001849

மாகாணக் கல்வித் திணைக்களம்- வடக்கு மாகாணம்
DEPARTMENT OF EDUCATION-NORTHERN PROVINCE

இரண்டாம் தவணைப் பொதுப் பரீட்சை-2016
SECOND TERM EXAM

தரம் GRADE	09	சுகாதாரமும் உடற்கல்வியும் HEALTH AND PHYSICAL EDUCATION.	நேரம் TIME	2.00 Hours

பகுதி-1

மிகச் சரியான விடையின் கீழ் கோடிடுக.

1. பாரிய கட்டடங்களைக் கட்டுதல் , மரங்களை வெட்டுதல் போன்ற செயற்பாடுகளால் பாதிப்படையும் சூழலின் கூறு எது?
   1.நீர் 2. ஓலி 3. நிலம் 4. காற்று

2. ஆபிரகாம் மாஸ்லோ என்பவரது தேவைகளில் ஒள்றான கணிப்புத் தேவையினுள் உள்ளடங்கும் விடயமாக அமைவது?
   1. தன்னம்பிக்கை 2. உடை 3. பாதுகாப்பு 4. அன்பு

3. அளவில் வித்தியாசமான இரண்டு கயிறுகளை ஒன்றுடன் ஒன்று இணைப்பதற்கு பயன்படுத்தப்படும் முடிச்சு எது?
   1. சதுரக்கட்டு 2. ஆண்முடிச்சு 3. நேர்முடிச்சு 4. துணிக்கட்டு

Education கல்வி அடியாபன

4. நீலநிற அணியானது எதிரணியான சிவப்பு நிற அணிக்கு பந்தினைப் பணித்ததன் மூலம் விளையாட்டினை ஆரம்பித்து இதனுடன் தொடர்புடைய பெருவிளையாட்டு எது?
   1. காற்பந்தாட்டம் 2. வொலிபோல் 3. வுலைப்பந்தாட்டம் 4. கூடைப்பந்தாட்டம்

5. வலைப்பந்தாட்ட மைதானத்தின் நீளம் , அகலம் முறையே சரியானது எது?
   1. 30.5m , 15.25m 2. 15m, 25m 3. 40m, 20m 4.30m ,15m

6. குழந்தைப் பருவத்தின் பிழையான கொண்ணிலையால் ஏற்படக்கூடிய பாதிப்புக்களில் ஒன்றாகக் கருதக்கூடியது ?
   1. தட்டைப்பாதம் 2. ஓட்டகக்கூனல் 3. முட்டும்முழங்கால் 4.பக்கக்கூனல்

7. மாகாணமட்ட விளையாட்டுப் போட்டியில் அஞ்சர் நிகழ்ச்சியில் பங்கு பற்றிய ஓர் அஞ்சலோட்டக்குழு அஞ்ச கோலை வலது கையினாலேயே கொடுத்து வலது கையினாலேயே பெற்று நிகழ்ச்சி முடிவுறும் வரை மார் கொண்டனர் இங்கு இடம் பெற்ற அஞ்சல் கோல் மாற்றம் எது?
   1. உட்பக்கமாக மாற்றும் முறை 2. வெளிப்பக்கமாக மாற்றும் முறை
   3. கலப்பு முறை 4. மேற்கூறிய மூன்றும் சரி

001849

8. முப்பாய்ச்சல் நிகழ்ச்சியில் ஈடுபட்ட மாணவர்களுக்கு கார்வைக்கும் ஒழுங்கு முறைபற்றி செய்து காட்டப்பட்டது. இங்கு சரியான கால்சைக்கம் ஒழுங்கு முறை யாது?

1. இடம் - வலம் - இடம் 2. வலம் - இடம் - வலம்
3. இடம் - வலம் - வலம் 4. வலம் - வலம் - இடம்

9. கீழே குறிப்பிடப்படுகின்ற உயரம் பாய்தல் முறைகளில் மிகச்சிறந்த முறையாகக் கருதப்படுவது எது?

