BON SECOURS COLLEGE OF EDUCATION

NAAC with 'B' Grade

Affiliated by Tamil Nadu Teachers Education University, Chennai

Vilar Bypass Road, Thanjavur – 613 006

Lesson Plan model

(உரைநடை)பாடம் கற்பிப்புத்திட்டம்

மாணவஆசிரியர் பெயர்	:	பெயர்
பள்ளியின் பெயர்	:	பள்ளியின் பெயர்
வகுப்பு.ஃ.பிரிவுமற்றும் காலம்	:	ஒன்பதாம் வகுப்பு'அ'பிரிவு
பாடம்	:	உரைநடை
அலகு	:	உணவேமருந்து
தலைப்பு	:	உணவின் இன்றியமையாமை

கற்பித்தலின் நோக்கங்கள்:

மாணவர்:

- உணவேமருந்துபாடத்தில் உணவின் இன்றியமையாமைஎன்றபாடப்பகுதியை **வாசித்துக்காட்டுவார்.**
- உடல்நலம்,உளநலம் பெறும் முறைகளைப்பற்றிகற்பித்தப் பாடப்பகுதியில் ஆசிரியர் கேட்கும் வினாக்களுக்குப் **பதிலுரைப்பார்.**
- பொருந்தியஉணவு,பொருந்தாஉணவைதனது**சொந்தவாக்கியத்தில் எழுதுவார்.**
- தவிர்க்கவேண்டியஉணவுவகைகளை**கண்டறிந்துஎழுதுவார்.**
- உணவின் இன்றியமையாமைப் பாடப்பகுதியை**தொகுத்துக்கூறுவார்.**

வழிகாட்டலுக்குதேவைப்படும் ஆதாரங்கள்.ஃ.வளங்கள்:

- சமச்சீர் உணவு - வரைபடத்தாள்
- உணவுஅவற்றின் பயன்கள் - பொருத்தட்டை
- மருந்தானஉணவுப் பொருட்கள் - மாதிரிகள்
- நோய்களும்,நோய் நீக்கும் மருந்துகளும் - சுழலட்டை

கற்பவருக்கானமுந்தையஅறிவு :

ஆசிரியர் கீழ்க்காணும் வினாக்கள் மூலம் மாணவர்களின் முந்தையஅறிவினைசோதித்தல்

1. உங்களுக்குதெரிந்தமருந்து வகைகள் யாவை?
2. உணவில் மருந்துப்பொருட்கள் உண்டா?
3. உணவில் உள்ளமருந்துப்பொருட்கள் சில கூறுக.

பாடப்பொருள் ஃ.கருத்து	கற்றலின் நடத்தைக் கூறுகள்	கற்றல் அனுபவம்	மதிப்பீடு
மருந்துப்பொருட்கள்	வாசித்தல் கூறுதல் நினைவுகூர்தல் எழுதுதல்	ஆசிரியர் உணவில் உள்ள மருந்துப் பொருட்கள் எவையெவை என வினவுகிறார். ஆசிரியர் தயாரித்த வாசிப்பு, கரும்பலகையில்	1. மருந்தாகப பயன்படும் உணவுப் பொருட்களுக்கு இரண்டு உதாரணம் கூறுக. 2. மருந்தான உணவுப்

