A 7001

സമഗ്ര ശിക്ഷാ, കേരളം

പാദവാർഷിക മൂല്യനിർണയം 2019-20

ആരോഗ്യകായികവിദ്യാഭ്യാസം, കലാവിദ്യാഭ്യാസം, പ്രവൃത്തി പഠനം

ക്ലാസ്സ് : 7

സമയം: 2 മണിക്കൂർ

പൊതുനിർദേശങ്ങൾ

- ആരോഗ്യ കായിക വിദ്യാഭ്യാസം, കലാവിദ്യാഭ്യാസം, പ്രവൃത്തി പഠനം എന്നീ വിഷയങ്ങളെ മൂന്നു വിഭാഗങ്ങളായിട്ടാണ് ചോദ്യപേപ്പറിൽ ക്രമീകരിച്ചിട്ടുള്ളത്.
- ഓരോ വിഭാഗത്തിനും 15 സ്കോർ വീതം.
- ആദ്യത്തെ 15 മിനിട്ട് സമാശ്വാസ സമയമാണ്.
- മൂന്ന് വിഭാഗത്തിന്റെയും ഉത്തരങ്ങൾ പ്രത്യേകം പേപ്പറിൽ എഴുതി നൽകേണ്ടതാണ്. അവയിലെല്ലാം പേര്, വിഷയം, ക്ലാസ്സ്, ഡിവിഷൻ, റോൾ നമ്പർ എന്നീ വിവരങ്ങൾ രേഖപ്പെടുത്തണം.

ആരോഗ്യകായിക വിദ്യാഭ്യാസം

1 മുതൽ 5 വരെയുള്ള ചോദ്യങ്ങളിൽ നാലെണ്ണത്തിന് ഉത്തരമെഴുതുക

1. ശാരീരിക ക്ഷമതയും പൂർണ ആരോഗ്യവും നിലനിർത്തുന്നതിനായി ചെയ്യുന്ന കായിക പ്രവർത്തനമാണ്
   (ഉറക്കം, വ്യായാമം, വിനോദം, ദിനചര്യ)
2. ശരീരഘടനയെ അടിസ്ഥാനമാക്കി മനുഷ്യശരീരത്തെ മൂന്നായി തരംതിരിച്ച അമേരിക്കൻ ശാസ്ത്രജ്ഞനാണ്.
   (സിഗ്മെണ്ട് ഫ്രോയിഡ്, ഐസക് ന്യൂട്ടൺ, വില്യം ഗുണ്ടർട്ട്, ഹെർബർട്ട് ഷെൽഡൺ)
3. അസ്ഥികളുടെ ബലക്ഷയംമൂലമുണ്ടാകുന്ന രോഗമേത് ?
   (പക്ഷാഘാതം, ക്യാൻസർ, ഹൃദയാഘാതം, ഓസ്റ്റിയോപോറോസിസ്)
4. ദിവസവും രാവിലെ മുതൽ രാത്രിവരെയുള്ള കൃത്യതയോടുള്ള പ്രവർത്തനങ്ങളാണ്
   (വ്യായാമം, ദിനചര്യ, കായികക്ഷമത, ആരോഗ്യം)
5. എൻഡോമോർഫ് ശരീരപ്രകൃതിയുള്ളവർക്ക് യോജിച്ച കായികയിനം ഏത്?
   (ത്രോ ഇവന്റ്സ്, 100 മീറ്റർ, ലോങ്ജമ്പ്, സ്വിമ്മിംഗ്)

6 മുതൽ 10 വരെയുള്ള ചോദ്യങ്ങളിൽ ഏതെങ്കിലും നാലെണ്ണത്തിന് ഉത്തരമെഴുതുക.

6. ശരീര പ്രകൃതിയുടെ അടിസ്ഥാനത്തിൽ മനുഷ്യശരീരത്തെ എത്രയായിതരംതിരിക്കുന്നു ? അവ ഏതെല്ലാം?
7. വ്യായാമം എന്നാലെന്ത്?

