கமு/அக்/அல்-ஜாயிஸா மகளிர் கல்லூரி - ஒலுவில்

இரண்டாம் தவணைப் பரீட்சை - 2019

தரம் 08

சேர்விலக்கம்:.........................

சுகாதாரமும் உடற்கல்வியும்

நேரம்: 02 மணித்தியாலம்

பகுதி - I

01. மிகச் சரியான விடையின் கீழ் கோடிடுக.

1. சுய கௌரவத்தின் பண்புகளுள் அடங்குபவை.
   1)பிறர் நலன் பேணுதல் 2) கீழ்ப்படிதல்
   3) நேர்மை 4) மேற்கூறிய யாவும்சரி

2. அணிநடைக்குழுக்கள் மரியாதை செய்யும் நிகழ்வு எது?
   1) சித்திரைப்புத்தாண்டு 2) கோயில் திருவிழா
   3) சுதந்திர தின விழா 4) பொங்கல் விழா

3. சிறந்த பாடசாலை பௌதீக சூழலின் கூறுகளில் ஒன்று.
   1) கவர்ச்சி 2) அசுத்தமான நிலம்
   3) சுத்தமற்ற நீர் 4) பாதுகாப்பற்ற சூழல்

4. பாலியல் நோய்க்கு உதாரணம்.
   1) சிபிலிசு 2) டெங்கு
   3) மலேரியா 4) மாரடைப்பு

5. ஆண் இனப் பெருக்கத் தொகுதியின் உறுப்புக்களுள் ஒன்றல்லாதது.
   1) விதை 2) முன்னிற்கும் சுரப்பி
   3) விதைப்பை 4) யோனி வழி

6. வலைப்பந்தாட்டத்தின் திறனுக்கு உதாரணம்.
   1) பெற்றுக் கொள்ளல் 2) அறைதல்
   3) எய்துதல் 4. பணித்தல்

7. பதுங்கிப் புறப்படுதல் வகையில் அடங்கும் நிகழ்வு எது?
   1) 4x100 2) 1500m 3) 3000m 4) 10000m

8. வழி விளையாட்டின் வகைகள் எவை?
   1) 1 2) 2 3) 3 4) 4

9. வொலிபோல் உலகில் அறிமுகப்படுத்தப்பட்ட ஆண்டு எது?
   1) 1896 2) 1895 3) 1980 4) 1910

10. இடம் திரும்புதல் எத்தனை பாகையில் திரும்புதல் வேண்டும்?
    1) 40° 2) 360° 3) 90° 4) 65°

11. பிரதான விளையாட்டுத் திறன்களை வளர்த்துக்கொள்ள உதவுவது?
    1) சிறுவிளையாட்டு 2) வழி விளையாட்டு
    3) பெருவிளையாட்டு 4) கலாச்சார விளையாட்டு

12. கருக்கட்டுவதற்கு அவசியமான தாயின் கலம் எவ்வாறு அழைக்கப்படும்?
    1) சூல் 2) விந்து 3) சூலகம் 4) கருப்பை

kalvi.lk

பகுதி - II

முதலாம் வினாவிற்கும் ஏனைய நான்கு வினாக்களுக்கும் விடை தருக.

ஆரோக்கியமான சமூகத்தைக் கட்டியெழுப்ப பாடசாலையில் சுகாதார மேம்பாடு அவசியமாகும். எம்மிடம் எவ்வாறான திறமைகாணப்படினும் சுய கௌரவ தேவையை அடைவதில் பங்களிப்பு செய்வதில் பிற காரணிகள் செல்வாக்கு செலுத்துகின்றன. குழு விளையாட்டில் ஈடுபடுவதன் மூலம் நாம் பல்வேறு திறன்களை வளர்த்துக் கொள்கிறோம்.

01. 1. குழுச் செயற்பாட்டின் மூலம் விருத்தி செய்யும் பண்புகள் 2 தருக?
2. சுய கௌரவத்தில் செல்வாக்கு செலுத்தும் அகக் காரணிகள் 2 தருக?
3. ஆரோக்கியமான பாடசாலையின் பண்புகள் 2 தருக?
4. பாடசாலை சுகாதார மேம்பாட்டிற்காக உங்களால் ஆற்றக் கூடிய பணிகள் 2 தருக?
5. சுய கௌரவத்தில் எதிர் மறையான தாக்கத்தை ஏற்படுத்தும் சமூகக் காரணிகள் 2 தருக?
6. மனிதனின் அடிப்படைத் தேவைகள் எவை?
7. பாடசாலையில் நடைபெறும் குழு நிகழ்ச்சிக்கு உதாரணம் 2 தருக?
8. நுளம்பினால் ஏற்படும் நோய்கள் 2 தருக?
9. பாடசாலையில் டெங்கு நோயை எவ்வாறு கட்டுப்படுத்தலாம்?
10. பாலியல் நோய்கள் ஏற்படுவதால் குடும்பத்தில் ஏற்படக் கூடிய பிரச்சனைகள் 2 தருக?

(10x1=10 புள்ளிகள்)

02. 1. சரியான கொண்ணிலை என்றால் என்ன?
2. அடிப்படை கொண்ணிலைக்கு உதாரணம் 2 தருக?
3. அன்றாட கொண்ணிலைக்கு உதாரணம் 2 தருக?
4. பிழையாக கொண்ணிலையால் ஏற்படும் நோய்கள் 2 தருக?
5. திரும்புதல் கொண்ணிலைக்கு உதாரணம் 2 தருக?

