंल



वीडियो उत्तर देखें

11. निम्न पर टिप्पणी लिखिए... गौण लैंगिक लक्षण



वीडियो उत्तर देखें

12. निम्न पर टिप्पणी लिखिए... गर्भस्थ शिशु में लिंग निर्धारण।



वीडियो उत्तर देखें

13. शब्द पहेली: शब्द बनाने के लिए संकेत संदेश का प्रयोग कीजिए-

बाईं से दाईं ओर

3. एड्रिनल ग्रंथि से स्रावित हार्मोन

4. मेंढक में लारवा से वयस्क तक होने वाला परिवर्तन

5. अंतःस्रावी ग्रंथियों द्वारा स्रावित पदार्थ

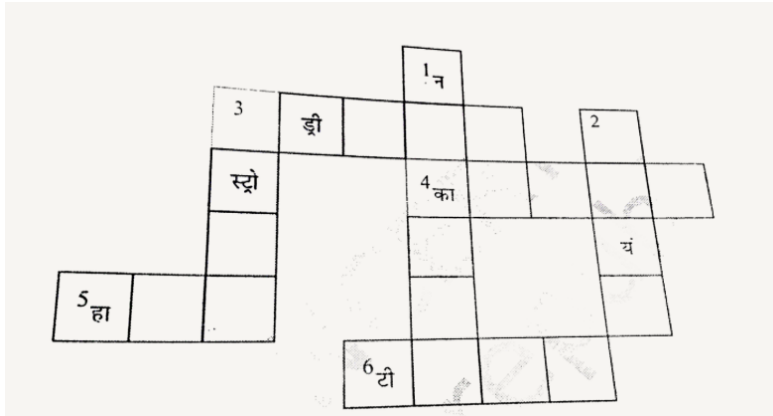
6. किशोरावस्था को कहा जाता है।

ऊपर से नीचे की ओर

1. अंतः स्रावी ग्रंथियों का दूसरा नाम

2. स्वर पैदा करने वाला अंग

3. स्त्री हार्मोन

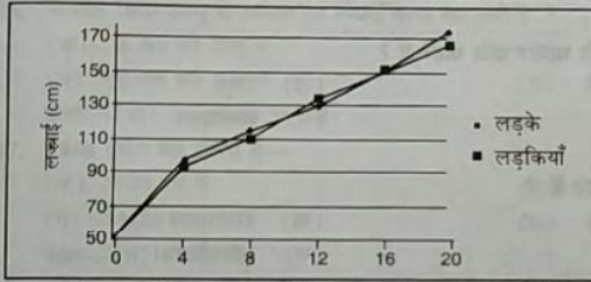


वीडियो उत्तर देखें

14. नीचे दी गई सारणी में आयु वृद्धि के अनुपात में लड़कों एवं लड़कियों की अनुभानित लंबाई के । आँकड़े दर्शाए गए हैं। लड़के एवं लड़कियां दोनों की लंबाई एवं आयु को प्रदर्शित करते हुए एक ही कागज पर ग्राफ खींजिए। इस ग्राफ से आप

क्या निष्कर्ष निकाल सकते हैं ?

आयु (वर्षों में)	लंबाई (cm) में	
	लड़के	लड़कियाँ
0	53	53
4	96	92
8	114	110
12	129	133
16	150	150
20	173	165



वीडियो उत्तर देखें

15. किशोरावस्था लगभग वर्ष की आयु से प्रारंभ होती है।

A. 9

B. 11

C. 13

D. 15

Answer:



वीडियो उत्तर देखें

16. किशोरावस्था कितने वर्ष की आयु तक रहती है?

A. 19

B. 22

C. 25

D. 27

Answer:



वीडियो उत्तर देखें

17. जीवनकाल की वह अवधि जब जनन विकास के कारण शरीर में परिवर्तन आते हैं, कहलाती है।

A. बाल्यावस्था

B. बुढ़ापा

C. किशोरावस्था

D. यौवनवास्था

Answer:



वीडियो उत्तर देखें

18. मानव मादा में रजोधर्म चक्र कितने दिन का होता है ?

A. 20 दिन

B. 22 दिन

C. 18 दिन

D. 28 दिन

Answer:



वीडियो उत्तर देखें

19. यौवनारंभ में लड़कों में कौन-से परिवर्तन आते हैं ?

