ಶಾಲೆಯ ಹೆಸರು :

8 ನೇ ತರಗತಿಯ ವಾರ್ಷಿಕ ಪರೀಕ್ಷೆ ಮಾರ್ಚ - 2025

ವಿಷಯ: ದೈಹಿಕ ಶಿಕ್ಷಣ ಅಂಕಗಳು: 60 ಅವಧಿ: 2:30 ನಿಮಿಷ

==

ಪ್ರಶ್ನೆ: I ಪ್ರತಿ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಅಥವಾ ಅಪೂರ್ಣ ಹೇಳಿಕೆಗಳಿಗೆ ನಾಲ್ಕು ಆಯ್ಕೆಗಳನ್ನು ನೀಡಲಾಗಿದೆ. ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಸರಿಯಾದ ಉತ್ತರವನ್ನು ಆರಿಸಿ ಅದರ ಕ್ರಮಾಕ್ಷರದೊಂದಿಗೆ ಬರೆಯಿರಿ ? 8x1=8

1. ದೈಹಿಕ ಶಿಕ್ಷಣದಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸುವದರಿಂದ __________ ತೀಕ್ಷ್ಣಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ.
   ಎ) ದಡ್ಡತನ ಬಿ) ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿ ಸಿ) ಅಶಕ್ತ ಡಿ) ಮೇಲಿನ ಎಲ್ಲವು
1. ವಾಲಿಬಾಲ್ ಆಟದಲ್ಲಿ ಇರುವ 3 ಸ್ಪರ್ಶ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ______ ರಲ್ಲಿ ಜಾರಿಗೆ ತರಲಾಯಿತು.
   ಎ) 1918 ಬಿ) 1927 ಸಿ) 1647 ಡಿ) 1916
2. 3. ಹ್ಯಾಂಡ್‌ಬಾಲ್ ಆಟದಲ್ಲಿ ಗೋಲ ಗೆರೆಯ ಅಗಲವು __________ ಸೆಂ.ಮೀಟರ್ ಇರುತ್ತದೆ.
   ಎ) 6 ಬಿ) 5 ಸಿ) 8 ಡಿ) 3
4. ಮ್ಯಾರಥಾನ್ ಓಟದಲ್ಲಿ ದೂರವು ________________ ಕಿಲೋ ಮೀಟರ ಇರುತ್ತದೆ.
   ಎ) 32.195 ಬಿ) 42.115 ಸಿ) 20 ಡಿ) 42.195
5. ಎತ್ತರ ಜಿಗಿತಗಾರರಿಗೆ ಪ್ರತಿ ಎತ್ತರದಲ್ಲಿ ______ ಪ್ರಯತ್ನಗಳನ್ನು ನೀಡಬೇಕು.
   ಎ) 1 ಬಿ) 2 ಸಿ) 6 ಡಿ) 3
6. ಅಷ್ಟಾಂಗ ಯೋಗದ ಕೊನೆಯ ಮೆಟ್ಟಿಲು _________
   ಎ) ಸಮಾಧಿ ಬಿ) ಧ್ಯಾನ ಸಿ) ನಿಯಮ ಡಿ)ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ
7. ಈ ಕೆಳಗಿನವುಗಳಲ್ಲಿ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಭಾವನೆಗಳ ಗುಂಪು __________
   ಎ) ಸಂತೋಷ, ದು:ಖ, ನಗು,ಅಳು ಬಿ) ಹಿಂಸೆ, ಸಹಕಾರ, ಸ್ಪರ್ಧೆ,ಪ್ರಶಂಸೆ
   ಸಿ) ಪ್ರೀತಿ,ಪ್ರೇಮ,ಹೊಡದಾಟ,ಬಡದಾಟ ಡಿ) ಪ್ರೀತಿ, ಪ್ರೇಮ, ಸಂತೋಷ, ಪ್ರಶಂಸೆ
8. ಶಟಲ್‌ನಲ್ಲಿ ___________ ಗರಿಗಳಿರುತ್ತವೆ.
   ಎ) 15 ಬಿ) 16 ಸಿ) 10 ಡಿ) 9

ಪ್ರಶ್ನೆ: II ಹೊಂದಿಸಿ ಬರೆಯಿರಿ. 6x1=6

	'ಅ' ಪಟ್ಟಿ		**"ಬ" ಪಟ್ಟಿ**
9.	YMCA	a)	ಹಾಕಿ
10.	ಸ್ಟಿಕ್	b)	ದೈಹಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆ
11.	ಪೀಚ್ ಹಣ್ಣಿನ ಬುಟ್ಟಿ	c)	ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆ
12.	ಮೂರ್ಛೆ	d)	ಬಾಸ್ಕೆಟ್ ಬಾಲ್
13.	1857	e)	ವಾಲಿಬಾಲ್
14.	ಚಪಲತೆ	f)	800 ಮೀ
		g)	ಸಿಪಾಯಿ ದಂಗೆ

ಪ್ರಶ್ನೆ: III ಈ ಕೆಳಗಿನ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಒಂದು ವಾಕ್ಯದಲ್ಲಿ ಉತ್ತರಿಸಿರಿ ? 10x1=10

