



மாவகாங்கை கல்வி வகையம்
தயாரிப்பு M.I. Riyas Ahmed

1. நபர் ஒருவரில் ஏற்படும் மனவெழுச்சி இனிய மனவெழுச்சி , வெறுக்கத்தக்க மனவெழுச்சி என 2 வகைப்படும் ()
2. விளையாட்டில் ஈடுபடுவதன் மூலம் மனவெழுச்சிகளை கட்டுப்படுத்த முடியும் ()
3. சண்டை சச்சரவுகள் மூலம் உளப்பாதிப்புக்களில் இருந்து விடுபட முடியும் ()
4. காலை உடற் பயிற்சிகளில் ஈடுபடுவதன் மூலம் சந்தத்துக்கு இயங்குவதற்கு முடியும் ()
5. விளையாட்டு போட்டிகளில் வெற்றி பெறல் என்பது உடற் தகைமையின் இயல்பாகும் ()