

விடைகள்  
மனைப்பொருளியல்.  
தரம் 10  
பகுதி - 1

01.	1	11.	4	21.	3	31.	4
02.	4	12.	2	22.	4	32.	1
03.	3	13.	1	23.	2	33.	4
04.	2	14.	1	24.	3	34.	4
05.	4	15.	3	25.	4	35.	4
06.	3	16.	2	26.	1	36.	4
07.	4	17.	3	27.	2	37.	4
08.	3	18.	3	28.	4	38.	3
09.	4	19.	1	29.	3	39.	2
10.	3	20.	4	30.	1	40.	2

பகுதி - 2

(01)

1. பாதுகாப்பு.  
திருப்தி.  
அன்பு.  
உதவிசெய்தல்.  
ஓத்துழைப்பு.
2. அத்தியவசிய போசணைகள் அனைத்தும் அடங்கிய உணவு.
3. வெப்பத்தால் அழிவடையாத விட்டமின்களை பெறக்கூடியதாக இருக்கும்.  
ஆரோக்கியம் பேணப்படும்.  
உணவின் இயற்கை தன்மையை பெறக்கூடியதாக இருக்கும்.
4. குளோரோபில்.
5. உடல் வெப்ப சமநிலையைப் பேணுவதற்கு.  
சமிபாடு அகத்துறிஞ்சலை இலகுபடுத்துவதற்கு.  
கலங்களின் உறுதி நிலை பேணுவதற்கு.  
மல நீக்கத்தை இலகுவாக்க.
6. கல்சியம், பொஸ்பரஸ், கந்தகம், சோடியம், பொற்றாசியம், குளோரைட்டு, மக்னீசியம்
7. குறித்த ஒரு பொருளுடன் வளியிலுள்ள ஓட்சிசன் இடைத்தாக்கம் புரிவதால் ஏற்படும் பக்க விளைவு ஓட்சியேற்றம் எனப்படும்.
8. நடத்தல் தாமதமாதல்.  
பல் முளைத்தல் தாமதமாதல்  
கால் வளைதல்.  
முட்டும் முழங்கால்கள்.  
மணிக்கட்டு, கணுக்கால் வீக்கம்.  
விலா என்பு சீரான வளர்ச்சியின்மை.
9. இழையங்கள் தேய்வடைதல்.  
பாதங்களின் பலவீன நிலை.
10. முட்கரண்டி  
கத்தி  
உணவுத்தட்டு  
கரண்டி  
மேசையும் கதிரையும்  
மேசை விரிப்பு  
நீர்க்குவளை

02.

1. நிலத்தின் தன்மை  
பிரச்சனையற்ற காணி உறுதி  
உட்கட்டமைப்பு வசதிகள்  
சுற்றுப்புறச்சூழல்
2. வீட்டிலுள்ள வளித்துணிக்கையானது சூரிய வெப்பத்தின் மூலம் வெப்பமடைந்து விரிவடைந்து மேலே சென்று காற்றிடைவெளியினூடாக வெளியேறும்.
- வெற்றிடத்தை நிரப்புவதற்கு வெளியிலிருந்து குளிர்ச்சியான வளி ஜன்னல், கதவுகளினூடாக உள்ளே நுழையும். இவ்வாறு தொடரான செயன்முறை மேற்காவுகையோட்டம் எனப்படும்.
3. வீட்டினுள்ள ஈரப்பதன் அகற்றப்படும்

நுண்ணங்கிகள் பெறுக்கம் கட்டுப்படுத்தப்படும்  
மனைச்செயற்பாட்டில் களைப்பற்ற தன்மை  
செலவு குறைவு  
மேற்காவுகை, குறுக்குக் காற்றோட்டம் நடைபெறும்.

03.

