

VII- SET - C

VII- SET - C		
I.	சரியான விடையைத் தேர்ந்தெடுத்து எழுதுக. 5 x 1 = 5	I. Choose the correct answer. 5 x 1 = 5
1.	இ) 28-30 செ.மீ	c) 28 - 30 cm
2.	அ) கோமுகாசனம்	a) Gomukasana
3.	இ) தாளச்சங்கிலி	c) Lezium
4.	அ) 70 - 75 துடிப்புகள்	a) 70-75 beats
5.	ஈ) அணிநடை	d) Marching
II.	கோடிட்ட இடங்களை நிரப்புக. 5 x 1 = 5	II. Fill in the blanks. 5 x 1 = 5
6.	ஆரஞ்சு	orange
7.	12	12
8.	அர்ஜுனா விருது	Arjuna award / Rajiv Gandhi Kel Ratna Award
9.	16	16
10.	பாரிஸ்	Paris
III.	பொருத்துக. 5 x 1 = 5	III. Match the following. 5 x 1 = 5
11.	ஓட்டப்போட்டி - 100 மீட்டர்	Track event - 100 mts
12.	தயான்சந்த் - வளைகோல் பந்து	Dhayanchand - Hockey
13.	சதுரங்கம் - குதிரை	Chess - Knight
14.	போக்குவரத்து விதிமுறைகள் - வரிக்கடவை (Zebra crossing)	Traffic rules - Zebra crossing
15.	சூரிய நமஸ்காரம் - 12 நிலைகள்	Suryanamaskar - 12 steps
IV.	சரியா தவறா எனக் கூறுக. 5 x 1 = 5	IV. True or False. 5 x 1 = 5
16.	தவறு	False
17.	சரி	True
18.	சரி	True
19.	தவறு	False
20.	சரி	True
V.	குறுகிய விடையளி. 5 x 2 = 10	V. Short answers. 5 x 2 = 10
21.	முதன்மை விளையாட்டுகள்: கால்பந்து, வளைகோல் பந்து, கையுந்து பந்து. (பொருத்தமான விடைகளுக்கு மதிப்பெண் வழங்கவும்)	Major games: Football, Hockey, Volleyball. (Relevant answers marks can be given)
22.	எறியும் போட்டிகள்: குண்டு எறிதல், வட்டு எறிதல், ஈட்டி எறிதல். (பொருத்தமான விடைகளுக்கு மதிப்பெண் வழங்கவும்)	Throwing events: Shot put, Discus, Javelin throw, Hammer throw. (Relevant answers marks can be given)

23.	நின்ற நிலை ஆசனங்கள்: தடாசனம், திரிகோணாசனம், சக்கராசனம். (பொருத்தமான விடைகளுக்கு மதிப்பெண் வழங்கவும்)	Four standing asanas: Tadasana, Trikonasana, Chakrasana, Padahastana. (Relevant answers marks can be given)
24.	கால்பந்தாட்டத்தின் அடிப்படைத் திறன்கள்: கடத்துதல் மற்றும் பெறுதல், படப்பிடிப்பு, தலைப்பு, பந்தினை இழுத்து அடித்தல், முடிவெடுத்தல், பந்திலிருந்து ஓடுதல். (பொருத்தமான விடைகளுக்கு மதிப்பெண் வழங்கவும்)	Fundamental skills in football: Passing and receiving, shooting, dribbling, trapping, heading, decision making, running off the ball. (Relevant answers marks can be given)
25.	நல்ல ஆரோக்கியம் மற்றும் ஊட்டச்சத்திற்கு ஆரோக்கியமான உணவு அவசியம். இது உடல் சூடு, நீரிழிவு மற்றும் புற்றுநோய் ஆகியவற்றில் இருந்து உடலைப் பாதுகாக்கிறது. (பொருத்தமான விடைகளுக்கு மதிப்பெண் வழங்கவும்)	Healthy food habits: Healthy diet is essential for good health and nutrition. It protects you against heart disease, diabetes and cancer. (Relevant answers marks can be given)
VI.	விரிவான விடையளி. (இரண்டு மட்டும்) 2 x 5 = 10	VI.Detail answers (any two). 2 x 5 = 10
26.	<p>விளையாட்டு தின விழா:</p> <p>பள்ளியில் எனக்கு மிகவும் பிடித்த நாள் விளையாட்டு நாள். விளையாட்டு நாள் என்பது மிகவும் உற்சாகமான மற்றும் மகிழ்ச்சியான நாளாகும், ஒவ்வொரு மாணவரும் வெவ்வேறு வகையான நிகழ்வுகளில் பங்கேற்கலாம் என்று எதிர்பார்க்கிறார்கள். தனிப்பட்ட முறையில், நான் விளையாட்டு தினத்தை ரசிக்கிறேன், ஒவ்வொரு ஆண்டும் அதை எதிர்நோக்குகிறேன். ஆர்வமுள்ள பார்வையாளர்களுக்கு முன்னால் எனது தடகள திறன்களை வெளிப்படுத்த இது எனக்கு உதவுகிறது.</p> <p>எங்கள் பள்ளி மாணவர்கள் கால்பந்து, குத்துச்சண்டை, கபடி, டேபிள் டென்னிஸ் மற்றும் ஜூடோ போன்ற பல்வேறு விளையாட்டுகளில் பங்கேற்று மாவட்டம், மாநிலம் மற்றும் தேசிய அளவில் பல்வேறு</p>	<p>Sports day celebration:</p> <p>Sports day is my favourite day in school. Sports day is a very exciting and happy day that every student looks forward to every student can participate in different types of events. Personally, I enjoy sports day and look forward to it every year. It helps me showcase my athletic abilities in front of an enthusiastic audience.</p> <p>Our school students excel at various levels at district, state and national by participating in different games football, boxing, kabaddi, table tennis and judo. Apart from giving students opportunities. We foster their level of confidence with words of appreciation along with prizes and awards at events organised in the school.</p> <p>(Relevant answers marks can be given)</p>

<p>தொகுப்பு மற்றும் இரத்த ஓட்டத்தை தூண்டுகிறது.</p> <p>கோமுகாசனம்: இந்த ஆசனம் இடுப்பு, கைகள், தொடைகள் மற்றும் முதுகை நீட்டுகிறது, இது தசை தளர்வுக்கு உதவுகிறது.</p> <p>வக்ராசனம்: இது உடலை நெகிழ வைக்கிறது மற்றும் தொப்பையை குறைக்கிறது மற்றும் செரிமானத்தை மேம்படுத்த உதவுகிறது.</p> <p>(பொருத்தமான விடைகளுக்கு மதிப்பெண் வழங்கவும்)</p>	
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--