15. ಕುಂಭಕ ಎಂದರೇನು ?
16. ರಾಷ್ಟ್ರಗೀತೆಯು ಯಾವ ಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ ರಚಿತವಾಗಿದೆ. ?
17. ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯವಂತನ ಯಾವುದಾದರೊಂದು ಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ಬರೆಯಿರಿ ?
18. ಹೂಕೆಟ್ ಎನ್ನುವ ಪದ ಯಾವ ಪದದಿಂದ ಬಂದಿದೆ ?
19. ಬಾಸ್ಕೆಟ್‌ಬಾಲ್ ಆಟದ ಯಾವುದಾದರೊಂದು ನಿಯಮ ಬರೆಯಿರಿ ?
20. ತೇಜಸ್ವಿನಿ ಶಂಕರ್ ಇವರ ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ದಾಖಲೆಯನ್ನು ತಿಳಿಸಿ?
21. ಮಧ್ಯಮ ದೂರದ ಓಟದ ಸ್ಪರ್ಧೆಗಳಾವುವು?
22. ಸಂವಿಧಾನ ಸಮಿತಿಯು ರಾಷ್ಟ್ರಗೀತೆ ಯಾವಾಗ ಅಂಗೀಕರಿಸಿತು.?
23. ಎತ್ತರ ಜಿಗಿತದ ಜಿಗಿತಗಾರನು ಎಷ್ಟು ಕಾಲಿನಿಂದ ಟೇಕ್‌ಆಫ್ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು ?
24. ಹ್ಯಾಂಡಬಾಲ್ ಪಂದ್ಯಾವಳಿಯು ಯಾವುದರ ಮುಖಾಂತರ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ. ?

ಪ್ರಶ್ನೆ: IV ಈ ಕೆಳಗಿನ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಎರಡು ಅಥವಾ ಮೂರು ವಾಕ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ಉತ್ತರಿಸಿರಿ. 8x2=16

25. ವಿಷ ಸೇವಿಸಿದವರಿಗೆ ನೀಡುವ ಪ್ರಥಮೋಪಚಾರ ಬಗ್ಗೆ ಬರೆಯಿರಿ ?
26 ಹಾಕಿ ಆಟದಲ್ಲಿ ಗೋಲ್‌ಕೀಪರನ ರಕ್ಷಣೆಗೆ ಬೇಕಾದ ಸಲಕರಣೆಗಳನ್ನು ಬರೆಯಿರಿ ?
27.ಪುರುಷ ಮತ್ತು ಮಹಿಳೆಯರು ಬಳಸುವ ಹ್ಯಾಂಡಬಾಲ್ ತೂಕ ಎಷ್ಟು. ?
28. ಬ್ಯಾಡ್ಮಿಂಟನ್ ರ್‍ಯಾಕೆಟ್ ಬಗ್ಗೆ ಬರೆಯಿರಿ ?
29 ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಭಾವನೆಗಳು ವ್ಯಕಿಯ ಆರೋಗ್ಯದ ಮೇಲೆ ಹೇಗೆ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತದೆ.?
30. ಯೋಗ & ವ್ಯಾಯಾಮಗಳ ನಡುವಿನ ವ್ಯತ್ಯಾಸ ಬರೆಯಿರಿ ?
31. ಬಾಸ್ಕೆಟ್‌ಬಾಲ್ ಆಟವನ್ನು ಯಾವಾಗ ಮತ್ತು ಯಾರು ಕಂಡು ಹಿಡಿದರು ?
32. ಸುಪ್ತ ಪ್ರತಿಭೆಯನ್ನು ಹೊರಹಾಕಲು ಕ್ರೀಡೆಗಳು ಹೇಗೆ ಸಹಾಯಕವಾಗಿದೆ ?

ಪ್ರಶ್ನೆ: V ಈ ಕೆಳಗಿನ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಐದು ರಿಂದ ಆರು ವಾಕ್ಯದಲ್ಲಿ ಉತ್ತರಿಸಿರಿ? 4x3=12

33. ಹಾಕಿ ಆಟದಲ್ಲಿ ಕಾರ್ಡುಗಳನ್ನು ಯಾವ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಬಳಸುತ್ತಾರೆ ?
34. ಹ್ಯಾಂಡಬಾಲ್ ಆಟದ ನಿಯಮಗಳು ಯಾವುವು ?
35. ಬಾಸ್ಕೆಟ್‌ಬಾಲ್ ಆಟದಲ್ಲಿನ ನಿಯಮ ಉಲ್ಲಂಘನೆಗಳು ಹಾಗು ಅಕ್ರಮಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಬರೆಯಿರಿ ?
36. ಮದ್ಯಮ ಮತ್ತು ದೂರದ ಓಟದ ಸ್ಪರ್ಧೆಯ ಸುತ್ತು ಎಣಿಕೆದಾರರ ಕರ್ತವ್ಯಗಳಾವುವು ?

ಪ್ರಶ್ನೆ: VI ಈ ಕೆಳಗಿನ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಏಳರಿಂದ ಎಂಟು ವಾಕ್ಯದಲ್ಲಿ ಉತ್ತರಿಸಿರಿ ? 2x4=08

37. ವಾಲಿಬಾಲ್ ಆಟದ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಬರೆಯಿರಿ ?
38. ಬ್ಯಾಡ್ಮಿಂಟನ್ ಆಟದ ಅಂಕಣದ ಚಿತ್ರ ಬಿಡಿಸಿ ವಿವಿಧ ಗೆರೆಗಳ ಹೆಸರುಗಳನ್ನು ಬರೆಯಿರಿ ?

****

8 ನೇ ತರಗತಿ ವಾರ್ಷಿಕ ಪರೀಕ್ಷೆಯ ನೀಲನಕ್ಷೆ– ಮಾರ್ಚ–2025

1. ಉದ್ದೀಷ್ಟ ಆಧಾರಿತ ಶೇಕಡಾವಾರು ಅಂಕಗಳ ಹಂಚಿಕೆ :–

ಕ್ರ.ಸಂ	ಉದ್ದೀಷ್ಟಗಳು	ಶೇಕಡಾ	ಅಂಕಗಳು	ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು
1	ಜ್ಞಾನ	33.33%	20	14
2	ತಿಳುವಳಿಕೆ	50%	30	18
3	ಅನ್ವಯ	10%	06	04
4	ಕೌಶಲ	6.67%	04	02
	ಒಟ್ಟು	100%	60	38

