

வினாத்தாள்  
வரிசை

A

பதிவு  
எண்

2011

உடற்பயிற்சிக் கல்வி

அனுமதிக்கப்பட்டுள்ள நேரம் : 3 மணி ]

[ மொத்த மதிப்பெண்கள் : 300

வினாக்களுக்கு பதிலளிக்குமுன் கீழ்க்கண்ட அறிவுரைகளை கவனமாகப் படிக்கவும்

முக்கிய அறிவுரைகள்

- இந்த வினாத் தொகுப்பு ஒரு மேலுறையை (இந்த பக்கத்தை)க் கொண்டுள்ளது. தேர்வு தொடங்கும் நேரத்தில் வினாத்தொகுப்பைத் திறக்கும்படி கண்காணிப்பாளர் கூறும் வரையில் மேலுறையைத் திறக்கக் கூடாது. வினாத்தொகுப்பைத் திறக்கும்படியான செய்கை கண்காணிப்பாளரிடமிருந்து பெற்றவுடன் மேலுறையின் வலதுபுறத்தை கவனமாக கிழித்துத் திறக்க வேண்டும். அதன்பின் கேள்விகளுக்கு விடையளிக்கத் தொடங்கலாம்.
- இந்த வினாத் தொகுப்பு 200 வினாக்களைக் கொண்டுள்ளது.
- எல்லா வினாக்களுக்கும் விடையளிக்கவும், எல்லா வினாக்களும் சமமான மதிப்பெண்கள் கொண்டவை.
- வினாத் தொகுப்பு [A], [B], [C] அல்லது [D] என நான்கு வரிசைகளில் அச்சிடப் பட்டுள்ளது. (இந்தப் பக்கத்தின் இடது மேல் மூலையில் உள்ள கட்டத்தைப் பார்க்கவும்) விண்ணப்பதாரர் வினாத்தாள் வரிசையை விடைத்தாளில் அதற்கென அமைந்துள்ள இடத்தில் குறித்துக் காண்பிக்க வேண்டும். உதாரணமாக ஒரு விண்ணப்பதாரர் [A] என்னும் வினாத் தொகுப்பு பெற்றிருந்தால் அவர் அதை தன்னுடைய விடைத்தாளின் இரண்டாம் பக்கத்தில் கீழே காண்பித்துள்ளவாறு நீலம் அல்லது கருமை நிற மையுடைய பந்துமுனைப் பேனாவினால் குறித்துக் காட்ட வேண்டும்.

[A] [B] [C] [D]

- உங்களுடைய பதிவு எண்ணை இந்தப் பக்கத்தின் வலது மேல் மூலையில் அதற்கென அமைந்துள்ள இடத்தில் நீங்கள் எழுத வேண்டும். வேறு எதையும் வினாத் தொகுப்பில் எழுதக் கூடாது.
- விடைகளைக் குறித்துக் காட்ட என், விடைத்தாள் ஒன்று உங்களுக்கு கண்காணிப்பாளரால் தனியாகத் தரப்படும். விடைத்தாளின் முதல் பக்கத்தில் உங்களுடைய பதிவு எண், பெயர் மற்றும் கேட்டுள்ள விபரங்களை நீங்கள் எழுத வேண்டும்:- தவறினால் உங்களது விடைத்தாள் செல்லாததாகக்கப்படும்.
- உங்களுடைய பதிவு எண், தேர்வுத்தாள் எண் முதலியவற்றையும் விடைத்தாளின் இரண்டாம் பக்கத்தில் அவைகளுக்காக அமைந்துள்ள இடங்களில் நீலம் அல்லது கருமை நிற மையுடைய பந்துமுனைப் பேனாவினால் குறித்துக் காட்ட வேண்டும். மேற்கண்ட விபரங்களை விடைத்தாளில் நீங்கள் குறித்துக் காட்டத் தவறினால் உங்கள் விடைத்தாள் செல்லாததாகக்கப்படும்.
- ஒவ்வொரு வினாவும் (A), (B), (C) மற்றும் (D) என நான்கு விடைகளைக் கொண்டுள்ளது. நீங்கள் அவைகளில் ஒரே ஒரு சரியான விடையைத் தேர்வு செய்து விடைத்தாளில் குறித்துக் காட்ட வேண்டும். ஒன்றுக்கு மேற்பட்ட சரியான விடைகள் ஒரு கேள்விக்கு இருப்பதாகக் கருதினால் நீங்கள் மிகச் சரியானது என்று எதைக் கருதுகிறீர்களோ அந்த விடையை விடைத்தாளில் குறித்துக் காட்ட வேண்டும். எப்படியாயினும் ஒரு கேள்விக்கு ஒரே ஒரு விடையைத்தான் தேர்ந்தெடுக்க வேண்டும். உங்களுடைய மொத்த மதிப்பெண்கள் நீங்கள் விடைத்தாளில் குறித்துக் காட்டும் சரியான விடைகளின் எண்ணிக்கையைப் பொறுத்தது.
- விடைத்தாளில் ஒவ்வொரு கேள்வி எண்ணிற்கும் எதிரில் [A], [B], [C] மற்றும் [D] என நான்கு விடைக்கட்டங்கள் உள்ளன. ஒரு கேள்விக்கு விடையளிக்க நீங்கள் சரியென கருதும் விடையை ஒரே ஒரு விடைக்கட்டத்தில் மட்டும் பந்து முனைப் பேனாவினால் குறித்துக் காட்ட வேண்டும். ஒவ்வொரு கேள்விக்கும் ஒரு விடையைத் தேர்ந்தெடுத்து விடைத்தாளில் குறிக்க வேண்டும். ஒரு கேள்விக்கு ஒன்றுக்கு மேற்பட்ட விடையளித்தால் அந்த விடை தவறானதாக கருதப்படும். உதாரணமாக நீங்கள் (B) என்பதை சரியான விடையாகக் கருதினால் அதை பின்வருமாறு குறித்துக் காட்ட வேண்டும்.

[A] [C] [D]

- நீங்கள் வினாத் தொகுப்பின் எந்தப் பக்கத்தையும் நீக்கவோ அல்லது சிழிக்கவோ கூடாது. தேர்வு நேரத்தில் இந்த வினாத் தொகுப்பினையோ அல்லது விடைத்தாளையோ தேர்வுக் கூடத்தை விட்டு வெளியில் எடுத்துச் செல்லக்கூடாது. தேர்வு முடிந்தபின் நீங்கள் உங்களுடைய விடைத்தாளைக் கண்காணிப்பாளரிடம் கொடுத்து விட வேண்டும். இவ்வினாத் தொகுப்பினையே தேர்வு முடிந்தவுடன் நீங்கள் உங்களுடன் எடுத்துச் செல்லலாம்.
- மேற்கண்ட விதிகளில் எதையாவது மீறினால் தேர்வாணையம் முடிவெடுக்கும் நடவடிக்கைகளுக்கு உள்ளாக நேரிடும் என அறிவுறுத்தப்படுகிறது.
- ஆங்கில வடிவில் கொடுக்கப்பட்டுள்ள குறிப்புகள்தான் முடிவானதாகும்.
- வினாத் தொகுப்பில் விடையை குறியிடவோ, குறிப்பிட்டுக் காட்டவோ கூடாது.

SEE BACKSIDE OF THIS BOOKLET FOR ENGLISH VERSION OF INSTRUCTIONS

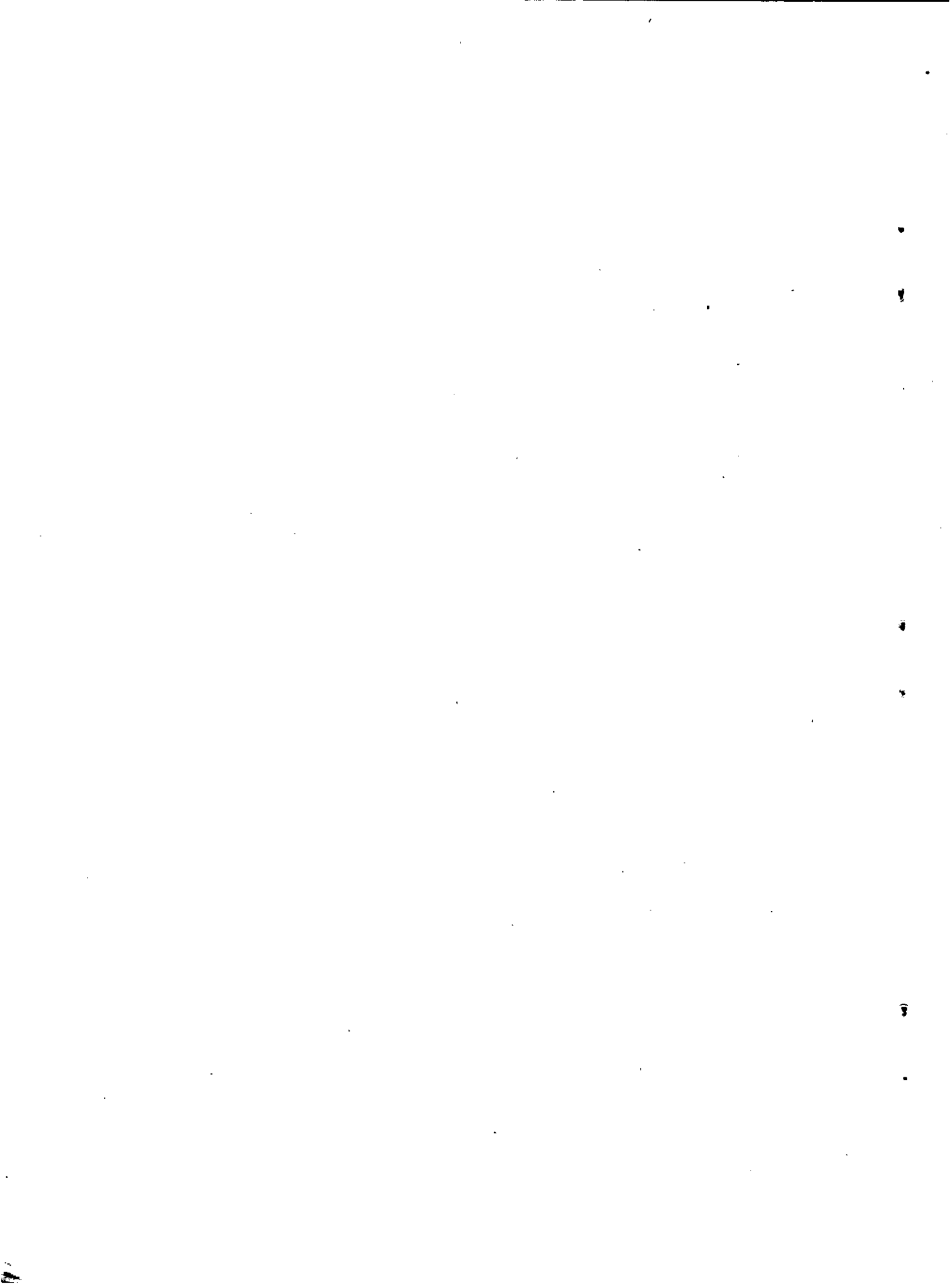
F 1111

x 2301

23000

[ Turn over

வினாத் தொகுப்பின் இடதுமேலுறையை கண்காணிப்பாளர் கூறும் வரையில் கிழிக்கக் கூடாது



1. இதயத்தின் செயல்பாட்டை மிகவும் முடுக்குகின்ற உடற்திறன் பண்பு

- A) உடல்பாகங்களை விரைவாகத் திருப்பும் தன்மை
- B) வளையுந்தன்மை
- C) வலிமை
- D) விரைவு.

The greatest acceleration of the heart occurs in exercise of

- A) agility
- B) flexibility
- C) strength
- D) speed.

2. இதயத்தின் செயல்பாட்டை மிகவும் மிதமாக்குகின்ற உடற்திறன் தகுதிப் பண்பு

- A) வலிமை
- B) தாங்கும் திறன்
- C) விரைவு
- D) சக்தி.

The smallest acceleration of the heart occurs in exercise of the fitness component of

- A) strength
- B) endurance
- C) speed
- D) power.

3. அனரோபிக் மற்றும் ஏரோபிக் சக்திகள் ஒருங்கிணைந்து செயல்படும் தடகளப் போட்டிகள்

- A) விரைவு ஓட்டங்கள்
- B) நீளம் தாண்டும் போட்டிகள்
- C) மித தூர ஓட்டப் போட்டி
- D) எறிதல் போட்டிகள்.

A blend of the both anaerobic and aerobic energy sources would be activated in athletics in

- A) sprint events
- B) jumping events
- C) middle distance running events
- D) throwing events.

4. அதிவிரைவு முறுக்கப்பட்ட தசைநார்கள் அதிகம் பயன்படும் விளையாட்டு

- A) நீச்சல்
- B) பளுதூக்குதல்
- C) படகுப் போட்டி
- D) மிதிவண்டிப் போட்டி.

Fast twitch muscle fibres are better adapted sports in

- A) swimming B) weight lifting  
C) rowing D) cycling.

