❖ செயற்பாட்டு படிவம்

கீழ் தரப்பட்டுள்ள வினாக்களுக்கு விடைதருக

01.

I. சந்தத்துக்கு அமைய செயற்படுவதன் மூலம் கிடைக்கும் நன்மைகள் 4ஐ எழுதுக

II. வீட்டில் காணக்கூடிய சந்தச் செயற்பாடுகள் 2ஐ குறிப்பிடுக

III. மனவெழுச்சி சமநிலையில் செல்வாக்குச் செலுத்தும் காரணிகள் 2 தருக

02.

I. ஒழுங்கமைக்கப்பட்ட விளையாட்டுக்கள் 5 தருக

II. ஒழுங்கமைக்கப்பட்ட விளையாட்டுக்களின் இயல்புகள் 2ஐ குறிப்பிடுக

III. சுசன்திகா ஜயசங்க, ஒசேன் போல்ட், சனத் ஜயசூரிய, முத்தையா முரலிதரன், மேரியன் ஜோன்ஸ் ஆகிய வீரர்கள் பற்றிய தகவல்களை திறட்டி சஞ்சிகை ஒன்றை நிர்மானிக்க

03.

I. உணவின் மூலம் நடைபெறும் பிரதான தொழிற்பாடு 3ஐ தருக

II. உணவுக் கூம்பகத்துக்கு அமைய குறைவாக பெற வேண்டிய உணவு வகைகள் யாது?

III. போசணை பெறுமானம் அதிகமாகவுள்ள கலப்புணவுகள் சில தருக

IV. கீழ் தரப்பட்டுள்ள போசணைகள் அடங்கிய உணவு வகைகளுக்குறிய உருக்களை தெரிவு செய்து பயிற்சி புத்தகத்தில் ஒட்டுக

(காபோவைதரேற்று, புரதம், இலிப்பிட்டு, விற்றமின்- A,B,C,D,E,K, இரும்பு, கல்சியம், அயடீன்)