

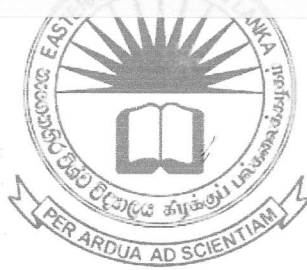
மலையகப் பாடசாலைகளின் ஆரம்பப் பிரிவு  
மாணவர்களின் போசாக்கு நிலைமை கற்றல்  
அடைவு மட்டத்தில் ஏற்படுத்தும் தாக்கம்

(கண்டி வத்தேகம கல்வி வலய பன்வில கல்விக் கோட்டத்தின்  
தமிழ்மொழி மூலப் பாடசாலைகளை அடிப்படையாகக் கொண்ட  
அளவை நிலை ஆய்வு)

தேவராஜ் ஜீவன் பிரசாந்த்

பதிவிலக்கம்: EU/IS/2017/AC/351

சுட்டிலக்கம்: CS8051



இந்த ஆய்வானது கிழக்குப் பல்கலைக்கழகத்தின் கலை  
கலாசாரப் பீடத்தினால் வழங்கப்படும் கல்விமாணிக்  
கற்கை நெறியின் ஓர் அங்கமாகக் கல்வி, பிள்ளை  
நலத்துறைக்குச் சமர்ப்பிக்கப்படுகின்றது.

2023

## ஆய்வுச்சுருக்கம்

சிறந்த கற்றலைப் பெற்றுக்கொள்வதற்கு மாணவர்களிடம் சிறந்த உடல், உள, சமூக ஆரோக்கியம் காணப்பட வேண்டும். அவ்வாறான மாணவர்கள் ஊடாக சிறந்த அடைவுமட்டங்களை விளைவிப்பவர்களாகத் திகழ்வர். எனவே மாணவர்களின் போசாக்கு நிலைமை பேணப்படுவது மிக அவசியமான ஒன்றாகும். இதனடிப்படையில் போசாக்கு நிலைமை ஆரம்பப் பிரிவு மாணவர்களின் கற்றல் அடைவு மட்டத்தில் எவ்வாறு செல்வாக்கு செலுத்துகின்றது என்பதைக் கண்டறிவதைப் பிரதான நோக்கமாகக் கொண்டு இவ்வாய்வு இடம்பெற்றுள்ளது. இதற்காக பன்வில கல்விக் கோட்டத்தில் உள்ள பாடசாலைகளில் வசதி மாதிரித்தெரிவின் மூலம் 08 பாடசாலைகள் தெரிவு செய்யப்பட்ட அதில் உள்ள 08 அதிபர்களும், 08 பாடசாலையில் உள்ள 40 ஆரம்பப் பிரிவு ஆசிரியர்களையும் நோக்க மாதிரி அடிப்படையிலும், 902 பெற்றோர்களில் 10 சதவீதம் என்ற அடிப்படையில் ஒதுக்கீட்டு மாதிரியின் மூலம் 93 பேரும் தெரிவு செய்யப்பட்டனர். வினாக்கொத்து மற்றும் நேர்காணல், அவதானம் என்பவற்றின் மூலமாக சேகரிக்கப்பட்ட தரவுகள் யாவும் சிறப்பு நோக்கங்களுக்கு அமைவாக மாதிரிகளிடமிருந்து பெறப்பட்ட அளவு மற்றும் பண்புரீதியான தகவல்கள் Microsoft Excel மூலம் பகுப்பாய்வுக்கு உட்படுத்தப்பட்டு வியாக்கியானம் கலந்துரையாடல் போன்ற செயற்பாடுகளும் மேற்கொள்ளப்பட்டு இறுதியாக முடிவுகளும் கண்டறியப்பட்டுள்ளன. இவ்வாய்வின் முடிவுகளானது மலையகப் பாடசாலைகளின் ஆரம்பப்பிரிவு மாணவர்களின் போசாக்கானது பின்தங்கிய நிலையில் காணப்படுபடுவதாக கண்டறியப்பட்டுள்ளது. இதனால் மாணவர்களின் கற்றல் பாதிப்படைவதோடு அவர்களின் கற்றல் அடைவின் வீழ்ச்சிக்கு தாக்கம் செலுத்துவதாக அமைகின்றது. எனவே மாணவர்களின் போசாக்கு நிலையை அதிகரிப்பதற்கான பல்வேறுப்பட்ட விதப்புரைகளும் முன்வைக்கப்பட்டுள்ளன.

