அலகு -1 எமது நல்வாழ்வு

தரம் - 4

சுற்றாடல்சார் செயற்பாடு

.....

❖ பின்வரும் உரையாடலை வாசித்து வினாக்களுக்கு விடை எழுதுக.
(மாந்தோப்புக் கிராமத்தில் சிறந்த கமக்காரனைத் தெரிவு செய்யும் போட்டியில் அறுபது வயதைத் தாண்டிய முருகேசுத் தாத்தா வெற்றி பெற்றார். இளைஞர்கள் பலர் இருக்கையில் 60 வயது தாண்டிய தாத்தா வெற்றி பெற்றதற்கான காரணத்தை அறிவிப்பாளர் தாத்தாவிடம் விசாரித்தார்.)

அறிவிப்பாளர் :- முருகேசுத் தாத்தா, உங்களது இந்த வெற்றிக்கு என்ன காரணம் எனக் கூறுவீர்களா?

முருகேசுத்தாத்தா :- நான் எனது வேலையைச் சரியான நேரத்தில் செய்தேன்.

அறிவிப்பாளர் :- கொஞ்சம் விளக்கமாகக் கூறுங்கள்

முருகேசுத்தாத்தா :- மழைகாலத்தில் வயலில் வேலை செய்தேன்.
கோடைகாலத்தில் சேனையில் வேலை செய்தேன்.
சரியான நேரத்தில் விதை விதைத்தேன்.
சரியான நேரத்தில் அறுவடை செய்தேன்.

அறிவிப்பாளர் :- நீங்கள் ஒரு சுறுசுறுப்பான கமக்காரர்.

முருகேசுத்தாத்தா :- "முருகேசுத்தாத்தா எந்த வேலையையும் நேரத்திற்குச் செய்து முடிக்க வேண்டும்" என்று எனக்குச் சின்ன வயதிலேயே எனது அப்பா சொல்லித் தந்தார்.

1. முருகேசுத் தாத்தாவின் வெற்றிக்குக் காரணம் யாது?

   .....

2. முருகேசுத் தாத்தா மழை காலத்தில் என்ன செய்தார்?

   .....

3. முருகேசுத் தாத்தா கோடை காலத்தில் என்ன செய்தார்?

   .....

4. முருகேசுத் தாத்தா விதையை எப்போது விதைத்தார்?

   .....

5. முருகேசுத் தாத்தா உரிய நேரத்தில் உரிய வேலை செய்து வெற்றி பெற்றார் என்பதை ஏற்றுக் கொள்கின்றீரா?

   .....

6. முருகேசுத் தாத்தாவின் உரையாடல் மூலம் நீர் கற்ற படிப்பினை என்ன?

……..

7. முருகேசுத் தாத்தாவை அறிவிப்பாளர் எவ்வாறான கமக்காரர் என வர்ணிக்கின்றார்?

……

8. எமது சூழலில் உள்ள பொது இடங்கள் எவை?

…….. ……..

…….. …….

……. …….

……. …….

…… ……..

9. பின்வரும் பொது இடங்களில் மனிதர்கள் தவறாக நடந்துகொள்ளும் முறைகளை எழுதுவோம்

I. நூலகம் :- ……

……

……

II. பேருந்து நிலையம் :- ……

……

……

III. வைத்தியசாலை - ……

……

……

IV. வங்கி :- ……

……

……

V. பெருந்தெரு :- ……

……

……

VI. பொது மலசல கூடம் :- .....

.....

.....

VII. பொதுச் சந்தை :- .....

.....

.....

VIII. பொதுவாகனங்கள் - .....

.....

.....

10. . பொது இடங்களில் நாம் எவ்வாறு நடந்து கொள்ள வேண்டும்

.....

.....

.....

.....

11. ஆரோக்கியமான, செயற்றிறன்மிக்க வாழ்க்கைக்குத் தேவையான உடல், உளத் தகைமையை ஏற்படுத்தச் செய்ய வேண்டிய செயற்பாடுகள் எவை?

....

12. சூரியநமஸ்காரம் செய்ய உகந்த நேரம் எது?

.....

13. சூரிய நமஸ்காரம் செய்யும்போது இசைக்கக் கூடிய இசை எது?

.....

14. சூரிய நமஸ்காரம் செய்வதால் ஏற்படும் நன்மைகள் எவை?

.....

