

ಶಾಲೆಯ ಹೆಸರು :-

ವರ್ಗ: 7ನೇ ತರಗತಿ

ದ್ವಿತೀಯಾ ಸೆಮಿಸ್ಟರ್ [ಸಂಕಲನಾತ್ಮಕ-02]

ಸನ್:-2023-24

ಪ್ರಥಮ ಸೆಮಿಸ್ಟರ್ [ಸಂಕಲನಾತ್ಮಕ-01]							ದ್ವಿತೀಯಾ ಸೆಮಿಸ್ಟರ್ [ಸಂಕಲನಾತ್ಮಕ-02]							
ಕ್ರ.ಸಂ	ಪಾಠ ಸಂಖ್ಯೆ	ಪಾಠದ ಹೆಸರು	ಮುಟ್ಟು	ಶೇಕಡೆ	ಛೇದ	ಛೇದ	ಹಂತ	ಪಾಠ ಸಂಖ್ಯೆ	ಪಾಠದ ಹೆಸರು	ಮುಟ್ಟು	ಶೇಕಡೆ	ಛೇದ	ಛೇದ	ಹಂತ
1	1	ದೈಹಿಕ ಶಿಕ್ಷಣದ ಉದ್ದೇಶಗಳು	2	7.14	2.85	1.64	-----	4	ಫುಟ್ ಬಾಲ್	4	14.28	5.71	3.28	ಗುಂಪುಆಟ
2	2	ಕಬಡ್ಡಿ	6	21.42	8.57	4.92	ಗುಂಪು ಆಟ	6	ಗುಂಡು ಎಸೆತ	5	17.85	7.14	4.10	ಮೇಲಾಟ
3	3	ಖೋ-ಖೋ	5	17.85	7.14	4.10	ಗುಂಪು ಆಟ	10	ಸಮತೋಲನ ಆಹಾರ	4	14.28	5.71	3.28	ಆರೋಗ್ಯಶಿ
4	5	ರೀಲೆ ಓಟಗಳು	4	14.28	5.71	3.28	ಮೇಲಾಟಗಳು	11	ಆರೋಗ್ಯಕರ ಹವ್ಯಾಸಗಳು	2	7.14	2.85	1.64	ಆರೋಗ್ಯಶಿ
5	7	ಪತಂಜಲಿ ಯೋಗ	5	17.85	7.14	4.10	ಯೋಗಾ	12	ಪ್ರಥಮ ಚಕಿತ್ನೆ	4	14.28	5.71	3.28	ಆರೋಗ್ಯಶಿ
6	8	ವ್ಯಾಯಾಮ ವಿಶ್ರಾಂತಿ ನಿದ್ರೆ	3	10.71	4.28	2.46	ಆರೋಗ್ಯ ಶಿಕ್ಷಣ	13	ನಾಡ ಹಬ್ಬಗಳು ರಾ.ಹಬ್ಬ	6	21.42	8.57	4.92	ರಾ.ಭಾವೈಕೃತೆ
7	9	ಆದರ್ಶ ನಿಲವು	3	10.71	4.28	2.46	ಆರೋಗ್ಯ ಶಿಕ್ಷಣ	14	ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಲಾಂಛನ	3	10.71	4.28	2.46	ರಾ.ಭಾವೈಕೃತೆ
			28	100	40	23				28	100	40	23	

ಭಾಷೆ ವಿಷಯಗಳು				ಕೋರ್ ವಿಷಯಗಳು					02 ಪಠ್ಯಾಂಶಗಳಿಗೆ ಶೇಕಡವಾರು ಅಂಕಗಳ ಹಂಚಿಕೆ					
ಉದ್ದಿಷ್ಟಗಳು	ಶೇಕಡೆ	ವಿವರಣೆ		ಉದ್ದಿಷ್ಟಗಳು	ಶೇಕಡೆ	ಅಂಕ	ಪ್ರಶ್ನೆ	ವಿವರಣೆ	ಪಾ.ಸಂ	ಅಧ್ಯಾಯ	ಮುಟ್ಟು	ಶೇಕಡೆ	ಅಂಕ	ಪ್ರಶ್ನೆ
ಉದ್ದಿಷ್ಟಗಳು	ಶೇಕಡೆ	ವಿವರಣೆ		ಉದ್ದಿಷ್ಟಗಳು	ಶೇಕಡೆ	ಅಂಕ	ಪ್ರಶ್ನೆ	ವಿವರಣೆ	4	ಫುಟ್ ಬಾಲ್	4	14.28	5.71	3.28
ಜ್ಞಾನ	ಜ್ಞಾನ	25	25X40÷100=10	ಜ್ಞಾನ	25	10	10	25X40÷100=10	6	ಗುಂಡು ಎಸೆತ	5	17.85	7.14	4.10
ಗ್ರಹಿಕೆ	ಗ್ರಹಿಕೆ	40	40X40÷100=16	ತಿಳಿವಳಿಕೆ	45	18	9	45X40÷100=18	10	ಸಮತೋಲನ ಆಹಾರ	4	14.28	5.71	3.28
ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿ	ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿ	30	30X40÷100=12	ಅನ್ವಯ	20	8	3	20X40÷100=8	11	ಆರೋಗ್ಯಕರ ಹವ್ಯಾಸಗಳು	2	7.14	2.85	1.64
ಪ್ರಸಂಶೆ	ಪ್ರಸಂಶೆ	5	5X40÷100=2	ಕೌಶಲ್ಯ	10	4	1	10X40÷100=4	12	ಪ್ರಥಮ ಚಕಿತ್ನೆ	4	14.28	5.71	3.28
ಒಟ್ಟು ಅಂಕ	ಒಟ್ಟು ಅಂಕ	100	40	ಒಟ್ಟು	100	40	23	ಒಟ್ಟು ಅಂಕ-40ಕ್ಕೆ	13	ನಾಡ ಹಬ್ಬಗಳು	6	21.42	8.57	4.92
									14	ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಲಾಂಛನ	3	10.71	4.28	2.46
											28	100	40	23