**திறவுச்சொற்கள் :** மலையகப் பாடசாலை, ஆரம்பப் பிரிவு, கற்றல், அடைவு மட்டம், போசாக்கு

## பொருளடக்கம்

உறுதிமொழி.....	I
சான்றிதழ் .....	II
நன்றி நவிலல் .....	III
ஆய்வுச்சுருக்கம் .....	IV
பொருளடக்கம்.....	V
பின்னிணைப்புகள்.....	IX
அட்டவணைகள்.....	X
உருக்கள்.....	XI

### அத்தியாயம் 1 அறிமுகம்

1.0 அறிமுகம் .....	1
1.1 ஆய்வின் பின்னணி.....	3
1.2 ஆய்வுப் பிரச்சினை .....	8
1.3 ஆய்வின் நோக்கம் .....	12
1.3.1 பொதுநோக்கம் .....	12
1.3.2 சிறப்பு நோக்கங்கள் .....	12
1.3.3 ஆய்வு வினாக்கள்.....	12
1.4 ஆய்விற்கான நியாயம் .....	12
1.5 ஆய்வின் முக்கியத்துவம் .....	14
1.6 அருஞ்சொற்பதங்களின் விளக்கம் .....	15
1.7 சாராம்சம்.....	17

### அத்தியாயம் 2 இலக்கிய மீளாய்வு .....

2.0 அறிமுகம் .....	18
2.1 மலையகமும் கல்வியும்.....	18
2.1.1 கடந்தகால கல்வி நிலை.....	18
2.1.2 மலையக கல்வி வளர்ச்சி.....	20
2.1.3 மலையக கல்விசார் பிரச்சினைகள் .....	21
2.2 ஆரம்பக் கல்வி.....	23
2.2.1 இலங்கையின் ஆரம்பக் கல்வி.....	23
2.2.2 ஆரம்பக் கல்வி கலைத்திட்டம்.....	26
2.2.3 ஆரம்பப் பிரிவு மாணவர்களின் கணிப்பீடுகள் .....	28

2.2.4 ஆரம்பப் பாடசாலைப் பருவ உடலாரோக்கிய வேலைத்திட்டம் ( செயற்பட்டு மகிழ்வோம் செயற்பாடு).....	28
2.3 போசாக்கு.....	29
2.4 போசாக்குணவுகள்.....	30
2.4.1 உணவு.....	30
2.4.2 சுற்றுச்சூழலுக்கு ஏற்ற நிலையான ஆரோக்கியமான உணவு.....	31
2.4.3 உணவின் வகைகள்.....	32
2.4.4 போசாக்கு உணவு.....	32
2.4.5 ஆரோக்கியமான உணவு வகைகள்.....	35
2.5 போசாக்கு குறைபாடு.....	36
2.5.1 போசாக்கு பின்தங்கிய நிலையில் காணப்படுவதற்கான காரணங்கள்.....	39
2.5.2 போசாக்கின்மையால் ஏற்படும் விளைவுகள்.....	42
2.5.3 போசாக்கின் முக்கியத்துவங்கள்.....	44
2.6 பாடசாலையில் போசாக்கு வேலைத் திட்டம்.....	47
2.7 அடைவு மட்டம்.....	53
2.7.1 அடைவு மட்டப் பத விளக்கம்.....	54
2.7.2 தாழ்வு அடைவு மட்டம் என்பதன் விளக்கம்.....	55
2.7.3 தாழ் அடைவு மட்டத்தினை நிர்ணயிக்கும் காரணிகள்.....	56
2.8. போசாக்குக்கும் அடைவு மட்டத்திற்கும் இடையிலான தொடர்பு.....	57
2.9 சாராம்சம்.....	62

