සියලුම හිමිකම් ඇවිරිණි) முழுப் பதிப்புரிமையுடையது) All Rights Reserved)

புலமைக்கதிரின் இளங் கதிர் 4

திரு.க.சந்திரகுமார்,
(B.Ed , Dip.In.Teach, SLTS-1)
ஆசிரிய ஆலோசகர், வவுனியா வடக்கு



தரம்- 04

மாணவர்களுக்கான..

கதிர்

6



பாடரீதியாக

- நுண்ணறிவு
- கணிதம்
- தமிழ்
- சுற்றாடல் சார் செயற்பாடு

02.07.2021 - 08.07.2021

வினாத்தாளக்களை தொடர்ந்து பெற்றுக் கொள்ள

WhatsApp Viber 0774940556 facebook Chandrakumar Ganeshamoorthy

திரு. க. சந்திரகுமார். (0774940556) --- ஆசிரிய ஆலோசகர், வவுனியா வடக்கு. ---


LEARN EASY
- KNOWLEDGE IS POWER -
www.learneasy.lk
மகத்தான கல்விக்கு
உங்கள் ஆசான்
zoom
ICT
Maths
English
Commerce
Tamil
History
Science
Sinhala
இன்னும் பல
தரம்
01-A/L
Medium
தமிழ்/ English
76667-4945
தனித்துவமான புலமைப்பரிசில் பரீட்சை வகுப்புக்கள்
தரம் 1 தொடக்கம் 5 வரை நடைபெறுகின்றன
www.learneasy.lk || www.lkedu.lk

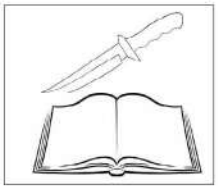
සියලුම හිමිකම් ඇවිරිණි) முழுப் பதிப்புரிமையுடையது) All Rights Reserved)

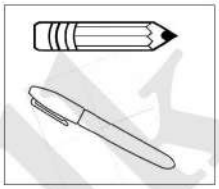
புலமைக்கதிர் 4

நுண்ணறிவு - 06

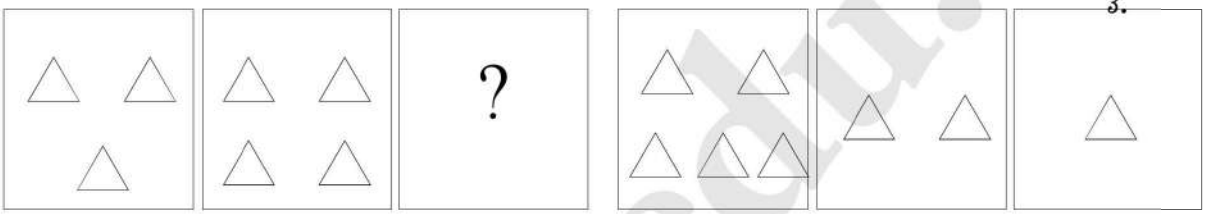
01. பின்வருவனவற்றுள் இரண்டு உருவங்கள் ஒத்ததன்மை உடையவை. வேறுபட்ட உருவின் கீழ் கோடிடுக.

1. 

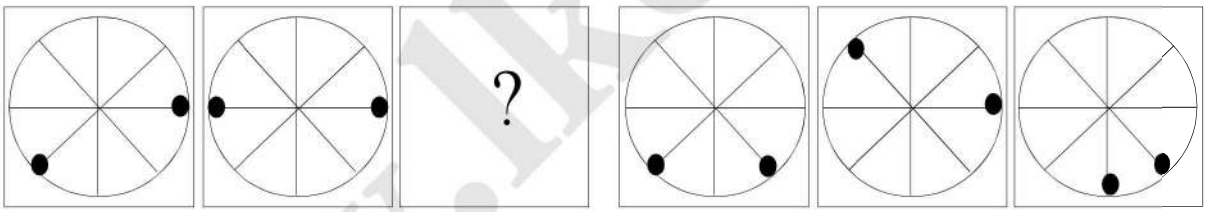
2. 

3. 

* 2 ம், 3 ம் வினாக்களுக்கு அடுத்து வரும் உருவைத் தெரிவு செய்க.

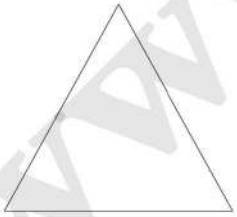
02. 

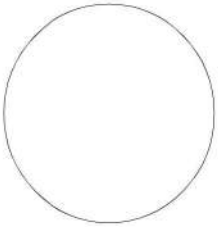
1. 2. 3.

