



வலயக்கல்வி அலுவலகம் - வவுனியா வடக்கு

இரண்டாம் தவணைப் பரீட்சை - 2022

சுகாதாரமும் உடற்கல்வியும்

தரம்: 08

நேரம் - 2.00 மணித்தியாலம்

பகுதி I

● பொருத்தமான விடையின் கீழ்க் கோடிடுக.

- 01) சுகாதாரம் என்பது?
 1. உடல், சமூகம்
 2. உள்ளம், சமூகம்
 3. சமூகம் ஆன்மீகம்
 4. உடல், உள்ளம், சமூக ஆன்மீகம்
- 02) மானுடத் தேவைகளில் ஒன்று?
 1. ஆன்மீகம்
 2. கௌரவம்
 3. உடல்
 4. சுயகௌரவம்
- 03) அகக்காரணிகளில் ஒன்று?
 1. கணனி அறிவு
 2. நடனமாடுதல்
 3. பாடுதல்
 4. தன்னம்பிக்கை
- 04) ஆரோக்கியமான பாடசாலை ஒன்றில் காணப்பட வேண்டிய அம்சங்களாவன?
 1. சிற்றுண்டிச்சாலை, நீர்விநியோகம்
 2. பாடசாலைக் கட்டிடங்கள்
 3. தூயவளி சுத்தமான குடிநீர்
 4. பௌதீகச்சூழல், உளச்சூழல், சமூகச்சூழல்
- 05) தொற்றும் நோய்களில் ஒன்று?
 1. உயர்குருதியழுக்கம்
 2. மாரடைப்பு
 3. புற்று நோய்
 4. கொரோனா
- 06) சுகாதார மேம்பாட்டின் கருப்பொருள்
 1. உடல் விருத்தி
 2. சமூக வளர்ச்சி
 3. தனியாள் தேர்ச்சி மற்றும் அறிவு விருத்தி
 4. போசணைமிக்க உணவு
- 07) கழிவு முகாமைத்துவ தொட்டியில் போத்தல் கண்ணாடிபோடும் தொட்டியின் நிறம் என்ன?
 1. பச்சை
 2. சிவப்பு
 3. நீலம்
 4. மஞ்சள்
- 08) கைகழுவும் முறைகள் எத்தனை?
 1. 09
 2. 07
 3. 06
 4. 05
- 09) 5 S எண்ணக்கரு எந்த நாட்டின் எண்ணக்கருவாகும்?
 1. ஜப்பான்
 2. அமெரிக்கா
 3. அவுஸ்ரேலியா
 4. சீனா
- 10) PHM என்பவர்
 1. சுகாதார வைத்திய அதிகாரி
 2. குடும்பநல சுகாதார அதிகாரி
 3. விவசாய போதனா ஆசிரியர்
 4. குடும்பநல சுகாதார தாதியர்

