



சபரகமுவ மாகாணக்கல்வி திணைக்களம்
விடுமுறை கால செயலட்டை(வாராந்த பாடசாலை)
பாடம்- சுகாதாரமும் உடற்கல்வியும்

தரம் -06 (முன்றாம் வாரம்)
மாவனல்லை கல்வி வலையம்
தயாரிப்பு- M.I. Riyas Ahmed

8- எமது உடலை ஆரோக்கியமாகப் பேணுவோம்

நிரல் 1க்கு பொறுத்தமான சொல்லை நிரல் 11இல் இருந்து தெரிவு செய்து இணைக்க

நிரல் -1

நிரல் -11

- | | |
|--|--|
| 1- தெடர்ச்சியான தொலைபேசி பாவணையால் | 1- வியர்வை ஆவியாகி உடல் வெப்பநிலை குறையும் |
| 2- பொறுத்தமான வெளிச்சம் உள்ள இடத்தில் | 2- உடலுக்கு பாதகாப்பைத் தரும் |
| 3- விளையாடும் போது உடல் வெப்பநிலை அதிகரித்தால் | 3- எமக்கு பசி ஏற்படும் |
| 4- நகமும், தலை முடியும் | 4- புத்தகம் வாசித்தல் சிறந்தது |
| 5- குருதியின் குளுக்கோசின் அளவு குறையும் போது | 5- காதுக்கு பாதிப்பு ஏற்படும் |

கீழ் தரப்பட்டுள்ள வினாக்களுக்கு விடை தருக

06- மனித உடலில் நிகழும் வியத்தகு செயற்பாடுகள் 3 தருக

07- மனித நாக்கின் உருவை வரைந்து கீழ் தரப்பட்டுள்ள சுவைகளை உணரும் பகுதிகளை நிறந் தீட்டுக

(இனிப்பு, உவர்ப்பு, கசப்பு, துவர்ப்பு)