ಶಾಲೆಯ ಹೆಸರು :-

03 ಪ್ರಶ್ನೆ ಸ್ವರೂಪ ಅಧರಿಸಿ ಶೇಕಡ ಅಂಕ ಹಂಚಿಕೆ						ಒಟ್ಟು	4 ಕಠಿಣತೆ ಮಟ್ಟ ಅಧರಿಸಿ ಅಂಕ ಹಂಚಿಕೆ					5 ಪ್ರಶ್ನೆ ಪತ್ರಿಕೆ ವಿನ್ಯಾಸ		
ಪ್ರಶ್ನೆ ಸ್ವರೂಪ	ವಸ್ತುನಿಷ್ಠ	ಕಿ.ಉ-1	ಕಿ.ಉ-2	ದೀರ್ಘ ಉ	ಕೌಶಲ್ಯ		ವಿವರಣೆ	ಶೇಕಡ	ಅಂಕ	ಪ್ರಶ್ನೆ	ಕ್ರ.ಸಂ	ಪ್ರಶ್ನೆ ವಿನ್ಯಾಸ	ಅಂಕ	ಪ್ರಶ್ನೆ
ಶೇಕಡ	15	12.5	40	22.5	10	100	ಅತಿಸುಲಭ	15	6	6	1	ಬಹುಆಯ್ಕೆ ಪ್ರಶ್ನೆ	3	3
ಅಂಕ	6	5	16	9	4	40	ಸುಲಭ	12.5	5	5	2	ಹೊಂದಿಸಿ ಬರೆಯಿರಿ	3	3
ಪ್ರಶ್ನೆ	6	5	8	3	1	23	ಸಾಮಾನ್ಯ	40	16	8	3	1 ಅಂಕದ ಪ್ರಶ್ನೆ	5	5
<p align="center">ಸಂಪನ್ಮೂಲ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಶ್ರೀ ಎಸ್.ಎಮ್.ತಲಬಟ್ಟಿ [ದೈ.ಶಿ] ಸರಕಾರಿ ಹಿರಿಯ ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಶಾಲೆ,ನಂ-6 ಬಸವೇಶ್ವರ ನಗರ ನವಲಗುಂದ. ಮೋಬೈಲ್ ನಂಬರ : 7204576330</p>							ಕಠಿಣ	32.5	13	4	4	2 ಅಂಕದ ಪ್ರಶ್ನೆ	16	8
											5	3 ಅಂಕದ ಪ್ರಶ್ನೆ	9	3
											6	4 ಅಂಕದ ಕೌಶಲ್ಯ	4	1
											100	40	23	

7ನೇ ತರಗತಿ. ಶಾಲೆಯ ಹೆಸರು:.

ಪರಿಷ್ಕೃತ ಪಠ್ಯದಂತೆ ನೀಲ ನಕ್ಷೆ,2023-24, ದ್ವಿತೀಯಾ ಸಂಕಲನಾತ್ಮಕ ಪರೀಕ್ಷೆ-2, ವಿಷಯ :- ದೈಹಿಕ ಶಿಕ್ಷಣ

ವಾ. ಸಂ	ಅಧ್ಯಾಯಗಳು	ಜ್ಞಾನ 10 25%				ತಿಳಿವಳಿಕೆ -18 45%				ಅನ್ವಯ -8 [20%]				ಕೌಶಲ್ಯ 4 10%	ಒಟ್ಟು ಅಂಕ	ಒಟ್ಟು ಪ್ರಶ್ನೆ
		ವಸ್ತು ನಿಷ್ಠ	ಕಿರು ಉತ್ತರ-1	ಕಿರು ಉತ್ತರ-2	ದೀರ್ಘ ಉತ್ತರ	ವಸ್ತು ನಿಷ್ಠ	ಕಿರು ಉತ್ತರ-1	ಕಿರು ಉತ್ತರ-2	ದೀರ್ಘ ಉತ್ತರ	ವಸ್ತು ನಿಷ್ಠ	ಕಿರು ಉತ್ತರ-1	ಕಿರು ಉತ್ತರ-2	ದೀರ್ಘ ಉತ್ತರ			
4	ಫುಟ್ ಬಾಲ್	1[1]		1[2]				1[2]							5.71	3.28
6	ಗುಂಡು ಎಸೆತ	1[1]	1[1]							1[1]				1[4]	7.14	4.10
10	ಸಮತೋಲನ ಆಹಾರ	1[1]						1[2]					1[3]		5.71	3.28
11	ಆರೋಗ್ಯಕರ ಹವ್ಯಾಸಗಳು					1[1]		1[2]							2.85	1.64
12	ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆ	1[1]						1[2]	1[3]						5.71	3.28
13	ನಾಡ ಹಬ್ಬಗಳು	1[1]	1[1]					1[2]	1[3]				1[2]		8.57	4.92
14	ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಲಾಂಛನ		1[1]			1[1]							1[2]		4.28	2.46
	ಪ್ರಶ್ನೆ	5	3	1		2		5	2		1	2	1	1	-	23
	ಅಂಕ	5	3	2		2		10	6		1	4	3	4	40	-

ಶಾಲೆಯ ಹೆಸರು :-

ಪ್ರಶ್ನೆಪತ್ರಿಕೆ, ದ್ವಿತೀಯಾ ಸಂಕಲನಾತ್ಮಕ ಪರೀಕ್ಷೆ-02, 2023-24

ವರ್ಗ :- 7ನೇ ತರಗತಿ

ಅಂಕ 40

ಸಮಯ : 90 ನಿಮಿಷ

1, ಪ್ರಶ್ನೆ-1 ಬಿಟ್ಟು ಸ್ಥಳ ತಿಂಬಿರಿ

1x3=3

1 ಸುನಿಲ್ ಭತ್ತಿ ಇವರು _____ರಂದು ಸಿಖಿಂದರಾಬಾದನಲ್ಲಿ ಜನಿಸಿದರು.

