1. This asana resembles the insect locust
வெட்டுக்கிளி போன்ற தோற்றத்தை கொடுக்கும் ஆசானா

(A) Padmasana
பத்மாச்சனா

(B) Sarvangasana
சர்வாங்காசனா

(C) Urukshasana
உருக்சாசனா

(D) Salabhasana
சலபாசனா

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

2. It means internal and external purification of the body and mind
உடலையும் மனதையும் உட்புறமும் வெளிப்புறமுமாக சுத்திகரிப்பது?

(A) Shuchita
சுசித்தா

(B) Tapas
தபாஸ்

(C) Asteya
அஸ்டியா

(D) Aparigraha
அபரிகிரஹா

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

3. The Objective of Pranayama is to inspire, motivate, regulate and balance the
பிராணயாமம் பயிற்ச்சியின் முக்கியமான குறிக்கோள் யாவை?

(A) Mind
மன நலம்

(B) Heart beat
இதய துடிப்பு

(C) Vital force
சுவாம் நீட்சி

(D) Blood force
இரத்த ஓட்டம்

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

4. The Practice of Ardhamatsyendrasana is good for
அர்த்தமத்ஸ்யேந்திரேசனம் பயிற்சி யாருக்கு நல்லது

(A) Thyroid
தைராய்டு

(B) Diabetes
சர்க்கரை நோய்

(C) Lumbar pain
இடுப்பு வலி

(D) Blood pressure
இரத்த அழுத்தம்

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

5. The death pose in Asana
ஆசனத்தின் மரண நிலை/போஸ் எது?

(A) Savasana
சவாசனா

(B) Halasana
ஹலாசனா

(C) Bhujangasana
பூஜங்காசனா

(D) Sarvangasana
சர்வாங்காசனா

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

6. Asana to reduce nervous tension is
நரம்பு பதற்றத்தை குணமாக்க உதவும் ஆசனம்

(A) Dhanurasana
தனுராசனம்

(B) Pawan Muktasana
பவன் முக்தாசனம்

(C) Koormasana
கூர்மாசனம்

(D) Gomukhasana
கொமுகாசனம்

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

7. Dress Code for yoga practice should be
யோக பயிற்சிக்கான ஆடை எவ்வாறு இருக்க வேண்டும்

(A) Tight fitting dresses
இறுக்கமான ஆடைகள்

(B) Costly and sophisticated dresses
விலையுயர்ந்த மற்றும் அதிநவீன ஆடைகள்

(C) Protective covering from head to toe
தலை முதல் கால் வரை பாதுகாப்பு உறை (ஆடைகள்)

(D) Loose fitting and comfortable
தளர்வான மற்றும் வசதியான ஆடைகள்

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

8. When are sustains and maintains the focus of attention, unbound by time and space?
________ ல் ஒருவர் நேரம் மற்றும் இடத்தால் கட்டுப்பாடற்ற கவனத்தை மையமாக வைத்து பராமரிக்கிறார்.

(A) Dharana
தரனா

(B) Dhyana
தியானா

(C) Pratyahara
பிரத்யஹாரா

(D) Pranayama
பிராணயாமம்

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

9. Twelve steps in Suryanamaskar, seen is worshipped by a specific
பன்னிரெண்டு நிலையில் சூரிய நமஸ்காரம் செய்வது எதை குறித்து வேண்டுதல்

(A) Mantra
மந்திரம்

(B) Yantra
எந்திரம்

(C) Thantra
தந்திரம்

(D) Laya
யோகா

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

10. The number of different Asanas Surya Namaskar comprises is
சூரிய நமஸ்காரம் எத்தனை விதமான ஆசனங்களைக் கொண்டுள்ளது

(A) 12
(B) 7
(C) 10
(D) 8
(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

11. The term Bastrika is associated to
பாஸ்ட்ரிகா என்ற சொல் எதனுடன் தொடர்புடையது

(A) Asana
ஆசனம்
(B) Pranayama
பிராணயாமம்
(C) Dhyana
தயானா
(D) Samadhi
சமாதி
(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

12. Which type of breathing is considered as Yogic breathing?
இவற்றில் எந்த வகையான சுவாசம் யோக சுவாசமாக கருதப்படுகிறது ?

(1) Abdominal breathing
வயிற்று சுவாசம்

(2) Thorasic breathing
நெஞ்சு சுவாசம்

(3) Clavicular breathing
கிளாவிகுலர் சுவாசம் (தோல் பட்டை சுவாசம்)

(A) (1) and (2) only
(1) மற்றும் (2) மட்டும்

(B) (2) and (3) only
(2) மற்றும் (3) மட்டும்

(C) (3) only
(3) மட்டும்

(D) (1), (2) and (3)
(1), (2) மற்றும் (3) மட்டும்

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

13. The recommended time for one to perform pranayama after food?
உணவு உட்கொண்ட பிறகு ஒருவருக்கு மூச்சுப் பயிற்சி செய்ய பரிந்துரைக்கப்பட்ட நேரம்

(A) half an hour
அரை மணி நேரம்

(B) one hour
ஒரு மணி நேரம்

(C) one and half hour
ஒன்றரை மணி நேரம்

(D) two hours
இரண்டு மணி நேரம்

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

14. In the elements of yoga path, Dhyana is best described as
யோகா பாதையின் கூறுகளில், தியானம் சிறப்பாக எவ்வாறு விவரிக்கப்படுகிறது

(A) Physical Posture
உடல் நிலை

(B) Breathing
சுவாசம்

(C) Concentration
செறிவு

(D) Meditation
தியானம்

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

15. The founder of yoga system (or) (father of yoga)
யோகாவின் தந்தை என அழைக்கப்படுபவர்

(A) Kapila
கபிலா

(B) Jaimini
ஜெமினி

(C) Patanjali
பதஞ்சலி

(D) Yogacharya
யோகாசாரியா

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

16. The main aim of Yoga is to control over
யோகாவின் முக்கிய குறிக்கோள் எதனை கட்டுப்படுத்துவதாகும்

(A) Body
உடல்

(B) Breathing
சுவாசம்

(C) Posture
தோரணை

(D) Mind
மனம்

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

17. Yoga is a science by which the individual approaches
யோகா என்பது தனிமனிதன் அணுகும் ஒரு அறிவியல்

(A) Faith
நம்பிக்கை

(B) Truth
உண்மை

(C) Elusion
மாயை

(D) Imagination
கற்பனை

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

18. In this identify becames both immersed in meditation, supreme happiness, free from pleasure
இதில் ஒருவர் அனைத்து சுகங்களிலும் விடுபட்டு, உயர்வான இன்பத்திலும் தியானத்திலும் ஈடுபடும் நிலை

(A) Pratyahara
ப்ரத்யகாரா

(B) Dharana
தாரனா

(C) Dhyana
தியானா

(D) Samadhi
சமாதி

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

19. Yoga is the true Union of our will with the will of
யோகா என்பது நமது உண்மையான மனத்திட்டமும் ________ வின் மனத்திட்டமும் இணைவதாகும்.

(A) Friends
நண்பர்கள்

(B) God
கடவுள்

(C) People
மக்கள்

(D) Parents
பெற்றோர்

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

20. Yoga Means
யோகா என்றால் என்ன?

(A) Union
ஐக்கியம்

(B) Action
செய்கை

(C) Devotion
பக்தி

(D) Sound
முழுமையான

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

21. Table tennis became an Olympic Sport in
டேபிள் டென்னிஸ் ஒலிம்பிக் விளையாட்டாக மாறியது

(A) 1988

(B) 1980

(C) 1984

(D) 1992

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

22. A Kabaddi team consists of ______ No. of Players.
ஒரு கபடி அணிக்கு மொத்தம் எத்தனை வீரர்கள்?

(A) 7+5=12

(B) 7+7=14

(C) 7+3=10

(D) 6+6=12

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

23. The distance between Bulk line and Bonus line of the Men Kabaddi Shall be
கபடி ஆண்கள் ஆடுகளத்தின் பல்க் லைனுக்கும் போனஸ் லயனுக்கும் இடையேயுள்ள தூரம்

(A) 1 mt
1 மீட்டர்

(B) 1.75 mts
1.75 மீட்டர்

(C) 3.75 mts
3.75 மீட்டர்

(D) 2.50 mts
2.50 மீட்டர்

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

24. 'Rider' – term is used in the which game?
'ரைடர்' என்ற வார்த்தை எந்த விளையாட்டில் பயன்படுகிறது?

(A) Hockey
வலைபந்து

(B) Football
கால்பந்து

(C) Handball
கைபந்து

(D) Kabaddi
கபடி

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

25. In Table Tennis, receiver become server after every ______ points.
டெபிள் டென்னிஸ் ரிசீவர் ஒவ்வொரு ______ புள்ளிகளுக்கும் சர்வராக இருப்பார்.

(A) 1

(B) 2

(C) 3

(D) 4

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

26. _______ marking at the distance 6.40 mts from goal line and its diameter is 150 mm in hockey.
_______ கோல் லயனிலிருந்து 6.40 மீட்டரில் 150 மில்லி மீட்டர் விட்டத்துடன் வரையப்பட்டிருக்கும்.

(A) Bully mark
புள்ளி மார்க்

(B) Goal mark
கோல் மார்க்

(C) Penality mark
பெனால்டி மார்க்

(D) Field mark
பீல்டு மார்க்

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

27. Match the following in foot-ball :
கீழ்க்கண்ட கால்பந்து அளவுகளை சரியாக பொறுத்துக :

(a) Penality mark — 1. 9.15 mts
பெனாலிட்டி மார்க் — 9.15 மீட்டர்

(b) Center Circle Radius — 2. 11 mts
நடு வட்ட ஆரம் — 11 மீட்டர்

(c) Corner Flag — 3. 1 mt
கார்னர் கொடி — 1 மீட்டர்

(d) Corner Arc radius — 4. 1.5 mts
கார்னர் ஆர்க்கின் ஆரம் — 1.5 மீட்டர்

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

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

28. Match Basketball :
கூடைப்பந்தாட்ட விதிகளின்படி பொருத்துக :

	Reason காரணிகள்		Timing நேர அளவு
(a)	Not Remain in the opponents restricted area எதிரணியினரின் தடை செய்யப்பட்ட பகுதிக்கு செல்லக்கூடாது	1.	8 Seconds 8 வினாடிகள்
(b)	Shoot or Dribble within கூடைப்பந்தை கைகளில் வெறுமனே வைத்திருக்க கூடாது	2.	24 Seconds 24 வினாடிகள்
(c)	Go to frontcourt within எதிரணியின் எல்லைக்குள் புக வேண்டும்	3.	3 Seconds 3 வினாடிகள்
(d)	Constitute a Shot for a Goal within கோலுக்கான முயற்சியை எடுத்திருக்க வேண்டும்	4.	5 Seconds 5 வினாடிகள்

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

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

29. Number of time out in a Handball match is
கைபந்து போட்டியில் ஒரு ஆட்டத்தில் எத்தனை முறை டைம் அவுட் எடுக்கலாம்

(A) 2
(B) 1
(C) 3
(D) 4
(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

30. Cylinder Principles is related to in which game
உருளை கொள்கை எந்த விளையாட்டுடன் தொடர்புடையது?

(A) Volleyball
கையுந்துபந்து

(B) Hockey
வளைகோல்பந்து

(C) Basketball
கூடைபந்து

(D) Football
கால்பந்து

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

31. The Diameter of Kho-Kho Post
கோ-கோ கம்பத்தின் சுற்றளவு யாது?

(A) 10 cm to 11 cm

(B) 8 cm to 9 cm

(C) 9 cm to 10 cm

(D) 7 cm to 9 cm

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

32. Duration of the Timed out in ODI Cricket
ஒரு நாள் மட்டை பந்தாட்டத்தில் எத்தனை நிமிடத்தில் Timed out கொடுக்கப்படுகிறது?

(A) 2 min
இரண்டு நிமிடங்கள்

(B) 3 min
மூன்று நிமிடங்கள்

(C) 1 min
ஒரு நிமிடம்

(D) 4 min
நான்கு நிமிடங்கள்

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

33. Select the situation when penality corner is completed in hockey.
வளைகோல் பந்தாட்டத்தில் 'பெனால்டி கார்னர்' நிறைவுபெறும் முறைகளை தெரிந்தெடுக்கவும்.