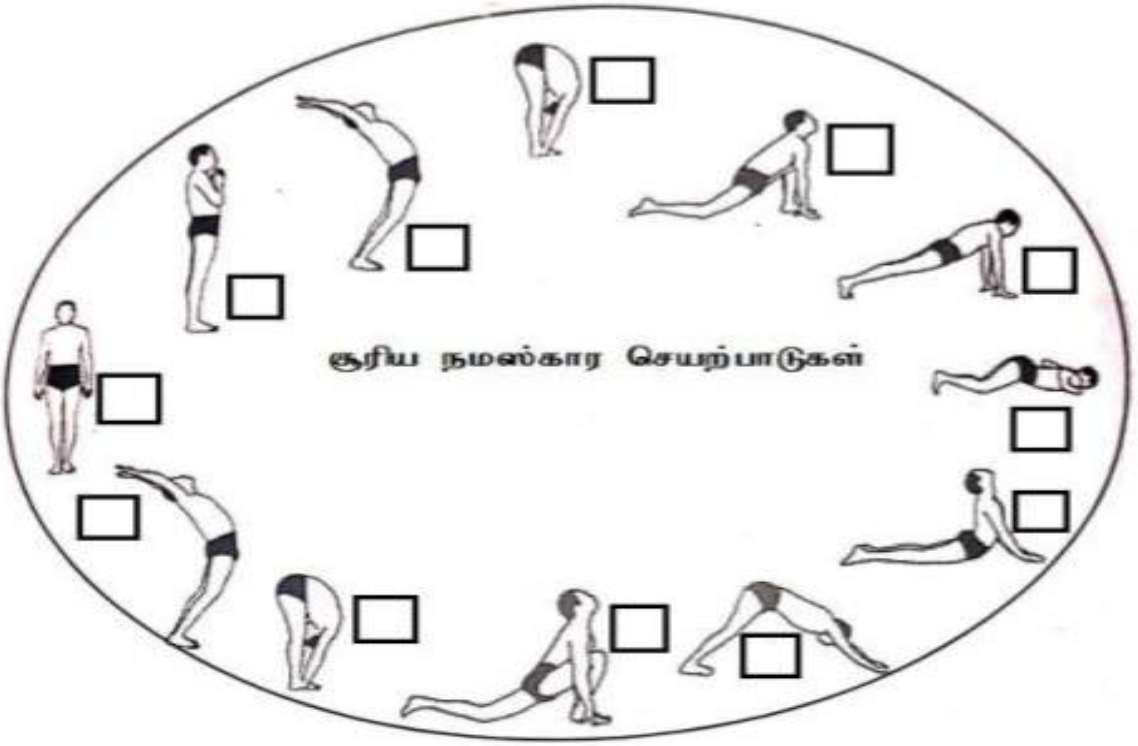
.....

.....

.....

.....

15. சூரிய நமஸ்காரப் படிநிலைகளை ஒழுங்கு முறைப்படி இலக்கமிடுக.



16. சூரிய நமஸ்காரப் படிநிலைகள் எத்தனை?

……..

17. மனதை ஒருநிலைப்படுத்தும் செயற்பாட்டின் படிநிலைகள் எவை?

……

……

……

……

……

18. மனதை ஒருநிலைப்படுத்தும் செயற்பாட்டில் சூழலின் ஒலிகளைக் கேட்கும் படி நிலை எது?

……

19. மனதை ஒருநிலைப்படுத்தும் செயற்பாட்டில் எனது வகுப்பிற்கும் - பாடசாலைக்கும் - வீட்டிற்கும் நான் ஒளியாவேன். என்பது எத்தனையாவது படிநிலை?

……

20. நான் ஓர் ஒளி விளக்காக உலகிற்கு ஒளி ஊட்டுவேன் என்பது மனதை ஒருநிலைப்படுத்தும் செயற்பாட்டில் எத்தனையாம் படிநிலை?

.....

21. எமது வீட்டுத் தோட்டத்தில் பயிரிடக் கூடிய பயிர்கள் எவை?

....

....

....

22. நாம் உண்ணக் கூடிய கீரைகளின் பெயர்களை எழுதுக?

....

....

அலகு - 3 :- மரம் செடி கொடிகள்
தரம் :- 4
சுற்றாடல்சார் செயற்பாடு

.....

❖ பாடலை வாசித்து வினாக்களுக்கு விடை எழுதுவோம்.

தை மாதம் பிறந்தது
புதிய ஆண்டும் மலர்ந்தது

மாசி மாதத் பிறந்தது
மாமரமும் பூத்தது

பங்குனி மாதம் பிறந்தது
பாலை வீரை பூத்தது

சித்திரை மாதம் பிறந்தது
முருங்கை வேம்பு பூத்தது

வைகாசி மாதம் பிறந்தது
வகைவகை ஓக்கிட் பூத்தது

ஆனி மாதம் பிறந்தது
வாகை விளா பூத்தது

ஆடி மாதம் பிறந்தது
நாவல் நன்றே பூத்தது

ஆவணி மாதம் பிறந்தது
இலுப்பை கொன்றை பூத்தது

புரட்டாதி மாதம் பிறந்தது
பிறைப்பூ பூத்தது

ஐப்பசி மாதம் பிறந்தது
அன்ன முன்னா பூத்தது

கார்த்திகை மாதம் பிறந்தது
கார்த்திகைப் பூ பூத்தது

மார்கழி மாதம் பிறந்தது
தாமரைக் குளம் பூத்தது

1. தாவரங்கள் பூக்கும் காலங்களை எழுதுவோம்

மாதம்	பூக்கும் தாவரங்கள்
1.	
2	
3	
4	
5	
6	
7	
8	
9	
10	
11	
12	

2. கால வேறுபாடின்றிப் பூக்கும் தாவரங்கள் ஐந்து எழுதுவோம்.