உணவின் இன்றியமையாமை		எழுதுதல். மாணவர்கள் மருந்துப் பொருட்களை நினைவு கூர்கின்றனர்.	பொருட்களின் பெயர்களை எழுதிக்காட்டுக.
இயற்கைஉணவுமுறை	வாசித்தல், விளக்கிக் கூறுதல் எழுதுதல்	ஆசிரியர் உணவின் இன்றியமை-யாமையை விளக்கிக கூறுகிறார். கரும்பலகையில் எழுதுகிறார். மாணவர்கள் கேட்டுக் குறிப்பெடுக்-கின்றனர். உணவு உண்ணவேண்டிய அவசியத்தை வாசித்துப் பழகுகின்றனர்.	1.உடலுக்கு வலிமைதரு-பவை யாவை? 2.உணவின் இன்றியமை-யாமையை வாசித்துக்-காட்டுக. 3. உணவின் இன்றியமை –யாமையை குறிப்பேட்டில் எழுதுக.
நோய் நீக்கும் மருந்துப் பொருட்கள்	வாசித்தல் தெளிவாக்குதல் எழுதுதல்	ஆசிரியர் இயற்கை உணவு முறை-யினையும், இயற்கையோடு இயைந்த பழக்க வழக்கங்களையும் தெளிவாக வாசித்துக் காட்டுகிறார். உணவும் அவற்றின் பயன்களும் எழுதிய **பொருத்தட்டையை** காட்டுகிறாார். மாணவர்கள் இயற்கை உணவை கடைபிடிப்பதன் மூலம் கிடைக்கக்-கூடிய உடல்நலத்தையும், உள-நலத்தையும் குழுவாக அமர்ந்து வாசித்து பழகுகின்றனர்.	1.இயற்கையான உணவுமுறையின் பயனைக் கூறுக. 2.உடல்நலம் பெறும் முறையைக் கூறுக. 3.உளநலம் பெறுவதற்கானகாரணங்களை எழுதிக்காட்டுக.
நாம் உண்ணவேண்டியஉணவு	வாசித்தல், உதாரணம் கூறுதல், எழுதுதல்	ஆசிரியர் நோய் நீக்கும் மருந்துபொருட்களுக்குஉதாரணம் கூறிமாதிரிகளைக் காட்டுகிறார். மாணவர்கள் நோய் நீக்கும் மாதிரிமருந்துகளைக் கவனித்துமேலும் சிலவற்றைஉதாரணமாகக் கூறுகின்றனர்.	1.நோய் நீக்கும் மருந்துப்பொருட்ளுக்கு இரண்டுஉதாரணம் தருக. 2. நோய் நீக்கும் மருந்துகள் பாடப்பகுதியைவாசித்துக்காட்டுக.
துரிதஉணவுமுறை	வாசித்தல்,வரிசைப்படுத்திக் கூறல்,எழுதுதல	ஆசிரியர் நாள்தோறும் நாம் உண்ணவேண்டியஉணவுமுறைகளை வரைபடத்தாள் மூலம் வரிசைப்படுத்திக்கூறுகிறார். மாணவர்கள் ஆசிரியர் வாசிப்பதைகவனித்துக் குழுவாகப் பிரிந்துவாசித்துப் பழகுகின்றனர்.	1.காலையில் நாம் உண்ணவேண்டியஉணவுவகைகளைக் கூறுக. 2.இரவில் நாம் உண்ணவேண்டியஉணவுமுறைகளைஎழுதிக்காட்டுக.
சரிவிகிதஉணவுகள்	வாசித்தல் சுட்டிக்கூறுதல் எழுதுதல்	ஆசிரியர் தவிர்க்கவேண்டியஉணவுவகைகளை சுட்டிக்கூறுகிறார். மாணவர்கள் ஆசிரியர் கூறியதுரிதஉணவுகளின் தீங்கினைகுழுவுடன் பேசிப்பகிர்ந்துகொள்கின்றனர்.	1.உடலிற்கு பொருந்தும்பொருந்தாஉணவுகளைக் சுட்டிக்கூறுக. 2.தவிர்க்க வேண்டியஉணவுமுறைகளுக்கு இரண்டுஉதாரணம் தருக. 3.துரிதஉணவுமுறையின்

கற்பித்தபாடப் பகுதியிலுள்ளமுக்கிய கருத்துக்கள்	வாசித்தல் பட்டியலிட்டுக் கூறல் தொகுத்துக் கூறல் சுருக்கிக்கூறல்	ஆசிரியர் வரைபடத்தாளில் சமச்சீர் உணவினைபட்டியலிட்டுவாசித்துக் காட்டுகிறார். கரும்பலகையில் எழுதுகிறார். மாணவர்கள் நமதுஉடலிற்கேற்றசரிவிகிதஉணவுகளைவிளக்கிக் கூறுகிறார். படித்தபாடப்பகுதியிலுள்ளமுக்கியக் கருத்துக்களைச் சுருக்கியும் தொகுத்தும் சொல்லிமாணவர்கள் குழுவாகப் பயிற்சிசெய்கின்றனர்.	தீங்கினைப் பற்றிஎழுதுக. 1.சமச்சீர் உணவுஎன்றால் என்ன? 2. சரிவிதவிகிதஉணவிற்குஉதாரணம் தருக. 3.உடலிற்கேற்ற சரிவிதஉணவுபட்டியலைஎழுதுக. 1.கற்பித்த பாடப்பகுதியில் இருந்துஉணவின் இன்றியமையாமைப் பற்றிதொகுத்துச் சொல்லுக. 2.கற்பித்த பாடப்பகுதியில் இருந்துஉணவேமருந்துபற்றி சுருக்கிஎழுதுக.

