



யா/மானிப்பாய் இந்துக் கல்லூரி

முதலாம் தவணைப் பரீட்சை – 2019

சுகாதாரமும் உடற்கல்வியும்

தரம் - 7

இரண்டு மணித்தியாலம்

கட்டெண்:

பகுதி - I

1 – 10 வரையான வினாக்களுக்கு பொருத்தமான விடையின் கீழ் கோடிடுக.

01. பௌதீக சூழலின் பண்புகள் எவை?
1. தூயவளி 2. சுத்தமான குடிநீர் 3. அமைதியான சூழல் 4. மேற்கூறிய மூன்றும்
02. உளச்சூழலின் காரணிகள் எவை?
1. அன்பு 2. கோபம் 3. மகிழ்ச்சி 4. ஆனந்தம்
03. எப்பருவத்தில் பெற்றோர்களின் பாதுகாப்பு பிள்ளைகளுக்கு மிகவும் அவசியமானது?
1. பிள்ளைப்பருவம் 2. சிசுப்பருவம் 3. குழந்தைப்பருவம் 4. முன்பிள்ளைப்பருவம்
04. மனிதன் உயிர் வாழ்வதற்கு இன்றியமையாத காரணிகளை எவ்வாறு அழைப்பர்?
1. நாளாந்தத் தேவை 2. அடிப்படைத் தேவை
3. பாதுகாப்புத் தேவை 4. மேற்கூறிய யாவும்
05. சரியான கூற்றைத் தெரிவு செய்க.
a. உடற்பயிற்சி செய்வது உடல் ஆரோக்கியத்துக்கு நலமானது.
b. மனிதன் உயிர் வாழ்வதற்கு நீரும் வளியும் மட்டுமே அவசியமானதாகும்.
c. மனித தேவைகளில் நித்திரையும் ஓய்வும் அவசியமானது.
1. ab சரி 2. bc சரி 3. ac சரி 4. abc சரி
06. 2020 ஆம் ஆண்டு ஒலிம்பிக் போட்டி நடைபெறவுள்ள நாடு
1. ஐப்பான் 2. அமெரிக்கா 3. பிரேசில் 4. ரஸ்யா
07. கிராமிய விளையாட்டுக்களின் பண்பு அல்லாதது.
1. இலகுவாகனது 2. மகிழ்ச்சியையும் பொழுதுபோக்கையும் கொண்டிருக்கும்
3. அழகுணர்வு உடையது 4. பொறாமை கொண்டது
08. புதுவருட்பிறப்பு காலத்தில் விளையாடும் கிராமிய விளையாட்டு எது?
1. பல்லாங்குழி 2. கிளித்தட்டு
3. றபான் அடித்தல் 4. மேற்கூறிய யாவும்
09. இலங்கையின் தேசிய விளையாட்டு எது?
1. வொலிபோல் 2. கபடி
3. எல்லே 4. கிளித்தட்டு
10. காற்பந்தாட்டத்தின் திறன்கள் எவை?
1. சொட்டிச்செல்லல் 2. கட்டுப்படுத்தல்
3. உதைத்தல் 4. மேற்கூறிய யாவும்

(10x2=20 புள்ளிகள்)

11 – 15 வரையான வினாக்களுக்கு சரியாயின் சரி எனவும் பிழையாயின் பிழை எனவும் அடையாளமிடுக.

11. பெரு விளையாட்டுக்களுக்கு சட்டதிட்டங்கள் உண்டு ()
12. பணித்தல் வொலிபோல் விளையாட்டின் திறனாகும் ()
13. வலைப்பந்தாட்டம் ஆண்கள் மாத்திரம் விளையாடும் விளையாட்டாகும் ()
14. பணித்தல் இரண்டு வகைப்படும் ()
15. போதுமான இடவசதி கவர்ச்சிகரமான சூழலுக்கு வழிவகுக்கும் ()

(5x2=10 புள்ளிகள்)

16 – 20 வரையான வினாக்களுக்கு இடைவிவகையில் சரியான சொல்லை வைத்து நிரப்புக.

(6பேர், வடிகட்டி, குடும்பம், சுரங்க விளையாட்டு, மேற்கை)

16. சமூகத்தில் மிகச்சிறிய அலகு ஆகும்.
17. நீரை பயன்படுத்துவதுடன் மூலம் நுண்ணங்கி தாக்கத்தில் இருந்து பாதுகாக்கலாம்.
18. ஒரு உள்ளக விளையாட்டாகும்.
19. வொலிபோல் விளையாட்டில் விளையாடுவோர் ஆகும்.
20. பணித்தலில் கீழ்க்கை பணித்தல்பணித்தல் என இரண்டு வகைப்படும்.

(5x2=10 புள்ளிகள்)

பகுதி II

எல்லா வினாக்களுக்கும் விடை தருக.

1. சுகாதார மேம்பாடு என்றால் என்ன?

.....

.....

.....

2. ஆரோக்கியமான சமூக வாழ்வின் இயல்புகள் 2 தருக.

.....

.....

.....

3. எமக்கு அன்பு காப்பு என்பவற்றை வழங்கும் நபர்கள் யாவர்?

.....

.....

.....

4. வீட்டிற்கு அடுத்தபடியாக உங்களுக்கு பாதுகாப்பு வழங்கும் இடங்கள் யாது?

.....

.....

.....

5. ஒழுங்கமைக்கப்பட்ட விளையாட்டுக்கள் 4 தருக.

.....

.....

.....

.....

6. கிராமிய விளையாட்டுக்கள் 3 தருக.

.....

.....

.....

7. கரப்பந்தாட்ட (வொலிபோல்) விளையாட்டின் திறன்களைத் தருக.

.....

.....

.....

8. கிராமிய விளையாட்டுக்களின் பொதுப்பண்புகள் 4 தருக.

.....

.....

.....

.....

9. வலைப்பந்தாட்ட போட்டியில் விளையாடும் வீரர்களின் எண்ணிக்கை யாது.

.....

10. உதைப்பந்தாட்டத்தின் திறன்கள் எவை?

.....

.....

.....

11. இலங்கையின் தேசிய விளையாட்டு எது?

.....

(12x5=60 புள்ளிகள்)

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