

**1076 NADI SANGAM
SCHOOLYEAR 7
ENGLISH
WEEKLY HOMESTUDY
PACKAGE 7**

Strand	Short-Stories
Sub Strand	Pacific Island Short Stories
Content Learning Outcome	Read and comprehend given passage

Pacific Folk Tales- *(Children are expected to refer to Pacific Folk Tales and read the story first before attempting these notes and activity)*

A Tale From Lau

Setting: Fiji, Vanuavatu Island

Characters: Tui Tavaina, Adi Lelesiga, Dravukatakata, Kuro (giant devil), Vakatawa (dwarf)

Summary:

The people of Vanuavatu left their village because of a giant named Kuro who used to grab the people and kill them.

Adi Lelesiga was thrown off the canoe by Tui Tavaina who was angry because their child Dravukatakata had been left in the village. She swam to her village and took care of her child who became 16 years old.

The mother told the boy about the giant and how the villagers had left. She also warned him not to go past the second point.

The boy disobeys and meets the giant who invites him for a feast. The giant wanted to trick and kill Dravukatakata but is beaten by him and begs for his life. He floats away on an Ivi tree towards Vitilevu.

Adi Lelesigan and her son lit fire on the hill to signal the villagers who had left. They later returned to their Island and held a big feast to celebrate the brave deed of Dravukatakata.

Activity:

1. Choose a character you like and state why?
2. Choose a character you dis-like and state why?
3. State an exciting event in the story.
4. Write the theme of the story:

1076 NADI SANGAM SCHOOL
WEEKLY HOME STUDY PACKAGE #4

Subject: Mathematics

Year/Level : 7

Strand	M 3: MEASUREMENT
Sub Strand	M 3.4:Time
C L O	<i>Read and write analogue, digital time and 24 hour clock times</i>



The clock uses the positions of the hands to describe the time – the clock is an analog that describes the time of day. A digital clock uses numbers, not hands, to describe the time.


60 min = 1 hour

60s = 1 min

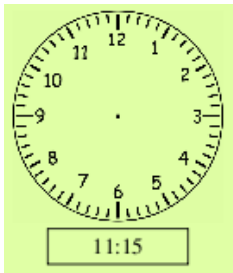
24hours in a day

Exercise


1. Show time shown below in analogue form.



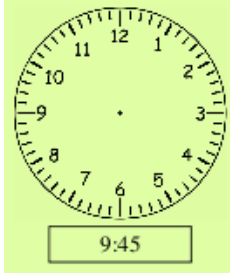
a)



b)




c)

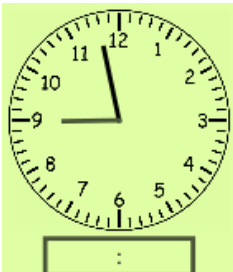


d)


2. Write the following time in digital form.




a)



b)



c)



d)

3. Complete the following.

a) 2h = _____ min

b) 3 min = _____ s

c) 180min = _____ h

d) $\frac{1}{4}$ h = _____ min

e) 15 s = _____ min

f) 48 h = _____ day

4. How many :

i) seconds in an hour?

ii) minutes in a day?

iii) hours in a week?

5. If Jope works 42 hours in a week, calculate

a) the number of hours of work for each day.

b) the number of hours in a week he is not at work.

12 AND 24 HOUR TIME

Normally the time is shown as **Hours : Minutes**. There are 24 Hours in a Day and 60 Minutes in each Hour. Example: **10:25** means 10 Hours and 25 Minutes

Showing the Time

There are two main ways to show the time: "24 Hour Clock" or "AM/PM":

24 Hour Clock: the time is shown as how many hours and minutes since midnight.

AM/PM (or "12 Hour Clock"): the day is split into: the 12 Hours running from Midnight to Noon (the **AM** hours), and the other 12 Hours running from Noon to Midnight (the **PM** hours).

	AM	PM
	Ante Meridiem* <i>Latin for "before midday"</i>	Post Meridiem* <i>Latin for "after midday"</i>
When	Midnight to noon	Noon to midnight
24 Hour Clock:	0:00 to 11:59	12:00 to 23:59

EXERCISE:



1. The following are written in 24-hour time. Rewrite these times in standard 12 hour time, indicating whether they are am or pm.

