



පළාත් අධ්‍යාපන දෙපාර්තමේන්තුව - සබරගමුව- සති පාසල

විෂය : සෞඛ්‍යය

2021- 13 සතිය

ශ්‍රේණිය : 6

මාවනැල්ල කලාපය

සැකසුම-සුභාෂණී ගිරෝමාලා මිය

4. විවේකය විනෝදයෙන් ගත කිරීමට ක්‍රීඩා කරමු. නෙට්බෝල් ක්‍රීඩාවේ නිරත වෙමු.

• නිස්තැන් පුරවන්න.

1. නෙට්බෝල් ක්‍රීඩාව ආරම්භ වූයේ දිය.
2. ශ්‍රී ලංකාවට නෙට්බෝල් ක්‍රීඩාව හඳුන්වා දෙන ලද්දේ මහත්මිය විසිනි.
3. නෙට්බෝල් ක්‍රීඩා පිටියේ දිග මීටර් පළල මීටර් වේ.
4. විදුම් කණුවේ උස මීටර් යි.
5. නෙට්බෝල් ක්‍රීඩාවේදී එක් පිලකට සිටින ක්‍රීඩිකාවන් ගණන කි.



6. නෙට්බෝල් ක්‍රීඩාවේදී පන්දුව එහාමෙහා ගෙනයාම සඳහා චලනය ඉතා වැදගත් වේ. ඒ සඳහා සුදුසු ක්‍රියාකාරකම් 3 ක් ලියන්න.

.....
.....
.....

7. නෙට්බෝල් ක්‍රීඩාවේ පන්දු හුරුව ලබාගැනීම සඳහා කළ හැකි ක්‍රියාකාරකම් රැසකි.

තනිව කළ හැකි ක්‍රියාකාරකම්-

- 1.....
- 2.....

දෙදෙනෙකු සමඟ කළ හැකි ක්‍රියාකාරකම්-

- 1.....
- 2.....

කණ්ඩායමක් ලෙස කළ හැකි ක්‍රියාකාරකම්-

- 1.....
- 2.....