தொடர் செயல்பாடுகள் (ஏதேனும்):

கற்பித்தபாடப்பகுதியின் அடிப்படையில்

1. உணவின் இன்றியாமையைபற்றிஒருசிறுகட்டுரைவரைக.
2. மருந்தாகப் பயன்படும் உணவுப் பொருட்களைப் பற்றி உன் வீட்டில் உள்ளபெரியவர்களிடம் கேட்டுஎழுதிவருக.
3. பொருந்தும்-பொருந்தாஉணவுப் பொருட்களைப் பற்றியசெய்திகளைநாளிதழ்களிலிருந்துசேகரித்துவருக.

வழிகாட்டிஆசிரியர் கையொப்பம் மாணவஆசிரியர் கையொப்பம்

(செய்யுள்)பாடம் கற்பிப்புத்திட்டம்

மாணவஆசிரியர் பெயர்	:	கார்திகா.இரா
பள்ளியின் பெயர்	:	நகராட்சிமேல்நிலைப்பள்ளி
வகுப்பு.'.பிரிவுமற்றும் காலம்	:	ஒன்பதாம் வகுப்பு'அ'பிரிவு
பாடம்	:	செய்யுள்
அலகு	:	பாஞ்சாலிசபதம்
தலைப்பு	:	விதுரனைத் தூதுவிடல்

கற்பித்தலின் நோக்கங்கள்:

மாணவர்:

- ❖ பாரதியார் பற்றிய**ஆசிரியர் குறிப்பினைக் கூறுவார்.**
- ❖ பாஞ்சாலிசபதத்தின் **நூற்குறிப்பினைக் கூறுவார்.**
- ❖ 'விதுரனைத் தூதுவிடல்'செய்யுளைஒலிநயம் தோன்ற**வாசித்துக்காட்டுவார்.**
- ❖ 'தம்பி'எனத்தொடங்கும் செய்யுளிலுள்ளபுதியசொற்களுக்கு**சொற்பொருளைக் கூறுவார்.**
- ❖ செய்யுளின் மையக் கருத்தினை**விளக்கிக் கூறுவார்.**
- ❖ செய்யுளில் இடம்பெறும்சொற்களுக்கு இலக்கணக்குறிப்பினை**தெளிவாகஎடுத்துரைப்பார்.**
- ❖ செய்யுளில் இடம்பெறும் சொற்களுக்குபகுபதஉறுப்பிலக்கணத்தை**சுட்டிக்காட்டுவார்.**
- ❖ செய்யுளின் கருத்தினை**தொகுத்துக் கூறுவார்.**

வழிகாட்டலுக்குதேவைப்படும் ஆதாரங்கள்.'.வளங்கள்:

- ❖ பாரதியார் பற்றியகுறிப்பு (அல்லது) உருவப்படம் - வரைபடத்தாள்
- ❖ அருஞ்சொற்பொருள் - பொருத்தட்டை
- ❖ இந்திரமாநகர் மண்டபம் - மாதிரி

கற்பவருக்கானமுந்தையஅறிவு :

ஆசிரியர் கீழ்க்காணும் வினாக்கள் மூலம் மாணவர்களின் முந்தையஅறிவினைசோதித்தல்

1. மகாபாரதம் யாரைப் பற்றியகதைஎன்றுதெரியுமா?
2. பாண்டவர்களின் பெயர்களைக் கூறுக.
3. பாண்டவர்களின் மனைவியார்?
4. திரௌபதியின் வேறுபெயர் என்ன?

பாடப்பொருள் ∴கருத்து	**கற்றலின் நடத்தை கூறுகள்**	**கற்றல் அனுபவம்**	**மதிப்பீடு**
ஆசிரியர் குறிப்பு	நினைவு கூர்தல், ஆசிரியர் குறிப்பு கூறுதல்	ஆசிரியர் வரைபடத்தாளி-லிருந்து பாரதியாரைப் பற்றி கூறுகிறார். மாணவர்கள் வரைபடத்தாளை பார்த்து பாரதியார் பற்றிய கருத்துக்களை நினைவு-கூர்கின்றனர். ஆசிரியர் வாசிப்புஅட்டையிலிருந்துநூற்குறிப்பினைக் கூறுகிறார்.	பாரதியார் பற்றிச் சில குறிப்புகளைக் கூறுக. 1.பாஞ்சாலி சபதம்