…….. …….. ……

…….. …….. ……..

2 உங்கள் பிரதேசத்ததில் கிடைக்கக் கூடிய 10 வகையான பூக்களைச் சேகரியுங்கள்

சேகரித்த பூக்களை நிறத்தின் அடிப்படையில் வகைபடுத்தி பூக்களின் பெயர்களை எழுதுவோம்.

சிவப்பு	மஞ்சள்	வெள்ளை	ஊதா

3. சேகரித்த பூக்களை இதழ்களின் அடிப்படையில் வகைப்படுத்துவோம்

ஒரு இதழ்ப்பூ	மூன்று இதழ்ப்பூ	நான்கு இதழ்ப்பூ	ஐந்து இதழ்ப்பூ
ஆறு இதழ்ப்பூ	எட்டு இதழ்ப்பூ	பத்து இதழ்ப்பூ	அனேக இதழ்ப்பூ

4. செயற்பாடு 1

தேவையான பொருட்கள்

- வேர்களுடன் கூடிய வெண்நிறப்பூக்கள் உள்ள காசித்தும்பைச் செடி இரண்டு
- ஒரே அளவான பாத்திரம் இரண்டு
- நிறச்சாயம் சிறிதளவு
- சுத்தமான நீர் தேவையாள அளவு

செய்முறை

- ❖ இரண்டு பாத்திரங்களிலும் தாவரத்தின் வேர் அமிழும் அளவிற்கு சமஅளவில் நீரை நிரப்புக.
- ❖ ஒரு பாத்திரத்தில் நிறச் சாயத்தை இட்டு நன்கு கலக்கவும்
- ❖ இரு பாத்திரத்திலும் பூவுடன் கூடிய காசித்தும்பைச் செடியை இடவும்
- ❖ நான்கு நாட்கள் அவதானிக்கவும் மாற்றங்களை அறிக்கையிடவும்

நிறமூட்டிய பாத்திரத்தில் உள்ள தாவரத்தில் உமது அவதானம்			
1ஆம் நாள்	2ஆம் நாள்	3ஆம் நாள்	4ஆம் நாள்

தெளிவான நீர் உள்ள பாத்திரத்தில் உள்ள தாவரத்தில் உமது அவதானம்			
1ஆம் நாள்	2ஆம் நாள்	3ஆம் நாள்	4ஆம் நாள்

5. வெள்ளை நிறப்பூ நிறநீரின் நிறத்தைப் பெறக் காரணம் யாது?

……
……

6. தாவரங்களில் கூடமைக்கும் பிராணிகள் எவை?

…… …… ……
…… …….. ……..
…….. …….. ……..

7. தாவர இலைகளைச் சுருட்டிக் கூடமைக்கும் பிராணி எது?

……

8. பூக்களில் தேன் பருகும் பிராணிகள் எவை?

…….. ……..
…….. ……..

9. பூக்களில் தேன் பருகும் பிராணிகளால் தாவரங்களுக்குக் கிடைக்கும் நன்மை என்ன?

……

10. தாவர இலைகளை உணவாக உட்கொள்ளும் பிராணிகள் எவை?

…… …….. …….. ……
…… …….. …….. ……

11. மயிர்கொட்டி, நத்தை,மாடு போன்ற பிராணிகள் தாவரங்களின் எப்பகுதியை உண்ணும்?

மயிர்கொட்டி .....

நத்தை .....

மாடு .....

12. தாவரங்களால் பிராணிகளுக்குக் கிடைக்கும் நன்மைகள் எவை?

.....

.....

.....

.....

13. பிராணிகளால் தாவரங்களுக்குக் கிடைக்கும் நன்மைகள் எவை?

.....

.....

.....

14. பிராணிகளால் தாவரங்களுக்கு ஏற்படும் தீங்குகள் எவை?

.....

.....

.....

15. நாம் உணவுக்காகப் பயன்படுத்தும் பூக்கள் எவை?

....

16. நாம் உணவுக்காகப் பயன்படுத்தும் இலைகள் எவை?

....

17. நாம் உணவுக்காகப் பயன்படுத்தும் காய்கள் எவை?

....

18. நாம் உணவுக்காகப் பயன்படுத்தும் வேர்கள் எவை?

....

19. ஔடதப்பானங்கள் தயாரிக்கப்பயன்படும் தாவரப்பகுதிகள் எவை?

....

....

20. தாவரங்களால் மனிதன் அடையும் நன்மைகள் எவை?

.....

.....

.....

.....

.....

அலகு -4 எம்மைச் சூழவுள்ள பிராணிகள்

தரம் - 4

சுற்றாடல்சார் செயற்பாடு

.....

1. உமது வீட்டுத் தோட்டத்தில் அல்லது அருகில் உள்ள வயலில் சென்று அங்கு வரும் பிராணிகள் தொடர்பாகவும் அவை செய்து கொண்டிருக்கும் செயல் தொடர்பாகவும் தகவல் சேகரிக்கவும்

காலை வேளையில் வரும் பிராணிகள்	
பிராணியின் பெயர்	அப்பிராணி செய்து கொண்டிருக்கும் செயல்

2.

