



පළාත් අධ්‍යාපන දෙපාර්තමේන්තුව සබරගමුව- සතිපාසල

සතිය - 4

විෂය:- සෞඛ්‍ය හා ශාරීරික අධ්‍යාපනය

ශ්‍රේණිය :- 11

Prepared by - කලාප අධ්‍යාපන කාර්යාලය,
කෑගල්ල

1. "ආහාර බාලකිරීම " යනු කුමක්ද?
2. ආහාර බාලකිරීම සිදුකරන ආකාර සඳහා උදාහරණ දක්වන්න
3. බාලකරන ලද ආහාර හඳුනාගැනීමට ගත හැකි ක්‍රියාමාර්ග තුනක් ලියන්න
4. ආහාර බාල කිරීම නිසා ඇතිවන ගැටලු මොනවාද?

