

അർധവാർഷിക മൂല്യനിർണ്ണയം 2023-24

ആരോഗ്യ കായിക വിദ്യാഭ്യാസം, കലാവിദ്യാഭ്യാസം, പ്രവൃത്തിപഠനം
ക്ലാസ് : 7 ഉത്തരസൂചിക

ആരോഗ്യ കായിക വിദ്യാഭ്യാസം

1 മുതൽ 5 വരെയുള്ള ചോദ്യങ്ങളിൽ 4 എണ്ണത്തിന് ഉത്തരമെഴുതുക (4 X 1 = 4)

- 1. ഡിസ്ക്ടൈപ്പ് വെയിങ്മെഷിൻ
- 2. ഹൃദയശാസന ക്ഷമത
- 3. സിറ്റ് ആന്റ് റിച്ച്
- 4. എയ്റോബിക്സ്
- 5. കായിക പ്രവർത്തനങ്ങൾ

6 മുതൽ 10 വരെയുള്ള ചോദ്യങ്ങളിൽ നാലെണ്ണത്തിന് ഉത്തരമെഴുതുക (4 X 2 = 8)

6. BMI = ശരീരഭാരം (കി.ഗ്രാമിൽ)
ഉയരം മീറ്റർ സ്ക്വയറിൽ

- 7. എ) ശരി
ബി) തെറ്റ്
- 8. ലൈഫ് ബോയ്
ലൈഫ് ജാക്കറ്റ്

- 9.
 - പിൻഭാഗത്തെ പേശികൾക്ക് അയവും ബലവും ലഭിക്കുന്നു.
 - പുറംവേദന അകറ്റുന്നു.
 - അരക്കെട്ടിൽ അടിഞ്ഞുകൂടിയ കൊഴുപ്പിന്റെ അളവ് കുറയ്ക്കുന്നു.
 - കാലുകളിലെയും അരക്കെട്ടിലെയും പേശികൾക്ക് ബലം ലഭിക്കുന്നു.
 - ഏകാഗ്രത വർദ്ധിക്കുന്നു.

ഏതെങ്കിലും 2 ശരിയുത്തരം എഴുതിയാൽ (2 സ്കോർ)

10. സൈക്ലിംഗ്, നടത്തം, ഓട്ടം, ജോഗിങ്, നീന്തൽ, സ്ക്രൂച്ചിങ് വ്യായാമങ്ങൾ മുതലായവ ഏതെങ്കിലും 4 ശരിയുത്തരം എഴുതിയാൽ (2 സ്കോർ)

11, 12 ചോദ്യങ്ങളിൽ ഒരു ചോദ്യത്തിന് ഉത്തരമെഴുതുക (1 X 3 = 3)

- 11.
 - കായിക ക്ഷമത വർദ്ധിക്കുന്നു.
 - രോഗപ്രതിരോധശേഷി വർദ്ധിക്കുന്നു.
 - സാമൂഹിക ബന്ധങ്ങൾ ശക്തിപ്പെടുന്നു.
 - പരസ്പരധാരണ വർദ്ധിക്കുന്നു.
 - മാനസികോല്ലാസം വർദ്ധിക്കുന്നു.
 - പ്രതികരണശേഷി വർദ്ധിക്കുന്നു.

ഏതെങ്കിലും 3 ശരിയുത്തരം എഴുതിയാൽ (3 സ്കോർ)

- 12.
 - മികച്ച വ്യായാമമാണ് നീന്തൽ.
 - കായിക ക്ഷമത വർദ്ധിക്കുന്നു.
 - വെള്ളത്തിൽ വീണുണ്ടാവുന്ന അപകടങ്ങൾ ഒഴിവാക്കാം.
 - അപകടങ്ങളിൽപ്പെട്ടവരെ രക്ഷിക്കാം.
 - കൊഴുപ്പില്ലാതാക്കാനും ശരീരത്തിന്റെ ആകാരഭംഗി വർദ്ധിപ്പിക്കുന്നതിനും സഹായിക്കുന്നു.
 - മത്സരയിനമായി പങ്കെടുക്കാൻ കഴിയും.
 - മാനസികോല്ലാസം ലഭിക്കുന്നു.

