

# 11 ශ්‍රේණිය

## ගෘහ ආර්ථික විද්‍යාව

නිපුණතාවය - 09

ප්‍රජාවගේ යහපැවැත්ම සඳහා ශ්‍රී ලංකාවේ පෝෂණ උගුණතා හා ගැටළු පිළිබඳව විමර්ශන කරයි.



ශ්‍රී ලංකාවේ පෝෂණ ගැටළු අවම කර ගනිමු. 9.2 - ii කොටස

## 9 - නිපුණතාව

9.2 ශ්‍රී ලංකාවේ පෝෂණ ගැටළු හඳුනා ගනිමින් ඒවා අවම කර ගැනීම සඳහා දායකවෙයි.

### කියවීම් ද්‍රව්‍ය

11 ශ්‍රේණිය ගෘහ ආර්ථික විද්‍යාව පෙළ පොතේ 09 පාඨම වන ශ්‍රී ලංකාවේ පෝෂණ ගැටළු, යන මාතෘකාව යටතේ කරුණු අධ්‍යයනය කිරීමට යොමුවන්න.

❖ කියවීම් ද්‍රව්‍ය ලෙස ඉහත පෙළ පොත භාවිත කරන්න.

❖ අන්තර්ජාලය වෙත යොමු වී තොරතුරු ලබාගත හැක.

- යකඩ උණකාව - Iron Deficiency (Anemia)
- අයඩින් උණකාව - Iodine Deficiency
- විටමින් A උණකාව - Vitermin A Deficiency
- අඩු බර දරු උපන් - Low Birth Weight
- ස්ථූලතාව - Obesity
- අධිබර - Over Weight