யா/ கொக்குவில் இந்துக் கல்லூரி யாழ்ப்பாணம்

முதலாந் தவணைப்பரீட்சை - 2018

தரம் - 07	சுகாதாரமும் உடற்கல்வியும்	நேரம் : 2 மணித்தியாலம்

சுட்டெண் :- ....

பகுதி I

01. பின்வரும் கூற்றுக்கள் சரியாயின் "சரி" எனவும் பிழையாயின் "பிழை" எனவும் அடைப்பினுள் எழுதுக.

1) பௌதீக சூழலில் காணப்படும் அம்சங்களில் தூய வளியும் அடங்கும் ( )

2) சீனி, உப்பு, எண்ணெய் போன்ற அடங்கிய உணவுகளை நாம் அதிகளவில் உண்பதால் கேடு எதுவுமில்லை ( )

3) இறைச்சி ஓர் புரத உணவாகும் ( )

4) சட்டத்திற்கு மதிப்பளித்தல் ஆரோக்கியமான சமூக சூழலின் இயல்பில் அடங்காது ( )

5) வீட்டில் பிரச்சனைகள் ஏற்படாதவிடத்து உளநெருக்கிடைகளுக்கு ஆளாக வேண்டிவராது ( )

6) கிராமிய விளையாட்டிற்குச் சட்டதிட்டங்கள் உண்டு ( )

7) பிள்ளையார் கட்டை உபகரணமின்றி விளையாடும் விளையாட்டாகும். ( )

8) பணித்தல் வொலிபோல் விளையாட்டின் ஒரு திறனாகும். ( )

9) வொலிபோல் ஒரு ஒழுங்கமைக்கப்பட்ட விளையாட்டாகும் ( )

10) கருக்குடும்பத்தில் குடும்ப அங்கத்தவர்களின் எண்ணிக்கை கூட்டுக் குடும்பத்திலும் பார்க்க அதிகமாகும் ( )

(10X2=20 புள்ளிகள்)

02. பொருத்தமான விடையின் கீழ் கோடிடுக.

1) அசுத்தமான நீரை அருந்துவதனால் ஏற்படும் நோய்

1) நெருப்புக் காய்ச்சல் 2) தடிமன் 3) மூட்டுவலி 4) நீரிழிவு

2) டெங்கு நோய் ஏற்படுவதற்கான காரணங்களில் ஒன்று

1) சுத்தமான சூழல்
2) நீர் தேங்கி நிற்கும் இடங்கள்
3) மணல் போட்டு நிரப்பப்பட்ட ரயர்கள்.
4) உப்புப்போட்டு நீர் நிரப்பப்பட்ட சாடிகள்

3) நாம் ஓய்வைப் பயனுள்ள வகையில் கழிப்பதற்குப் பொருத்தமற்ற செயற்பாடு

1) வீட்டில் சிறிய நூலகம் ஒன்றை உருவாக்குதல்.

2) புத்தகம் வாசித்தல்

3) சிறந்த வானொலி நிகழ்ச்சிகளைக் கேட்டல்.

