

செயல்தலை 05
04.புறப்பாடு பற்றிக் கற்போம்

தரம்-08

அலகு-05

01.புறப்பாடு இரண்டு வகைப்படும் இதில் பதுங்கிப் புறப்பாட்டுக்கான கட்டளைகள் எத்தனை?

1. 5 2. 3 3. 2 4. 4

02. 'குறிப்பிற்குச் செல்' - வெடி ஒலி என்ற கட்டளையல் ஆரம்பிக்கும் நிகழ்வு

- 1)100m 2)800m 3)400m 4) 4x400m

03. 100m ஓட்ட நிகழ்ச்சிக்கு பயன்படுத்தப்படும் கட்டளைகள் எவை?

- 1) ஆயத்தம் வெடியொலி
2) வெடியொலி மட்டும்
3) குறிப்பிற்குச்செல், ஆயத்தம், வெடியொலி
4) குறிப்பிற்குச்செல், வெடியொலி

04.மத்திய தூர ஓட்டங்கள் எவை?

- 1)100m, 200m 2)3000m, 5000m 3)10 000m 4)800m, 1500m

05.பின்வருவனவற்றில் பதுங்கிப் புறப்பாட்டைப் பயன்படுத்தி இடம்பெறும் ஓட்ட நிகழ்வுகளைக் கொண்ட தொகுதி எது?

- 1) 100m, 1500m, 5000m 2) 100m, 200m, 400m
3) 800m, 400m, 1500m 4) 1500m, 5000m, 10,000m

06) 100m ஓட்டப்போட்டியில் வெடி ஒலிக்குப் புறப்படும்போது உடலின் எத்தனை பகுதிகள் நிலத்துடன் தொடுகையுறும்?

- 1)5 2)3 3)4 4)2

இடைவெளியை நிரப்புக

புறப்பாடு.....வகைப்படும்.அவை.....என்பன
வாகும்.பதுங்கிப் புறப்பாடுகுறைவான ஓட்ட நிகழ்வுகளுக்கும் நின்று புறப்பாடு
..... மேற்பட்ட நிகழ்வுகளுக்கும் பயன்படுத்தப்படும். வீரர்களின்
.....ஏற்ப பாதம் வைக்கும் முறைகளும் வேறுபடும். பதுங்கிப் புறப்பாடு
..... என மூன்று வகையாக்குவர்.

சரியான விடை தருக?

01.பதுங்கிப் புறப்படும் நிகழ்வுகளை பட்டியற்படுத்துக?

.....

02.பதுங்கிப் புறப்பாட்டிற்கான கட்டளைகளைத் தருக?

.....
.....
.....

03.மத்திய புறப்பாட்டிற்கான செயற்பாட்டொழுங்கை தருக?

.....
.....
.....
.....
.....

04.நின்று புறப்படும் நிகழ்வுகளைத் தருக?

.....
.....
.....
.....

