

സമഗ്രശിക്ഷാ കേരളം
പാദവാർഷിക മൂല്യനിർണ്ണയം 2024-25
ആരോഗ്യ -കായികവിദ്യാഭ്യാസം, കലാവിദ്യാഭ്യാസം,

ക്ലാസ് : 7

തൊഴിൽ ഉദ്ഗ്രഥിത വിദ്യാഭ്യാസം

സമയം : 2 മണിക്കൂർ

സ്ട്രോം : 45

പൊതുനിർദ്ദേശങ്ങൾ

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

ആരോഗ്യ-കായിക വിദ്യാഭ്യാസം

1 മുതൽ 5 വരെയുള്ള ചോദ്യങ്ങളിൽ നാലെണ്ണത്തിന് ഉത്തരമെഴുതുക. (4 x 1 = 4 സ്കോർ)

1. പേശികളുടെ സഹായത്താൽ ഊർജ്ജ ഉപഭോഗത്തോടുകൂടി ചെയ്യുന്ന ഏതൊരു ചലനവും ആണ്.

A സാമൂഹ്യ പ്രവർത്തനം

B പഠന പ്രവർത്തനം

C കായിക പ്രവർത്തനം

D കാര്യം പ്രവർത്തനം

2. 2024 ലെ കോപ്പ അമേരിക്ക ഫുട്ബോൾ ടൂർണമെന്റിൽ വിജയികളായ ടീം.

A അർജന്റീന

B കൊളമ്പിയ

C കാനഡ

D ഉറുഗ്വേ

3. അന്നജം കൂടുതൽ അടങ്ങിയിട്ടുള്ള ഭക്ഷണ പദാർത്ഥം.

A മാംസം

B പാൽ

C മൂട്ട

D ധാന്യങ്ങൾ

4. ബലം പ്രയോഗിക്കാനുള്ള പേശിയുടെ കഴിവിനെ എന്ന് പറയുന്നു.

A അയവ്

B ചുരുചുറുക്ക്

C പേശിശക്തി

D വേഗത

5. ചിത്രം നിരീക്ഷിച്ച് ശരീരത്തിന്റെ ഏതുഭാഗത്തിന് അയവ് ലഭിക്കുന്നതിന് ചെയ്യുന്ന വ്യായാമമാണിതെന്ന് കണ്ടെത്തുക.

A കൈകളിലെ പേശി

B തുടയിലെ മുൻഭാഗത്തെ പേശി

C കണ്ണം കൈയിലെ പേശി

D തോളിലെ പേശി



- 6 മുതൽ 10 വരെയുള്ള ചോദ്യങ്ങളിൽ നാലെണ്ണത്തിന് ഉത്തരമെഴുതുക.

(4 x 2 = 8 സ്കോർ)

6. പന്ത് ഉപയോഗിച്ചും പന്ത് ഉപയോഗിക്കാതെയും കളിക്കുന്ന രണ്ടു കളികളുടെ വീതം പേരെഴുതുക.

7. ദീർഘസമയം കളികളിൽ ഏർപ്പെട്ടശേഷം പുനഃപ്രാപ്തി കൈവരിക്കാൻ നിങ്ങൾ ചെയ്യുന്ന വ്യായാമങ്ങളെക്കുറിച്ച് വിവരിക്കുക.

8. ഭക്ഷണത്തിലെ പോഷകഘടകങ്ങൾ ഏതൊക്കെ?

9. മനുഷ്യശരീരത്തിന് ആവശ്യമായ നാലു ധാതുക്കളുടെ പേരെഴുതുക.

10. ഹൃദയ ശാസന ക്ഷമത കൈവരിക്കാൻ ചെയ്യേണ്ട രണ്ടു പ്രവർത്തനങ്ങൾ എഴുതുക.

11, 12 ചോദ്യങ്ങളിൽ ഒരെണ്ണത്തിന് ഉത്തരമെഴുതുക

(1 x 3 = 3 സ്കോർ)

11. നിങ്ങൾ കഴിക്കുന്ന ഭക്ഷണ സാധനങ്ങളുടെ ലിസ്റ്റ് തയ്യാറാക്കി അതിൽ അടങ്ങിയിരിക്കുന്ന പോഷകങ്ങൾ രേഖപ്പെടുത്തുക.

ഭക്ഷണം		പോഷകം
1.	പുട്ട്	അന്നജം
2.	കടല	
3.	ചോറ്	
4.		
5.		
6.		

12. നിങ്ങളുടെ അഭിപ്രായത്തിൽ കായിക പ്രവർത്തനവും, വ്യായാമവും തമ്മിലുള്ള വ്യത്യാസം രേഖപ്പെടുത്തുക.

