தமிழ்க் கல்வி நிலையம், ஹோம்புஷ்

Tamil Study Centre, Homebush Inc.

Postal Address: P O Box 4019, Homebush NSW 2140

www.tsch.org.au info@tsch.org.au

அரையாண்டுப் பரீட்சை 2022

ஆண்டு: 10 திகதி: 18.06.2022

நேரம்: 2 மணித்தியாலங்கள்

ஆசிரியர் : திருமதி. மாலினி சோமாஸ்கந்தன்
செல்வி கவிஜா விக்னேஸ்வரன்

மாணவர் பெயர்: ________________________________

வினாக்கள்	வினா புள்ளி	பெற்ற புள்ளி
வினா 1	20	
வினா 2	10	
வினா 3	10	
வினா 4	20	
வினா 5	10	
வினா 6	10	
வினா 7	20	
மொத்தப் புள்ளிகள்	**100**	

வினா இல	1	புள்ளிகள்	20	பக்கம்	2

பின்வரும் உரை பகுதியை வாசித்து கீழ் உள்ள வினாக்களுக்கு விடை தருக.

உலகம் முழுவதையும் உலக்குகிற முதலாவது பொது சுகாதாரப் பிரச்சனையாக இன்று விளங்குவது “மனசோர்வு” ஆகும். உளநல பிரச்சனைகளில் தடிமன் என்று சொல்லக்கூடிய அளவுக்கு வெகு வேகமாகவும் இலகுவாகவும் பரவும் நோய் இது.

இது உலகம் முழுவதிலும் மிகப் பரவலாகக் காணப்படுகிறது. ஆயினும் தடிமனுக்கும் இதற்கும் ஒரு முக்கிய வேறுபாடு உள்ளது. தடிமனால் ஒருபோதும் மனிதர்கள் இறப்பதில்லை. ஆனால் மனச்சோர்வு எம்மை கொன்று விடலாம்.

உலகத்தில் பொதுவாக எந்த ஒரு காலப்பகுதியிலும் ஆறு வீதமான மக்கள் மனச்சோர்வுக்குரிய அறிகுறிகளைக் காட்டுகின்றார்கள் என்று ஆய்வுகள் தெரிவிக்கின்றன.

உலக நாடுகளின் மாணவர்களிடையே, குறிப்பாக கட்டிளமைப்பருவ மாணவர்களிடையே தற்கொலை முயற்சியின் அதிகரிப்பு வீதம் அதிர்ச்சி தரும் வகையில் அமைந்து காணப்படுகிறது. அதிலும் இலங்கை போன்ற போர் அனர்த்தம் இடம்பெற்ற நாடுகளில் இது மிக அதிகமாக உள்ளது.

எமது மனதில் தோன்றும் எண்ணங்கள் நாம் விடயங்களை உள்வாங்கும் முறை, எமது மனதின் நம்பிக்கைகள், எமது மனப்பாங்குகள் ஆகியவையே எமது உணர்ச்சிகளைத் தீர்மானிக்கின்றன. நாம் மனச்சோர்வுக்கு உள்ளாகும்போது எமது உலகம் முழுவதும் இருண்டு தெரிகிறது.

மனிதர்கள் எல்லோரும் சில நில சந்தர்ப்பங்களில் சந்தோசமற்று இருப்பது வழமை தான். ஆயினும் மனச்சோர்வு என்று வரும்போது அது மிகவும் வலிமை கூடிய நிரந்தர உணர்வாகக் காணப்படும். பாரிய மனச்சோர்வு ஏற்படும் போது எதிர் காலம் நம்பிக்கையற்று காணப்படும். நேரம் மிக மெதுவாக ஊர்வதாகத் தோன்றும். அன்புக்குரிய மனிதர்கள் உருசியான உணவு, விருப்பமான பொழுது போக்குகள் எல்லாம் அர்த்தம் அற்றுக் காணப்படும். அதனால் இவர்கள் மற்றவர்களிடம் இருந்து பெருமளவு விலகி காணப்படுவர். நமது கடமை, பொறுப்புக்களை கவனியாது விட்டுவிடுவர்.

