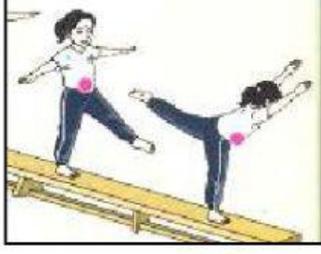


அ. அனைத்து கேள்விகளுக்கும் விடையளி.



1. மேற்காணும் படம் எந்த சீருடற்பயிற்சியைக் குறிக்கின்றது?

A குதித்தலும் தரையிறங்குதலும்	B உடல் சமன்நிலை
C தொங்குதல்	D சுழலுதல்
2. நீளம் தாண்டும் போட்டியில் முதற்சுற்றில் ஒருவருக்கு எத்தனை வாய்ப்புகள் வழங்கப்படும்?

A 2	B 4	C 3	D 5
-----	-----	-----	-----
3. பின்வருவனவற்றுள் எது இசை சீருடற் பயிற்சிக்குப் பயன்படும் உபகரணம் அல்ல?

A துணி	B வளையம்	C கோல்	D கம்பி
--------	----------	--------	---------
4. குதித்தல் நடவடிக்கையில், தரையிறங்கும் போது ஏன் முட்டியை மடக்கி எழும்ப வேண்டும்?

A கால்களின் அழுத்தத்தைக் குறைக்க	B தசைநார்களுக்கு வலு சேர்க்க
C சமன்நிலையைக் குறைக்க	D வேகமாக தரை இறங்க
5. சமனிக்கும் ஆற்றல் _____ ஆகியவற்றை பொருத்து அமையும்.

I	குறுகிய புவி ஈர்ப்பு மையம்
II	அகலமான அடித்தளம்
III	குறுகிய அடித்தளம்
IV	நீண்ட புவி ஈர்ப்பு மையம்

A I, II

B I, III

C III, IV

D II, IV

6. நமது இருதயம், துடிப்பதன் மூலம் _____ நிறைந்த இரத்தத்தை உடல் முழக்கச் செலுத்துகிறது.

A பிராணவாயு

B கரியமிலவாயு

C சத்து

D நீர்

7. பின்வருவனவற்றுள் எது கூடைப்பந்து விளையாட்டில் பந்தை வீசும் திறன் அல்ல?

A தலைக்கு மேல் வீசுதல்

B பந்தை உருட்டுதல்

C நெஞ்சு மட்டத்தில் வீசுதல்

D ஒரு கையால் வீசுதல்

8. கீழ்க்காணும் நடவடிக்கைகளைச் செய்வதன் வழி சக்தியின் வெளிப்பாட்டை உணர முடியும்.

I குண்டு எறிதல்

II பந்தை வீசுதல்

III பந்தை அடித்தல்

IV நின்றல்

A I, II, III

B I, IV

C II, III, IV

D I, II, III, IV

9. பின்வருவனவற்றுள் எது திடல்தட விளையாட்டில் வலியுறுத்தப்படும் திறன் அல்ல ?

A ஓடுதல்

B தாண்டுதல்

C சுழலுதல்

D வீசுதலும் எறிதலும்

10. காற்பந்து விளையாட்டு எத்தனை நிமிடங்களுக்கு விளையாடப்படும்?

A 60

B 70

C 80

D 90