8. ചിത്രത്തിലെ കായിക താരങ്ങൾ ഏതു ശരീരഘടനാവിഭാഗത്തിൽ പെടുന്നുവെന്ന് എഴുതുക?

ചിത്രം : എ

ചിത്രം : ബി

9. വ്യായാമത്തിൽ ഉൾപ്പെടുത്താവുന്ന ഏതെങ്കിലും നാല് വ്യായാമമുറകൾ എഴുതുക?

10. മീസോമോർഫ് അല്ലെങ്കിൽ അത്‌ലറ്റിക്ക് ടൈപ്പ് ശരീരഘടനയുള്ളവരുടെ പ്രധാന പ്രത്യേകതകൾ എഴുതുക?

11 മുതൽ 12 വരെയുള്ള ചോദ്യങ്ങളിൽ ഒരെണ്ണത്തിന് ഉത്തരമെഴുതുക

11. കുട്ടിക്കാലത്ത് വ്യായാമത്തിൽ ഏർപ്പെട്ടാൽ ലഭിക്കുന്ന ഗുണങ്ങൾ എന്തെല്ലാം?

12. നിങ്ങളുടെ ഒരു ദിവസത്തെ ദിനചര്യചാർട്ട് തയാറാക്കുക?

കലാവിദ്യാഭ്യാസം

1 മുതൽ 6 വരെയുള്ള ചോദ്യങ്ങളിൽ നാലെണ്ണത്തിന് ഉത്തരമെഴുതുക.

1. ഒരു കുട്ടി ഓടുന്ന ചിത്രമാണ് വരയ്ക്കേണ്ടത് . ഇടതുകൈ മുന്നിലേക്ക് വരച്ചപ്പോൾ സംശയമായി, ഇടതുകാൽ മുന്നിലേക്കാണോ, പിന്നിലേക്കാണോ വരയ്ക്കേണ്ടത് ?
   (മുന്നിലേക്ക്, പിന്നിലേക്ക്, ഇടത്തോട്ട്, വലത്തോട്ട്)

2. ഒരു വസ്തുവിനെ നമുക്കുകാണാൻ കഴിയുന്നത് ഏതുഘടകത്തിന്റെ സഹായത്താലാണ് ?
   (ഇരുട്ട്, വെളിച്ചം, നിഴൽ, വലുപ്പം)

3. പ്രധാന താളങ്ങൾ എത്രവിധം ?
   (അഞ്ച്, പത്ത്, ഏഴ്, മൂന്ന്)

4. ദക്ഷിണേന്ത്യൻ സംസ്ഥാനങ്ങളിൽ ഏറെ പ്രചാരമുള്ള സംഗീത ശാഖ ?
   (കർണാടക സംഗീതം, ഹിന്ദുസ്ഥാനി സംഗീതം, ബാവുൽ സംഗീതം, അഷ്ടപദി)

5. നിശ്ചിത ഗാനങ്ങൾക്കൊത്ത് സംഘമായി ഒരുമയോടെ അവതരിപ്പിക്കുന്ന നൃത്ത രൂപം?
   (ഓട്ടൻതുള്ളൽ, ചാക്യാർകൂത്ത്, നങ്ങ്യാർകൂത്ത്, സംഘനൃത്തം)

6. സമൂഹത്തിലെ അനാചാരങ്ങളെയും അസമത്വങ്ങളെയും പരിഹസിക്കുകയും ആക്ഷേപിക്കുകയും ചെയ്യുന്ന തുള്ളൽ കലാരൂപം ?
   (പറയൻതുള്ളൽ, ചവിട്ടുനാടകം, ഓട്ടൻതുള്ളൽ, ശീതങ്കൻ തുള്ളൽ)

7 മുതൽ 10 വരെയുള്ള ചോദ്യങ്ങളിൽ രണ്ടെണ്ണത്തിന് ഉത്തരമെഴുതുക.