(1) A goal is scored
கோல் அடிக்கப்பட்டவுடன்

(2) A free hit is awarded to the defending team
தற்காக்கும் அணிக்கு 'இலவச அடி' வழங்கப்பட்டவுடன்

(3) Offence by Defender Results in Another penality corner
தற்காப்பு வீரரின் விதிமீறலால் மற்றுமொரு 'பெனால்டி கார்னர்'

(4) A Penalty stroke is awarded
'பெனால்டி ஸ்ட்ரோக்' வழங்கப்பட்டவுடன்

(5) Pusher does not have at least one foot outside the field
பெனால்டி கார்னரில் பந்தை தள்ளும் முதல் வீரர் ஒரு காலை எல்லைக் கோட்டிற்கு வெளியே வைக்கவில்லை என்றால்

(A) 1, 3 and 5 only
1, 3 மற்றும் 5 மட்டும்

(B) 1, 2 and 4 only
1, 2 மற்றும் 4 மட்டும்

(C) 2, 3 and 5 only
2, 3 மற்றும் 5 மட்டும்

(D) 2, 4 and 5 only
2, 4 மற்றும் 5 மட்டும்

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

34. When a Bye is called, the number of runs that can be scored in?
பை (Bye) என்று அழைக்கப்படும் போது ஓடத்தகுந்த ஓட்டங்களின் எண்ணிக்கை

(A) One
ஒன்று

(B) Two
இரண்டு

(C) Four
நான்கு

(D) Any
ஏதேனும்

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

35. The act of raising the ball off the ground using the stick in hockey
வலைகோல் பந்தாட்டத்தில் கோலின் மூலம் பந்தை தரையிலிருந்து மேலாக உயர்த்தும் செயல்

(A) Hit
ஹிட் (அடித்தல்)

(B) Push
புஷ் (தள்ளுதல்)

(C) Scoop
ஸ்கூப்

(D) Stop
தடுத்தல்

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

36. The height of Tennis net at the centre
டென்னிஸ் ஆடுகளத்தில் உள்ள வலையின் உயரம் நடுவில் எவ்வளவு உயரம் இருக்க வேண்டும்

(A) 3 feet
3 அடி

(B) 4 feet
4 அடி

(C) 2 feet
2 அடி

(D) 5 feet
5 அடி

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

37. Base line length of the Tennis Court
டென்னிஸ் விளையாட்டு திடலின் பேஸ்லைன் அளவீடுகள்

(A) Doubles 36 feet and Singles 27 Feet
இரட்டையர் 36 அடி மற்றும் ஒற்றையர் 27 அடி

(B) Doubles 30 F and singles 20 F
இரட்டையர் 30 அடி மற்றும் ஒற்றையர் 20 அடி

(C) Doubles 30 F and Singles 18 F
இரட்டையர் 30 அடி மற்றும் ஒற்றையர் 18 அடி

(D) Doubles 25 F and Singles 25 Feet
இரட்டையர் 25 அடி மற்றும் ஒற்றையர் 25 அடி

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

38. Adoption of Electronic Review technology in Tennis
எந்த மின்னணு மதிப்பாய்வு தொகுப்பு முறையை டென்னிஸில் பயன்படுகிறது

(A) Video
வீடியோ

(B) Hawk – eye
(Hawk – eye) ஹாக் - ஐ

(C) Film
படம்

(D) Radio
வானொலி

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

39. The width of the Badminton Court line is
இறகு பந்தாட்ட ஆடுகளத்தில் உள்ள கோடுகளின் அகலம் என்ன?

(A) 5 cm
5 சென்டி மீட்டர்

(B) 3 cm
3 சென்டி மீட்டர்

(C) 4 cm
4 சென்டி மீட்டர்

(D) 2 cm
2 சென்டி மீட்டர்

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

40. A Player Serving two conservative faults in tennis is called as
டென்னிஸ் விளையாட்டில் தொடர்ச்சியாக இரண்டு சர்வீஸ்களும் தவறானால்

(A) One more Service
திரும்பவும் ஒரு சர்வீஸ் வழங்கப்படும்

(B) Let
லெட்

(C) Double fault
இரட்டைத் தவறு

(D) Foot Fault
பாதத் தவறு

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

41. Combination of Weight training and circuit training is known as
எடைப்பயிற்சியையும், சுற்றுவட்டப் பயிற்சியையும் இணைத்து செய்யும் பயிற்சி

(A) Fartlek Training
ஃபார்ட்லெக் பயிற்சி

(B) Cross – Training
குறுக்குப் பயிற்சி

(C) Tabata Training
தபாட்டா பயிற்சி

(D) Battle Rope Training
போர் கயிறு பயிற்சி

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

42. Types of training are
விளையாட்டு பயிற்சி முறைகளின் வகைகள்

(A) Weight training, Circuit Training Interval training
எடை பயிற்சி, சுற்று பயிற்சி இடைவெளி பயிற்சி

(B) Micro Cycle, Meso Cycle, Macro Cycle
மைக்ரோ சுழற்சி, மீசோ சுழற்சி, மேக்ரோ சுழற்சி

(C) Body Composition, Muscular Strength, Flexibility
உடல் அமைப்பு, தசை வலிமை, உடல் வளையும் திறன்

(D) Agility, Power, Balance
சுறுசுறுப்பு, சக்தி, சமநிலை

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

43. In circuit training normally the intensity of exercise at each station is about
சுற்று பயிற்சியில் ஒவ்வொரு சூழ்நிலையிலும் உடற்பயிற்சியின் தீவிரம் சுமார் எவ்வளவு இருக்கும்

(A) 55-60% maximum
55-60% அதிகபட்சம்

(B) 50-55% maximum
50-55% அதிகபட்சம்

(C) 35-40% maximum
35-40% அதிகபட்சம்

(D) 40-50% maximum
40-50%அதிகபட்சம்

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

44. Different exercise stations training is
பலவகை பயிற்சி நிலைகள் ஒன்றிணைந்தது

(A) Kilogram
கிலோகிராம்

(B) Metre
மீட்டர்

(C) Circuit training
பலவகை பயிற்சி

(D) Seconds
நொடி

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

45. Circuit Training develops
சுற்று பயிற்சி எந்த திறனை அதிகரிக்கின்றனது

(A) Speed
வேகம்

(B) Flexibility
நெகிழ்வுத் தன்மை

(C) Strength Endurance
வலிமை சகிப்புத் தன்மை

(D) Agility
சுறுசுறுப்பு

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

46. A 40 year old man has a resting Heart rate of 75 b/min - Maximum of 180 b/min and what will be his training heartrate at 60% of intensity
ஒரு 40 வயது மனிதனின் இதயத்துடிப்பு சாதாரண நிலையில் 75 b/min ஆகவும் மிக அதிக துடிப்பு 180 b/min ஆகவும் உள்ளது. அவர் 60% intensityல் பயிற்சி செய்யும் போது அவரது இதயத் துடிப்பின் அளவு என்ன

(A) 138 b/min
138 து/நிமி

(B) 145 b/min
145 து/நிமி

(C) 160 b/min
160 து/நிமி

(D) 180 b/min
180 து/நிமி

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

47. The total work done in a training session is termed as
ஒரு பயிற்சி அமர்வின் முழு வேலையும் நிறைவடைந்தது எதனைக் குறிக்கிறது

(A) Intensity
இன்டென்ஸிட்டி

(B) Frequency
பிரிகுவன்சிஸி

(C) Volume
வால்யூம்

(D) Density
டென்ஸிட்டி

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

48. Product of the process of tackling training and competition demand is
பயிற்சியின் வலியை தாங்கும் நிகழ்வு மற்றும் போட்டிகளின் தேவை, இவைகளின் கூட்டுப் பெருக்கம் என்பது

(A) External load
வெளிப்பளு

(B) Recovery
புதுப்பிக்கப்படுதல்

(C) Degree of load
பளுவின் அளவு

(D) Rehabilitation
குறைநிவர்த்தி செய்யப்படுதல்

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

49. Select the components of Load
பளுவின் காரணிகள்

(1) Physical Exercise
உடற் பயிற்சி

(2) Recovery Time
புத்தாக்க நேரம்

(3) Movement Quality
இயக்கத் திறன்

(4) Load Intensity
பளு வேகம்

(5) Over Load
அதிகப்படியான பளு

(6) Lead Volume
பளு கொள்ளளவு

(A) (1), (3), (4), (6)

(B) (1), (2), (3), (4)

(C) (3), (4), (5), (6)

(D) (2), (3), (4), (6)

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

50. The rate of speed at which physical activity is performed is known as
ஒரு உடற்பயிற்சியினை செய்யும் வேகத்தினை குறிப்பது

(A) Load
சுமை (Load)

(B) Volume
அளவு (Volume)

(C) Intensity
அழுத்தம் (Intensity)

(D) Frequency
எண்ணிக்கை (Frequency)

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

51. Person Abducting the right arm at the glenohumeral joint against the force of gravity; this force of abduction is created by ______ of the abductor musculature.
ஒருவர் வலது கையின் க்ளேனோஹீமரல் மூட்டை புவி ஈர்ப்பு விசைக்கு எதிராக சேர்த்தால், இந்த சேர்ப்பு விசை உருவாவது ________ தசைச் சுருக்கத்தால்.

(A) Concentric Contraction
ஒருமையமுள்ள சுருக்கம்

(B) Eccentric Contraction
ஒருமையமில்லா சுருக்கம்

(C) Isometric Contraction
சமஅளவு சுருக்கம்

(D) Passive Contraction
புறச் சுருக்கம்

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

52. Select an active stretch example
சுறுசுறுப்பான செயல் நெகிழ்வுத் தன்மைக்கான எடுத்துக்காட்டு

(A) Prime mover moves a body part
முதன்மை இயக்க தசை இயக்குவது

(B) Training partner moves a body part
உடற்பயிற்சி உதவியாளர் தசையை இயக்குவது

(C) Kinetic machine moves a body part
இயக்க இயந்திரம் தசையை இயக்குவது

(D) Physiotherapist moves a body part
உடலியக்க நிபுணர் தசையை இயக்குவது

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

53. Match the following :
பொருத்துக :

(a)	Isometric சம அளவு	1.	Patient Tries to flex the arm Practitioner overrides and straighten it ஒருவர் கையை மடக்கும்பொழுது மற்றவர் கையை மடக்கவிடாமல் நீட்டுவது
(b)	Concentric ஒருமையமுள்ள	2.	Wall sit சுவரோடு பாதி அமர்தல்
(c)	Isokinetic ஒரே இயக்கம்	3.	Upward phase of Biceps curl மேல்நோக்கிய பைசெஃப் கர்ல்
(d)	Eccentric ஒருமையமில்லா	4.	Progressive Resisted Exercise படிப்படியாக அதிகரிக்கும் எடையுடன் கூடிய உடற்பயிற்சி

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

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

54. In Isometric Exercise Muscle Length is
ஐசோமெட்ரிக் பயிற்சியில் தசைகளின் அளவு மாற்றம் என்பது

(A) Constant
நிலையானது

(B) Shortened
சுருங்கும்

(C) Lengthened
நீளும்

(D) Shortened and Lengthened
சுருங்கி நீளும்

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

55. Static Contraction is called
நிலையான தசைச் சுருக்கம் என்பது எது?

(A) Isometric
ஐசோமெட்ரிக்

(B) Isotonic
ஐசோடோனிக்

(C) Contraction
சுருக்கம்

(D) Relaxation
தளர்வு

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

56. Basic Unit of Life is
உயிரின் அடிப்படை அலகு

(A) Cell
செல்

(B) Brain
மூளை

(C) Tissue
தசை

(D) Heart
இதயம்

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

57. Ossification of the Bones help to Determine
எலும்புகளின் வளர்சிதை மாற்றத்தை கொண்டு கணக்கீடு செய்யப்படுவது

(A) Chronological age
நாட்காட்டி வயது

(B) Physiological age
உடற்கூறு வயது

(C) Anatomical age
உடற்அமைப்பு வயது

(D) Mental age
மன வயது

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

58. During Pre adolescence the child develops
முன் வளரிளமைப் பருவத்தில் குழந்தையின் வளர்ச்சி அல்லது முன்னேற்றம்

(A) Intelligence
அறிவாற்றல் வளர்ச்சியுறு நிலை

(B) Free Wandering stage
அதன் போக்கில் திரியும் நிலை

(C) Various senses
பல்வேறு புலன்கள் வளர்ச்சியுறு நிலை

(D) Moral education
நீதி போதனையில் வளர்தல்

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

59. Growth means
வளர்ச்சி என்பது

(A) Increase in age
வயது அதிகரித்தல்

(B) Increase in weight
எடை அதிகரித்தல்

(C) Increase in Height and Weight
உயரம் மற்றும் எடை அதிகரித்தல்

(D) Skill improves
திறமை அதிகரித்தல்

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

60. Physiological age is determined by
உடலியக்க வயது எவ்வாறு தீர்மானிக்கப்படுகிறது.

(A) Problem solving capacity
பிரச்சனைகளை தீர்க்கும் திறன்

(B) Puberty / Secretion of harmones
வாலிப பருவம் / ஹார்மோன் சுரப்பு

(C) Recorded in years, month and days
வருடம், மாதம், தேதி ஆகியவற்றால் கணக்கிடப்படுவது

