



சப்ரகமுவ மாகாணக்கல்வி திணைக்களம்
விடுமுறை கால செயலட்டை(வாராந்த பாடசாலை)
பாடம் - சுகாதாரமும் உடற்கல்வியும்
தரம் - 06 (2021-20 ஆம் வாரம்)

மாவசல்லை கல்வி வலையம்
தயாரிப்பு M.I. Riyas Ahmed

8. எமது உடலை நோயின்றிப் பேணுவோம்

பொருத்தமான சொல்லை பயன்படுத்தி இடைவெளி நிறப்புக

- 1- குழந்தை ஒன்றுக்குமாதம் முதல்.....வருடம் வரை பற்கள் முளைக்கும்
அவ்வாறு முளைக்கும் பற்களை அழைப்பர்.
- 2-.....வயது முதல் பாற்பற்கள் விழுந்து.....பற்கள் முளைக்கும். பற்களின்
எண்ணிக்கை.....ஆகும்.
- 3- வாயில் காணப்படும் பற்களின் வகைகள்.....ஆகும், அவை.....எனப்படும்
- 4- தோல் விறற்றின்..... தொகுப்புக்கு உதவுகிறது
- 5- பற்களின் ஆரோக்கியத்தை பேணுவதற்கு.....அடங்கிய உணவுகள்
உண்ணல் வேண்டும்.
- 6- ஒரு நாளைக்குதடவை பல் துலக்குதல் வேண்டும்.