யாழ்ப்பாணம் இந்துக் கல்லூரி

இடர் விடுமுறைக்கால சுயகற்றலுக்கான செயலட்டை (2) – 2020

தரம் - 08 | சுகாதாரமும் உடற்கல்வியும்

பெயர் / சுட்டெண் : ..... திருமதி.செ.குகவதனா NDT (Science), PED

அறிவுறுத்தல்கள் :

- கேட்கப்பட்ட அனைத்து வினாக்களிற்கும் பதிலளிக்குக.
- வினாக்களுக்கான விடைகள் விடைத்தாள் ஒன்றில் எழுதப்பட வேண்டும்.
- அனைத்து வினாக்களும் உரிய பாட அலகுகளை நன்கு கற்று விளங்கி பதிலளிக்க முயலுங்கள்.
- பாடசாலை தொடங்கும் போது விடைத்தாள்களை கோவையில் இட்டு வகுப்பாசிரியரிடம் ஒப்படைக்க வேண்டும்.

அலகு 06 - ஆரோக்கியமான பாடசாலைச் சுற்றாடலைக் கட்டியெழுப்புவோம்

1) சுகாதார மேம்பாடு என்றால் என்ன?

.....

.....

2) சுகாதார மேம்பாடுடைய பாடசாலை என்றால் என்ன?

.....

.....

3) பாடசாலை சுகாதார மேம்பாட்டுத் திட்டத்தின் நோக்கங்கள் யாவை?

.....

.....

4) பாடசாலைச் சூழலொன்றில் காணப்படும் 3 பிரதான பிரிவுகளும் எவை?

.....

.....

5) ஆரோக்கியமான பாடசாலையின் பௌதிகச் சூழலொன்றில் காணப்பட வேண்டிய அம்சங்கள் எவை?

.....

.....

6) உள மற்றும் சமூக மேம்பாடுடைய பாடசாலைச் சூழலொன்றில் காணப்பட வேண்டிய அம்சங்கள் எவை?

.....

.....

7) பாடசாலைச் சுகாதார மேம்பாட்டின் கருப்பொருள்கள் யாவை?

.....

.....

8) ஆரோக்கியமான உணவைப் பெற்றுக்கொள்ளச் செய்தல் எனும் விடயத்தை இவ் ஐந்து கருப்பொருள்களின் கீழ் நடைமுறைப்படுத்தக்கூடிய விதத்தை விளக்குக.

.....

.....

www.ikedu.lk

9) பாடசாலையில் நடைமுறைப்படுத்தக் கூடிய சுகாதார மேம்பாட்டுக் கொள்கைகள் சில தருக.

……..

……..

10) பாடசாலைச் சுகாதார மேம்பாட்டின் விளைதிறனை மேம்படுத்த உம்மிடம் விருத்தியடைய வேண்டிய தேர்ச்சிகள் எவை?

……..

……..

11) பாடசாலைச் சுகாதார மேம்பாட்டு வேலைத் திட்டங்களில் பங்களிப்புச் செய்யக் கூடிய சமூக அங்கத்தவர்கள் யாவர்?

……..

……..

12) பாடசாலைச் சமூகத்தினால் பாடசாலைக்கு ஆற்றக்கூடிய பணிகள் எவை?

……..

……..

13) பாடசாலையினால் புாடசாலைச் சமூகத்திற்கு ஆற்றக்கூடிய பணிகள் எவை?

……..

……..

14) சுகாதார மேம்பாடான பாடசாலை ஒன்றுக்கு அவசியமான சுகாதார சேவைகளை வழங்கக்கூடிய தனிநபர்கள் யாவர்?

……..

……..

15) சுகாதார மேம்பாடான பாடசாலை ஒன்றுக்கு அவசியமான சுகாதார சேவைகளை வழங்கக்கூடிய நிறுவனங்கள் எவை?

……..

……..

16) சுகாதார மேம்பாடான பாடசாலை ஒன்றுக்கு அவசியமான சுகாதார சேவைகள் யாவை?

……..

……..

17) பாடசாலையில் சுகாதார மேம்பாட்டு வேலைத்திட்டங்களின் போது மாணவர்கள் செய்யக்கூடிய விடயங்கள் எவை?

……..

……..

18) பாடசாலைச் சுகாதார முகாமைத்துவக் குழுவின் தலைவர் யார்?

……..

……..

19) பாடசாலைச் சுகாதார முகாமைத்துவக் குழுவின் அங்கத்தவர்கள் யார்?

……..

……..

20) பாடசாலைச் சுகாதார மேம்பாட்டு வேலைத்திட்டத்தின் நன்மைகள் எவை?

……..

……..

www.lkedu.lk

அலகு 07 - வழிவிளையாட்டுக்களில் ஈடுபட்டு மகிழ்வோம்

1) வழிவிளையாட்டுக்கள் என்றால் என்ன?

……..

……..

2) வழிவிளையாட்டுக்களின் தேவைகள் யாவை?

……..

……..

3) வழிவிளையாட்டுக்களின் விசேட இயல்புகள் எவை?

……..

……..

4) வழிவிளையாட்டுக்களில் ஈடுபடுவதன் மூலம் விருத்தியாகும் உடற்றகைமைகள் எவை?

……..

……..

5) வழிவிளையாட்டுக்களில் ஈடுபடுவதன் மூலம் விருத்தியாகும் உளத்தகைமைகள் எவை?

……..

……..

6) வழிவிளையாட்டுக்களில் ஈடுபடுவதன் மூலம் விருத்தியாகும் சமூகத்தகைமைகள் எவை?

……..

……..

7) வழிவிளையாட்டுக்களின் இரு வகைகளும் எவை? அவற்றுக்கு உதாரணங்கள் தருக.

……..

……..

8) நீங்கள் விரும்பிய விளையாட்டுத் திறனொன்றை விருத்தி செய்வதற்கான வழி விளையாட்டொன்றை நிருமாணியுங்கள்?

……..

……..

9) வழிவிளையாட்டுக்களினால் நீர் பெற்றுக்கொள்ளும் நன்மைகள் யாவை?

……..

……..

10) விளையாட்டுக்களின் வகைகளைத் தருக.

……..

……..

www.ked.lk

அலகு 08 - காற்பந்து விளையாட்டில் ஈடுபடுவோம்

1) உலகில் மிகவும் பிரசித்தி பெற்ற விளையாட்டு எது?

……..

……..

2) காற்பந்து அணியொன்றின் வீரர்களின் எண்ணிக்கை யாது?

……..

……..

3) காற்பந்து விளையாட்டின் திறன்கள் எவை?

……..

……..

4) காற்பந்து விளையாட்டின் திறன்களில் பிரதான திறன்கள் இரண்டினையும் தருக.

……..

……..

5) பந்தைத் தலையாலிடித்தல் என்பதால் கருதப்படுவது யாது?

……..

……..

6) பந்தைத் தலையாலடிக்கும் விதங்கள் எவை?

……..

……..

7) பந்தைத் தலையாலடிப்பதற்கான பயிற்சிச் செயற்பாடுகள் யாவை?

……..

……..

8) பந்தைத் தலையாலடிக்கும் போது கவனிக்க வேண்டிய விடயங்கள் எவை?

……..

……..

9) காற்பந்து விளையாடுவதனால் உமக்குக் கிடைக்கும் நன்மைகள் யாவை?

……..

……..

***

www.lkedu.lk