ഏതെങ്കിലും 3 ശരിയുത്തരം എഴുതിയാൽ (3 സ്കോർ)

കലാവിദ്യാഭ്യാസം

1 മുതൽ 6 വരെയുള്ള ചോദ്യങ്ങളിൽ നാലെണ്ണത്തിന് ഉത്തരമെഴുതുക

(4 X 1 = 4)

1. ബാലൻനമ്പ്യാർ
2. താൻസെൻ
3. കഥകളി
4. റേഡിയോ നാടകം
5. കാർട്ടൂൺ
6. സ്വാതന്ത്രികുനാൾ

7, 8 ചോദ്യങ്ങളിൽ ഒരേണ്ണത്തിന് ഉത്തരമെഴുതുക

(1 x 2 = 2)

7. ക്രയോൺസ്, വാട്ടർ കളർ, ഓയിൽ പെയിന്റ്
 ഏതെങ്കിലും രണ്ടെണ്ണം എഴുതിയാൽ (2 സ്കോർ)
 ഒരേണ്ണം എഴുതിയാൽ (1 സ്കോർ)
8. കർണാടക സംഗീതം, ഹിന്ദുസ്ഥാനി സംഗീതം (2 സ്കോർ)

9 മുതൽ 12 വരെയുള്ള ചോദ്യങ്ങളിൽ രണ്ടെണ്ണത്തിന് ഉത്തരമെഴുതുക

(2 x 3 = 6)

9. കളിമണ്ണ്, പേപ്പർ, മരം, കല്ല്..... ഏതെങ്കിലും മൂന്നെണ്ണമെഴുതിയാൽ (3 സ്കോർ)
10. ത്യാഗരാജസ്വാമികൾ, മുത്തുസ്വാമിദീക്ഷിതർ, ശ്യാമശാസ്ത്രികൾ (3 സ്കോർ)
11. കേരളനടനം, കഥകളി, മോഹിനിയാട്ടം (3 സ്കോർ)
12. കഥാപാത്രങ്ങളെ നിർണ്ണയിച്ച് സംഭാഷണം എഴുതി നാടകം രൂപപ്പെടുത്തിയാൽ (3 സ്കോർ)
 സംഭാഷണം മാത്രം എഴുതിയാൽ (2 സ്കോർ)
 എഴുതാൻ ശ്രമിച്ചാൽ (1 സ്കോർ)

13, 14 ചോദ്യങ്ങളിൽ ഒരേണ്ണത്തിന് ഉത്തരമെഴുതുക

(1 x 3 = 3)

13. വ്യത്യസ്ത താളങ്ങളിലുള്ള 3 സിനിമാഗാനങ്ങളുടെ ആദ്യവരി എഴുതിയാൽ (3 സ്കോർ)
 2 ഗാനത്തിന്റെ ആദ്യവരി എഴുതിയാൽ (2 സ്കോർ)
 1 ഗാനത്തിന്റെ ആദ്യവരി എഴുതിയാൽ (1 സ്കോർ)
14. കഥാപാത്രവും പശ്ചാത്തലവും വരച്ച് നിറം നൽകിയാൽ (3 സ്കോർ)
 ഭാഗികമായി വരച്ചാൽ (2 സ്കോർ)
 വരയ്ക്കാൻ ശ്രമിച്ചാൽ (1 സ്കോർ)

പ്രവൃത്തിപഠനം

1 മുതൽ 5 വരെയുള്ള ചോദ്യങ്ങളിൽ 4 എണ്ണത്തിന് ഉത്തരമെഴുതുക

(4 X 1 = 4)

1. എക്സറേ ഷീറ്റ്
2. മഞ്ഞ
3. പട്ടുനൂൽ
4. ജാം
5. പേപ്പിയർ മെഷ്

6 മുതൽ 10 വരെയുള്ള ചോദ്യങ്ങളിൽ 4 എണ്ണത്തിന് ഉത്തരമെഴുതുക

(4 X 2 = 8)