இவர்கள் கதைக்கும் போது நிறைய நேர இடைவெளி விட்டு ஆறுதலாகவே கதைப்பர். இது “பேச்சு வறுமை” எனப்படும். உளச்சோர்வுடன் இருக்கும் போது உடலின் நோய் எதிர்ப்புச் சக்தியும் குறைந்து விடுவதால் அவர்கள் உடல் நோய்களால் பாதிக்கப்படும் சாத்தியங்கள் அதிகரிக்கின்றன.

இவர்கள் உடனே உளவளத்துணையாளர்களிடம் போய் ஆலோசனை பெறலாம். சுவாசப் பயிற்சிகள் செய்யலாம். உச்சாடனம், தளர்வு பயிற்சி ஆகியன செய்வதும் பயன்தரும். இவை உதவாவிட்டால் மருத்துவர்களிடம் சென்று மருந்து பாவிக்க வேண்டும்.

1. உலகில் எத்தனை விதமான மக்கள் ஒரு குறிப்பிட்ட காலப்பகுதியில் மனச்சோர்வுக்கு உள்ளாகின்றார்கள்?

2. தடிமனுக்கும் மனச் சோர்வுக்கும் உள்ள ஒற்றுமை எது?

3. தடிமனுக்கும் மனச்சோர்வுக்கும் உள்ள முக்கிய வேறுபாடு எது?

4. எந்த பருவ மாணவர்களிடம் தற்கொலை முயற்சி வீதம் அதிகமாக உள்ளது?

5. எமது உணர்ச்சிகளைத் தீர்மானிக்கும் விடயங்கள் எவை?

6. மனச்சோர்வு நோயின் குணம் குறிகள் 3 தருக ?

7. பேச்சு வறுமை என்பதால் நீர் விளங்கிக்கொள்வது யாது?

____

____

____

8. மனச்சோர்வு நோயாளர்கள் யாரிடம் உதவிக்கு போகலாம்?

____

____

____

வினா இல	2	புள்ளிகள்	10	பக்கம்	4

இடைவெளி நிரப்பல் (10 புள்ளிகள்)

ஆங்கில சொற்களுக்கு பொருத்தமான தமிழ் சொல்லை எழுதுக

பட்டப்படிப்பு தெரிவுக்காக எனது அக்கா INTERVIEW -------------------- க்குச் செல்கிறார்.

மெல்பனுக்குச் போக வேண்டி உள்ளது. எமது குடும்பம் அவரை சிட்னி airport -------------------------- இல் வழி அனுப்பி வைத்தோம். அக்கா மெல்பன் போய் சேர்ந்ததும் whatsapp ----------------- வழியாக text message ---------------------- அனுப்பியுள்ளார்.

அவரிடம் smartphone ---------------------------- இருக்கிறது. அதிலே அவர் youtube ---------------------------- ஐ பயன்படுத்தி படங்கள் விளையாட்டுகள் பார்ப்பார்.

மேலும் அவர் newspaper------------------------------ magazine------------------------------- வாசிப்பார்.

அவர் skype ---------------------------- இல் நண்பர்களுடனும் உறவினர்களுடனும் கதைப்பார்.

gps ------------------------------- உபயோகித்து மகிழுந்தை ஓட்டுவார்.

வினா இல	3	புள்ளிகள்	10	பக்கம்	5

வாக்கியம் அமைத்தல் (10புள்ளிகள்)

பின்வரும் சொற்களை வைத்து ஏழு சொற்களுக்குக் குறையாமல் வாக்கியம் எழுதுக.

1. திருவள்ளுவர்

____

____

2. கலைவிழா

____

____

3. மழைக்காலம்

____

____

4. கொரோனா தடுப்பூசி

____

____

5. அல்லும் பகலும்

____

____

வினா இல	4	புள்ளிகள்	20	பக்கம்	6

கடிதம் எழுதுதல் (20 புள்ளிகள்)

பின்வரும் தகவல்களை வாசித்து நீர் விளையாட்டுக் கழகத் தலைவர் என்ற முறையில் உள்ளூராட்சி சபைக்கு (Local council) ஒரு கடிதம் எழுதுக

உங்களின் விளையாட்டுக் கழகத்திற்கு கழக உறுப்பினர்களால் பின்வரும் குறைபாடுகள் தரப்பட்டுள்ளன:

- நமது விளையாட்டு மைதானம் மழை கால முடிவில் மேடும் பள்ளமுமாக இருப்பதால் பயன்படுத்துவதற்கு சிரமமாக உள்ளது.
- பெற்றோர் ஒருவரால் கோடைகாலத்தில் புல் வெட்டுவதைத் தவிர பெரும்பான்மையான காலத்தில் புல் வெட்டப்படுவதில்லை.
- பராமரிப்பு இல்லாத நிலையில் விளையாட்டு வீரர்கள் காயத்துக்கு உள்ளாகிறார்கள்.
- நமது விளையாட்டுகள் முடிவடைந்து, நாம் இப்பகுதியை விட்டு சென்ற பின்னர் வேலியை சுற்றி சிலர் தமது வாகனத்தை வேகமாக ஓட்டி மைதானத்தை சூழ உள்ள பகுதிகளை சேதம் அடையச் செய்கிறார்கள். இதனால் அப்பகுதியில் பள்ளங்கள் ஏற்படுகின்றது பார்ப்பதற்கு அலங்கோலமாக உள்ளது.

வினா இல	5	புள்ளிகள்	10	பக்கம்	8

கேட்டுக் கிரகித்தல்

வினாக்கள்	இங்கே குறிப்புகளை எடுக்கவும்
1. யாருக்கு இடையே ஏற்பட்ட அழைப்பு இங்கே குறிப்பிடப்படுகிறது? (2 புள்ளிகள) __________ __________ 2. இராம் எதற்காக தொலைபேசியில் அழைத்தார்? (2 புள்ளிகள்) __________ __________ 3. விமானத்தில் எதைக் கொண்டு செல்லலாம் என கூறப்படுகிறது? யாருக்கு? அதன் பெயர் என்ன? (3 புள்ளிகள்) __________ __________ 4. கீதா ஏன் உண்மையான நண்பர் எனக் கூறினார் விளக்குக (2 புள்ளிகள்) __________ __________ 5. அவள் எத்தனை சீட்டை வாங்க உள்ளார்? (1 புள்ளி) __________ __________	

வினா இல	6	புள்ளிகள்	10	பக்கம்	9

கேட்டுக் கிரகித்தல்

வினாக்கள்	இங்கே குறிப்புகளை எடுக்கவும்
1. கண்ணகியின் கதையை விளக்கும் அரசியல் உண்மை யாது ? (2 புள்ளிகள்) ____________________ ____________________	
2. பொற்கொல்லன் அரசனிடம் என்ன கூறினான்? (2 புள்ளிகள்) ____________________ ____________________	
3. பாண்டியன் செய்த தவறு என்ன? (2 புள்ளிகள்) ____________________ ____________________	
4. பாண்டியன் முன் சென்ற கண்ணகியின் கோலம் எவ்வாறு இருந்தது? (2 புள்ளிகள்) ____________________ ____________________	
5. கண்ணகி எவ்விதம் அரட்டியபடி பாண்டியனைக் காணப் புறப்பட்டாள்? (2 புள்ளிகள்) ____________________ ____________________	

வினா இல	7	புள்ளிகள்	20	பக்கம்	10

கட்டுரை எழுதுதல

- பின்வருவனவற்றுள் ஒன்றை தெரிவு செய்து 150 சொற்களில் கட்டுரை எழுதுக.
- தமிழின் பெருமை என்ற தலைப்பில் உமது தமிழ் பாடசாலையில் நீர் ஆற்ற இருக்கும் உரையை எழுதுக.
- தனிநாயகம் அடிகளாரின் வாழ்க்கையில் அவர் தமிழுக்கு ஆற்றிய சேவையைப் பற்றி கட்டுரை எழுதுக
- சமூகத் தொடர்பு சாதனங்கள் விஞ்ஞான வளர்ச்சியுடன் உணர்வதால் தமிழர் பண்பாடும் பழக்கவழக்கங்களும் தமது தனித்துவத்தை இழந்து அழிந்து போகின்றன இந்தக் கூற்றை மதிப்பீடு செய்து தமிழ்முரசு சஞ்சிகைக்கு ஒரு கட்டுரை எழுதுக.