

Divisional Education Office Nallur - Jaffna
Second Term Examination - 2015
Health & Physical Education

Time : 2 hour

Grade 7

Name

Part – I

Choose the most suitable answer and underline.

01. Our health depends on the environment in which we live. Our main environment is
1) House 2) School 3) Play ground 4) Place of worship
02. Healthy families will have
1) Physical health 2) Mental health
3) Social health 4) Physical, mental, social & spiritual health
03. Found more in fruits
1) Vitamin A,C 2) Vitamin B, E 3) Vitamin C,D 4) Vitamin D, B
04. Which of the following is not a folk game
1) Dice 2) killi thaddu 3) kiddipul 4) kapadi
05. International volley ball federation is denoted by
1) WHO 2) FIVB 3) IAAF 4) FIFA
06. Skills of netball
1) Foot work, attack, defend, shooting 2) Service, clef end, spiking
3) Ball Throw, Ball control, Goal defend 4) None of the above
07. Washing hands and legs before sleeping
1) Will cause diseases 2) Will increase wheezing
3) Will protect the beauty 4) Will protect the body from infection diseases
08. Mineral needed for growth teeth
1) Iron 2) Calcium 3) Iodine 4) Magnesium
09. Found at the top of the food pyramid
1) Fish 2) Meat 3) Butter 4) Milk
10. By eating papaya as food
1) Can obtain energy 2) Will help the growth
3) Can get protection from infectious disease 4) Will help to satisfy hunger
11. Disease caused due to deficiency of iron
1) Goiter 2) anemia 3) Night blindness 4) scurvy

12. Which of the following is a short distance running
 1) 800m 2) 100m 3) 1500m 4) 1000m
13. Which of the following is not a throwing event
 1) Javelin 2) Pole vault 3) Hammer throw 4) Discus throw
14. Which of the following can be considered as vertical jump
 1) Long jump 2) Paul Vault 3) Hurdles 4) Triple jump
15. Example for vertical jump
 1) High jump, long jump 2) Triple jump, high jump
 3) High jump, Pole vault 4) Triple jump, Paul Vault
16. Which ground has 30.05m length and 15.25m breadth
 1) Volley ball ground 2) Foot ball ground
 3) Net ball ground 4) Basket ball ground
17. The figure shows a method of running (Zig Zag) through this method
 1) Leg movements will be fashioned 2) Small foot steps
 3) Faster hand sewing 4) Eye sight will improve
18. By maintaining correct posture
 1) Physical health will improve
 2) Mental health will improve
 3) Physical & mental health will improve along with appearance
 4) Spiritual health will improve
19. An athlete
- 1) Should accept victory and defeat
 2) Should always expect to get victory
 3) Will have the tendency to loose heart when clef eat comes.
 4) Should obey rules and regulations
20. Which games include major games
 1) Volley ball, kittipul
 2) Foot ball, gaat & tiger
 3) Kulum karai, dog and meat
 4) Net ball, basket ball



Part II

Answer all the questions

01. Mark whether the following statements are right / wrong.

- | | |
|---|---------|
| 1) By doing exercise everyday the body will become beautiful. | () |
| 2) Dengue is a non infectious fatal disease. | () |
| 3) Cricket is the national game of Sri Lanka. | () |
| 4) Iron deficiency causes anaemia. | () |
| 5) Rhythm is one of the sounds that give happiness to ears. | () |

(5 x 2 = 10 marks)

02. Fill in the blanks.

	Games	No. of players in a team	victory & defeat given by	equipments use
1)	Volley ball
2)	Foot ball	foot ball, post
3)	Elle	team which gets more points in a particular time
4)	Net ball	net ball, post
5)	Cricket	11

(5 x 2 = 10 marks)

03. Match the following.

- | A | B |
|-----------------------------------|------------------------------|
| 1) Pilliar kaddai | Net ball |
| 2) William Morgan | Folk game with out equipment |
| 3) Shoot | Folk game playing in group |
| 4) Field event | Volley ball |
| 5) Eva dam evade punkadi pulliady | Long jump |

(5 x 2 = 10 marks)

04. Fill in the blank with suitable words.

Pilliar kaddai, pookuddthal, volley ball, rhythm, kittipul, killithaddu, kapadi, dice, nutrition

- 1) Is a movement done to rhythm and time.
- 2) Small stone, lin, coconut shell, wheel &ball as throwing equipment are used and folk game is played.
- 3) Is declared as our national game.
- 4) Children of two groups play using stick as an equipment.
- 5) Folk game played as two groups marking lines and having the members as keepers at the lines
..... Is played with out equipment.

(5 x 2 = 10 marks)

05. Write short answers for the following questions.

- 1) Mention four nutrients found in your daily diet.
- 2) Give four good features an athlete should have.
- 3) Write down four field events.
- 4) Mention four skills of netball.
- 5) Draw a food pyramid and show the mutation levels with the help of food items



GRADE
6,7,8

STUDY WITH US..!
SCIENCE
ONLINE CLASSES

இலங்கை முழுவதும் உள்ள மாணவர்களை இணைத்து Zoom செயலி மூலமாக இணைய வழியில் நடைபெறும் கணித பாட வகுப்புகள்.

- ✓ மாறாத நேர அட்டவணையுடனான வகுப்புகள்.
- ✓ மாணவர்களின் அடைவு மட்டத்தை உயர்த்த தொடர்ச்சியான பரீட்சைகள்.
- ✓ பயிற்சி செயலட்டைகள் pdf வடிவில் வழங்கப்படும்.

TAMIL MEDIUM

850/= Monthly

ENGLISH MEDIUM

1000/= Monthly

Whatsapp ஊடாக எம்மை தொடர்பு கொண்டு வகுப்புகள் தொடர்பான மேலதிக விபரங்களை அறிந்து கொள்ள முடியும்.



075 287 1457

தினமும் வகுப்பு RECORDING வழங்கப்படும்.



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 கல்வித்துறை 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 ஊடக உங்களிற்கு தேவையான பரீட்சை வினாத்தாள்களை இலகுவான முறையில் தரவிறக்கம் செய்து கொள்ளமுடியும்.

kalvi.lk

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



Viber
Community



Whatsapp
Channel



Facebook
Page