2.ಪಠ್ಯಾಂಶ ಆಧಾರಿತ ಶೇಕಡಾವಾರು ಅಂಕಗಳ ಹಂಚಿಕೆ :–

ಕ್ರ.ಸಂ	ಪಾಠಗಳು	ಶೇಕಡಾ	ಅಂಕಗಳು	ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು
1	ದೈಹಿಕ ಶಿಕ್ಷಣದ ಪ್ರಯೋಜನಗಳು	6.65%	4	3
2	ವಾಲಿಬಾಲ್	10%	6	3
3	ಹಾಕಿ	11.67%	7	4
4	ಹ್ಯಾಂಡಬಾಲ್	11.67%	7	4
5	ಬಾಸ್ಕೆಟ್‌ಬಾಲ್	11.67%	7	4
6	ಬ್ಯಾಡ್ಮಿಂಟನ್	11.67%	7	3
7	ಮಧ್ಯಮ & ದೂರದ ಓಟ	8.33%	5	3
8	ಎತ್ತರ ಜಿಗಿತ	5%	3	3
9	ಯೋಗಾಸನ	6.67%	4	3
10	ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯ & ಭಾವನೆಗಳು	6.67%	4	3
11	ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆ	5%	3	2
12	ರಾ.ಷ್ಟ್ರಧ್ವಜ ಮತ್ತು ರಾಷ್ಟ್ರಗೀತೆ	5%	3	3
	ಒಟ್ಟು	100%	60	38

3. ಪ್ರಶ್ನೆಗಳ ಸ್ವರೂಪ ಆಧಾರಿತ ಶೇಕಡಾವಾರು ಅಂಕಗಳ ಹಂಚಿಕೆ :–

ಕ್ರ.ಸಂ	ಪ್ರಶ್ನೆಗಳ ಸ್ವರೂಪ	ಶೇಕಡಾ	ಅಂಕಗಳು	ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು
1	ವಸ್ತು ನಿಷ್ಠ	23.33%	14	14
2	ಕಿರು ಉತ್ತರ 1	16.66%	10	10
3	ಕಿರು ಉತ್ತರ 2	26.67%	16	08
4	ದೀರ್ಘ ಉತ್ತರ 1	20%	12	04
5	ದೀರ್ಘ ಉತ್ತರ 2	6.67%	04	01
6	ಅಂಕಣ ಗುರುತು	6.67%	04	01
	ಒಟ್ಟು	100%	60	38

4. ಕಠಿಣತೆ ಮಟ್ಟ ಆಧಾರಿತ ಶೇಕಡಾವಾರು ಅಂಕಗಳ ಹಂಚಿಕೆ :–

ಕ್ರ.ಸಂ	ಕಠಿಣತೆ ಮಟ್ಟ	ಶೇಕಡಾ	ಅಂಕಗಳು	ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು
1	ಸುಲಭ	30%	18	20
2	ಸಾಧಾರಣ	50%	30	10
3	ಕಠಿಣ	20%	12	08
	ಒಟ್ಟು	100%	60	38

5. ಪ್ರಶ್ನೆಗಳ ಪತ್ರಿಕೆ ವಿನ್ಯಾಸ :–

ಕ್ರ.ಸಂ	ಪ್ರಶ್ನೆಗಳ ಸ್ವರೂಪ	ಅಂಕಗಳು	ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು
1	ಬಹು ಆಯ್ಕೆ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	08	08
2	ಹೊಂದಿಸಿ ಬರೆಯಿರಿ	06	06
3	1 ಅಂಕದ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	10	10
4	2 ಅಂಕದ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	16	08
5	3 ಅಂಕದ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	12	04
6	4 ಅಂಕದ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು	04	01
7	4 ಅಂಕದ ಅಂಕಣ ಗುರುತು	04	01
	ಒಟ್ಟು	80	45

8 ನೇ ತರಗತಿ ವಾರ್ಷಿಕ ಪರೀಕ್ಷೆಯ ನೀಲನಕ್ಷೆ– 2025

ವಿಷಯ: ದೈಹಿಕ ಶಿಕ್ಷಣ ಅವಧಿ : 3:00 ಘಂಟೆ ಅಂಕ: 60

ಸೂಚನೆ : ಆವರಣದ ಹೊರಗೆ –ಪ್ರಶ್ನೆ / ಆವರಣದ ಒಳಗೆ –(ಅಂಕಗಳು)

ಕ್ರ.ಸಂ	ಅಧ್ಯಾಯಗಳು	ಜ್ಞಾನ				ತಿಳುವಳಿಕೆ					ಅನ್ವಯ				ಕೌಶಲ	ಒಟ್ಟು ಅಂಕ	ಒಟ್ಟು ಪ್ರಶ್ನೆ
		ಪ.ನಿ	ಕಿ.ಉ 1	ಕಿ.ಉ 2	ದಿ.ಉ 1	ಪ.ನಿ	ಕಿ.ಉ 1	ಕಿ.ಉ 2	ದಿ.ಉ 1	ದಿ.ಉ 2	ಪ.ನಿ	ಕಿ.ಉ 1	ಕಿ.ಉ 2	ದಿ.ಉ 1			
1	ದೈಹಿಕ ಶಿಕ್ಷಣದ ಪ್ರಯೋಜನಗಳು	1(1)				1(1)							1(2)			4	3
2	ವಾಲಿಬಾಲ್	1(1)				1(1)			1(4)							6	3
3	ಹಾಕಿ		1(1)	1(2)	1(3)	1(1)										7	4
4	ಹ್ಯಾಂಡಬಾಲ್	1(1)					1(1)	1(2)	1(3)							7	4
5	ಬಾಸ್ಕೆಟ್‌ಬಾಲ್			1(2)		1(1)	1(1)		1(3)							7	4
6	ಬ್ಯಾಡ್ಮಿಂಟನ್	1(1)		1(2)											1(4)	7	3
7	ಮಧ್ಯಮ & ದೂರದ ಓಟ	1(1)					1(1)		1(3)							5	3
8	ಎತ್ತರ ಜಿಗಿತ	1(1)					2(1)									3	3
9	ಯೋಗಾಸನ	1(1)	1(1)					1(2)								4	3
10	ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯ & ಭಾವನೆಗಳು	1(1)					1(1)						1(2)			4	3
11	ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆ					1(1)							1(2)			3	2
12	ರಾ.ಷ್ಟ್ರಧ್ವಜ ಮತ್ತು ರಾಷ್ಟ್ರಗೀತೆ		1(1)			1(1)	1(1)									3	3
	ಒಟ್ಟು ಅಂಕ	8	3	6	3	6	7	4	13				6		4	60	
	ಒಟ್ಟು ಪ್ರಶ್ನೆ	8	3	3	1	6	7	2	4				3		1		38
	ಒಟ್ಟು	20				30					6				4	60	38