### **அத்தியாயம் 3 ஆய்வு முறையியல்..... 63**

3.0 அறிமுகம்.....	63
3.1ஆய்வின் நோக்கம்.....	65
3.1.1 பொதுநோக்கம்.....	65
3.1.2 சிறப்பு நோக்கம்.....	65
3.1.3 ஆய்வு வினாக்கள்.....	66
3.2 ஆய்வின் ஒழுங்கமைப்பும் அணுகுமுறையும்.....	66
3.3 ஆய்வுப் பிரதேசம்.....	67
3.3.1 குடித்தொகை.....	68
3.3.2 மாதிரி தெரிவு.....	71
3.3.3 மாதிரியெடுத்தல் நுட்பம்.....	72
3.3.4 மாதிரித் தெரிவிற்கான நியாயங்கள்.....	75
3.4 ஆய்வுக்கருவிகளும் தரவு சேகரித்தலும்.....	75
3.4.1 ஆய்வுக்கருவிகளும் அளவீட்டு முறைகளும்.....	75
3.4.1.1 வினாக்கொத்து.....	76
3.4.1.2 நேர்காணல்.....	77

3.4.1.3 அவதானிப்பு.....	77
3.4.1.4 ஆவணங்கள் .....	77
3.4.2 ஆய்வுக்கருவிகளை முன்னாயத்தம் செய்தல் .....	78
3.4.3 ஆய்வுக்கருவிகளின் நம்பகமும் தகுதியும் .....	78
3.4.4 தரவுகளைச் சேகரித்தல் .....	79
3.5 தரவுகளின் பகுப்பாய்வு.....	79
3.6 நீதிநெறிக்கான யோசனை .....	80
3.7 சாராம்சம் .....	81

## **அத்தியாயம் 04..... 82**

### **தரவுப் பகுப்பாய்வும் வியாக்கியானமும் கலந்துரையாடலும்..... 82**

4.0 அறிமுகம் .....	82
4.1 தற்போது ஆரம்பப் பிரிவில் கல்விக்கற்கும் மாணவர்களின் போசாக்கு நிலைமைகளைக் அறிதல். ....	83
4.1.1 தற்போது கல்வி கற்கும் மாணவர்களின் போசாக்கு நிலையை கண்டறிதல்.....	83
4.1.2 மாணவர்களின் BMI சுட்டியின் அளவினை கண்டறிதல் .....	84
4.1.3 பெற்றோர்களால் மாணவர்களுக்கு வழங்கப்படுகின்ற உணவில் காணப்படும் போசணைக் கூறுகளின் தன்மையை கண்டறிதல்.....	86
4.1.4 வகுப்பு மாணவர்களுக்கு உரிய நேரத்தில் தொடர்ச்சியாக உணவு கிடைக்கப் பெறுகின்றமை என்பதை கண்டறிதல்.....	88
4.1.5 பெற்றோர்களால் உணவுக் கூம்பக அட்டவணைப்படி ஆரம்பப் பிரிவு மாணவர்களுக்கு உணவானது வழங்கப்படுகின்றதா என்பதை கண்டறிதல்.....	89
4.1.6 போசாக்கு வேலைத்திட்டத்தின் கீழ் பாடசாலையில் வழங்கப்படும் உணவின் போசாக்கின் தன்மையை கண்டறிதல் .....	91
4.1.7 மாணவர்களுக்கு போசாக்கான உணவை வழங்குவதில் பெற்றோர்களின் ஆர்வத்தை கண்டறில். ....	93
4.1.8 வகுப்பு மாணவர்களின் இடைவேளையின் போது மாணவர்கள் உண்ணும் உணவுகளை கண்டறிதல் .....	94
4.1.9 உமது வகுப்பில் போசாக்கின்மையினால் ஏற்படும் நோய்கள் கொண்ட மாணவர்களை கண்டறிதல். ....	96
4.2 ஆரம்பப் பிரிவு மாணவர்களின் கடந்த ஐந்துவருட கற்றல் அடைவு மட்டங்களை இனங்காணல்.....	98
4.2.1 மாணவர்களின் கற்றல் அடைவு மட்டத்தை கண்டறிதல் .....	98
4.2.2 மாணவர்களின் தேர்ச்சி மட்டத்தை கண்டறிதல் .....	99
4.2.3 மாணவர்களின் கணிப்பீட்டு அடைவுமட்டங்களை கண்டறிதல் .....	100
4.2.4 மாணவர்களின் தவணைப் பரீட்சையின் சித்தி நிலையை கண்டறிதல்.....	102
4.2.5 மாணவர்களின் இணைப்பாடவிதான செயற்பாடுகளை கண்டறிதல் .....	103
4.2.5 தரம் 05 மாணவர்களின் புலமைப் பரீட்சையின் அடைவு நிலையை கண்டறிதல்.....	104

