



தமிழக அரசு
கல்வி அமைச்சு
MINISTRY OF EDUCATION

க.பொ.த சாதாரண தரம் 2022 [2023]

உதவிக் கருத்தரங்கு வினாத்தாள்

மனைப்பொருளியல்

புள்ளித்திட்டம் I,II



எனசா
கல்வி அமைச்சு

The National e-learning Portal for The General Education

தொலைக்கல்வி மேம்பாட்டுக்கிளை - கல்வி அமைச்சு



பகுதி- 11

1.

- i. சக்தி, புரதம், கல்சியம் ,விறற்றமின் A,B,C
- ii. மரக்கறி கலந்த நூடில்ஸ்/ மரக்கறிகலந்த ரொட்டி /சுவையூன் பிட்டு (நீராகாரமற்ற உணவு) பக்கற் பால் பழவகை ஒன்று
- iii. உப்பு ,சீனி ,வினாகிரி ,கொரக்காய்ப்புளி ,பழப்புளி
- iv. திட்டமிடல், ஒழுங்கமைத்தல், செயற்படுத்தல், மதிப்பிடல்.
- V. மடிக்கும் கட்டில், மடிக்கும் இறாக்கை, அடுக்குக் கட்டில், மடிக்கும் மேசை
- vi. தளர்ச்சித்தன்மை, எளிய காட்டுரு ,நாடாத்திறப்பு, தட்டைப்பொருத்து , அணியக் களைய இலகு .
- vii. சவர்அலங்காரம் ,மேசைவிரிப்பு , கம்பளம் ,கால்மிதி ,கதிரைஉறை தழுவணையுறை (பொருத்தமான மாணவர் விடை).
- viii. ஈஸ்ரஜன், புரஸ்ரஜன்.
- ix. தலைமைத்துவத்தை ஏற்றல், வீரவணக்கம், சகபாடித்தொடர்பு, சுதந்திரமாகத் தொழிற்படல். இதன்னாற்றல் விருத்தி..
- X. நிறை உயரம் அளத்தல் , குருதியழுக்கம் அளத்தல் , தடுப்பூசிகள் ஏற்றல் உடல்உள சுகாதாரம் பேணல், ஆலோசனை வழங்கல்.

2.

- i. பருத்தி ,சணல் ,ரெப் ,இலினன்.
- ii. மிருதுவானது ,மென்மையானது ,சலவைக்கு உகந்தது, நீரினையும் வெப்பத்தையும் உறிஞ்சக் கூடியது.
- iii.
 - துணியின் தன்மை
 - உபயோகிக்கும் இடம்
 - உபயோகிக்கும் தையல்முறை

3.

- i. கடத்தல் , மேற்காவுகை , கதிர்ப்பு.
கடத்தல் : திண்மப்பதார்த்தங்களில் துணிக்கையிலிருந்து துணிக்கைக்கு வெப்பம் கொண்ட செல்லல்.
உதாரணம்: தோசை ரொட்டி சுருட்டப்படம்.
- ii. மேற்காவுகை :பாத்திரத்தின் அடியிலுள்ள நீர்த்துணிக்கை சூடேற்றி அடர்த்தி குறைவதன் காரணமாக பாரமற்று மேலெழுந்து செல்லும். மேலேயுள்ள அடர்த்தி கூடிய நீர்த்துணிக்கைகள் கீழுள்ள வெற்றிடத்தை நிரப்பும் செயற்பாடு
உதாரணம்: சோறு சமைத்தல், பிட்டு அவித்தல்.
கதிர்ப்பு : ஊடகம் ஒன்றில் உள்ள நிலையில் / இல்லாத நிலையில் கதிர்கள் மூலமாக வெப்பம் கடத்தல்.
உதாரணம் : கேக், பாண்.
- iii. a. மதுவம்
b. பழச்சாறு, வினாகிரி
c. அஸ்பசிலஸ், மியூக்கோர், பென்சீலியம்

4.

i. நிறம், மணம், சுவை, இழையமைப்பு, போசணைப் பெறுமானம்.

ii.