- | | | |
|----------|----------|----------|
| a) 0420 | b) 1030 | c) 1310 |
| d) 2240 | e) 0959 | f) 2324 |
| g) 00:20 | h) 14:43 | i) 11:01 |

2. Write these times as they would appear on a 24-hour clock.

- | | |
|----------------------------------|------------|
| a) 5:20am | b) 10:50am |
| c) 3:19pm | d) 9:20pm |
| e) half past 2 in the morning | |
| f) 10 past 5 in the afternoon | |
| g) a quarter to 3 in the morning | |
| h) 12 noon | |

3. Change the following time to 12 or 24 hour time.

Program	Time Settings
10:30pm to 11:30pm	22:30 to _____
9:15am to 10:45am	_____ to _____
7:45pm to 9:10 pm	_____ to _____
_____ to _____	05:30 to 06:40
_____ to _____	12:00 to 14:30
_____ to _____	17:55 to 23: 13

1076 NADI SANGAM SCHOOL
YEAR 7
HEALTHY LIVING
HOME STUDY PACKAGE 4

STRAND	Unit 21 FOLLOWING RULES
SUB STRAND	IMPORTANCE OF RULES
CONTENT LEARNING OUTCOMES	➤ Recognize and appreciate the rules that exist in different places and how it benefits everyone

Importance of Rules

Rules are a set of guidelines which when followed ensures desired results and promotes physical and emotional safety.

Different places have different rules. However, all are meant to safeguard individuals at different places and maintain law and order.

Activity

A. In the table below, list down some rules applicable in these settings.

Rules at home	Rules in school	Rules in community/ village

B. Answer the following questions.

- i. Why do you have rules at home?
- ii. Who monitors these rules at home?
- iii. Why do schools need rules?
- iv. Who monitors the rules in your community/village?
- v. If there were no rules in schools, what do you think will happen?

1076 NADI SANGAM SCHOOL

YEAR 7 कक्षा ७

HINDI हिन्दी

WEEKLY HOME STUDY PACKAGE #4

संस्कृति : Culture पाठ तीन

Strand	H संस्कृति
Sub Strand	H मान्सिक विकास
C L O	►सामाजिक, चारित्रिक आध्यात्मिक और व्यवहारिक आचरण ।

संस्कृति और सभ्यता

- विवेक : दादाजी प्रणाम!
- दादाजी : खुश रहो, बेटा विवेक!
- विवेक : दादाजी, आप कहाँ जा रहे हैं?
- दादाजी : बेटा, मैं बाहर टहलने के लिए जा रहा हूँ।
- विवेक : दादाजी, मैं भी आपके साथ चलना चाहता हूँ।
- दादाजी : बड़ी अच्छी बात है बेटा, आओ, हम घूमते हुए मन्दिर तक चलेंगे।
- विवेक : ठीक है दादाजी, वहाँ आप मुझे कुछ अच्छी बातें बतलाएंगे न।
- दादाजी : क्यों नहीं, देखो! वह मन्दिर आगया, आओ हम यहाँ बैठेंगे।
- विवेक : दादाजी, आज आप मुझे संस्कृति और सभ्यता के बारे में बतलाइए।
- दादाजी : देखो बेटा! संस्कृति और सभ्यता का गहरा सम्बन्ध मनुष्य के समाजिक जीवन से होता है। एक जाति में रहकर एक व्यक्ति जो आचार-विचार, कला-कौशल सीखता है वह उसकी संस्कृति कहलाती है। रहन-सहन, पहनावा, और उसका खान-पान सभ्यता कहलाती है। संस्कृति और सभ्यता के द्वारा एक व्यक्ति समाज में रहने का ढंग सीखता है। संस्कृति से मनुष्य की पहचान होती है।
- विवेक : दादाजी, अभी आपने कहा कि सभ्यता और संस्कृति से मनुष्यों की पहचान होती है, इसका क्या मतलब है?
- दादाजी : बेटा, भगवान ने सभी मनुष्यों को एक समान बनाया है लेकिन अलग-अलग लोगों की सभ्यता और संस्कृति का उनके आचार-विचार, कला-कौशल, खान-पान, रहन-सहन पर ऐसा प्रभाव पड़ता है कि उनकी पहचान अलग-अलग हो जाती है। इसलिए हम किसी भी व्यक्ति को देख कर पहचान जाते हैं कि वह किस देश, या किस जाति का व्यक्ति है।
- विवेक : दादाजी, आप यह बतलाइए कि हम अपनी संस्कृति के बारे में कैसे जानकारी प्राप्त कर सकते हैं।

दादाजी : बेटा, सबसे पहले एक बच्चा इन बातों को अपने माता-पिता और परिवार के बड़े-बूढ़ों से सीखता है। बच्चा बड़ा होने पर अपनी मातृभाषा के द्वारा अपनी संस्कृति और सभ्यता को सीखता है। इसलिए सभी बच्चों को अन्य विषयों की पढ़ाई के साथ-साथ अपनी मातृभाषा का अध्ययन भी जरूर करना चाहिए।

विवेक : दादाजी यह बतलाइए कि संस्कृति और सभ्यता का पालन करने से क्या फायदा होता है।

दादाजी : संस्कृति और सभ्यता से हमारे चरित्र में निखार आता है। बच्चे के अन्दर अच्छे गुण आ जाते हैं। वह समाज में सम्मान पाता है। सभी लोग उसकी प्रशंसा करते हैं और वह देश का श्रेष्ठ नागरिक बन जाता है।

विवेक : और क्या फायदा होता है, दादाजी?

