SAMAGRA SHIKSHA, KERALA **9001**

പാദവാർഷിക മൂല്യനിർണയം 2018 – 19

ആരോഗ്യ കായിക വിദ്യാഭ്യാസം, കലാവിദ്യാഭ്യാസം, പ്രവൃത്തിപഠനം

ക്ലാസ് - IX

സമയം : 2 മണിക്കൂർ
ആകെ സ്കോർ : 45

പൊതു നിർദ്ദേശങ്ങൾ

- ആരോഗ്യ കായിക വിദ്യാഭ്യാസം, കലാവിദ്യാഭ്യാസം, പ്രവൃത്തിപഠനം എന്നീ വിഷയങ്ങളെ മൂന്ന് വിഭാഗങ്ങളായിട്ടാണ് ചോദ്യപേപ്പറിൽ ക്രമീകരിച്ചിട്ടുള്ളത്.
- ഓരോ വിഭാഗത്തിനും 15 സ്കോർ വീതം എഴുത്തു പരീക്ഷക്കുള്ള 2 മണിക്കൂറിൽ 15 മിനിട്ട് സമാശ്വാസ സമയമാണ്.
- മൂന്ന് വിഷയത്തിന്റെയും ഉത്തരങ്ങൾ പ്രത്യേകം പേപ്പറിൽ എഴുതി നൽകേണ്ടതാണ്. അവയിലെല്ലാം വിഷയം, പേര്, ക്ലാസ്സ്, റോൾനമ്പർ എന്നീ വിവരങ്ങൾ രേഖപ്പെടുത്തണം.

ആരോഗ്യ-കായിക വിദ്യാഭ്യാസം

സമയം : 40 മിനിറ്റ്
ആകെ സ്കോർ : 15

1 മുതൽ 4 വരെയുള്ള ചോദ്യങ്ങൾക്ക് ബ്രായ്ക്കറ്റിൽ നിന്നും ഉത്തരമെഴുതുക. ശരിയുത്തരത്തിന് ഒരു സ്കോർ വീതം. ആകെ 4 സ്കോർ. (4 × 1 = 4)

1. കായികപ്രവർത്തനങ്ങളിൽ ഏർപ്പെടുമ്പോൾ ഒരു വ്യക്തിയുടെ പരമാവധി ഹാർട്ട്റേറ്റ് എത്രയാകാം എന്ന് കണ്ടെത്തുന്നതിനുള്ള സൂത്രവാക്യം?
(220 – വയസ്സ്, 200 – വയസ്സ്, 120 – വയസ്സ്, 150 – വയസ്സ്)
2. ഓക്സിജന്റെ സഹായത്തോടുകൂടി തീവ്രത കുറഞ്ഞ രീതിയിൽ ചെയ്യുന്ന കായികപ്രവർത്തനങ്ങൾ ഏത് പേരിലറിയപ്പെടുന്നു?
(എയ്റോബിക്, അനറോബിക്, സ്റ്റെപ്പിങ്ങ്, പ്ലയോമെട്രിക്സ്)
3. ശക്തമായി ശ്വാസം ഉള്ളിലേക്കെടുത്തശേഷം പുറത്തേക്ക് പരമാവധി വിടുന്ന വായുവിന്റെ അളവിനെ .... എന്ന് വിളിക്കുന്നു?
(ടൈഡൽ വോള്യം, വൈറ്റൽ കപ്പാസിറ്റി, റെസിഡ്യൂവൽ എയർ, ലങ്സ് കപ്പാസിറ്റി)
4. താഴെ പറയുന്നവയിൽ എയ്റോബിക് പ്രവർത്തനമേത്?
(മാരത്തോൺ, ഷോട്ട്പുട്ട്, ലോങ് ജമ്പ്, പവർലിഫ്റ്റിങ്)

5 മുതൽ 9 വരെയുള്ള ചോദ്യങ്ങളിൽ ഏതെങ്കിലും 4 എണ്ണത്തിന് ഉത്തരമെഴുതുക. ശരിയുത്തരത്തിന് 2 സ്കോർ വീതം. ആകെ 8 സ്കോർ. (4 × 2 = 8)

5. അനറോബിക് പ്രവർത്തനവും എയ്റോബിക് പ്രവർത്തനവും തമ്മിലുള്ള വ്യത്യാസമെന്ത്?

