சரியான விடையை இணைத்திடுக

சீராக ஓடி தடைகளைத் தாண்டுவோம்

தாண்டுதல்

தரையிறங்குதல்

பின்னங்கால் தடையைத் தாண்டியதும், முன்னங்காலைச் சட்டென்று கீழே இறக்கவும்

கைகளை விரைவாக வீசவும்

தடையைத் தாண்டுவதற்கு முன்னங்காலை விரைவாகத் தூக்கி நீட்டவும்

முன்னங்கால் தரையைத் தொட்டதும் விரைவாக அடுத்த அடியை வைத்து தொடர்ந்து ஓடவும்

பறப்பதைப் போல உடலைக் கொண்டு வந்து தடைக் கம்பத்தைத் தாண்டவும்

LIVEWORKSHEETS