

தேசிய வகை கம்போங் சிமீ தமிழ்ப்பள்ளி, ஈப்போ

உடற்கல்வி

ஆண்டு 2

அடிப்படை நீச்சல்

பூர்த்தி செய்க



மிதவையின்றி உதைத்து நீந்து.

கரையைப் பிடித்துக் கொண்டு
காலைத் தூக்கு

மிதவையைப் பிடித்துக் கொண்டு
படபடவென உதை.

மிதவையுடன் சுயமாக உதைத்து நீந்து.