- ஒரு நபருக்கு 18" x 22" அளவுள்ள இடத்தை ஒதுக்குதல்.
- இல்லத்தலைவனும் தலைவியும் மேசையிக் குறுகிய இரண்டு பக்கமும் அமர்ந்து கொள்வதற்கு வாய்ப்பளித்தல்.
- சினேகபூர்வமாகவும், அன்புடனும் உணவைப் பரிமாறல்.
- உணவை இடதுபக்கமாக பரிமாறி வலது பக்கமாக எடுத்தல்.
- உணவை உட்கொண்ட பின்னர் பாத்திரங்களினை உடனடியாக அகற்றல்.

iii.

- நுகர்வோரின் பாதுகாப்புச் சட்டம் தொடர்பான அறிவின்மை.
- உரிய தரநிர்ணய உணவினை கொள்வனவு செய்வதில் ஆர்வமின்மை.
- இறக்குமதி செய்யப்படும் பொருட்கள் வேற்று மொழிகளில் காணப்படல். செயற்கையான பதார்த்தங்களின் பயன்பாடுகளை இனங்காண முடியாமை.
- அதிகளவு உடனடி உணவுகளை உட்கொள்ளல்.
- கவர்ச்சிகரமான பொதிகள் இவிளம்பரங்களைக் கண்டு ஏமாறல்.

5.

i. ஆரம்பப்பருவம், வளர்ச்சிப்பருவம், முதிர்ச்சிப்பருவம்.

ii. காற்றோட்டத் துவாரங்கள், ஜன்னல் கிராதிகள், கூரையினை உயரமாக கட்டுதல் லூவர் கட்டைகள் வைத்தல், பூக்கற்கள் வைத்தல், கொங்கிறீற் கிறில், இரும்பு வலை.

iii.

a. காலம்/ நேரம் இமின்சாரம்.

b. காலம் :

பெறுமதியும் வரையறுக்கப்பட்டதாகவும் அமையும்.

செயற்பாட்டை திட்டமிட்டு மேற்கொள்ள உதவும்.

செயற்பாட்டை முன்னுரிமை அடிப்படையில் மேற்கொள்ளல்.

செயற்பாட்டுக்கு ஏற்ப தொழிற்பாடுகளை படிமுறைகளை வகைப்படுத்தல்.

நேரம் :

ஒரு சக்தி முதல்.

சிக்கனமாக பயன்படுத்தல்.

பகல் வேளையில் தேவையற்ற பயன்பாட்டை தவிர்த்தல்.

6.

i.

- வெளிப்புறமாக அமைந்துள்ள இனப்பெருக்க உறுப்புக்களினதும் அதன் சூழவுள்ள பகுதிகளினதும் சுத்தத்தைப் பேணிக்கொள்ள.
- மாதவிடாய்க் காலங்களில் விசேட சுகாதாரப்பழக்கங்களை பேணிக் கொள்ள.
- அநாவசிய கருக்கலைவினை தடுத்துக் கொள்ள.
- எயிட்ஸ் போன்ற பாலியல் நோய்களிலிருந்து பாதுகாப்பு பெற்றுக்கொள்ள.

ii.

- நிறை அதிகரித்தல்
- உயரம் அதிகரித்தல்.
- எலும்பு அடர்த்தியாதல்.
- சீரற்ற உறுப்புக்கள்இ இடை / இடுப்புப்பகுதிகள் விரிவடைதல்.

iii.

அழுதல், திடுக்கிடுதல் ,பாலினை உறிஞ்சிக் குடித்தல், ஈர்த்தல்.

7.

i.

- தாய், சேய் பாசப்பிணைப்பு அதிகரிப்பு.
- மார்பகப்புற்று நோயைத் தடுத்தல்.
- பிறப்பொருள் உற்பத்தி.
- குழந்தையின் மூளை விருத்தி.
- இயற்கைக் கருத்தடையாக அமைதல்.
- கர்ப்பப்பை பழைய நிலைமைக்கு அடைதல்.

ii.

- கல்விச்சீர் குழைவு .
- எதிர்கால வாழ்க்கை பாழடையும்.
- திருமனம் செய்தலுக்கு தடங்கல் ஏற்படல்.
- சமூகத்திற்கு முகங் கொடுக்க வெட்கம்/ பயம் ஏற்படல்.

iii.

- நுகம் /குல்பருவம்.
- முளையப் பருவம்.
- முதிர்மூலவுரு பருவம் .