

அலகு - 05

செயலட்டை

1. சரியான நடத்தலினால் கிடைக்கும் நன்மைகள் 3 இனைக் குறிப்பிடுக?

.....

.....

.....

2. நடத்தலின் போது காலின் எப்பகுதி முதலில் நிலம் படுகிறது?

.....

.....

3. ஒடுதலின் போது முழங்கையானது எத்தனை பாகை மடிந்து அசைகின்றது?

.....

.....

.....

4. ஓட்டப் பயிற்சிக்குரிய செயற்பாடுகள் 2 இனைக் கூறுக?

.....

.....

5. பாய்தல் நிகழ்ச்சியில் நிலம்படும் போது கவனத்தில் கொள்ள வேண்டிய விடயங்கள் 3 இனை எழுதுக?

.....

.....

.....

6. எறிதல் திறன்களை விருத்தி செய்வதற்கான செயற்பாடுகள் 2 இனைக் கூறுக?

.....

.....

7. எறியும் போது கவனத்தில் கொள்ள வேண்டிய அம்சங்கள் எவை?

.....

.....

.....