4.3 ஆரம்பப் பிரிவு மாணவர்களின் போசாக்கு நிலைமை பின்தங்கிய நிலையில் காணப்படுவதற்கான காரணங்களை கண்டறிதல் .....	110
4.3.1 வறுமை .....	110
4.3.2 போசாக்கு பின்தங்கிய நிலையில் காணப்படுவதற்கான குடும்ப வருமானத்தின் செல்வாக்கினை கண்டறிதல் .....	111
4.3.3 போசாக்கு பின்தங்கிய நிலையில் காணப்படுவதற்கான குடும்ப பின்னணியின் செல்வாக்கை கண்டறிதல் .....	112
4.3.5 போசாக்கு பின்தங்கிய நிலையில் காணப்படுவதற்கு பெற்றோரின் தொழிலின் செல்வாக்கை கண்டறிதல் .....	114
4.3.5 போசாக்கு பின்தங்கிய நிலையில் காணப்படுவதற்கான பெற்றோருக்கு போசாக்கு தொடர்பான தெளிவின்மையின் கண்டறிதல் .....	114
4.4 ஆரம்பப் பிரிவு மாணவர்களின் கற்றல் அடைவுமட்டத்தில் போசாக்கு நிலைமை செல்வாக்கு செலுத்தும் விதத்தினை கண்டறிதல் .....	117
4.4.1 போசாக்குள்ள மாணவர்களின் கற்றல் அடைமட்டத்தை இணங்கானல் .....	118
4.2 போசாக்கில் பின்தங்கிய மாணவர்களின் கற்றல் அடைவு மட்டத்தை இணங்கானல் .....	119
4.2 ஆரம்பப் பிரிவு மாணவர்கள் சுற்றாடல் பாடத்தில் போசாக்கு உணவு தொடர்பாக கற்ற விடயத்தை தனது அன்றாட உணவு பழக்கவழக்கத்தில் கடைப்பிடிக்கின்றார்களா என்பதை இணங்கானல் .....	120
4.3 போசாக்குள்ள மாணவர்கள் பரீட்சையில் சித்தி புள்ளி 40 பெறல் .....	120
4.4 போசாக்கு பின்தங்கிய மாணவர்கள் மாணவர்க் பரீட்சையில் சித்தி புள்ளி 40 பெறல் .....	120
4.5 போசாக்குள்ள மாணவர்க்கு பரிகார கற்பித்தல் அவசியம் .....	121
4.6 போசாக்கு பின்தங்கிய மாணவர்களுக்கு பரிகார கற்பித்தல் அவசியம் .....	122
4.5 பாடசாலை மாணவர்களின் போசாக்கு நிலையை அதிகரிப்பதற்கான ஆலோசனைகளை முன்வைத்தல் .....	126
4.5.1 ஆசிரியர்களுக்கு போசாக்கு தொடர்பான தெளிவினை வழங்குதல் .....	126
4.5.2 ஆரோக்கியமான உணவு பழக்கவழக்கத்தை மாணவர்களிடத்தில் ஏற்படுத்த பாடசாலையில் நிகழ்ச்சி திட்டங்களை ஏற்பாடுசெய்தல் .....	127
4.5.3 மாணவர்கள் உண்ணும் உணவினை பரீசிலனை செய்தல் வேண்டும் என்பதை கண்டறிதல் .....	128
5.5.4 ஆசிரியர்கள் பெற்றோர்களுடன் மாணவர்களின் போசாக்கு தொடர்பாக கலந்துரையாடல் என்பதை கண்டறிதல் .....	128
4.5.5 ஆசிரியர்கள் பெற்றோர்களுக்கு போசாக்கு நிகழ்ச்சி திட்டங்களை மேற்கொள்ளல் என்பதை கண்டறிதல் .....	129
4.5.6 மாணவர்களின் போசாக்குநிலை தொடர்பாக வைத்திய ஆலோசனைகளை பெற்று கொடுத்தல் .....	130
4.5.7 மாணவர்களின் BMI சுட்டியை மாதந்தோறும் பரிசீலித்தல் என்பதை அறிந்து கொள்ளல் .....	131
4.5.8 பாடசாலையில் முறையாக போசாக்கு உணவுதிட்டத்தை நடைமுறைப்படுத்தல் என்பதை அறிந்து கொள்ளுதல் .....	132

