யா/கொக்குவில் இந்துக் கல்லூரி

முதலாம் தவணைப் பரீட்சை - 2017

சுகாதாரமும் உடற்கல்வியும்

சுட்டெண் :............................	தரம் : 6	நேரம் : 1.30 மணித்தியாலம்

➢ **எல்லா வினாக்களுக்கும் விடை தருக**

(1) பின்வரும் கூற்றுக்கள் சரியாயின் (√) எனவும், பிழையாயின் (X) எனவும் அடைப்பினுள் இடுக.

1. மனிதன் உயிர்வாழ்வதற்கு வளி அவசியமாகும் (√)
2. சிறந்த உடல்நலத்திற்கு ஓய்வும் உறக்கமும் தேவையான காரணிகளாகும் (√)
3. உடற்றிணிவுச் சுட்டியைக் கணித்துக் கொள்வதற்கு நிறை மட்டும் போதுமானதாகும் (X)
4. குடும்பத்தின் பொருளாதார நிலைக்கு ஏற்றதாகத் தேவைகளை நாம் நிறைவு செய்யத் தேவையில்லை (X)
5. பாடசாலைக் கீதம் இசைக்கும் போது நாம் நிமிர்ந்து நிற்றல் வேண்டும் (√)
6. பாரமொன்றை உயர்த்தும் போது ஒரு கையை மட்டும் பயன்படுத்துவது சிறந்ததாகும் (X)
7. WASH என்ற சொல்லில் வரும் WA குறிப்பது நீரை ஆகும் (X)
8. கை கழுவும் முறையில் பெருவிரலின் வெளிப்பகுதியை நன்கு தேய்க்கத் தேவையில்லை( )
9. ஒரு பிள்ளை நாளாந்தம் குறைந்தது 8 மணி நேரம் உறங்குவது அவசியமாகும் (√)
10. தலை முடியைச் சுத்தமாக வைத்திருப்பது அழகான தோற்றத்தில் செல்வாக்குச் செலுத்தும் காரணியாகும் (√)

(10x2=20 புள்ளிகள்)

(2) பொருத்தமான விடையைத் தெரிவு செய்து இடைவெளியை நிரப்புக.

பச்சை, முத்திரை, சேகரித்தல், சுயவொழுக்கம், நெகிழும் தன்மை, மரியாதை, ஊதா

1. ஆன்மீக நலன் உள்ள ஒருவரிடம் காணப்படும் பண்புகளில் ...சுயவொழுக்கம்... ஒன்றாகும்.
2. உடற்றிணிவுச் சுட்டி அட்டவணையில் சரியான அளவைக்காட்டுவது ...பச்சை... நிறமாகும்.
3. ...முத்திரை சேகரித்தல்... பொழுது போக்குச் செயற்பாட்டின் ஒன்றாகும்.
4. சமூகத் திறன் உள்ள ஒருவரிடம் காணப்படும் சிறப்பம்சங்களில் ...நெகிழும் தன்மை...ம் ஒன்றாகும்.
5. ...மரியாதை... சமூக ஆரோக்கியத்தின் தேர்ச்சியில் அடங்கும் விடயமாகும்.

(5X2=10 புள்ளிகள்)

(3) தொடர்புபடுத்துக.

1. வாகனங்களின் புகை	ஆன்மீக நலம்
2. இலகுவாய் நிற்றல்	5s எண்ணக்கரு
3. இயற்கையை இரசித்தல்	போசணைமட்டம்
4. வகைப்படுத்தல்	வளி மாசடைதல்
5. மிகையூட்டம்	அணிநடை

kalvi.lk

(5X2=10 புள்ளிகள்)

(4) பொருத்தமான விடையின் கீழ் கோடிடுக.

1. விளையாட்டின் மூலம் கிடைப்பது
   (1) மகிழ்ச்சி (2) சோகம் (3)சண்டை ஏற்படல் (4) பொறாமை
2. உமது உடலின் நிறையை அளக்கப்பயன்படுத்தும் உபகரணம்
   (1) தராசு (2) அளவுகோல் (3) அளவுநாடா (4) அளவுச்சாடி
3. நாம் நடக்கும் போது முதலில் நிலம்படும் பாதத்தின் பகுதி
   (1) குதி (2) நுனி (3) சும்மாடு (4) மேற்கூறியயாவும்
4. எல்லாத் தேவைகளிற்கும் நாம் பயன்படுத்தக் கூடிய நீர்
   (1) நிலத்தடி நீர் (2) ஆற்றுநீர் (3) சமுத்திர நீர் (4) குளத்துநீர்
5. ஆதிகால மனிதனின் வாழிடங்களில் ஒன்று
   (1) வீடு (2) கற்குகை (3) ஓலை வீடு (4) மாடிவீடு

(5X2=10 புள்ளிகள்)

பகுதி II

➢ **எல்லா வினாக்களிற்கும் விடை தருக.**

1. ஆரோக்கிய வாழ்வு என்றால் என்ன?
2. ஆரோக்கியமாக வாழ்வதற்கு நீர் கைக்கொள்ள வேண்டிய பழக்க வழக்கங்கள் 5 தருக.
3. ஆதிகால மனிதன் தமது உடலை மறைத்துக் கொள்வதற்குப் பயன்படுத்தியவை யாவை?
4. உணவு உண்பதன் மூலம் நாம் யாவற்றைப் பெற்றுக் கொள்கின்றோம்?
5. கொண்ணிலைகள் 5ஐக் குறிப்பிடுக.
6. உளநலம் உள்ள ஒருவரிடம் காணப்பட வேண்டிய தேர்ச்சிகள் 5 தருக.
7. நீர் அறிந்த பந்துடன் விளையாடும் விளையாட்டுக்கள் 5 தருக.
8. ஆன்மீக நலத்திற்குத் தேவையான பண்புகள் 3 தருக.
9. மனிதனின் அடிப்படைத் தேவைகள் யாவை?
10. விளையாட்டின் மூலம் பெற்றுக் கொள்ளக்கூடிய விடயங்கள் 3 தருக.

(5X10=50 புள்ளிகள்)

kalvi.lk

ONLINE CLASSES

TAMIL AND ENGLISH MEDIUMS

அனைத்து பாடங்களும் ஒரே கல்வி நிறுவனத்தின் கீழ்....

GRADE 7

திறமை வாய்ந்த ஆசிரியர்களினூடான சிறந்த வழிகாட்டலுடன் கூடிய வினைத்திறன் மிக்க நிகழ்நிலை வகுப்புகள்.

FREE ADMISSION

075 287 1457

தமிழ்	வரலாறு	சுகாதாரம்
விஞ்ஞானம்	English	புவியியல்
கணிதம்	ICT	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 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