2 14 ವರ್ಷ ವಯೋಮಿತಿಯ ಸ್ಪರ್ಧೆಗಳು ಎಸೆಯುವ ಗುಂಡಿನ ತೂಕ _____

3 ರಕ್ತನಾಳಗಳಿಗೆ ಗಾಯವಾದಾಗ _____ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ.

2, ಹೊಂದಿಸಿ ಬರೆಯಿರಿ

1x3=3

1 ಅಯೋಡಿನ್

ದೇವನಾಗರಿ ಲಿಪಿಯಲ್ಲಿದೆ

2 ನವಂಬರ್ 1

ಥೈರಾಕ್ಸಿನ್ ಉತ್ಪಾದನೆಯ.

3 ಸತ್ಯಮೇವ ಜಯತೆ

ಕರ್ನಾಟಕ ರಾಜ್ಯೋತ್ಸವ ಆಚರಿಸುತ್ತಾರೆ

3, ಒಂದೇ ವಾಕ್ಯದಲ್ಲಿ ಉತ್ತರಿಸಿ

1x5=5

ಪ್ರಶ್ನೆ-1 ಎಸೆತದ ಗುಂಡನ್ನು ಯಾವುದರಿಂದ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ ?

ಪ್ರಶ್ನೆ-2 ಗುಂಡು ಎಸೆತದ ಕ್ರಿಡೆಯಲ್ಲಿ ವೃತ್ತದ ವ್ಯಾಸ ಎಷ್ಟಿರುತ್ತದೆ ?

ಪ್ರಶ್ನೆ-3 ಕ್ರೀಡಾಪಟುವಿನ ಆಹಾರವು ಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಪೋಷಕಾಂಶಗಳ ಪ್ರಮಾಣ ಬರೆಯಿರಿ ?

ಪ್ರಶ್ನೆ-4 ಹವ್ಯಾಸಗಳೆಂದರೇನು ?

ಪ್ರಶ್ನೆ-5 ರಾಷ್ಟ್ರಮುದ್ರೆಯನ್ನಾಗಿ ಅಂಗೀಕರಿಸಲಾಯ್ತು ?

4 ಎರಡು ಅಥವಾ ಮೂರು ವಾಕ್ಯದಲ್ಲಿ ಉತ್ತರಿಸಿ

2x8=16

ಪ್ರಶ್ನೆ-1 ಫುಟ್‌ಬಾಲ್ ಆಟಗಾರನಲ್ಲಿ ಇರಬೇಕಾದ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳಾವುವು ?

ಪ್ರಶ್ನೆ-2 ಭಾರತದ ಹೆಸರಾಂತ ಫುಟ್‌ಬಾಲ್ ಬಾಲ್ ಆಟಗಾರರ ಹೆಸರುಗಳನ್ನು ತಿಳಿಸಿ ?

ಪ್ರಶ್ನೆ-3 ಸಮಯ ಪ್ರಜ್ಞೆ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆಯನ್ನು ಬರೆಯಿರಿ ?

ಪ್ರಶ್ನೆ-4 ಖನಿಜ ವಸ್ತುಗಳು ನಮ್ಮ ದೇಹಕ್ಕೆ ಏಕೆ ಅವಶ್ಯಕವಾಗಿದೆ ?

ಪ್ರಶ್ನೆ-5 ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಅರ್ಥವನ್ನು ತಿಳಿಸಿ.

ಪ್ರಶ್ನೆ-6 ದಸರಾ ಯಾವ ಆರಸರ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಕನ್ನಡ ನಾಡಿನಲ್ಲಿ ಆಚರಣೆಗೆ ಬಂತು ?

ಪ್ರಶ್ನೆ-7 ನಾಡಿನ ಏಕತೆಗೆ ನಾಡಹಬ್ಬಗಳು ಹೇಗೆ ಸಹಕಾರಿ ?

ಪ್ರಶ್ನೆ-8 ಭಾರತ ಈ ರಾಷ್ಟ್ರವನ್ನು ಪ್ರತಿನಿಧಿಸುವ ಗುರುತುಗಳು ಯಾವುವು ?

5 ನಾಲ್ಕು ಅಥವಾ ಐದು ವಾಕ್ಯದಲ್ಲಿ ಉತ್ತರಿಸಿ

3x3=09

ಪ್ರಶ್ನೆ-1 ಕ್ರೀಡಾ ಪಟುಗಳು ಸಮತೋಲನ ಆಹಾರ ಕ್ರಮವನ್ನು ಕುರಿತು ಬರೆಯಿರಿ ?

ಪ್ರಶ್ನೆ-2 ರಕ್ತಸ್ರಾವದ ಉಪಚಾರ ಕ್ರಮವನ್ನು ಬರೆಯಿರಿ

ಪ್ರಶ್ನೆ-3 ಕರ್ನಾಟಕ ರಾಜ್ಯೋತ್ಸವನ್ನು ಏಕೆ ಆಚರಿಸುತ್ತಾರೆ ?