4.5.9 மாணவர்களுக்கு வழங்கப்படும் உணவுகளின் சுகாதார தன்மை தொடர்பாக தொடர்ச்சியாக மேற்பார்வை மற்றும் மதிப்பீடு செய்தல் என்பதை அறிந்து கொள்ளுதல் .....	133
4.5.10 மாணவர்களின் போசாக்கு நிலை அடைவு மட்டத்தில் செல்வாக்குசெலுத்தும் விதத்தினை அவதானித்தல் தொடர்பாக கண்டறிதல்.....	134
4.6 சாராம்சம் .....	137

## அத்தியாயம் 05.....138

5.0 அறிமுகம் .....	138
5.1 தற்போது ஆரம்பப் பிரிவில் கல்விக்கற்கும் மாணவர்களின் போசாக்கு நிலைமைகளைக் அறிதல். ....	138
5.1.1 முடிவுகள் .....	138
5.1.2 விதப்புரைகள் .....	139
5.2 ஆரம்பப் பிரிவு மாணவர்களின் கடந்த ஐந்துவருட கற்றல் அடைவு மட்டங்களை இனங்காணல்.....	141
5.2.1 முடிவுகள் .....	141
5.2.2 விதப்புரைகள் .....	141
5.3 ஆரம்பப் பிரிவு மாணவர்களின் போசாக்கு நிலைமை பின்தங்கிய நிலையில் காணப்படுவதற்கான காரணங்களை கண்டறிதல் .....	142
5.3.1 முடிவுகள்.....	142
5.3.2 விதப்புரைகள்.....	142
5.4 ஆரம்பப் பிரிவு மாணவர்களின் கற்றல் அடைவுமட்டத்தில் போசாக்கு நிலைமை செல்வாக்கு செலுத்தும் விதத்தினை கண்டறிதல்.....	143
5.4.1 முடிவுகள்.....	143
5.4.2 விதப்புரைகள்.....	143
5.5 பாடசாலை மாணவர்களின் போசாக்கு நிலையை அதிகரிப்பதற்கான ஆலோசனைகளை முன்வைத்தல்.....	145
5.5.1 முடிவுகள் .....	145
5.5.2 விதப்புரைகள்.....	145
4.6 ஆய்வின் வரையறை.....	147
4.7 ஆய்வின் பிரயோகம் .....	148
5.8 எதிர்காலத்தில் தொடரவிருக்கும் ஆய்வுகளுக்கான ஆலோசனைகள் .....	149
5.9 சாராம்சம்.....	150

