



පළාත් අධ්‍යාපන දෙපාර්තමේන්තුව - සබරගමුව - සති පාසල

විෂය : සෞඛ්‍යය

9සතිය

ශ්‍රේණිය : 6

මාවනැල්ල කලාපය
සැකසුම-සුභාෂණී ගිරෝමාලා මිය

❖ ප්‍රශ්න සියල්ලටම පිළිතුරු සපයන්න.

- යා කරන්න.

A කොටස	B කොටස
1. සංවේදී ඉන්ද්‍රියක් වන්නේ,	ආහාර
2. රිද්මයානුකූල ක්‍රියාකාරකමකි.	ඇඳුම් පැලඳුම්
3. සිරස් පැනීමක් වන්නේ,	මීටර් 100
4. යෝග්‍යතා පරීක්ෂණයකි.	කන
5. කෙටිදුර ධාවන ඉසව්වකි.	ජිම්නාස්ටික් ව්‍යායාම
6. මූලික අවශ්‍යතාවලින් එකකි.	මීටර් 50 වේග ධාවනය
7. ද්විතීක අවශ්‍යතාවයකි.	උස පැනීම
8. බෝනොවන රෝගයක් ලෙස	විටමින් D නිපදවීම
9. සමෙහි කාර්යයක් වන්නේ	විටමින් A අඩංගු ආහාර ගැනීම
10. ඇස ආරක්ෂා කරගැනීමට නම්,	දියවැඩියාව

❖ පිළිතුරු සපයන්න.

1. ඔබ දන්නා මලල ක්‍රීඩා ඉසව් කිහිපයක් ලියා දක්වන්න.
2. එදිනෙදා මුහුණ දීමට සිදුවන අභියෝග 4 ක් ලියන්න.
3. රෝගවලට හේතුවන රෝග කාරක 2 ක් ලියන්න.
4. මදුරුවන් මගින් බෝවන රෝග 2 ක් සඳහන් කරන්න.
5. ඔබ දන්නා ශාරීරික යෝග්‍යතා ගුණාංග 3 ක් සඳහන් කරන්න.
6. නිවසේදී සිදුවිය හැකි අනතුරු වළක්වා ගැනීමට ඔබට කළ හැකි දේවල් 3 ක් ලියන්න.
7. ජීවීන් සහ අජීවීන් අතර සිදුවන වෙනස්කම් 3ක් සඳහන් කරන්න.
8. සෞඛ්‍යවත් ජීවිතයක් සඳහා අනුගමනය කළ යුතු යහ පුරුදු 4 ක් ලියන්න.
9. දිවට දැනෙන රස වර්ග කිහිපයකි. ඒ මොනවාද?
10. චිත්තවේග සමබර කර ගැනීමෙන් ලැබෙන වාසි 4 ක් ලියන්න.