6, ಆಟದ ಮೈದಾನದ ಚೇತ್ರವನ್ನು ತೆಗೆದು ಭಾಗಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ

1x4=04

1 ಗುಂಡು ಎಸೆತದ ಅಂಕಣದ ಚೇತ್ರವನ್ನು ರಚಿಸಿರಿ

ಶಾಲೆಯ ಹೆಸರು :-

ದ್ವಿತೀಯಾ ಸಂಕಲನಾತ್ಮಕ ಪರೀಕ್ಷೆ, 2023-24

ವರ್ಗ:- 7ನೇ ತರಗತಿ

ಸಿ.ಆರ್.ಸಿ:-

ದಿನಾಂಕ:-

ಮೌಖಿಕ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು

ಅಂಕ-10

1. 14 ವರ್ಷ ವಯೋಮಿತಿಯ ಸ್ಪರ್ಧಿಗಳು ಎಸೆಯುವ ಗುಂಡಿನ ತೂಕವೇಷ್ಟು ?

ಉತ್ತರ-3 14 ವರ್ಷ ವಯೋಮಿತಿಯ ಸ್ಪರ್ಧಿಗಳು ಎಸೆಯುವ ಗುಂಡಿನ ತೂಕ 4 ಕೆ.ಜಿ

2. ಮನರಂಜನೆಯ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳ ಪಟ್ಟಿ ಮಾಡಿ ?

ಉತ್ತರ-2 ಸಂಗೀತ ಕೇಳುವುದು ಸ್ನೇಹಿತರೊಂದಿಗೆ ಕಥೆ,ರಸಪ್ರಶ್ನೆ,ಹಾಡುಹೇಳುವುದು,ನಿಸರ್ಗ ಸೌಂದರ್ಯವನ್ನು ನೋಡುವುದರಿಂದ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಆನಂದ ಸಿಗುವುದು

3. ಕರ್ಮಯೋಗದ ಸಿದ್ಧಾಂತ ಏನು ?

ಉತ್ತರ-3 ಕರ್ಮಯೋಗದ ಸಿದ್ಧಾಂತ ಕಾರ್ಯವೇ ಕೈಲಾಸ ಎಂದು ಹೇಳಿದ್ದಾರೆ.

4. ರೀಲೆ ಓಟದ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ತಿಳಿಸಿ ?

ಉತ್ತರ:- ರೀಲೆ ತಂಡದಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟು ಉತ್ತಮ ಓಟಗಾರರಿದ್ದರೂ ಸರಿಯಾದ ಬ್ಯಾಟನ್ ವಿನಿಮಯ ತಂತ್ರವಿಲ್ಲದಿದ್ದರೆ. ಆ ತಂಡವು ಒಳ್ಳೆಯ ಪ್ರದರ್ಶನ ನೀಡಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಸೋಲಿನಕಹಿಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ.

5. ಅಷ್ಟಾಂಗ ಯೋಗದ ಪಿತಾಮಹ ಯಾರು ?

ಉತ್ತರ-2 ಅಷ್ಟಾಂಗ ಯೋಗದ ಪಿತಾಮಹ ಪಂತಜಲಿ ಮುನಿ.

6. ಮೂಳೆ ಮುರಿತದ ಉಪಚಾರದ ಕ್ರಮಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸಿರಿ

ಉತ್ತರ-3 1 ಅಪಘಾತ ಉಂಟಾದ ಸ್ಥಳದಿಂದ ಗಾಯಾಳುಗಳನ್ನು ಮೂಳೆಗಳು ಚಲಿಸಿದ ಹಾಗೆ ಲಕ್ಷ್ಯವಹಿಸಿ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ಸಾಗಿಸಬೇಕು. 2 ಮುರಿದ ಮೂಳೆಯನ್ನು ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ಸರಿಪಡಿಸಬಾರದು. ಏಕೆಂದರೆ ಮುರಿತ ವೈದ್ಯರು ಮಾತ್ರ ಆ ಕಾರ್ಯವನ್ನು ಮಾಡಬಲ್ಲರು 3 ಮೂಳೆ ಮುರಿದಾಗ ಮಾನವ ಕುರ್ಚಿ,ಸ್ಟ್ರೆಚ್ ಅಥವಾ ಅಂಬುಲೈನ್ಸ್ ಬಳಸಬೇಕು

7. ಕರ್ನಾಟಕ ಎಂದು ಯಾವ ವರ್ಷದಲ್ಲಿ ನಾಮಕರಣ ಮಾಡಲಾಯಿತು

ಉತ್ತರ-7 1973 ರಲ್ಲಿ ನವೆಂಬರ್ ಒಂದರಂದು ಕರ್ನಾಟಕ ಎಂದು ನಾಮಕರಣ ಮಾಡಲಾಯಿತು.

8. ದಸರಾ ಹಬ್ಬವನ್ನು ಎಷ್ಟು ದಿನಗಳ ಕಾಲ ಆಚರಿಸುತ್ತಾರೆ ?

ಉತ್ತರ-8 ಹತ್ತು ದಿನಗಳ ಕಾಲ ಆಚರಿಸುತ್ತಾರೆ.

9. ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ ಎಂದರೇನು?