8 ನೇ ತರಗತಿಯ ವಾರ್ಷಿಕ ಪರೀಕ್ಷೆ ಮಾರ್ಚ – 2025

ವಿಷಯ: ದೈಹಿಕ ಶಿಕ್ಷಣ **ಅಂಕಗಳು: 60** **ಅವಧಿ: 2:30 ನಿಮಿಷ**

==

ಪ್ರಶ್ನೆ: I ಪ್ರತಿ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಅಥವಾ ಅಪೂರ್ಣ ಹೇಳಿಕೆಗಳಿಗೆ ನಾಲ್ಕು ಆಯ್ಕೆಗಳನ್ನು ನೀಡಲಾಗಿದೆ. ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಸರಿಯಾದ ಉತ್ತರವನ್ನು ಆರಿಸಿ ಅದರ ಕ್ರಮಾಕ್ಷರದೊಂದಿಗೆ ಬರೆಯಿರಿ ? **8x1=8**

2. ದೈಹಿಕ ಶಿಕ್ಷಣದಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸುವದರಿಂದ ಬಿ) ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿ ತೀಕ್ಷ್ಣಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ.
   ಎ) ದಡ್ಡತನ ಬಿ) ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿ ಸಿ) ಅಶಕ್ತ ಡಿ) ಮೇಲಿನ ಎಲ್ಲವು
3. ವಾಲಿಬಾಲ್ ಆಟದಲ್ಲಿ ಇರುವ 3 ಸ್ಪರ್ಶ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಡಿ) 1916 ರಲ್ಲಿ ಜಾರಿಗೆ ತರಲಾಯಿತು.
   ಎ) 1918 ಬಿ) 1927 ಸಿ) 1647 ಡಿ) 1916
3. ಹ್ಯಾಂಡ್‌ಬಾಲ್ ಆಟದಲ್ಲಿ ಗೋಲ ಗೆರೆಯ ಅಗಲವು ಸಿ) 8 ಸೆಂ.ಮೀಟರ್ ಇರುತ್ತದೆ.
   ಎ) 6 ಬಿ) 5 ಸಿ) 8 ಡಿ) 3
4. ಮ್ಯಾರಥಾನ್ ಓಟದ ದೂರವು ಡಿ) 42.195 ಕಿಲೋ ಮೀಟರ ಇರುತ್ತದೆ.
   ಎ) 32.195 ಬಿ) 42.115 ಸಿ) 20 ಡಿ) 42.195
5. ಎತ್ತರ ಜಿಗಿತಗಾರರಿಗೆ ಪ್ರತಿ ಎತ್ತರದಲ್ಲಿ ಡಿ) 3 ಪ್ರಯತ್ನಗಳನ್ನು ನೀಡಬೇಕು.
   ಎ) 1 ಬಿ) 2 ಸಿ) 6 ಡಿ) 3
6. ಅಷ್ಟಾಂಗ ಯೋಗದ ಕೊನೆಯ ಮೆಟ್ಟಿಲು ಎ) ಸಮಾದಿ
   ಎ) ಸಮಾಧಿ ಬಿ) ಧ್ಯಾನ ಸಿ) ನಿಯಮ ಡಿ)ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ
7. ಈ ಕೆಳಗಿನವುಗಳಲ್ಲಿ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಭಾವನೆಗಳ ಗುಂಪು ಡಿ) ಪ್ರೀತಿ, ಪ್ರೇಮ, ಸಂತೋಷ, ಪ್ರಶಂಸೆ
   ಎ) ಸಂತೋಷ, ದು:ಖ, ನಗು,ಅಳು ಬಿ) ಹಿಂಸೆ, ಸಹಕಾರ, ಸ್ಪರ್ಧೆ,ಪ್ರಶಂಸೆ
   ಸಿ) ಪ್ರೀತಿ,ಪ್ರೇಮ,ಹೋಡದಾಟ,ಬಡದಾಟ ಡಿ) ಪ್ರೀತಿ, ಪ್ರೇಮ, ಸಂತೋಷ, ಪ್ರಶಂಸೆ
8. ಶಟಲ್‌ನಲ್ಲಿ ಬಿ) 16 ಗರಿ ಇರುತ್ತವೆ.
   ಎ) 15 ಬಿ) 16 ಸಿ) 10 ಡಿ) 9

ಪ್ರಶ್ನೆ: II ಹೊಂದಿಸಿ ಬರೆಯಿರಿ. **6x1=6**

	‘ಅ’ ಪಟ್ಟಿ	“ಬ” ಪಟ್ಟಿ	ಉತ್ತರಗಳು
9.	YMCA	a) ಹಾಕಿ	e) ವಾಲಿಬಾಲ್
10.	ಸ್ಟಿಕ್	b) ದೈಹಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆ	a) ಹಾಕಿ
11.	ಪೀಚ್ ಹಣ್ಣಿನ ಬುಟ್ಟಿ	c) ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆ	d) ಬಾಸ್ಕೆಟ್ ಬಾಲ್
12.	ಮೂರ್ಛೆ	d) ಬಾಸ್ಕೆಟ್ ಬಾಲ್	c) ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆ
13.	1857	e) ವಾಲಿಬಾಲ್	g) ಸಿಪಾಯಿ ದಂಗೆ
14.	ಚಪಲತೆ	f) 800 ಮೀ	b) ದೈಹಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆ
		g) ಸಿಪಾಯಿ ದಂಗೆ	

ಪ್ರಶ್ನೆ: III ಈ ಕೆಳಗಿನ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಒಂದು ವಾಕ್ಯದಲ್ಲಿ ಉತ್ತರಿಸಿರಿ ? 10x1=10

15. ಕುಂಭಕ ಎಂದರೇನು ?

