



சபரகமுவ மாகாணக்கல்வி திணைக்களம்
விடுமுறை கால செயலட்டை(வாராந்த பாடசாலை)
பாடம் - சுகாதாரமும் உடற்கல்வியும்

தரம் -06 (வாரம் எட்டு)
மாவனல்லை கல்வி வலையம்
தயாரிப்பு- M.I. Riyas Ahmed

10- அன்றாட வாழ்வின் சவால்களை வெற்றிகொள்வோம்

பாடத்தை பயன்படுத்தி கீழ் தரப்பட்டுள்ள வினாக்களுக்கு விடை தருக

- 1- வீதி விபத்துக்களை தடுப்பதற்கான வழிகள் 3 தருக
2. பாடசாலையில் ஏற்படக் கூடிய விபத்துக்களை தடுப்பதற்கு மாணவர்களுக்கு வழங்கக்கூடிய அறிவுரைகள் 3ஐ குறிப்பிடுக
3. இயற்கை அனர்த்தங்கள் 4 தருக
4. சவால்களை வெற்றி கொள்வதற்கு எம்மில் வளர்த்துக்கொள்ள வேண்டிய வாழ்க்கைத் தேர்ச்சிகள் 4 தருக
5. வீட்டில் ஏற்படக் கூடிய விபத்துக்களை தடுப்பதற்கு நாம் செய்யக் கூடியவை

இடைவெளி நிறப்பு

(ஆக்கத்திறன், எதிர்பார்ப்புக்கள், துஷ்பிரயோகம், மன அழுத்தம் ,நோய்த்தொற்று)

6.என்பது அன்றாடம் ஏற்படும் சவாலாகும்
7. எதிர்பார்ப்புக்களை வெற்றி கொள்ள அவசியமாகும்
8. சிறப்பாக சவால்களை வெற்றி கொள்வதற்கு.....குறைத்தல் வேண்டும்
9. ஒரு நபர் இன்னுமொருவருக்கு ஏற்படுத்தும் துன்புறுத்தல்.....ஆகும்
10. தெடர்ச்சியானகற்றலை பாதிக்கும்