மாலை வேளையில் வரும் பிராணிகள்	
பிராணியின் பெயர்	அப்பிராணி செய்து கொண்டிருக்கும் செயல்

3.

இரவு வேளையில் வரும் பிராணிகள்	
பிராணியின் பெயர்	அப்பிராணி செய்து கொண்டிருக்கும் செயல்

4. பிராணிகள் தோட்டம் அல்லது வயல் நிலங்கள் என்பவற்றிற்கு வருவதற்கான காரணங்கள் எவை?

…… ……..

…… ……..

5. தோட்டத்திற்கு பறந்து வரும் பிராணிகள் எவை?

…… ……..

…… ……..

…… ……..

…… ……..

6. தோட்டத்திற்கு நடந்தவரும் வரும் பிராணிகள் எவை?

…… ……..

…… ……..

…… ……..

…… ……..

7. தோட்டத்திற்கு ஊர்ந்து வரும் பிராணிகள் எவை?

…… ……..

…… ……..

…… ……..

8. நான்கு கால்கள் உள்ள பிராணிகள் எவை?

…… ……..

…… ……..

…… ……..

…… ……..

9. இரண்டு கால்கள் உள்ள பிராணிகள் எவை?

…… ……..

…… ……..

…… ……..

…… ……..

10. நீரில் நீந்தும் பிராணிகள் எவை?

…… ……..

…… ……..

…… ……..

…… ……..

11. கால்கள் அற்ற பிராணிகள் எவை?

…… ……..

12. பின்வரும் பிராணிகளை தகவலுக்கு ஏற்ப வகைப்படுத்துக.

(நாய், மீன், மண்புழு, கிளி)

<table>
<tr><td colspan="2">கால்கள் உள்ளவை
1…….
2…….</td><td colspan="2">கால்கள் அற்றவை
1…….....
2. ……..</td></tr>
<tr><td>சிறகுகள் உள்ளவை
1. ……....</td><td>சிறகுகள் அற்றவை
1. ……....</td><td>செட்டை உண்டு
1. ……....</td><td>செட்டை உண்டு
1. ……....</td></tr>
</table>

13. பிராணியைக் கண்டுபிடியுங்கள்

I. இது ஒரு பறவை.

II. ஆபத்து வேளையில் பறக்கும்.

III. அனைத்துமுண்ணிப் பறவை.

IV. 21 நாட்கள் அடைகாக்கும்.

V. வெள்ளை நிற முட்டை இடும்

இது என்ன பிராணி :- ……

14. பிராணிகளின் இருப்புக்கு தீங்கு விளைவிக்கும் மனிதச் செயற்பாடுகள் எவை?

…… ……..

…… ……..

…… ……..

…… ……..

15. விவசாய நிலங்களில் தீ மூட்டுவதால் அழிவடையும் பிராணி எது?

……

16. விவசாயியின் தோழன் என அழைக்கப்படும் பிராணி எது?

……..

17. பின்வரும் கதையை உரத்து வாசித்து கதையின் அடுத்த கட்டத்தை கற்பனை செய்து எழுதுக

ஒரு வீட்டுத் தோட்டத்தல் மாமரம் ஒன்று இருந்தது. அம்மாமரப் பொந்தில் கிளிகள் வாழ்ந்தன. ஒருநாள் ஒருவர் அம்மாமரத்தை வெட்டி வீழ்த்தினார். அவ்வேளையில் தாய்க் கிளியும், தந்தைக்கிளியும், உணவு தேடச் சென்றிருந்தன. கிளிகள் இரண்டும் திரும்பி வந்து பார்த்த போது கிளிக் குஞ்சுகள் இருந்த பொந்து சிதறிப் போய் இருந்தது. அதைக் கண்ட தாய், தந்தைக் கிளிகள் பெருங்கவலை அடைந்தன. தாய்க் கிளியும் தந்தைக் கிளியும் கீச்சிட்டவாறு தனது குஞ்சுகளைத் தேடின.

……

……

……

……

……

……

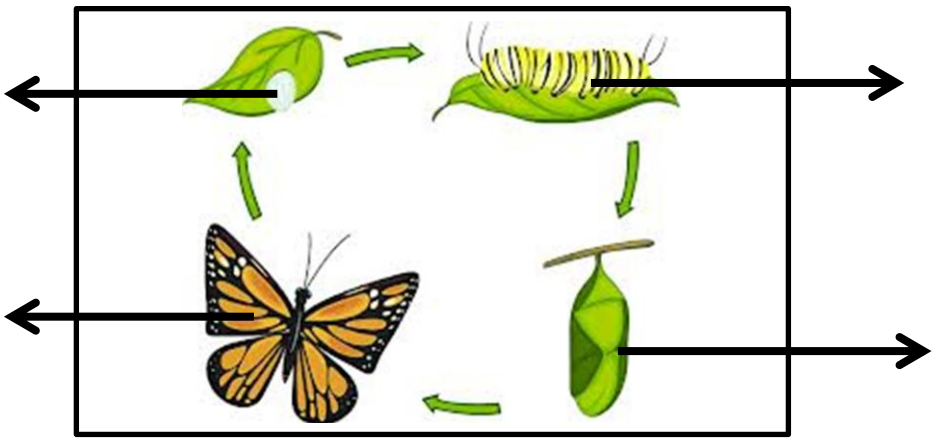
……

……

18. இக்கதையில் உமது மனதைத் தொட்ட சந்தர்ப்பத்தை எழுதுக

……

19. வண்ணத்துப் பூச்சியின் வாழ்கைவட்டத்தை அவதானித்து பெயரிடுக.