ಉತ್ತರ : ಉಸಿರನ್ನು ತಡೆಹಿಡಿಯುವದಕ್ಕೆ ಕುಂಭಕ ಎಂದು ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ.

16. ರಾಷ್ಟ್ರಗೀತೆಯು ಯಾವ ಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ ರಚಿತವಾಗಿದೆ. ?

ಉತ್ತರ : ರಾಷ್ಟ್ರಗೀತೆಯನ್ನು ಬಂಗಾಳಿ ಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ ರಚಿತವಾಗಿದೆ.

17. ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯವಂತನ ಯಾವುದಾದರೊಂದು ಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ಬರೆಯಿರಿ ?

ಉತ್ತರ : ಬದಲಾದ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳಿಗೆ ತಕ್ಕಂತೆ ಹೊಂದಾಣಿಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಸಾಮರ್ಥ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಯಾಗುತ್ತದೆ.

18. ಹೂಕೆಟ್ ಎನ್ನುವ ಪದ ಯಾವ ಪದದಿಂದ ಬಂದಿದೆ ?

ಉತ್ತರ : ಹೂಕೆಟ್ ಎನ್ನುವ ಪದ ಫ್ರೆಂಚ್ ಭಾಷೆಯ ಪದದಿಂದ ಬಂದಿದೆ.

19. ಬಾಸ್ಕೆಟ್‌ಬಾಲ್ ಆಟದ ಯಾವುದಾದರೊಂದು ನಿಯಮ ಬರೆಯಿರಿ ?

ಉತ್ತರ : ಬಾಸ್ಕೆಟ್‌ಬಾಲ್ ಆಟವು ಬಾಲ್ ಟಾಸ್ ಮಾಡುವದರ ಮುಖಾಂತರ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ.

20. ತೇಜಸ್ವಿನಿ ಶಂಕರ್ ಇವರ ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ದಾಖಲೆಯನ್ನು ತಿಳಿಸಿ?

ಉತ್ತರ : ತೇಜಸ್ವಿನಿ ಶಂಕರ್ ಇವರ ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ದಾಖಲೆ 2.26 ಮೀಟರ್.

21. ಮಧ್ಯಮ ದೂರದ ಓಟದ ಸ್ಪರ್ಧೆಗಳಾವುವು?

ಉತ್ತರ : 800 ಮೀ, 1500 ಮೀ, 3000 ಮೀ

22. ಸಂವಿಧಾನ ಸಮಿತಿಯು ರಾಷ್ಟ್ರಗೀತೆ ಯಾವಾಗ ಅಂಗೀಕರಿಸಿತು.?

ಉತ್ತರ : ಸಂವಿಧಾನ ಸಮಿತಿಯು ರಾಷ್ಟ್ರಗೀತೆಯನ್ನು ಜನೇವರಿ 24,1950 ರಂದು ಅಂಗೀಕರಿಸಿತು.

23. ಎತ್ತರ ಜಿಗಿತದ ಜಿಗಿತಗಾರನು ಎಷ್ಟು ಕಾಲಿನಿಂದ ಟೇಕ್‌ಆಫ್ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು ?

ಉತ್ತರ : ಎತ್ತರ ಜಿಗಿತದ ಜಿಗಿತಗಾರನು ಒಂದು ಕಾಲಿನಿಂದ ಟೇಕ್‌ಆಫ್ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

24. ಹ್ಯಾಂಡಬಾಲ್ ಪಂದ್ಯಾವಳಿಯು ಯಾವುದರ ಮುಖಾಂತರ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ. ?

ಉತ್ತರ : ಹ್ಯಾಂಡಬಾಲ್ ಪಂದ್ಯಾವಳಿಯು ಥ್ರೋಆಫ್ ಮುಖಾಂತರ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ

ಪ್ರಶ್ನೆ: IV ಈ ಕೆಳಗಿನ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಎರಡು ಅಥವಾ ಮೂರು ವಾಕ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ಉತ್ತರಿಸಿರಿ. 8x2=16

25. ವಿಷ ಸೇವಿಸಿದವರಿಗೆ ನೀಡುವ ಪ್ರಥಮೋಪಚಾರ ಬಗ್ಗೆ ಬರೆಯಿರಿ ?

ಉತ್ತರ :*ವಿಷ ಸೇವಿಸಿದಾಗ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ವಾಂತಿ ಮಾಡಿಸುವುದರಿಂದ ವಿಷದ ತೀಕ್ಷ್ಣತೆಯನ್ನು ತಗ್ಗಿಸಬಹುದು.

