1691

வலயக்கல்வி அலுவலகம் - யாழ்ப்பாணம்

இரண்டாம் தவணைப் பரீட்சை - 2018

தரம் - 07	சுகாதாரமும் உடற்கல்வியும்	நேரம் :- 2.00 மணித்தியாலம்

சுட்டெண் :- ....

பகுதி I

❖ **எல்லா வினாவிற்கும் விடை தருக.**

01)

1) அசுத்தமான நீரினால் ஏற்படும் நோய்களில் ஒன்று.
   1) காசநோய் 2) வாந்திபேதி 3) நீரிழிவு 4) சின்னமுத்து.

2) அன்றாட நடவடிக்கைக்கு உதவும் வெளிச்சமூகத்தினர் அல்லாதவர்.
   1) பெற்றோர் 2) ஆசிரியர்கள் 3) அயலவர்கள் 4) சமவயதினர்

3) உபகரணங்களுடன் விளையாடப்படும் கிராமிய விளையாட்டு.
   1) எல்லே 2) வொலிவோல் 3) பல்லாங்குழி 4) கபடி.

4) வொலிவோல் மைதான நீளம் அகலம்.
   1) 30.5m, 15.25m 2) 18m, 9m 3) 9m, 18m 4) 120m, 90m

5) உதைத்தல் பயன்படும் விளையாட்டு.
   1) வலைப்பந்து 2) வொலிவோல் 3) காற்பந்து 4) கூடைப்பந்து

(2x5=10 புள்ளிகள்)

02) **கீழ்வரும் வினாக்களில் சரியாயின் "சரி" எனவும் பிழையாயின் "பிழை" எனவும் குறிப்பிடுக.**

01) உங்களுக்கு அன்பு காப்பு என்பவற்றை ஆசிரியர் வழங்குவார். ( )

02) சிறந்த ஆளிடைத் தொடர்பு ஆன்மீகச் சூழலில் அடங்கும். ( )

03) ஒழுங்கமைத்தல் ஒரு வொலிவோல் திறன் ஆகும். ( )

04) சரியான முறையில் அமர்வதால் சமநிலை பேணப்பட மாட்டாது. ( )

05) நீளம் பாய்தலின் நிலைகளில் பறக்கையும் ஒன்றாகும். ( )

(2x5=10 புள்ளிகள்)

03) பொருத்தமான சொல்லைத் தெரிவு செய்து எழுதுக.

கல்சியம், இதயநோய், கறுவா, எறிதல், காபோவைதரேற்று.

01) கிரிக்கெட் விளையாட்டின் போது .... செயற்பாடு நடைபெறும்.

02) உடலுக்குத் தேவையான சக்தியை .... போசனை மூலம் பெற்றுக் கொள்ளலாம்.

03) ஆரோக்கியமற்ற உணவினால் .... நோய் ஏற்படும்.

04) உடலில் .... இன்சுலின் செயற்பாட்டைக் கூட்ட உதவும்.

05) என்பு பல் வளர்ச்சிக்கு .... கொண்ட உணவுகள் அவசியம்.

(5x2=10 புள்ளிகள்)

04) தொடர்புபடுத்துக.

01) பெரு விளையாட்டு	காற்பந்து
02) சூரிய ஒளி	உயர்குருதியமுக்கம்.
03) தலையால் அடித்தல்	அயடீன்
04) அதிக உப்பு	வலைப்பந்தாட்டம்.
05) கண்டக்கழலை	விற்றமின் D

(5x2=10 புள்ளிகள்)

பகுதி II

❖ **தரப்பட்டுள்ள வினாக்களில் விரும்பிய ஐந்து வினாக்களுக்கு விடை தருக.**

01) 1) கிராமிய விளையாட்டுக்களின் பொதுப் பண்புகள் 3 தருக?
2) புதுவருடப் பிறப்புக்களில் விளையாடப்படும் விளையாட்டுக்கள் 3 தருக?
3) கிராமிய விளையாட்டுக்களின் வகைகள் 2 தருக?
4) மனித அடிப்படைத் தேவைகள் 3 எவை? (4x3=12 புள்ளிகள்)

02) 1) வொலிவோல் விளையாட்டின் திறன்கள் 3 தருக?
2) கீழ்க்கைப் பணித்தலுக்கான நுட்ப முறைகள் எவை?
3) காற்பந்தாட்டத்தில் பந்தைக் கட்டுப்படுத்தும் முறைகள் 3 தருக?
4) வலைப்பந்தாட்டத்தில் கற்ற திறன்கள் 3 தருக? (4x3=12 புள்ளிகள்)

03) 1) சரியான கொண்ணிலை என்றால் என்ன?
2) இருத்தல் கொண்ணிலைகள் 3 தருக?
3) பிழையாக கொண்ணிலைக்கான காரணிகள் 3 தருக?
4) சரியான நடத்தல் முறையினால் ஏற்படும் நன்மைகள் 3 தருக? (4x3=12 புள்ளிகள்)