(D) Growth and development of One's skeletal system
எலும்பு மண்டல வளர்ச்சி மற்றும் முன்னேற்றம் கொண்டு தீர்மானிக்கப்படுகிறது

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

61. These can be used to determine the percentage of body fat of an athlete has
ஒரு விளையாட்டு வீரரின் உடற் கொழுப்பு சதவிகிதத்தை அளக்க பயன்படுவது

(A) Ideal weight table
சரியான எடை அட்டவணை

(B) Skin fold caliper
ஸ்கின் ஃபோல்ட் கேலிப்பர்

(C) Body Mass Index
உடற் பருமன் அட்டவணை

(D) Weighing - machine
எடை காட்டும் இயந்திரம்

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

62. Factors Influencing Physical fitness are
உடல் திறனை மேம்படுத்தும் காரணிகள் என்பது

(A) Age and Sex
வயது, பாலினம்

(B) Diet and Physical activities
சமச்சீரான உணவு மற்றும் உடற்பயிற்சி

(C) Body Composition
உடலின் உருவமைப்பு

(D) Age, Sex, Diet Body Composition and Physical Activities
வயது, பாலினம், சமச்சீரான உணவு, உடற்பயிற்சி மற்றும் உருவமைப்பு

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

63. Aerobic endurance is developed through the use of
ஏரோபிக் என்டுயூரன்ஸ் என்பது எவ்வாறு அதிகரிக்கச் செய்யப்படுகிறது

(A) Number of repetitions of an exercises
பயிற்சியின் எண்ணிக்கைகளின் மூலம் செய்வது

(B) Number of sets of the exercises
பயிற்சியின் செட் கணக்கில் செய்வது

(C) Duration runs to improve Max VO_2
Max VO_2 வை அதிகரிக்க ஓட்டங்களின் நேரத்தை அதிகரிப்பது

(D) Duration runs to improve different exercises
பயிற்சிகளின் நேரத்தை அளவில் வைத்து மற்ற உடற்பயிற்சிகளை மேம்படுத்துதல்

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

64. Match the skill related fitness abilities with the events :
திறன் தொடர்பான உடற்பயிற்சி திறன்களை நிகழ்வுகளுடன் பொருத்தவும் :

(a)	Balance சமநிலை	1.	Wrestling மல்யுத்தம்
(b)	Coordination ஒருங்கிணைப்பு	2.	Start in Swimming நீச்சலில் தொடக்கம்
(c)	Reaction time எதிர்வினை	3.	Ball Juggling பந்து வித்தை
(d)	Agility சுறுசுறுப்பு	4.	Gymnastics ஜிம்னாஸ்டிக்ஸ்

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

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

65. Which of the following is one of the components of physical fitness?
பின்வருவனவற்றில் எது உடல் தகுதியின் கூறுகளில் ஒன்றாகும்?

(A) One mile run
ஒரு மைல் ஓட்டம்

(B) Weight lifting
எடை தூக்குதல்

(C) Endurance
சகிப்புத்தன்மை/என்டியூரன்ஸ்

(D) Ball Juggling
பந்து வித்தை

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

66. Cathartic theory of play says that play represents/is
கத்தார்டிக் விளையாட்டு கோட்பாடு கூறுவது என்னவென்றால் விளையாட்டு என்பது

(A) Attempt to integrate limited number of motor and cognitive skills
குறைந்த எண்ணிக்கையிலான மோட்டார் மற்றும் அறிவாற்றல் திறன்களை ஒருங்கிணைக்க முயற்சித்தல்

(B) An attempt to partially satisfy drives
உந்துதல்களை பகுதியளவில் திருப்திப்படுத்தும் முயற்சி

(C) Not merely wish - fulfilling tendency but also mastery
வெறும் ஆசைகளை நிறைவேற்றும் போக்கு மட்டுமல்ல தேர்ச்சியும் கூட

(D) Cognitive life space of the child is still unstructured
குழந்தையின் அறிவாற்றல் வாழ்க்கை இடம் இன்னும் கட்டமைக்கப்படவில்லை

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

67. In theory of connectionism the psychologist placed ______ outside the box.
தொடர்பு கோட்பாட்டில் உளவியலாளர் ______ ஐ பெட்டிக்கு வெளியே வைத்து சோதனை மேற்கொண்டார்.

(A) Monkey
குரங்கு

(B) Cat
பூனை

(C) Fish
மீன்

(D) Dog
நாய்

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

68. Gestalt theory of insight was proposed by
ஜெஸ்டால்ட்டின் நுண்ணறிவு விதியினை முன்மொழிந்தவர்

(A) Pavlov
பாவ்லோ

(B) Thorndike
தார்ண்டைக்

(C) Kohler
கோளர்

(D) Watson
வாட்சன்

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

69. Education leads to the modification of
கல்வியின் மூலம் ஏற்படும் மாற்றம்

(A) Perception
புரிந்து கொள்ளுதல்

(B) Knowledge
அறிவு

(C) Human behaviour
மனிதனின் பழக்க வழக்கம்

(D) Knowledge and human behaviour
பழக்க வழக்கம் மற்றும் அறிவு

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

70. Reason for lower performance in sports competition is due to
விளையாட்டு போட்டியில் திறமை குறைவின் காரணம்

(A) Anxiety
மனநிம்மதியின்மை

(B) Motivation
தூண்டுதல்

(C) Fear of Success
வெற்றியை பற்றிய பயம்

(D) Presence of Spectators
பார்வையாளர்களின் பங்கு

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

71. Stress Commonly defined as
அழுத்தம் என்பதை பொதுவாக எப்படி வரையறுக்கப்படுகிறது

(A) Physical discomfort during exercise
உடற்பயிற்சியின் போது உடல் உபாதைகள்

(B) Mental and emotional tension
மன மற்றும் உணர்ச்சி பதற்றம்

(C) A positive state of arousal
தூண்டுதலின் நேர்மறையான நிலை

(D) Improved performance under pressure
அழுத்தத்தின் கீழ் மேம்படுத்தப்பட்ட செயல்திறன்

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

72. Fear, lane and hatred towards the subjects are created through
பயம், அன்பு மற்றும் வெறுப்பு போன்றவை ஒருவரிடம் உருவாவதற்கான காரணம்

(A) Reading
வாசித்தல்

(B) Conditioning
தக்க சூழ்நிலையமைப்பு

(C) Learning
படித்தல்

(D) Playing
விளையாடுதல்

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

73. Tension means
பதட்டம் என்றால் என்ன?

(A) A state of stress when a person is so over whelmed at work
ஒரு நபர் வேலையில் அதிகமாக இருக்கும் போது மன அழுத்த நிலை

(B) A stake of Anxiety
பதட்ட நிலை

(C) Aggressive behaviour
ஆக்ரோசமான நடத்தை

(D) Positive Activation energy
நேர்மறை செயல்படுத்தும் ஆற்றல்

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

74. Mention about the overview of anger or tension management
கோபம் அல்லது பதற்றம் மேலாண்மை பற்றிய கண்ணோட்டம்

(A) Speak louder
சத்தமாக பேசுங்கள்

(B) Behave violently
ஆக்ரோஷமாக நடந்து கொள்ளுங்கள்

(C) Develop self control over thought and action
சிந்தனை மற்றும் செயலின் மீது சுய கட்டுபாட்டை வளர்த்துக் கொள்ளுங்கள்

(D) Go for long drive
நீண்ட தூர பயணம் செய்யுங்கள்

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

75. Violent Behaviour among players by the factors like crowd behaviour, sporting culture and individual temperament is
பார்வையாளர்களின் நடத்தை, விளையாட்டு கலாச்சாரம் மற்றும் தனிப்பட்ட குணநலன் போன்றவற்றால் ஏற்படும் விளையாட்டு வீரரின் வன்முறை நடத்தை

(A) Cognitive behaviour
அறிவாற்றல் நடத்தை

(B) Affective Behaviour
உணர்ச்சிகரமான நடத்தை

(C) Aggressive Behaviour
ஆக்ரோசமான நடத்தை

(D) Adaptive Behaviour
தகவமைப்பு நடத்தை

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

76. The rate of progress in learning slows down and reaches a limit beyond which further improvement seems impossible, it is known as
கற்றல் முறை குறைந்தால் முறையான ஒரு நிலை உருவாகி அடைந்து அடுத்த வளர்ச்சி உருவாகமல் இருப்பது என்பது

(A) Plateau
சமவெளி நிலை

(B) Lack of Interest
ஆர்வம் இல்லாமை

(C) Boredom
தளர்ச்சி

(D) Difficult stage
கடினமான நிலை

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

77. If the athlete misinterprets information received externally or internally that will negatively affect the
ஒரு வீரர் வெளியிலிருந்தோ அல்லது தனக்குள்ளேயே பெறும் தகவலை தவறாக புரிந்து கொள்ளும் போது எதிர்மறை விளைவினை எதனுள் பிரதிபலிக்கும்

(A) Study level
படிப்பு நிலை

(B) Understanding ability
புரிந்துக் கொள்ளும் திறன்

(C) Aggressive ability
வலியத் தாக்கும் திறன்

(D) Performance level
செயல்படும் திறன்

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

78. Sports psychology focuses on
விளையாட்டு உளவியல் எதனை நோக்கமாக கொண்டுள்ளது

(A) Behaviour of a sports person in sports setting
விளையாட்டில் பங்கு பெறும் விளையாட்டு வீரர்களின் நடத்தை

(B) Learning and performance
கற்றலும் திறமையும்

(C) Training and performance
பயிற்சியும் திறமையும்

(D) Learning, Training and performance
கற்றல், பயிற்சி மற்றும் திறமை

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

79. Mental age is determined by
மனமுதிர்ச்சியை குறிப்பிடுவது எது?

(A) Growth of teeth
பல் வளர்ச்சி

(B) Age in years
மனிதனின் வயது

(C) Intelligence
அறிவாற்றல்

(D) Sign of puberty
பருவமுருதல் தெரிவது

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

80. Motor Skill learning takes place during
மோட்டார் திறன் கற்றல் எப்போது நடைபெறுகிறது

(A) Infancy
பாலர் பருவம்

(B) Childhood
குழந்தைப் பருவம்

(C) Adolescence
இளமைப் பருவம்

(D) Adulthood
முதிர் வயது

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

81. The Test Designed by Naomi and Elizabeth Lange is used in
நகோமி மற்றும் எலிசபெத் லாஞ்ச் எந்த விளையாட்டிற்கான சோதனையை வடிவமைத்தனர்

(A) Basket Ball
கூடைப்பந்து

(B) Foot Ball
கால்பந்து

(C) Badminton
இறகுப்பந்து

(D) Volley Ball
கையுந்து பந்து

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

82. In Johnson Basket Ball Test the measurement for the Target for Basketball throw for Accuracy
ஜான்சன் கூடைப்பந்து சோதனையில் குறிபார்த்து எறிதல் தேர்வில் வரையப்படும் அளவு

(A) $12'' \times 24''$, $24'' \times 36''$, $36'' \times 48''$

(B) $10'' \times 20''$, $25'' \times 40''$, $40'' \times 60''$

(C) $10'' \times 20''$, $20'' \times 30''$, $30'' \times 40''$

(D) $10'' \times 20''$, $20'' \times 30''$, $40'' \times 60''$

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

83. How many number of server are given in each trials in Russell lange volleyball serving test?
ரஸல் லேண்ஞ் கைப்பந்து சர்வீஸ் தேர்வில் ஒவ்வொறு முறையும் எத்தனை சர்வீஸ் வாய்ப்புகள் வழங்கப்படுகிறது?