1. பொஸ்பெரி புளப 2. ஸ்ரடில் முறை 3. கத்தரிப்பாய்ச்சல் 4. மேலைத்தேயப் பாய்ச்சல்

10. மோகன் பங்கு பற்றிய எறிதல் நிகழ்சிசி ஒன்றில் கவடுகளைக் குறுக்கே வைக்கும் திறனை மேற் கொண்டான் .அவன் பங்குபற்றிய எறிதல் நிகழ்ச்சி எது?

1. குண்டு 2. தட்டு 3. ஈட்டி 4. சும்மட்டி

11. ஒருவரது உடலில் எப்பருவத்தில் அக, புற மாற்றங்கள் அதிகமாக காணப்படுகின்றது?

1. சிசுப்பருவம் 2. குழந்தைப்பருவம் 3. பிள்ளைப்பருவம் 4. கட்டிளமைப்பருவம்

12. மற்றவர்களது உணர்வுகளைப் புரிந்து கொண்டு அவர்களுக்கு உதவி செய்ய எண்ணும் மனப்பாங்கு பின்வருவனவற்றுள் எது?

1.அன்பு 2. பரிவுணர்வு 3. கோபம் 4. அமைதி

13. போட்டிகளில் பங்கு பற்றும் போட்டியாளர் ஒருவர் பின்பற்ற வேண்டிய பண்புகளில் ஒன்றாக அமைவது.

1. நடுவருடன் மோதலில் ஈடுபடல் 2. நடுவரின் தீர்ப்பை எதிர்த்தல்
3. நடுவரின் தீர்ப்பிற்கு மதிப்பளித்தல் 4. நடுவரை உதாசீனம் செய்தல்

14. றமேஸ் - குறுந்தூர ஓட்ட வீரர், கணேஸ் - நீண்ட தூர ஓட்ட வீரர் ஆவார் .இங்கு குறிப்பிடப்பட்டுள்ள இருவரும் விருத்தி செய்ய வேண்டிய உடற்றகைமைப் பண்புகள் முறையே சரியானது எது?

1. தாங்குதிறன் - பலம் 2. நெகிழும் தன்மை – துரிதம்
3. சக்தி –ஒத்திசைவு 4. வேகம் - தாங்குதிறன்

15. 4x400m அஞ்சல் நிகழ்விற்காகப் பயன்படுத்தப் படும் அஞ்சல் கோலின் நீளம் யாது?

1. 28cm- 30cm 2. 20cm – 28cm 3. 18cm – 28 cm 4. 28cm -38cm

16. குண்டு போடுதல் நிகழ்ச்சியில் 15 வயதுப் பிரிவின் கீழ் ஆண், பெண்களுக்கான குண்டின் நிறை முறையே சரியானது எது?

1. 5kg – 5kg 2. 4kg -4kg 3. 6kg -5kg 4. 7kg – 6kg

17. கீழே குறிப்பிடப்பட்டுள்ளவற்றுள் சுவட்டு நிகழ்ச்சி எது?

1. நீளம் பாய்தல் 2. ஊயரம் பாய்தல் 3. சுட்டவேலி 4. தட்டெறிதல்

kalvi.lk

18. உலக போதைப்பொருள் ஒழிப்பு தினம் எப்போது அனுட்டிக்கப்படுகின்றது.

1. மே -31 2. டிசம்பர் -01 3. ஒக்டோபர் -03 4. பங்குனி -24

19. தற்போது மக்களிடையே தொற்றாத நோய் அதிகமாகக் காணப்பட்டு வருகிறது அவ்வாறான நோய்களில் ஒன்று எது?

1. தொண்டைக்கழலை 2. நீரிழிவு 3. வாந்திபேதி 4. டெங்கு

20. 20 . 2016 ஆம் ஆண்டில் ஒலிம்பிக் போட்டி நடைபெறும் நகரமும் இ நாடும் முறையே எது?

