

பாடம் : தமிழ்மொழி

ஆண்டு : 2

நடவடிக்கை : சரியான சொல்லைத் தேர்ந்தெடுத்து எழுதுக.

தாத்தாவுக்கு வயது 1._____ . இருப்பினும் அவர் 2._____

தோற்றத்தில் இருப்பார். தாத்தா 3._____ , 4._____

வேளைகளில் 5._____ செய்வார்.

6._____ என்பதற்கேற்பத் தாத்தா தமது உடலை நன்றாக

உணவு பழக்கத்திலும் மிகுந்த 7._____ காட்டுவார்.

8._____ , காய்க்கறிகள் ஆகியவற்றைத் தமது உணவில்

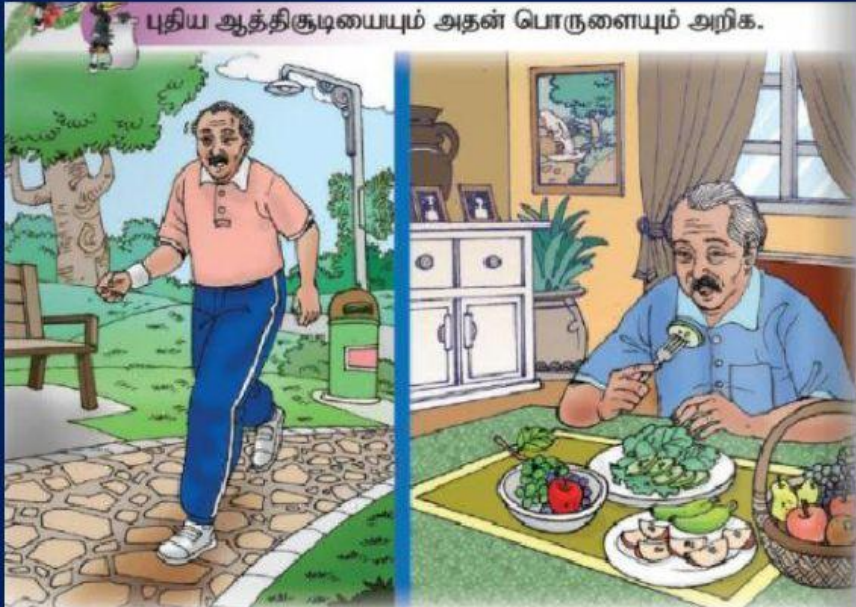
9._____சேர்த்துக் கொள்வார். 10. _____ விரும்பு

என்பதற்கேற்ப உடலுக்கு நலத்தைத் தருகின்ற 11._____ விரும்பி

உண்பார்.

இளமையான	உணவுகளை	அதிகம்	மாலை
எழுபது	காலை	பழங்கள்	ஊண்மிக
அக்கறை	உடற்பயிற்சி	உடலினை உறுதி செய்	

புதிய ஆத்திக்குடியையும் அதன் பொருளையும் அறிக.



புதிய ஆத்திக்குடியும் பொருளும்

- உடலினை உறுதிசெய்.
நலமாக வாழ உடலை நன்றாகப் பேண வேண்டும்.
- ஊண்மிக விரும்பு.
உடலுக்கு நலத்தைத் தருகின்ற உணவுகளை விரும்பி உண்ண வேண்டும்.