ಉತ್ತರ-9 ದೀರ್ಘ ಉಸಿರಾಟದಿಂದಾಗುವ ಪ್ರಯೋಜನಗಳನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಕ್ರಮಬದ್ಧವಾದ ಉಸಿರಾಟದ ಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುವುದನ್ನು ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ ಎನ್ನುವರು

10. ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಭಾವೈಕ್ಯತೆ ಎಂದರೇನು ?

ಉತ್ತರ-10 ಇಂದಿನ ಸಾಮಾಜಿಕ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ವೈವಿದ್ಯತೆಗಳನ್ನು ಧಾರ್ಮಿಕವಾಗಿ, ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕವಾಗಿ, ಭಾಷೆ,ವೇಷ ಮುಂತಾದವುಗಳಲ್ಲಿ ಕಾಣಬಹುದು. ವೈವಿದ್ಯತೆಗಳನ್ನು ಒಂದು ರಾಷ್ಟ್ರದಲ್ಲಿ ಸಮನ್ವಯಗೊಳಿಸುವುದೇ ಏಕತೆ. ಇವೆಲ್ಲವುಗಳನ್ನು ಸಮದೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ಕಾಣುವುದೇ ಭಾವೈಕ್ಯತೆ

ದೈಹಿಕ ಶಿಕ್ಷಣ ಶಿಕ್ಷಕರ ಸಹಿ

ಪ್ರಧಾನ ಗುರುಗಳ ಸಹಿ

ಮೇಲಾಧಿಕಾರಿಗಳ ಸಹಿ

ಶಾಲೆಯ ಹೆಸರು :-

ಉತ್ತರ ಪತ್ರಿಕೆ. ದ್ವಿತೀಯಾ ಸಂಕಲನಾತ್ಮಕ ಪರೀಕ್ಷೆ-02, 2023-24

ವರ್ಗ :- 7ನೇ ತರಗತಿ

ಅಂಕ 40

ಸಮಯ : 90 ನಿಮಿಷ

1, ಬಿಟ್ಟು ಸ್ಥಳ ತಿಂಬಿರಿ

1X3=3

1 ಸುನಿಲ್ ಭತ್ತಿ ಇವರು 1984 ಅಗಷ್ಟ-3 ರಂದು ಸಿಖಿಂದರಾಬಾದನಲ್ಲಿ ಜನಿಸಿದರು.

2 14 ವರ್ಷ ವಯೋಮಿತಿಯ ಸ್ಪರ್ಧೆಗಳು ಎಸೆಯುವ ಗುಂಡಿನ ತೂಕ 4 ಕೆ.ಜಿ

3 ರಕ್ತನಾಳಗಳಿಗೆ ಗಾಯವಾದಾಗ ರಕ್ತಸ್ರಾವ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ.

2, ಹೊಂದಿಸಿ ಬರೆಯಿರಿ

1X3=3

1 ಅಯೋಡೀನ್

ಥೈರಾಕ್ಸಿನ್ ಉತ್ಪಾದನೆಯ

2 ನವಂಬರ್ 1

ಕರ್ನಾಟಕ ರಾಜ್ಯೋತ್ಸವ ಆಚರಿಸುತ್ತಾರೆ.

3 ಸತ್ಯಮೇವ ಜಯತೆ

ದೇವನಾಗರಿ ಲಿಪಿಯಲ್ಲಿದೆ

3, ಒಂದೇ ವಾಕ್ಯದಲ್ಲಿ ಉತ್ತರಿಸಿ

1X5=5

ಪ್ರಶ್ನೆ-1 ಎಸೆತದ ಗುಂಡನ್ನು ಯಾವುದರಿಂದ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ ?

ಉತ್ತರ-1 ಗಟ್ಟಿ ಕಬ್ಬಿಣ ಅಥವಾ ಹಿತ್ತಾಳೆ ಲೋಹಗಳಿಂದ ಮಾಡಲ್ಪಟ್ಟಿದ್ದು. ಗೋಳಾಕಾರವಾಗಿದ್ದು ಹೊರಭಾಗ ನುಣಪಾಗಿರಬೇಕು.

ಪ್ರಶ್ನೆ-2 ಗುಂಡು ಎಸೆತದ ಕ್ರಿಡೆಯಲ್ಲಿ ವೃತ್ತದ ವ್ಯಾಸ ಎಷ್ಟಿರುತ್ತದೆ ?

ಉತ್ತರ-2 ಎಸೆತದ ವೃತ್ತವನ್ನು ವ್ಯಾಸ 2.135 ಮೀಟರ್‌ಗಳು. ತ್ರಿಜ್ಯ 1.0675 ಮೀ ಅಂಚಿನ ಗೆರೆಪಟ್ಟಿ 6.ಮೀ.ಮೀ ಇರುವಂತೆ ವೃತ್ತದ ಮಧ್ಯ ಬಿಂದುವಿಗೆ ಲಂಬವಾಗಿ 75 ಸೆ.ಮೀ. ಉದ್ದ. 5 ಸೆ.ಮೀ. ಅಗಲದ ಗೆರೆಗಳು ವೃತ್ತದ ಬದಿಗೆ ಇರುತ್ತವೆ ರಚಿಸಬೇಕು

ಪ್ರಶ್ನೆ-3 ಕ್ರೀಡಾಪಟುವಿನ ಆಹಾರವು ಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಪೋಷಕಾಂಶಗಳ ಪ್ರಮಾಣ ಬರೆಯಿರಿ ?