20. வண்ணத்துப் பூச்சியினால் சூழலுக்குக் கிடைக்கும் நன்மை என்ன?

.....

அலகு - 5 நாம் பயன்படுத்துபவை

தரம் - 4

சுற்றாடல்சார் செயற்பாடு

.....

1. உமது அயற் சூழலில் அவதானித்த தொழில்கள் எவை?

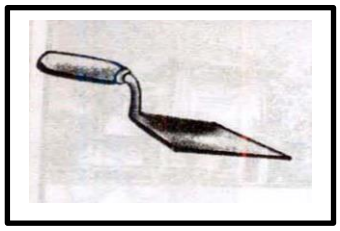
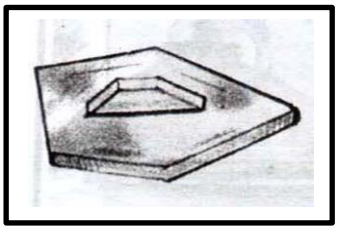
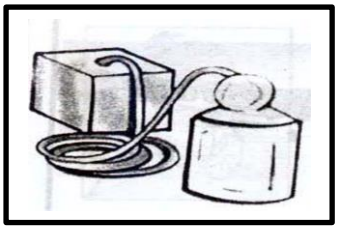
....

....

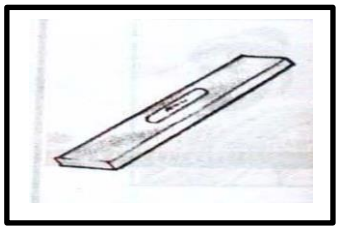
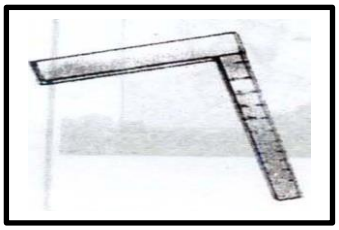
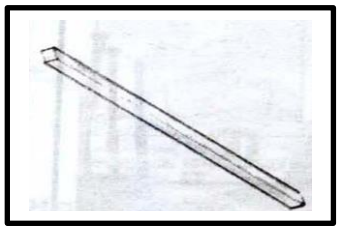
....

....

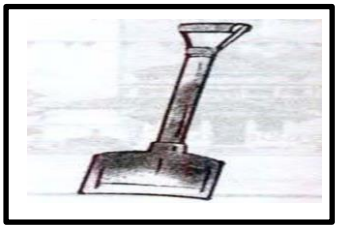
2. மேசன் பயன்படுத்தும் பின்வரும் உபகரணங்களின் பெயர்களை எழுதுக

....

....





....

3. பின்வரும் உபகரணங்களின் பயன்பாட்டினை எழுதுக.?

A. மண்வெட்டி :- .....
.....

B. சாந்தகப்பை :- .....
.....

C. மட்டப்பலகை :- .....
.....

D. மணியாசு :- .....
.....

E. நீர் மட்டம் :- .....
.....

F. தூக்குக்குண்டு :- .....
.....

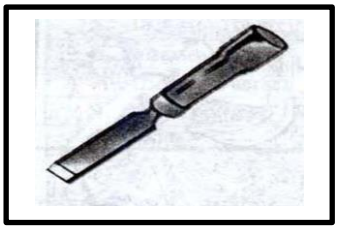
G. சவள் :- .....
.....

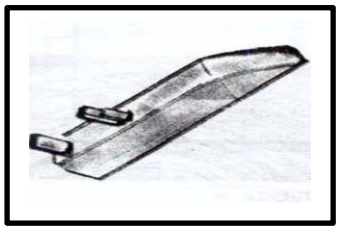
H. மூலைமட்டம் :- .....
.....

I. தள்ளுவண்டி :- .....
.....

4. பின்வரும் உபகரணங்களின் பெயர்களை எழுதுக.







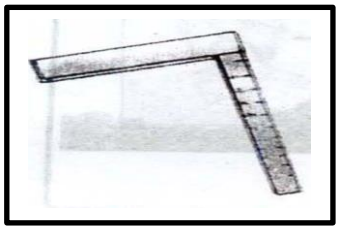
....