04) 1) பாய்தலின் இரு பிரிவுகளையும் ஒவ்வோர் உதாரணத்துடன் தருக?
2) நீளம் பாய்தலின் மூன்று நிலைகளும் எவை?
3) மெய்வல்லுநர் விளையாட்டில் இடம்பெறும் எறிதல் நிகழ்ச்சிகள் 3 தருக?
4) தூரங்களின் அடிப்படையில் ஓட்டங்களின் வகைகள் எவை? (4x3=12 புள்ளிகள்)

05) 1) மாபோசணைப் பதார்த்தங்கள் எவை?
2) மாபோசணைப் பதார்த்தங்கள் முக்கிய தொழில்கள் 3 கூறுக?
3) கனியுப்புக்கள் 3 பெயர்களைத் தருக?
4) இலிப்பிட்டு அதிகம் கொண்ட உணவுகள் 3 தருக? (4x3=12 புள்ளிகள்)

06) 1) நார்த்தன்மை உணவினால் கிடைக்கும் நன்மைகள் 3 தருக?
2) சுவைச் சரக்குகள் உணவுடன் கலப்பதன் நோக்கம் 3 தருக?
3) உமக்குத் தெரிந்த தொற்றா நோய்கள் 3 தருக?
4) உணவில் பயன்படுத்தப்படும் சுவைச் சரக்குகள் 3 கூறுக? (4x3=12 புள்ளிகள்)

ONLINE CLASSES

TAMIL AND ENGLISH MEDIUMS

அனைத்து பாடங்களும் ஒரே கல்வி நிறுவனத்தின் கீழ்....

GRADE 7

FREE ADMISSION

திறமை வாய்ந்த ஆசிரியர்களினூடான சிறந்த வழிகாட்டலுடன் கூடிய வினைத்திறன் மிக்க நிகழ்நிலை வகுப்புகள்.

075 287 1457

தமிழ்	வரலாறு	சுகாதாரம்
விஞ்ஞானம்	English	புவியியல்
கணிதம்	ICT	குடியியல்

- Spoken English Classes.
- Sinhala Reading and Writing Classes.
- Map Marking Classes

தினமும் வகுப்பு RECORDING வழங்கப்படும்.

Whatsapp ஊடாக எம்மை தொடர்பு கொண்டு வகுப்புகள் தொடர்பான மேலதிக விபரங்களை அறிந்து கொள்ள முடியும். (தனிப்பாட அனுமதிகளையும் பெற்றுக்கொள்ள முடியும்)

கல்வி
Digital Learning Platform

www.kalvi.lk

எங்கள் குறிக்கோள்

எண்ணிம உலகத்தில் மாணவர்களிற்கென சிறந்ததொரு கற்றல் கட்டமைப்பை உருவாக்குதல்.

அனைத்தும் டிஜிட்டல் மயப்படுத்தப்பட்ட இந்த காலத்தில் பல்வேறு துறைகளும் கால ஓட்டத்துடன் இணைந்து டிஜிட்டல் தளத்தில் பல்கிப்பெருகி வருகின்றன. அந்த வகையில் கல்வித்துறையும் இதற்கு விதிவிலக்கல்ல. இணையவழி கல்வியின் மூலம் கலவித்துறை புதியதொரு பரிமாணத்தை எட்டியுள்ளது. குறிப்பாக கொரோனா பேரிடர் காலத்தில் நாடே முடக்கப்பட்டிருந்தது. இதனால் மாணவர்களிற்கும் பாடசாலை, கல்வி நிறுவனங்களிற்கு இடையிலான தொடர்பு துண்டிக்கப்பட்டது. அந்த இக்கட்டான சூழ்நிலையில் இணையவழி வகுப்புகள் மாணவர்களிற்கு வரப்பிரசாதமாக அமைந்தது என்பதே உண்மை.

இன்று தொழில்நுட்பம் மாணவர்களை தவறான பாதைக்கு இட்டு செல்வதாக ஓர் எண்ண ஓட்டம் மக்கள் மத்தியில் உள்ளது. தொழில்நுட்பம் என்பது ஒரு கருவி மட்டுமே அதை எவ்வாறு பயன்படுத்துகிறோம் என்பதில் அதன் ஆக்க மற்றும் அழிவு விளைவுகள் தீர்மானிக்கப்படுகிறது. உளியை கொண்டு சிலையை செதுக்க நினைத்தால் அவன் நிச்சயம் சிற்பி ஆகலாம். இங்கு பிரச்சினையாக காணப்படுவது மாணவர்களை வழிப்படுத்த தொழில்நுட்ப உலகில் ஓர் முறையான கட்டமைப்பு இல்லாமையே. அதை உருவாக்குவதே எங்கள் நோக்கம். அதை நோக்கியே எங்கள் பயணம் அமையும்.

எமது இணையத்தினூடக ஊடாக உங்களிற்கு தேவையான பரீட்சை வினாத்தாள்களை இலகுவான முறையில் தரவிறக்கம் செய்து கொள்ளமுடியும்.

kalvi.lk

கல்வி சார் செய்திகளை உடனுக்குடன் அறிந்து கொள்ள எமது சமூக ஊடக தளங்களின் ஊடாக உடனுக்குடன் அறிந்து கொள்ள முடியும்.

Viber Community

Whatsapp Channel

Facebook Page