



સ્વાસ્થ્ય અને શરીર

Health & Body • Std 4 Vocabulary

#24

આ વર્કશીટ માં તમે શીખશો: 16 નવા ગુજરાતી શબ્દો, તેમના અંગ્રેજી અર્થો, અને વાક્યો માં ઉપયોગ.

શબ્દાવલી (Word List)

#	ગુજરાતી	Phonetic	English Meaning
1	શારીરિક	sharirik	Physical
2	સ્વચ્છતા	svachhata	Hygiene
3	વ્યાયામ	vyayam	Exercise
4	યોગ	yog	Yoga
5	પૌષ્ટિક	paushtik	Nutritious
6	રોગ	rog	Disease
7	દવા	dava	Medicine
8	ઉપચાર	upchar	Treatment
9	હોસ્પિટલ	hospital	Hospital
10	ડોક્ટર	doctor	Doctor
11	તંદુરસ્ત	tandurast	Healthy
12	બીમાર	bimar	Sick
13	તાવ	tav	Fever
14	શરદી	shardi	Cold
15	દાંત	daant	Teeth
16	રક્ત	rakt	Blood



શીખવાની ટિપ્સ:



Exercise 1: Match the Columns

#24

સ્વાસ્થ્ય અને શરીર • પ્રવૃત્તિ ૧

સૂચના: ડાબી બાજુ ના ગુજરાતી શબ્દો ને જમણી બાજુ ના સાચા English meaning સાથે જોડો. દરેક પાસે box માં letter (A, B, C...) લખો.

ગુજરાતી શબ્દો

- 1 શારીરિક _____
- 2 સ્વચ્છતા _____
- 3 વ્યાયામ _____
- 4 યોગ _____
- 5 પૌષ્ટિક _____
- 6 રોગ _____
- 7 દવા _____
- 8 ઉપચાર _____
- 9 હોસ્પિટલ _____
- 10 ડોક્ટર _____

English Meanings

- A. Nutritious _____
- B. Treatment _____
- C. Hospital _____
- D. Physical _____
- E. Disease _____
- F. Doctor _____
- G. Hygiene _____
- H. Yoga _____
- I. Exercise _____
- J. Medicine _____



Exercises 2 & 3

સ્વાસ્થ્ય અને શરીર • પ્રવૃત્તિ ૨ અને ૩

#24



Exercise 2: ખાલી જગ્યા પૂરો (Fill in the Blanks)

સૂચના: નીચે આપેલા વાક્યો માં યોગ્ય ગુજરાતી શબ્દ ભરો. કૌંસ માં English meaning આપેલું છે.

1. મારા _____ ની વાત મને ગમે છે. (Physical)

2. મારા _____ ની વાત મને ગમે છે. (Yoga)

3. મારા _____ ની વાત મને ગમે છે. (Medicine)

4. મારા _____ ની વાત મને ગમે છે. (Doctor)

5. મારા _____ ની વાત મને ગમે છે. (Fever)



Exercise 3: વાક્ય રચના (Sentence Formation)

સૂચના: નીચે આપેલા દરેક શબ્દ નો ઉપયોગ કરી ને ગુજરાતી માં અર્થપૂર્ણ વાક્ય બનાવો.

1. શારીરિક (Physical)

2. સ્વચ્છતા (Hygiene)

3. વ્યાયામ (Exercise)

4. યોગ (Yoga)

5. પોષ્ટિક (Nutritious)



Extra Activities + Answer Key

#24

સ્વાસ્થ્ય અને શરીર • વધારાની પ્રવૃત્તિ

🎯 Exercise 4: વધારાની પ્રવૃત્તિ (Extra Activities)

સૂચના: નીચે આપેલા તમામ પ્રવૃત્તિઓ માંથી પસંદ કરી ને કાગળ માં લખો.

A. સ્વસ્થ રહેવા પ આદતો

B. કયા રોગ ના કયા લક્ષણ?

C. દરરોજ શું વ્યાયામ કરો?



માતા-પિતા માટે ટિપ્સ (Parent Tips):

- બાળક ને દરરોજ ૧૫-૨૦ મિનિટ practice કરાવો
- દરેક શબ્દ ને real-life situations સાથે જોડો
- બાળક ની progress નોંધો અને encourage કરો
- નવા શબ્દો ઘરની વાતચીત માં વાપરો
- ૩ દિવસ પછી revision કરાવો



Answer Key - Exercise 1 (Match the Columns)

1 → D

2 → G

3 → I

4 → H

5 → A

6 → E

7 → J

8 → B

9 → C

10 → F