(A) Ten Server
பத்து சர்வீஸ்கள்

(B) Six Server
ஆறு சர்வீஸ்கள்

(C) Five Server
ஐந்து சர்வீஸ்கள்

(D) Two Server
இரண்டு சர்வீஸ்கள்

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

84. In Johnson Basketball test the distance of the Rectangle from the floor in throw for Accuracy test is
ஜான்சன் கூடைபந்து தேர்வில் கூடைப்பந்து குறிபார்த்து எறிதல் தேர்வில் செவ்வகம் தரையில் இருந்து உள்ள தூரம்

(A) 10 inches
10 அங்குலம்

(B) 12 inches
12 அங்குலம்

(C) 14 inches
14 அங்குலம்

(D) 16 inches
16 அங்குலம்

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

85. In Johnson Basketball test the distance between the hurdles in the dribble test is
ஜான்சன் கூடைபந்து தேர்வில் பந்தை தட்டிச் செல்லும் தடைகளுக்கிடையேயான தூரம்

(A) 4 feet
4 அடி

(B) 6 feet
6 அடி

(C) 8 feet
8 அடி

(D) 12 feet
12 அடி

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

86. Match the Scoring system with Corresponding Tests :
சோதனைகளை அவற்றின் புள்ளி கணக்கீடுகளுடன் இணைக்கவும் :

(a)	Brady Volleyball பிராடி கையுந்துபந்து	1.	Total Score of 10 Trials 10 சோதனைகளின் மொத்த புள்ளிகள்
(b)	Russel-lange volleyball ரஸல்-லாஞ்ச் கையுந்துபந்து	2.	Highest in any of the 4 trials நான்கில் அதிக புள்ளிகள் பெற்ற சோதனை
(c)	Friedel Hockey ஃப்ரீடல் வளைகோல் பந்து	3.	Best of 3 Trials 3-ல் சிறந்த ஒன்று
(d)	Mc Donald Soccer மெக்டோனால்ட் கால்பந்து	4.	As many Times as possible in 1 minute ஒரு நிமிடத்தில் எவ்வளவு முடியுமோ

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

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

87. In the Friedel field hockey test, the order of scoring for accuracy is based on goal area marking is
ஃப்ரீடல் வளைகோல் பந்து சோதனையில், பந்தை துல்லியமாக கோல் அடிக்கும் சோதனையில் எந்த வரிசையில் மதிப்பெண்கள் வழங்கப்படும் என்பதை சரியாக தேர்ந்தெடுக்கவும்

(A) 9, 7, 3, 7, 9
(B) 9, 7, 3, 5, 7
(C) 9, 7, 5, 3, 7
(D) 9, 7, 5, 3, 3
(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

88. Mc Donald Soccer Test involves
மெக்டொனால்ட் கால்பந்து எதை சாந்தது

(A) Volleying the Soccer ball, Kicking Soccer ball for a distance of dribble for speed
கால்பந்தை தொடர்ந்து அடித்தல், தூரமாக கால்பந்தை அடிப்பது, வேகமாக பந்தை கடத்தி செல்லுதல்

(B) Volleying the Soccer ball and also kicking the Soccer ball for distance
கால்பந்தை தொடர்ந்து அடிப்பது மற்றும் தூரமாக உதைப்பது

(C) Volleying the Soccer ball against a backboard
கால்பந்தை தொடர்ந்து பின்பக்க பலகையில் அடித்தல்

(D) Kicking a Soccer ball for distance and dribble for speed
கால்பந்தை தூரமாக அடிப்பது மற்றும் வேகமாக பந்தை கடத்தி செல்லுதல்

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

89. In friedel field Hockey test how many trials are given
பிரீடல் பீல்டு ஹாக்கி டெஸ்டில் எத்தனை சோதனை முறை அளிக்கப்படுகிறது

(A) Three
மூன்று

(B) Four
நான்கு

(C) Five
ஐந்து

(D) Ten
பத்து

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

90. Hockey skill test is measured by
வளைகோல் பந்தாட்டத்தின் திறன் ஆய்வு சோதனை முறையை கண்டறிந்தவர்

(A) Mc Donald Test
மக் டோனால்ட் சோதனை

(B) Miller Test
மில்லர் சோதனை

(C) Russel Lange Test
ரசல் லேஞ் சோதனை

(D) Hendry Friedal Field Test
ஹென்றி பிரைடல் கள சோதனை

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

91. Cardio-Vascular Test also represents the consumption of
இருதய இரத்த நாளங்களுக்கான சோதனை பயிற்சியின் போது உட்கொள்ளப்படுவது

(A) CO

(B) CO_2

(C) O_2

(D) N_2

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

92. Minimum Muscular Fitness test is
தசை வலிமைக்கான குறைந்தபட்ச உடல்திறன் தேர்வு

(A) Kraus Weber
கிராஸ் வெபர்

(B) JCR
ஜெசிஆர்

(C) Newton
நியூட்டன்

(D) Speed
வேகம்

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

93. Complete the Formula to find out physical efficiency Index
உடல் திறன் குறியீட்டை அளவிட பயன்படும் சூத்திரத்தை முழுமையாக்கவும்

$$PEI = \frac{? \times 100}{2 \times \text{Sum of pulse count in recovery}}$$

$$\text{உ.தி.கு} = \frac{? \times 100}{2 \times \text{மீட்சி இதயத்துடிப்பின் மொத்தம்}}$$

(A) Heart rate per minute
ஒரு நிமிடத்திற்கான இதயத்துடிப்பு

(B) Duration of Exercise in Seconds
எத்தனை விநாடிகள் உடற்பயிற்சி செய்யப்படுகின்றது

(C) Respiratory rate per minute
ஒரு நிமிடத்தில் சுவாசிக்கும் தொகை

(D) Number of Jumps in a minute
ஒரு நிமிடத்தில் எத்தனை முறை குதித்தது

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

94. In 12 minute Run/Walk Test. After completing ______ minutes the instructor shall call out the time left to run.
12 நிமிடங்கள் ஓட்ட சோதனையில், சோதனை நடத்துபவர் எவ்வளவு நேரம் கடந்த பிறகு மீதம் இருக்கும் நேரத்தை குறிப்பிட வேண்டும்

(A) 9 minutes
9 நிமிடங்கள்

(B) 10 minutes
10 நிமிடங்கள்

(C) 11 minutes
11 நிமிடங்கள்

(D) 12 minutes
12 நிமிடங்கள்

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

95. In kraus weber test 'LB' Indicate
கிராஸ் வேபர் தேர்வில் 'LB' குறிப்பது

(A) The strength of upper back muscles
மேல் முதுகு தசையின் வலிமை

(B) The strength of Psoas muscles
சோயஸ் தசையின் வலிமை

(C) The Strength of Lower back muscles
கீழ் முதுகுத் தசையின் வலிமை

(D) The Strength of Abdominals minus
அடிவயிற்று தசையின் வலிமை

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

96. Find out the purpose of measurement and evaluation

அளவீட்டு மற்றும் மதிப்பீட்டின் நோக்கத்தை கண்டறியவும்

(1) Prediction

முன்மொழியும்

(2) Motivation

ஆர்வமூட்டும்

(3) Achievement

சாதனை

(4) Diagnosis

கண்டறிதல்

Codes :

குறியீடு :

(I) 1, 2 and 3

1, 2 மற்றும் 3

(II) 1 and 4

1 மற்றும் 4

(III) 2 and 3

2 மற்றும் 3

(IV) 1, 2, 3, 4

1, 2, 3, 4

(A) I

(B) II

(C) IV

(D) III

(E) Answer not known

விடை தெரியவில்லை

97. ______ is the degree of uniformity with which various persons score the same test.
ஒரு சோதனையில் இரண்டு பேர் ஒரே மாதிரியான தன்மையை வெளிப்படுத்துவது (அல்லது) ஒரே மாதிரியான மதிப்பெண் பெறுவது

(A) Reliability
நம்பகத்தன்மை

(B) Objectivity
புறநிலைத் தன்மை

(C) Validity
செல்லுபடியாகும் தன்மை

(D) Authenticity
உண்மைத் தன்மை

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

98. ______ is a scale that permits conversion from a raw score to a score capable of comparisons and interpretations
______ என்பது ஒப்பீடு மற்றும் விளக்கங்களைத் தரக்கூடிய அளவுகோலாகும். இது மூல அளவுகலிருந்து பெறப்பட ஒரு அளவீடாகும்.

(A) Test
சோதனை

(B) Norm
நியமம்

(C) Measurement
அளவீடு

(D) Evaluation
மதிப்பீடு

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

99. A test measures what it designed to measure is assessed by
ஒரு தேர்வை எதை அளந்தறிய வேண்டுமோ அதையே அளக்கக் கூடியதை ______ என்று கூறப்படும்.

(A) Feasibility
பீசபிலிட்டி

(B) Validity
வேலிடிட்டி

(C) Objectivity
ஆப்ஜெக்டிவிட்டி

(D) Flexibility
பிலெக்ஸிபிலிட்டி

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

100. Alternate form method is associated with
மாற்று வடிவ முறை எதை அளவிட பயன்படுகிறது

(A) Reliability
ரிலையபிலிட்டி

(B) Objectivity
ஆப்ஜெக்டிவிட்டி

(C) Flexibility
பிலெக்ஸிபிலிட்டி

(D) Feasibility
பீசபிலிட்டி

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

101. In this type of register the total number of articles and cost of article will be given
இந்த வகை பதிவேட்டில் மொத்த பொருட்களின் எண்ணிக்கை மற்றும் பொருளின் விலை கொடுக்கப்படும்

(A) Verification register
சரிபார்ப்புப் பதிவேடு

(B) Issue register
வெளியீட்டுப் பதிவேடு

(C) Stock register
சரக்குப் பதிவேடு

(D) Attendance register
வருகை பதிவேடு

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

102. What is the width of a lane in a standard summary pool?
நீச்சல் குளத்தின் ஒரு பாதையின் அகலம் என்ன?

(A) 1.22 m

(B) 2.5 m

(C) 1.25 m

(D) 1.5 m

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

103. Doors and windows should open in Gymnasium
கதவுகளும், ஜன்னல்களும் ஜிம்னாசியத்தில் எந்தபுறம் திறக்கும்படி இருக்க வேண்டும்?

(A) Inward
உள்புறம்

(B) Outward
வெளிப்புறம்

(C) Upward
மேல்புறம்

(D) Downward
கீழ்புறம்

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

104. How many methods are there for supplying water in the swimming pool
நீச்சல் குளத்திற்கு நீர் ஏற்றுதல் எத்தனை விதமாக உள்ளது

(A) 2

(B) 4

(C) 5

(D) 3

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

105. Select the function of the 'Coping' in swimming pool
நீச்சல் குளத்தில் 'கோபிங்' என்பது எதைக் குறிக்கின்றது?

(A) Mechanically operated ventilation system in the pool
இயந்திரத்தனமான காற்றோட்ட வசதியை

(B) Provision of acoustics in the pool
குளத்திலுள்ள ஒலியியல் அமைப்பை

(C) Prevents the return of water from the deck to the pool
டெக்கிலிருந்து குளத்திற்கு திரும்ப வரும் நீரை கட்டுப்படுத்த

(D) Water temperature adjustment system
நீரின் வெப்பநிலையை சரிசெய்யும் முறையை

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

106. How many types of extramural competition are there?
மதிற்புறப் போட்டிகள் எத்தனை வகைப்படும்?

(A) 2
(B) 4
(C) 3
(D) 5
(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

107. Who among the following is not a member of the intramural committee?
கீழே உள்ளவர்களில் யார் உள்விளையாட்டுக் குழுவின் அங்கம் வகிக்காதவர்?