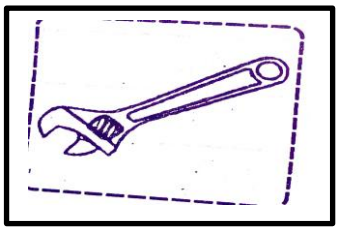


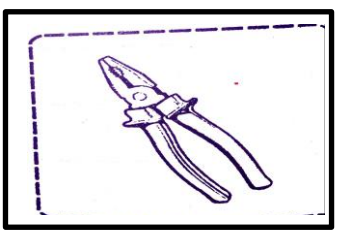




....

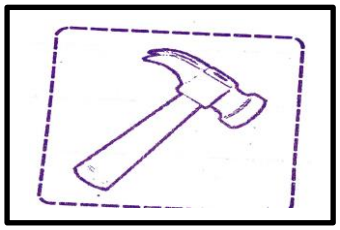


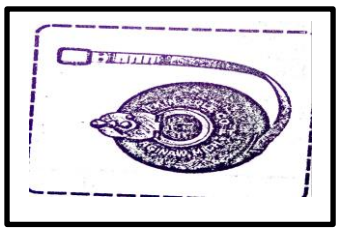




....







…… …….. ……

5. தச்சு வேலை செய்வோர் பயன்படுத்தும் உபகரணங்களின் பயன்பாட்டினை எழுதுக.?

A கைவாள் :- ……

……

A. உளி :- ……

……

B. சீவுளி :- ……

……

C. கைத்துறப்பணம் :- ……

……

D. தட்டுப் பொல் :- ……

……

E. திருகாணிசெலுத்தி :- ……

……

F. சிப்டர் :- ……

……

G. குறடு :- ……

……

H. வாச்சு :- ……

……

I. சுத்தியல் :- ……

……

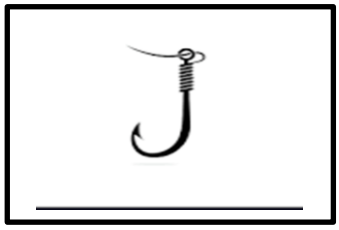
J. அளவுநாடா :- ……

……

K. அரம் :- ……

……

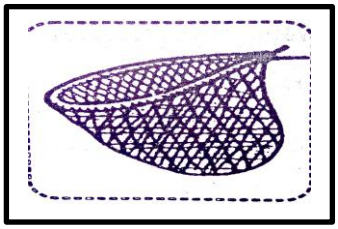
6. பொருத்தமாக இணைப்போம்

1. 

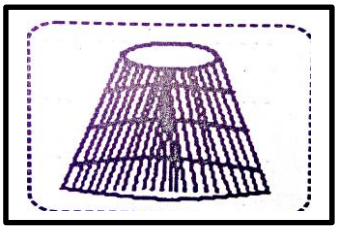
கரப்பு

2. 

அத்தாங்கு

3. 

தூண்டில்

4. 

பறி

5. 

வலை

7. பின்வரும் மீனவர்கள் பயன்படுத்தும் உபகரணங்களின் பயன்பாட்டினை எழுதுக.?

A. வலை :- .....

.....

B. கரப்பு :- .....

.....

C. அத்தாங்கு :- .....

.....

D. தூண்டில் :- .....

.....

E. பறி :- .....

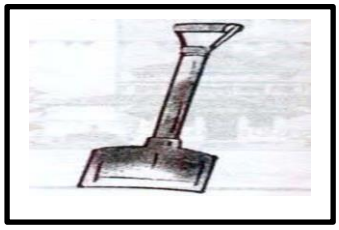
.....

F. துடுப்பு :- .....

.....

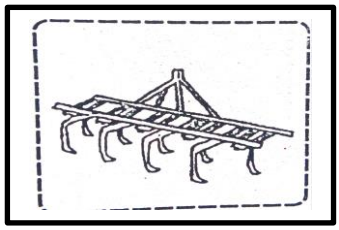
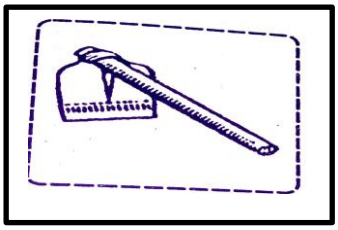
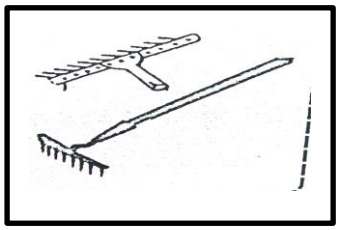
8. இரத்தினக்கல் அகழ்வு உபகரணங்களின் பெயர்களை எழுதுக.



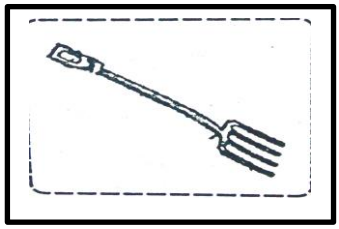
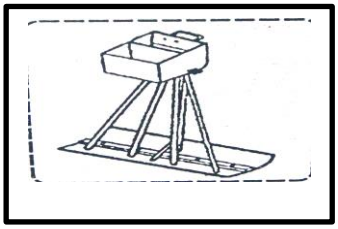
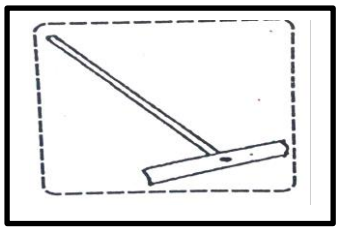


....

