

I. கோடிட்ட இடத்தை நிரப்புக.

- அ. [] பயிற்சிகள் நாடித் துடிப்பை அதிகரிக்கும்.
ஆ. [] பயிற்சிகள் தசைநார்களை நெகிழச் செய்யும்.
இ. வெதுப்பல் பயிற்சிகள் சுவாசத்தை [].
ஈ. தணித்தல் பயிற்சிகள் சுவாசத்தை [].
உ. [] பயிற்சிகள் உடல் வெப்ப நிலையைச் சீராக்கும்.
ஊ. [] பயிற்சிகள் உடல் வெப்பத்தை அதிகரிக்கும்.

வெதுப்பல்

அதிகரிக்கும்

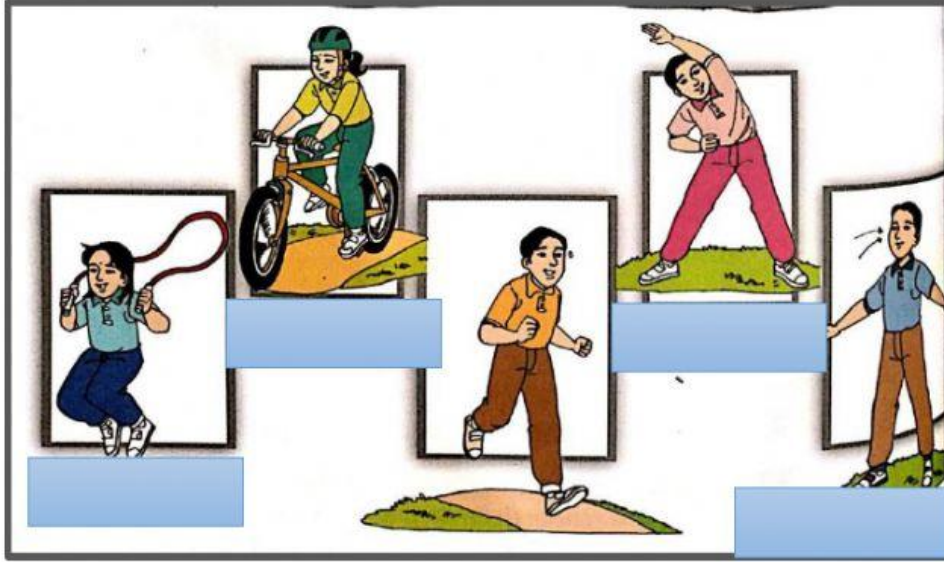
தணித்தல்

தசைநீள்

இயல்பாக்கும்

வெதுப்பல்

சரியான விடையைத் தேர்ந்தெடுக.



ஆக்கம் : திருமதி நா.தனலட்சுமி