(A) Physical director
உடற் கல்வி இயக்குநர்
(B) House Captain
அணித்தலைவர்
(C) Head Master
தலைமை ஆசிரியர்
(D) Special representative
தனி பிரதிநிதி
(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

108. The Chairman of the games committee in school level.
பள்ளி விளையாட்டு குழு தலைவர் யார்?

(A) Physical Education Teacher
உடற்கல்வி ஆசிரியர்
(B) Physical Director
உடற்கல்வி இயக்குநர்
(C) Headmaster
தலைமை ஆசிரியர்
(D) School Secretary
பள்ளி செயலாளர்
(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

109. Select the functions of management which involves
பின்வருவனவற்றை உள்ளடக்கிய மேலாண்மையின் வேலைகள் எது ?

(i) Creating jobs by breaking total work
மொத்த வேலையை பகிர்ந்தளிப்பது

(ii) Grouping the persons available for work
வேலைக்கான ஆட்களை குழுக்களாக வகுப்பது

(iii) Establishing relationship among the persons
அவர்களுக்கிடையே நல்லுறவை வளர்ப்பது

(A) Planning
திட்டமிடல்

(B) Organizing
ஏற்பாடு செய்தல்

(C) Leading
முன்னெடுத்தல்

(D) Evaluating
மதிப்பிடுதல்

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

110. Find the number of 'Byes' in the upper and lower half. Total 'Byes' are '11'
மொத்தம் '11' பைகள் என்றால், அணிகளின் மேற்பட்டியலிலும், கீழேயும் முறையே எத்தனை பைகள் வழங்கப்பட வேண்டும்

(A) 6, 6

(B) 6, 5

(C) 5, 5

(D) 5, 6

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

111. In the consolation tournament each team will play atleast
கன்சோலேசன் போட்டிகளில் எத்தனை விதம் உள்ளது?

(A) 3
(B) 4
(C) 2
(D) 5
(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

112. League tournaments are mainly divided into
லீக் போட்டி எத்தனை வகை

(A) Three types
மூன்று வகை
(B) Four types
நான்கு வகை
(C) Two types
இரண்டு வகை
(D) Five types
ஐந்து வகை
(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

113. The formula for allotting in upper half when odd number of teams participate
ஒற்றை இலக்க எண்ணிக்கையில் அணிகள் பங்கு பெறும் போட்டியில் மேல் பகுதிக்கு எத்தனை அணிகள் ஒதுக்குவதற்கான வாய்பாடு

(A) $(n-1)\div 2$
(B) $(n+1)\div 2$
(C) N
(D) $\frac{N}{2}$
(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

114. ______ provides opportunity to the students at the institution to develop and display their skill in various physical education activities
வெவ்வேறு விளையாட்டுகளில் தங்கள் திறமையையும், உடற்திறனையும் வெளிப்படுத்த மாணவர்களுக்கு உடற்கல்வித் துறையால் வாய்ப்பு வழங்கப்படுவது

(A) Extramural
கல்வி நிலையத்திற்குள்ளான போட்டிகள்

(B) Intramural
வெளி அணியினருடனான போட்டிகள்

(C) Play day
விளையாட்டு நாள்

(D) Mass Drill
கூட்டுப் பயிற்சி

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

115. Organization refer means
அமைப்பு முறை குறிப்பிடுவது

(A) Planning of work
திட்டமிடுதல்

(B) Work of Plan
வேலை செய்வது

(C) Carry out the plan
திட்டத்தை நிறைவேற்றுவது

(D) Work done
வேலை முடிவு

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

116. Callisthenics Mean
கெலஸ்தனிக்ஸ் என்பது

(A) Dands and Baithaks
டான்ஸ் மற்றும் பைடெக்ஸ்

(B) Marching
அணி வகுப்பு

(C) Lezium
லெசிம்

(D) Free arm exercise
வெறும் கைகளால் செய்யப்படும் பயிற்சி

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

117. Teaching is
கற்றல் என்பது

(A) A Reading
படித்தல்

(B) A Learning
தெரிந்து கொள்ளுதல்

(C) An Art
கலை

(D) A Subject
பாடம்

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

118. Personal Preparation and Technical Preparation are parts of ______ in the presentation technique
பாடங்களை நுட்பமாக வழங்குவதற்காக தன்னையும், பாடங்களின் கருத்துக்களையும் தெளிவாக ஆயத்தப்படுத்தி தயாராக இருப்பது

(A) Steps in the way
பாடம் வழங்கும் படி நிலைகளில்

(B) Planning
திட்டமிடுதலில்

(C) Subject matter
பாட பொருளில்

(D) Evaluation
மதிப்பீடுதலில்

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

119. A Good Presentation must proceed from
சிறந்த பாடம் வழங்கும் உத்தியானது பொதுவாக

(A) Simple to complex
எளிமையிலிருந்து தொடங்கி சிக்கலானதை விளக்கும்

(B) Hard to Easy
கடினமானவற்றில் தொடங்கி சுலபமானதை விளக்கும்

(C) Unknown to known
தெரியாதவற்றிலிருந்து தொடங்கி தெரிந்தவற்றை விளக்கும்

(D) Difficult to easy
எளிதில்லாதவற்றிலிருந்து தொடங்கி எளிதானதை விளக்கும்

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

120. For a Physical Education teacher which is not the personal preparation under presentation technique
ஒரு உடற்கல்வி ஆசிரியருக்கு பாடத்தை விளக்கும் நுட்பத்தில் பின்வருவனவற்றுள் எது தனிப்பட்ட தயார்படுத்திக் கொள்ளும் தன்மை கிடையாது?

(A) To write the teaching notes
பாடத்தை எழுதுவது

(B) Well dressed appearance
அழகாக உடுத்திக்கொள்வது

(C) Having Commanding voice
தைரியமான குரல்

(D) Avoiding uncouth gestures
அநாகரீகமான சைகைளை தவிர்ப்பது

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

121. Find out the diameter of men shot in shot put event?
ஆண்களுக்கான குண்டு எறிதல் போட்டியில் குண்டின் குறுக்களவு எவை?

(A) 110 mm to 130 mm
110 மிமீ முதல் 130 மிமீ

(B) 105 mm to 125 mm
105 மிமீ முதல் 125 மிமீ

(C) 100 mm to 120 mm
100 மிமீ முதல் 120 மிமீ

(D) 95 mm to 110 mm
95 மிமீ முதல் 110 மிமீ

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

122. The length of the high jump cross-bar should not be less than ______ and not more than ______

உயரத் தாண்டலின் குறுக்குக் கம்பத்தின் நீளம் ________ அளவிலிருந்து ________ அளவு வரை இருக்கலாம்.

(A) 3.70 mts and 3.75 mts
3.70 மீ மற்றும் 3.75 மீ

(B) 3.89 mts and 3.93 mts
3.89 மீ மற்றும் 3.93 மீ

(C) 4.05 mts and 4.10 mts
4.05 மீ மற்றும் 4.10 மீ

(D) 3.98 mts and 4.02 mts
3.98 மீ மற்றும் 4.02 மீ

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

123. Flags placed at intervals not exceeding ______, if a section of the kerb on a bend of track has to be temporarily removed for field events

வளைவில் வைக்கப்பட்ட ஓரக்கல் (kerb) மைதான போட்டிக்காக தற்காலிகமாக எடுக்கப்படும் போது வைக்கப்படும் கொடியானது எவ்வளவு இடைவெளியில் வைக்கப்பட வேண்டும்?

(A) 4 m
4 மீட்டர்

(B) 5 m
5 மீட்டர்

(C) 6 m
6 மீட்டர்

(D) 8 m
8 மீட்டர்

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

124. Find out the Running distance Radius for 400 mts track with 80 mts straight? $\left[\pi = \frac{22}{7}\right]$

ஒரு 400 மீட்டர் ஓடுகளத்தின் ஒரு நேர் பாதையானது 80 மீட்டராக இருக்கும் போது, அதனுடைய ஓடும் தூர ஆரம் (RDR) எவ்வளவு? $\left[\pi = \frac{22}{7}\right]$

(A) 38.18 m
38.18 மீட்டர்

(B) 24.60 m
24.60 மீட்டர்

(C) 37.90 m
37.90 மீட்டர்

(D) 36.40 m
36.40 மீட்டர்

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

125. The take-off board in long jump shall not be more than ______ deep
நீளம் தாண்டும் போட்டியின் குதித்தெழும் பலகையின் அளவு இதற்கு மிகாமல் இருக்க வேண்டும்?

(A) 0.20 m
0.20 மீ

(B) 0.10 m
0.10 மீ

(C) 0.15 m
0.15 மீ

(D) 0.25 m
0.25 மீ

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

126. In polevault, for international competitions, the landing area is
உலகளவிலான கோலூன்றித் தாண்டும் போட்டியில் தரையிறங்கும் தளத்தின் அளவீடுகள்

(A) 6 m long × 6 m wide × 0.8 m high
6 மீ நீளம் × 6 மீ அலகம் × 0.8 மீ உயரம்

(B) 5 m long × 5 m wide × 0.8 m high
5 மீ நீளம் × 5 மீ அலகம் × 0.8 மீ உயரம்

(C) 6 m long × 5 m wide × 0.8 m high
6 மீ நீளம் × 5 மீ அலகம் × 0.8 மீ உயரம்

(D) 6 m long × 4 m wide × 0.8 m high
6 மீ நீளம் × 4 மீ அலகம் × 0.8 மீ உயரம்

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

127. Identify the event where 'Jump off' Procedure is used to break tie for the first place
'ஜம்ப் ஆப்' முறை வழங்கப்படும் போட்டி

(A) High Jump
உயரம் தாண்டுதல்

(B) Long Jump
நீளம் தாண்டுதல்

(C) Triple Jump
நொண்டி தாவுதல்

(D) 4 × 100 m Relay
4 × 100 மீ தொடர் ஓட்டம்

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

128. Identify the horizontal jumping events
கிடைமட்டமாக தாவும் போட்டிகள்

(A) Long Jump, Pole vault
நீளம் தாண்டுதல், கோலூன்றித் தாண்டுதல்

(B) High Jump, Long Jump
உயரம் தாண்டுதல், நீளம் தாண்டுதல்

(C) Triple Jump, High Jump
நொண்டியடித்து தாண்டுதல், உயரம் தாண்டுதல்

(D) Long Jump, Triple Jump
நீளம் தாண்டுதல், நொண்டியடித்து தாண்டுதல்

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

129. Identify the vertical Jumping events
செங்குத்தாக தாவும் போட்டிகள்

(A) Long Jump, High Jump
நீளம் தாண்டுதல், உயரம் தாண்டுதல்

(B) Triple Jump, Pole vault
நொண்டியடித்து தாண்டுதல், கோலூன்றி தாண்டுதல்

(C) High Jump, Pole vault
உயரம் தாண்டுதல், கோலூன்றி தாண்டுதல்

(D) Long Jump Triple Jump
நீளம் தாண்டுதல், நொண்டியடித்து தாண்டுதல்

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

130. In long jump the runway should be marked by white lines with the width of
நீளம் தாண்டுதல் போட்டியில் ஓடுபாதையின் பக்க கோடுகளின் அகலம் என்ன?

(A) 30 mm
30 மில்லி மீட்டர்

(B) 20 mm
20 மில்லி மீட்டர்

(C) 50 mm
50 மில்லி மீட்டர்

(D) 40 mm
40 மில்லி மீட்டர்

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

131. Choose the correct overall length of men Javelin
ஆண்களுக்கான ஈட்டி ஏறிதல் போட்டியில் உபயோகிக்கப்படும் ஈட்டியின் மொத்த நீளம் என்ன?

(A) 2000 mm to 2100 mm
2000 மிமீ முதல் 2100 மிமீ

(B) 2200 mm to 2300 mm
2200 மிமீ முதல் 2300 மிமீ

(C) 2300 mm to 2400 mm
2300 மிமீ முதல் 2400 மிமீ

(D) 2600 mm to 2700 mm
2600 மிமீ முதல் 2700 மிமீ

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

132. What is the distance between the two parallel white lines of Javelin throw run way?
ஈட்டி எறியும் போட்டியின் இருபுறமும் உள்ள ஓடு பாதையின் வெள்ளை கோட்டின் அகலம் என்ன?

(A) 4 m
4 மீ

(B) 5 m
5 மீ

(C) 6 m
6 மீ

(D) 8 m
8 மீ

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

133. What is the minimum length of Javelin throw runway where conditions permit for International event?
ஈட்டி எறியும் சர்வதேச போட்டியில் எல்லா அம்சங்களும் சரியாக அமைந்தால் அதன் ஓடு பாதையின் நீளம் என்ன?