- 11) அணிநடைக் கொண்ணிலையில் 180 பாகை திரும்புவது
 1. பின்திரும்புதல்
 2. வலந்திரும்புதல்
 3. இடந்திரும்புதல்
 4. இரண்டுபக்கமும் திரும்புதல்
- 12) கரப்பந்தாட்ட மைதானத்தின் நீள அகலம் யாது?
 1. 09M, 14M
 2. 09M, 17M
 3. 18M, 09M
 4. 09M, 18M
- 13) வலைப்பந்தாட்டத்தில் ஒரு அணியில் விளையாடும் வீரர்களின் எண்ணிக்கை யாது?
 1. 08 பேர்
 2. 07 பேர்
 3. 06 பேர்
 4. 09 பேர்
- 14) பாய்தல் எத்தனை வகைப்படும்?
 1. 02
 2. 03
 3. 04
 4. 05
- 15) காற்பந்தாட்ட திறன்களில் ஒன்று
 1. ஓடிவந்து அடித்தல்
 2. அணுகியடித்தல்
 3. முன்னால் அடித்தல்
 4. தலையால் அடித்தல்
- 16) வழி விளையாட்டின் விசேட இயல்புகளில் ஒன்று
 1. விதிமுறைகள் எளிமையானவை
 2. சட்டதிட்டம் கிடைக்கும்
 3. உபகரணங்கள் தேவை
 4. பெரிய இடம் தேவை
- 17) பதுங்கிப்புறப்பாட்டின் போது நிலத்தைத் தொடும் அங்கங்கள் எத்தனை?
 1. 06
 2. 02
 3. 03
 4. 05
- 18) பதுங்கிப்புறப்பாட்டில் அடங்கும் நிகழ்ச்சித் தொகுதி
 1. 400M, 800M
 2. 400M, 100M
 3. 400M, 1500M
 4. 400M நீளம் பாய்தல்
- 19) அணிநடையில் பங்குபற்றும் வீரர்களின் எண்ணிக்கை யாது?
 1. 25 பேர்
 2. 26 பேர்
 3. 24 பேர்
 4. 23 பேர்
- 20) முதன் முதலில் ஒலிம்பிக் போட்டியில் இலங்கையில் வெள்ளிப் பதக்கம் பெற்ற வீராங்கனையின் பெயர் யாது?
 1. ஜெயசங்க சுசந்திகா
 2. வீரசிங்க சுசந்திகா
 3. சுசந்திகா ஜயசிங்க
 4. சுசந்திகா வீரசிங்க

(20 × 2 = 40 புள்ளிகள்)

● **கீறிட்ட இடத்தை நிரப்புக.**

- 01) அ) அடிப்படைத்தேவைகளுள் ஒன்றாகும்.
 ஆ) இடந்திரும்பும் போது பாகை திரும்புதல் வேண்டும்.
 இ) கரப்பந்தாட்ட விளையாட்டில் பேர் விளையாடலாம்.
 ஈ) சொட்டி அனுப்பும் முறையானது விளையாட்டின் திறனாகும்.
 உ) பதுங்கிப்புறப்பாட்டுக் கட்டளைகள் ஆகும்.

(5 × 2 = 10 புள்ளிகள்)

● **தொடர்பு படுத்துக.**

- 02) 1. 4 × 100m களைப்பைத்தாங்கும் ஆற்றல்
 2. தூய வளி Runing A
 3. அணிநடை அஞ்சல் ஓட்டம்
 4. ஓட்டஅப்பியாசம் பௌதீகச்சூழல்
 5. உடற்றகைமை 25

(5 × 2 = 10 புள்ளிகள்)

பகுதி - II

● **எல்லா வினாக்களுக்கும் விடை எழுதுக**

- 01) 1. ஆண் இனப்பெருக்கத்தொகுதியின் உறுப்புக்கள் 02 தருக?
 2. கருக்கட்டல் என்றால் என்ன?
 3. பெண் இனப்பெருக்க உறுப்புக்கள் 02 தருக?
 4. பாலியல் துஸ்பிரயோகத்திற்கு ஆளாகுவதால் ஏற்படக்கூடிய பிரச்சனைகள் 4 தருக?

(4 × 5 = 20 புள்ளிகள்)

- 04) 1. பாய்தல் நிகழ்ச்சி எத்தனை வகைப்படும் அவை எவை?
 2. நீளம் பாயதலின் படிமுறைகள் 02 எழுதுக?
 3. நீளம் பாய்தலுக்குரிய பயிற்சி செயற்பாடுகள் 3 எழுதுக?

(4 + 4 + 2 = 10 புள்ளிகள்)

- 05) 1. அணிநடையின் திரும்புதல் கொண்ணிலையினை எழுதுக?
 2. அணியில் நடக்கும் பிரதான இரண்டு வகைகளையும் எழுதுக?
 3. அணிநடையில் இருபத்தைந்து பேரையும் ஆங்கிலத்தில் எவ்வாறு அழைப்பர்?
 4. மரியாதை அணிவகுப்பின் வரிசையினை கீறிக்காட்டுக?

(4 + 2 + 1 + 3 = 10 புள்ளிகள்)