9. விவசாயம் செய்வோர் பயன்படுத்தும் உபகரணங்களின் பெயர்களை எழுதுக.

....

....





....

10. விவசாயம் செய்வோர் பயன்படுத்தும் உபகரணங்களின் பயன்பாட்டினை எழுதுக.?

A. ஏர் :- .....

.....

B. இயந்திரக்கலப்பை :- .....

.....

C. மண்வெட்டி :- .....

.....

D. குப்பைவாரி :- .....

.....

E. அரிவாள் :- .....

.....

F. முள்மண்வெட்டி :- .....

.....

G. மட்டப்பலகை :- .....

.....

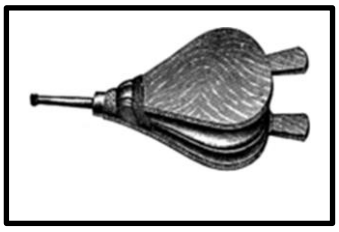
H. விதைநடுகருவி :- .....

.....

I. தோட்டமண்வெட்டி:- .....

.....

11.கொல்லன் பயன்படுத்தும் உபகரணங்களின் பெயர்களை எழுதுக.







....

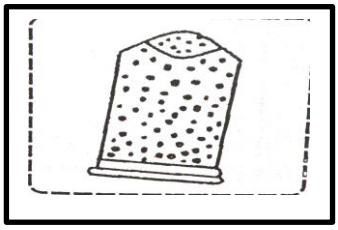


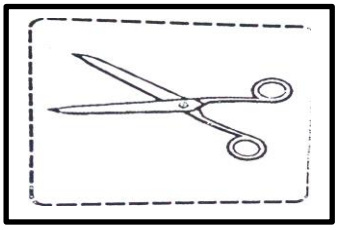


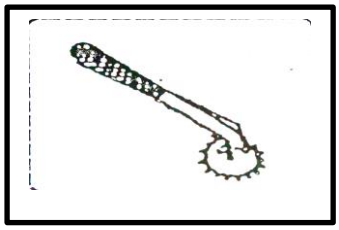


....

12. தையல்தொழிலாளர் பயன்படுத்தும் உபகரணங்களின் பெயர்களை எழுதுக.







…….. …… ……

13. நாம் வீட்டில் தனியாகப் பயன்படுத்தும் உபகரணங்கள் எவை?

…… …… ……..

…… …… ……..

…… …… ……..

…… …… ……..

14. நாம் வீட்டில் பொதுவாகப் பயன்படுத்தும் பொருட்கள் எவை?

…… …… ……..

…… …… ……..

…… …… ……..

…… …… ……..

15. நாம் பாடசாலையில் தனியாகப் பயன்படுத்தும் உபகரணங்கள் எவை?

…… …… ……..

…… …… ……..

16. நாம் பாடசாலையில் பொதுவாகப் பயன்படுத்தும் பொருட்கள் எவை?

…… …… ……..

…… …… ……..

17. பின்வரும் உபகரணங்கள் ஆக்கப்பட்டுள்ள மூலப்பொருட்களை எழுதுக.

பொருள்	மூலப்பொருள்
சீப்பு	
துடைதுண்டு	
தேநீர்த்தட்டு	
பெட்டி	
சட்டி	
பானை	
மண்குடம்	
கண்ணாடி	
பிரம்பு	
கதிரை	
பத்திரிகை	

18. பொருள் ஒன்றைக் கொள்ளவனவு செய்யும் போது கவனம் செலுத்த வேண்டிய விடயங்கள் எவை?

…….. ……

…….. ……

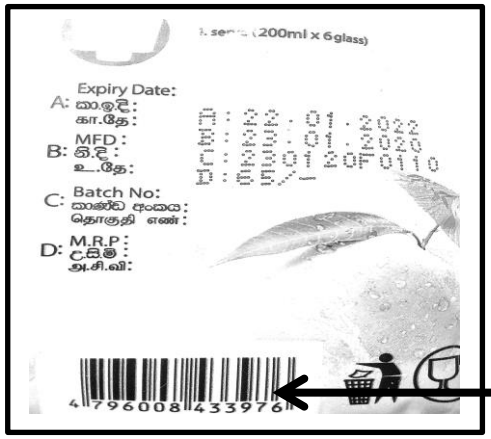
…….. ……

…….. ……

19. பொதி செய்யப்பட்ட பொருட்களில் பொறிக்கப்பட்டிருக்கும் தரச் சான்றிதழ்கள் எவை?

…… ……

20.



1. MFD என்பது யாது?

   .....

2. Expiry date என்பது?

   ……

3. இதன் விலை யாது? ……..

   இதன் பெயர் யாது? ……

அலகு – 6 எமது உணவு

தரம் - 4

சுற்றாடல்சார் செயற்பாடு

.....