5. மிதமாக முறுக்கப்பட்ட தசைநார்கள் அதிகம் பயன்படும் விளையாட்டு

- A) மிதிவண்டிப் போட்டிகள் B) கால்பந்து  
C) கூடைப்பந்து D) வளைகோல் பந்தாட்டம்.

Slow twitch muscle fibres are better suited in sports in

- A) cycling races B) soccer  
C) basketball D) hockey.

6. உடல் இயக்கத்தை அறிதல் என்பது

- A) உருவகப்படுத்துதல் B) சார்பியக்கம்  
C) இயக்கம் D) தாவுதல்.

Awareness of the body is

- A) kinesthetic sense B) kinetic movement  
C) movement D) depth jumping

7. கீழ்க்கண்டவற்றில் சரியான விடையைத் தேர்ந்தெடுத்து எழுதுக :

உடற்கல்வியின் குறிக்கோள்(கள்) என்பது(வை)

- I. நோக்கங்கள்  
II. தேவைகள்  
III. இலக்குகள்  
IV. வெளிப்பாடு.

இவற்றுள் :

- A) I மட்டும் சரியானது B) I மற்றும் III சரியானவை  
C) I, II மற்றும் III சரியானவை D) அனைத்தும் சரியானவை.

Consider the following statements :

Objective(s) of physical education include(s)

- I. Aims
- II. Purposes
- III. Goals
- IV. Desired outcomes.

Of these

- A) I alone is correct
- B) I & III are correct
- C) I, II and III are correct
- D) all are correct.

8. நன்மதிப்பு, வாழ்த்துக்கள் மற்றும் நடத்தை ஆகியவற்றைக் கொண்ட குறிக்கோள்

- A) உடல்
- B) மனமகிழ்
- C) ஒழுக்கம்
- D) மனவெழுச்சி.

..... objective is involved with attitudes, appreciations and values.

- A) Physical
- B) Recreational
- C) Affective
- D) Emotional.

9. மனிதர்களுடன் தன்னை இணைத்து செயல்படுத்த வைக்க உதவும் குறிக்கோள்

- A) மனமகிழ்
- B) சமூக மேம்பாடு
- C) மனவெழுச்சி
- D) அறிவாண்மை.

..... development is helping individuals to adjust with the group.

- A) Recreational
- B) Social
- C) Emotional
- D) Cognitive.

10. உடற்கல்வியின் முதன்மையான, ஆதாரமான குறிக்கோள்

- A) ஆன்மீக வளர்ச்சி
- B) மனமகிழ் வளர்ச்சி
- C) மனவெழுச்சி வளர்ச்சி
- D) உடல் மேலாண்மை வளர்ச்சி.

..... is the basic objective of physical education.

- A) Spiritual development                      B) Recreational development  
C) Emotional development                      D) Organic development.

11. ஆரோக்கியம் தொடர்பான உடற்திறன் பண்புகளில் மிகவும் முக்கியமானது

- A) திசைமாறும் தன்மை  
B) சமநிலை  
C) இருதயத்தின் இரத்த ஓட்ட தாங்குதிறன்  
D) சக்தி.

..... is an important component of health-related physical fitness.

- A) Agility    B) Balance  
C) Cardiovascular endurance                      D) Power.

12. இயக்கம் தொடர்பான உடற்திறன் பண்புகளில் ஒன்று

- A) வளையும் தன்மை                              B) தாங்குதிறன்  
C) வலிமை    D) விரைவு.

..... is one of the components of motor-related physical fitness.

- A) Flexibility    B) Endurance  
C) Strength    D) Speed.

13. ஆரோக்கியம் தொடர்பான உடற்திறன் பண்புகளில் ஒன்று

- A) வளையும் தன்மை                              B) விரைவு  
C) ஒருங்கிணைந்த நிலை                      D) விரைந்து செயல்படும் காலம்.

..... is one of the components of health-related physical fitness.

- A) Flexibility    B) Speed  
C) Coordination    D) Reaction time.

14. பிளேட்டோவின் கூற்றுப்படி 'இரு குதிரைகள் ஒரு சேர செல்லும் போது எவ்வாறு ஒரு இரதம் நன்கு செல்லுமோ அது போல மனிதனின் உடலுடன் ஒரு சேர இயங்க வேண்டியது'

- A) இயக்கம்    B) செயல்பாடு  
C) உள்ளம்    D) ஆன்மீகம்.

According to Plato, "Body and ..... should be driven alike like a pair of horses that hitched to a shaft".

- A) motion  
B) movement  
C) mind  
D) spirit.

15. கீழ்க்கண்ட கூற்றுகளை ஆய்க :

உடற்கல்வியின் குறிக்கோள்(கள்)

- I. உடல் வளர்ச்சி  
II. நரம்புமற்றும் தசைகளின் ஒருங்கிணைப்பு  
III. மனமகிழ் வளர்ச்சி  
IV. அறிவு வளர்ச்சி.

இவற்றுள் :

- A) I மட்டும் சரியானது  
B) I மற்றும் III சரியானவை  
C) I, II மற்றும் III சரியானவை  
D) அனைத்தும் சரியானவை.

Consider the following statements :

The objective(s) of physical education is(are)

- I. physical development  
II. neuromuscular development  
III. recreational development  
IV. cognitive development.

Of these

- A) I alone is correct  
B) I & III are correct  
C) I, II and III are correct  
D) all are correct.

16. ஆதார சமூகத் தேவை என்பது

- A) பணம்  
B) அன்பு  
C) கல்வி  
D) புகழ்.

Basic social need is

- A) finance B) love  
C) education D) praise.

17. உடற்கல்வி என்பது

- A) ஒரு நல்ல பிரஜை என்ற ஆர்வ உணர்வு  
B) நாட்டினை வளர்ப்பது  
C) ஒரு தனிமனிதனின் ஒட்டு மொத்த வளர்ச்சிக்கு உதவுவது  
D) தீர்மானித்தல்.

Physical Education is

- A) to display the spirit of citizenship  
B) to build the nation  
C) all-round holistic development of the individual  
D) for determination.

18. ஒவ்வொரு கிரிக்கெட் ஸ்டெம்பின் நீளம் எவ்வளவு ?

- A) 28 அங்குலங்கள் B) 32 அங்குலங்கள்  
C) 2 அடி D)  $2\frac{1}{2}$  அடி.

What is the length of each stump in Cricket ?

- A) 28 inches B) 32 inches  
C) 2 ft D)  $2\frac{1}{2}$  ft.

19. ஜான் டூவே பின்வருவனவற்றுள் எதற்கு தந்தை என்று அழைக்கப்படுகிறார் ?

- A) சாத்திய கூறு B) உண்மை  
C) மனோபாவம் D) இயற்கையாக.

John Dewey is referred to as the father of

- A) pragmatism B) realism  
C) idealism D) naturalism.



20. உடற்கல்வியின் நோக்கம் என்ன ?

- A) உடனடி இலக்கு  
B) நிறைவான இலக்கு  
C) இறுதி இலக்கு  
D) எண்ணிலடங்கா இலக்கு.

The aim of physical education is

- A) immediate goal  
B) ultimate goal.  
C) final goal  
D) infinite goal.

21. உடற்பயிற்சிக் கல்வியின் அடிப்படை நோக்கம்

- A) உடல் வளர்ச்சி  
B) கலாச்சார வளர்ச்சி  
C) பொருளாதாரத் திறன்  
D) தனிநபர் வளர்ச்சி.

The primary objective of the physical education is

- A) organic growth  
B) cultural growth  
C) economic efficiency  
D) individual status.

22. எந்த ஒலிம்பிக் விளையாட்டுகளில், கூடைப்பந்து காட்சி ஆட்டமாக விளையாடப்பட்டது ?

- A) ஆம்ஸ்டேம், 1928  
B) பெர்லின், 1936  
C) புனித லூயிஸ், 1904  
D) லாஸ் ஏஞ்சலெஸ், 1932.

In which Olympic Games, was the Basketball game played as a demonstration game ?

- A) 1928, Amsterdam  
B) 1936, Berlin  
C) 1904, St. Louis  
D) 1932, Los Angeles.

23. எப்.ஐ.வி.பி. ( F.I.V.B. )- அகில உலக கையுந்துபந்து சம்மேளன சங்கம் ஆரம்பிக்கப்பட்ட வருடம்

- A) 1950  
B) 1947  
C) 1948  
D) 1952.

Federation of International Volleyball Association ( F.I.V.B. ) was formed in the year

- A) 1950  
B) 1947  
C) 1948  
D) 1952.

24. இந்தியாவில் கிரிக்கெட்டைக் கட்டுப்படுத்தும் அமைப்பு ( பி.சி.சி.ஐ ) ஆரம்பித்த வருடம்

- A) 1928 B) 1926  
C) 1930 D) 1925.

The Board of Control for Cricket in India ( B.C.C.I. ) was established in the year

- A) 1928 B) 1926  
C) 1930 D) 1925.

25. இந்தியாவில் எந்த விளையாட்டுக்கு முதன் முதலாக சம்மேளனம் ஆரம்பிக்கப்பட்டது ?

- A) வளைகோல் B) பளுதூக்குதல்  
C) கால்பந்து D) நீச்சல்.

For which game was the first federation formed in India ?

- A) Hockey B) Weight lifting  
C) Football D) Swimming.

26. எந்த வருடத்தில் இந்திய கூடைப்பந்து சம்மேளனம் தொடங்கப்பட்டது ?

- A) 1950 B) 1951  
C) 1954 D) 1952.

In which year was Basketball Federation of India formed ?

- A) 1950 B) 1951  
C) 1954 D) 1952.

27. 'ஆண்டனா' இந்த விளையாட்டில் பயன்படுகிறது

- A) கால்பந்து B) கூடைப்பந்து  
C) கை எறிபந்து D) கையுந்து பந்து.

'Antenna' was used in

- A) Football B) Basketball  
C) Handball D) Volleyball.

28. கைப்பந்தின் எடை

- A) 400 கிராமிலிருந்து 430 கிராம் வரை B) 410 கிராமிலிருந்து 420 கிராம் வரை  
C) 400 கிராமிலிருந்து 450 கிராம் வரை D) 425 கிராமிலிருந்து 475 கிராம் வரை.

The weight of Handball is to be in-between

- A) 400 to 430 grams B) 410 to 420 grams  
C) 400 to 450 grams D) 425 to 475 grams.

29. இந்தியாவில் கபடி விளையாட்டை கட்டுப்படுத்தும் அமைப்பு

- A) ஏ.கே.ஏ.ஐ B) ஏ.கே.எப்.ஐ  
C) ஐ.கே.ஏ D) ஐ.எப்.கே.

The controlling authority for Kabaddi in India is

- A) AKAI B) AKFI  
C) IKA D) IFK.

30. கபடி விளையாட்டு ..... ஒலிம்பிக்கில் செய்முறையாக காட்டப்பட்டது.

- A) ரோம், 1960 B) பார்சிலோனா, 1992  
C) அட்லாண்டா, 1996 D) பெர்லின், 1936.

The game Kabaddi was demonstrated in the ..... Olympic Games.

- A) 1960, Rome B) 1992, Barcelona  
C) 1996, Atlanta D) 1936, Berlin.

31. முதலாவது உலக கோப்பை கால்பந்து போட்டி நடைபெற்ற ஆண்டு

- A) 1940 B) 1930  
C) 1942 D) 1938.

The first World Cup Football Tournament was held in the year

- A) 1940 B) 1930  
C) 1942 D) 1938.

32. முதலாவது ஆசிய கோப்பை கால்பந்து போட்டி நடைபெற்ற இடம்

- A) கொரியா B) இந்தியா  
C) ஹாங்காங் D) ஜப்பான்.

The first Football Asian Cup was held at

- A) Korea B) India  
C) Hong Kong D) Japan.

33. அகில இந்திய வளைகோல்பந்து சம்மேளனம் உருவாக்கப்பட்ட ஆண்டு

- A) 1925 B) 1928  
C) 1927 D) 1915.

All India Hockey Federation was formed in the year

- A) 1925 B) 1928  
C) 1927 D) 1915.

34. இந்தியாவில் முதலாவதாக வளைகோல் பந்து கழகம் தொடங்கப்பட்ட இடம்

- A) பஞ்சாப் B) மும்பை  
C) சென்னை D) கொல்கத்தா.

The first Hockey Club in India was started at

- A) Punjab B) Mumbai  
C) Chennai D) Kolkata.

35. கூடைப்பந்து விளையாட்டு தோன்றிய இடம்

- A) ஹோலியோக் B) மான்செஸ்டர்  
C) ஸ்பிரிங் பீல்ட் D) நியூயார்க்.

The birth place of basketball is

- A) Holoyoke B) Manchester  
C) Springfield D) New York.

36. முதலாவது அங்கீகரிக்கப்பட்ட கிரிக்கெட் டெஸ்ட் போட்டியில் பங்கேற்ற அணிகள்

- A) இங்கிலாந்து, ஆஸ்திரேலியா                      B) இங்கிலாந்து, இந்தியா  
C) ஆஸ்திரேலியா, இந்தியா                      D) ஆஸ்திரேலியா, மேற்கிந்திய தீவுகள்.

