

14. நுண்போசனை கூறுகளாவன,
 1. புரதம், கொழுப்பு
 2. காபோவைதரேற், நீர்
 3. விற்றமின்கள், கனியுப்புக்கள்
 4. விற்றமின்கள், கனியுப்புக்கள்
15. நவீன கால உணவுப்பாதுகாப்பு முறை,
 1. புகையூட்டல்
 2. தேனிலிடல்
 3. குளிர்நீர்
 4. மணலில் புதைத்தல்
16. இதயம் மற்றும் சுவாசம்சார் தாங்குதிறனை விருத்தியாக்கும் செயற்பாடு,
 1. வேகமாக ஓடுதல்
 2. நீந்துதல்
 3. சைக்கிள் ஓட்டுதல்
 4. யாவும் சரி
17. பிறர் உணர்வுகளை அவ்வாறே உணர்ந்து அவர்கள் தம் உணர்வுகளை தாங்கி கொள்வது,
 1. பரிவுணர்வு
 2. மனவெழுச்சி
 3. ஆளிடை தொடர்பு
 4. தலமைத்துவம்
18. இயற்கை அனர்த்தங்களில் அடங்காதது,
 1. வெள்ளப்பெருக்கு
 2. சனாமி
 3. விபத்து
 4. காட்டுத்தீ
19. அடிப்படை முதலுதவி வழங்கலின்போது பயன்படுத்தப்படும் ABCDE முறையில் B எனும் எழுத்து குறிப்பது,
 1. சுவாசம்
 2. சுவாசவழி
 3. குருதிச்சுற்றோட்டம்
 4. உபாதைகள்
20. 2022 ஆம் ஆண்டு உலகக்கிண்ண கால்பந்தாட்ட போட்டியில் வெற்றிகொண்ட நாடு,
 1. பிரான்ஸ்
 2. பிரேசில்
 3. இந்தியா
 4. ஆர்ஜென்டீனா

(20×2=40 புள்ளிகள்)

பகுதி 2

❖ முதலாம் வினா உட்பட ஐந்து வினாக்களுக்கு விடை தருக.

(01) தரம் 8 மாணவர்களுக்கு பயிற்சி முகாம் ஒன்றினை மேற்கொள்வதற்கு ஒழுங்கமைக்கப்பட்டது. இங்கு பழைய மாணவர்கள் போசனை உணவு வழங்கப்பட்டது. அத்துடன் மாணவர்களுக்கான விளையாட்டு நிகழ்வுகளும் நடைபெற்றது. நோய்கள் தொடர்பான விழிப்புணர்வு சுகாதார உத்தியோகத்தரால் மேற்கொள்ளப்பட்டது.

1. போசனைக் கூறுகள் எவை?
2. பாரம்பரிய உணவு வகைகள் 2 தருக.
3. தொற்று நோய் 2 தருக.
4. குறுந்தார ஓட்டங்கள் 2 தருக.
5. நீளம் பாய்தலின் 3ம் படிமுறை எது?
6. ஒழுங்கமைக்கப்பட்ட விளையாட்டுக்கள் 4 தருக.
7. இயற்கை பாணங்கள் 2 தருக.
8. அணிநடையில் வழங்கப்படும் திரும்பல் முறைகள் 2 தருக.
9. சணகெளரவத்தில் செல்வாக்கு செலுத்தும் காரணிகள் 2 தருக.
10. விளையாட்டுக்களில் ஈடுபடுவதால் மாணவர்கள் அடையும் நன்மைகள் 2 தருக.

(10×2=20 புள்ளிகள்)

(02) ஒழுங்கமைக்கப்பட்ட விளையாட்டில் ஈடுபடுவதன் மூலம் உடல் ஆரோக்கியத்தை மேம்படுத்த முடியும்.

1. மேற்கை பணித்தலின் நுட்ப முறைகள் எவை?
2. ஒழுங்கமைத்தல் முறைகள் 2 தருக.
3. வலைப்பந்தாட்டத்தில் இருக்காளாலும் பந்தை அனுப்பும் முறைகள் 3 தருக.

4. உதைபந்தாட்டத்தில் பந்தை தலையால் அடிக்கும்போது கவனத்தில் கொள்ளவேண்டிய விடயங்கள் 2 தருக?

(3+2+3+2=10புள்ளிகள்)

(03) ஓடுதல் பாய்தல் எறிதல் செயற்பாடுகளைப் பயிலுவதன் மூலம் அன்றாட செயற்பாடுகளை

வெற்றிகரமாக மேற்கொள்ளலாம்.

1. பதுங்கல் புறப்பாட்டிற்கு வழங்கப்படும் கட்டளைகளை தருக.
2. நின்று புறப்பாட்டின் மூலம் ஆரம்பிக்கும் நிகழ்ச்சி 2 தருக.
3. பதுங்கல் புறப்பாட்டின் போது வெடியொலியுடன் துரிதமாக எழுந்து ஓடவும் வேகத்தை அதிகரிக்கச் செய்வதற்குமான செயற்பாடுகள் 3 தருக.
4. நீளம்பாய்தலின் நுட்ப முறைகள் 2 தருக. (3+2+3+2=10புள்ளிகள்)

(04) இனப்பெருக்க சுகாதாரம்

1. பெண் இனப்பெருக்கத் தொகுதியில் காணப்படும் உறுப்புக்கள் மூன்றினைக் குறிப்பிடுக.
2. இனப்பெருக்கம் சார்ந்த சுகாதாரத்தில் பாதிப்பை ஏற்படுத்தும் காரணிகள் இரண்டைத் தருக.
3. கருக்கட்டல் என்றால் என்ன?
4. பாலியல் நோய்கள் ஏற்படுவதால் உருவாக்கக்கூடிய பிரச்சினைகள் 2 தருக. (3+2+3+2=10புள்ளிகள்)

(05) உணவு மனிதனின் அடிப்படைத் தேவைகளில் ஒன்றாக விளங்குகிறது

1. உணவு பரிமாறுதல் என்றால் என்ன?
2. உணவைப் பரிமாறும்போது கவனிக்கப்பட வேண்டிய விடயங்கள் 3 தருக.
3. உணவின் போசணைத்தன்மை பாதிக்கப்படும் சந்தர்ப்பம் 3 தருக.
4. உணவினைத் தெரிவு செய்யும்போது கவனிக்கப்படவேண்டிய அம்சங்கள் எவை?

(3+2+3+2=10புள்ளிகள்)

(06) சுற்றாடல் சார்ந்த விபத்துக்களும் ஒன்றாகும்.

1. முதலுதவி என்றால் என்ன?
2. முதலுதவி வழங்குவதன் மூலம் நிறைவேற்றப்படும் நோக்கங்கள் 3 தருக.
3. அடிப்படையான முதலுதவி வழங்கின் போது பயன்படுத்தப்படும் ABCDE முறை பற்றித் தருக.
4. முதலுதவியளிப்பவரிடம் காணப்பட வேண்டிய பண்புகள் 4 தருக.

(3+2+3+2=10புள்ளிகள்)

ONLINE CLASSES

TAMIL MEDIUM

அனைத்து பாடங்களும் ஒரே கல்வி நிறுவனத்தின் கீழ்....

GRADE

8

திறமை வாய்ந்த ஆசிரியர்களினூடான சிறந்த
வழிகாட்டலுடன் கூடிய வினைத்திறன் மிக்க
நிகழ்நிலை வகுப்புகள்.



075 287 1457

FREE

ADMISSION

தமிழ்
விஞ்ஞானம்
கணிதம்

வரலாறு
English
ICT

சுகாதாரம்
புவியியல்
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 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