7. ഒരു വസ്തുവിന്റെ നിഴലിന് വസ്തുവിനേക്കാൾ നീളം കുറഞ്ഞ് കാണപ്പെടുന്നത് കാലത്താണോ, ഉച്ചയ്ക്കാണോ, വൈകുന്നേരമാണോ ? കാരണമെഴുതുക.

8. 'ഗ' എന്ന സ്വരത്തിന്റെ നാമം ഗാന്ധാരം എന്നാണ്. 'പ', 'ധ', 'നി' എന്നീ സ്വരങ്ങളുടെ നാമങ്ങൾ എഴുതുക.

9. ശാസ്ത്രീയ നൃത്തരൂപങ്ങളും, നാടൻ നൃത്തരൂപങ്ങളും തമ്മിലുള്ള മൂന്ന് വ്യത്യാസങ്ങൾ എഴുതുക?

10. താഴെകൊടുത്തിരിക്കുന്ന ഖണ്ഡിക വായിച്ച് പ്രസക്തമായ മൂന്നു ചോദ്യങ്ങൾ തയാറാക്കുക.

കുട്ടികൾക്ക് ഉൾക്കൊള്ളാനും ആസ്വദിക്കാനും കഴിയുന്ന നാടകങ്ങൾ അവതരിപ്പിക്കാനുള്ളതാണ് കുട്ടികളുടെ നാടകവേദി. കുട്ടികൾക്ക് മനസിലാക്കാവുന്ന പ്രമേയവും അവതരണവുമായിരിക്കണം. ജി. ശങ്കരപിള്ള, കാവാലം നാരായണപ്പണിക്കർ തുടങ്ങിയവർ കുട്ടികളുടെ നാടക വേദികളെകുറിച്ച് നടത്തിയിട്ടുള്ള അന്വേഷണങ്ങൾ പ്രാധാന്യമുള്ളതാണ്. ജി. ശങ്കരപിള്ളയുടെ 'നിഴൽ', 'പൊന്നുംകുടം', സാറാജോസഫിന്റെ 'ചാത്തുമ്മാന്റെ ചെരുപ്പുകൾ', എൻ. ശശിധരന്റെ 'മോനുവിന്റെ ആകാശം', എം. മനോഹരന്റെ 'സങ്കടക്കൂട്' തുടങ്ങിയവ ഏറെ ശ്രദ്ധേയമായ കുട്ടികളുടെ നാടകങ്ങളാണ്.

11, 12 ചോദ്യങ്ങളിൽ ഒരെണ്ണത്തിന് ഉത്തരമെഴുതുക

11. മുറ്റത്തു നല്ലമഴ, തെങ്ങോലകൾ ആടിയുലയുന്നു. മഴക്കാലം, എന്തുരസമാണ്. അമ്മകാണാതെ മഴവെള്ളത്തിൽ കടലാസുതോണികൾ ഒഴുക്കിവിടാൻ ശ്രമിക്കുകയാണ് നിഖിലും, ആകാശും. ഒരു മഴക്കാല ചിത്രം വരയ്ക്കാമോ? പേനയൊ, പെൻസിലൊ ഉപയോഗിച്ച് വരയ്ക്കൂ.

12. കർണാടക സംഗീതത്തെക്കുറിച്ച് മൂന്നൊ നാലൊ വാക്യത്തിൽ ഒരു വിവരണം എഴുതു.

13, 14 ചോദ്യങ്ങളിൽ ഒരെണ്ണത്തിന് ഉത്തരമെഴുതുക

13. കേരളത്തിന്റെ തനതുകലയായ മോഹിനിയാട്ടത്തെക്കുറിച്ച് രണ്ടുവാക്യത്തിൽ കവിയാതെ എഴുതുക.