दादाजी : जब हम अपने पूर्वजों के जीवन चरित्र और उनके जीवन की आदर्श घटनाओं के विषय में पढ़ते हैं तो उनसे हमें प्रेरणा मिलती है और हम अपने जीवन में अच्छे-बुरे का फैसला कर सकते हैं। हमारी भारतीय संस्कृति का साहित्य भण्डार विशाल है। बेटा, यदि तुम अभी से छोटी-छोटी कहानियाँ पढ़ना शुरू कर दोगे तो इससे तुम्हारा मनोरंजन भी होगा और अच्छी-अच्छी बातें भी सीखने को मिलेंगी।

विवेक : धन्यवाद दादाजी, आपकी बात मुझे बहुत अच्छी लगी।

दादाजी : तो ठीक है, अब घर चलें।

विवेक : जी हाँ दादाजी!

अभ्यास कार्य

१. शब्द और अर्थ - इन्हें पढ़िए, समझिए और लिखिए ।

शब्द और अर्थ	शब्द और अर्थ
आचार - काम करने का ढंग	सम्मान - आदर
विचार - सोचने का ढंग	प्रशंसा - बड़ाई
ढंग - तरीका	श्रेष्ठ - सबसे अच्छा
चरित्र - आचरण	संस्कृति- आचार-विचार, रीति-रिवाज
निखार - स्वच्छता, निर्मलता	सभ्यता- रहन-सहन

२. पाठ के अनुसार वाक्य पूरा कीजिए।

क. संस्कृति और सभ्यता का गहरा सम्बन्ध _____ ।

ख. रहन-सहन, पहनावा और उसका _____ ।

ग. अपनी मातृभाषा के द्वारा अपनी _____ ।

घ. _____ हमारे चरित्र में निखार आता है।

३. इन शब्दों के विपरीत अर्थ वाले शब्द लिखिए।

गुण - _____

दादाजी - _____

फायदा - _____

सभ्य - _____

भाषा - Language [यह कार्य अपनी Grammar Book में कीजिए ।]

1. दीवाली के दिन माँ ने अनेक प्रकार की ---- ----- तैयार कीं । क. मिठाई ख. मिठाईयों ग. मिठाइयाँ घ. मिठाईए	पर्यायवाची (Synonyms) शब्द बतलाइए । 6. शरीर क. सिर ख. बदन ग. उँगली घ. हाथ और पैर
2. रमेश ने समय ----- सभी प्रश्नों का जवाब लिख लिया । क. तक ख. पर ग. में घ. पे	7. महान क. बहुत धनी ख. बहुत छोटा ग. बहुत बड़ा घ. बहुत उँचा
3. मीना ----- शादी नौसोरी में तय हुई है । क. का ख. की ग. कि घ. के	8. कल्याणकारी क. शुभ ख. क्षमा ग. हार घ. ज्ञान
4. आशा है घर पर सभी ----- अच्छे होंगे । क. लोग ख. लोगो ग. लोगों घ. लोगों	विलोम (Opposite) शब्द बतलाइए । 9. विश्वास क. अधर्म ख. अधिकार ग. अविश्वास घ. कुविश्वास
5. परिश्रम का फल चीनी की तरह मीठा ----- है । क. होत ख. होती ग. होते घ. होता	10. सफाई क. गन्दगी ख. अच्छाई ग. गलती घ. बुराई

<p>11. अतुल _____ मौसी के घर घूमने गया है । क. अपने ख. अपना ग. अपनी घ. अपनी</p>	<p>16. नीचे दिए गए शब्दों का पर्यायवाची शब्द लिखिए । १. पास २. ईश्वर</p>
<p>12. शनिवार को हम शहर _____ थे। क. गई ख. गए ग. गई घ. गया</p>	<p>17. नीचे दिए गए शब्द सही क्रम में नहीं हैं । हिन्दी वर्णमाला के अनुसार उन्हें सही क्रम में लिखिए । चाय मेहमान ऊपर नियम</p>
<p>13. नीचे दिए गए शब्दों में से कौन सी वर्तनी सही है ? क. आदमी ख. अदमि ग. अदमी घ. आदमि</p>	<p>18. क्रिया के सही रूप से रिक्त स्थानों की पूर्ति कीजिए । १. रात में लोग चैन की नींद _____ हैं । (सोना) २. बिल्ली को देखकर चूहा _____ गया । (भागना)</p>
<p>14. जन्म शब्द का विलोम शब्द क्या है ? क. उम्र ख. पैदा ग. मरण घ. अमर</p>	
<p>15. सीमा, वानी से जोर दौड़ती है । इस वाक्य में क्रिया शब्द क्या है ? क. जोर ख. वानी ग. सीमा घ. दौड़ती</p>	