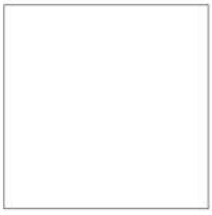
03. 

1. 2. 3.

04. நான்கு நேர்கோடுகளால் ஆக்கப்படும் தள உரு

1. 

2. 

3. 

* பின்வரும் கோவையைப் பயன்படுத்தி 05 ம் , 06 ம் வினாக்களுக்கு விடை தருக.

4 △ 4 = 20 □ 4

05. △ என்ற குறியீடு எதனைக் குறிக்கிறது?

1. கூட்டல் 2. கழித்தல் 3. பெருக்கல்

திரு. க. சந்திரகுமார். (0774940556) --- ஆசிரிய ஆலோசகர், வவுனியா வடக்கு. ---

සියලුම හිමිකම් ඇවිරිණි) முழுப் பதிப்புரிமையுடையது) All Rights Reserved)

06. ☐ **என்ற குறியீடு எதனைக் குறிக்கிறது?**

1. கூட்டல் 2. கழித்தல் 3. வகுத்தல்

07. **பனையின் இளையது வடலி போல தென்னையின் இளையது .....?**

1. பிள்ளை 2. நாற்று 3. குட்டி

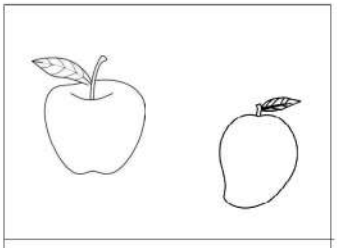
08. **ஆடு கத்தும் என்பது போல சேவல் .....?**

1. கதறும் 2. சொல்லும் 3. கூவும்

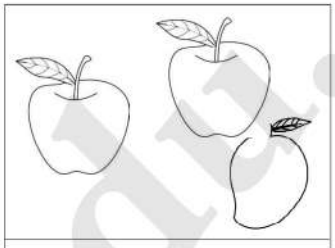
09. **ABCXY ஆங்கில எழுத்துக்களை தளவாடியில் பார்க்கும் போது அதே போன்று தெரியும் எழுத்துக்கள் எவை?**

1. BC 2. AX 3. CY

* **பின்வரும் படங்களின் விலைகளை அவதானித்து 10, 11, 12 வினாக்களுக்குவிடை தருக.**



ரூபாய் 50.00



ரூபாய் 80.00

10. **அப்பிள் ஒன்றின் விலை யாது?**

1. 30 ரூபாய் 2. 20ரூபாய் 3. 40ரூபாய்

11. **மாம்பழம் ஒன்றின் விலை**

1. 30 ரூபாய் 2. 20ரூபாய் 3. 10ரூபாய்

12. **இரண்டு மாம்பழத்தினதும் ஒரு அப்பிளினதும் விலை யாது?**

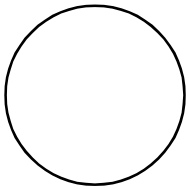
1. 70 ரூபாய் 2. 50ரூபாய் 3. 80ரூபாய்

* **அடுத்து வரும் சொல்லைத் தெரிவு செய்க.**

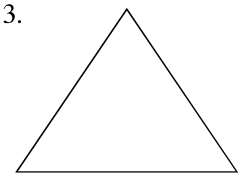
13. **புடவை – வைகை – கைதி .....**

1. கையுறை 2. திரவம் 3. வைகறை

14. **இரண்டு சமச்சீர் அச்சுக்களைக் கொண்ட தளவடிவம் எது?**

1. 

2. 

3. 

திரு. க. சந்திரகுமார். (0774940556) --- ஆசிரிய ஆலோசகர், வவுனியா வடக்கு. ---

සියලුම හිමිකම් ඇවිරිණි) முழுப் பதிப்புரிமையுடையது) All Rights Reserved)

தரப்பட்ட பாடலைக் கொண்டு 15ம் , 16ஆம் வினாக்களுக்கு விடை தருக.

ஓரிடத்தில் இருந்திடாமல்
ஓடி ஓடிக் கேட்டிடலாம்
பாடகரைப் பார்த்திடாமல்
பாட்டுக்களைக் கேட்டிடலாம்

15. இப்பாடல் பிரதானமாக் கூறுவது

1. தெலைக்காட்சி பற்றி 2. வானொலி பற்றி 3. கணினி பற்றி

16. இப்பாடலில் வந்த ஓடி ஓடி என்பது..