The first official cricket test match was played between

- A) England, Australia                      B) England, India  
C) Australia, India                      D) Australia, West Indies.

37. நீளம் தாண்டுவதில் வெற்றி தோல்வி என தீர்மானிக்க முடியாத சமநிலையை தீர்க்கும் முறை

- A) முதல் முயற்சியின் திறமையை கணக்கெடுத்தல்  
B) கடைசி முயற்சியின் திறமையை கணக்கெடுத்தல்  
C) அடுத்த சிறந்த முயற்சியின் திறமையை கணக்கெடுத்தல்  
D) மேலும் அதிகப்படியான முயற்சிகள் தருதல்.

To break tie in long jump

- A) consider the performance of first attempt  
B) consider the performance of the last attempt  
C) consider the next best performance  
D) provide additional trial.

38. ஒலிம்பிக் மாடல் நீச்சல் குளத்தின் அளவீடு ( அளவு )

- A) 50 மீ x 20 மீ                      B) 51 மீ x 20 மீ  
C) 50 மீ x 21 மீ                      D) 55 மீ x 20 மீ.

An olympic size swimming pool measures

- A) 50 m x 20 m                      B) 51 m x 20 m  
C) 50 m x 21 m                      D) 55 m x 20 m.

39. குறுகிய தூரத்தைக் கடக்கும் ஒட்டத்திற்கு போட்டியாளர் கட்டாயமாக உபயோகிக்கும் துவக்க நிலை

- A) பாதிநின்ற நிலை                      B) உட்கார்ந்த நிலை  
C) நின்ற நிலை                      D) பின்நின்ற நிலை.

In all sprint races, a competitor must use

- A) semi-crouch start                      B) crouch start  
C) standing start                            D) back start.

40. இறுதி தீர்வு காணும் குழுவில் ( ஜூரி ஆப் அப்பீல் ) எத்தனை பேர் இருக்க வேண்டும் ?

- A) மூன்று பேர்  
B) நான்கு பேர்  
C) மூன்று அல்லது ஐந்து அல்லது ஏழு பேர்  
D) ஆறு பேர்.

The jury of an appeal committee shall consist of

- A) 3 persons                                  B) 4 persons  
C) 3 or 5 or 7 persons                      D) 6 persons.

41. 4 x 100 மீட்டர் தொடர் ஓட்டத்தில் கோல் மாற்றும் பகுதி ( zone ) யின் தூரம்

- A) 20 மீ    B) 10 மீ  
C) 15 மீ    D) 25 மீ.

Distance of exchange zone in 4 x 100 m relay is

- A) 20 m    B) 10 m  
C) 15 m    D) 25 m.

42. களப்போட்டிகளில் மஞ்சள் கொடி எப்போது காட்டப்படும் ?

- A) மீதமான நேரத்தைக் காண்பிக்க                      B) வீரரை வெளியேற்றும் போது  
C) எச்சரிக்கை வரும்போது                                  D) தவறுகளுக்காக.

Yellow flag will be raised in field events for

- A) remaining time                              B) disqualification  
C) warning                                        D) foul indicator.

43. குச்சியின் சரியான நீளம்

- A) 20 செ.மீ                                      B) 30 செ.மீ  
C) 25 செ.மீ                                      D) 10 செ.மீ.







Size of the Hockey field is

- A) 91.40 m × 55 m                      B) 90 m × 50 m  
C) 92 m × 55 m                      D) 91.30 m × 24 m.

52. 'லோனா' என்ற வார்த்தை எந்த விளையாட்டை சேர்ந்தது ?

- A) கோ-கோ                      B) சாஃப்ட் பால்  
C) கபடி                      D) கிரிக்கெட்.

Lona is related to which game ?

- A) Kho-Kho                      B) Softball  
C) Kabaddi                      D) Cricket.

53. பன்னாட்டு கிரிக்கெட் ஆலோசனை சபை துவக்கப்பட்ட வருடம்

- A) 1989                      B) 1909  
C) 1099                      D) 1999.

The International Cricket Council was established in

- A) 1989                      B) 1909  
C) 1099                      D) 1999.

54. 'டெட்பால்' என்ற வார்த்தை எந்த விளையாட்டைச் சார்ந்தது ?

- A) கைப்பந்து                      B) டென்னிஸ்  
C) பேட்மின்ட்டன்                      D) கிரிக்கெட்.

In which game is the term 'deadball' used ?

- A) Handball                      B) Tennis  
C) Badminton                      D) Cricket.

55. பெண்கள் ஈட்டி எறிதல் போட்டியில், பெண்களுக்கான ஈட்டியின் எடை எவ்வளவு ?

- A) 600 கிராம்                      B) 500 கிராம்  
C) 800 கிராம்                      D) 700 கிராம்.

What is the weight of the women's javelin ?

- A) 600 gms B) 500 gms  
C) 800 gms D) 700 gms.

56. 100 மீட்டர் தடை ஒட்டத்தில், ஒரு ஒடு கடத்தில் மொத்தம் எத்தனை தடைகள் உள்ளன ?

- A) 8 B) 10  
C) 100 D) 80.

How many hurdles are used per lane in 100 m hurdles ?

- A) 8 B) 10  
C) 100 D) 80.

57. உயரம் தாண்டும் போட்டியில் ஒவ்வொரு உயரத்திலும் எத்தனை குதிக்கும் வாய்ப்புகள் கொடுக்கப்படுகின்றன ?

- A) 4 B) 2  
C) 3 D) 1.

How many jumps per height should be given in High Jump ?

- A) 4 B) 2  
C) 3 D) 1.

58. 'லெட்' என்னும் சொல் பயன்படுத்தப்படும் விளையாட்டு

- A) கையுந்து பந்து B) டென்னிஸ்  
C) கிரிக்கெட் D) கூடைப்பந்து.

The term 'Let' is used in the game

- A) Volleyball B) Tennis  
C) Cricket D) Basketball.

59. கையுந்து பந்து ஆடுகளத்தின் நீளம் மற்றும் அகலம்

- A) 18 மீ × 11 மீ B) 9 மீ × 11 மீ  
C) 18 மீ × 9 மீ D) 19 மீ × 8 மீ.

The length and breadth of the Volleyball court is

- A) 18 m × 11 m                      B) 9 m × 11 m  
C) 18 m × 9 m                      D) 19 m × 8 m.

60. பூப்பந்து விளையாட்டில் ராக்கெட்டின் குறைந்தபட்ச எடை

- A) 180 கிராம்                      B) 200 கிராம்  
C) 190 கிராம்                      D) 220 கிராம்.

The minimum weight of the Ball badminton racket is

- A) 180 gms                      B) 200 gms  
C) 190 gms                      D) 220 gms.

61. 'ஜம்ப் பால்' என்ற வார்த்தை தொடர்புடைய விளையாட்டு

- A) கையந்து                      B) எறிப்பந்து  
C) டென்னிஸ்                      D) கூடைபந்து.

The term 'Jump ball' is associated with the game

- A) volleyball                      B) throw ball  
C) tennis                      D) basketball.

62. கால்பந்து மைதானத்தின் மையவட்டத்தின் ஆரம்

- A) 9.51 மீ                      B) 10.00 மீ  
C) 9.15 மீ                      D) 8.50 மீ.

The radius of the centre circle in Football field is

- A) 9.51 m                      B) 10.00 m  
C) 9.15 m                      D) 8.50 m.

63. கிரிக்கெட் பிட்சின் நீளம்

- A) 24.21 மீட்டர்                      B) 20.12 மீட்டர்  
C) 22.00 மீட்டர்                      D) 23.00 மீட்டர்.

The length of the cricket pitch is

- A) 24.21 m                      B) 20.12 m  
C) 22.00 m                      D) 23.00 m.

64. பட்டியல் I ஐ பட்டியல் II உடன் பொருத்தி, கீழே கொடுக்கப்பட்டுள்ள குறியீடுகளைக் கொண்டு சரியான விடையைத் தேர்ந்தெடு :

பட்டியல் I	பட்டியல் II
a) ஜூடோகி	1. செல்லுலாய்டு என்ற பொருள் மூலம் செய்யப்படுகிறது அல்லது பிளாஸ்டிக் சம்மந்தமான பொருள்
b) கபடி	2. 16 வீரர்கள் ( 11 + 5 )
c) வளைகோல் பந்தாட்டம்	3. 12 வீரர்கள் ( 7 + 5 )
d) மேஜை டென்னிஸ்	4. ஜூடோ சீருடை.

குறியீடுகள் :

	<b>a</b>	<b>b</b>	<b>c</b>	<b>d</b>
A)	4	3	2	1
B)	1	4	3	2
C)	3	2	1	4
D)	4	2	3	1.

Match List I with List II correctly and select your answer using the codes given below :

List I	List II
a) Judogi	1. Shall be made of celluloid or similar plastic material.
b) Kabaddi	2. 16 players ( 11 + 5 )
c) Hockey	3. 12 players ( 7 + 5 )
d) Table tennis ball	4. Judo uniform.

Codes :

	<b>a</b>	<b>b</b>	<b>c</b>	<b>d</b>
A)	4	3	2	1
B)	1	4	3	2
C)	3	2	1	4
D)	4	2	3	1.

65. வளர்சிதை மாற்றத்தின் எண்ணிக்கையை அதிகரிக்கும் உடற்பயிற்சி
- A) தொடர்ந்தார்போல் செய்யும் உடற்பயிற்சி
- B) இடைவெளி விட்டு செய்யும் உடற்பயிற்சி
- C) இடைவெளி விட்டு செய்யும் உடற்பயிற்சியில் பளுப் பயிற்சிகளை சேர்த்தல்
- D) தொடர்ந்து செய்யும் சுவாசம் சார்ந்த உடற்பயிற்சிகள்.

Metabolic rate will be higher in participation of

- A) continuous physical activity
- B) multiple short bout
- C) multiple short bout with resistance
- D) continuous physical activity with aerobic.
66. உடற்பயிற்சி சிகிச்சையில் பயன்படுத்தப்படும் செயல் இயக்கத்தை குறிப்பிடுவது
- A) உள் விசையினால் ஆன இயக்கம்      B) வெளி விசையினால் ஆன இயக்கம்.
- C) (A) மற்றும் (B) இரண்டும்      D) நெகிழும் தன்மை.

Active movement used in exercise therapy refers to

- A) movement by internal forces      B) movement by external forces
- C) both (A) & (B)      D) stretching.
67. ஒருவரின் விருப்பத்தின் அடிப்படையில் இயங்காத தசைகள் என்பன
- A) எலும்புக் கூட்டு தசை      B) இதயத் தசை
- C) தொடைத் தசை      D) இவற்றுள் எதுவுமில்லை.

Involuntary muscles are

- A) Skeletal muscle      B) Cardiac muscle
- C) Thigh muscle      D) None of these.
68. பயிற்சியின் போது வாந்தி எடுப்பது போல் இருக்கக் காரணம்
- A) லேக்டிக் அமிலம் அதிகம் சேர்ந்து இருப்பதால்
- B) அட்ரினலின்
- C) கார்பன் டை ஆக்சைடு
- D) இவை அனைத்தும்.

During training the sensation of vomitting is caused due to

- A) accumulation of lactic acid      B) adrenaline  
C) carbon dioxide      D) all of these.

69. உடலின் மொத்த எடையில் தண்ணீரின் தோராய சதவீதம்

- A) தோராயமாக 60%      B) தோராயமாக 70%  
C) தோராயமாக 75%      D) தோராயமாக 72%.

The approximate percentage of water in total body weight is

- A) approximate 60%      B) approximate 70%  
C) approximate 75%      D) approximate 72%.

70. தூண்டலை வாங்கி மற்றும் அனுப்பும் நரம்பு செல்

- A) இயக்க நரம்பு      B) உணர்தல் நரம்பு  
C) நரம்பு      D) தண்டுவுடம்.

Nerve that receives and transmits the impulse is

- A) motor nerve      B) sensory nerve  
C) nerve      D) spinal cord.

71. சிறுநீரகத்தின் அடிப்படை செயல் அலகு

- A) நீர்ப்பை      B) நெப்ரான்கள்  
C) கழிவு நாளம்      D) இரத்தக்குழாய்கள்.

The functional unit of kidney is

- A) bladder      B) nephrons  
C) ureters      D) arteries.

72. நாக்கின் சுவை உணர்வுகளின் எண்ணிக்கை

- A) 4      B) 3  
C) 2      D) 1

Number of sensations of taste in tongue is

- A) 4 B) 3  
C) 2 D) 1

73. காது எத்தனை பிரிவுகளாக பிரிக்கப்பட்டுள்ளது ?

- A) மூன்று பிரிவுகள் B) இரண்டு பிரிவுகள்  
C) நான்கு பிரிவுகள் D) ஐந்து பிரிவுகள்.

The ear is divided into

- A) three parts B) two parts  
C) four parts D) five parts.

74. பிராணவாயு உடன் கூடிய பயிற்சிக்கு

- A) ஏரோபிக் B) அனஏரோபிக்  
C) ஏரோபிக் சக்தி D) ஏரோபிக் திரிஷூல்டு.