കലാവിദ്യാഭ്യാസം

1 മുതൽ 5 വരെയുള്ള ചോദ്യങ്ങളിൽ നാലെണ്ണത്തിന് ഉത്തരമെഴുതുക. (4 x 1 = 4 സ്കോർ)

- ചുവടെ കൊടുത്തിരിക്കുന്നവയിൽ നിന്ന് ദേശാടിസ്ഥാനത്തിൽ അറിയപ്പെടുന്ന നാടൻപാട്ട് എടുത്തെഴുതുക?
(നന്തൂണിപ്പാട്ട്, തിരുവാതിരപ്പാട്ട്, ഇടനാടൻപാട്ട്, കടൽപ്പാട്ട്)
- ഗദ്ദിക എന്ന അനുഷ്ഠാന കലാരൂപത്തെ കലാമൂല്യം നിലനിർത്തിക്കൊണ്ട് പൊതുവേദികളിൽ അവതരിപ്പിക്കാൻ നേതൃത്വം നൽകിയത് ആര്?
(പി.കെ കാളൻ, ഇ. കൃഷ്ണയ്യർ, ഗുരുഗോപിനാഥ്, ഡോ. ചുമ്മാർ ചുണ്ടൽ)
- 'ഇംപ്രഷനിസം' എന്ന കലാപ്രസ്ഥാനം ആരംഭിച്ചത് എവിടെ?
(ചൈന, പാരീസ്, ജപ്പാൻ, ഇംഗ്ലണ്ട്)
- അഭിനയിക്കുന്ന ഇടത്തിന്റെ മുന്നുഭാഗവും ചുമരിനാൽ ചുറ്റപ്പെട്ടതും മുൻഭാഗം തിരശ്ശീല ഉപയോഗിച്ച് പ്രേക്ഷകരിൽ നിന്ന് വേർതിരിക്കുന്നതുമായ രംഗവേദിയാണ്.
(അരീനാ സ്റ്റേജ്, സാൻപിച്ച് സ്റ്റേജ്, പ്രൊസീനിയം സ്റ്റേജ്, ബോക്സ് തിയേറ്റർ)
- 'തീൻകുന്തു' എന്ന ചലച്ചിത്രത്തിന്റെ സംവിധായകൻ ആര്?
(അപർണ്ണസെൻ, സത്യജിത് റായ്, ഗിരീഷ് കർണ്ണാട്, ദീപാമേന്ത)

6 മുതൽ 10 വരെയുള്ള ചോദ്യങ്ങളിൽ മൂന്നെണ്ണത്തിന് ഉത്തരമെഴുതുക.

(3 x 2 = 6 സ്കോർ)

- നാദത്തെ രണ്ടായി തിരിച്ചിരിക്കുന്നു. ഏതൊക്കെ?
- 'ഗദ്ദിക' രണ്ടു വിധത്തിൽ ഉണ്ട്. ഏതൊക്കെ?
- 'കളർവാല്യൂ' എന്നാൽ എന്ത്?
- ഫ്രെയിം റേറ്റ് എന്നാൽ എന്ത്? ഒരു ഉദാഹരണം എഴുതുക.
- രംഗവസ്തുക്കൾ എന്നാൽ എന്ത്?

11 മുതൽ 15 വരെയുള്ള ചോദ്യങ്ങളിൽ ഒരെണ്ണത്തിന് ഉത്തരമെഴുതുക

(1 x 5 = 5 സ്കോർ)

11. ചുവടെ കൊടുത്തിരിക്കുന്ന സംഗീതോപകരണങ്ങൾ ഓരോന്നും നാദത്തിന്റെ ഏതു വിഭാഗത്തിൽ വരുന്നു.



A



B



C



D



E

12. കേരളത്തിലെ ചില അനുഷ്ഠാന നൃത്ത രൂപങ്ങളുടെ ചിത്രങ്ങളാണ് ചുവടെ കൊടുത്തിരിക്കുന്നത്. ഓരോ നൃത്ത രൂപത്തിന്റെയും പേരെഴുതുക.



A



B



C



D



E

13. അനുയോജ്യമായവ ചേർത്തെഴുതുക.

A

രാജാവ്
കർഷകൻ
പോലീസ്
മത്സ്യത്തൊഴിലാളി
ഡോക്ടർ

B

- തൊപ്പി, ലാത്ത
- കിരീടം, വാൾ
- വല, തൂഴ
- സ്നേതസ്കോപ്പ്, സിറിഞ്ച്
- കൈക്കോട്ട്, കൂട്ട

14. താഴെ കൊടുത്തിരിക്കുന്ന മാസ്കുകളെ തിരിച്ചറിഞ്ഞ് അവ ഏതു രാജ്യത്തിന്റേതാണെന്ന് കണ്ടെത്തി എഴുതുക.



