



சப்ரகமுவ மாகாண கல்வித் திணைக்களம் - வாராந்த பாடசாலை

தரம் : 10

வாரம் : 31

பாடம் : சுகாதாரமும் உடற்கல்வியும்

ஆசிரியை : திருமதி .கி. மலர்மணி
கே./தெஹி /திகலை தமிழ் வித்தியாலயம்

01. போசணையின் முக்கியத்துவம் யாது?
02. முறையான போசணையை பெற்றுக் கொள்ளாதப் போது ஏற்படும் பாதிப்புக்கள் எவை?
03. போசணைகளின் வகைகளை குறிப்பிட்டு விளக்குக?
04. ஊட்டம் என்றால் என்ன? மாவுட்டங்கள் எவை?
05. நுண் ஊட்டம் என்றால் என்ன? நுண் ஊட்டங்கள் எவை?
06. ஊட்டக்குறைப்பாடு என்றால் என்ன?
07. ஊட்டக்குறைப்பாட்டின் வகைகள் எவை?
08. குறைட்டம் என்றால் என்ன?
09. குறையூட்டத்தினால் ஏற்படக்கூடிய சில நிலைமைகள் எவை?
10. குறளாதல் என்பதால் கருதப்படுவது யாது?