UP Board Solutions for Class 8 Science Chapter 8 किशोरावस्था

अभ्यास प्रश्न

प्रश्न 1.
निम्नलिखित के सही विकल्प चुनकर अपनी अभ्यास पुस्तिका में लिखिए
उत्तर
(क) किशोरावस्था की अवधि है-
(अ) 0-5 वर्ष
(ब) 6 – 11 वर्ष
(स) 11 – 19 वर्ष ✓
(द) 20 – 50 वर्ष

(ख) एस्ट्रोजन है-
(अ) अंतः स्रावी ग्रन्थि
(ब) स्त्री हार्मोन ✓
(स) पुरुष हार्मोन
(द) प्रजनन विधि,

(ग) सामान्यतः ऋतुस्राव आरम्भ होता है-
(अ) 11 – 13 वर्ष ✓
(ब) 20-25 वर्ष
(स) 45-50 वर्ष
(द) कभी नहीं

(घ) किशोरावस्था में स्वास्थ्य पोषण से सम्बन्धित योजनाएँ हैं-
(अ) समेकित बाल विकास कार्यक्रम
(ब) राष्ट्रीय बाल स्वास्थ्य कार्यक्रम
(स) सर्वशिक्षा अभियान ग्राम स्वास्थ्य पोषण दिवस
(द) उपरोक्त सभी ✓

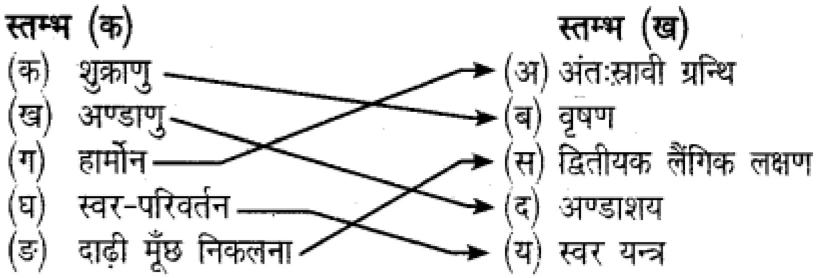
(ङ) विश्व जनसंख्या दिवस मनाया जाता है-
(अ) 31 मई।
(ब) 5 जून
(स) 11 जुलाई ✓
(द) 13 अक्टूबर

प्रश्न 2.
रिक्त स्थानों की पूर्ति करो
उत्तर
(क) जनन परिपक्वता **जननांग** में आती है।
(ख) किशोरों के गले में स्वर यंत्र के उभार को **कंठमणि** कहा जाता है।
(ग) युग्मनज का पोषण **गर्भ** में होता है।
(घ) अधिक मदिरा का सेवन, व्यक्ति के **तंत्रिका तंत्र** को प्रभावित करता है।
(ङ) मिशन इन्द्रधनुष का उद्देश्य सभी बच्चों का **टीकाकरण** करना है।

प्रश्न 3.
सत्य कथन के सामने सही (✓) तथा असत्य कथन के सामने गलत का गलत (X) का चिह्न लगाइये
उत्तर

(क) पहले ऋतुस्राव को रजोदर्शन कहते हैं। (✓)
(ख) द्वितीयक लैंगिक लक्षण शैशवास्था में दिखाई देते हैं। (X)
(ग) लिंग गुणसूत्र (X) सिर्फ स्त्रियों में पाया जाता है। (✓)
(घ) पुरुष हार्मोन टेस्टोस्टेरॉन है। (✓)
(ङ) धुम्रपान अधिक करने से श्वास सम्बन्धी रोग हो जाते हैं। (X)

प्रश्न 4.
निम्नलिखित के सही जोड़े बनाइए
उत्तर



प्रश्न 5.
निम्नलिखित प्रश्नों के उत्तर दीजिए-
(क) किशोरावस्था में होने वाले शारीरिक तथा मानसिक परिवर्तनों का उल्लेख कीजिए?
उत्तर
किशोरावस्था के शारीरिक परिवर्तन (लम्बाई में वृद्धि, स्वर में बदलाव, जननांगों में परिपक्वता एवं स्वेद एवं तैल ग्रन्थियों की सक्रियता) तथा मानसिक परिवर्तन (संवेदनशीलता, भावुकता, चिन्तनशीलता आदि परिलक्षित होते हैं।