1. காலை உணவு உண்ணாமல் பாடசாலைக்குச் செல்வதால் ஏற்படும் பாதிப்புக்கள் எவை?

   .....

   .....

2. நீர் உண்ணும் இலைக்கறி வகைகளைக் குறிப்பிடுங்கள்.

   .....

   .....

3. நீர் உண்ணும் பருப்பு வகைகளைக் குறிப்பிடங்கள்.

   .....

4. நாம் உணவு உண்பதன் நோக்கம் யாது?

   .....

   .....

   .....

5. உடலுக்கு சக்கியை வழங்கும் உணவுகள் எவை?

   ....

   ....

   ....

6. உடலுக்கு வளர்ச்சிக்கு உதவும் உணவுகள் எவை?

   ....

   ....

   ....

7. உடலை நோயிலிருந்து பாதுகாக்கும் உணவுகள் எவை?

   ....

   ....

   ....

8. ஒரு வேளை உணவில் உள்ளடங்க வேண்டிய உணவுகள் எவை?

…….. ……. ……..

…… ……. …….

9. போசாகாகான மூலிகைப்பானம் தயாரிக்க பொருத்தமான மூலிகைச் செடிகளுக்கு (T) அடையாளம் இடுக.

1.	வில்வம் பூ	( )	8.	பொன்னாங்கண்ணி	( )
2.	பொன்னாவரசு	( )	9.	வல்லாரை	( )
3.	பூவரசு	( )	10.	முடக்கொத்தான்	( )
4.	தேங்காய்ப்பூக்கீரை	( )	11.	வேரலிக்காய்	( )
5.	நன்னாரி	( )	12.	அரசு	( )
6.	ஆல்	( )	13.	கெக்கரி	( )
7.	சாத்தாவரி	( )	14.	நெல்லிக்காய்	( )

10. மூலிகைப்பானங்களுக்கும் கடையில் வாங்கும் பானங்களுக்கும் இடையிலான வேறுபாடுகளை எழுதுக.

மூலிகைப்பானம்	கடையில் வாங்கும் பானம்
……..	……
…….	……
…….	……
…….	……

11. மூலிகைப்பானங்களை அருந்துவதால் ஏற்படும் நன்மைகள் எவை?

……

……

……

12. உணவை நீண்டகாலம் பேணுவதற்கு முற்காலத்தில் பயன்படுத்திய முறைகள் எவை?

……

……

……

……

……

……

……

13. உணவை நீண்டகாலம் பேணுவதற்கு தற்காலத்தில் பயன்படுத்தும் முறைகள் எவை?

    .....

    .....

    .....

    .....

    .....

14. உணவை நீண்டகாலம் பேணுவதற்கு பொதியிடப்படுகின்றன பொதியிடப்பட்ட உணவு வகைகளை கொள்வனவு செய்யும் போது கவனம் செலுத்தப்பட வேண்டிய விடயங்கயகள் எவை?

    ....

    ....

15. ஆரோக்கிய வாழ்விற்கு பதப்படுத்தப்பட் உணவா? புதிய உணவா சிறந்தது?

    .....

16. பின்வரும் உணவுகளை சில நாட்கள் வைத்து அவதானித்த விடயங்களை அட்டவணையில் நிரப்புக.

உணவு	அடைந்த மாற்றம்
சோறு	
பாண்	
இடியப்பம்	
வாழைப்பழம்	
உழுந்து வடை	
மீன்	

17. உணவு பழுதடைவதற்கு நான்கு பிரதான காரணிகள் பங்களிப்புச் செய்கின்றன அவற்றில் உள்ளடங்குபவற்றை அட்டவணையில் நிரப்புக.

விலங்குகளால்	சரியான பொதியிடப்படாமை	சூழற்காரணி	மனிதச் செயற்பாடுகள்
உதாரணம் 1. பூனை 2. ..... 3. ..... 4. ..... 5.	உதாரணம் 1. வண்டுகள் 2. ..... 3. ..... 4.	உதாரணம் 1. தூசு படிதல் 2. ..... 3. ..... 4. ..... 5.	உதாரணம் 1. மூடாது வைத்தல் 2. ..... 3. ..... 4. ..... 5. .....

18. உணவு பழுதடையாமல் இருப்பதற்கு நாம் செய்யக் கூடிய செயற்பாடுகள் எவை?

.....

.....

.....

.....

19. உணவு பழுதடைவதால் ஏற்படும் நோய்கள் எவை?

....

....

20. பின்வரும் பாடலை உரத்து வாசிக்கவும்

உணவில் பேராசை கொள்ளாதே
உண்ண இன்னும் என்று கேளாதே
கிளறிச் சிந்திச் சிதறாதே
நின்ற நிலையில் உண்ணாதே!

உணவில் வைத்த கை எடுக்காதே
உரத்து சப்புக் கொட்டாதே
அழுதபடியே உண்ணாதே
அமர்ந்து சுவைத்து (மகிழ்ந்து) உண்பாயே!

1. இப்பாடல் கூறும் படிய்பினை யாது?

.....

.....

.....