6. റബ്ബിംഗ് സ്റ്റിച്ച്, സ്റ്റൈറ്റ്സ്, സാറ്റിൻ സ്റ്റിച്ച്, ചെയിൻ സ്റ്റിച്ച്, ലോങ്ങ് ഷോർട്ട്, ലെയ്സി ഡെയ്സി, ഫ്രഞ്ച് നോട്ട് തുടങ്ങി കുട്ടിക്ക് അറിയാവുന്ന മൂന്നോ നാലോ അലങ്കാര തയ്യൽ എഴുതിയാൽ (2 സ്കോർ)
 ഏതെങ്കിലും ഒന്നോ രണ്ടോ അലങ്കാര തയ്യൽ എഴുതിയാൽ (1 സ്കോർ)

7. പദസൂര്യൻ പൂർത്തിയാക്കുക.
 പാത്രങ്ങൾ, ചെടിച്ചട്ടികൾ, അലങ്കാരവസ്തുക്കൾ, രൂപങ്ങൾ
 മൂന്നോ, നാലോ എഴുതിയാൽ (2 സ്കോർ)
 ഒന്നോ രണ്ടോ എഴുതിയാൽ (1 സ്കോർ)
8. ഓഫീസ് ഫയൽ, എൻവലപ്പ്, ഫ്ലക്സിഫയൽ, റൈറ്റിംഗ് ബോർഡ് തുടങ്ങി ഓഫീസ് ആവശ്യത്തിന് ഉപയോഗിക്കുന്ന ഏതെങ്കിലും
 മൂന്നോ, നാലോ സ്റ്റേഷനറി വസ്തുക്കളുടെ പേര് എഴുതിയാൽ (2 സ്കോർ)
 ഒന്നോ രണ്ടോ സ്റ്റേഷനറി വസ്തുക്കളുടെ പേര് എഴുതിയാൽ (1 സ്കോർ)
9. യോജിച്ചവ ചേർത്തെഴുതുക
- | എ | ബി |
|------------------------|------------------|
| എ) സ്റ്റേൻസിൽ | • എക്സ്റേ ഷീറ്റ് |
| ബി) കളിമണ്ണ് | • പുച്ചട്ടികൾ |
| സി) പേപ്പിയർ മെഷ് | • മുട്ട ഭ്രംശ |
| ഡി) കമ്പോസ്റ്റ് പിറ്റ് | • ശുചീകരണം |
10. എംബ്രോയിഡറി ഫ്രെയിം, സൂചി, നൂൽ (വിവിധനീറത്തിലുള്ളത്) കാർബൺ പേപ്പർ, ഡിസൈൻ, കല്പന, പെൻസിൽ, തൂണി
 ഏതെങ്കിലും നാലെണ്ണം എഴുതിയാൽ (2 സ്കോർ)
- 11,12 ചോദ്യങ്ങളിൽ ഒരേണ്ണത്തിന് ഉത്തരം എഴുതുക. (1 x 3= 3)
11. മാലിന്യ സംസ്കരണവുമായി ബന്ധപ്പെട്ട നല്ല സന്ദേശങ്ങൾ ഉൾക്കൊണ്ട് പോസ്റ്റർ രചിച്ചാൽ (3 സ്കോർ)
- ആശയം ഉൾക്കൊണ്ടുള്ള രചന
 - ലേ ഔട്ട്
 - പൂർണ്ണത
12. പനയോല, തഴയോല, മുള, വാഴനാര്, ചകിരി, തെങ്ങോല, ഈറ തുടങ്ങി പ്രകൃതിദത്ത വസ്തുക്കളുടെ പേരെഴുതി, പ്രവർത്തനം വിവരിച്ചാൽ (3 സ്കോർ)
 പ്രവർത്തനം മാത്രം എഴുതിയാൽ (2 സ്കോർ)
 പ്രകൃതിദത്ത വസ്തുക്കളുടെ പേര് മാത്രം എഴുതിയാൽ (1 സ്കോർ)