



மாகாண கல்வித் திணைக்களம் சபரகமுவ

பாடம் : சுகாதாரமும் உடற்கல்வியும்

வாரம் 10

தரம் 10

Prepared by-த.கலைகமல்
கே/தெஹி/கந்தலோயா த.ம.வி

எல்லா வினாக்களுக்கும் விடை தருக.

1. முறையாக அமரும் போது கவனிக்க வேண்டிய விடயங்களை குறிப்பிடுக ?
2. அமர்ந்து மேசை மீது வேலை செய்யும் போது கவனிக்க வேண்டிய விடயங்களை குறிப்பிடுக ?
3. வாகனம் செலுத்தும் போது கவனிக்க வேண்டிய விடயங்களை குறிப்பிடுக ?
4. கணினியுடன் வேலை செய்யும் போது கவனிக்க வேண்டிய விடயங்களை குறிப்பிடுக ?
5. நித்திரை செய்யும்போது கவனிக்க வேண்டிய விடயங்களை குறிப்பிடுக ?
6. நீளம் பாய்தல் அல்லது முப்பாய்ச்சலின் போது புவியீர்ப்பு மையம் இருக்கும் நிலையை வரிப்படம் மூலம் விளக்குக ?