समाप्त

**1076 NADI SANGAM SCHOOL
YEAR 7**

SOCIAL SCIENCE

WEEKLY HOMESTUDY 7

Strand	History
Sub Strand	Colonization in the Pacific
Content Learning Outcome	Describe Fiji and its characteristics

New Caledonia

1. This diverse group of people that settled over the Melanesian archipelagos is known as the Lapita. They arrived in the archipelago now known as New Caledonia and the Loyalty Islands around 1500 BC.
2. The Lapita were highly skilled navigators and agriculturists with influence over a large area of the Pacific.
3. From about the 11th century Polynesians also arrived and mixed with the populations of the archipelago.
4. Europeans first sighted New Caledonia and the Loyalty Islands in the late 18th century.
5. The British explorer James Cook sighted Grande Terre in 1774 and named it New Caledonia.
6. Caledonia being the Latin name for Scotland. During the same voyage he also named the islands to the north of New Caledonia the New Hebrides (now Vanuatu)



Activity:

1. Describe the Lapita people.
2. When did the Europeans sight New Caledonia?
3. When did James Cook sight New Caledonia?

4. What is the latin name for Scotland?
5. What was Vanuatu known as before?

1076 NADI SANGAM SCHOOL
YEAR 7
BASIC SCIENCE
HOME STUDY PACKAGE 4

INVESTIGATING MATTER

STRAND	STRAND 3 ENERGY
SUB STRAND	3.1 ENERGY SOURCE AND TRANSFER
CONTENT LEARNING OUTCOMES	<ul style="list-style-type: none">➤ Investigate and illustrate the different energy source and their uses➤ Classifying energy as renewable or non-renewable

SUBSTRAND 3.1: ENERGY SOURCE AND TRANSFER

- The world we live in is full of energy: light, heat, electricity and sound are some of the forms that energy takes.
- Energy is needed for movement and life.
- Most energy comes from the sun which provides heat and light for plants to grow, to keep you warm and let you see.
- Even fuels, such as oil and gas were made from plants that absorbed the sun's energy as they grew millions of years ago.

Potential and Kinetic Energy

- **Food** you eat and **petrol** in a motorbike are forms of stored energy that can be used to make you or the motorbike move.
- These are both "POTENTIAL ENERGY" and they change to "KINETIC ENERGY" when things move.
- In other words **Potential Energy** is the stored energy and Kinetic **Energy** is the energy due to motion
- For example, the food you eat contains chemical energy, and your body stores this energy until you use it when you work or play.

Introduction

- A source of energy is used to make a machine work.
- Likewise when the human body needs to create action, or exert power, the body needs to be given energy.
- To make a bicycle move, someone has to **paddle** it.
- To make a wheel barrow move, someone has to **push** it.
- To make a cart move, something has to **pull** it.
- To paddle, to push, to pull all needs energy from some source.
- Energy is what puts things into action.
- Light and heat energy which comes from the sun is known as solar energy.
- Energy coming from water enables hydro-power.
- Likewise wind energy can power windmills that can generate electricity.

- There are other sources like oil, gas, coal, and even atoms, (the tiny particles that makes up all matter in the universe).
- Coal, oil, and gas are sources of energy called **Fossil Fuels**.
- These sources of energy take millions of years to be formed and so replacement is difficult.

Fuels for Our Bodies

- The food we eat is the fuel that supplies us with energy.
- This energy produces body heat that is required for our bodies' basic activities – such as breathing and heartbeat.

It also gives our muscle the power for lifting, running and jumping

The Power to Make Food

- Much of our food comes from the plant we eat.
- But where do plants get the energy to make this food? They get their energy from the sun in the form of light energy.
- In the presence of chlorophyll, plants trap the sunlight and use carbon dioxide from the air and water from the soil to manufacture food.

Activity

1. Name any three sources of energy you know.
2. Most of our energy comes from the _ _ _
3. Give two examples of fossil fuels.
4. State a disadvantage of using fossil fuel
5. What is potential energy?