ಉತ್ತರ-3 ಉದಾ;- ಕ್ರೀಡಾಪಟುವಿನ ಆಹಾರ ಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಪೋಷಕಾಂಶಗಳ ಪ್ರಮಾಣ ಸಾಮನ್ಯವಾಗಿ :-

57 % ಕಾರ್ಬೋಹೈಡ್ರೇಟ್ಸ್ [ಶರ್ಕರ ಪಿಷ್ಟ ಸಿಹಿ.ತಿಂಡಿಗಳು]

30 % ಕೊಬ್ಬು [ಹಾಲಿನ ಪದಾರ್ಥಗಳು. ಎಣ್ಣೆ. ಮಾಂಸ ಕೊಬ್ಬು]

13 % ಪ್ರೋಟೀನ್ [ಮೊಟ್ಟೆ ಹಾಲು ಮಾಂಸ, ಮೀನು]

ಪ್ರಶ್ನೆ-4 ಹವ್ಯಾಸಗಳೆಂದರೇನು ?

ಉತ್ತರ-4 ಹವ್ಯಾಸಗಳೆಂದರೆ ಒಳ್ಳೆಯ ಪ್ರವೃತ್ತಿಗಳು. ಒಮ್ಮೆ ರೂಪಗೊಂಡು ಹವ್ಯಾಸಗಳು ವಿಧ್ಯಾರ್ಥಿಯ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವದ ಅವಿಭಾಜ್ಯ ಅಂಗವಾಗಿ ಉಳಿಯುತ್ತದೆ.

ಪ್ರಶ್ನೆ-5 ರಾಷ್ಟ್ರಮುದ್ರೆಯನ್ನಾಗಿ ಅಂಗೀಕರಿಸಲಾಯ್ತು ?

ಉತ್ತರ-5 1950 ಜನವರಿ 26 ರಂದು ಇದನ್ನು ರಾಷ್ಟ್ರಮುದ್ರೆಯನ್ನಾಗಿ ಅಂಗೀಕರಿಸಲಾಯ್ತು

4 ಎರಡು ಅಥವಾ ಮೂರು ವಾಕ್ಯದಲ್ಲಿ ಉತ್ತರಿಸಿ

2X8=16

ಪ್ರಶ್ನೆ-1 ಫುಟ್‌ಬಾಲ್ ಆಟಗಾರನಲ್ಲಿ ಇರಬೇಕಾದ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳಾವುವು ?

ಉತ್ತರ-1 ಅ] ಕಷ್ಟಸಹಿಷ್ಣತೆ ಆ] ವೇಗ ಇ] ಚಪಲತೆಯ ಈ ಮೈ ಮಣಿತ ಉ] ಕಣ್ಣು -ಕಾಲುಗಳ ಹೊಂದಾಣಿಕೆ ಊ] ಸಹಕಾರ ಮನೋಭಾವನೆ ಋ] ನಿರ್ದಿಷ್ಟತೆಯ

ಪ್ರಶ್ನೆ-2 ಭಾರತದ ಹೆಸರಾಂತ ಫುಟ್‌ಬಾಲ್ ಬಾಲ್ ಆಟಗಾರರ ಹೆಸರುಗಳನ್ನು ತಿಳಿಸಿ ?

ಉತ್ತರ-2 1] ಐ,ಎಮ್ ವಿಜಯನ್. 2] ಬೈಚುಂಗ್ ಭುಟಿಯಾ 3] ಸುನಿಲ್ ಭತ್ತಿ

ಪ್ರಶ್ನೆ-3 ಸಮಯ ಪ್ರಜ್ಞೆ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆಯನ್ನು ಬರೆಯಿರಿ ?

ಉತ್ತರ-3 ಆರೋಗ್ಯಕರ ಹವ್ಯಾಸಗಳಲ್ಲಿ ಸಮಯಪ್ರಜ್ಞೆಯು ಒಂದು ಸಮಯದ ಬಗ್ಗೆ ಮತ್ತು ಸಮಯದಿಂದ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆಯನ್ನು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಅರಿತುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಸಮಯದ ಮಹತ್ವವನ್ನು ಅರಿಯದೆ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಹೆಚ್ಚಿನ ಜನದಟ್ಟನೆ ಸಾಧಿಸಲಾರರು. ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಲ್ಲಿ ಸಮಯ ಪ್ರಜ್ಞೆ ರಕ್ತಗತವಾಗಬೇಕು

ಪ್ರಶ್ನೆ-4 ಖನಿಜ ವಸ್ತುಗಳು ನಮ್ಮ ದೇಹಕ್ಕೆ ಏಕೆ ಅವಶ್ಯಕವಾಗಿದೆ ?

ಉತ್ತರ-4 ಕಬ್ಬಿಣ - ಹಿಮೋಗ್ಲೋಬಿನ್ ಉತ್ಪಾದನೆಗೆ ಅಗತ್ಯವಾಗಿದೆ.

ಕ್ಯಾಲ್ಸಿಯಮ್ :-ಹಲ್ಲು ಸ್ನಾಯು.ಎಲುಬುಗಳು ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಸಹಾಯಕವಾಗಿವೆ.

ಸೋಡಿಯಮ್ :- ಎಲ್ಲಾ ಜೀವಕೋಶಗಳಿಗೆ ವಿಶೇಷ ನರಕೋಶಗಳಿಗೆ ಅಗತ್ಯವಾಗಿದೆ.

ಅಯೋಡಿನ್ - ಥೈರಾಕ್ಸಿನ್ ಹಾರ್ಮೋನಿನ ಉತ್ಪಾದನೆಗೆ ಅಗತ್ಯವಿದೆ ನೀರು ಜೀವಕ್ಕೆ ಅತ್ಯಗತ್ಯವಾಗಿದೆ, ಜೀವ ರಾಸಾಯನಿಕ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳು ನೀರಿನ ಮೂಲಕ ನಡೆಯಲ್ಪಡುತ್ತದೆ.