## உசாத்துணைகள் ..... 151

### பின்னிணைப்புகள்

1. ஆய்வுப் பிரதேசம்
- 2 ஆய்விற்காக தெரிவு செய்த பாடசாலை

- 3 ஆசிரியரின் வினாகொத்து
4. அதிபர்களுக்கான நேரகாணல் படிவம்
- 5 பெற்றோர்களுக்கான நேரகாணல் படிவம்
- 6 அவதானிப்பு படிவம்

## அட்டவணைகள்

அட்டவணை 1.2: இலங்கையின் வறுமை தொடர்பான கணக்கெடுப்பு.....	9
அட்டவணை 3.1: கண்டி மாவட்ட கல்வி வலயத்திலுள்ள பாடசாலைகள், ஆசிரியர்கள், அதிபர், மாணவர்களின் எண்ணிக்கை.....	68
அட்டவணை 3.2: கண்டி வத்தேகம வலயத்திலுள்ள மூன்று கோட்டங்களிலுள்ள பாடசாலைகளின் விபரம்.....	69
அட்டவணை 3.3: கண்டி வத்தேகம வலயத்திலுள்ள மூன்று கோட்டங்களிலுள்ள தமிழ்மொழிப் பாடசாலைகளின் விபரம்.....	69
அட்டவணை 3.4: பன்வில கல்விக் கோட்டத்திலுள்ள பாடசாலைகள் விபரம்.....	70
அட்டவணை 3.5: பன்வில கல்விக் கோட்டத்திலுள்ள தமிழ்மொழி பாடசாலைகள் விபரம்.....	70
அட்டவணை 4.1: மாணவர்களின்; BMI சுட்டியின் அளவினை கண்டறிதல் .....	86
அட்டவணை 4.2: போசாக்கு வேலைத்திட்டத்தின் கீழ் பாடசாலையில் வழங்கப்படும் உணவின் போசாக்கின் தன்மையை கண்டறிதல்.....	91
அட்டவணை 4.3: போசாக்கு வேலைத்திட்டத்தின் கீழ் பாடசாலையில் வழங்கப்படும் உணவின் போசாக்கின் தன்மை பற்றிய விபரம்.....	92
அட்டவணை 4.4: வகுப்பு மாணவர்களின் இடைவேளையின் போது மாணவர்கள் உண்ணும் உணிகள் பற்றிய விபரம்.....	94
அட்டவணை 4.5: மாணவர்கள் இடைவேளையின் போது உட்கொள்ளும் உணவுகளின் போசாக்கு தன்மை பற்றிய அவதானிப்பு விடயம்.....	96
அட்டவணை 4.6: மாணவர்களின் தேர்ச்சி மட்டத்தை கண்டறிதல் பற்றிய விபரம்.....	99
அட்டவணை 4.7: மாணவர்களின் இணைப்பாடவிதான செயற்பாடுகளை கண்டறிதல்.....	103
அட்டவணை 4.8: மாணவர்களின் புலமை பரீட்சை அடைவு மட்டத்தை கண்டறிதல் பற்றிய விபரம்.....	104
அட்டவணை 4.9: மாணவர்களின் அடைவுமட்டம் பற்றிய அவதானிப்பு விடயம்....	106
அட்டவணை 4.10: புலமைப் பரீட்சை அடைவு மட்டம் (2018-2022).....	108
அட்டவணை 4.11: ஆரம்பப் பிரிவு மாணவர்களின் போசாக்கு நிலை பின்தங்கிய நிலையில் காணப்படுவதற்கான காரணங்களில் வறுமையின் செல்வாக்கு.....	110
அட்டவணை 4.12: போசாக்கு பின்தங்கிய நிலையில் காணப்படுவதற்கான குடும்ப வருமானத்தின் செல்வாக்கை கண்டறிதல்.....	111
அட்டவணை 4.13: போசாக்கு பின்தங்கிய நிலையில் காணப்படுவதற்கான பெற்றோரின் தொழிலின் செல்வாக்கை கண்டறிதல்.....	114