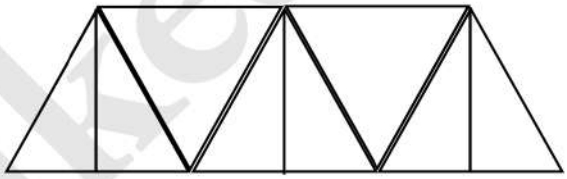
1. இரட்டைக்கிளவி 2. இணைமொழி 3. அடுக்குமொழி

17. 1 தொடக்கம் 8 வரையுள்ள இலக்கங்களின் இரட்டை எண்களின் கூட்டுத்தொகை எவ்வளவு?

1. 20 2. 16 3. 22

18. உருவிலுள்ள முக்கோணிகளின் எண்ணிக்கை யாது?

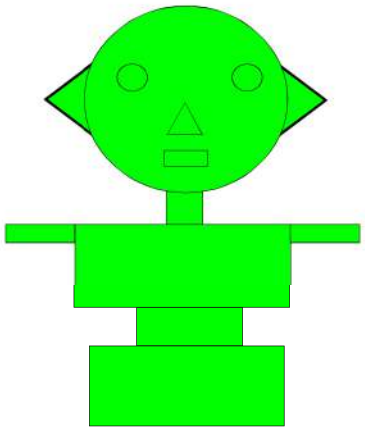
1. 15
2. 9
3. 11



பின்வரும் உருவைப் பயன்படுத்தி 19 ஆம், 20 ஆம் வினாக்களுக்கான சரியான விடையின் கீழ் கோடிடுக.

19. உருவில் உள்ள முக்கோணிகளின் எண்ணிக்கை யாது?

1. 3 2. 2 3. 1



20. இவ்வுருவில் அதிகமாக காணப்படும் தளவடிவம் எது?

1. வட்டம்
2. முக்கோணம்
3. செவ்வகம்

www.ikeduk.lk

සියලුම හිමිකම් ඇවිරිණි) முழுப் பதிப்புரிமையுடையது) All Rights Reserved)

புலமைக்கதிர் 4

கணிதம் - 05

01. பொருத்தமான விடையின் கீழ் கோடிடுக.

1. 59எனும் எண்ணில் அடுத்து வரும் எண் யாது?

1. 58 2. 60 3. 57

2. 267 எனும் எண்ணில் 6இன் இடப்பெறுமானம்

1. பத்துக்கள் 2. அறுபது 3. நூறுகள்

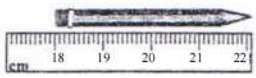
3. 3x9 = ...

1. 12+10 2. 29-2 3. 4x6

4. 8எனும் எண்ணை உரோமன் எண்ணில் குறிப்பிடத்தேவையான தீக்குச்சிகளின் எண்ணிக்கை

1. 5 2. 4 3. 6

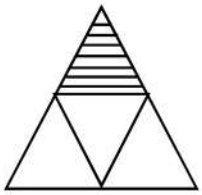
5.



தரப்பட்ட பென்சிலின் நீளம்

1. 22cm 2. 5cm 3. 4cm

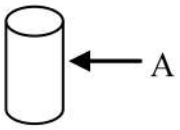
6.



உருவில் நிழற்றப்பட்ட பகுதி

1. $\frac{1}{2}$ 2. $\frac{1}{4}$ 3. $\frac{1}{8}$

7.



தரப்பட்ட உருளையை A வழியே பார்க்கும் போது தோன்றும் தளவடிவம்

1. வட்டம் 2. சதுரம் 3. நீள்சதுரம்

8. 550g சீனியை 50g நிறை கொண்ட எத்தனை பக்கற்றுக்களில் அடைக்கலாம்?

1. 10 2. 11 3. 3

9. 13, 18, 23, 28,.... அடுத்து வரக்கூடிய எண்,

1. 29 2. 30 3. 33

10. ஒரு புத்தக இறாக்கைகயில் 30 புத்தகங்கள் அடுக்கப்பட்டுள்ளன எனின் அவ்வாறான 7 புத்தக இறாக்கைகளிலுள்ள புத்தகங்களின் எண்ணிக்கை யாது?

1. 37 2. 210 3. 200

02.

5	2
7	0

தரப்பட்டுள்ள இலக்கங்களைப் பயன்படுத்தி ஆக்கக் கூடிய

1. மிகப் பெரிய எண் யாது? .....
2. மிக்சிறிய எண் யாது? .....
3. அந்த இரு எண்களுக்கும் இடையிலான வித்தியாசம் எத்தனை? .....
4. இரு எண்களினதும் மொத்தக் கூட்டுத்தொகை எவ்வளவு? .....