14. ഒരു നടനെ കഥാപാത്രമാക്കി മാറ്റുന്നതിൽ പ്രത്യേകശ്രദ്ധ പതിപ്പിക്കുന്നത് രണ്ട് കലാകാരന്മാരാണ്. അവർ അറിയപ്പെടുന്നത് ഏത് വിശേഷണത്തിലാണ്. അവരുടെ പ്രവർത്തനം എന്തൊക്കെയാണ് ?

പ്രവൃത്തിപഠനം

സമയം : 40 മിനിട്ട്
ആകെ സ്കോർ : 15

1 മുതൽ 4 വരെയുള്ള ചോദ്യങ്ങളിൽ മൂന്നെണ്ണത്തിന് ബ്രാക്കറ്റിൽ നിന്നും ശരിയുത്തരം തിരഞ്ഞെടുത്ത് എഴുതുക

1. താഴെകൊടുത്തിരിക്കുന്ന ചിത്രങ്ങളിൽ ശുചീകരണ പ്രവർത്തനത്തിൽ പെടാത്തത് ഏത് ?

എ). മഴക്കാല പൂർവ്വ ശുചീകരണം

ബി). തോടുകളുടെ ശുചീകരണം

സി). പ്രളയ ബാധിത പ്രദേശങ്ങളിലെ ശുചീകരണം

ഡി). തോടുകളുടെ ബണ്ടുനിർമാണം

2. സസ്യ പ്രജനന മാർഗമായ ഗ്രാഫ്റ്റിംഗിൽ അത്യുൽപാദന ശേഷിയുള്ള ചെടിയുടെ ശിഖരത്തെ പറയുന്ന പേരെന്ത് ?

എ). സയൺ ബി). മൂലകാണ്ഡം സി). മുകുളം ഡി). സ്റ്റോക്ക്

3. പഴവർഗങ്ങൾ സംസ്കരിച്ച് സൂക്ഷിച്ചു വയ്ക്കുന്ന രീതികളിൽ ഏറ്റവും ഉചിതമായത് ഏത് ?