அட்டவணை 4.14:	போசாக்குள்ள மாணவர்கள் பரீட்சையில் சித்திப் புள்ளி 40 இற்கு மேல் பெறல்.....	121
அட்டவணை: 4.15:	போசாக்கில் பின்தங்கிய மாணவர்கள் பரீட்சையில் சித்திப் புள்ளி 40 இற்கு மேல் பெறல் .....	122
அட்டவணை 4.16:	போசாக்கில் பின்தங்கிய மாணவர்களுக்கு பரிகார கற்பித்தல் அவசியம்.....	123
அட்டவணை 4.17:	போசாக்கில் பின்தங்கிய மாணவர்களின் கற்றல் செயற்பாடுகள்.....	124
அட்டவணை: 4.18:	ஆசிரியர்களுக்கு போசாக்கு தொடர்பான தெளிவினை வழங்குதல்.....	127
அட்டவணை 4.19:	ஆரோக்கியமான உணவு பழக்கவழக்கத்தை மாணவர்களிடத்தில் ஏற்படுத்த பாடசாலையில் நிகழ்ச்சி திட்டங்களை ஏற்பாடுசெய்தல்.....	127
அட்டவணை 4.20:	மாணவர்கள் உண்ணும் உணவினை பரீசிலனை செய்தல் வேண்டும் என்பதை கண்டறிதல்.....	128
அட்டவணை 4.21:	ஆசிரியர்கள் பெற்றோர்களுக்கு போசாக்கு நிகழ்ச்சி திட்டங்களை மேற்கொள்ளல் என்பதை கண்டறிதல்.....	129
அட்டவணை 4.22:	மாணவர்களின் போசாக்குநிலை தொடர்பாக வைத்திய ஆலோசனைகளை பெற்று கொடுத்தல்.....	131
அட்டவணை 4.23:	மாணவர்களின் BMI சுட்டியை மாதந்தோரும் பரிசீலித்தல் என்பதை அறிந்து கொள்ளல்.....	131
அட்டவணை 4.24:	பாடசாலையில் முறையாக போசாக்கு உணவுதிட்டத்தை நடைமுறைப்படுத்தல் என்பதை அறிந்து கொள்ளுதல்.....	132
அட்டவணை 4.25:	மாணவர்களுக்கு வழங்கப்படும் உணவுகளின் சுகாதார தன்மை தொடர்பாக தொடர்ச்சியாக மேற்பார்வை மற்றும் மதிப்பீடு செய்தல் என்பதை அறிந்து கொள்ளுதல்.....	134
அட்டவணை 4.26:	மாணவர்களுக்கு வழங்கப்படும் உணவுகளின் சுகாதார தன்மை தொடர்பாக தொடர்ச்சியாக மேற்பார்வை மற்றும் மதிப்பீடு செய்தல் என்பதை அறிந்து கொள்ளுதல்.....	134
அட்டவணை 4.27	மாணவர்களின் போசாக்கு நிலை அடைவு மட்டத்தில் செல்வாக்குசெலுத்தும் விதத்தினை அவதானித்தல் தொடர்பாக கண்டறிதல்.....	135

