



පළාත් අධ්‍යාපන දෙපාර්තමේන්තුව - සබරගමුව - සති පාසල

විෂය : සෞඛ්‍යය

4 සතිය

ග්‍රේණිය : 6

මාවනැල්ල කලාපය
සැකසුම-සුභාෂණී ශිෂ්‍යාලා මිය

8 . අපේ සිරුර නිරෝගීව තබා ගනිමු.

➤ සුදුසු පිළිතුරු යොදා හිස්තැන් පුරවන්න.

- කුඩා දරුවකුගේ මුලින්ම එන දත් හදුන්වනු ලබන්නේලෙස වන අතර දත් ඒම ආරම්භ වන්නේ මාසසිට අවුරුදු..... අතර කාලයේදීය.
- වයස අවුරුදු පමණ වන විට කිරිදත් වැටී දත් මතුවන අතර දත් සංඛ්‍යාව කි.
- මුඛයේ දත් වර්ග ඇත. ඒවා නම් දත්ය.
- විටමින්නිෂ්පාදනය සමෙන් කරන කාර්යයකි.
- දත්වල නිරෝගී බව රැක ගැනීමටඅඩංගු ආහාර ගත යුතුය.
- දත් මැදීම දවසට සිදු කළ යුතුය.

➤ පහත ප්‍රශ්නවලට පිළිතුරු සපයන්න.

- කන ආරක්ෂා කර ගැනීමට අප විසින් අනුගමනය කළ යුතු කරුණු 2 ක් ලියන්න.
- ඇස ආරක්ෂා කර ගැනීමට අප විසින් අනුගමනය කළ යුතු කරුණු 2 ක් ලියන්න.
- දත් දිරා යාමට බලපාන හේතු 2ක් ලියන්න.
- ශරීරයේ නිරෝගී බව ආරක්ෂා කර ගැනීමට අප අනුගමනය කළ යුතු කරුණු 4 ක් ලියන්න.