



THE VILLAGE
INTERNATIONAL SCHOOL
"We Nurture Dreams"

**QUESTION BANK
GRADE-VIII
CHAPTER-IV**

ആരോഗ്യവും അധ്വാനവും

I. ഒറ്റവാക്കിലോ വാക്യത്തിലോ ഉത്തരം എഴുതുക

1. ഇന്നത്തെ മലയാളിയുടെ ഭക്ഷണശീലം എന്ത്?
2. മലയാളിയുടെ ജീവിതശൈലി എന്ത്?
3. മലയാളിയെ ഭക്ഷണ രീതി എന്തിനാണ് അടിമയാക്കിയിരിക്കുന്നത്?
4. പൂർവികരുടെ ജീവിതശൈലി എങ്ങനെ ഉള്ളതായിരുന്നു
5. മലയാളി ഇന്ന് അനുഭവിക്കുന്ന മിക്ക രോഗങ്ങൾക്കും കാരണമെന്ത്?
6. പൂർവികർ കഠിനാധ്വാനികൾ ആയിരുന്നു എന്നതിന്റെ നിദർശനമായ ശൈലി ഏത്?
7. എങ്ങനെയുള്ളവർക്കാണ് നന്നായി ഭക്ഷിക്കുവാൻ അവകാശമുള്ളൂ എന്ന് പറയുന്നത്?
8. അനജപ്രധാനമായ ഭക്ഷണങ്ങൾ ഏവ?
9. കൊളസ്ട്രോളിന് ഭയന്ന് മലയാളി അടുക്കളയിൽ നിന്ന് വെളിയിൽ ആക്കുന്നത് എന്ത്?
10. ബാങ്കുനികേഷപത്തിൽ ഉപരി എന്തായിരുന്നു പണ്ടത്തെ ജനതയുടെ പ്രധാന കൈമുതൽ?
11. പണ്ടുള്ളവർ നന്നായി അധ്വാനിക്കുന്നതുകൊണ്ടുണ്ടായമെച്ചമെന്ത്?

12.ആരോഗ്യപൂർണ്ണമായ ജീവിതത്തിന് രണ്ട് ഘടകങ്ങൾ പരമപ്രധാനമാണെന്ന് ആധുനിക വൈദ്യശാസ്ത്രം നിർദ്ദേശിക്കുന്നു. അവ ഏത്?

13.കായകല്പചികിത്സ പോലെ ശരീരത്തിന് ഗുണപ്രദമാകുന്നത് എന്ത്?

14.മലയാളി പ്രഭാത ഭക്ഷണത്തിന് വാരിവിഴുങ്ങുന്നത് എങ്ങനെയുള്ള ഭക്ഷണമാണ്?

15.മലയാളി എന്തിനെക്കുറിച്ചാണ് ബോധവാന്മാരാകേണ്ടത്?

16.ആരോഗ്യത്തിന് മുതൽക്കൂട്ട് ആകുന്നത് എന്ത്?

17.മലയാളിയുടെ ആരോഗ്യവ്യവസ്ഥയെ മെച്ചപ്പെടുത്തുന്നത് ഏത് മരുന്നുകൊണ്ട്?

18.കേരളത്തിലെ ചെറിയ കുട്ടികൾ പോലും ദുർമ്മേദസ്സ് ഉള്ളവരായി മാറുന്നത് എന്തുകൊണ്ട്?

19.കേരളീയരെ പരിശ്രമിപ്പിക്കുന്നത് എന്ത്?

20.മലയാളിയുടെ ഇനിയുള്ള മുദ്രാവാക്യം എന്താകണം?

II. കണ്ടെത്താം എഴുതാം

1.കേരളത്തിൽ ഇന്ന് നിലനിൽക്കുന്ന ജീവിതശൈലി എന്ത്?

2.മലയാളി ഇന്ന് അനുഭവിക്കുന്ന മിക്ക രോഗങ്ങൾക്കും കാരണമെന്ത്?

3.ആരോഗ്യപൂർണ്ണമായ ജീവിതം തുടരാൻ വേണ്ടത് എന്ത്?

4.എന്തിനെക്കുറിച്ചാണ് മലയാളി ബോധവാൻ ആകേണ്ടത്?

5.ആരോഗ്യത്തിന് മുതൽക്കൂട്ടാവുന്നതെന്ത്?

6.മലയാളിക്ക് എന്നിൾ നിന്നാണ് മോചനം വേണ്ടത്?

7.ലാഭകരമായ തൊഴിൽ സംരംഭം എന്ത്?

8.എന്തായിരിക്കണം മലയാളികളുടെ മുദ്രാവാക്യം?