## உருக்கள்

உரு: 1.1	MOH-Panwila and Menikinna Students Nutrition level-2022 .....	5
உரு 1.2	வெளிநாடு சென்றவர்கள் தொடர்பான விபரம்-2022. ....	6
உரு: 1.3	தரம்-05 புலமைப் பரீட்சை அடைவு மட்டம். 2017-2021.....	7
உரு: 2.1	ஆரம்பக்கல்வி திட்டம்-2016.....	25
உரு: 4.1	தற்போது கல்வி கற்கும் மாணவர்களின் போசாக்கு நிலை.....	83
உரு: 4.2	மாணவர்களின் BMI சுட்டியின் அளவு.....	85
உரு : 4.3	பெற்றோர்களால் மாணவர்களுக்கு வழங்கப்படுகின்ற உணவில் காணப்படும் போசணைக் கூறுகளின் தன்மை .....	87
உரு: 4.4	மாணவர்களுக்கு உரிய நேரத்தில் உணவு கிடைத்தல்.....	89
உரு: 4.5	உணவு கூம்பக அட்டவணைப்படி உணவினை வழங்குதல்.....	90

உரு 4.6 பாடசாலையில் வழங்கப்படும் உணவின் போசாக்கின் தன்மை .....	91
உரு-4.7: பெற்றோர்கள் பிள்ளைகளுக்கு போசாக்கு உணவை வழங்குவதில் காட்டும் ஆர்வம்.....	93
உரு 4.8 மாணவர்களின் இடைவேளையின் போது மாணவர்கள் உண்ணும் உணவுகள் .....	95
உரு 4.9: போசாக்கின்மையினால் ஏற்படும் நோய்கள் .....	96
உரு 4.10: போசாக்கின்மையினால் ஏற்படும் நோய்கள்.....	97
உரு 4.11: மாணவர்களின் அடைவு மட்டத்தை கண்டறிதல்.....	99
உரு: 4.12 மாணவர்களின் தேர்ச்சி மட்டத்தை கண்டறிதல் .....	100
உரு:-4.13 மாணவர்களின் கணிப்பீட்டு அடைவுமட்டங்களை கண்டறிதல்.....	101
உரு: 4.14 மாணவர்களின் தவணைப்பரீட்சையின் சித்திநிலையை கண்டறிதல்.....	102
உரு 4.15 மாணவர்களின் இணைப்பாடவிதான செயற்பாடுகளை கண்டறிதல் .....	103
உரு 4.16 மாணவர்களின் புலமை பரீட்சை அடைவு மட்டத்தை கண்டறிதல்.....	105
உரு: 4.17 கடந்த ஐந்து வருட புலமைப் பரீட்சை அடைவுமட்டம்.....	109
உரு: 4.18 போசாக்கு பின்தங்கிய நிலையில் காணப்படுவதற்கான குடுப்பப் பின்னணியின் செல்வாக்கினை கண்டறிதல்.....	112
உரு: 4.19 பாதுகாவலர்களிடம் பிள்ளைகள் வளர்தலை கண்டறிதல்.....	113
உரு: 4.20 போசாக்கு பின்தங்கிய நிலையில் காணப்படுவதற்கான பெற்றோரின் தெளிவின்மையின் செல்வாக்கை கண்டறிதல்.....	115
உரு: 4.21 போசாக்குள்ள மாணவர்களின் கற்றல் அடைவு மட்டம்.....	118
உரு: 4.22 போசாக்கில் பின்தங்கிய மாணவர்களின் அடைவு மட்டம்.....	119
உரு: 4.23 ஆரம்பப் பிரிவில் சுற்றாடல் பாடத்தில் போசாக்கு உணவு தொடர்பாக தான் கற்றவிடயத்தை தனது அன்றாட வாழ்க்கையில் மாணவர்கள் கடைப்பிடித்தலை கண்டறிதல். ....	120
உரு: 4.24 போசாக்குள்ள மாணவர்களுக்கு புகார கற்பித்தல் அவசியம்.....	122