

மூன்றாம் பருவத்தேர்வு - 2024

A

வகுப்பு : 7

தொகுத்தறி மதிப்பீடு - உடற்கல்வி

காலம் : 1 மணி

மதிப்பெண்கள் : 40

I. சரியான விடையைத் தேர்ந்தெடுத்து எழுதுக.

5 x 1 = 5

- ஒரு மனிதனின் சராசரி இதயத் துடிப்பு ஒரு நிமிடத்திற்கு _____ ஆகும்.
அ) 80-95 துடிப்புகள் ஆ) 70-75 துடிப்புகள் இ) 110-120 துடிப்புகள் ஈ) 90-100 துடிப்புகள்
- 'Halt' எனும் வார்த்தை _____ உடன் தொடர்புடையது.
அ) யோகா ஆ) அணிநடைப்பயிற்சி இ) செயற்கள பயிற்சி ஈ) மட்டைப்பந்து
- கால்பந்து விளையாட்டில் மொத்த வீரர்களின் எண்ணிக்கை _____ ஆகும்.
அ) 16 ஆ) 12 இ) 14 ஈ) 18
- கபடி விளையாட்டில் போனஸ் புள்ளி பெறுவதற்கு எதிரணியில் குறைந்தபட்சம் _____ வீரர்கள் இருக்க வேண்டும்.
அ) 7 ஆ) 5 இ) 6 ஈ) 3
- ஹாலாசனாவின் இறுதி நிலை _____ போன்றது.
அ) ஏர்க்கலப்பை ஆ) தாமரை இ) வில் ஈ) சக்கரம்

II. கோடிட்ட இடத்தை நிரப்புக.

5 x 1 = 5

- 2024 கேலோ இந்தியா போட்டிகள் நடைபெற்ற மாநிலம் _____.
- கூடைப் பந்தின் நிறம் _____.
- சந்தோஷ கோப்பையுடன் தொடர்புடைய விளையாட்டு _____.
- ஒலிம்பிக் கொடியில் உள்ள வளையங்களின் எண்ணிக்கை _____.
- "ஆசனங்களின் இராணி" என அழைக்கப்படும் ஆசனம் _____.

III. சரியா/ தவறா ?

5 x 1 = 5

- சாய்னா நேவால் இறகுபந்து விளையாட்டுடன் தொடர்புடையவர்.
- "OFFSIDE" எனும் வார்த்தை டென்னிஸ் விளையாட்டுடன் தொடர்புடையது.
- சதுரங்கத்தில் "YOUNGEST GRANDMASTER" என்னும் பட்டத்தை, 2022 - ஆம் ஆண்டு பெற்றவர் பிரக்ஞானந்தா.
- விட்டமின் 'A' குறைபாட்டால் மாலைக்கண் நோய் பாதிப்பு ஏற்படுகிறது.
- 2024 - ஆம் ஆண்டில் ஒலிம்பிக் போட்டிகள் பிரான்ஸ் நாட்டில் நடைபெற உள்ளது.

IV. பொருத்துக.

5 x 1 = 5

- தயாச்சந்த - வலப்பக்கம் திரும்புதல்
- 4 x 100 மீ தொடரோட்டம் - பாடுதல்
- கபடி - 4 நபர்கள்
- சூரியநமஸ்காரம் - வளைகோல்பந்து
- அணிநடைப்பயிற்சி - 12 நிலைகள்

V. ஏதேனும் ஐந்து வினாக்களுக்கு விடையளி

5 x 2 = 10

- யோகா பயிற்சி செய்வதனால் ஏற்படும் நன்மைகள் எவையெனும் இரண்டு கூறுக.
- கூடைப்பந்து விளையாட்டின் அடிப்படைத் திறன்கள் நான்கு கூறுக.
- ஆரோக்கியமான உணவு பழக்க வழக்கங்கள் என்றால் என்ன?
- "4 x 100 மீ தொடரோட்டம்" - சிறு குறிப்பு வரைக.
- கூட்டுப்பயிற்சியின் நன்மைகள் ஏதேனும் நான்கு கூறுக.
- ஏதேனும் இரண்டு சிறு விளையாட்டின் பெயர்களை எழுதுக.
- ஏதேனும் இரண்டு தொற்று நோய்களின் பெயர்களை எழுதுக.

VI. விரிவான விடையளி.

2 x 5 = 10

- வளையப்பந்து விளையாட்டு ஆடுகளத்தின் படம் வரைந்து அளவுகளைக் குறிக்கவும்.
- உனது பள்ளியில் நடைபெற்ற விளையாட்டு விழாவைப் பற்றி விரிவாக எழுதுக.