(ख) द्वितीयक लैंगिक लक्षण किसे कहते हैं तथा ये किस प्रकार नियंत्रित होते हैं?
उत्तर

https://www.evidyarthi.in/

पुरुष तथा स्त्री में अन्तर को स्पष्ट करने वाले लक्षण जैसे-दाढ़ी, मूंछ निकलना, स्तन का विकास होना, द्वितीयक लैंगिक लक्षण कहलाता है। ये अन्तःस्रावी ग्रन्थियों में स्रावित हार्मोन द्वारा नियंत्रित होता है।

(ग) किशोरावस्था में व्यक्तिगत सफाई के महत्त्व को स्पष्ट कीजिए।
उत्तर
किशोरावस्था में व्यक्तिगत सफाई का महत्त्व-स्वेद एवं तैल ग्रन्थियों की क्रिया भी
बढ़ जाने से शरीर से गन्ध आने लगती है। गन्दगी बने रहने की स्थिति में चर्म रोग, खुजली तथा अन्य यौन रोग होने की आशंका बनी रहती है।

(घ) युग्मज में लिंग निर्धारण किस प्रकार होता है? समझाइए।
उत्तर
मनुष्य की प्रत्येक कोशिका में 23 जोड़ा (46)) गुणसूत्र होते हैं। पुरुषों में X और
Y गुणसूत्र होते हैं जबकि स्त्रियों में केवल ४ गुणसूत्र ही होते हैं। पुरुषों का X या Y गुणसूत्र जब स्त्रियों के X गुणसूत्र से मिलता है तो युग्मज में लिंग निर्धारण होता है। (XX) बालिका (XY) बालक।।

(ङ) किशोरावस्था में पोषण का क्या महत्त्व है? किशोर तथा किशोरियों के
पोषण में सुधार लाने हेतु किए जाने वाले क्रियाकलाप पर प्रकाश डालिए?
उत्तर
किशोरावस्था में पोषक आहार लेने से शरीर तेजी से वृद्धि एवं विकास करता है। किशोर तथा किशोरियों के पोषण में सुधार लाने हेतु किये जाने वाले क्रियाकलाप पर प्रकाश

1. समेकित बाल विकास कार्यक्रम- वृद्धि निगरानी अनुपूरक पोषाहार किशोरी व गर्भवती माँ की देखभाल।।
2. स्वास्थ्य विभाग- टीकाकरण
3. पंचायती राज- शौचालय का निर्माण व साफ-सफाई करना।

(च) धुम्रपान एवं मादक द्रव्यों से होने वाले दुष्प्रभावों का वर्णन कीजिए?
उत्तर
मनुष्य कमजोर तथा संवेदनशून्य हो जाता है।

(छ) जनसंख्या वृद्धि के कारण तथा उससे होने वाले कुप्रभाव को समझाइए।
उत्तर
जनसंख्या वृद्धि के कारण-

1. देश की गर्म जलवायु,
2. विवाह की अनिवार्यता,
3. कम उम्र में विवाह,
4. यौन शिक्षा का अभाव,
5. परिवार नियोजन उपायों की सीमित जानकारी।

कुप्रभाव-

1. प्राकृतिक संसाधनों पर दबाव, जिससे भोजन, पानी, भूमि पर बुरा प्रभाव,

2. देश की सामाजिक, आर्थिक विकास की गति पर बुरा प्रभाव,
3. निर्धनता,
4. महँगाई,
5. आवास सुविधाओं में कमी,
6. रोजगार में कमी,
7. अपराधों में वृद्धि।

(ज) परिवार-निरोध विधियों का प्रसार किस प्रकार किया जा सकता है?
उत्तर
परिवार-निरोध, विधियों का प्रसार मनुष्यों में परिवार नियोजन उद्देश्य की जागरूकता से , किया जा सकता है। जैसे

1. दो बच्चों के बीच कम से कम तीन वर्षों का अंतराल रखना।
2. बेटे हो या बेटियाँ, दोनों की समान शिक्षा उपलब्ध कराकर।
3. ग्रामीण क्षेत्रों में परिवार कल्याण कार्यक्रम के प्रति जागरूकता लाकर।

(झ) परिवार कल्याण कार्यक्रम के अन्तर्गत संचालित योजनाओं को लिखिए?
उत्तर

1. मिशन इन्द्रधनुष,
2. जननी सुरक्षा योजना,
3. एम्बुलेंस सेवा

https://www.evidyarthi.in/