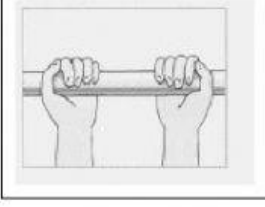


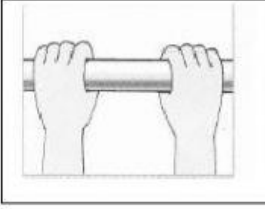
உடற்கல்வி (ஆண்டு 2)

அ) படத்திற்குப் பொருத்தமான பிடித்தல் முறையை எழுதுக.

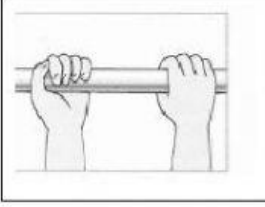
1.



2.



3.



கீழிருந்து பிடித்தல்

மேலிருந்து பிடித்தல்

கைகளை மாற்றி பிடித்தல்

ஆ) தசைகளைப் பெயரிடுக.



வயிற்றுத் தசை

முத்தலைத் தசை

இருதலைத் தசை

மார்பு தசை