



Zonal Education Office - Vadamaradchy
Third Term Exam - 2023 (2024)



Grade - 06

Health and Physical Education

Time : 02 Hours

Select the appropriate answer and underline it.

- 1) A healthy person should have the following quality.
(1) Inter personal relationship (2) Activeness
(3) Observing meditation (4) Unethical
- 2) The colour the borderline of a BMI table of a person of average weight denotes.
(1) Reddish yellow (2) Light violet
(3) Green (4) Violet
- 3) The posture when the national song is sung.
(1) Standing at ease (2) being attentive
(3) stand ease (4) stand at attention
- 4) The number of players in a football team?
(1) 11 persons (2) 15 persons
(3) 09 persons (4) 12 persons
- 5) What nutrient is essential for the protection of eye.
(1) Protein (2) vitamin A (3) calcium (4) carbohydrate
- 6) Which vitamin is synthesized by skin.
(1) A (2) B (3) C (4) D
- 7) Which cannot be considered the basic need of a person.
(1) food (2) wind (3) water (4) Jewellery
- 8) Which game is played singly or in group for pleasure during leisure time.
(1) lead up games (2) major games
(3) minor games (4) comedy games
- 9) Ability to do something within a lesser duration of time?
(1) strength (2) speed (3) co-ordination (4) Endurance
- 10) The mineral found in toothpaste protect teeth.
(1) chloride (2) fluoride (3) Iodine (4) sodium

(10x 2 =20 marks)

02) Fill in the blanks put the suitable words.

(Vitamin, boiled gram, white blood corpuscles, stunting, diarrhoea)

- 1) One of the communicable disease
- 2) caused natural immunity in our body.
- 3) protect from diseases our body.
- 4) Not having the suitable height for the age
- 5) are healthy snacks.

(5x 2 = 10 marks)

03) Mark Right (✓) or wrong (X)

- 1) Gymnastic exercise is one of the example for strength ()
- 2) Develops goitres due to iodine deficiency ()
- 3) Our ability to engage in daily routine activitio effectively is called physical fitness ()
- 4) Protein is essential for the growing children. ()
- 5) Rules and Regulations are important for the protection of players. ()

(5x 2 = 10 marks)

Part - II

Answer all questions.

I) " Let us lead a healthy life following the good food habits"

- 1) Give two nutrients found in food, mentioning ther functions?
- 2) Give two things to be considered when obtaining healthy food?
- 3) Give two problems that may arise due to undernutrition.
- 4) Give two mixed foods?
- 5) Give the diseases caused by the deficiency of the following nutrients?
i) Iron ii) vitamin A iii) Iodine iv) calcium

(5 x 2 = 10 marks)

II) “ Let us protect our body from diseases”

- 1) What are the sensory Organs?
- 2) Give two actions to be taken to maintain the health of our eye.
- 3) Give two functions performed by the skin.
- 4) Give the types of teeth.
- 5) Give two habits to be followed to protect our teeth?

(5 x 2 = 10 marks)

III) “ Let us maintain physical fitness for a healthy life”

- 1) How many types of fitness are there? what are they.
- 2) Give four features of physical fitness.
- 3) Give two activities that can develop physical fitness.
- 4) Give two activities that are rhythmic.
- 5) Give two benefits you may get when performing rhythmic actions.

(5 x 2 = 10 marks)

IV) “maintaining emotional balance is a symbol of mental well being.”

- 1) What do you mean by emotions?
- 2) Give two factors that influence emotions.
- 3) Give one example each for both good and bad.
- 4) Give two important reasons for maintaining emotional balance.
- 5) Give two activities that will reduce emotions.

(5 x 2 = 10 marks)

V) “ Let us facing challenges that come accross in our day to day life”

- 1) What are the main types of diseases?
- 2) Give two non - communicable diseases?
- 3) Give two reasons for the non - communicable diseases?
- 4) What steps to be taken to keep the environment peaceful?
- 5) Give four challenge that we face in our day to day life?

(5 x 2 = 10 marks)

VI) “ Let us engage in games spending leisure time happily”

- 1) Give two organized games?
- 2) Give two minor games?
- 3) Give two skills of the game volleyball?
- 4) What is the length and width of the volleyball court?
- 5) Give two benefits gained by engaging in game activities?

(5 x 2 = 10 marks)

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

850/= Monthly

ENGLISH MEDIUM

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 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.



Viber
Community



Whatsapp
Channel



Facebook
Page