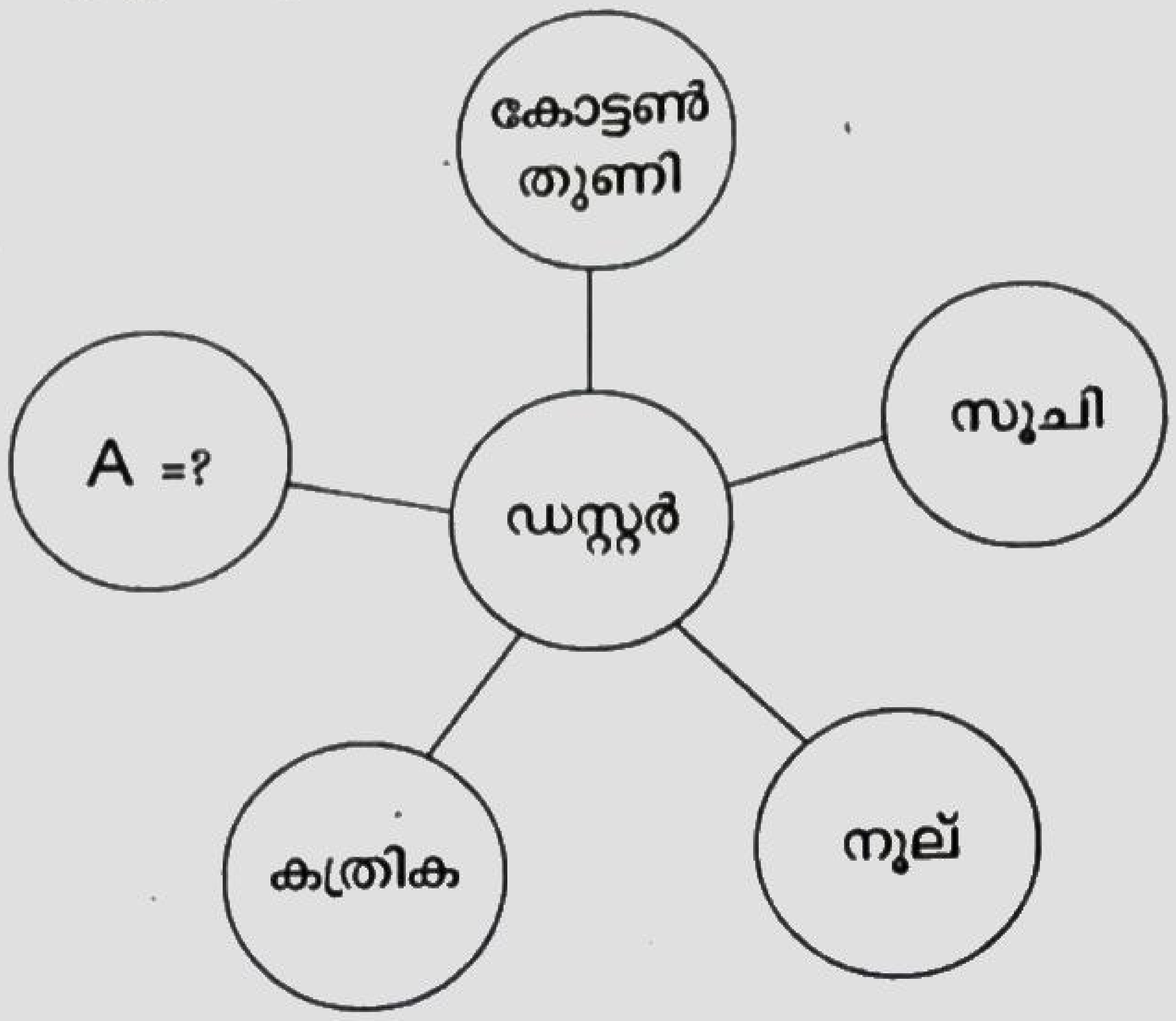
എ). റെഫ്രിജറേറ്ററിൽ സൂക്ഷിക്കുന്നത്

ബി). വെള്ളത്തിൽ സൂക്ഷിക്കുന്നത്

സി). വായുസഞ്ചാരമുള്ള സ്ഥലത്ത് തുറന്നുവയ്ക്കുന്നത്

ഡി). ഉണക്കി സൂക്ഷിക്കുന്നത്

4. പദസൂര്യൻ പൂർത്തിയാക്കുക



എ). പ്ലാസ്റ്റിക്

ബി). മെറ്റൽ

സി). തുണികഷ്ണങ്ങൾ

ഡി). തെർമോകോൾ

5 മുതൽ 9 വരെയുള്ള ചോദ്യങ്ങളിൽ നാലെണ്ണത്തിന് ഉത്തരമെഴുതുക

5. എ). വാഴയോടൊപ്പം ചീരയും കൃഷിചെയ്യുന്ന രീതിയെ വിളിക്കുന്ന പേരെന്ത്?

ബി). ഇത്തരം കൃഷിരീതിയുടെ മേന്മയെന്ത് ?

6. ചേരുംപടി ചേർക്കുക.

ഭക്ഷ്യവസ്തു A	പോഷകഘടകം B
a. നെല്ല്	പ്രോട്ടീൻ
b. എണ്ണ	വിറ്റാമിൻ
c. ചീര	കൊഴുപ്പ്
d. മത്സ്യം	ധാന്യകം

7. അലങ്കാര തയ്യൽ തയ്ക്കുവാനാവശ്യമായ സാധന സാമഗ്രികൾ ഏവ?

8. ഉപയോഗ ശൂന്യമായ വസ്തുക്കൾ ഉപയോഗിച്ച് നിർമിക്കുന്ന ഏതെങ്കിലും നാല് കൗതുക വസ്തുക്കളുടെ പേരെഴുതുക.