Activity which is performed in the presence of oxygen is called as

- A) aerobic B) anaerobic  
C) aerobic power D) aerobic threshold.

75. உடல் இயல் என்பது

- A) மனித உடல் அமைப்பு பற்றிய படிப்பு B) இயக்கத்தைப் பற்றியது  
C) உடலியல் செயல்பாடு பற்றியது D) விசையைப் பற்றிய படிப்பினை.

Anatomy deals with

- A) structure of human body B) studying the movement  
C) studying the functions of systems D) studying the forces.

76. மனித இதயத்தின் எடை

- A) 220-260 கிராம் B) 200-220 கிராம்  
C) 260-280 கிராம் D) 260-300 கிராம்.





80. மனிதன் ஓய்வநிலையில் சாதாரணமாக சுவாசித்தலுக்கு

- A) அமைதி சுவாசநிலை B) வேலையில் சுவாசநிலை  
C) இரண்டும் சேர்ந்த நிலை D) விழிப்பு சுவாச நிலை.

The normal respiration taking place when a person is at rest is called

- A) quiet respiration B) laboured respiration  
C) both of these D) alert respiration.

81. வளர்சிதை மாற்றம் என்பது எதைச் சார்ந்தது ?

- A) சுவாச மண்டலம் B) நரம்பு மண்டலம்  
C) ஜீரண மண்டலம் D) இரத்த ஓட்ட மண்டலம்.

Metabolism is concerned with

- A) respiratory system B) nervous system  
C) digestive system D) circulatory system.

82. அசுத்த ரத்தம் எதன் வழியாக இருதயத்திற்கு எடுத்துச் செல்லப்படுகிறது ?

- A) இன்ஃபிரியர் வினகவா B) சுப்பிரியர் வினகவா  
C) (A) மற்றும் (B) இரண்டும் D) அயோட்டா.

The impure blood of the body enters into the heart through

- A) inferior venacava B) superior venacava  
C) both (A) & (B) D) aorta.

83. வலதுபுறம் அமைந்த சுவாசப்பை மூன்று ஜதை அமைப்பும், இடப்புறம் அமைந்த சுவாசப்பை இரண்டு ஜதை அமைப்போடும் அமைந்துள்ளது. இக்கூற்று

- A) சரி B) தவறு  
C) பாதி சரி D) பாதி தவறு.

'The right lung has three lobes and the left lung has two lobes.'

The above statement is

- A) True B) False  
C) Partially true D) Partially false.



88. தசைகளில் படியும் லாக்டிக் அமிலத்தால் ஏற்படுவது

- A) பலம்  
B) தாளும் தன்மை  
C) களைப்பு  
D) வேகம்.

Accumulation of lactic acid in the muscle leads to

- A) Strength  
B) Endurance  
C) Fatigue  
D) Speed.

89. உடற்பயிற்சி இடில் எதை முன்னேற்ற உதவுகிறது ?

- A) தசை மண்டலம்  
B) நரம்பு மண்டலம்  
C) ஜீரண மண்டலம்  
D) இவை அனைத்தும்.

Physical exercise helps to improve

- A) Muscular system  
B) Nervous system  
C) Digestive system  
D) all of these.

90. எடை பயிற்சி ( Weight training ) இடில் எதை முன்னேற்ற உதவுகிறது ?

- A) இதயத்தின் தாளும் தன்மை  
B) வேகம்  
C) தசைகளின் பலம்  
D) இவற்றுள் எதுவுமில்லை.

Weight training improves

- A) cardiovascular endurance  
B) speed  
C) muscular strength  
D) none of these.

91. அதிக திறன் கொண்ட உடற்பயிற்சி ( High Intensity ) இடில் எதை முன்னேற்ற உதவுகிறது ?

- A) வேகம் மற்றும் அதிக பலம்  
B) சுறுசுறுப்பான தன்மை மற்றும் வளையும் தன்மை  
C) தாளும் தன்மை  
D) கிரமமாக இணைக்கும் தன்மை ( co-ordination ).

High intensity exercise improves

- A) speed and maximum strength      B) agility and flexibility  
C) endurance      D) co-ordination.

92. சராசரி இதயதுடிப்பு இதனால் குறைகிறது

- A) பலப்பயிற்சி  
B) வேகப்பயிற்சி  
C) பளையோ மெட்ரிக் ( plyometric ) பயிற்சி  
D) தாளும் தன்மை பயிற்சி.

Average heart rate decreases due to

- A) strength training      B) speed training  
C) plyometric training      D) endurance training.

93. சிஸ்டோலிக் ப்ரஸ்ஸர் ( systolic ) இதனால் கூடுகிறது

- A) அதிக திறன் பயிற்சியினால் ( high-intensity )  
B) குறைந்த வேக பயிற்சியினால் ( low-intensity )  
C) இயல்பான மிதமான பயிற்சியினால்  
D) நடத்தல் பயிற்சியினால்.

Systolic pressure is increased due to

- A) high intensity exercise      B) low intensity exercise  
C) ordinary exercise      D) walking.

94. நன்கு பயிற்சி பெற்ற விளையாட்டு வீரரின் ஓய்வு நேர இதயதுடிப்பு ஒரு நிமிடத்திற்கு

- A) நிமிடத்திற்கு 40 முதல் 45      B) நிமிடத்திற்கு 60 முதல் 65  
C) நிமிடத்திற்கு 50 முதல் 55      D) நிமிடத்திற்கு 30 முதல் 35.

The resting heart rate for highly trained athlete per minute is

- A) 40 to 45 per min      B) 60 to 65 per min  
C) 50 to 55 per min      D) 30 to 35 per min.

95. பயிற்சியின் பொழுது இரத்தத்தின் வெப்பநிலை

- A) குறையும் B) சிறிதளவு குறையும்  
C) அதிகரிக்கும் D) மாற்றம் இருக்காது.

During exercises the temperature of the blood

- A) decreases B) slightly decreases  
C) increases D) no change.

96. சுறுசுறுப்பாகச் செய்யும் நீட்டுப் பயிற்சியில் முக்கிய அங்கம் வகிக்கும் காரணியை எழுது

- A) வலிமை B) வேகம்  
C) சக்தி D) வளையும் தன்மை.

What is the component involved in dynamic stretch during specific movement ?

- A) Strength B) Speed  
C) Energy D) Flexibility.

97. சுவீடிஸ் தேகப்பயிற்சிகள் யாரால் கொண்டு வரப்பட்டது ?

- A) கட்ஸ்மத்ஸ் B) பிரான்ஸ் நாட்சிகல்  
C) ஆர்சிபால்டு மக்லரன் D) பெர் ஹன்ரிக் லிங்.

Swedish gymnastics were founded by

- A) Gutsmuth B) Franz Nachteggall  
C) Archibald Maclaren D) Per Henrik Ling.

98. விளையாட்டு வீரர்களிடம் இதயத் துடிப்பு குறைவாக காணப்படுவதற்கு காரணம்

- A) இதயத்தின் அளவு அதிகம்  
B) இதயத்தின் ஒரு துடிப்புக்கு அதிக அளவு இரத்தம் வெளியேற்றம்  
C) சத்துணவு  
D) பாரம்பரியம்.

The reason for lower heart rate found in sportsman is

- A) volume of heart big in size B) higher amount of blood per beat  
C) nutrients D) genetics.

99. பட்டியல் I ஐ பட்டியல் II உடன் பொருத்தி, கீழே கொடுக்கப்பட்டுள்ள குறியீடுகளைக் கொண்டு சரியான விடையைத் தேர்ந்தெடு :

பட்டியல் I	பட்டியல் II
a) இறகு பந்து	1. அகாகான் கோப்பை
b) கிரிக்கெட்	2. சந்தோஷ் கோப்பை
c) கால்பந்து	3. ரஞ்சிக் கோப்பை
d) வளைகோல் பந்து	4. தாமஸ் கோப்பை.

குறியீடுகள் :

	a	b	c	d
A)	4	3	2	1
B)	4	2	3	1
C)	4	3	1	2
D)	3	2	1	4.

Match **List I** with **List II** correctly and select your answer using the codes given below :

List I	List II
a) Badminton	1. Agha Khan Cup
b) Cricket	2. Santosh Trophy
c) Football	3. Ranji Trophy
d) Hockey	4. Thomas Cup.

Codes :

	a	b	c	d
A)	4	3	2	1
B)	4	2	3	1
C)	4	3	1	2
D)	3	2	1	4.

100. கிரிக்கெட் உலகக்கோப்பை வென்றவர்களின் சரியான வரிசையை குறிப்பிடவும்

- A) ஆஸ்திரேலியா, மேற்கிந்திய தீவுகள், மேற்கிந்திய தீவுகள், இந்தியா
- B) இந்தியா, ஆஸ்திரேலியா, மேற்கிந்திய தீவுகள், மேற்கிந்திய தீவுகள்
- C) மேற்கிந்திய தீவுகள், இந்தியா, ஆஸ்திரேலியா, மேற்கிந்திய தீவுகள்
- D) மேற்கிந்திய தீவுகள், மேற்கிந்திய தீவுகள், இந்தியா, ஆஸ்திரேலியா.

Identify the correct order of the winners of the World Cup Cricket :

- A) Australia, West Indies, West Indies, India
- B) India, Australia, West Indies, West Indies
- C) West Indies, India, Australia, West Indies
- D) West Indies, West Indies, India, Australia.

101. உள் விளையாட்டு போட்டிகள் என்பது

- A) ஓரிடத்தில் நடைபெறும் போட்டி ( local competition )
- B) பள்ளிகளுக்கு வெளியே நடைபெறும் போட்டி ( outside an institution )
- C) பள்ளிகளுக்கு உள்ளே நடைபெறும் போட்டி
- D) மாநிலங்களுக்கு இடையே நடைபெறும் போட்டி.

Intramural means

- A) local competition
- B) outside an institution
- C) within an institution
- D) interstate competition.

102. 'ரௌண்ட்ராபின்' ( Round robin ) போட்டியின் மற்றொரு பெயர்

- A) சேலஞ்ச் போட்டி
- B) லீக் போட்டி
- C) நாக்-அவுட் போட்டி
- D) காம்பினேஷன் போட்டி.

Round Robin tournament is otherwise called as

- A) challenge tournament
- B) league tournament
- C) knock-out tournament
- D) combination tournament.

103. பை ( Bye ) வழங்கப்பட்ட ஒரு அணி. கீழே உள்ள சுற்றில் எந்த சுற்றில் விளையாடாது ?

- A) முதல் சுற்றில்  
B) இரண்டாம் சுற்று  
C) மூன்றாம் சுற்று  
D) நான்காம் சுற்று.

Bye is a dummy team that does not play in the

- A) first round  
B) second round  
C) third round  
D) fourth round.

104. ஒரு அணியானது ஒரு போட்டியில் தோல்வி அடைந்து அந்த போட்டியில் இருந்து வெளியேற்றப்பட்டால் அதன் பெயர்

- A) சேலஞ்ச் போட்டிகள்  
B) லீக் போட்டிகள்  
C) நாக்-அவுட் போட்டிகள்  
D) காம்பினேஷன் போட்டிகள்.

A team once defeated gets eliminated in

- A) challenge tournament  
B) league tournament  
C) knock-out tournament  
D) combination tournament.

105. ஒரு அணியானது மற்ற அனைத்து அணிகளுடன் மோதும் போட்டிகள்

- A) சேலஞ்ச் போட்டிகள்  
B) லீக் போட்டிகள்  
C) நாக்-அவுட் போட்டிகள்  
D) காம்பினேஷன் போட்டிகள்.

A team has to play with all other teams in

- A) challenge tournament  
B) league tournament  
C) knock-out tournament  
D) combination tournament.

106. ஒரு அணியானது நேரடியாக கால் இறுதி போட்டியிலோ அல்லது அரை இறுதிப் போட்டியிலோ விளையாடினால் அதற்கு

- A) சீடிங்  
B) பை  
C) ஸ்பெஷல் சீடிங்  
D) நாக்-அவுட்.

A team which played straightway to quarter or semi-finals is

- A) seeding  
B) bye  
C) special seeding  
D) knock-out.



107. ஒரு நாக்-அவுட் ( knock-out ) போட்டியில் மொத்த போட்டிகளின் எண்ணிக்கையை கண்டறிய உதவும் சூத்திரம் (  $N =$  அணிகளின் எண்ணிக்கை )

- A)  $N - 1$  B)  $N - 2$   
C)  $N(N - 1)$  D)  $N(N - 1) / 2.$

Formula to find out total number of matches in knock-out tournament is (  $N =$  No. of teams )

- A)  $N - 1$  B)  $N - 2$   
C)  $N(N - 1)$  D)  $N(N - 1) / 2.$

108. 'சந்தோஷ் ட்ராபி' என்ற போட்டி எந்த அளவில் நடக்கும் போட்டி ?

- A) மாநில அளவிலான போட்டி B) தேசிய அளவிலான போட்டி  
C) உலக அளவிலான போட்டி D) மாவட்ட அளவிலான போட்டி.