1. நுகரப்பட்ட உணவுகள், சமிபாடு அகத்துறிஞ்சல் அனுசேபம் என்பவற்றுக்கு உட்பட்டு உடலுக்கு சக்தி, வளர்ச்சி, பாதுகாப்பு என்பவற்றுக்காக பயன்படுத்தப்படும் சகல செயற்பாடுகளும் போசணை எனப்படும்.
2. சக்தி வழங்குதல்.  
கொழுப்பில் கரையும் விற்றமின்களான யுஇனுஇருஇமு என்பவற்றின் அகத்துறிஞ்சலை இலகுவாக்க.  
தோலின் கீழ்ப்படிந்து உடலுக்கு பாதுகாப்பு போர்வையாகக் காணப்படும்.  
மூளை மண்டையோட்டை சுற்றியுள்ள திண்மக் கொழுப்பு படையால் புறத்தாக்கங்கள் தவிர்க்கப்படல்
3. தயமின் -----) ரிக்கெட்ஸ்  
இழையம் தேய்வடைதல்  
பாதங்களின் பலவீன நிலை  
இரும்பு -----) குருதிச்சோகை  
கல்சியம் -----) என்புருக்கி  
ஓஸ்டியோமலேசியா  
ஓஸ்ட்ரியோபொரோசியஸ்  
அயடின் -----) கண்டமாலை

04.

1. திண்மக் குழையல் மா  
திரவக் குழையல் மா
2. நீர்த்துணிக்கைகள் அதிக செறிவுள்ள இடத்திலிருந்து செறிவு குறைந்த இடத்தை நோக்கி பங்குபுகவிடும் மென்சவ்வினூடாக பயணித்தல்.
3. உண்பதற்கு பொருத்தமான முறை  
சமிபாடு இலகு  
நச்சு நீக்குவதற்கு  
உணவைப் பாதுகாப்பதற்கு  
வாசனையை அதிகரிப்பதற்கு  
உணவின் பல்வேறுபட்ட தன்மையை உருவாக்குவதற்கு

05.

1. 1. அமெரிக்க முறை  
2. பிரான்ஸ் முறை  
3. ஜேர்மன் முறை  
4. ரஷ்யன் முறை  
5. புபே சேவை  
6. ஆங்கில முறை
2. கடத்தல், மேற்காவுகை, கதிர்ப்பு  
(ஏதேனும் ஒன்றுக்கான பொருத்தமான விளக்கத்தை வழங்கப்படும் இடத்து புள்ளிகளை வழங்கவும்)
3. நீர் கொதித்தல் வெப்பநிலையை விட குறைவான வெப்பநிலையில் சிறிதளவு திரவத்தை மூடி நீண்ட நேரம் மெதுவாக சமைக்கும் முறை (வெப்பநிலை 65°C - 80°C)

06.

1. உள்ளக வெளித்தாக்கங்களை கட்டுப்படுத்துவதன் மூலம் உணவு பழுதடைதலை தடுப்பதற்கான நடவடிக்கைகளை மேற்கொள்ள உணவுதடைதலை தடுப்பதற்கான நடவடிக்கைகளை மேற்கொள்ளல் உணவு நற்காப்பு எனப்படும்.
2. வீண்விரயத்தை தடுத்தல்  
பொருளாதார தன்மை

தட்டுப்பாடான சந்தர்ப்பங்களில் பயன்படுத்தல்  
பல்வகை தன்மை  
போக்குவரத்து இலகு  
அவசர நிலைமையின் போது பயன்முத்தல்

3. உயிரியல் காரணி
  1. நுண்ணங்கி
    1. பூஞ்சணம்
    2. பற்றீரியா
  2. வேறு உயிர்கள்
    1. நீள்மூஞ்சு வண்டு
    2. அந்துப்பூச்சி
    3. புழு
    4. எலி
    5. புழுக்கள்

07.

1. ஒருவரது போசணைத் தேவைக்கு மேலதிகமாக அல்லது குறைவான போசணையை தொடர்ச்சியாக உள்ளெடுக்கும் நிலைமை அல்லுட்டம் எனப்படும்.
  2. தேய்வடைந்த தோல்  
தோல் உலர்தல், சுருங்குதல்  
சோர்வும் சோம்பலும்  
வாந்தியும் வயிற்றோட்டமும்  
அடிக்கடி பசி ஏற்படல்  
நோயெதிர்ப்பு சக்தி ஏற்படல்  
சமிபாடு அகத்துறிஞ்சல் பலவீனம்
  3. போசணை  
இரும்பு, செம்பு  
விட்டமின் சீ  
புரதம்  
போலிக்கமிலம்  
விட்டமின் பீ6  
கோபாயிட்
- போசணையற்ற தன்மை  
விபத்து  
அதிகரித்த மாதவிடாய்  
பூச்சித் தொற்று  
பிள்ளைப்பேறு