ಪ್ರಶ್ನೆ-5 ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಅರ್ಥವನ್ನು ತಿಳಿಸಿ

ಉತ್ತರ-5 ಅಪಘಾತಗಳು ಸಂಭವಿಸಿದಾಗ ವೈದ್ಯರ ಸೇವೆಯವರಿಗೂ ಅಪಾಯ ಹೆಚ್ಚಾಗದಂತೆಯ ಸೂಕ್ತ ಉಪಚಾರ ಮಾಡಬೇಕು ಅಪಘಾತ ಸಂಭವಿಸಿದಾಗ ವೈದ್ಯರ ಬಳಿ ಹೋಗುವ ಮನುವೇ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿಯೇ ನೀಡುವ ಭಾಗದ ವಿಶ್ರಾಂತಿ ಉಪಚಾರಕ್ಕೆ ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆ

ಪ್ರಶ್ನೆ-6 ದಸರಾ ಯಾವ ಆರಸರ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಕನ್ನಡ ನಾಡಿನಲ್ಲಿ ಆಚರಣೆಗೆ ಬಂತು ?

ಉತ್ತರ-6 ಕೃಷ್ಣರಾಜರ ಅರಸರ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ದಸರಾ ಹಬ್ಬವು ಕನ್ನಡ ನಾಡಿನಲ್ಲಿ ಆಚರಣೆಗೆ ಬಂದಿತು.

ಪ್ರಶ್ನೆ-7 ನಾಡಿನ ಏಕತೆಗೆ ನಾಡಹಬ್ಬಗಳು ಹೇಗೆ ಸಹಕಾರಿ ?

ಉತ್ತರ-7 ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯ ಪೂರ್ವದಲ್ಲಿ ಭಾರತದ ವಿವಿಧ ಪ್ರಾಂತ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ಸಂಸ್ಥಾನಗಳಲ್ಲಿ ತಮ್ಮದೇ ಆಡಳಿತ ಸೌಸ್ಥಿತಿ ಆಚಾರ ವಿಚಾರಗಳಿದ್ದು ಅದರಂತೆಯ ಅವರು ಹಬ್ಬಗಳಲ್ಲಿ ಆಚರಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯದ ನಂತರ ಭಾರತ ಗಣರಾಜ್ಯದಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲಾ ಪ್ರಾಂತ್ಯಗಳು ಒಂದುಗೂಡಿ ಪ್ರಾಂತೀಯ ಮನೋಭಾವನೆ ಒಗ್ಗಟ್ಟಿನಿಂದ ನಾಡಹಬ್ಬಗಳನ್ನು ಆಚರಿಸಲು ತೊಡಗಿದವು ಆಯಾಯ ಪ್ರಾಂತ್ಯದಲ್ಲಿ ಅಲ್ಲಿನ ಭಾಷೆಯ ಸಂಸ್ಕೃತಿಯ ಪರಂಪರೆಗಳಿಗನುಗುಣವಾಗಿ ಆಡಳಿತದೊಡನೆ ಹಾಸುಹೊಕ್ಕು ಇಡೀ ನಾಡ ಐಕ್ಯತೆಯಿಂದ ಆಚರಿಸುವ ಹಬ್ಬಗಳನ್ನು ನಾಡ ಹಬ್ಬಗಳೆಂದು ಕರೆಯುತ್ತವೆ.

ಪ್ರಶ್ನೆ-8 ಭಾರತ ಈ ರಾಷ್ಟ್ರವನ್ನು ಪ್ರತಿನಿಧಿಸುವ ಗುರುತುಗಳು ಯಾವುವು ?

ಉತ್ತರ-8 ಈ ದೇಶ ಪ್ರೇಮವನ್ನು ಜಾಗೃತಿಗೊಳಿಸುವ ಚತನ್ಯ ಈ ಲಾಂಛನದ ಮುದ್ರೆಗಳನ್ನು ಬಳಸುವ ಕೇಂದ್ರಗಳೆಂದರೆ ಕೇಂದ್ರ ಸರ್ಕಾರದ ಅತ್ಯುನ್ನತ ಕಛೇರಿಗಳು. ಭವನಗಳು ರಕ್ಷಣಾವ್ಯವಸ್ಥೆ. ವಾಹನಗಳು. ರಾಷ್ಟ್ರದ ವತಿಯಿಂದ ನಡೆಯುವ ಪತ್ರ ವ್ಯವಹಾರಗಳು ವಿದೇಶಿ ರಾಯಭಾರಿ ವ್ಯವಹಾರಗಳು ನೋಟು ಮತ್ತು ನಾಣ್ಯಗಳು ಅಂಚೆ ಕಛೇರಿಗಳು ವ್ಯವಹಾರಗಳು.

5 ನಾಲ್ಕು ಅಥವಾ ಐದು ವಾಕ್ಯದಲ್ಲಿ ಉತ್ತರಿಸಿ

3X3=09

ಪ್ರಶ್ನೆ-1 ಕ್ರೀಡಾ ಪಟುಗಳು ಸಮತೋಲನ ಆಹಾರ ಕ್ರಮವನ್ನು ಕುರಿತು ಬರೆಯಿರಿ ?