திரு. க. சந்திரகுமார். (0774940556) --- ஆசிரிய ஆலோசகர், வவுனியா வடக்கு. ---

www.lkedu.lk

සියලුම හිමිකම් ඇවිරිණි) முழுப் பதிப்புரிமையுடையது) All Rights Reserved)

03. தரப்பட்ட அட்டவணை ஒரு பாடசாலையிலுள்ள மாணவர் எண்ணிக்கையை காட்டுகிறது.

தரம்	ஆண்	பெண்	மொத்தம்
1	16	14	.....
2	08	15	.....
3	03	.....	14
4	.....	14	15
5	12	15	.....
மொத்தம்	.....	.....	.....

1. வெற்றிடங்களைப் பூர்த்தி செய்க.
2. தரம் 1ஐ விட தரம் 2இல் எத்தனை மாணவர்கள் குறைவாக உள்ளனர். .....
3. இப்பாடசாலையில் ஆண் மாணவரா பெண் மாணவரா கூடுதலாக உள்ளனர்? .....

04. பின்வரும் மில்லி லீற்றர் அளவுகளை லீற்றர், மில்லி லீற்றரில் எழுதுக.

1. $1650m\ell$ - ..... 2. $2125m\ell$ - .....

05. உரோமன் எண்குறியில் எழுதுக.

1. 6 - ..... 2. 9- .....

06. கழியுங்கள்

1.

Kg	g
4	100
- 2	900

2.

ℓ	$m\ell$
9	800
- 3	375

07. சமச்சீர் அச்சுக்கள் எல்லாவற்றையும் வரைக.

1. 

2. 

08. கமல் நூறு ரூபாய் தாள் காசினைக் கொடுத்து ரூ 35.00 பெறுமதியான இரண்டு கொப்பிகள் வாங்கினான்.

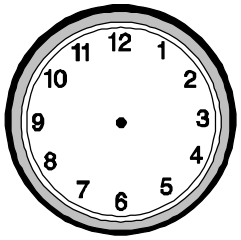
1. அவனுக்கு மீதிப்பணம் எவ்வளவு கிடைக்கும்? .....
2. அவன் கொண்டு சென்ற தாள் காசின் பிரதான நிறம் யாது? .....
3. தாள் காசில் கையொப்பம் இட வேண்டியவர்களின் ஒருவர் நிதி அமைச்சர் மற்றையவர் யார்? .....
4. மீதிப் பணத்தை கமல் பெற்றுக் கொள்ளக்கூடிய இரு முறைகளை எழுதுக.
.....

திரு. க. சந்திரகுமார். (0774940556) --- ஆசிரிய ஆலோசகர், வவுனியா வடக்கு. ---

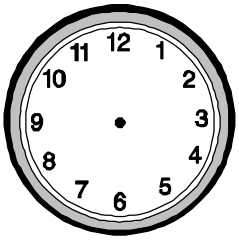
www.lkedu.lk

සියලුම හිමිකම් ඇවිරිණි) முழுப் பதிப்புரிமையுடையது) All Rights Reserved)

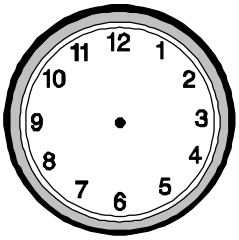
09. பின்வரும் கடிகார முகங்களில் நேரத்தை குறித்துக் காட்டுக.



6.00மணி



1மணி 30 நிமிடம்



9.00 மணி

10. 1. கூட்டுக.

36	321	748	657
+ 52	+ 134	+ 215	+ 244

ii **கழிக்குக.**

76	436	730	902
- 24	- 302	- 152	- 317

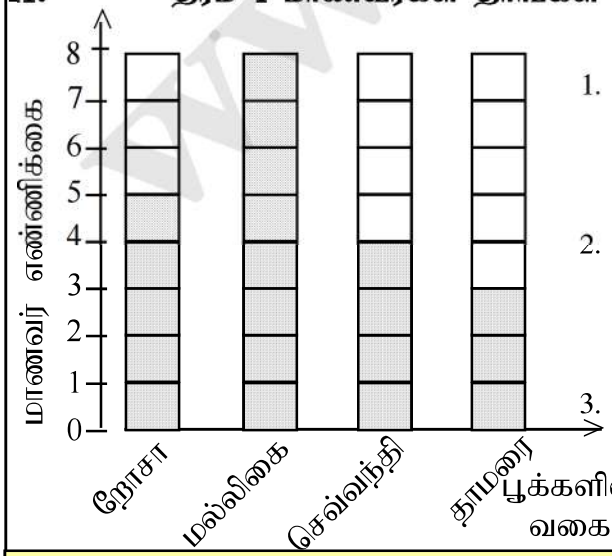
iii **பெருக்குக.**

24	53	34	262
x 2	x 3	x 3	x 6

iv **வகுக்குக.**

3 ⟌ 36	3 ⟌ 372	2 ⟌ 748	6 ⟌ 596

11. தரம் 4 மாணவர்கள் தாங்கள் விரும்பிய பூக்களை வரைபில் குறித்துள்ளனர்.