1. டெல்லி -இந்தியா 2. சிட்னி – அவுஸ்திரேலியா

3. நியூயோர்க் - அமெரிக்கா 4. ரியோ – பிரேசில்

(20x2 = 40 புள்ளிகள்)

பகுதி 11

எல்லா வினாக்களுக்கும் விடை எழுதுக.

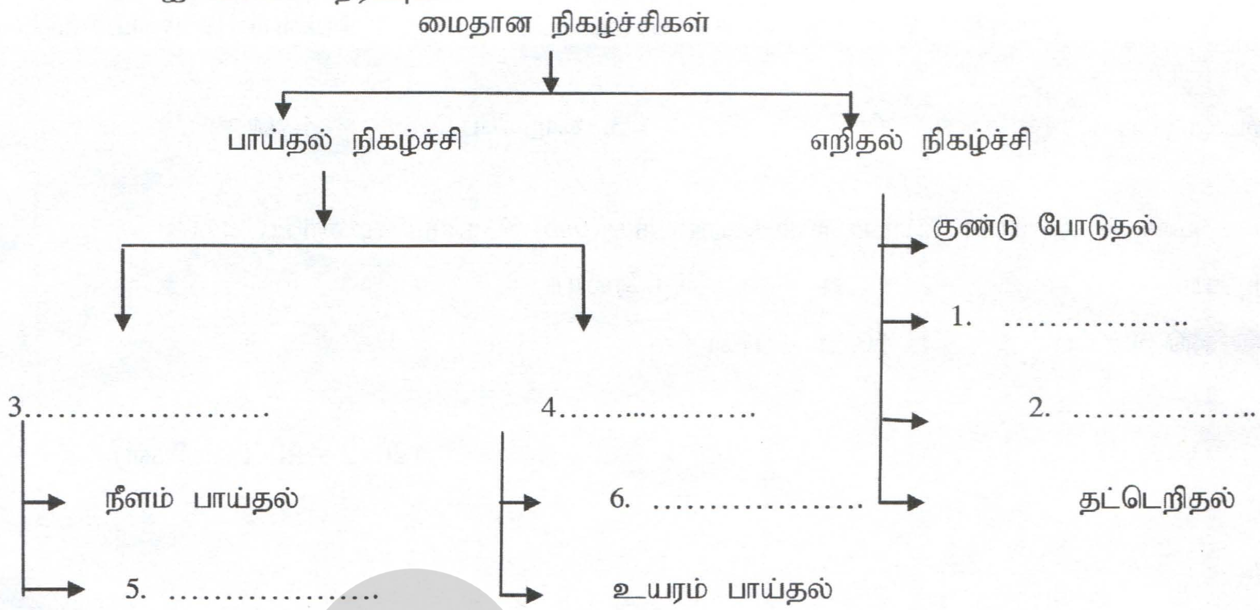
1) கண்ணகி வித்தியாலயத்தில் தரம் 09 இல் கல்வி கற்கும் மாணவர்களுக்காக தலைமைத்துவப் பயிற்சி ஒன்றினை அப்பாடசாலையின் அனுமதியுடன் உடற்கல்வி ஆசிரியர் ஏற்பாடு செய்திருந்ததோடு பெற்றோர்கள் மற்றும் பழைய மாணவர்களது ஒத்துழைப்பையும் பெற்றுக் கொண்டனர். இப்பயிற்சியில் கலந்து கொண்ட மாணவர்கள் குழுச்செயற்பாடுகளிலும், உடற்பயிற்சிச் செயற்பாடகளிலும், ஏனைய சிறு பெரு விளையாட்டுக்களிலும் ஈடுபட்டனர் இவர்களுக்கு சிற்றுண்டிகளும், இலைக்கஞ்சியும் வழங்கப்பட்டதோடு மதிய உணவாக குழைசாதமும் வழங்கப்பட்டது. செயலமர்வின் இறுதியில் ஆடல், பாடல், பேச்சு, நாடகம் போன்றவற்றிலும் சிறப்பாக ஈடுபட்டு மகிழ்ச்சியுடன் காணப்பட்டார்கள்.