(2x5=10 புள்ளிகள்)

03. 1. நீர் வகுப்பறையில் கற்ற பெரு விளையாட்டுக்கள் 2 தருக?
2. நீர் கற்ற ஒரு பெரு விளையாட்டு ஒன்றின் திறன்கள் 2 தருக?
3. அவ் விளையாட்டின் ஒரு அணியில் விளையாடும் வீரர்கள்,பதிவு செய்யும் வீரர்களின் எண்ணிக்கையைத் தருக?
4. நீர் பதிவு செய்த விளையாட்டின் மைதான நீள, அகலத்தை தருக?
5. விளையாட்டில் ஈடுபடுவதால் கிடைக்கும் நன்மைகள் 2 தருக?

(5x2=10 புள்ளிகள்)

04. 1. இனப்பெருக்க சுகாதாரம் என்றால் என்ன?
2. இனப்பெருக்கம் சார்ந்த சுகாதாரத்தில் பாதிப்பை ஏற்படுத்தும் காரணிகள் 2 தருக?
3. பாலியல் துஸ்பிரயோகத்தால் ஏற்படும் விளைவுகள் 2 தருக?
4. கருக்கட்டல் என்றால் என்ன?
5. இனப்பெருக்க சுகாதாரத்தைப் பேணுவதற்கு அவசியமான காரணிகள் 2 தருக?

(5x2=10 புள்ளிகள்)

05. 1. வழி விளையாட்டு என்றால் என்ன?
2. வழி விளைாாட்டின் விசேட இயல்புகள் 2 தருக?
3. வழி விளையாட்டினால் கிடைக்கும் உளத்தகைமைப் பண்புகள் 2 தருக?
4. பாடசாலைச் சிற்றுண்டிச் சாலையில் காணப்படவேண்டிய பண்புகள் 2 தருக?
5. பாடசாலையின் பௌதீக சூழலில் அடங்குபவை எவை உதாரணம் 2 தருக?

(5x2=10 புள்ளிகள்)

06. 1. பாடசாலையில் நடைபெறும் எறிதல் நிகழ்ச்சிக்கு உதாரணம் 2 தருக?
2. புறப்பாடு எத்தனை வகைப்படும்?
3. பதுங்கிப் புறப்பாட்டிற்கான கட்டளை என்ன?
4. நின்று புறப்பாட்டிற்கான கட்டளை என்ன?
5. குறும் தூர ஓட்ட நிகழ்ச்சிக்கு உதாரணம் 2 தருக?

(5x2=10 புள்ளிகள்)

kalvi.lk

13. இலங்கையின் சனத்தொகையில் எத்தனை பங்கினர்கள் கல்வி கற்போராவர்?

1) $\frac{2}{5}$ பங்கினர் 2) $\frac{1}{5}$ பங்கினர்

3) $\frac{2}{3}$ பங்கினர் 4) $\frac{1}{3}$ பங்கினர்

14. நீளம் பாய்தலின் திறன்களில் அடங்காதது?

1) மிதித்தெழல் 2) நிலம் படல்

3) பறத்தல் 4) குறுக்குச் சட்டத்தை தாண்டுதல்

15. பதுங்கிப் புறப்படுதலுக்கான கட்டளைகள் எத்தனை?

1) 2 2) 4 3) 1 4) 3

16. வலைப்பந்தாட்டத்தில் பங்குபற்றும் வீரர்களின் எண்ணிக்கை எத்தனை?

1) 7 2) 6 3) 8 4) 11

17. காற் பந்தாட்டம் முதன்முதலில் எந்த நாட்டில் ஆரம்பமானது?

1) சீனா 2) பிரேசில் 3) ஜேர்மன் 4) கனடா

18. ஒழுங்கமைந்த விளையாட்டுக்களுக்கு உதாரணம்?

1) வலைப்பந்து 2) சடுகுடு 3) கிட்டிபுள்ளு 4) பசுவும் புலியும்

19. பின்வருவனவற்றுள் தனிநபரது ஆற்றலாக கருதமுடியாதது?

1) மொழி ஆற்றல் 2) பாடுதல் 3) சண்டை போடுதல் 4) வரைதல்

20) இலங்கையின் தேசிய விளையாட்டு எது?

1) எல்லே 2) கபடி 3) செஸ் 4) கரப்பந்தாட்டம்

(20x2=40 புள்ளிகள்)

02. தொடர்பு படுத்துக.

1.	சிபிலிசு	கரப்பந்தாட்டம்
2.	டெங்கு	தொற்று நோய்
3.	அறைதல்	தொற்றா நோய்
4.	நீரிழிவு	குறைபாட்டு நோய்
5.	மாலைக்கண்	பாலியல் நோய்

(5x1=5 புள்ளிகள்)

03. மிகப் பொருத்தமான சொற்களைக் கொண்டு இடைவெளி நிரப்புக.

1. வொலிபோல் விளையாட்டின் மைதான நீளம் .... ஆகும்.
2. நின்று புறப்பாட்டிற்கான கட்டளையின் எண்ணிக்கை.. ஆகும்,
3. சிறு விளையாட்டிற்கு உதாரணம் ஒன்று..
4. போடுதல் நிகழ்ச்சிக்கு உதாரணம்..
5. அணிநடையில் ஒரு குழுவில் .... பேர் பங்கு பற்றுவார்கள்.

(5x1=5 புள்ளிகள்)

Education கல்வி

தரம் 6,7,8

தமிழ்

ONLINE CLASSES

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

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

மாதக் கட்டணம்

850/=

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

Education கல்வி අධ්‍යාපන

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