



## 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 வெளிச்சமுகத்தினர் 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 ..... இன்கலின் செயற்பாட்டைக் கூட்ட உதவும்.
- 05) என்பு பல் வளர்ச்சிக்கு ..... கொண்ட உணவுகள் அவசியம்.

(5x2=10 புள்ளிகள்)

04) தொடர்புபடுத்துக.

- |                      |                     |
|----------------------|---------------------|
| 01) பெரு விளையாட்டு  | காற்பந்து           |
| 02) சூரிய ஒளி        | உயர்குருதியழுக்கம். |
| 03) தலையால் அடித்தல் | அயடின்              |
| 04) அதிக உப்பு       | வலைப்பந்தாட்டம்.    |
| 05) கண்டக்கழலை       | விறற்றமின் 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 ஒவ்வொரு 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)

பகுதி II வினாக்கள்

03) பொருத்தமான சொற்களைத் தேர்விய செய்து பொருத்தமான விளக்கங்களைக் கொடுக்கவும். (4x3=12 புள்ளிகள்)

01) கீழ்க்கண்ட சொற்களின் பொருள் என்ன? (4x3=12 புள்ளிகள்)

02) கீழ்க்கண்ட சொற்களின் பொருள் என்ன? (4x3=12 புள்ளிகள்)

03) கீழ்க்கண்ட சொற்களின் பொருள் என்ன? (4x3=12 புள்ளிகள்)

04) கீழ்க்கண்ட சொற்களின் பொருள் என்ன? (4x3=12 புள்ளிகள்)

05) கீழ்க்கண்ட சொற்களின் பொருள் என்ன? (4x3=12 புள்ளிகள்)

06) கீழ்க்கண்ட சொற்களின் பொருள் என்ன? (4x3=12 புள்ளிகள்)

07) கீழ்க்கண்ட சொற்களின் பொருள் என்ன? (4x3=12 புள்ளிகள்)

08) கீழ்க்கண்ட சொற்களின் பொருள் என்ன? (4x3=12 புள்ளிகள்)

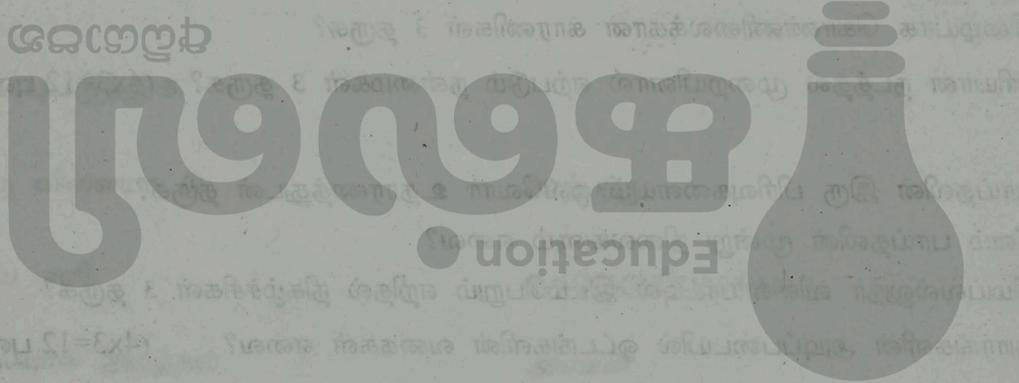
09) கீழ்க்கண்ட சொற்களின் பொருள் என்ன? (4x3=12 புள்ளிகள்)

10) கீழ்க்கண்ட சொற்களின் பொருள் என்ன? (4x3=12 புள்ளிகள்)

11) கீழ்க்கண்ட சொற்களின் பொருள் என்ன? (4x3=12 புள்ளிகள்)

12) கீழ்க்கண்ட சொற்களின் பொருள் என்ன? (4x3=12 புள்ளிகள்)

13) கீழ்க்கண்ட சொற்களின் பொருள் என்ன? (4x3=12 புள்ளிகள்)



ONLINE CLASSES - 2025

May

# NEW ADMISSIONS

## 2ம் தவணை வகுப்புகள்

தரம் 6 முதல் O/L வரை

அனைத்து பாடங்களும் ஒரே  
கல்வி நிறுவனத்தின் கீழ் ...



இலங்கையின் எப்பாகத்திலிருந்தும்  
ZOOM APP மூலம் எமது வகுப்புகளில்  
இணைந்து கொள்ள முடியும்.



**JOIN NOW**

[WWW.KALVI.LK](http://WWW.KALVI.LK)

**075 287 1457**