9. ഇന്ത്യയുടെ സ്വാതന്ത്ര്യദിനമായ ആഗസ്റ്റ് 15ന് സംഘടിപ്പിക്കുന്ന റാലിയിലേക്ക് തുണിയിൽ ദേശീയ പതാക നിർമിക്കുമ്പോൾ താഴെകാണുന്നതിൽ ശരിയല്ലാത്തത് ഏത് ?

എ). മുകളിൽ കുങ്കുമനിറം, മധ്യഭാഗം വെള്ള താഴ്ഭാഗം പച്ചനിറം എന്നക്രമത്തിൽ.

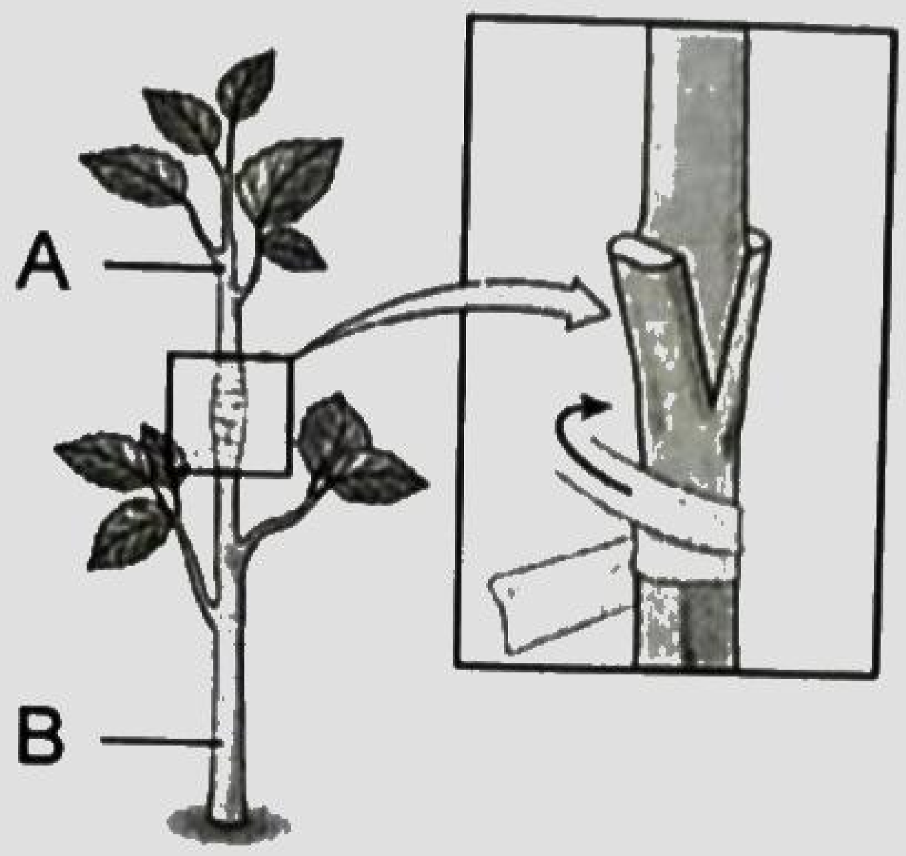
ബി). വെള്ളനിറത്തിന് മധ്യത്തിൽ അശോകചക്രം വരച്ചുചേർക്കണം.

സി). അശോകചക്രത്തിന് നീലനിറം നൽകണം.

ഡി). പതാകയുടെ മുകൾഭാഗം നീലയും, മധ്യഭാഗം വെള്ളയും, കീഴ്ഭാഗം പച്ചയും തയ്ക്കണം

10,11 ചോദ്യങ്ങളിൽ ഏതെങ്കിലും ഒരെണ്ണത്തിന് ഉത്തരം എഴുതുക

10) a. ചിത്രം ഏതുകായിക പ്രജനന രീതിയെ സൂചിപ്പിക്കുന്നു.