ಉತ್ತರ-2 ಕಾರ್ಬೋಹೈಡ್ರೇಟ್ಸ್ ಕ್ರೀಡಾಪಟುಗಳಿಗೆ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ನೀಡುವ ಮುಖ್ಯ ಪೋಷಕಾಂಶವಾಗಿದೆ. ಗ್ಲೋಕಸ್ ಕಾರ್ಬೋಹೈಡ್ರೇಟ್ಸ್‌ನ ಮುಖ್ಯ ರೂಪವಾಗಿದ್ದು. ಇದು ಸ್ನಾಯುಗಳ ಕಾರ್ಯಕ್ಷಮತೆಗೆ ಮುಖ್ಯ ಇಂಧನವಾಗಿದೆ. ನಮ್ಮ ಶರೀರದಲ್ಲಿ ಗ್ಲೋಕೋಸ್‌ನ ಮಟ್ಟ ಇಳಿದರೆ ನಾವು ಬೇಗ ಅಯಾಸಗೊಂಡು ನಮ್ಮ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಣೆಯ ನೀರಿಕ್ಷಿತ ಮಟ್ಟ ಮುಟ್ಟುವದಿಲ್ಲ.

ಕೊಬ್ಬು ದೇಹದ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಒಂದು ಮುಖ್ಯ ಪೋಷಕಾಂಶವಾಗಿದೆ. ಅದು ನಮ್ಮ ದೇಹದಲ್ಲಿ ಅಗತ್ಯಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಕೊಬ್ಬು ಸಂಗ್ರಹದರೆಯ ನಮ್ಮ ಕ್ರೀಡಾ ಸಾಧನೆಗಲ್ಲದೆ. ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೂ ಮಾರಕವಾಗುತ್ತದೆ. ಕೊಬ್ಬಿನಿಂದ ಉಳಿದ ಎಲ್ಲಾ ಪೋಷಕಾಂಶಗಳಿಗಿಂತ ಜಾಸ್ತಿ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಶಕ್ತಿ ದೊರಕುತ್ತದೆ.

ಪ್ರಶ್ನೆ-2 ರಕ್ತಸ್ರಾವದ ಉಪಚಾರ ಕ್ರಮವನ್ನು ಬರೆಯಿರಿ

ಉತ್ತರ-2 * ರಕ್ತಸ್ರಾವದಾಗ ಗಾಯವನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ತೊಳೆದು ಟಂಚರ್. ಅಯೋಡಿನ್ ಹಚ್ಚಬೇಕು ಆವಶ್ಯವಿದ್ದರೆ ಹೊದಕೆ ಮತ್ತು ಪಟ್ಟಿಯನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಬೇಕು* ಗಾಯದಲ್ಲಿ ಹೊರ ವಸ್ತುಗಳು ಸೇರಿದಲ್ಲಿ ಸೂಕ್ತ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಹೊರತೆಗೆದು ರಕ್ತ ಬರದಂತೆಯ ಭದ್ರವಾಗಿ ಶುಭ್ರ ಬಟ್ಟೆಯಿಂದ ಕಟ್ಟಬೇಕು * ರಕ್ತಸ್ರಾವವನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಲು ಟೂರ್ನಿಕ್ಲೇಟ್ ನ್ನು ಬಳಸಬೇಕು * ತೀವ್ರತರ ರಕ್ತಸ್ರಾವದಾಗ ವೈದ್ಯರು ನೆರವು ತುರ್ತು ಅಗತ್ಯವಾಗಿರುತ್ತದೆ.

ಪ್ರಶ್ನೆ-3 ಕರ್ನಾಟಕ ರಾಜ್ಯೋತ್ಸವವನ್ನು ಏಕೆ ಆಚರಿಸುತ್ತಾರೆ ?

ಉತ್ತರ-3 ಬ್ರಿಟಿಷರು ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಹಲಾವಾರು ಸಂಸ್ಥಾನಗಳಲ್ಲಿ ಹಂಚಿ ಹೋಗಿದ್ದ ಮುಂಬಯಿ ಕರ್ನಾಟಕ ಹೈದ್ರಾಬಾದ್ ಕರ್ನಾಟಕ ಮದ್ರಾಸಿನ ಆಡಳಿತಕ್ಕೆ ಸೇರಿದ್ದ ಕೆಲವು ಭಾಗಗಳು ಭಾಷವಾರು ಪ್ರಾಂತ್ಯ ವಿಂಗಡನೆಯ ಸಂಧರ್ಭದಲ್ಲಿ ಒಗ್ಗೂಡಿಸಿ ವಿಶಾಲ ಮೈಸೂರು ರಾಜ್ಯ 1956 ರಲ್ಲಿ ಉದಯವಾಯಿತು ನಂತರ ವರ್ಷಗಳಲ್ಲಿ ಹಲಾವಾರು ನಾಡಿನ ಅಭಿಮಾನಿಗಳ ಹೋರಾಟ ಫಲವಾಗಿ 1973 ನವೆಂಬರ್ 1 ಕರ್ನಾಟಕ ಎಂದು ನಾಮಕರಣ ಮಾಡಲಾಯಿತು ಈ ಹೆಸರಾದರೂ ಪ್ರಯುಕ್ತ ಪ್ರತಿವರ್ಷ ನವೆಂಬರ್ 1 ನೇಯ ತಾರೀಖಿನಂದು ಈ ಕರ್ನಾಟಕ ರಾಜ್ಯೋತ್ಸವ ಆಚರಿಸುತ್ತಿದ್ದವೆ

6, ಆಟದ ಮೈದಾನದ ಚೇತ್ರವನ್ನು ತೆಗೆದು ಭಾಗಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ

1X4=04

1. ಗುಂಡು ಎಸೆತದ ಅಂಕಣದ ಚೇತ್ರವನ್ನು ರಚಿಸಿರಿ