



ZAHIRA COLLEGE – COLOMBO

Holiday Assignment – 2nd Term 2015

Medium : Tamil

Grade: 6

Subject : Health

Adm. No:

Name :

- 1) சிறந்த உடல் நலத்தை பேணுவதற்கு அவசியமான காரணிகள் எவை?
- 2) ஆரோக்கியமான பழக்கவழக்கங்கள் எவை?
- 3) உடல் நலத்தை தீர்மானிக்கும் காரணிகள் எவை?
- 4) உள ஆரோக்கியத்தை பேணுவதற்கான சிறந்த பழக்க வழக்கங்கள் எவை?
- 5) சமூக ஆரோக்கியத்தை பேணுவதற்கு பின்பற்ற வேண்டிய பண்புகள் எவை?
- 6) ஆன்மீக நலத்துக்கு தேவையான பண்புகள் எவை?
- 7) விளையாட்டு செயற்படுகளில் ஈடுபடுவதினால் ஏற்படும் உடல் ரீதியான அனுகூலங்கள் எவை?
- 8) போசனை கூறுகளையும் அவற்றின் தொழில்களையும் தருக?
- 9) ஆரோக்கியமான உணவை பெற்றுக்கொள்ளும் போது அவதானிக்க வேண்டிய அம்சங்கள் எவை?
- 10) உணவின் மூலம் பெறும் பயன்கள் எவை?