T/KIN/MUSLIM LADIES COLLEGE (National School)

Grade 7

முதலாம் தவணை மதிப்பீடு–2020

நேரம் 2Hrs

சுகாதாரமும் உடற்கல்வியும் - I-II

பகுதி - 1

எல்லா வினாக்களுக்கம் விடை தருக?
சரியான விடையின் கீழ் கோடிடுக?

1. பௌதீகச் சூழலின் இயல்புகளில் ஒன்று ?
   (1) பாதுகாப் (2) ஓய்வு (3) சுத்தமான குடிநீர் (4) தொடர்பாடல்
2. 3R முகாமைத்துவம் என்பது?
   (1) பாவணையைக் குறைத்தல் (2) மீள் பாவணைக்கு உற்படுத்தல்
   (3) மீள் சுழற்சிக்கு உற்படுத்தல் (4) மேற் கூறிய யாவும் சரி
3. மனிதன் உயிர் வாழ்வதற்கு அவசியமான அடிப்படைத் தேவைகள்?
   (1) அன்பு, வளி, நீர் (2) அன்ப, பாதுகாப்பு, உணவு
   (3) வளி, நீர், உணவு (4) ஓய்வு, வீடு, உணவு
4. பின்வருவனவற்றுள் வெளிச்சமூகத்தினராகக் கருதக் கூடியவர்கள் ?
   (1) பெற்றோர் (2) சகோதர சகோதரிகள்
   (3) பாட்டன், பாட்டி (4) சமவயதுக் குழுக்கள்
5. கிராமிய விளையாட்டுக்களில் ஒன்று ?
   (1) எவ்லே (2) மட்டைப் பந்து விளையாட்டு
   (3) வலைப் பந்து (4) நீளம் பாய்தல்
6. உள்ளக விளையாட்டுக்களில் உபகரணங்களுடன் ஆடப்படும் விளையாட்டு ?
   (1) பன்னிரெண்டாட்டம் (2) பிள்ளையார் கட்டை
   (3) தீ மிதித்தல் (4) கைகளை ஒழித்தல்
7. வொலிவோல் விளையாட்டின் திறன்கள் ?
   (1) 4 (2) 5 (3) 6 (4) 7
8. வொலிபோல் விளையாட்டில் பந்து பணித்தல் முறைகள் எத்தனை வகைப்படும் ?
   (1) 2 (2) 3 (3) 4 (4) 5
9. வலைப்பந்தாட்டத்தின் திறன்களில் ஒன்று ?
   (1) பணித்தல் (2) பாதச் செயற்பாடு (3) அறைதல் (4) உதைத்தல்
10. காற்பந்தாட்டத்தில் உற்பாத உதை பயன்படுத்தும் சந்தர்ப்பங்களில் ஒன்றாகக் கருதக் கூடியது ?
    (1) தொலைவில் உள்ள வீரனுக்கு பந்தை அனுப்புதல் (2)நிறுத்தப்பட்ட பந்தினை வேகமாக உதைத்தல்
    (3) பந்து வெளிச் செல்லல் (4) பேற்றுக்கு உதைத்தல்

சரியாயின் ( ) எனவும் பிழையாயின் ( ) எனவும் அடையாளமிடுக?

11. பௌதீகச் சூழலில் காணப்படும் அம்சங்களில் சுகநலப் பாதுகாப்பு வசதிகளும் ( ) உள்ளடங்குகின்றது
12. அன்பும் காப்பும் சிறுவயதில் மாத்திரம் தேவையானதாகும் ( )
13. வெளியக விளையாட்டுக்களில் கோலாட்டமம் ஒன்றாகும் ( )
14. ஒழுங்கமைத்தல் வொலிபோல் விளையாட்டின் திறனாகும் ( )
15. உளத்தேவைகள் நிறைவேற்றப்படாவிடின் அவை கற்றலில் பாதிப்பை ஏற்படுத்தாது ( )

www.lkedu.lk

பொருத்தமான முறையில் தொடர்புபடுத்துக?

16. பாதுகாப்பு	A. அயலவர்கள்
17. வெளிச் சமூகத்தினர்	B. அறைதல்
18. உள்ளக விளையாட்டு	C. உளச் சூழல்
19. வொலிபோல்	D. காற்பந்து
20. சொட்டிச் செல்லல்	E. தாயம் போடுதல்

(20 x 2 = 40 புள்ளிகள்

பகுதி – 11

01. 1. சுகாதார மேம்பாடு என்றால் என்ன?

……..

……..

……..

2. ஆரோக்கியமான சமூகச் சூழலின் இயல்புகள் 4 தருக?

……

……

……

……..

3. குடும்பச் சுகாதார மேம்பாட்டிற்கென மேற்கொள்ளப்படத்தக்க நடவடிக்கைகள் 2 தருக?

……

……

(4 x 3 = 12 புள்ளிகள்)

02. 1. எமக்கு அன்பையும், பாதுகாப்பையும் வழங்கும் வெளிச் சமூகத்தினர் இருவரைத் தருக?

……

……

2. அன்பையும், பாதுகாப்பையும் பெறுவதற்கு உங்களால் சமூகத்திற்கு ஆற்றப்படவேண்டிய பொறுப்புக்களும் கடமைகளும் 4 தருக?

……

……

……

……

3. அன்பும் பாதுகாப்பும் கிடைக்காத போது ஏற்படும் விரும்பத்தகாத விளைவுகள் 4 தருக?

……

……

……

……..

(4 x 3 = 12 புள்ளிகள்)

www.lkedu.lk

03. 1. கிராமிய விளையாட்டுக்களின் முக்கியத்துவங்கள் 2 தருக?

……

……

2. கிராமிய விளையாட்டுக்களின் பொதுப் பண்புகள் 4 தருக?

……

……

……

……

3. புதுவருட பிறப்புக் காலத்தில் விளையாடப்படும் கிராமிய விளையாட்டுக்கள் 4 தருக?

……

……

……

……

(4 x 3 = 12 புள்ளிகள்)

04. 1. வொலிபோல் விளையாட்டின் திறன்கள் 4 தருக?

……

……

……

……

2. வொலிபோல் விளையாட்டில் பந்து பணித்தல் முறைகளைத் தருக?

……

……

……

……

3. வொலிபோல் விளையாட்டில் கீழ் கையால் பெற்றுக் கொள்ளளின் மூன்று படிமுறைகளையும் தருக?

……

……

……

(4 x 3 = 12 புள்ளிகள்

05. 1. வலைப்பந்தாட்டத்தின் திறன்கள் 2 தருக?

……

……

2. பாதச் செயற்பாட்டுக்காக மேற்கொள்ளக் கூடிய வெவ்வேறு செயற்பாடுகள் 2 தருக?

……

……

3. காற்பந்தாட்டத்தின் திறன்கள் 4 தருக?

……

……

……

……

(4 x 3 = 12 புள்ளிகள்)

www.lkedu.lk