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

Education கல்வி அධ්‍යාපන

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)

Education கல்வி අධ්‍යාපන

May

ONLINE CLASSES - 2025

NEW ADMISSIONS

2ம் தவணை வகுப்புகள்

தரம் 6 முதல் O/L வரை

அனைத்து பாடங்களும் ஒரே கல்வி நிறுவனத்தின் கீழ் ...

இலங்கையின் எப்பாகத்திலிருந்தும் ZOOM APP மூலம் எமது வகுப்புகளில் இணைந்து கொள்ள முடியும்.

JOIN NOW

WWW.KALVI.LK

075 287 1457