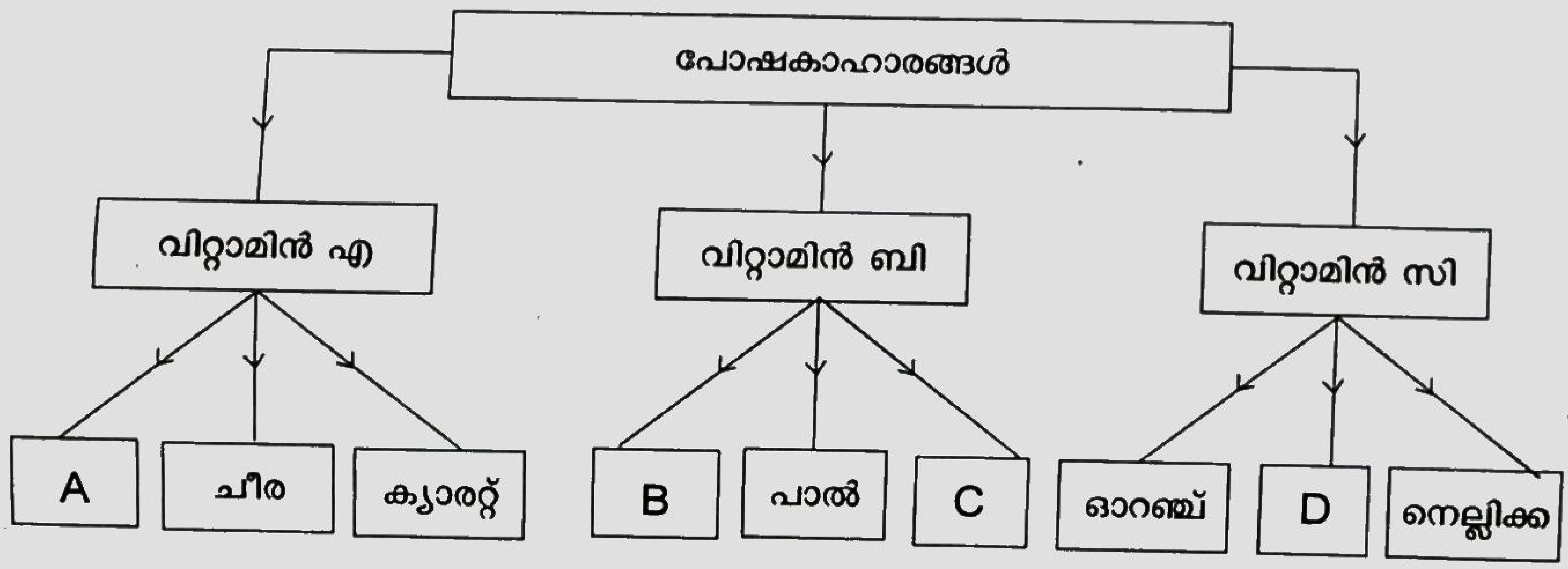


b. ചിത്രത്തിലെ A, B എന്നിങ്ങനെ അടയാളപ്പെടുത്തിയ ഭാഗങ്ങളെ വിളിക്കുന്ന പേരുകൾ എഴുതുക.

c. ഈ രീതിയിൽ നാടൻമാവും മൽഗോവ മാവും ചേർത്ത് അത്യുൽപാദന ശേഷിയുള്ള തൈ ഉൽപ്പാദിപ്പിക്കുന്ന മാർഗം വിവരിക്കുക.

11. ഫ്ളോചാർട്ട് പൂർത്തിയാക്കുക

a.



b. നിങ്ങൾക്കറിയാവുന്ന ഏതെങ്കിലും ഇലക്കറി വിഭവത്തിന്റെ പാചകക്കുറിപ്പ് തയാറാക്കുക.