4) பொருத்தமற்ற தொலைக்காட்சி நிகழ்ச்சிகளைப் பார்த்தல்

4) கிராமிய விளையாட்டுக்களின் உள்ளக விளையாட்டாக அமைவது

1) பல்லாங்குழி 2) மாங்கொட்டைக் கெந்துதல்

3) போர்த்தேங்காய் உடைத்தல் 4) கோலாட்டம்

5) உளச்சூழலின் அம்சங்களில் அடங்காதது

1) பாதுகாப்பு 2) அன்பு 3) ஓய்வு 4) பொறுப்பின்மை

6) சமூகத்தின் குழுக்களாகக் கருதப்படுவது

1) அயலவர்கள் 2) ஆசிரியர்கள்

3) சமயப் போதகர்கள் 4) மேற்கூறிய யாவும் சரி

7) புது வருடப்பிறப்புக் காலத்தில் விளையாடப்படும் கிராமிய விளையாட்டு அல்லாதது

1) வலைப்பந்து 2) ஆடுபுலியாட்டம் 3) பல்லாங்குழி 4) றபான் அடித்தல்

8) பாடசாலை இல்ல மெய்வல்லுநர் போட்டியின் ஆரம்ப வைபவத்தில் ஏற்படும் கொடி / கொடிகள்

1) தேசியக்கொடி 2) பாடசாலைக் கொடி

3) இல்லங்களின் கொடி 4) மேற்கூறிய யாவும் சரி

9) எமது குடும்ப ஆரோக்கியத்தை மேம்படுத்துவதில் துணைபுரிவோர் அல்லாதவர்கள்

1) பொது சுகாதாரப் பரிசோதகர் (PHI)

2) பிரதேச சுகாதார வைத்திய அதிகாரி

3) சுகாதார சேவை உத்தியோகத்தர்

4) கிராமசேவகர்

10) சுகாதார நற்பழக்க வழக்கங்களைக் கடைப்பிடிக்காதுவிடின் ஏற்படும் நிலைமை.

1) நோய்கள் ஏற்படும் 2) சந்தோசம் ஏற்படும்

3) மன அமைதி ஏற்படும் 4) ஒற்றுமை

(10X2=20 புள்ளிகள்)

03. பின்வரும் வினாக்களிற்கு விடை தருக.

1) i) சுகாதார மேம்பாடு என்பது எவ்வாறு வரையறுக்கப்படுகிறது. (3 புள்ளிகள்)

ii) பௌதீக சூழலின் இயல்புகள் 3 தருக. (3 புள்ளிகள்)

iii) உளச்சூழலின் அடங்கும் அம்சங்கள் யாவை? (3 புள்ளிகள்)

iv) R முகாமைத்துவத்தின் ஒவ்வொரு R இனால் குறிப்பிடப்படுபவை யாவை? (3 புள்ளிகள்)

v) ஆரோக்கியமான குடும்பச்சூழலை ஏற்படுத்துவதில் சமூகத்தின் பங்களிப்பாக நாம் செய்யக்கூடிய செயற்பாடுகள் 3 தருக? (3 புள்ளிகள்)

2) i) எமக்கு அன்பையும் காப்பையும் வழங்கக்கூடியவர்கள் யாவர்? (3 புள்ளிகள்)

ii) கருக்குடும்பத்தின் அங்கத்தவர்கள் யாவர்? (3 புள்ளிகள்)

iii) அன்பு, பாதுகாப்பு கிடைக்காதவிடத்து ஏற்படும் விளைவுகள் 3 ஐக் குறிப்பிடுக. (3 புள்ளிகள்)

iv) எமது அடிப்படைத் தேவைகள் யாவை? (3 புள்ளிகள்)

v) மாணவர்களாகிய நீங்கள் சமூகத்தில் நற்பிரஜையாக வாழக்கடைப்பிடிக்க வேண்டிய விடயங்கள் 3 தருக. (3 புள்ளிகள்)

3) i) உபகரணத்துடன் ஆடப்படும் கிராமிய விளையாட்டுக்கள் 3 எழுதுக. (3 புள்ளிகள்)

ii) கிராமிய விளையாட்டுக்களை எவ்வாறு வகைப்படுத்தலாம்? (3 புள்ளிகள்)

iii) கிராமிய விளையாட்டின் பொது இயல்புகள் 3 தருக. (3 புள்ளிகள்)

iv) வொலிபோல் விளையாட்டின் பணித்தில் இரு வகைகளும் யாவை? (3 புள்ளிகள்)

4) i) வொலிபோல் விளையாட்டின் மைதானத்தின் நீள, அகலம் யாவை?

ii) ஒரு அணியில் வொலிபோல் விளையாட்டில் விளையாடும் வீரரின் எண்ணிக்கை யாது?

iii) ஒழுங்கமைக்கப்பட்ட விளையாட்டுக்கள் 3 தருக.

iv) சிறு விளையாட்டுக்கள் 3 தருக

(3X5=15 புள்ளிகள்)

GRADE 6,7,8

STUDY WITH US..!

MATHS

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	ENGLISH MEDIUM
850/= Monthly	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 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