நூல் குறிப்பு	நூற்குறிப்பு கூறுதல்	பாஞ்சாலிசபதம் நூலின் தோற்றம் பற்றியநூற்குறிப்பினைமாணவர்கள் தங்களுக்குள் படிக்கின்றனர்.	என்னும் நூல் எந்த நூலைத் தழுவிஎழுதப்பட்டது? 2. பாஞ்சாலிசபதம் நூல் குறிப்பினைக் கூறுக.
‘தம்பி’எனத் தொடங்கும் செய்யுள்	ஒலிநயம் தோன்றவாசித்துக் காட்டுதல்	ஆசிரியர் செய்யுளைஒலிநயம் தோன்றவாசித்துக் காட்டுகிறார். மாணவர்கள் சிறுகுழுக்களாகப் பிரிந்துஒலிநயத்துடன் வாசித்துப் பழகுகின்றனர்.	‘தம்பி’எனத் தொடங்கும் செய்யுளைஒலிநயம் தோன்றவாசித்துகாட்டுக.
செய்யுளில் உள்ளபுதியசொற்கள்	சொற்பொருள் கூறுதல்	ஆசிரியர் செய்யுளில் இடம்பெற்றமடப்பிடி,களிக்க,நுந்தைபோன்றபுதியசொற்களுக்குசொற்பொருள் விளக்கம் கூறுகிறார். மாணவர்கள் செய்யுளிலிலுள்ளபுதியசொற்களுக்குபொருள் விளக்கம் சொல்லியும்,எழுதியும் காட்டுகின்றனர்.	1.மடப்பிடி,நுந்தை– பொருள் விளக்கம் கூறுக. 2. களிக்க- என்பதன் பொருளைகரும்பலகையில் எழுதுக.
செய்யுளின் பொருள்	செய்யுளின்மையக் கருத்தினைக் கூறுதல்	ஆசிரியர் செய்யுளின் மையக் கருத்தினைக் கூறுகிறார். அதைமாணவர்கள் குறிப்போட்டில் எழுதுகின்றனர். எழுதியதைமாணவர்கள் குழுவாகச் சேர்ந்துபடித்துமகிழ்கின்றனா	1.‘தம்பி’எனத் தொடங்கும் செய்யுளைஒலிநயம் தோன்றவாசித்துக்காட்டுக. 2.செய்யுளின் மையக் கருத்தினைக் கூறுக.
இலக்கணக்குறிப்பு	தெளிவாகஎடுத்துரைத்தல்	ஆசிரியர் செய்யுளில் வரும் சொற்களுக்கு இலக்கணக் குறிப்பினைதெளிவாகஎடுத்துரைக்கிறார். மாணவர்கள் செய்யுளில் வரும் இலக்கணக்குறிப்புகளைகையேட்டில் எழுதுகின்றனர்.	1.‘மாநகர்’ - இலக்கணக் குறிப்பு கூறுக. 2.‘சார்ந்தவர்’ - இலக்கணக்குறிப்புக் கூறுக.
பகுபதஉறுப்பி	சுட்டிக் காட்டுதல்	ஆசிரியர் செய்யுளில் இடம்பெறும் சொற்களுக்குபகுபத இலக்கணத்தினைகரும்பலகையில் சுட்டிக்காட்டிவிளக்கம் அளிப்பார். மாணவர்கள் அவ்விலக்கணத்தைநன்குகவனித்துதனதுகுறிப்பேட்டில் குறித்துக்கொள்வார். படித்தசெய்யுள் பாடப்பகுதியிலுள்ளமுக்கியக் கருத்துக்களைச் சுருக்கியும் தொகுத்தும்	

லக்கணம் கற்பித்தசெய் யுள் பகுதியின் முக்கியகருத் துக்கள்	 தொகுத்துக் கூறுதல் சுருக்கமாகக் கூறுதல்	சொல்லிமாணவர்கள் குழுவாகப் பயிற்சிசெய்கின்றனர்.	1.கடந்து – பகுபதஉறுப்பிலக்கணம் கூறுக. 2.செல்வான் - பகுபதஉறுப்பிலக்கணத்தைகுறிப்பேட்டில் எழுதிக்காட்டுக. விதுரனைத் தூதுவிடல் செய்யுள் பகுதியின் கருத்தினைசுருக்கமாகக் கூறுக. விதுரன் வழியில் கண்டகாட்சிகளைதொகுத்துக் கூறுக.

தொடர் செயல்பாடுகள் (ஏதேனும்):

கற்பித்தபாடப்பகுதியின் அடிப்படையில்

1. மகாபாரதக் கதையை மூல நூலிலிருந்துஅல்லதுபெரியோர்களிடம் கேட்டுத் தெரிந்துவருக.
2. பாரதியாரின் வாழ்க்கைவரலாற்றினைப் பற்றிஒருசிறுகுறிப்புவரைக.
3. சூழ்ச்சிச் சருக்கத்தின் கதைச் சுருக்கத்தைகலந்துரையாடல் செய்க.

வழிகாட்டிஆசிரியர் கையொப்பம் **மாணவஆசிரியர் கையொப்பம்**