6. ടൈഡൽ വോള്യം എന്നാലെന്ത്?

7. പ്രായത്തിനാനുപാതികമായ ശ്വസനനിരക്കിന്റെ പട്ടിക പൂർത്തിയാക്കുക.

പ്രായം	ശ്വസന നിരക്ക്
6 – 12 വയസ്സുവരെ	....
12 വയസ്സിനു മുകളിൽ	....

8. വൈറ്റൽ കപ്പാസിറ്റിയും റെസിഡ്യൂവൽ എയറും തമ്മിലുള്ള വ്യത്യാസമെന്ത്?

9. റിക്കവറി പീരീഡ് എന്നാൽ എന്ത്?

10,11 ചോദ്യങ്ങളിൽ ഏതെങ്കിലും ഒരെണ്ണത്തിന് ഉത്തരമെഴുതുക. ശരിയുത്തരത്തിന് 3 സ്കോർ.

(1 × 3 = 3)

10. കായികപ്രവർത്തനത്തിനുശേഷം കായികതാരത്തിന്റെ പൾസിലും ശ്വസന തോതിലും ഉണ്ടായ വർദ്ധനവ് 5 മിനിറ്റിന് ശേഷം താഴുന്നു, ചിലരിൽ അത് കളിക്കുമുൻപ് രേഖപ്പെടുത്തിയതിനോളമെത്തി. എന്തുകൊണ്ട്? കുറിപ്പ് തയാറാക്കുക.

11. ആരോഗ്യകരമായ ഹൃദയശ്വസനക്ഷമത കൈവരിക്കുന്നതിന് പാലിക്കേണ്ട ശീലങ്ങൾ ഏതെല്ലാം?

കലാവിദ്യാഭ്യാസം

സമയം : 40 മിനിറ്റ്
ആകെ സ്കോർ : 15

1 മുതൽ 4 വരെയുള്ള ചോദ്യങ്ങൾക്ക് ഉത്തരം എഴുതണം. ശരിയുത്തരത്തിന് 1 സ്കോർ വീതം.

(4 × 1 = 4)

1. ബോംബെ പ്രോഗ്രസ്സീവ് ആർട്ടിസ്റ്റ് ഗ്രൂപ്പിന് നേതൃത്വം നൽകിയ പ്രശസ്ത ചിത്രകാരൻ ആരാണ്?
(വിൻസന്റ് വാൻഗോഗ്, എം.എഫ്. ഹുസൈൻ, പോൾ സെസാൻ, നന്ദലാൽ ബോസ്)

2. ദക്ഷിണേന്ത്യയിൽ പ്രചാരത്തിലുള്ള ഒരു സംഗീതശാഖയുടെ പേരെഴുതുക?
(കർണാടകസംഗീതം, ഹിന്ദുസ്ഥാനി സംഗീതം, പശ്ചാത്തലസംഗീതം, ഉത്തരേന്ത്യൻ സംഗീതം)

3. നടീനടന്മാരുടെ മനോധർമ്മാഭിനയത്തെ മികച്ച വൈകാരിക അനുഭവമാക്കിത്തീർക്കാൻ മുഖ്യ പങ്കുവഹിക്കുന്ന ഘടകം ഏത്?
(രംഗപടം, ദീപവിധാനം, ചമയം, പശ്ചാത്തല സംഗീതം)

4. ശാസ്ത്രീയ നൃത്തത്തിൽ അഭിനയപ്രാധാന്യമുള്ള ഇനത്തെ —— എന്നു പറയുന്നു.
(തില്ലാന, ജതിസ്വരം, പദം, ജാവളി)

5 മുതൽ 8 വരെയുള്ള ചോദ്യങ്ങളിൽ ഏതെങ്കിലും 2 ചോദ്യത്തിന് മാത്രം ഉത്തരം എഴുതുക. ഓരോന്നിനും 3 സ്കോർ വീതം. (2

5. ചേരുംപടി ചേർക്കുക.