Santosh Trophy is a/an

- A) State level tournament B) National level tournament  
C) International level tournament D) District level tournament.

109. 'கிராண்ட் ஸ்லாம்' எந்த விளையாட்டை சேர்ந்தது ?

- A) டேபிள் டென்னிஸ் B) பேட்மின்டன்  
C) கால்பந்து D) டென்னிஸ்.

Grand slam is related to

- A) Table tennis B) Badminton  
C) Soccer D) Tennis.

110. யோகாவில் மொத்தம் எத்தனை நிலைகள் உள்ளன ?

- A) 4 B) 8  
C) 10 D) 12.

How many stages are there in Yoga ?

- A) 4 B) 8  
C) 10 D) 12.

111. யோகாவில் முதல் நிலை இவ்வாறு அழைக்கப்படுகிறது

- |           |           |
|-----------|-----------|
| A) நியாமா | B) தியானா |
| C) தாரனா  | D) யாமா.  |

The first stage in classic Yoga is

- |            |           |
|------------|-----------|
| A) Niyama  | B) Dhyana |
| C) Dharana | D) Yama.  |

112. யோகாவில் 'மயில் தோற்றம்' என்று அழைக்கப்படுவது

- |              |              |
|--------------|--------------|
| A) மயூராசனா  | B) வஜ்ராசனா  |
| C) சக்கராசனா | D) பத்மாசனா. |

Peacock posture is otherwise called as

- |               |               |
|---------------|---------------|
| A) Mayurasana | B) Vajrasana  |
| C) Chakrasana | D) Padmasana. |

113. யோகாவில் 'மீன் தோற்றம்' என்பதன் மறுபெயர்

- |              |                |
|--------------|----------------|
| A) மச்சயாசனா | B) வஜ்ராசனா    |
| C) சக்கராசனா | D) புஜங்காசனா. |

Fish posture is otherwise called as

- |               |                  |
|---------------|------------------|
| A) Matsyasana | B) Vajrasana     |
| C) Chakrasana | D) Bhujangasana. |

114. பிராணயாமா என்பதன் பொருள்

- |   |
|---|
| A) மூச்சுப் பயிற்சி                           |
| B) தசைகளை சுருக்குவது                         |
| C) தோற்றத்தை கட்டுப்படுத்துவது                |
| D) சைக்கோ-சோமாட்டிக் ( .Psycho-somatic ) போஸ் |

Pranayama means

- A) Breath control  
B) Shortening of muscles  
C) Controlling posture  
D) Psycho-somatic pose.

115. 'யோகா' என்ற வார்த்தையின் பொருள்

- A) ஒருங்கிணைத்தல்  
B) தனியான  
C) ஆசனம்  
D) கட்டுப்படுத்துதல்.

The word 'Yoga' means

- A) Union  
B) Single  
C) Asana  
D) Controlling.

116. 'யோகா' பயிற்சி இவற்றில் எதை முன்னேற்றம் செய்யும் ?

- A) வைட்டல் கெப்பாசிட்டி ( Vital capacity )  
B) வேகம்  
C) தசைகள்  
D) அழகு.

Yoga training improves

- A) vital capacity  
B) speed  
C) muscles  
D) beauty.

117. ஆசனம் என்பது இவற்றில் எதை முன்னேற்ற உதவும் ?

- A) வளையும் தன்மை  
B) களைப்பு  
C) லாக்டிக் அமிலம்  
D) குளுக்கோஸ்.

Asanas are useful in improving

- A) flexibility  
B) fatigue  
C) lactic acid  
D) glucose.

118. யோகா பயிற்சிகள் இவற்றில் எதை முன்னேற்றும் ?

- A) விளையாட்டுத் திறமை  
B) மன ஒருமை  
C) கூர்ந்து நோக்கி கவனித்தல்  
D) இவை அனைத்தும்.

Yoga practices improve

- A) sports performance  
B) concentration  
C) focus and attention  
D) all of these.

119. ரோவர்ஸ் கோப்பை ( Rovers Cup ) எதனுடன் தொடர்புடையது ?

- A) டென்னிஸ்  
B) கையுந்து பந்து  
C) கால்பந்து  
D) கூடைப்பந்து.

Rovers Cup is associated with

- A) Tennis  
B) Volleyball  
C) Football  
D) Basketball.

120. இதய நோயாளிகளுக்கு செய்ய உகந்த ஆசனா

- A) சிரசாசனா  
B) சவாசனா  
C) மயூராசனா  
D) தனுராசனா.

Heart patient is allowed to do

- A) Sirsasana  
B) Savasana  
C) Mayurasana  
D) Dhanurasana.

121. ஆஸ்துமா நோயைக் கட்டுப்படுத்துவது

- A) பிராணாயமா  
B) கிரியாஸ்  
C) ஆசனா  
D) இவற்றுள் எதுவுமில்லை.

Asthma disease is controlled by

- A) Pranayama  
B) Kriyas  
C) Asana  
D) None of these.

122. 'திராட்டகா' என்பது

- A) மூக்கு பகுதியை சுத்தப்படுத்துதல்  
B) வயிற்று பகுதியை சுத்தப்படுத்துதல்  
C) வாயினை சுத்தப்படுத்துதல்  
D) கண்களை சுத்தப்படுத்துதல்.

'Trataka' means

- A) cleaning the nasal  
B) cleaning the stomach  
C) cleaning the mouth  
D) cleaning the eyes.

123. உடல்பருமனை குறைக்க பயன்படும் ஆசனா

- A) பச்சிமோத்தானாசனா  
B) பத்மாசனா  
C) சர்வாங்கசனா  
D) ஹலாசனா.

The asana that reduces the obesity is

- A) Paschimotthanasana  
B) Padmasana  
C) Sarvangasana  
D) Halasana.

124. நேத்தி பயிற்சி சுத்தப்படுத்தும் வழி

- A) காது  
B) குடல்  
C) மூச்சுத் துவாரம் ( நேசல் )  
D) வாய்.

Neti practice will purify the passage of

- A) ear  
B) intestine  
C) nasal  
D) mouth.

125. மூட்டுவாதத்திற்கு பரிந்துரைக்கப்படும் ஆசனா

- A) ஹலாசனா  
B) சிரசாசனா  
C) விபரிதகரனி  
D) சலபாசனா.

Suggested asana for arthritis is

- A) Halasana  
B) Sirsasana  
C) Viparitakarani  
D) Salabhasana.

126. ஆசனங்களின் அரசி என்று அழைக்கப்படுவது

- |                 |                |
|-----------------|----------------|
| A) கிரசாசனா     | B) மயூராசனா    |
| C) மட்ச்சியாசனா | D) புஜங்காசனா. |

Queen of asana is called as

- |               |                  |
|---------------|------------------|
| A) Sirsasana  | B) Mayurasana    |
| C) Matsyasana | D) Bhujangasana. |

127. கும்பகா நிலை என்றால்

- |                  |                 |
|------------------|-----------------|
| A) வெளியிடுதல்   | B) உள்ளிழுத்தல் |
| C) உள் அடக்குதல் | D) பிரணா.       |

Kumbhaka phase means

- |               |               |
|---------------|---------------|
| A) Exhalation | B) Inhalation |
| C) Suspension | D) Prana.     |

128. சேவை மற்றும் உழைப்பின் வழி என்பதே

- |                |              |
|----------------|--------------|
| A) யாந்தரயோகம் | B) இராஜயோகம் |
| C) கர்மயோகம்   | D) ஞானயோகம். |

The path of work and service in Yoga is

- |           |           |
|-----------|-----------|
| A) Yantra | B) Raja   |
| C) Karma  | D) Jnana. |

129. ஆசனம் என்றால்

- |             |              |
|-------------|--------------|
| A) உடலாண்மை | B) ஜபம்      |
| C) தியானம்  | D) தொப்புள். |

Asana means

- |            |           |
|------------|-----------|
| A) Posture | B) Japa   |
| C) Dhyana  | D) Nabhi. |

130. வயிற்றுக் குடலினைச் சுத்தப்படுத்தும் முறை

- A) நேதி  
B) தெளி  
C) பாஸ்தி  
D) டிராட்டகா.

Cleansing the intestinal tract up to the stomach is known as

- A) Neti  
B) Dhouti  
C) Bhasti  
D) Trataka.

131. யோகாவின் பிறப்பிடம்

- A) சீனா  
B) நேபாள்  
C) பாகிஸ்தான்  
D) இந்தியா.

Yoga originated in

- A) China  
B) Nepal  
C) Pakistan  
D) India.

132. உயர்நிலைக்கு செல்லக்கூடிய ( டிரான்ஸ்டென்டல் ) தியானத்தினை தோற்றுவித்தவர்

- A) மகரிஷி மகேஷ் யோகி  
B) ரமண மகரிஷி  
C) பி. கே. எஸ். ஐயங்கார்  
D) வேதாத்திரி மகரிஷி.

The originator of transcendental meditation is

- A) Maharishi Mahesh Yogi  
B) Ramana Maharishi  
C) B. K. S. Iyengar  
D) Vethathiri Maharishi.

133. சிதம்பரத்தில் யோக சூத்திரத்தை பயிற்றுவித்தவர்

- A) குவலயானந்தா  
B) ரஜ்னீஷ் ஓசோ  
C) விவேகானந்தா  
D) பதஞ்சலி.

Yoga sutra was taught at Chidambaram by

- A) Kuvalayananda  
B) Rajneesh Osho  
C) Vivekananda  
D) Patanjali.

134. பகவத்கீதையின் படி, யோகா என்பது திறனாகும்.

- A) இயக்கம்  
B) செய்கை  
C) ஞானம்  
D) மருத்துவம்.

As per Bhagawad Gita, yoga is

- A) motion  
B) action  
C) knowledge  
D) medication.

135. பதஞ்சலியின் கூற்றுப்படி, யோகா கட்டுப்படுத்துவது

- A) நினைவு அலை  
B) நடத்தை  
C) நன்மதிப்பு  
D) இயக்கம்.

According to Patanjali, yoga is suppression of

- A) thought  
B) attitude  
C) values  
D) movement.

136. உலகளாவிய தனி நபர் ஒழுக்கத்தை மேம்படுத்துவது

- A) பிரணாயாமம்  
B) யாமம்  
C) தியானம்  
D) சமாதி.

The universal application of individual's moral and ethical disciplines is

- A) Pranayama  
B) Yama  
C) Dhyana  
D) Samadhi.

137. வஜ்ராசனம் என்பது இவற்றில் ஒன்று

- A) கலாசாரத் தோரணை  
B) தியானத்தின் தோரணை  
C) நிற்கும் தோரணை  
D) உட்காரும் தோரணை.

Vajarasana is one of the

- A) cultural poses  
B) meditative poses  
C) standing poses  
D) sitting poses.



138. யோகத்தில் யாமா வலியுறுத்துவது

- A) உண்மை  
B) நீக்குதல்  
C) திருடுதல்  
D) அகிம்சை.

In Yoga, Yama stresses more on

- A) truth  
B) abstain  
C) stealing  
D) non-violence.

139. கீழ்க்கண்டவற்றுள் ஆசிரியர் நீந்துதல் மாணவர்களுக்கு கற்பிக்கும் முன்னால் கடைபிடிக்க வேண்டியதொரு பாதுகாப்பினை தேர்ந்தெடு

- A) மூச்சுபிடித்தல்-செய்முறை  
B) மாணவர்களுக்கு கைகளின் அசைவு பற்றி செய்முறை  
C) ஆழம் அதிகமில்லாத பகுதியில் நீச்சல் கற்பித்தல்  
D) நீச்சல் ஆழமான பகுதியில் கற்பிக்கப்பட வேண்டும்.

Choose the exact safety measure before teaching swimming :

- A) Breathing practice  
B) Students should made to practise the arm movements  
C) Swimming should be taught in shallow water  
D) Swimming should be taught in deep area.

140. தசை தடித்தல் விளைவுக்கு காரணம்

- A) பிராண வாயுவுடன் செய்யும் பயிற்சிகள்  
B) பளுப் பயிற்சிகள்  
C) சுற்றுப் பயிற்சிகள்  
D) யோகா.

Muscle hypertrophy is an effect of

- A) aerobic training  
B) resistance training  
C) circuit training  
D) yoga.

141. பயிற்சியின் காரணமாக தசை நாரில் ஏற்படும் மாற்றங்கள்

- A) அளவு மட்டும்  
B) எண்ணிக்கை மட்டும்  
C) அளவு மற்றும் எண்ணிக்கை  
D) அளவு மற்றும் நீளம்.

Changes in muscle fibre due the training are in

- A) size only  
B) number of fibres only  
C) both size and number  
D) size and length.

142. தசை தடித்தல் விளைவு

- A) தசை நாரின் சுற்றளவு அதிகரித்தல்  
B) தசை நாரின் வலிமை அதிகரித்தல்  
C) தசை நாரின் எண்ணிக்கை அதிகரித்தல்  
D) (A) மற்றும் (B) இரண்டும்.

Muscles hypertrophy results from

- A) increase in diameter of muscle fibres  
B) increase in strength of fibres  
C) increase in number of fibres  
D) both (A) & (B).