A



B



C



D



E

15. 'പരിസ്ഥിതി സംരക്ഷണം' എന്ന വിഷയത്തെ ആസ്പദമാക്കി സ്കൂളിൽ ഒരു ഷോർട്ട് ഫിലിം നിർമ്മിക്കുന്നതിനു വേണ്ടി അനുയോജ്യമായ ഒരു കഥ തയ്യാറാക്കുക.

തൊഴിൽ ഉദ്ഗ്രഥിത വിദ്യാഭ്യാസം

- 1 മുതൽ 5 വരെയുള്ള ചോദ്യങ്ങളിൽ നാലെണ്ണത്തിന് ഉത്തരമെഴുതുക.

(4 x 1 = 4 സ്കോർ)

1. മനസ്സുണ്ടെങ്കിൽ മാനത്തും വിള എന്നു കേട്ടിട്ടില്ലേ.... സ്ഥല പരിമിതിയുള്ള ഇടങ്ങളിൽ കൃഷിചെയ്യാൻ ഏറ്റവും അനുയോജ്യമായ സംവിധാനമാണ്.

(ലംബകൃഷി, തട്ടുകൃഷി, പോളിഹൗസ്, ടിഷ്യുകൾ മുതൽ)

2. വിവിധ ആവശ്യങ്ങൾക്കായി ദ്രാവകങ്ങളും, വാതകങ്ങളും വിതരണം ചെയ്യുന്നതിനുള്ള സംവിധാനമൊരുക്കൽ.

(വയറിംഗ്, പ്ലമിംഗ്, പെയിന്റിംഗ്, വുഡ് വർക്ക്)

3. വീടിന്റെ പ്ലാൻ വരയ്ക്കാൻ അനുയോജ്യമായത്.
(ഗുഗിൾ ക്രോം, മോസില്ല, ജിയോജിബ്ര, മിഡിയ പ്ലെയർ)
4. വീടിന്റെ പ്ലാനിൽ മുറികളുടെ ക്രമീകരണം നടത്തുന്നതിന് താഴെ തന്നിരിക്കുന്നവയിൽ ഏതൊരുവകമാണ് അനുയോജ്യമായത്.
(മണ്ണിന്റെ ഉറപ്പ്, കെട്ടിടത്തിന്റെ മേൽക്കൂര, വായുസഞ്ചാരം, ഭൗതിക സാഹചര്യം)
5. ജലത്തിന്റെ ഒഴുക്ക് നിയന്ത്രിക്കുന്ന സാമഗ്രി തിരിച്ചറിഞ്ഞ് എഴുതുക.



6 മുതൽ 10 വരെയുള്ള ചോദ്യങ്ങളിൽ നാലെണ്ണത്തിന് ഉത്തരം എഴുതുക.

(4 x 2 = 8 സ്കോർ)

6. രാമുവിന്റെ അച്ഛൻ വീടു നിർമ്മിക്കാനുള്ള തയ്യാറെടുപ്പിലാണ്. വീടിന്റെ രൂപരേഖ തയ്യാറാക്കുവാൻ എന്തൊക്കെ കാര്യങ്ങൾ ശ്രദ്ധിക്കണം.
7. ലംബകൃഷി നിങ്ങൾ പഠിപ്പിച്ചിട്ടുണ്ട്. എന്തൊക്കെ സാമഗ്രികളാണ് ലംബകൃഷിയിൽ ഉപയോഗിക്കുന്നത്?
8. കൃഷിയിടക്കാവശ്യമായ വെള്ളവും വളവും എത്തിക്കാനുള്ള പ്ലംബിംഗ് സംവിധാനം നിങ്ങൾ പഠിച്ചുവല്ലോ. പ്ലംബിംഗ് ആരംഭിക്കുന്നതിന് സ്വീകരിക്കേണ്ട സുരക്ഷാ മുൻകരുതലുകൾ എന്തൊക്കെയാണ്?
9. ലംബ കൃഷിക്കായി ഉപയോഗിക്കാവുന്ന തൈകൾ ഏതെല്ലാം? നാലെണ്ണത്തിന്റെ പേരെഴുതുക.
10. ഉചിതമായവ കണ്ടെത്തുക

A		അഡ്ജസ്റ്റബിൾ സ്പാനർ
B		ഹാക്ക് സോ
C		ക്ലിംഗിംഗ്
D		റെഡ്യൂസർ