1. மல்லிகைப் பூவை விரும்பும் மாணவர் எண்ணிக்கை யாது? .....

2. எந்த இரு பூக்களின் எண்ணிக்கை ஒன்பது ஆகும்.? .....

3. தரம் 4 இலுள்ள மாணவர் எண்ணிக்கை யாது? .....

திரு. க. சந்திரகுமார். (0774940556) --- ஆசிரிய ஆலோசகர், வவுனியா வடக்கு. ---

STUDY ONLINE

இணையத்தில் ஒரு கல்வி புரட்சி

தரம் 1 தொடக்கம்
A/L வரையான
எல்லா
தரத்தினருக்கும்
அனைத்துப்
பாடங்களையும்



இணையத்தில் கற்றுக்கொள்ளலாம்

WWW.LKEDU.LK

facebook.com/lkedulk facebook.com/groups/lkedu

ஒவ்வொரு நாளும் புதிது புதிதாக, பார்க்க மறவாதீர்கள்...

සියලුම හිමිකම් ඇවිරිණි) முழுப் பதிப்புரிமையுடையது) All Rights Reserved)



01. சரியான விடையின் கீழ் கோடிடுக.

1. உயிர் எழுத்தைக் கொண்டு ஆரம்பிக்கும் சொல் எது?

1. அம்மா 2. பசு 3. கிழக்கு

2. குயில் கூவும் என்பது போல குதிரை...

1. பிளிறும் 2. கனைக்கும் 3. கதறும்

3. கணவன் என்பதன் எதிர்பாற் சொல்,

1. கணவி 2. மனைவி 3. மாதினி

4. "நூலகம்" என்ற சொல்லில் உள்ள உயிர்க்குறி யாது?

1. மடக்கேறு 2. மடக்கேறும் சுழியும் 3. மடக்கேறும் அரவும்

5. "கோதை புத்தகம் வாங்கினாள்" இதில் உள்ள செயற்படு பொருள்,

1. கோதை 2. வாங்கினாள் 3. புத்தகம்

6. "அது" என்ற ஒருமைச் சொல்லின் பன்மை வடிவம்

1. அதுகள் 2. அவை 3. இது

7. "சின்னச் சின்ன நுங்கு....." என்ற பாடலை இயற்றியவர்?

1. செல்ல கணபதி 2. முத்து 3. வெ. நல்லதம்பி

8. "இங்குள்ள மலர்களைப் பறிக்காதீர்கள்" என்பது ஓர்...

1. அறிவித்தல் 2. அறிவுறுத்தல் 3. அறிவுரை

9. ஒன்பது வாத்துக்குஞ்சுகளுக்குத் தாயாகிய பிராணி எது?

1. கோழி 2. நாய் 3. பூனை

10. அசுத்த வாயுவவான கரியமிலவாயுவை உட்கொள்பவை எவை?

1. சூரியன் 2. மரங்கள் 3. கிணறு

www.ikedu.lk

සියලුම හිමිකම් ඇවිරිණි) முழுப் பதிப்புரிமையுடையது) All Rights Reserved)

03. பின்வரும் சொற்களுக்கான எதிர்க்கருத்துச் சொல்லை எழுதுக.

1. இன்பம் :.....
2. பிறப்பு : .....
3. ஆதி :.....
4. சுகம் :.....
5. நீதி :.....

04. பின்வரும் சொற்களைச் சேர்த்து எழுதுக.

1. பால் + சோறு :.....
2. மண் + வீடு :.....
3. தேன் + நீர் :.....
4. கடல் + கரை :.....
5. நான்கு + நூறு :.....

05. பின்வரும் சொற்களுக்கான எதிர்ப்பாற் சொல்லை எழுதுக.

1. எசமான் :.....
2. நடிகன் : .....
3. வீரன் :.....
4. குஜவன் :.....
5. பாற்காரன் :.....

06. சரியான விடையின் கீழ்க் கோடிடுக.