143. எந்த வீரர்களுக்கு உச்சகட்ட ஆக்ஸிஜன் கொள்ளளவு (  $VO_2$  max. ) சாதாரணமாகக் காணப்படும்

- A) மராத்தான் ஒட்ட வீரர்கள்  
B) குறுகிய தூர ஒட்ட வீரர்கள்  
C) நடுத்தர தூர ஒட்ட வீரர்கள்  
D) குறுகிய தூரம் மற்றும் நடுத்தர தூர ஒட்ட வீரர்கள்.

$VO_2$  max. is normally higher for

- A) marathon runners  
B) sprinters  
C) middle distance runners  
D) both sprint and middle distance runners.

144. உச்சகட்ட பயிற்சியின் போது இருதய திறனின் சராசரி மதிப்பு

- A) 35 லிட்டர் B) 22 லிட்டர்  
C) 30 லிட்டர் D) 25 லிட்டர்.

During maximal exercise the average value of cardiac output is

- A) 35 litre B) 22 litre  
C) 30 litre D) 25 litre.

145. அதிக தூரம் ஓடிய வீரர் மிகவும் களைத்துப் போனால் செய்யும் முதலுதவிக்கு

- A) செயற்கை சுவாசித்தல் B) மசாஜ்  
C) கிரையோ தெரபி D) இவை அனைத்தும்.

The first aid treatment recommended for athlete, exhausted by long distance running is

- A) artificial respiration B) massage  
C) cryotherapy D) all of these.

146. காண்ட்ராஸ்ட் பாத் இதற்கு சிபாரிசு செய்யப்படுகிறது

- A) மூட்டைவிட்டு விலகியதைக் குறைக்க B) வீக்கத்தைக் குறைக்க  
C) புண்ணிற்கு சிகிச்சை D) இவை அனைத்தும்.

Contrast bath is recommended for

- A) reducing a dislocated joint B) reducing swelling  
C) treatment of wound D) all of these.

147. தசையின் புவியீர்ப்பு விசைக்கு உரிய பயிற்சிகள்

- A) உதவியுடன் செய்யும் பயிற்சிகள்  
B) எவ்வித உதவியும் இல்லா பயிற்சிகள்  
C) பளுப் பயிற்சிகள்  
D) உதவியுடன் செய்யும் பயிற்சிகள் மற்றும் பளுப் பயிற்சிகள்.

Exercises to force of gravity of muscles are

- A) assisted exercises                      B) free exercises  
C) resisted exercises                      D) assisted and resisted exercises.

148. உடற்பயிற்சி சிகிச்சையின் குறிக்கோள்

- A) செயலிண்மை விளைவினை குறைத்தல்  
B) குறிப்பிட்ட தசைகளின் திறமையின்மையை சரி செய்தல்  
C) நோயாளியின் பழைய நிலைமையை கொண்டு வருதல்  
D) இவை அனைத்தும்.

Aim(s) of exercise therapy is (are) to

- A) minimise the effects of inactivity  
B) correct the inefficiency of specific muscles  
C) accelerate the patient's recovery  
D) all of these.

149. குறுகிய அலை டயதெர்மியில் அலையின் நீளம்

- A) 11 மீட்டர்                      B) 10 மீட்டர்  
C) 9 மீட்டர்                      D) 8 மீட்டர்.

The wavelength of short wave diathermy is

- A) 11 metres                      B) 10 metres  
C) 9 metres                      D) 8 metres.

150. தோலில் தொடர்ந்த உராய்வு அழுத்தத்தால் உண்டாகும் காயம்

- A) கொப்பளம்                      B) தசைகிழிவு  
C) சிராய்ப்பு                      D) தோல் உறிதல்.

Continuous rubbing over the skin causes

- A) blister                      B) laceration  
C) abrasion                      D) skin bruise.

151. சிகிச்சையின் போது ஃபாரபின் பாக்ஸின் வெப்பநிலை

- A) 52° செல்சியஸ் முதல் 58° செல்சியஸ்
- B) 40° செல்சியஸ் முதல் 48° செல்சியஸ்
- C) 45° செல்சியஸ் முதல் 50° செல்சியஸ்
- D) 60° செல்சியஸ்.

Temperature of Parafin box, during treatment is

- A) 52° Celsius to 58° Celsius
- B) 40° Celsius to 48° Celsius
- C) 45° Celsius to 50° Celsius
- D) 60° Celsius.

152. ஐஸ் பயன்படுத்தி செய்யும் சிகிச்சைக்கு பெயர்

- A) வெப்ப சிகிச்சை
- B) சோனா சிகிச்சை
- C) ஹைட்ரோ சிகிச்சை
- D) க்ரையோ சிகிச்சை.

Treatment using ice is called

- A) heat therapy
- B) sonotherapy
- C) hydrotherapy
- D) cryotherapy.

153. பொதுவாக பிஸியோதெரப்பியில் பயன்படுத்தும் கட்டுக்களின் எண்ணிக்கை

- A) 3
- B) 2
- C) 4
- D) 5.

Types of bandages used in physiotherapy are normally

- A) 3
- B) 2
- C) 4
- D) 5.

154. எலும்பு இரு பகுதிகளாக உடைபடுவதை குறிப்பிடுவது

- A) சாதாரண முறிவு
- B) மொத்த முறிவு
- C) சிக்கலான முறிவு
- D) பச்சைகுச்சி முறிவு.

When bone breaks into two parts it is named as

- A) simple fracture
- B) compound fracture
- C) complicated fracture
- D) green stick fracture.

155. அல்ட்ரா சவுண்டு தொடர்புடைய சிகிச்சை

- A) ஹைட்ரோ தெரப்பி  
B) மின் தெரப்பி  
C) பயிற்சி தெரப்பி  
D) தெர்மோ தெரப்பி.

Ultrasound is related to

- A) hydrotherapy  
B) electrotherapy  
C) exercise therapy  
D) thermotherapy.

156. வெப்ப மற்றும் குளிர்ந்த தண்ணீர் சிகிச்சை என்பது

- A) விரில் பூல் குளியல்  
B) சோனா குளியல்  
C) காண்ட்ராஸ்ட் குளியல்  
D) நீராவி குளியல்.

Hot and cold water treatment refers to

- A) whirlpool bath  
B) sauna bath.  
C) contrast bath  
D) steam bath.

157. யோகா என்ற வார்த்தை உருவானது

- A) கிரேக்கம்  
B) தமிழ்  
C) சமஸ்கிருதம்  
D) மராத்தி.

The 'word yoga' is derived from

- A) Greek  
B) Tamil  
C) Sanskrit  
D) Marathi.

158. அமைதி ஏற்படுத்துவதற்கு உரிய யோக ஆசனம்

- A) பத்மாசனம்  
B) ஹலாசனம்  
C) சர்வாங்காசனம்  
D) சவாசனம்.

Relaxative type of yogasana is

- A) padmasana  
B) halasana  
C) sarvangasana  
D) savasana.

159. யோகா சூடேற்றும் பயிற்சியைக் குறிப்பிடுவது

- A) வின்யாசா  
B) சூர்யநமஸ்காரம்  
C) பிராணாயாமா  
D) இவை அனைத்தும்.

Yoga warmup refers to

- A) vinyasa  
B) surya namaskar  
C) pranayama  
D) all of these.

160. யோகா சூத்திரத்தை எழுதியவர்

- A) பி. கே. எஸ். அய்யங்கார்  
B) பதஞ்சலி முனிவர்  
C) தேசிகாச்சாரி  
D) சுவாமி சிவானந்தா.

Yoga Sutram was written by

- A) B. K. S. Iyengar  
B) Patanjali Munivar  
C) Desikachari  
D) Swami Sivananda.

161. யோகப் பயிற்சியின் போது வயிற்றின் நிலை இருக்க வேண்டியது

- A) பகுதி காலியாக  
B) ஓரளவு காலியாக  
C) முழுவதும் காலியாக  
D) குறைந்த அளவு காலியாக.

During the yogic exercise, stomach should be

- A) partially empty  
B) moderately empty  
C) absolutely empty  
D) minimal empty.

162. 1951-ம் ஆண்டு இந்திய வாலிபால் கழகம் துவங்கப்பட்ட இடம்

- A) லூதியானா  
B) பம்பாய்  
C) மெட்ராஸ்  
D) டெல்லி.

The Volleyball Federation of India was formed in 1951 at

- A) Ludhiana  
B) Bombay  
C) Madras  
D) Delhi.

163. 1934-ம் ஆண்டு முதல் அகில இந்திய கூடைப்பந்துப் போட்டிகள் நடைபெற்ற இடம்

- A) ஹைதராபாத்  
B) டெல்லி  
C) கான்பூர்  
D) போபால்.

The first All India Basketball Championship was held in 1934 at

- A) Hyderabad B) Delhi  
C) Kanpur D) Bhopal.

164. காம்பே என்ற இடத்தில் முதன் முறையாக கிரிக்கெட் இந்தியாவில் ஆடப்பட்ட வருடம்

- A) 1721 B) 1744  
C) 1760 D) 1975.

Cricket first recorded to have been played in India at Cambay in

- A) 1721 B) 1744  
C) 1760 D) 1975.

165. 2008-ம் ஆண்டின் துவக்கத்தில் ஆசியாவின் மகளிர் டென்னிஸின் தரப்பட்டியலில் முதல்

இடத்தில் இருந்தவர்

- A) ரஷீதா B) சானியாமிர்சா  
C) மோனிஷா D) மதுமித்தா.

The Asian No. 1 woman tennis player in the early 2008 is

- A) Rakshita B) Sania Mirza  
C) Monisha D) Madhumita.

166. இந்திய கிரிக்கெட் வரலாற்றில், டெண்டுல்கரது பட்டப் பெயர்

- A) கருப்பு முத்து B) ஜம்போ  
C) சிறிய ஆசான் D) பிரௌன் பிராட்மேன்.

In Indian cricket history, Tendulkar is known as

- A) Black Pearl B) Jumbo  
C) Little Master D) Brown Bradman.



The first cricket club, 'The Calcutta Cricket Club' was established in India in the year

- A) 1772 B) 1729  
C) 1792 D) 1972.

171. இந்திய தேசிய விளையாட்டு ஆணையம் துவக்கப்பட்ட போது அதன் முதல் தலைவர்

- A) மன்மோகன்சிங் B) இந்திராகாந்தி  
C) ஜவகர்லால் நேரு D) ராஜீவ்காந்தி.

Sports Authority of India was established under the chairmanship of

- A) Manmohan Singh B) Indira Gandhi  
C) Jawaharlal Nehru D) Rajiv Gandhi.

172. சுப்ரத்தோ கோப்பை இந்த விளையாட்டோடு தொடர்புடையது

- A) கிரிக்கெட் B) வளைகோல் பந்தாட்டம்  
C) கால் பந்தாட்டம் D) பூப்பந்தாட்டம்.

Subroto Cup is associated with

- A) Cricket B) Hockey  
C) Football D) Ball Badminton.

173. குளிர்கால ஒலிம்பிக் எந்த ஆண்டிலிருந்து நடத்தப்படுகிறது ?

- A) 1912 B) 1916  
C) 1920 D) 1924.

Winter Olympics came into being in

- A) 1912 B) 1916  
C) 1920 D) 1924.



174. ஆசிய விளையாட்டு போட்டியில் தங்கப் பதக்கம் வென்ற முதல் பெண்

- A) பி. டி. உஷா  
B) சைனி ஆப்ரஹாம்  
C) எம். டி. வல்சம்மா  
D) அஞ்சு ஜார்ஜ்.

The first woman athlete to win gold medal in Asian Games is

- A) P. T. Usha  
B) Shiny Abraham  
C) M. T. Valsamma  
D) Anju George.

175. சிறந்த பயிற்றுனருக்கு வழங்கப்படும் விருது

- A) அர்கனா விருது  
B) துரோணாச்சாரியா விருது  
C) ராஜீவ்காந்தி கேல் ரத்னா விருது  
D) பத்மஸ்ரீ.

The award given to honour the eminent coaches is

- A) Arjuna award  
B) Dronacharya award  
C) Rajiv Gandhi Khel Ratna award  
D) Padmashri.

176. உபெர் கோப்பை எதனுடன் தொடர்புடையது ?

- A) மகளிர் வளைகோல் பந்து  
B) டேபிள் டென்னிஸ் ( ஆண்கள் )  
C) இண்டர்நேஷனல் பேட்மின்ட்டன் ( ஆண்கள் )  
D) இண்டர்நேஷனல் பேட்மின்ட்டன் ( பெண்கள் )

'Uber Cup' is associated with

- A) Hockey ( Women )  
B) Table Tennis ( Men )  
C) International Badminton ( Men )  
D) International Badminton ( Women ).

177. 2010 ம் ஆண்டு 'காமன்வெல்த் விளையாட்டுப் போட்டிகள்' எங்கு நடைபெற்று உள்ளது ?

- A) மலேசியா B) தாய்லாந்து  
C) இந்தியா D) ஜெர்மனி.

Venue of 2010 Commonwealth Games was

- A) Malaysia B) Thailand  
C) India D) Germany.