(A) 37.25 m
37.25 மீ

(B) 38 m
38 மீ

(C) 40.25 m
40.25 மீ

(D) 36.50 m
36.50 மீ

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

134. In Javelin throw event, the point which indicates that athlete should remain within, till the completion of trail is ______ behind the runway arc
ஈட்டி எறிந்தபின், வீரர் எவ்வளவு தூரம் ஓடுதளத்தின் பின்பக்கத்தில் வரையப்பட்டிருக்கும் கோட்டைத் தாண்டி ஓடுதளத்தை கடக்க அனுமதிக்கப்படுவர்

(A) 3 m
3 மீ

(B) 4 m
4 மீ

(C) 5 m
5 மீ

(D) 6 m
6 மீ

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

135. Identify the throwing event where the athlete shall not turn completely around, so that their back is towards the throwing arc

எந்த நிகழ்வையில் தடகள வீரர் எந்த நேரத்திலும் முழுமையாகத் திரும்பி, அவரது முதுகு எறியும் வளைவை நோக்கி இருக்கக்கூடாது?

(A) Shot-Put
குண்டு எறிதல்

(B) Hammer throw
வட்டு எறிதல்

(C) Discus throw
சுத்தி எறிதல்

(D) Javelin throw
ஈட்டி எறிதல்

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

136. Choose the correct full staggered measurement for 3rd lane in 400 m standard track

ஒரு தரம் வாய்ந்த 400 மீட்டர் ஓடுகளத்தின் மூன்றாவது ஓடு பாதையின் முழு ஸ்டாகரை (full stagger) எழுதுக

(A) 7.352 m

(B) 7.838 m

(C) 15.636 m

(D) 14.704 m

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

137. Identify the stagger distance for 4 × 100 relay start?

4 × 100 மீட்டர் தொடர் ஓட்டத்திற்கான ஸ்டாகர் (stagger) தூரத்து துவக்கத்தை கூறு?

(A) Full stagger plus diagonal excess
முழு ஸ்டாகர் மற்றும் மூலை விட்ட மிகுதி

(B) Full stagger
முழு ஸ்டாகர்

(C) Half stagger
அரை ஸ்டாகர்

(D) Half stagger plus diagonal excess
அரை ஸ்டாகர் மற்றும் மூலை விட்ட மிகுதி

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

138. Consider the following statements:
கீழ்க்காணும் வாக்கியங்களை கவனி :

Assertion [A] : A White line 50 mm wide can be substituted on the two straights of a track

கூற்று [A] : ஓடுகளத்தின் இரண்டு நேர்பாதையிலும் 50 மில்லி மீட்டர் அகலத்திலான வெள்ளை கோடுகளை வரையலாம்.

Reason [R] : The kerb on the two straights maybe omitted

காரணம் [R] : ஓடுகளத்தின் இரண்டு நேர்பாதைகளில் ஓரக்கல்லை (kerb) தவிர்க்கலாம்.

(A) [A] is true but [R] is false
[A] சரி ஆனால் [R] தவறு

(B) [A] is false but [R] is true
[A] தவறு, ஆனால் [R] சரி

(C) Both [A] and [R] are true and [R] is the reason for [A]
[A] மற்றும் [R] இரண்டுமே சரி மேலும் [R] என்பது [A] விற்கான காரணம்

(D) Both [A] and [R] are true and [R] is not the correct reason for [A]
[A] மற்றும் [R] இரண்டுமே சரி மேலும் [R] என்பது [A] விற்கான காரணமல்ல

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

139. In 4×400 mts relay race, which runner should run in his own lane till they complete the first curve

4×400 m தொடர் ஓட்டத்தில் முதல் வளைவை கடந்தவுடன் எந்த வீரர் தனது ஓடுபாதையிலிருந்து விலகி முதலாம் ஓடு பாதையில் ஓடலாம்?

(A) 1st runner
முதலாம் வீரர்

(B) 2nd runner
இரண்டம் வீரர்

(C) 3rd runner
மூன்றாம் வீரர்

(D) 4th runner
நான்காம் வீரர்

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

140. Choose the correct formula to calculate curve radius for the track without kerb

ஓரக்கல் (kerb) இல்லாத ஓடுகளத்தில் வளைவு ஆரத்தை கண்டுபிடிக்க உபயோகிக்கப்படும் சூத்திரத்தை தேர்வு செய்

(A) $2\pi r = 240$

$2\pi r = 240$

(B) $2\pi r =$ Circumference of two curves

$2\pi r =$ இரண்டு வளைவு வட்டத்தின் சுற்றளவு

(C) RDR – 0.20 m

RDR – 0.20 மீட்டர்

(D) RDR – 0.30 m

RDR – 0.30 மீட்டர்

(E) Answer not known

விடை தெரியவில்லை

141. Select the functions of cerebellum

சிறுமூளையின் வேலைகள் :

(1) Skilled movements by coordinating muscles

அழகான ஒத்த தசை இயக்கங்கள்

(2) Somatic Sensations

தசை உணர்வுகள்

(3) Maintain equilibrium it controls skeletal muscle

சமநிலையை உறுதிப்படுத்துதல்

(4) Controls posture

உடல்நிலையை கட்டுப்படுத்துதல்

(A) (1), (3), (4)

(B) (1), (2), (3)

(C) (2), (3), (4)

(D) (1), (2), (4)

(E) Answer not known

விடை தெரியவில்லை

142. Match the following :

பொருத்துக :

(a)	Cerebrum பெருமூளை	1.	Equilibrium சமநிலை
(b)	Cerebellum சிறுமூளை	2.	Pyramid பிரமிடு
(c)	Mid brain இடை மூளை	3.	Appetite பசி
(d)	Medulla oblangata மெடுல்லா அப்லாங்காட்டா	4.	Connection இணைப்பு

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

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

143. Electro cardiogram (ECG) is used to measure
எலக்ட்ரோ கார்டியோகிராம் என்னும் கருவி எதனை அளவிடப் பயன்படும்

(A) Respiratory rate
சுவாச அளவு

(B) Lung Volume
நுரையீரலின் கொள்ளளவு

(C) Stroke Volume
ஸ்ட்ரோக் வால்யூம்

(D) Heart Function
இதயச் செயல்பாடு

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

144. The Longest nerve of the Spinal Cord is
தண்டு வடத்தின் பகுதியில் உள்ள மிக நீளமான நரம்பு எது?

(A) Cranial nerve
கிரேனியல் நரம்பு

(B) Cauda equina
காவ்டா எக்வினா

(C) Fillium terminale
பிலியம் டெர்மினல்

(D) Collicule
காலிக்யூலி

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

145. The volume of air taken in and expelled out in one breath is
ஒருமுறை காற்றை சுவாசித்து உள்ளிழுத்து வெளியே விடும் முறைக்கு பெயர் என்ன?

(A) Tidal volume
டைடல் வால்யூம்

(B) Inspiratory reserve volume
இன்ஸ்பிரேட்டரி ரிசர்வ் வால்யூம்

(C) Expiratory reserve volume
எக்ஸ்பிரேட்டரி ரிசர்வ் வால்யூம்

(D) Residual volume
ரெசிடியுவல் வால்யூம்

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

146. The Shape of ear canal is
காது கால்வாயின் வடிவம்

(A) A

(B) O

(C) S

(D) Z

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

147. Eustachian tube opens by the contraction of a muscle
ஈஸ்டாசியன் குழாய்களை திறக்க சுருங்கி உதவும் தசை

(A) Tensor veli palatini
டென்சர் வேலி பாளாட்டினி

(B) Tensor vastus
டென்சர் வாஸ்டஸ்

(C) Tensor Fasciae
டென்சர் ஃபேசியே

(D) Occipito Frontalis
ஆக்ஸிபிடோ ஃப்ரெண்டாலிஸ்

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

148. Connective tissue that carries blood and nerve supply to the tooth is
இரத்தம் மற்றும் நரம்பு தகவல்களை பற்களுக்கு கடத்தும் இணைப்புத் தசை

(A) Dentin
டென்டின்

(B) Pulp
பல்ப்

(C) Enamel
எனாமல்

(D) Cementum
சிமெண்டம்

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

149. Select the functions of tongue
நாவின் வேலைகளை தேர்ந்தெடு :

(i) Taste Perception
சுவையறிதல்

(ii) Speech
பேச்சு

(iii) Mastication
உணவை அரைத்தல்/மெல்லுதல்

(iv) Secretion
சுரத்தல்

(v) Deglutition
விழுங்குதல்

(A) (i), (ii), (iii), (v)
(i), (ii), (iii), (v)

(B) (i), (ii), (iii), (iv)
(i), (ii), (iii), (iv)

(C) (ii), (iii), (iv), (v)
(ii), (iii), (iv), (v)

(D) (i) and (ii) only
(i) மற்றும் (ii) மட்டும்

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

150. ______ lies between the root of the tongue and the upper end of the Trachea
நாவின் வேர்ப்பகுதிக்கும் மூச்சுக்குழாயின் மேற்பகுதிக்கும் இடையே அமைந்துள்ளது

(A) Epiglottis
குரல் வளை மூடி

(B) Esophagus
உணவுக்குழாய்

(C) Larynx
குரல் வளை

(D) Foreaman Magnuum
ஃபோரமென் மேக்னம் (மண்டை ஓட்டின் திறப்பு)

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

151. Stroke volume × Heart Rate is
இதயத்தின் ஒரு துடிப்பின் கன அளவை இதயத் துடிப்புடன் பெருக்க கிடைப்பது

(A) Target Heart rate
இலக்கை நோக்கிய இதய துடிப்பு

(B) Total Blood volume
மொத்த இரத்த கன அளவு

(C) Vital capacity
நுரையீரலின் மொத்த முக்கிய கொள்ளளவு

(D) Cardiac output
மொத்த இதய வெளியீடு

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

152. Select the components of blood plasma
இரத்த பிளாஸ்மாலின் பகுதிப் பொருட்களைத் தேர்ந்தெடுக்கவும்.

(i) Water
நீர்

(ii) Thiamine
தயமின்

(iii) Gases in soluble form
கரையும் வாயுக்கள்

(iv) Mineral salts and Ions
தாது உப்புக்கள் மற்றும் அயனிகள்

(A) (i), (ii), (iii)
(B) (i), (iii), (iv)
(C) (ii), (iii), (iv)
(D) (i), (ii), (iv)
(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

153. Blood is a form of
இரத்தம் எனப்படுவது

(A) Connective tissue
இணைப்பு திசு

(B) Connective fluid
இணைப்பு திரவம்

(C) Alkaline in nature
காரத்தன்மையுடையது

(D) Muscular tissue
தசை திசு

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

154. Calculate maximum Heart rate of person whose age is 40
ஒரு 40 வயது மனிதரின் அதிகப் பட்ச இதயத்துடிப்பு என்ன?

(A) 130 b/min

(B) 140 b/min

(C) 150 b/min

(D) 180 b/min

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

155. The normal volume of total lung capacity is
நுரையீரலின் சாதாரண கொள்ளளவு எவ்வளவு?

(A) 5 Lts

(B) 3 Lts

(C) 4 Lts

(D) 2 Lts

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

156. Match the Connective Tissues :
இணைப்புத் திசுக்களை இணைக்கவும் :

(a)	Areolar ஏரியோலர்	1.	Epiglottis குரல்வளை மூடி
(b)	Adipose கொழுப்பு	2.	Tendon தசைநார்
(c)	Dense அடர்த்தியான	3.	Subcutaneous Tissue தோலடி திசு
(d)	Elastic மீட்சியுள்ள	4.	Loosely Packed all organ's tissue உடம்பில் தளர்வாக இணைக்கப்பட்ட திசுக்கள்

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

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

157. Muscles of facial expressions are
முகப்பாவணைகளை பிரதிபலிக்க கூடிய தசைகள்

(A) Orbiculari’s oculi, orbicularis oris and Buccinators
ஆர்பிகியூலரிஸ் ஓரிஸ், ஆர்பிகியூலரிஸ் அக்யூலி, பக்கினேட்டர்

(B) Orbiculari’s ori's and Buccinator and Temporal
ஆர்பிகியூலரிஸ் ஓரிஸ், பக்கினேட்டர் மற்றும் டெம்பொரெல்