എ	ബി
പാബ്ലോ പികാസോ	മദർ തെരേസ
എം.എഫ്. ഹുസൈൻ	ഹംസദമയന്തി
രാജാരവിവർമ്മ	ഗൂർണിക

6. കർണാടക സംഗീതക്കച്ചേരികളിൽ ഉപയോഗിക്കുന്ന ഏതെങ്കിലും 3 പക്കവാദ്യങ്ങളുടെ പേരെഴുതുക.
7. താഴെകൊടുത്തിരിക്കുന്നവയിൽ മൂന്ന് ശാഖകളെക്കുറിച്ചാണ് നാട്യശാസ്ത്രത്തിൽ ഭരതമുനി പ്രധാനമായും പറഞ്ഞിരിക്കുന്നത്. അവ എഴുതുക. (താളം, അഭിനയം, ചിത്രരചന, ഗീതം, നൃത്തം)
8. നമ്മുടെ നൃത്തരൂപങ്ങളിൽ കാണുന്ന 3 പ്രധാന ഘടകങ്ങൾ എടുത്തെഴുതുക. നൃത്തം, നൃത്യം, നടനം, നാട്യം, നർത്തനം.

9 മുതൽ 12 വരെയുള്ള ചോദ്യങ്ങളിൽ ഏതെങ്കിലും ഒരു ചോദ്യത്തിന് മാത്രം ഉത്തരമെഴുതുക. സ്കോർ 5. (1 × 5 = 5)

9. താഴെ കൊടുത്തിരിക്കുന്ന ലഘുകുറിപ്പിൽ നിന്ന് 5 ചോദ്യങ്ങൾ ഉണ്ടാക്കുക.

1940 മെയ് 2ന് പഴയ പൊന്നാനി താലൂക്കിലെ കാടഞ്ചേരിയിലാണ് പ്രശസ്ത ചിത്രകാരിയായ ടി.കെ. പത്മിനി ജനിച്ചത്. പൊന്നാനി എ.വി. ഹൈസ്ക്കൂളിൽ നിന്ന് പഠനം പൂർത്തിയാക്കി. ഇവിടത്തെ ചിത്രകലാധ്യാപകനായ കെ.എൽ. ദേവസിയുടെയും പ്രശസ്ത ഇല്യൂസ്ട്രേറ്ററും പെയിന്ററും ശില്പിയുമായ ആർട്ടിസ്റ്റ് നമ്പൂതിരിയുടെയും കീഴിൽ ചിത്രകലയുടെ പ്രാഥമിക പാഠങ്ങൾ അഭ്യസിച്ച പത്മിനി 1961 - ൽ മദ്രാസ് കോളേജ് ഓഫ് ഫൈൻ ആർട്സ് ആൻഡ് ക്രാഫ്റ്റിൽ നിന്ന് ചിത്രകലയിൽ പഠനം പൂർത്തിയാക്കി. 'പട്ടം പറത്തുന്ന പെൺകുട്ടി'യാണ് അവസാന ചിത്രം. 1969 മെയ് 11ന് 29–ാമത്തെ വയസ്സിൽ ആ പ്രതിഭ അന്തരിച്ചു.

10. താഴെ കൊടുത്തിരിക്കുന്ന പ്രസ്താവനകൾ ശരിയോ തെറ്റോ എന്നെഴുതുക.

a. ഹിന്ദുസ്ഥാനി സംഗീതം ഉത്തരേന്ത്യൻ സംഗീതം എന്നും അറിയപ്പെടുന്നു.
b. സപ്തസ്വരങ്ങൾ ക്രമത്തിൽ പാടുമ്പോൾ ധൈവതത്തിന്റെ സ്ഥാനം അഞ്ചാമതാണ്.
c. ഓരോ ഈണങ്ങളും ജനിക്കുന്നത് താളങ്ങളിൽ നിന്നാണ്.
d. ബിലവൽ ധാട്ട് ഹിന്ദുസ്ഥാനി സംഗീതശാഖയുമായി ബന്ധപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു.
e. സംഗീതപഠനത്തിൽ കേൾവിജ്ഞാനം വളരെ പ്രാധാന്യമർഹിക്കുന്ന ഒന്നാണ്.

11. ചേരുംപടി ചേർക്കുക.

എ	ബി
രംഗപടം	പശ്ചാത്തലസംഗീതം
ഡബ്ബിംഗ്	എൻ.എൻ.പിള്ള
സംഗീതസംവിധായകൻ	തിരക്കഥ
നാടകരചന	സിനിമ
എം.ടി.വാസുദേവൻ നായർ	സ്റ്റേജ്

12. ഒരു നൃത്തം ചിട്ടപ്പെടുത്തുമ്പോൾ ശ്രദ്ധിക്കേണ്ട കാര്യങ്ങൾ ചുരുക്കി എഴുതുക.