178. ஐ.எ.எ.எப். - என்பது

- A) சர்வதேச அமெச்சூர் தடகள சம்மேளனம்  
B) சர்வதேச தடகள சம்மேளன கூட்டமைப்பு  
C) சர்வதேச தடகள அமெச்சூர் சம்மேளனம்  
D) இந்திய அமெச்சூர் தடகள சம்மேளனம்.

I.A.A.F. means

- A) International Amateur Athletic Federation  
B) International Association of Athletic Federation  
C) International Athletic Amateur Federation  
D) Indian Amateur Athletic Federation.

179. 'பாஸ்பரி பிளாப்' என்பது இதோடு தொடர்புடையது

- A) தடகளம் B) தத்தித் தாவித் தாண்டுதல்  
C) உயரம் தாண்டுதல் D) தட்டு எறிதல்.

'Fosbury flop' is associated with

- A) Athletics B) Triple jump  
C) High jump D) Discus throw.

180. நவீன கால ஒலிம்பிக் போட்டிகள் தொடங்கப்பட்ட ஆண்டு

- A) 1869 B) 1896  
C) 1897 D) 1879.

Modern Olympics was started in the year

- A) 1869 B) 1896  
C) 1897 D) 1879.

181. 2008 ஆம் ஆண்டு பத்ம விபூஷன் பட்டம் பெற்ற சதுரங்க வீரர்

- A) ஹம்பி B) விஸ்வநாதன் ஆனந்த்  
C) ஹரிகிருஷ்ணா D) ரமேஷ்.

Padma Vibhushan Award for a chess player in 2008 was given to

- A) Humpy B) Viswanathan Anand  
C) Harikrishna D) Ramesh.

182. 2008 ஆண்டு பத்மவிபூஷன் பட்டம் பெற்ற கிரிக்கெட் வீரர்

- A) யுவராஜ்சிங் B) வி. வி. எஸ். லட்சுமணன்  
C) சச்சின் டெண்டுல்கர் D) ராகுல் டிராவிட்.

Padma Vibhushan Award was given in 2008 to the cricketer

- A) Yuvaraj Singh B) V. V. S. Laxman  
C) Sachin Tendulkar D) Rahul Dravid.

183. 2007 ம் ஆண்டு 27 ஆண்டுகளுக்குப் பின் எந்த நாட்டிற்கு எதிராக இந்தியா முதல் கிரிக்கெட் டெஸ்ட் தொடரில் வெற்றி பெற்றது ?

- A) இங்கிலாந்து  
B) பாகிஸ்தான்  
C) ஆஸ்திரேலியா  
D) தென் ஆப்பிரிக்கா.

Name the country in which India won the first home cricket Test Series in 27 years in 2007 ?

- A) England  
B) Pakistan  
C) Australia  
D) South Africa.

184. ஒரு நாள் கிரிக்கெட் போட்டியில் யார் அதிக ரன்கள் எடுத்தவர் ?

- A) ஸ்டுவர்ட் கிளார்க்  
B) வீரேந்திரா சேவாக்  
C) சச்சின் டெண்டுல்கர்  
D) யுவராஜ் சிங்.

Name the batsman who scored the highest runs in ODIs in cricket.

- A) Stuart Clark  
B) Virendra Sehwag  
C) Sachin Tendulkar  
D) Yuvaraj Singh.

185. கீழ்க்கண்ட வாக்கியங்களைக் கவனி :

கூற்று (A) : 2007 ஆம் ஆண்டு போர்ட் எலிசபெத்தில், தென் ஆப்பிரிக்காவுக்கு மேற்கிந்திய தீவுகள் 389 ரன்களை எடுத்தால் வெற்றி இலக்கை அடையலாம் என்று நிர்ணயம் செய்தது.

காரணம் (R) : மேற்கிந்திய தீவுகள் முதல் டெஸ்டில் ஒரு நாள் மீதம் வைத்து வெற்றி பெற்றது.

கீழே குறிப்பிட்டுள்ள குறியீட்டில் சரியான விடையைத் தேர்ந்தெடு :

- A) (A) சரி மற்றும் (R) தவறு  
B) (A) மற்றும் (R) சரி  
C) (A) தவறு மற்றும் (R) சரி  
D) (A) மற்றும் (R) இரண்டும் தவறு.

Consider the following statements :

*Assertion (A)* : West Indies set 389 runs to win against South Africa at Port Elizabeth in 2007

*Reason (R)* : West Indies won the first test with a day to spare.

Now select your answer according to the coding scheme given below :

- A) (A) is true, but (R) false
- B) (A) and (R) are true
- C) (A) is false, but (R) is true
- D) (A) and (R) are false.

186. பின்வருவனவற்றுள் எது சரியாக பொருந்துகிறது ?

- A) ராபேல் நாடால் — டென்னிஸ்
- B) மார்கோஸ் பாக்கெட்டிஸ் — கால்பந்து
- C) சென்னை வீரன் — கபடி
- D) டோலா பேனர்ஜி — சதுரங்கம்.

Which of the following is correctly matched ?

- A) Rafael Nadal — Tennis
- B) Marcos Baghdates — Football
- C) Chennai Veeran — Kabaddi
- D) Dola Banerjee — Chess.

187. பட்டியல் I ஐ பட்டியல் II உடன் பொருத்தி, கீழே கொடுக்கப்பட்டுள்ள குறியீடுகளைக் கொண்டு சரியான விடையைத் தேர்ந்தெடு :

பட்டியல் I	பட்டியல் II
a) சதுரங்கம்	1. பிரகாஷ் அமிர்தராஜ்
b) டென்னிஸ்	2. விஸ்வநாதன் ஆனந்த்
c) கார் பந்தயம்	3. டோமோகிகோ நிஸ்கிவாகி
d) குதிரை சவாரி செய்பவன்	4. நரேயன் கார்த்திகேயன்.

குறியீடுகள் :

	a	b	c	d
A)	2	1	4	3
B)	1	2	4	3
C)	3	4	2	1
D)	2	3	1	4.

Match List I with List II correctly and select your answer using the codes given below :

List I	List II
a) Chess	1. Prakash Amritraj
b) Tennis	2. Viswanathan Anand
c) Motor sport	3. Tomohiko Nishiwaki
d) Equestrian	4. Naraien Karthikeyan.

Codes :

	a	b	c	d
A)	2	1	4	3
B)	1	2	4	3
C)	3	4	2	1
D)	2	3	1	4.



188. ஒலிம்பிக் போட்டிகள் நடத்திய நாடுகளின் வரிசையை கண்டறிக

- A) சீனா, தென்கொரியா, ஸ்பெயின், சோவியத் ரஷ்யா
- B) ஸ்பெயின், சோவியத் ரஷ்யா, சீனா, தென்கொரியா
- C) சோவியத் ரஷ்யா, தென்கொரியா, ஸ்பெயின், சீனா
- D) சோவியத் ரஷ்யா, தென்கொரியா, சீனா, ஸ்பெயின்.

Identify the correct sequence of the countries staged Olympic Games :

- A) China, South Korea, Spain, Soviet Russia
- B) Spain, Soviet Russia, China, South Korea
- C) Soviet Russia, South Korea, Spain, China
- D) Soviet Russia, South Korea, China, Spain.

189. ஜூடோ விளையாட்டு கண்டுபிடிக்கப்பட்ட நாடு

- A) இந்தியா
- B) கொரியா
- C) சீனா
- D) ஜப்பான்.

Judo was invented in

- A) India
- B) Korea
- C) China
- D) Japan.

190. பட்டியல் I ஐ பட்டியல் II உடன் பொருத்தி, கீழே கொடுக்கப்பட்டுள்ள குறியீடுகளைக் கொண்டு சரியான விடையைத் தேர்ந்தெடு :

பட்டியல் I	பட்டியல் II
<i>அர்ஜுனா விருது பெற்றவர்கள்</i>	<i>விளையாட்டுத்துறை</i>
a) லிம்பாராம், 1991	1. தடகளம்
b) பைசங் புட்டியா, 1998	2. கூடைப்பந்து
c) சுனிதா ராணி, 1999	3. வில் அம்பு
d) அஜ்மிர் சிங், 1982	4. கால்பந்து.

குறியீடுகள் :

	<b>a</b>	<b>b</b>	<b>c</b>	<b>d</b>
A)	3	2	1	4
B)	2	1	4	3
C)	3	4	1	2
D)	2	4	1	3.

Match **List I** with **List II** correctly and select your answer using the codes given below :

List I	List II
<b><i>Received Arjuna Award</i></b>	<b><i>Games/Sports</i></b>
a) Limbaram, 1991	1. Athletics
b) Baichung Bhutia, 1998	2. Basketball
c) Sunita Rani, 1999	3. Archery
d) Ajmer Singh, 1982	4. Football.

Codes :

	<b>a</b>	<b>b</b>	<b>c</b>	<b>d</b>
A)	3	2	1	4
B)	2	1	4	3
C)	3	4	1	2
D)	2	4	1	3.

191. பட்டியல் I ஐ பட்டியல் II உடன் பொருத்தி, கீழே கொடுக்கப்பட்டுள்ள குறியீடுகளைக் கொண்டு சரியான விடையைத் தேர்ந்தெடு :

பட்டியல் I	பட்டியல் II
உலகக் கோப்பை கிரிக்கெட் நடத்தப்பட்ட இடம்	நடத்தப்பட்ட ஆண்டு
a) இந்தியா & பாகிஸ்தான்	1. 2003
b) ஆஸ்திரேலியா	2. 1987
c) தென் ஆப்பிரிக்கா	3. 2007
d) மேற்கிந்திய தீவுகள்	4. 1991-1992.

குறியீடுகள் :

	a	b	c	d
A)	4	1	2	3
B)	2	4	1	3
C)	3	4	1	2
D)	4	2	1	3.

Match **List I** with **List II** correctly and select your answer using the codes given below :

List I	List II
<b>World Cup cricket venue</b>	<b>Organized year</b>
a) India & Pakistan	1. 2003
b) Australia	2. 1987
c) South Africa	3. 2007
d) West Indies	4. 1991-1992.

Codes :

	a	b	c	d
A)	4	1	2	3
B)	2	4	1	3
C)	3	4	1	2
D)	4	2	1	3.

192. பட்டியல் I ஐ பட்டியல் II உடன் பொருத்தி, கீழே கொடுக்கப்பட்டுள்ள குறியீடுகளைக் கொண்டு சரியான விடையைத் தேர்ந்தெடு :

பட்டியல் I	பட்டியல் II
இராஜிவ்காந்தி கேல் ரத்னா விருது பெற்றவர்கள்	வருடம்
a) விஸ்வநாதன் ஆனந்த்	1. 1996-1997
b) சச்சின் டெண்டுல்கர்	2. 1994-1995
c) கர்ணம் மல்லேஸ்வரி	3. 1992-1993
d) கீட் செத்தி	4. 1991-1992.

குறியீடுகள் :

	<b>a</b>	<b>b</b>	<b>c</b>	<b>d</b>
A)	4	1	2	3
B)	4	1	3	2
C)	3	4	2	1
D)	4	3	1	2

Match **List I** with **List II** correctly and select your answer using the codes given below :

List I	List II
<b>Received Rajiv Gandhi Khel Ratna Award</b>	<b>Year</b>
a) Vishwanathian Anand	1. 1996-1997
b) Sachin Tendulkar	2. 1994-1995
c) Karnam Malleswari	3. 1992-1993
d) Geet Sethi	4. 1991-1992.

Codes :

	<b>a</b>	<b>b</b>	<b>c</b>	<b>d</b>
A)	4	1	2	3
B)	4	1	3	2
C)	3	4	2	1
D)	4	3	1	2

193. பட்டியல் I ஐ பட்டியல் II உடன் பொருத்தி, கீழே கொடுக்கப்பட்டுள்ள குறியீடுகளைக் கொண்டு சரியான விடையைத் தேர்ந்தெடு :

பட்டியல் I		பட்டியல் II	
a)	ரோகிண்டன் பேரியா கோப்பை	1.	வளைகோல் பந்து
b)	சிக்கிம் தங்க கோப்பை	2.	டென்னிஸ்
c)	அஜலான் ஷா கோப்பை	3.	கால்பந்து
d)	ஹாப்மேன் கோப்பை	4.	மட்டைப் பந்து.

குறியீடுகள் :

	a	b	c	d
A)	4	2	1	3
B)	2	1	3	4
C)	4	3	1	2
D)	4	1	2	3.

Match List I with List II correctly and select your answer using the codes given below :

List I		List II	
a)	Rohinton Baria Cup	1.	Hockey
b)	Sikkim Gold Cup	2.	Tennis
c)	Azlan Shah Cup	3.	Football
d)	Hopman Cup	4.	Cricket.

Codes :

	a	b	c	d
A)	4	2	1	3
B)	2	1	3	4
C)	4	3	1	2
D)	4	1	2	3.