(C) Temporal muscle and Masseter muscle
டெம்பொரெல் மற்றும் மாஸெஸ்டர்

(D) Platisma, Biceps and triceps
பிளாடிஸ்மா, பைசெப்ஸ், ட்ரைசெப்ஸ்

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

158. Metatarsal joint is found in ______
மெட்டாடார்சல் எலும்புகள் காணப்படும் உடம்பின் பகுதி

(A) ankle
கணுக்கால்

(B) wrist
மணிக்கட்டு

(C) foot
பாதம்

(D) knee
முழங்கால்

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

159. Effect of muscle tone is
மஸில் டோனின் விளைவு

(A) Keep the muscle in a constant state or readiness for action
தசையினை தயார் நிலையில் வைத்து செயல்பட (readiness for action) உடனடியாக செயல்படுவதற்கு

(B) Stretchability of the muscle
தசையின் இழுபடும் தன்மை

(C) Relaxation of the muscle
தசையின் ஓய்வு நிலை (Relaxation)

(D) Muscular Hypertrophy
தசை பெரிதாவது (Hypertrophy)

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

160. Axial and Appendicular skeleton of humans are
மைய அச்சு மற்றும் பிற்சேர்க்கை (இணைப்பு) மனித எலும்புகள்

(A) 80 and 128
80 மற்றும் 128

(B) 128 and 80
128 மற்றும் 80

(C) 126 and 80
126 மற்றும் 80

(D) 80 and 126
80 மற்றும் 126

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

161. Mention the programme introduced to revive the sports culture in India at the grass root level.
இந்தியாவில் விளையாட்டு கலாச்சாரத்தை அடிமட்ட அளவில் புதுப்பிக்க அறிமுகப்படுத்தப்பட்ட திட்டத்தை குறிப்பிடவும்

(A) Special Area Game Scheme (SAG)
சிறப்பு பகுதி விளையாட்டு திட்டம்

(B) Fit India Movement
ஃபிட் இந்தியா இயக்கம்

(C) Khelo India
கேலோ இந்தியா

(D) Target Olympic Podium Scheme (TOPS)
இலக்கு ஒலிம்பிக் மேடை திட்டம்

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

162. Identify the order of the games competitions and athletic meet conducted at school level in Tamil nadu
தமிழ் நாட்டில் பள்ளி மட்டத்தில் உள்ள விளையாட்டுப் போட்டிகள் மற்றும் தடகள போட்டிகள் எவ்வாறு நடத்தப்படுகிறது என்று அடையாளம் காட்டுக

(A) Revenue District →Zonal →Divisional →State
வருவாய் மாவட்ட அளவில் → குறுவட்ட அளவில் → பிரிவு மட்டத்தில் → மாநில அளவில்

(B) Divisional →Revenue District →Zonal →State
பிரிவு மட்டத்தில் → வருவாய் மாவட்ட அளவில் → குறுவட்ட அளவில் → மாநில அளவில்

(C) State → Divisional → Revenue District → Zonal
மாநில அளவில் → பிரிவு மட்டத்தில் → வருவாய் மாவட்ட அளவில் → குறுவட்ட அளவில்

(D) Zonal → Revenue District → Divisional → State
குறுவட்ட அளவில் → வருவாய் மாவட்ட அளவில் → பிரிவு மட்டத்தில் → மாநில அளவில்

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

163. The Nethaji Subash southern centre established at bangalore in
பெங்களுரில் எப்போது தென்மண்டல நேதாஜி சுபாஸ் பயிற்சி நிறுவனம் தோற்றுவிக்கப்பட்டது?

(A) 1965

(B) 1970

(C) 1976

(D) 1974

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

164. Identify the organization/body that was formed by the Tamilnadu Government in 2013 to recognize and rejuvenate the potential of the youth and channalize into productive activities.
எந்த அமைப்பு 2013 ஆம் ஆண்டு இளைஞர்களின் திறனை அடையாளம் கண்டு புத்துயிர் பெறவும், உற்பத்தி நடவடிக்கைகளில் ஈடுபடவும் தமிழக அரசால் உருவாக்கப்பட்டது?

(A) Directorate of Youth Welfare (DYM)
இளைஞர் நலன் இயக்குநரகம்

(B) Tamilnadu Physical Education and Sports University (TNPSC)
தமிழ் நாடு உடற்கல்வி மற்றும் விளையாட்டு பல்கலைக்கழகம்

(C) Sports Development Authority of Tamilnadu (SDAT)
தமிழ்நாடு விளையாட்டு மேம்பாட்டு ஆணையம்

(D) National Cadet Corps (NCC)
தேசிய மாணவர் படை

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

165. Find out the SAI Scheme implemented to scout sports talent in the age group of 8 - 14 years from school.
இந்திய விளையாட்டு ஆணையத்தினால் (சாய்) 8 முதல் 14 வயது வரையுள்ள பள்ளிக் குழந்தைகளின் விளையாட்டுத் திறமையை கண்டறிய கொண்டுவரப்பட்ட திட்டம்

(A) SAI Training Centre (STC)
தேசிய விளையாட்டு மையம்

(B) National Sports Talent Contest (NSTC)
தேசிய விளையாட்டு திறமை கண்டுணர்வு திட்டம்

(C) Target Olympic Podium Scheme (TOPS)
ஒலிம்பிக் வெற்றிப் படியை நோக்கிய திட்டம்

(D) Khelo India
கேலோ இந்தியா

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

166. The venue for the Modern Olympic games will be fixed by a majority of votes among the members of
நவீன ஒலிம்பிக் போட்டிகளுக்கான இடம் எந்த அமைப்பின் உறுப்பினர்களிடையே பெரும்பான்மை வாக்குகளால் தீர்மானிக்கப்படும்?

(A) Indian olympic association
இந்திய ஒலிம்பிக் சங்கம்

(B) International olympic committee
சர்வதேச ஒலிம்பிக் குழு

(C) Olympic council of Asia
ஆசிய ஒலிம்பிக் கவுன்சில்

(D) Asian Athletics Association
ஆசிய தடகள சங்கம்

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

167. The first Asian games was declared open by
முதல் ஆசிய விளையாட்டுப் போட்டியை துவங்கி வைத்தவர்

(A) Dr. Rajendra Prasad
Dr. ராஜேந்திர பிரசாத்

(B) Jawaharlal Nehru
ஜவஹர்லால் நேரு

(C) K.M. Carriappa
K.M. கரியப்பா

(D) Maharaja Yadvendra Singh
மகாராஜா : யத்வேந்திர சிங்

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

168. Consider the following statements that are true about ceremonial olympic flag
விழாவிற்கான ஒலிம்பிக் கொடி

(i) This flag is not used for hoisting purposes
கொடியேற்றத்திற்கு மட்டும் பயன்படுத்தப்படும்

(ii) This flag shall be with the Mayor of the city till next Olympics
அடுத்த ஒலிம்பிக் வரை, ஒலிம்பிக் நடத்தும் நகரத்தின் மேயரிடம் இருக்கும்

(iii) This is bordered with five colours such as pink, purple, orange, grey, indigo
ரோஸ், வயலட், ஆரஞ்சு, சாம்பல் மற்றும் ஊதா என்ற ஐந்து வண்ணங்களில் அதன் ஓரங்கள் இருக்கும்

(A) (ii) and (iii) are true
(ii) மற்றும் (iii) சரியானவை

(B) (i) and (iii) are true
(i) மற்றும் (iii) சரியானவை

(C) (iii) only
(iii) மட்டும்

(D) (i) and (ii) are true
(i) மற்றும் (ii) சரியானவை

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

169. Where was the first Asian games held?
முதல் ஆசிய விளையாட்டுப் போட்டி எங்கு நடைபெற்றது?

(A) Tokiyo
Tokiyo (டோக்கியோ)

(B) Srilanka
ஸ்ரீலங்கா

(C) Bangkok
பாங்காக்

(D) New Delhi
புது தில்லி

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

170. What is meant by Amateur?
அமெச்சூர் என்பதன் பொருள் என்ன?

(A) A Player who plays a game for the love of it
வீரர், விளையாட்டின் மீதுள்ள பற்றால் விளையாடுவது

(B) A player who plays a game for money
வீரர், விளையாட்டால் பணம் சம்பாதிக்க விளையாடுவது

(C) A Player who plays a game for his/her country
வீரர், தான் சார்ந்துள்ள நாட்டிற்காக விளையாடுவது

(D) A Player who plays a game to exhibits her/his talents
வீரர், தன் திறமையை வெளிக்காட்ட விளையாடுவது

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

171. To Spend upto the age of ______ children of Athens can spend their days at home
ஏதென்ஸ் குழந்தைகள் பிறந்தது முதல் எந்த வயது வரை வீட்டிலேயே வளர்ந்து வந்தனர்?

(A) 8 yrs
8 வருடங்கள்

(B) 7 yrs
7 வருடங்கள்

(C) 10 yrs
10 வருடங்கள்

(D) 12 yrs
12 வருடங்கள்

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

172. Hormes dance was performed to honour ______
ஸ்பார்டாவில் ஹார்மஸ் என்ற நடனம் மூலம் பெருமைப்படுத்தப்பட்டவர் யார்?

(A) God Diana
டயான கடவுள்

(B) God Zeus
ஜீயஸ் கடவுள்

(C) God Hera
ஹிரா கடவுள்

(D) God Sun
சூரிய கடவுள்

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

173. ______ was called as Palaestra in Athens.
ஏதென்ஸில் எந்த இடம் பேலஸ்ட்ரா என அழைக்கப்படுகிறது?

(A) School of boxing
குத்துசண்டை பள்ளி

(B) School of Swimming
நீச்சல் பள்ளி

(C) School of Music
இசைப் பள்ளி

(D) School of Gymnastic
ஜிம்னாஸ்டிக் பள்ளி

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

174. Reason and Assertion

கூற்று மற்றும் காரணம்

Assertion [A] : The Roman Emperor Theodosius I passed a decree and terminated the ancient olympic games in the year 394 A.D.

கூற்று [A] : ரோமப் பேரரசர் தியோடஸ் I ஒரு கட்டளை பிறப்பித்து, 394 கி.மு.-வில் பழைய ஒலிம்பிக் போட்டிக்கு முற்றுப்புள்ளி வைத்தார்.

Reason [R] : The Ancient Olympic games became popular gaining glory with great professionalism

காரணம் [R] : திறமையான வீரர்களினால் பழைய ஒலிம்பிக் போட்டிகள் சிறப்பானதாக உருவெடுத்தது.

(A) [A] is true but [R] is false
கூற்று [A] சரி ஆனால், [R] தவறு

(B) Both [A] and [R] are true, but [R] is the correct explanation of [A]
கூற்று [A] மற்றும் காரணம் [R] சரி [R] [A] க்கான சரியான விளக்கம்

(C) [A] is false, [R] is true
கூற்று [A] தவறு, [R] சரி

(D) Both [A] and [R] are true, but [R] is not the correct explanation of [A]
கூற்று [A] மற்றும் காரணம் [R] சரி [R] [A] க்கான சரியான விளக்கமில்லை

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

175. In Athens the children were taken care by

ஏதென்ஸ் நகர குழந்தைகள் யார் பராமரிப்பின் கீழ் வளர்ந்து வந்தனர்?

(A) Mother/Nurse/Slave
அம்மா/செவிலியர்/அடிமை

(B) Father/Slave/Grand Mother
அப்பா/அடிமை/பாட்டி

(C) Nurse/Slave
செவிலியர்/அடிமை

(D) Mother/Grand Mother
அம்மா/பாட்டி

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

176. The effect of physical exercises depend upon the
உடற்பயிற்சியின் விளைவு என்பது எதைப் பொருத்து அமைகிறது?

(A) Nature of the body
உடலின் தன்மையைப் பொருத்து

(B) Nature of the diet
உட்கொள்ளும் உணவைப் பொருத்து

(C) Nature of the physical work
செய்யும் வேலையின் தன்மையை பொருத்து

(D) Nature of the persons Interest
நபரின் ஆர்வத்தைப் பொருத்து

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

177. The physical education objectives listed by various physical Educationists was incorporated by
உடற்கல்வியின் குறிக்கோளாக வெவ்வேறு உடற்கல்வியாளர்கள் கூறிய கருத்துக்களை சேர்த்து வழங்கியவர் யார்?