A. अचानक लंबाई में वृद्धि

B. कंधे चौड़े हो जाते हैं

C. शरीर की मांसपेशियाँ विकसित हो जाती हैं

D. उपरोक्त सभी

Answer:



वीडियो उत्तर देखें

20. नर लिंग हार्मोन कहलाता है

- A. ऐस्ट्रोजन।
- B. एड्रीनेलिन
- C. टेस्टोस्टेरोन
- D. थायरॉक्सिन

Answer:



वीडियो उत्तर देखें

21. किस अंतःस्रावी ग्रंथि को मास्टर ग्रंथि कहते हैं ?

A. एड्रीनल

B. पीयूष

C. अग्नशय

D. थायराइड

Answer:



वीडियो उत्तर देखें

22. स्त्री हार्मोन को क्या कहते हैं ?

- A. ऐस्ट्रोजन
- B. टेस्टोस्टेरान
- C. एंड्रिनेलिन
- D. थायराक्सिन

Answer:



वीडियो उत्तर देखें

23. आपातकालीन हार्मोन' उत्पन करने वाली ग्रंथि का नाम क्या है ?

A. एड्रीनल

B. पीयूष

C. अग्नाशय

D. थायराइड

Answer:



वीडियो उत्तर देखें

24. शक्कर का स्तर नियंत्रित करने वाले हार्मोन को ... कहते हैं।

A. इंसुलिन

B. थायरॉक्सिन

C. एड्रीनेलिन

D. एस्ट्रोजन

Answer:



वीडियो उत्तर देखें

25. ऋतुस्नाव के रुक जाने को कहते हैं।

A. रजोदर्शन

B. रजोनिवृत्ति

C. कायांतरण

D. इनमें से कोई नहीं

Answer:



वीडियो उत्तर देखें

26. पीयूष ग्रंथि शरीर के किस अंग से जुड़ी होती है?

A. हृदय

B. वृक्क

C. मस्तिष्क

D. मेरुदंड

Answer:



वीडियो उत्तर देखें

27. निम्नलिखित में से कौन-सी ग्रंथि वृद्धि हॉर्मोन स्रावित करती है?

A. एड्रीनल

B. थायराइड

C. अग्नशय

D. पीयूष

Answer:



वीडियो उत्तर देखें

28. किस हार्मोन की कमी के कारण 'गॉयटर' रोग हो जाता है?

- A. इंसुलिन
- B. थायरॉक्सिन
- C. एड्रीनेलिन
- D. ऐस्ट्रोजन

Answer:



वीडियो उत्तर देखें

29. इनमें से कौन-सी भ्रांतियां हैं ?

- A. ऋतुस्नाव के समय यदि कोई लड़की किसी लड़के को देखती है तो वह गर्भवती हो जाती है
- B. संतान के लिए उसकी मां उत्तरदायों हैं
- C. ऋतुस्नाव में लड़की का रसोई का करना निषिद्ध है।
- D. उपरोक्त सभी

Answer:



वीडियो उत्तर देखें

30. किशोर किस आयु में अधिकतम लंबाई प्राप्त कर लेते हैं ?

A. 16 वर्ष की आयु में

B. 18 वर्ष की आयु में

C. 20 वर्ष की आयु में

D. 23 वर्ष की आयु में

Answer:



वीडियो उत्तर देखें

31. ऐडमस ऐपेल का संबंध है-

A. पाचन तंत्र से

B. जनन तंत्र से

C. स्वस्यंत्र से

D. उतस्सर्जन तंत्र से

Answer:



वीडियो उत्तर देखें

32. ग्रंथि नलिकाविहीन ग्रंथी है।

A. पीयूष

B. तैल

C. लार

D. स्वेद

Answer:



वीडियो उत्तर देखें

33. गौण लैंगिक लक्षण है।

- A. दाढ़ों-मूँछ आना
- B. प्यूबिक क्षेत्र में बाल उगना
- C. स्तनों व कूल्हों का विकास
- D. उपरोक्त सभी

Answer:



वीडियो उत्तर देखें

34. मनुष्य की कोशिका में गुणसूत्र पाये जाते हैं-

A. 22

B. 23

C. 23 जोड़े

D. 22 जोड़े

Answer:



वीडियो उत्तर देखें

35. मनुष्य में लिंग गुणसूत्रों की संख्या होती है,

A. 1

B. 2

C. 2 जोड़े

D. 22 जोड़े

Answer:



वीडियो उत्तर देखें

36. स्त्री में लिंगी गुणसूत्र होते हैं--

A. X

B. XX

C. XY

D. YY

Answer:



वीडियो उत्तर देखें

37. कॉलम I में दी गई हार्मोन ग्रंथि को कॉलम II में दिए गए हार्मोन से मिलाइए।

कॉलम I	कॉलम II
(क) थाइरॉयड	1. थाइरोट्रापिक
(ख) वृषण	2. थायराक्सिन
(ग) अंडाशय	3. टेस्टोस्टेरोन
(घ) पीयूष	4. एस्ट्रोजन।

 वीडियो उत्तर देखें

38. मनुष्य के शरीर में पाई जानेवाली तीन अन्तःस्त्रावी ग्रंथियों के नाम लिखे।

 वीडियो उत्तर देखें

39. निम्नलिखित में से कौन-सी ग्रंथि वृद्धि हॉर्मोन स्रावित करती है?

 वीडियो उत्तर देखें

40. मादा जनन कोशिका को क्या कहते हैं ?

 वीडियो उत्तर देखें

41. मानव में वृद्धि किस आयु में रुक जाती है ?

 वीडियो उत्तर देखें

42. थाइराक्सिन हार्मोन का मुख्य तत्व क्या है ?

 वीडियो उत्तर देखें

43. कौन-सी ग्रंथि से एड्रीनेलिन उत्पन्न होती है ?

 वीडियो उत्तर देखें

44. नर तथा मादा जनन हार्मोनों के नाम तथा कार्य लिखें।

 वीडियो उत्तर देखें

45. उन ग्रन्थियों का नाम लिखें जो हॉर्मोन का स्रावण करती हैं।

 वीडियो उत्तर देखें

46. निम्न के नाम लिखिए-- हार्मोन की प्रकृति।

 वीडियो उत्तर देखें

47. निम्नलिखित में से कौन-सी मास्टर ग्रंथि कहलाती है?

 वीडियो उत्तर देखें

 वीडियो उत्तर देखें

48. थायरॉयड ग्रंथि से कौन से हार्मोन निकलता है ?

 वीडियो उत्तर देखें

49. आयोडीन की कमी से होने वाला रोग है

 वीडियो उत्तर देखें

50. रक्त में शर्करा का स्तर नियंत्रित करता है

 वीडियो उत्तर देखें

 वीडियो उत्तर देखें

51. निम्न के नाम लिखिए-- आपातकालीन हार्मोन' उत्पन करने वाली ग्रंथि।

 वीडियो उत्तर देखें

52. लिंग गुणसूत्रों (Sex Chromosomes) को परिभाषित करें।

 वीडियो उत्तर देखें

53. मानव शरीर की कोशिका में कितने गुणसूत्र पाए जाते हैं ? उन्हें कौन-कौन से वर्गों में बाँटा जाता है? प्रत्येक वर्ग में गुणसूत्रों की संख्या लिखें।



वीडियो उत्तर देखें

54. किशोरावस्था कब आरंभ और खत्म होती है ?



वीडियो उत्तर देखें

55. ग्रंथियां जो अपना स्राव सीधा रक्त प्रवाह में बहने देती हैं
..... कहलाती हैं।

 वीडियो उत्तर देखें

56. ' लक्ष्य स्थल ' क्या है ?

 वीडियो उत्तर देखें

57. मादा मानव में जनन प्रक्रिया की अवधि क्या है ?

 वीडियो उत्तर देखें

58. रजोदर्शन (Menarche) की परिभाषा दीजिए।

 वीडियो उत्तर देखें

59. रजोनिवृत्ति (Menopause) क्या है ?

 वीडियो उत्तर देखें

60. नर और मादा के लैंगिक गुण सूत्र कौन-से हैं ?

 वीडियो उत्तर देखें

61. पीयूष ग्रन्थि कहाँ स्थित होती है ? इससे निकलने वाले किन्हीं दो हॉर्मोनों के नाम लिखिए ।

 वीडियो उत्तर देखें

62. कीटों और मेढकों के कायांतरण में से कौन-से हार्मोन उपयोग में आते हैं ?