* ವಾಂತಿ ಮಾಡಿಸಲು ಕಿರುನಾಲಿಗೆಗೆ ಬೆರಳುಗಳಿಂದ ಕೆಣಕಬೇಕು ಅಥವಾ ಬೆಚ್ಚಗಿರುವ ನೀರಿಗೆ ಉಪ್ಪು ಕುಡಿಸಿದರೆ ವಾಂತಿಯಾಗುತ್ತದೆ.
* ಧಾರಳವಾಗಿ ನೀರನ್ನು ಕುಡಿಸುವದರಿಂದ ತೀಕ್ಷ್ಣವಾದ ರೂಪದಲ್ಲಿ ವಿಷವು ದೇಹಕ್ಕೆ ವ್ಯಾಪಿಸುವದನ್ನು ನಿಧಾನಗೊಳಿಸಬಹುದು.
* ಆಮ್ಲಗಳನ್ನು, ಆಲ್ಕಲಿಗಳನ್ನು ಸೇವಿಸಿದಾಗ,ಬಾಯಿಯ ಒಳಭಾಗ ಹಾಗೂ ತುಟಿಗಳು ಸುಟ್ಟು ಹೋಗಿದ್ದಾಗ ವಾಂತಿ ಮಾಡಿಸಬಾರದು.
* ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟು ಬೇಗನೆ ವೈದ್ಯರಲ್ಲಿ ಕರೆದೊಯ್ಯಬೇಕು.

26 ಹಾಕಿ ಆಟದಲ್ಲಿ ಗೋಲ್‌ಕೀಪರನ ರಕ್ಷಣೆಗೆ ಬೇಕಾದ ಸಲಕರಣೆಗಳನ್ನು ಬರೆಯಿರಿ ?

ಉತ್ತರ :ತಲೆಗೆ ಶಿರಸ್ತ್ರಾಣ (ಹೆಲ್‌ಮೆಟ್) ,ಕಾಲುಗಳಿಗೆ ರಕ್ಷಣಾ ಕವಚ ಹಾಗೂ ಚೆಂಡನ್ನು ಒದೆಯಲು

ಕಿಕ್ಕರ್ಸ್,ಎದೆ ಕವಚ, ಕೈ ಕವಚ, ತೊಡೆಸಂದಿ ಕವಚ,ತೋಳು ಕವಚ ಮತ್ತು ಹಾಕಿ ಸ್ಟಿಕ್ಕನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತಾನೆ.

27. ಪುರುಷ ಮತ್ತು ಮಹಿಳೆಯರು ಬಳಸುವ ಹ್ಯಾಂಡಬಾಲ್ ತೂಕ ಎಷ್ಟು. ?

ಉತ್ತರ : ಹ್ಯಾಂಡ್‌ಬಾಲ್ ಆಟದಲ್ಲಿ ಪುರುಷರ ತೂಕ – 425–475 ಗ್ರಾಂ
ಮಹಿಳೆಯರ ತೂಕ – 325–375 ಗ್ರಾಂ

28. ಬ್ಯಾಡ್ಮಿಂಟನ್ ರ‍್ಯಾಕೆಟ್ ಬಗ್ಗೆ ಬರೆಯಿರಿ ?

ಉತ್ತರ : * ರ‍್ಯಾಕೆಟ್‌ನ ಉದ್ದ 68 ಸೆಂ.ಮೀ
* ತಲೆಯ ಮೇಲ್ಭಾಗದ ಅಗಲವು 23 ಸೆಂ.ಮೀ .
* ತೂಕವು 83 ಗ್ರಾಂ ನಿಂದ 100 ಗ್ರಾಂ ಮೀರಬಾರದು.
* ಸ್ಟೀಲ್,ಅಲ್ಯುಮಿನಿಯಂ, ಸೆರಾಮಿಕ, ಬೊರೊನ್‌ಗಳಿಂದ ಸಂಯೋಜನೆ.

29 ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಭಾವನೆಗಳು ವ್ಯಕಿಯ ಆರೋಗ್ಯದ ಮೇಲೆ ಹೇಗೆ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತದೆ.?

ಉತ್ತರ : ಭಯ,ತಿರಸ್ಕಾರ,ಅವಮಾನ, ಸಿಟ್ಟು, ಅಸುಯೆ, ದುಖ: ಇವುಗಳು ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಭಾವನೆಗಳು. ವ್ಯಕ್ತಿಯಲ್ಲಿ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಭಾವನೆಗಳು ಮೂಡಲು ಸಮಾಜದ ಇತರೇ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ ನಡುವಳಿಕೆ ಗಳು ಪ್ರಮುಖ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತವೆ. ಕೆಲವು ಸಾರಿ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಭಾವನೆಗಳು ವ್ಯಕ್ತಿಯಲ್ಲಿ ಋಣಾತ್ಮಕ ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ಉಂಟು ಮಾಡುತ್ತವೆ. ಸಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಜನರು ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ತೋರಲು ಹಿಂಜರಿಯುತ್ತಾರೆ. ಕಾರಣ ಈ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ತೋರ್ಪಡಿಸು ವದರಿಂದ ಸಂಬಂಧಗಳನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕಾಗಬಹುದು. ಎಂಬ ಭಯ. ಅಲ್ಲದೆ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ದೈಹಿಕ ಮತ್ತು ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯದ ಮೇಲೆ ಪ್ರತಿಕೂಲ ಪರಿಣಾಮ ಉಂಟು ಮಾಡಬಹು ದಾಗಿರುತ್ತದೆ.

30. ಯೋಗ & ವ್ಯಾಯಾಮಗಳ ನಡುವಿನ ವ್ಯತ್ಯಾಸ ಬರೆಯಿರಿ ?

ಉತ್ತರ :

ಯೋಗ	**ವ್ಯಾಯಾಮ**
*** ಯೋಗಾಸನ ನಿರಾಯಾಸವಾಗಿ ಮಾಡುವುದಾಗಿದೆ.** *** ಯೋಗಾಸನದಲ್ಲಿ ಉಸಿರಾಟದ ಕ್ರಮಗಳಿಗೆ ಮಹತ್ವ ನೀಡಿದೆ.**	*** ವ್ಯಾಯಾಮವನ್ನು ಪದೇ ಪದೇ ಪ್ರಯತ್ನ ಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಮಾಡಲಾಗುತ್ತದೆ.** *** ಉಸಿರಾಟದ ನಿಯಂತ್ರಣಕ್ಕೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಮಹತ್ವ ನೀಡಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ.**

31. ಬಾಸ್ಕೆಟ್‌ಬಾಲ್ ಆಟವನ್ನು ಯಾವಾಗ ಮತ್ತು ಯಾರು ಕಂಡು ಹಿಡಿದರು ?