(A) Charles A. Bucher
சார்லஸ் எ. புக்கர்

(B) Sargent
சார்ஜன்ட்

(C) J.B. Nash
ஜெ.பி. நாஷ்

(D) Thomas wood
தாமஸ் வுட்

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

178. Physical culture programs were promoted through.
உடல் கலாச்சார திட்டங்கள் மூலம் ஊக்குவிக்கப்பட்டது என்பது

(A) Nervous system
நரம்பியல் அமைப்பு

(B) Education system
கல்வியியல் அமைப்பு

(C) Skeletal system
எலும்பியல் அமைப்பு

(D) Muscular system
தசைகளின் அமைப்பு

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

179. Identify the most powerful combination forms of physical Education.
உடற்கல்வியின் இரு வலிமையான கூற்றுக்கள்

(A) Being active and creative
சுறுசுறுப்பாகவும், உருவாக்குபவராகவும் இருத்தல்

(B) Human movement and universal drive of play
மனிதனின் இயக்கத்தையும் மற்றும் உலகளாவிய விளையாட்டும் திட்டமிடுதல்

(C) Communication and expression
மற்றவர்களோடு தொடர்பு ஏற்படுத்துதல் மற்றும் வெளிப்படுத்துதல்

(D) Cultivation of emotion and physical powers
உணர்ச்சி மற்றும் உடல் உணர்ச்சிகளை கட்டுப்பாட்டிற்குள் வைத்திருத்தல்

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

180. Match the objectives of physical Education with its goals.
உடற்கல்வின் நோக்கங்களை அதன் இலக்குகளுடன் பொருத்துங்கள் :

(a)	Organic Development இயற்கை வளர்ச்சி	1.	Drive for actions confidence, success செயல், நம்பிக்கை, வெற்றிக்கான உந்துதல்
(b)	Neuro-muscular Development நரம்பியல் தசை வளர்ச்சி	2.	Power of judgement, interpret and face situation தீர்ப்பு, விளக்கம் மற்றும் சூழ்நிலைகளை எதிர்கொள்ளும் சக்தி
(c)	Interpretative Development விளக்க வளர்ச்சி	3.	Physical power உடல் சக்தி
(d)	Emotional Development உணர்ச்சி வளர்ச்சி	4.	Cortical control over the motor mechanisms of the body உடலின் மோட்டார் பொறி முறையின் மீது கார்டிகல் கட்டுப்பாடு

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

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

181. To hold a dressing in place over a wound to create pressure over a bleeding wound and to provide support to an injured part
காயத்தின் மீது ஒரு கட்டுப் போடுதல், இரத்தம் கசியும் காயத்தின் மீது அழுத்தத்தை உருவாக்குதல் மற்றும் காயமடைந்த பகுதிக்கு ஆதரவை வழங்கு முறை

(A) Unwrap shielded
அவிழ்த்து பாதுகாக்கப்பட்ட

(B) Dismantle
பிரித்தெடு

(C) Sterile pad
தொற்று நீக்கப்பட்ட பாதுகாப்பான பட்டை/துணி

(D) Bandages
மருத்துவக் கட்டுகள்

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

182. 'Muscle cramp' also means
'தசை பிடிப்பு' என்பது

(A) Muscle spasm
தசை ஸ்பாசம்

(B) Strain
ஸ்ட்ரெயின்

(C) Contusion
கன்ட்யூஸன்

(D) Irritation
இரிடேஸன்

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

183. When the bone is broken into several pieces
பல துண்டுகளாக எலும்பு உடைந்து காணப்படும், எலும்பு முறிவுக்கு என்ன பெயர்?

(A) Greenstick fracture
பாதி உடைந்த எலும்பு முறிவு

(B) Oblique fracture
குறுக்குவாக்கான எலும்பு முறிவு

(C) Comminuted fracture
நொறுங்கலான எலும்பு முறிவு

(D) Tranverse fracture
நேர்கோட்டு எலும்பு முறிவு

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

184. Identify the purpose of dressing the wound
காயத்தை சுத்தம் செய்து கட்டு கட்டுவதன் நோக்கத்தை கண்டறி

(1) Prevent infection
தொற்றை தடுக்க

(2) Absorb discharge
திரவ வெளியேற்றத்தை உறிஞ்சும்

(3) Control bleeding
இரத்த போக்கு கட்டுப்படுத்த

(4) Prevent fracture
எலும்பு முறிவை தடுக்க

Responses :

(A) (1), (3), (4) are correct
(1), (3), (4) சரி

(B) (2), (4), (1) are correct
(2), (4), (1) சரி

(C) (3), (4), (2) are correct
(3), (4), (2) சரி

(D) (1), (2), (3) are correct
(1), (2), (3) சரி

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

185. ‘Contusion’ means
‘உள்காயம்’ என்பது

(A) Bruise
ப்ரூயிஸ்

(B) Torsion
டார்சன்

(C) Cramps
க்ரேம்ப்ஸ்

(D) Soreness
தொய்வு (சோர்னஸ்)

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

186. Identify the reason for using slings in injury
கவண்களை (ஸ்லங்) பயன்படுத்துவதற்கான காரணம் என்ன?

(A) Control bleeding
இரத்தப்போக்கு கட்டுப்படுத்த

(B) Support injured part
காயமடைந்த பகுதியை அணைக்க

(C) Reduce pain
வலியை குறைக்க

(D) Avoid injury
காயங்களை தவிர்க்க

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

187. It is an immediate and temporary care given to the victim of an accident or sudden illness.
விபத்து அல்லது திடீர் நோயால் பாதிக்கப்பட்டவருக்கு வழங்கப்படும் உடனடி மற்றும் தற்காலிக பராமரிப்பு ஆகும்

(A) Trauma care
விபத்து சிகிச்சை

(B) Ambulance service
ஆம்புலன்ஸ் சேவை

(C) First Aid
முதலுதவி

(D) Injury management
காயம் மேலாண்மை

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

188. The effects of snake bites vary according to the type of snake. In the safety first what I should not do after the snake bites
பாம்பு கடியின் விளைவு பாம்புகளின் வகையைப் பொறுத்து மாறுபடும் முதலில் பாதுகாப்பில், பாம்பு கடித்த பிறகு நான் என்ன செய்யக் கூடாது?

(A) Use a clean plastic bag to cover the wound
காயத்தை மூட சுத்தமான பிளாஸ்டிக் பையைப் பயன்படுத்துதல்

(B) Suck or cut the venom out of the skin
தோலில் இருந்து விஷத்தை உறிஞ்சவும் அல்லது வெட்டவும்

(C) Apply a splint to immobilize the affected part
பாதிக்கப்பட்ட பகுதியை அசையாமல் இருக்க ஒரு தட்டைக் கொண்டு கட்டுதல்

(D) Arrange urgent transport to hospital
மருத்துவமனைக்கு அவசர போக்குவரத்து ஏற்பாடு செய்தல்

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

189. Signs and symptoms of poisoning may include vomiting, drowsiness and _______
விஷத்தின் அறிகுறிகள் மற்றும் அறிகுறிகளில் வாந்தி, மயக்கம் மற்றும் _______

(A) Demanding and screaming for hospitalisations
மருத்துவமனையில் அனுமதிக்குமாறு கதறல்

(B) Redefined mental status
மறு சீரமைக்கப்பட்ட மனநிலை

(C) Burns or redness around mouth and lips
வாய் மற்றும் உதடுகளைச் சுற்றி காயங்கள் மற்றும் சிவத்தல்

(D) Cuts on parts of the skin
தோலின் சில பகுதிகளில் வெட்டு காயங்கள்

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

190. 'Percussion' means
'பெர்கஸ்சன்' என்பது

(A) Series of cuffing
தொடர்ந்து பிடித்து விடுதல்

(B) Continuous manipulation
தொடர்ந்து நீவுதல்

(C) Series of brisk blows
தொடர்ந்து தட்டுதல்

(D) Continuous kicks
தொடர்ந்து உதைத்தல்

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

191. The food contains adequate Amino acid is called
உணவில் தேவையான அமினோ அமிலங்கள் போதுமான அளவு இருந்தால், அது ________ எனப்படும்.

(A) Diet full of nutrients
சரிவிகித உணவு

(B) Complete protein food
முழுமையான புரோட்டீன் உணவு

(C) Food Pyramid
பிரமிடு வடிவ உணவு

(D) Complete green and growth diet
முழுமையான பசுமை மற்றும் வளர்ச்சிக்கான உணவு

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

192. The Sudden onset of high fever and extreme cold is a symptom for
திடீர் அதிக காய்ச்சல் மற்றும் குளிர் எந்த நோய்க்கான அறிகுறி

(A) Mumps
அம்மை

(B) Hepatitis
காமாலை (ஹெப்படைடிஸ்)

(C) Dysentry
வயிற்றுபோக்கு

(D) Malaria
மலேரியா

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

193. How much calories are produced by one gram of carbohydrates?
ஒரு கிராம் கார்போஹைட்ரேட் எவ்வளவு கலோரிகளை வழங்குகிறது

(A) 4 Calories per gram
4 கலோரிகள் ஒரு கிராமுக்கு

(B) 5 Calories per gram
5 கலோரிகள் ஒரு கிராமுக்கு

(C) 6 Calories per gram
6 கலோரிகள் ஒரு கிராமுக்கு

(D) 7 Calories per gram
7 கலோரிகள் ஒரு கிராமுக்கு

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

194. How much calories are obtained from 1 litre of water?
ஒரு லிட்டர் தண்ணீரிலிருந்து எவ்வளவு கலோரிகள் எடுக்கப்படுகிறது?

(A) 1 Calories
1 கலோரி

(B) 2 Calories
2 கலோரிகள்

(C) 3 Calories
3 கலோரிகள்

(D) 0 Calories
0 கலோரிகள்

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

195. Pre game meal includes
போட்டிக்கு முந்தைய உணவில் என்ன இருக்க வேண்டும் :

I. High Carbo
நிறைய கார்போஹைடிரேட் சத்து

II. Low fat
குறைந்த கொழுப்பு சத்து

III. High Fiber
நிறைய நார் சத்து

IV. High Protein
நிறைய புரத சத்து

(A) I and III
I மற்றும் III

(B) I and IV
I மற்றும் IV

(C) I and II
I மற்றும் II

(D) III and II
III மற்றும் II

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

196. In this type of massage, firm fingertip pressure is applied to or across the muscles, tendons or both
இந்த வகை மசாஜில், தசைகள், தசை நாணங்கள் அல்லது இரண்டின் மீதும் விரல் நுனியில் உறுதியான அழுத்தம் கொடுக்கப்படுகிறது

(A) Hacking
ஹேக்கிங்

(B) Squeezing
அழுத்துதல்

(C) Friction
உராய்தல்

(D) Cupping
கப்பிங்

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

197. Effleurge is always done from
'எப்ளோரேஜ்' சிகிச்சையின் செய்முறை யாவை?

(A) Distal to proximal end
டிஸ்டலிலிருந்து பிராக்ஸிமல் வரை

(B) Proximal to distal end
பிராக்ஸிமலிலிருந்து டிஸ்டல் வரை

(C) Across the muscle
தசைகளின் குறுக்கு வழியாக

(D) In and around the joints
உள் மற்றும் வெளி மூட்டு வழியாக

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

198. Collar and cuff sling is to support
காலர் மற்றும் கஃப் எதை பாதுகாப்பதற்கு

(A) Scalp only
தலை மட்டும்

(B) Collar bone only
காலர் போன் மட்டும்

(C) Wrist only
ரிஸ்ட் மட்டும்

(D) Foot only
கால் மட்டும்

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

199. Diathermy is used for treatment of with
'டையதெர்மி' சிகிச்சை எதற்கு பயன்படும்

(A) Cryotherapy
க்ரையோ தெராப்பி

(B) Electrotherapy
எலக்ட்ரோ தெராப்பி

(C) Exercise therapy
உடற்பயிற்சி தெராப்பி

(D) Masseye
உருவுதல்

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை

200. Posture is a measure of mechanical efficiency, of kinesthetic sense, of muscle balance and
தோரணை என்பது கீழ்க்குறிப்பிட்ட இயக்க செயல்திறனின் அளவீடு ஆகும். இயக்கவியல் உணர்வு, தசையின் சமநிலை மற்றும் ________

(A) Coordination as a whole
முழு ஒருங்கிணைப்பு

(B) Muscular coordination
தசைகளின் ஒருங்கிணைப்பு

(C) Neuromuscular coordination
நரம்பு-தசைகளின் ஒருங்கிணைப்பு

(D) Inner strength, and confidence
உள் சக்தி மற்றும் நம்பிக்கை

(E) Answer not known
விடை தெரியவில்லை