 वीडियो उत्तर देखें

63. AIDS को विस्तृत रूप में लिखें |



वीडियो उत्तर देखें

64. भारतीय संविधान के अनुसार विवाह की आयु क्या है ?



वीडियो उत्तर देखें

65. लड़की के 10-15 वर्ष की आयु में हार्मोन क्या करते हैं ?



वीडियो उत्तर देखें

66. लड़के की 10-15 वर्ष की आयु में हार्मोन क्या प्रभाव डालते हैं ?

 वीडियो उत्तर देखें

67. संक्षिप्त नोट लिखें-- ऋतुस्राव

 वीडियो उत्तर देखें

68. संक्षिप्त नोट लिखें-- रजोनिवृत्ति

 वीडियो उत्तर देखें

69. मादा मानव में जनन चक्र समझाईए।

 वीडियो उत्तर देखें

70. प्रजनन संबंधी स्वास्थ्य से क्या भाव है ?

 वीडियो उत्तर देखें

71. AIDS फैलने के तरीके लिखिए।

 वीडियो उत्तर देखें

72. रजोदर्शन और रजोनिवृत्ति में अन्तर बताइए ।

 वीडियो उत्तर देखें

73. सत्य (T) और असत्य (F) कश्चन अंकित कों-.... मिषेचन क्रिया में शुक्राणु और अंडाणु का युग्म होता है।

 वीडियो उत्तर देखें

74. सत्य (T) और असत्य (F) कश्चन अंकित कों-.... ऋतुस्राव की मानव मादा में अवधि 20 दिन होती है।

 वीडियो उत्तर देखें

75. सत्य (T) और असत्य (F) कश्चन अंकित कों-.... ऋतुस्राव के शुरू होने को रजोनिवृत्ति कहते हैं।

 वीडियो उत्तर देखें

76. सत्य (T) और असत्य (F) कश्चन अंकित कों-.... मानव में नर मादा से कुछ देर में किशोरावस्था में आते. हैं।

 वीडियो उत्तर देखें

77. अंतःस्रावी ग्रंथियाँ को नलिका रहित ग्रंथियाँ क्यों कहते हैं ?

 वीडियो उत्तर देखें

78. किस ग्रंथि का स्राव पीयूष ग्रंथि के स्राव को कम कर देता है?

 वीडियो उत्तर देखें

79. एड्रीनेलिन स्राव भयभीत स्थिति में बढ़ जाता है यह कौन सी उत्तेजना है?

 वीडियो उत्तर देखें

80. एक चित्र बनाइए जिसमें सभी अंतःस्रावी ग्रंथियाँ दर्शाइए।

 वीडियो उत्तर देखें

81. पीयूष ग्रन्थि के कार्य लिखो ।

 वीडियो उत्तर देखें

82. किसी किशोर को उचित आहार क्यों खाना चाहिए ?

 वीडियो उत्तर देखें

83. किशोर आत्यनिर्भर कैसे हो जाते हैं ?

 वीडियो उत्तर देखें

84. वर्णन करो कि लैंगिक हार्मोन पीयूष ग्रंथि पर निर्भर करते हैं ?

 वीडियो उत्तर देखें

85. किशोरों को नशीले पदार्थों को 'न' कहना चाहिए। क्यों ?



वीडियो उत्तर देखें

86. किशोरो में कुछ भ्रांतियाँ लिखिए।



वीडियो उत्तर देखें

87. यौवनारंभ के समय आवाज में किस प्रकार का परिवर्तन आता है ?



वीडियो उत्तर देखें

88. हार्मोन के लक्षण लिखें।



वीडियो उत्तर देखें

89. पीयूष ग्रंथि को मास्टर ग्रन्थि क्यों कहते हैं ?



वीडियो उत्तर देखें

90. लड़के-लड़कियों का विवाह कम उम्र में क्यों नहीं करना चाहिए ?



वीडियो उत्तर देखें

91. किशोरों में HIV-AIDS के होने की संभावना प्रबल क्यों होती है ?

 **वीडियो उत्तर देखें**

92. एक सारणी बनाओ जिसमें आयु में वृद्धि के साथ लंबाई में औसतन दर से वृद्धि दर्शाएँ।

 **वीडियो उत्तर देखें**

93. किशोरावस्था में स्वस्थ शरीर के लिए कौन-से कारक उत्तरदायी हैं ?



वीडियो उत्तर देखें