1. இங்கு மாணவர்களது நலனில் அக்கறை கொண்ட இருவரைக் குறிப்பிடுக? (2 புள்ளி)
2. இங்கு குறிப்பிட்ட சமூக சுகாதாரப்பண்புகள் 2 தருக ? (2 புள்ளி)
3. இங்கு மாணவர்களுக்கு வழங்கப்பட்ட கலப்புணவுகள் 2 தருக ? (2 புள்ளி)
4. கலப்புணவு என்றால் என்ன ? (2 புள்ளி)
5. மாணவர்களால் விளையாடக்கூடிய சிறுவிளையாட்டுக்கள் 3 தருக ? (3 புள்ளி)
6. மாணவர்களால் விளையாடக்கூடிய பெருவிளையாட்டுக்கள் 3 தருக ? (3 புள்ளி)
7. இங்கு இடம் பெற்ற மாணவர்களை மகிழ்ச்சியூட்டும் செயற்பாடுகள் 3குறிப்பிடுக ? (3 புள்ளி)
8. இத் தலைமைத்துவப் பயிற்சியின் மூலம் மாணவர்களிடம் விருத்தியடையும் பண்புகள் 3 குறிப்பிடுக ? (3 புள்ளி)

kalvi.lk

2) "மெய்வல்லுனர் விளையாட்டுக்களின் பிரிவுகளில் சுவட்டு, மைதான நிகழ்ச்சிகள் உள்ளடங்குகின்றன"

1. இடைவெளி நிரப்புக.



2. முப்பாச்சல் நிகழ்ச்சிகளின் 3 படிமுறைகளும் எவை? (2 புள்ளி)

3. பொஸ்பரி புளப் முறையின் 4 திறன்களும் எவை ? (2 புள்ளி)

3) "சிறந்த போசாக்கான உணவுகளை உட் கொள்வதன் மூலம் ஆரோக்கியமாக வாழ முடியும்"

1. எமது உடலுக்குத் தேவையான போசணைக் கூறுகள் எவை ? (4 புள்ளி)
2. உணவை உட்கொள்வதால் எமக்குக் கிடைக்கும் பயன்கள் 2 தருக? (2 புள்ளி)
3. ஊட்டத் தேவைகள் வேறுபடுவதற்கான காரணிகள் 2 தருக ? (2 புள்ளி)
4. ஊட்டத் தேவையில் விசேட கவனம் செலுத்த வேண்டிய நபர்கள் இருவரைக்குறிப்பிடுக (2 புள்ளி)

4) ஒழுங்கமைக்கப்பட்ட விளையாட்டில் ஈடுபடுவதன் மூலம் அதன் திறன்களை அறிந்து கொள்ள முடியும்"

1. காற்பந்தாட்டத்தில் உதைத்தல் முறைகள் 2 தருக? (2 புள்ளி)
2. காற்பந்தாட்டத்தில் மத்திய உதை நடைபெறும் சந்தர்ப்பங்கள் 2 தருக (2 புள்ளி)
3. வலைப்பந்தாட்டத்தில் உள்ள விறன்கள் எழுதுக ? (3 புள்ளி)
4. வொலிபோல் மைதானத்தினை அதன் அளவுப்பிரமாணத்துடன் வரைக? (3 புள்ளி)

5) " நாம் எப்போதும் ஒழுக்க விழுமியங்களைப் பேணிச் செயற்பட வேண்டும் "

1. விளையாட்டுக்கள் நடைமுறைப்படுத்தப்படும் போட்டி மட்டங்கள் 3 தருக? (3புள்ளி)
2. விளையாட்டுக்களால் ஈடுபடும் ஒருவர் கொண்டுள்ள சிறப்பியல்புகள் 3 தருக? (3 புள்ளி)
3. வினைத்திறனை தொடர்பாடலிற்கு விருத்தி செய்து கொள்ள வேண்டிய ஆற்றல்கள் 3 தருக? (4 புள்ளி)

Education கல்வி அடியாகை
kalvi.lk

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