



மாகாண கல்வித் திணைக்களம் - வாராந்தப் பாடசாலை

பாடம்: சுகாதாரமும் உடற்கல்வியும்

வாரம் - 6

தரம்: 11

ஆக்கம்: ஆசிரியை M.W.F. மிப்ராஸ்  
கே/வர/ பாபுல் ஹஸன் மத்திய கல்லூரி

பகுதி - 1  
வினையபட்டு முகாமைத்துவத்திற்கு பங்களிப்பு செய்வோம்

சரியான விடையின் கீழ்க் கோடிடுக.

1. ஒழுங்கமைப்பின் குறிக்கோள்கள், நோக்கங்கள், கொள்கைகள், உபாய வழிகள் மற்றும் திட்டமிடல் போன்றவற்றுக்கு பொறுப்பானவர் யார்?

I. உரிமையாளர் II. அதிபர் III. முகாமையாளர் IV. ஆசிரியர்

2. பாடசாலை மட்டத்தில் உயர்நிலை முகாமையாளர் யார்?

I. அதிபர் II. முகாமையாளர் III. உரிமையாளர் IV. ஆசிரியர்

3. உடற்கல்வி முகாமைத்துவத்தில் எது முக்கியமானது?

I. தனி முகாமைத்துவம் II. கலப்பு முகாமைத்துவம்  
III. கூட்டு முகாமைத்துவம் IV. வள முகாமைத்துவம்

4. வினையாட்டுப் போட்டியில் உள்ள குழுக்களில் அடங்காதது.

I. பிரதான ஒழுங்கமைப்புக் குழு II. நிதிக்குழு III. சான்றிதழ் குழு IV. அமைப்பாளர் குழு

5. நிரற் போட்டியில் அடங்காதவையை குறிப்பிடுக.

I. விலகல் முறை II. சுற்றுகை முறை III. சுழற்சி முறை IV. சவால் முறை

6. சுழற்சி முறையில் ஏழு அணிகளைக் கொண்ட போட்டி ஒன்றில், நடாத்த வேண்டிய போட்டிகளின் எண்ணிக்கை யாது?

I. 21 II. 32 III. 15 IV. 43

7. விலகல் முறையில் ஒழுங்கமைப்புச் செயற்பாடுகள் எவ்வாறானது?

I. சிரமம் II. ஓரளவு சிரமம் III. ஓரளவு இலகு IV. இலகு

8. பாடசாலை மட்டத்தில் உயர் நிலை முகாமையாளர் யார்?

I. அதிபர் II. பிரதி அதிபர் III. மாணவர் IV. ஆசிரியர்

9. முகாமையாளரிடம் இருக்க வேண்டியப ண்பு யாது?

I. நெகிழ்வுடன் பணியாற்றுதல் II. கோபப்படுதல் III. அடித்தல் IV. அழுதல்

10. பாடசாலையின் முகாமை செய்யத்தக்க உடற்கல்வி வேலைத்திட்டங்களின் பிரதான பிரிவுகள் எத்தனை?

I. 3 II. 5 III. 6 IV. 2

## பகுதி - 2

1.
  - I. பாடசாலை ஒழுங்கமைப்பு கட்டமைப்பு மாதிரி ஒன்றை வரைக.
  - II. ஒழுங்கமைப்பாளரிடம் இருக்க வேண்டிய சிறப்பம்சங்களைத் தருக.
  - III. பின்பற்றுநரிடம் இருக்க வேண்டிய இயல்புகள் எவை?
2.
  - I. பாடசாலையில் முகாமை செய்யத்தக்க கட்டாய உடற்கல்வி வேலைத்திட்டங்கள் எவை?
  - II. இணைப்பாடவிதான செயற்பாடுகள் சில தருக.
  - III. இல்ல விளையாட்டுப் போட்டியின் பிரதானமான மூன்று ஒழுங்கமைப்புகளும் எவை?
3.
  - I. நிரற் போட்டிகள் (Tournament) பற்றி உமது விளக்கம் யாது?
  - II. நிரற் போட்டி முறைகள் எவை?
  - III. விலகல் முறையை விளக்குக.
4.
  - I. 7 அணிகள் பங்குபற்றும் உதைப்பந்தாட்ட சுற்றுப்போட்டியின் சுழற்சி முறையிலான அட்டவணையைத் தயாரிக்க.
  - II. விலகல் மற்றும் சுழற்சி முறை போட்டிகளின் அனுகூல, பிரதிகூல ஒப்பீட்டை அட்டவணை மூலம் விளக்குக.