



Provincial Department of Education Northern Province



மாகாணக் கல்வித் திணைக்களம் - வடக்குமாகாணம்

Diagnostic Test– 2021

Health and Physical Education – I,II

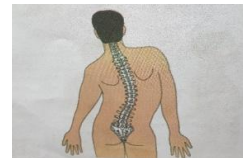
Name / Index No :-.....

Grade : 9

Time:- Two Hours

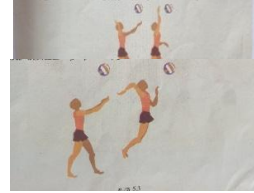
Part 1

1. To live a healthy life we must face challenges. what kind is it?
 1. Physical health
 2. mental health
 3. social health
 4. spiritual health
2. In our community which one is not a health issue?
 - 1.environmental pollution
 - 2.communicable disease
 - 3.Accidents
 4. getting vaccine
- Disturbance in the environment
- Discomfort
3. The above situations how it's happening?
 - 1.Land pollution
 2. water pollution
 3. air pollution
 4. sound pollution
4. What kind of effects do you face true disease?
 1. improved quality of life
 2. feel the peace of mind
 3. decreasing of development of country
 4. increase the job opportunity
5. Who spoke of the hierarchy of human needs?
 1. Masslow
 2. Sigmund Freud
 - 3.Pawlow
 - 4.Athar .c. cler k
6. Which belongs to the self - esteem?
 1. praise, appreciate
 2. love, security
 3. Food, water
 4. air, water
7. In old age which disease occurs by weakness of bone?
 1. Osteoporosis
 2. Rickets
 3. Cancer
 4. Diabetes
8. According to this picture what kind of defect you see?
 1. Scoliosis
 2. Excessive lumbar lordosis
 3. Kyphosis
 4. Flat back
9. Which is not athletic events?
 1. Road race
 2. Race walking
 3. Cross Country race
 4. Chess



10. Picture----- what kind of activity in this picture?

1. Spiking
2. Blocking
3. Defending
4. setting



11. In which game, start with Centre pass?

1. Football
2. Net Ball
3. Volleyball
4. Cricket

12. When defending the ball, the defender how many feet away from the receiver?

1. Two feet
2. Two and a half feet
3. 3 feet
4. 3 and half feet

13. What duration for the football match?

1. 30 minutes
2. 60 minutes
3. 90 minutes
4. 120 minutes

14. In football match in which situation player can get direct goal ?

1. Throw in
2. direct kick
3. corner kick
4. All are correct

15. In football match, bol out of the court through which skill the game is restarted?

1. goal kick
2. first kick
3. corner kicks
4. throw in

16. In which event the non-visual pass done?

1. 4 X 100m
2. 4 X 400m
3. 4 X 800m
4. Mixed relay

17. How far the Baton can change?

1. 20m
2. 30m
3. 10m
4. 15m

18. Which is the wrong steps in the button change?

1. the Baton can exchange directly from hand to hand
2. the button should be carried in the hand throughout the race
3. The Baton should be exchanged only within the Baton exchange zone
4. land should obstructed so that other runners are disturbed

19. What is the correct way in long jump

1. hanging method
2. flying method
3. flying in the air method
4. flop method

20. In which country to get more gold medals in 2020 Olympics?

1. Japan
2. America
3. China
4. India

Part 02

Answer all questions

1.
 - 1) what is Health Promotion?
 - 2) What are the importance of Health Promotion?
 - 3) give three principles in Health?
 - 4) give three benefits in Health Promotion

2.
 - 1) what is the good posture?
 - 2) what are the benefits of maintaining good postures?
 - 3) what are the three health steps we can be taken to avoid deformities postures?

3.
 - 1) What do you mean by organized games?
 - 2) give three Self defense games?
 - 3) what is outdoor education?
 - 4) give three outdoor activities?

4.
 - 1) give three fouls in volleyball spiking?
 - 2) give three protecting methods in netball?
 - 2) Write three methods we should follow in football throw in?
 - 3) give the number of players in the following games?
 - A. Volleyball
 - B. Netball
 - C. Football

5.
 - 1) give the following measurements for the relay Baton?
 - A. Weight
 - B. Length
 - C. Perimeter
 - 2) with the help of running Lane categories the Baton changes?
 - 3) what are the stages in long jump?
 - 4) give three fouls in long jump?

GRADE
6-11

STUDY WITH US..!
ICT
ONLINE CLASSES

இலங்கை முழுவதும் உள்ள மாணவர்களை இணைத்து Google Meet செயலி மூலமாக இணைய வழியில் நடைபெறும் ICT பாட நிகழ்நிலை வகுப்புகள்.

Conducted by
Pathmanathan Pathmaraj
(BIT, B.COM, PGDM, MBA, ACPM, MCP, N+)

TAMIL MEDIUM
ENGLISH MEDIUM

MONTHLY
600/=

Whatsapp ஊடாக எம்மை தொடர்பு கொண்டு வகுப்புகள் தொடர்பான மேலதிக விபரங்களை அறிந்து கொள்ள முடியும்.



075 287 1457



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.