1. கறிக்குச் சேர்ப்பது ..... ஆகும். (புழி / புளி)
2. சிங்கம் ஓர் ..... உண்ணியாகும். (ஊண் / ஊன்)
3. சிங்கத்தின் கர்ச்சனையைக் கேட்ட விலங்குகள் ஓடி ..... ந்தன (ஒழி / ஒளி)
4. மழை அதிகமாக பெய்யும் காலம் ..... ஆகும். (மாறி / மாரி)
5. பாடசாலைச் சீருடையில் ..... படிந்தது. (கரை / கறை)

www.lkedu.lk

සියලුම හිමිකම් ඇවිරිණි) முழுப் பதிப்புரிமையுடையது) All Rights Reserved)

07. ஒழுங்குபடுத்தி வாக்கியம் எழுதுக?

1. பெரிது / காரம் / கடுகு / சிறிதாயினும்

.....

2. நிலையை / எடிசன் / அடைந்தான் / விடாமுயற்சியினால் / உயர்ந்த

.....

3. வேண்டும் / உடற்பயிற்சி / செய்ய / நாம் / தினமும்

.....

4. நவீன / நாட்டில் / போட்டிகள் / ஒரே / நடைபெறுவதில்லை / ஒலிம்பிக்

.....

5. முடியும் / பல / நாம் / பெற / சூரியநமஸ்காரத்தினால் / நன்மைகளைப்

.....

08. அடைப்பிற்குள் தரப்பட்டுள்ள சொல்லைக் கொண்டு பயனிலைச் சொற்களைப் பூரணப்படுத்துக.

1. மாமா போன வருடம் இந்தியாவுக்குப் (போ).....
2. அம்மா நாளைக்குப் புத்தகம் (வாங்கு) .....
3. மழை பெய்தாலும் (பெய்) .....
4. என் தம்பி இப்போது வகுப்பில் (இரு) .....
5. மழை பெய்தால் மயில் (ஆடு) .....

09. பின்வரும் சொற்களைச் சேர்த்து எழுதுக.

1. பழம் + வகை .....
2. பொன் + காசு .....
3. மா + இலை .....
4. பால் + சோறு .....
5. மா + காய் .....

10. பின்வரும் திருக்குறளைப் பூரணப்படுத்துக.

இணரூழ்த்தும் நாறா ..... கற்றது

உணர ..... தார்

සියලුම හිමිකම් ඇවිරිණි) முழுப் பதிப்புரிமையுடையது) All Rights Reserved)



சரியான விடையின் கீழ் கோடிடுக.

1. மனதை ஒருநிலைப்படுத்துவதற்கான செயற்பாடுகளின் படிமுறைகள் எத்தனை?

1. நான்கு 2. ஐந்து 3. மூன்று

2. குறித்த காலத்தில் மட்டும் பூக்கும் பூ வகை

1. தென்னை 2. வாழை 3. வேம்பு

3. இரவுக்காலத்தில் மரங்களின் மீது பாதுகாப்பைப் பெறுவதற்காக இருக்கும் பிராணிகளின் கூட்டம்

1. கொக்கு, மந்தி 2. யானை, கொக்கு 3. பன்றி, குரங்கு

4. செவ்வரத்தம் பூ பானத்துடன் எலுமிச்சம் புளியைச் சேர்க்கும் போது உண்டாகும் நிறம்?

1. ஊதா 2. மஞ்சள் 3. பச்சை

5. இரவு நேரத்தில் வானில் அவதானிக்கக்கூடிய பிராணிகள்

1. புழுக்கள், தேனீ 2. ஆமை, காகம் 3. வெளவால், மின்மினிப்பூச்சி

6. நத்தைகளைப் பிடித்து உண்ணும் பறவை எது?

1. கிளி 2. தீக்கோழி 3. செண்பகம்

7. விளையாட்டுக்குப் பயன்படும் வித்து,

1. கௌபி 2.சீதேவியார் செங்கழுநீர் 3. இறப்பர் வித்து

8. வானில் இயற்கையாக காணப்படாத ஒன்று,

1. வானவில் 2.செயற்கைக்கோள் (செய்மதி) 3. நட்சத்திரக்கூட்டம்

9. மண்ணைப் பாதுகாக்கும் முறைகளுள் ஒன்றாக அமைவது,

1. மழை பெய்தல்
2. மூடுபயிர் வளர்த்தல்
3. முற்றத்தை சுத்தம் செய்தல்

10. ஊசித்துளைக் கமராவின் ஊடாகப் பார்க்கும் போது தோன்றும் விம்பத்தில் காணமுடியாதது.