ಉತ್ತರ : ಬಾಸ್ಕೆಟ್‌ಬಾಲ್ ಆಟವನ್ನು 1891 ರಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಡಾ// ಜೇಮ್ಸ್ ನೈಸ್ಮತ್ ಕಂಡು ಹಿಡಿದರು

32. ಸುಪ್ತ ಪ್ರತಿಭೆಯನ್ನು ಹೊರಹಾಕಲು ಕ್ರೀಡೆಗಳು ಹೇಗೆ ಸಹಾಯಕವಾಗಿದೆ ?

ಉತ್ತರ : ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಲ್ಲೂ ಸುಪ್ತ ಪ್ರತಿಭೆಗಳಿರುತ್ತವೆ.ಅದನ್ನು ಸರಿಯಾದ ರೀರಿಯಲ್ಲಿ ಹೊರಹಾಕಲು ವೇದಿಕೆ ಅವಶ್ಯಕ.ಕೆಲವೊಬ್ಬರಿಗೆ ಉತ್ತಮ ಕಣ್ಣು–ಕೈ, ಕಣ್ಣು–ಕಾಲುಗಳ ಸಂಯೋಜನ ಸಾಮ ರ್ಥ್ಯವಿರುತ್ತದೆ.ಇದರೊಂದಿಗೆ ಉತ್ತಮ ದೇಹ ದಾರ್ಢ್ಯತೆ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಪಡಿಸಿಕೊಂಡಲ್ಲಿ ಉತ್ತಮ ಕ್ರೀಡಾಪಟುಗಳಾಗಿ ಹೊರಹೊಮ್ಮಬಹುದು.ಕ್ರೀಡಯನ್ನು ವೃತ್ತಿಯನ್ನಾಗಿ ಆಯ್ಕೆಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಅವಶ್ಯಕ ಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಅನುಭವಗಳು ದೈಹಿಕ ಶಿಕ್ಷಣದಲ್ಲಿ ಸಕ್ರಿಯವಾಗಿ ತೊಡಗುವದರಿಂದ ಲಭ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ.

ಪ್ರಶ್ನೆ: V ಈ ಕೆಳಗಿನ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಐದು ರಿಂದ ಆರು ವಾಕ್ಯದಲ್ಲಿ ಉತ್ತರಿಸಿರಿ? 4x3=12

33. ಹಾಕಿ ಆಟದಲ್ಲಿ ಕಾರ್ಡುಗಳನ್ನು ಯಾವ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಬಳಸುತ್ತಾರೆ ?

ಉತ್ತರ :– ಹಸಿರು ಕಾರ್ಡ : ಆಟಗಾರರಿಗೆ ಎಚ್ಚರಿಕೆ ನೀಡಲು ಬಳಸುತ್ತಾರೆ ಹಾಗೂ 2 ನಿಮಿಷ ತಾತ್ಕಾಲಿಕವಾಗಿ ಅಂಕಣದಿಂದ ಹೊರಗೆ ಹೋಗಬೇಕು.

ಹಳದಿ ಕಾರ್ಡ : ಆಟಗಾರರಿಗೆ 5 ನಿಮಿಷ ತಾತ್ಕಾಲಿಕವಾಗಿ ಹೊರಗೆ ಉಚ್ಚಾಟಿಸುವಂತೆ ಶಿಕ್ಷೆ ವಿಧಿಸಲು ಬಳಸುತ್ತಾರೆ.

ಕೆಂಪು ಕಾರ್ಡ : ಆಟಗಾರನನ್ನು ಬದಲಾವಣೆ ರಹಿತ ಪಂಧ್ಯದಿಂದ ಉಚ್ಚಾಟಿಸಲು ಬಳಸುತ್ತಾರೆ.

34. ಹ್ಯಾಂಡಬಾಲ್ ಆಟದ ನಿಯಮಗಳು ಯಾವುವು ?

ಉತ್ತರ : * ಹ್ಯಾಂಡಬಾಲ್ ಆಟದಲ್ಲಿ ಒಟ್ಟು 7 ಜನ ಆಟಗಾರರು 5 ಜನ ಬದಲಿ ಆಟಗಾರರು ಇರುತ್ತಾರೆ.

* 6 ಜನ ಅಂಕಣ ಆಟಗಾರರು 1 ಗೋಲ ರಕ್ಷಕ ಇರುತ್ತಾರೆ.
* ಪಂದ್ಯದ ಅವಧಿ : ಪುರುಷರ : 30+10+30 ನಿಮಿಷ
  ಮಹಿಳೆಯರ : 25+10+25 ನಿಮಿಷ
* ಅಂಕಗಳು ಸಮವಾದಾಗ 5+1+5 ನಿಮಿಷ
* ಹ್ಯಾಂಡಬಾಲ್ ಆಟವನ್ನು ಥ್ರೋ ಆಫ್ ಮುಖಾಂತರ ಪ್ರಾರಂಭ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ.
* ಬಾಲನ್ನು ಕಾಲಿನಿಂದ ಒದೆಯುವ ಹಾಗಿಲ್ಲ.
* ಬಾಲ್ ಕೈಯಲ್ಲಿ ಸಿಕ್ಕರೆ ಮೂರು ಹೆಜ್ಜೆಗಳ ನಿರ್ವಹಣೆ ಮಾಡಬೇಕು.
* ಬಾಲ್ ಹಿಡಿದು ಕೊಂಡು ಹೋಗುವ ಹಾಗಿಲ್ಲ. ಡ್ರಿಬಿಲ್ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಹೋಗಬೇಕು.

35. ಬಾಸ್ಕೆಟ್‌ಬಾಲ್ ಆಟದಲ್ಲಿನ ನಿಯಮ ಉಲ್ಲಂಘನೆಗಳು ಹಾಗು ಅಕ್ರಮಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಬರೆಯಿರಿ ?

ಉತ್ತರ : ನಿಯಮ ಉಲ್ಲಂಘನೆಗಳು

* **ಎರಡೂ ಕೈಗಳಿಂದ ಏಕಾಕಾಲದಲ್ಲಿ ಪುಟಿಸುವದು.**
* **ಚೆಂಡನ್ನು ಕೈಗಳಲ್ಲಿ ಹಿಡಿದು ಒಂದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಹೆಜ್ಜೆಗಳನ್ನು ಇಡುವದು.**
* **ಪುಟಿಸಿದ ನಂತರ ಚೆಂಡನ್ನು ಹಿಡಿದು ಮತ್ತೆ ಪುಟಿಸುವದು.**
* **ಉದ್ದೇಶಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಕಾಲನ್ನು ಬಳಸಿ ಚೆಂಡನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸುವದು.**

ಅಕ್ರಮಗಳು :

* ಪ್ರತಿ ತಂಡದ ಆಟಗಾರರಿಗೆ 5 ವೈಯಕ್ತಿಕ ತಪ್ಪು ಮಾಡುವ ಅವಕಾಶವಿದ್ದು ಇದನ್ನು ದಾಖಲಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.
* ಯಾವ ಆಟಗಾರನ ವೈಯಕ್ತಿಕ ತಪ್ಪುಗಳು ಪೂರ್ತಿಯಾದಲ್ಲಿ ಅಂತಹ ಆಟಗಾರನನ್ನು ಆಟದಿಂದ ಆಡಲಾಗುತ್ತದೆ.

36. ಮದ್ಯಮ ಮತ್ತು ದೂರದ ಓಟದ ಸ್ಪರ್ಧೆಯ ಸುತ್ತು ಎಣಿಕೆದಾರರ ಕರ್ತವ್ಯಗಳಾವುವು ?

ಉತ್ತರ : * 1500 ಮೀ ಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚಿನ ದೂರದ ಓಟದ ಸ್ಪರ್ಧೆಗಳನ್ನು ನಡೆಸುವಾಗ ನಿರ್ಣಾಯಕರು ಸಾಕಷ್ಟು ಸಂಖ್ಯೆಯಲ್ಲಿ ಸುತ್ತು ಎಣಿಕೆ ಮಾಡುವವರನ್ನು ನೇಮಿಸುತ್ತಾರೆ.

* ಇವರಿಗೆ ಸುತ್ತು ಎಣಿಕೆ ಮಾಡುವ ದಾಖಲೆ ನಮುನೆಯನ್ನು ಒದಗಿಸಲಾಗಿರುತ್ತದೆ.
* ಸುತ್ತು ಎಣಿಕೆಗಾರರ ಸಂಖ್ಯೆಗನುಗುಣವಾಗಿ ಒಬ್ಬ ಸುತ್ತು ಎಣಿಕೆಗಾರನಿಗೆ ಗರಿಷ್ಠ 4 ಸ್ಪರ್ಧಿಗಳ ಸುತ್ತುಗಳನ್ನು ಎಣಿಸಲು ಸೂಚಿಸುತ್ತಾರೆ.
* ಇವರು ತಮಗೆ ನಿಯೋಜಿಸಿದ ಸ್ಪರ್ಧಿಗಳು ಪೂರ್ಣಗೊಳಿಸಿದ ಸುತ್ತನ್ನು ದಾಖಲು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ.

ಪ್ರಶ್ನೆ: VI ಈ ಕೆಳಗಿನ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಏಳರಿಂದ ಎಂಟು ವಾಕ್ಯದಲ್ಲಿ ಉತ್ತರಿಸಿರಿ ? **2x4=08**

37. ವಾಲಿಬಾಲ್ ಆಟದ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಬರೆಯಿರಿ ?

ಉತ್ತರ : * ಪ್ರತಿಯೊಂದು ತಂಡದಲ್ಲಿ 6 ಜನ ಆಟಗಾರರೊಂದಿಗೆ 6 ಜನ ಬದಲಿ ಆಟಗಾರರಿರುತ್ತಾರೆ.

* ನಾಣ್ಯ ಚಿಮ್ಮುವಿಕೆಯ ಮುಖಾಂತರ ಯಾವ ತಂಡದವರು ಸರ್ವೀಸ್‌ನೊಂದಿಗೆ ಪಂದ್ಯವನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಬೇಕೆಂದು ನಿರ್ಣಯಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.
* ಬಾಲ್ ಸರ್ವೀಸ್ ಮಾಡುವಾಗ ಟಾಸ್ ಮಾಡಿ ಸರ್ವೀಸ್ ಮಾಡಬೇಕು.
* ರೂಟೇಷನ್ ಪದ್ದತಿಯಲ್ಲಿ ಸರ್ವೀಸ್ ಮಾಡಬೇಕು.
* ಒಂದು ತಂಡಕ್ಕೆ ಮೂರು ಸ್ಪರ್ಶಗಳನ್ನು ನೀಡಲಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಮೂರ ಸ್ಪರ್ಶಗಳಲ್ಲಿ ಎದುರಾಳಿ ತಂಡಕ್ಕೆ ಬಾಲನ್ನು ಕಳಿಸಬೇಕು.

38. ಬ್ಯಾಡ್ಮಿಂಟನ್ ಆಟದ ಅಂಕಣದ ಚಿತ್ರ ಬಿಡಿಸಿ ವಿವಿಧ ಗೆರೆಗಳ ಹೆಸರುಗಳನ್ನು ಬರೆಯಿರಿ ?