പ്രവൃത്തിപഠനം

സമയം : 40 മിനിറ്റ്
ആകെ സ്കോർ : 15

1 മുതൽ 4 വരെയുള്ള ചോദ്യങ്ങൾക്ക് ബ്രായ്ക്കറ്റിൽ നിന്നും ശരിയുത്തരം തെരഞ്ഞെടുത്ത് എഴുതുക. ഓരോന്നിനും ഒരു സ്കോർ വീതം. (4 × 1 = 4)

1. താഴെ കൊടുത്തിരിക്കുന്നവയിൽ പഴവർഗ്ഗ സംസ്കരണ രീതിയിൽ ഉൾപ്പെടാത്തത് ഏത്?
   (അച്ചാർ, ജാം, സ്ക്വാഷ്, ഉരുളക്കിഴങ്ങ് സ്റ്റൂ)
2. ചെറുനാരങ്ങാനീരിൽ അടങ്ങിയിരിക്കുന്ന ആസിഡ് ഏത്?
   (ലാക്റ്റിക് ആസിഡ്, ഫോളിക്കാസിഡ്, സിട്രിക്കാസിഡ്, ടാർടാറിക്കാസിഡ്)
3. ലഹരി വിരുദ്ധ ദിനം
   (ജൂൺ 19, ജൂൺ 26, ജൂൺ 5, ജൂൺ 17)
4. ഏറ്റവും മികച്ച കർഷകന് കേരളസർക്കാർ നൽകുന്ന ബഹുമതി ഏതാണ്?
   (കർഷകോത്തമ പുരസ്ക്കാരം, കർഷകശ്രീ പുരസ്കാരം, കേരകർഷക പുരസ്കാരം, കർഷകമിത്രം പുരസ്കാരം)

5 മുതൽ 8 വരെ ചോദ്യങ്ങളിൽ ഏതെങ്കിലും രണ്ടെണ്ണത്തിന്റെ ഉത്തരം എഴുതുക. ഓരോന്നിനും രണ്ട് സ്കോർ വീതം (2 × 2 = 4)

5. ഏതെങ്കിലും നാല് ഔഷധ സസ്യങ്ങളുടെ പേരെഴുതുക
6. പരിസ്ഥിതിസംരക്ഷണ ദിനവുമായി ബന്ധപ്പെട്ട് പോസ്റ്റർ തയ്യാറാക്കുന്നതിന് ആവശ്യമായ രണ്ട് മുദ്രാഗീതങ്ങൾ എഴുതുക.
7. ഇന്ന് നാം നേരിടുന്ന പാരിസ്ഥിതിക പ്രശ്നങ്ങളിൽ ഏതെങ്കിലും രണ്ടെണ്ണം എഴുതുക.
8. പ്രവൃത്തിപഠനത്തിന്റെ ആറു മേഖലകൾ ഏതെല്ലാം?

9, 10 ചോദ്യങ്ങളിൽ ഏതെങ്കിലും ഒരെണ്ണത്തിന്റെ ഉത്തരം എഴുതുക. ശരിയുത്തരത്തിന് മൂന്ന് സ്കോർ. (1 × 3 = 3)

9. ടോയ്‌ലറ്റ് സോപ്പു നിർമ്മാണത്തിനാവശ്യമായ സാധന സാമഗ്രികൾ ഏവ?
10. വ്യക്തിശുചിത്വവുമായി ബന്ധപ്പെട്ട് കുട്ടികൾ പാലിക്കേണ്ട ഏതെങ്കിലും മൂന്നുശീലങ്ങൾ എഴുതുക.

11, 12 ചോദ്യങ്ങളിൽ ഏതെങ്കിലും ഒരെണ്ണത്തിന്റെ ഉത്തരം എഴുതുക. 4 സ്കോർ. (1 × 4 = 4)

11. ചവറുകോരി നിർമ്മാണത്തിന്റെ വർക്ക് ഡയറി എഴുതുക.
12. നമ്മുടെ ചുറ്റുപാടും കാണുന്ന ഏതെങ്കിലും അഞ്ച് ഔഷധസസ്യങ്ങളും അവയുടെ ഉപയോഗവും എഴുതുക.