1. உருச்சிறுத்தது. 2.தலைகீழானது 3. உரு நேரானது

திரு. க. சந்திரகுமார். (0774940556) --- ஆசிரிய ஆலோசகர், வவுனியா வடக்கு. ---

සියලුම හිමිකම් ඇවිරිණි) முழுப் பதிப்புரிமையுடையது) All Rights Reserved)

02. கீறிட்ட இடத்திற்குப் பொருத்தமான சொல்லைத் தெரிவு செய்து எழுதுக.

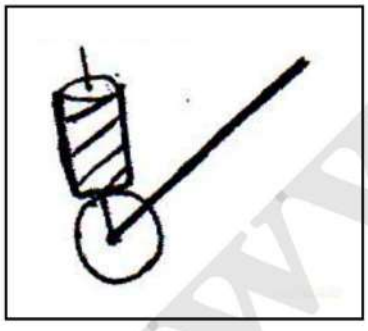
(மட்பாண்ட, வல்லாரை, மஞ்சட்காமாலை, வடிகட்டல், இஞ்சி)

1. அசுத்தமான நீரைப் பருகுவதால் ஏற்படக்கூடிய நோய் ..... ஆகும்.
2. நீரை சுத்திகரிக்கும் முறையில் ..... ஒன்றாகும்.
3. ..... பாத்திரங்களில் சமைத்து உண்பது உடல்நலத்திற்கு உகந்தது.
4. ..... நோய்களிலிருந்து பாதுகாக்கும் உணவுகளில் ஒன்றாகும்.
5. மணலில் புதைத்து வைப்பதன் மூலம் பாதுகாக்கப்படுவது..... ஆகும்.

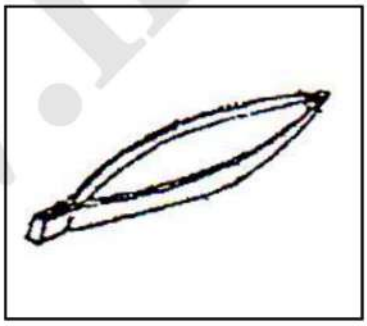
03. இணையுங்கள்

1.	ஆந்தை	நுளம்பு
2.	மரவட்டை	கஸ்தூரி மான்
3.	டெங்கு, மலேரியா	இரவில் சஞ்சரிக்கும் பிராணி
4.	ஔடதம் வாசனைத் திரவியம்	நிறத்தை மாற்றுதல்
5.	பச்சோந்தி	அதிக கால்கள்

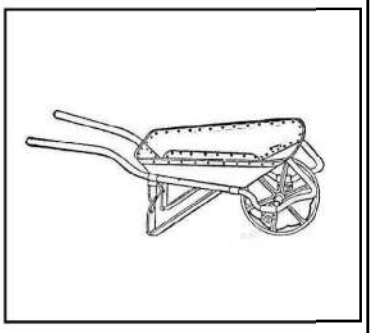
04. பின்வரும் படங்களின் பெயர்களை எழுதுக.



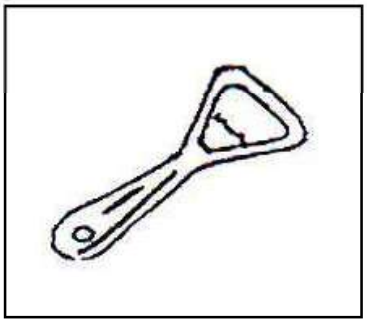
_____



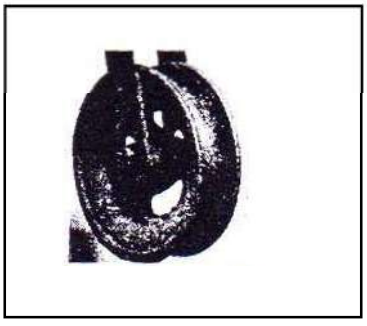
_____



_____



_____



_____

திரு. க. சந்திரகுமார். (0774940556) --- ஆசிரிய ஆலோசகர், வவுனியா வடக்கு. ---

www.lkedu.lk

සියලුම හිමිකම් ඇවිරිණි) முழுப் பதிப்புரிமையுடையது) All Rights Reserved)

05. சுருக்கமான விடை எழுதுக.

1. இலைக்கஞ்சி தயாரிக்கப் பயன்படும் இலை வகைகளில் ஒன்று தருக.

   .....

2. மரத்தில் கூடுகட்டி வாழும் பிராணி ஒன்று தருக.

   .....

3. மகரந்த சேர்க்கைக்கு உதவுவதோடு, வருமானத்தை தரக்கூடிய பிராணி எது?

   .....

4. மனதை ஒருநிலைப்படுத்தும் செயற்பாடுகளில் இரண்டாவது படிமுறை எது?