194. பட்டியல் I ஐ பட்டியல் II உடன் பொருத்தி, கீழே கொடுக்கப்பட்டுள்ள குறியீடுகளைக் கொண்டு சரியான விடையைத் தேர்ந்தெடு :

பட்டியல் I	பட்டியல் II
a) ஒலிம்பிக் விளையாட்டுக்கள் நடத்தப்படுவது	1. நான்கு வருடம்
b) ஒலிம்பிக் விளையாட்டுக்கள் கொடி வளையம் குறிப்பது	2. நகரம்
c) ஒலிம்பிக் விளையாட்டுக்கள் எங்கே நடத்துவது என தீர்மானிப்பது	3. கண்டங்கள்
d) ஒலிம்பிக் விளையாட்டுக்கள் நடத்தப்படும் இடவெளி	4. I.O.C.

குறியீடுகள் :

	a	b	c	d
A)	2	3	4	1
B)	2	1	3	4
C)	4	3	2	1
D)	2	3	1	4.

Match List I with List II correctly and select your answer using the codes given below :

List I	List II
a) Olympic Games are allotted to a	1. four years
b) Olympic Games flag rings denote	2. city
c) Olympic Games are allotted by	3. continents
d) Olympic Games are organized once in	4. I.O.C.

Codes :

	a	b	c	d
A)	2	3	4	1
B)	2	1	3	4
C)	4	3	2	1
D)	2	3	1	4.

195. பட்டியல் I ஐ பட்டியல் II உடன் பொருத்தி, கீழே கொடுக்கப்பட்டுள்ள குறியீடுகளைக் கொண்டு சரியான விடையைத் தேர்ந்தெடு :

பட்டியல் I		பட்டியல் II	
a)	பேட்மிட்டன்	1.	தியான் சந்த்
b)	வளைகோல் பந்தின் இந்திய மாயாஜாலம்	2.	மில்கா சிங்
c)	பறக்கும் சிங்	3.	சவ்ரவ் கங்குலி
d)	வங்காளப் புலி	4.	ராஜீவ் பக்கா.

குறியீடுகள் :

	a	b	c	d
A)	4	1	3	2
B)	2	1	3	4
C)	4	1	2	3
D)	2	3	1	4.

Match List I with List II correctly and select your answer using the codes given below :

List I		List II	
a)	Badminton	1.	Dhyan Chand
b)	Magician of Indian Hockey	2.	Milkha Singh
c)	Flying Sikh	3.	Sourav Ganguly
d)	Bengal Tiger	4.	Rajeev Bagga

Codes :

	a	b	c	d
A)	4	1	3	2
B)	2	1	3	4
C)	4	1	2	3
D)	2	3	1	4.

196. மெர்டெகா கோப்பை எந்த விளையாட்டுடன் தொடர்புடையது ?

- A) கால்பந்து
- B) டென்னிஸ்
- C) வளைகோல் பந்து
- D) பேட்மின்ட்டன்.

Merdeka cup is associated with

- A) Football
- B) Tennis
- C) Hockey
- D) Badminton.

197. பட்டியல் I ஐ பட்டியல் II உடன் பொருத்தி, கீழே கொடுக்கப்பட்டுள்ள குறியீடுகளைக் கொண்டு சரியான விடையைத் தேர்ந்தெடு :

பட்டியல் I	பட்டியல் II
a) டாக்டர். கரன் சிங்	1. குத்துச் சண்டை
b) ஸ்ரீ குருபக்ஸ் சிங் சந்து	2. தடகளம்
c) ஸ்ரீ குருதயாள் சிங் பந்து	3. ரெஸ்ட்லிங்
d) ஸ்ரீ குரு ஹனுமான்	4. வளைகோல் பந்து.

குறியீடுகள் :

	a	b	c	d
A)	3	2	1	4
B)	2	1	4	3
C)	3	4	1	2
D)	2	4	1	3.



Match **List I** with **List II** correctly and select your answer using the codes given below :

<b>List I</b>		<b>List II</b>	
a)	Dr. Karan Singh	1.	Boxing
b)	Shri Gurbux Singh Sandhu	2.	Athletics
c)	Shri Gurdayal Singh Bhangu	3.	Wrestling
d)	Shri Guru Hanuman	4.	Hockey.

*Codes :*

	<b>a</b>	<b>b</b>	<b>c</b>	<b>d</b>
A)	3	2	1	4
B)	2	1	4	3
C)	3	4	1	2
D)	2	4	1	3.

198. பாலஸ்தீன விடுதலை இயக்கத்தின் தீவிரவாதிகள் பதினொரு இஸ்ரேல் வீரர்களை கொலை செய்தது

- |                               |                                   |
|-------------------------------|-----------------------------------|
| A) டோக்கியோ ஒலிம்பிக்ஸ், 1964 | B) மூனிச் ஒலிம்பிக்ஸ், 1972       |
| C) மெக்சிகோ நகரம், 1968       | D) மாண்ட்ரீயல் ஒலிம்பிக்ஸ், 1976. |

Eleven Israeli athletes were killed by Palestine Liberation Organization terrorists during

- |                         |                             |
|-------------------------|-----------------------------|
| A) Tokyo Olympics, 1964 | B) Munich Olympics, 1972    |
| C) Mexico City, 1968    | D) Montreal Olympics, 1976. |

199. 29 வது ஒலிம்பிக் போட்டிகள் ஜூலை மாதம் 25 ஆம் தேதி முதல் 10 ஆகஸ்ட் வரை

2008 ஆம் ஆண்டில் நடைபெற்ற இடம்

- A) சாங்காய், சீனா  
B) பீஜிங், சீனா  
C) லுண்டு ஹான், சீனா  
D) ஹோ ஜிங் சிட்டி, சீனா.

29th Olympics Games from 25th July to 10th August, 2008 were held at

- A) Shanghai, China  
B) Beijing, China  
C) Lund Hon, China  
D) Ho Jing City, China.

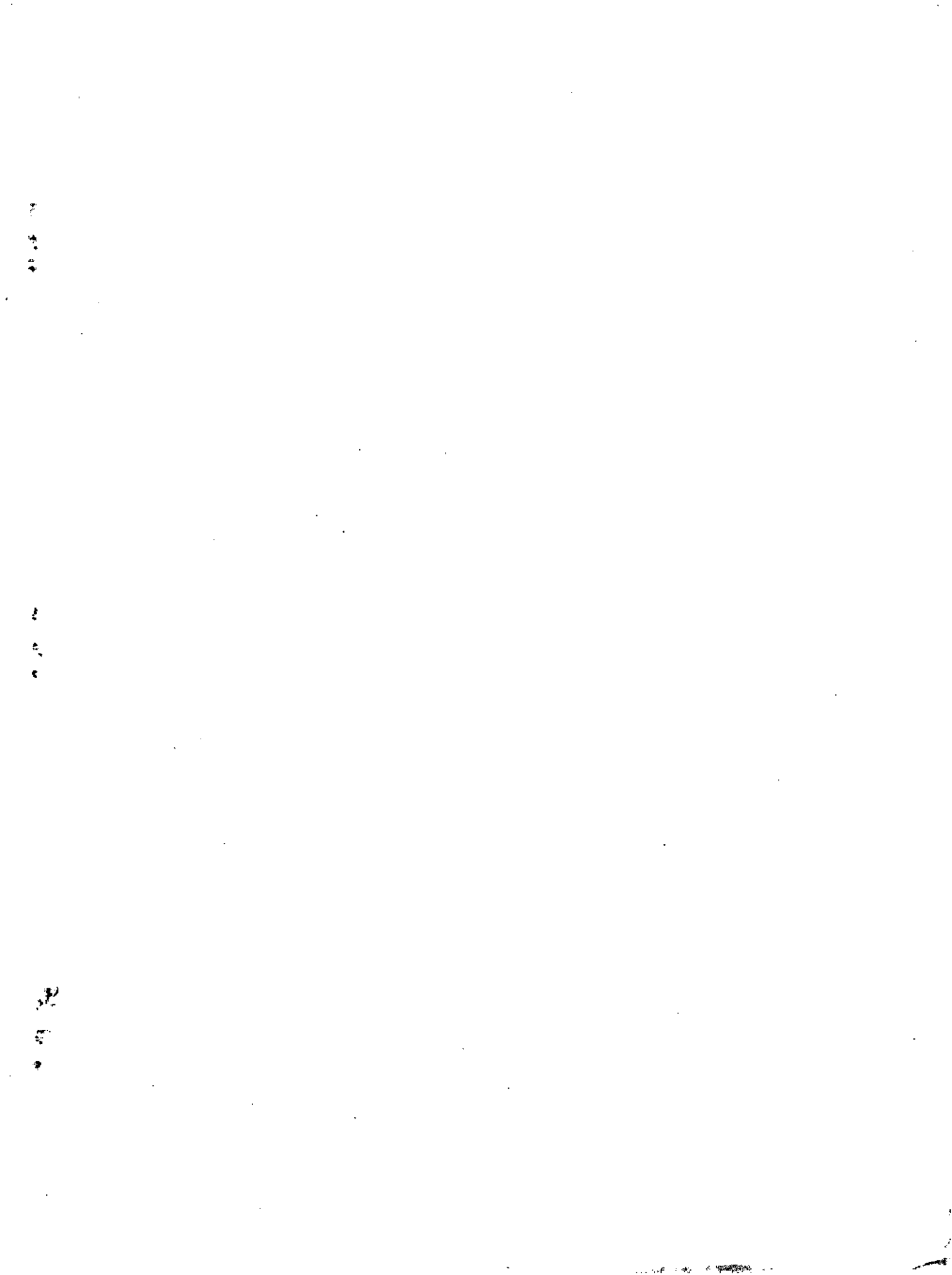
200. ஒலிம்பிக் போட்டிகளின் சரித்திரத்தில் எந்த ஒலிம்பிக் போட்டியை கறுப்பு விளையாட்டு

என்று அழைக்கப்படுகிறது ?

- A) மாஸ்கோ, 1980  
B) மூனிச், 1972  
C) பெர்லின், 1936  
D) லண்டன், 1948.

Which Olympic Games is known as Dark game in the Olympic history so far ?

- A) Moscow, 1980  
B) Munich, 1972  
C) Berlin, 1936  
D) London, 1948.



Booklet Series

**A**

Register Number

[Empty box for Register Number]

**2011  
PHYSICAL EDUCATION**

Time Allowed : 3 Hours ]

[ Maximum Marks : 300

**Read the following instructions carefully before you begin to answer the questions.**

**IMPORTANT INSTRUCTIONS**

1. This Booklet has a cover ( this page ) which should not be opened till the invigilator gives signal to open it at the commencement of the examination. As soon as the signal is received you should tear the right side of the booklet cover carefully to open the booklet. Then proceed to answer the questions.
2. This Question Booklet contains **200** questions.
3. Answer **all** questions. **All** questions carry equal marks.
4. The Test Booklet is printed in *four* series e.g.  A  B  C or  D (See Top left side of this page). The candidate has to indicate in the space provided in the Answer Sheet the series of the booklet. For example, if the candidate gets  A series booklet, he/she has to indicate in the side 2 of the Answer Sheet with Blue or Black Ink Ball point pen as follows :

<input type="checkbox"/> A	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> B	<input type="checkbox"/> C	<input type="checkbox"/> D
----------------------------	-------------------------------------	----------------------------	----------------------------	----------------------------

5. You must write your Register Number in the space provided on the top right side of this page. Do not write anything else on the Question Booklet.
6. An Answer Sheet will be supplied to you separately by the Invigilator to mark the answers. You must write your Name, Register No. and other particulars on side 1 of the Answer Sheet provided, failing which your Answer Sheet will not be evaluated.
7. You will also encode your Register Number, Subject Code etc., with Blue or Black ink Ball point pen in the space provided on the side 2 of the Answer Sheet. If you do not encode properly or fail to encode the above information, your Answer Sheet will not be evaluated.
8. Each question comprises *four* responses (A), (B), (C) and (D). You are to select **ONLY ONE** correct response and mark in your Answer Sheet. In case you feel that there are more than one correct response, mark the response which you consider the best. In any case, choose **ONLY ONE** response for each question. Your total marks will depend on the number of correct responses marked by you in the Answer Sheet.
9. In the Answer Sheet there are **four** brackets [ A ] [ B ] [ C ] and [ D ] against each question. To answer the questions you are to mark with Ball point pen **ONLY ONE** bracket of your choice for each question. Select one response for each question in the Question Booklet and mark in the Answer Sheet. If you mark more than one answer for one question, the answer will be treated as wrong. e.g. If for any item, (B) is the correct answer, you have to mark as follows :

[ A ]	<input checked="" type="checkbox"/>	[ C ]	[ D ]
-------	-------------------------------------	-------	-------

10. You should not remove or tear off any sheet from this Question Booklet. You are not allowed to take this Question Booklet and the Answer Sheet out of the Examination Hall during the examination. After the examination is concluded, you must hand over your Answer Sheet to the Invigilator. You are allowed to take the Question Booklet with you only after the Examination is over.
11. Failure to comply with any of the above instructions will render you liable to such action or penalty as the Commission may decide at their discretion.
12. In all matters and in cases of doubt, the English Version is final.
13. Do not tick-mark or mark the answers in the Question Booklet.