   .....

5. கிழக்கு மாகாணத்திலுள்ள வரலாற்று முக்கியத்துவம் வாய்ந்த இடங்களில் ஒன்று?

   .....

6. உமது வீட்டில் வாழ்வோரின் நன்மைக்காக நீர் செய்யக்கூடிய பங்களிப்புக்களில் ஒன்று எழுதுக.

   .....

7. கிராமிய விளையாட்டுக்களில் ஒன்று

   .....

8. காலிக்கோட்டை அமைந்துள்ள மாகாணம் எது?

   .....

9. சித்திரை மாதத்தில் பூக்கும் பூ ஒன்று தருக.

   .....

10. மருந்தாகப் பயன்படுத்தும் தாவரம் ஒன்று தருக.

    .....

11. விரைவில் முளைக்கும் வித்துக்களில் ஒன்று தருக.

    .....

12. நாற்று மேடைகளிலிருந்து நடுவதற்கு பெறக்கூடிய பயிர்வகை ஒன்று தருக?

    .....

13. வீட்டுத்தோட்டத்தை அமைக்கும் போது கவனிக்க வேண்டிய விடயங்களில் ஒன்று எழுதுக.

    .....

திரு. க. சந்திரகுமார். (0774940556) --- ஆசிரிய ஆலோசகர், வவுனியா வடக்கு. ---

www.lkedu.lk


LEARN EASY
- KNOWLEDGE IS POWER -
www.learneasy.lk
LEARN EASY
KNOWLEDGE IS POWER
zoom
மகத்தான கல்விக்கு
உங்கள் ஆசான்
ICT
Maths
English
Commerce
Tamil
History
Science
Sinhala
இன்னும் பல
தரம்
01-A/L
Medium
தமிழ்/ English
76667-4945
தனித்துவமான புலமைப்பரிசில் பரீட்சை வகுப்புக்கள்
தரம் 1 தொடக்கம் 5 வரை நடைபெறுகின்றன
www.learneasy.lk || www.lkedu.lk

සියලුම හිමිකම් ඇවිරිණි) முழுப் பதிப்புரிமையுடையது) All Rights Reserved)

தெரிந்து தெளிதல் 4

தொற்றுநோய்களும் அந்நோய்களுக்கு ஆளாவதற்கு ஏதுவானகாரணிகளும்

தொற்று நோய்கள்	அந் நோய் ஏற்படுவதற்கான காரணிகள்
டெங்கு	நோய்க்காவி நுளம்பு தீண்டுவதனால்
யானைக்கால் நோய்	நோய்க்காவி நுளம்பு தீண்டுவதனால்
மலேரியா	நோய்க்காவி நுளம்பு தீண்டுவதனால்
வாந்திபேதி/ கொலரா	அசுத்தமான உணவு, நீர் உட்கொள்ளல்
கழிச்சல் நோய்	அசுத்தமான உணவு, நீர் உட்கொள்ளல்
சீத பேதி	அசுத்தமான உணவு, நீர் உட்கொள்ளல்
சின்னமுத்து	நோய்க்காவிகளான மனிதர்கள் மூலம்
கொப்பளிப்பான்	நோய்க்காவிகளான மனிதர்கள் மூலம்

தொற்றா நோய்களும் அந்நோய்கள் ஏற்படுவதற்கு காரணமான உணவுப் பழக்கவழக்கங்களும் (மனித செயற்பாடுகள்)

நோய்	நோய் ஏற்பட ஏதுவான காரணிகள்
நீரழிவு	இனிப்பான உணவுகள் மாப் பொருள் உணவுகள் என்பனவற்றை அதிகமாக உட் கொள்ளுதல்
இரப்பையழற்சி (அல்சர்)	உடனடி உணவுகள் , எண்ணெய் மற்றும் மிளகாய் அதிகம் அடங்கிய உணவுகளை உட்கொள்ளுதல். குறித்த வேளையில் உணவு உட்கொள்ளாதிருத்தல் (உரிய உணவு வேளைகள்)
உயர் குருதியமுக்கம் இதயநோய் மற்றும் பருத்த உடல்	எண்ணெய், கொழுப்பு அடங்கிய உணவுகள் அதிகளவில் உண்ணுதல்.

www.kalvi.lk

வினாத்தாளக்களை தொடர்ந்து பெற்றுக் கொள்ள
WhatsApp Viber 0774940556 facebook Chandrakumar Ganeshamoorthy

திரு. க. சந்திரகுமார். (0774940556) --- ஆசிரிய ஆலோசகர், வவுனியா வடக்கு. ---