



සබරගමුව පළාත් අධ්‍යාපන දෙපාර්තමේන්තුව
சபரகமுவ மாகாண கல்வித் திணைக்களம்
Sabaragamuwa Provincial Department of Education



வாராந்த பாடசாலை - 2021
සති පාසල - 2021
Weekly school - 2021

தரம் - 08
08 ශ්‍රේණිය
Grade - 08

සෞඛ්‍ය හා ශාරීරික අධ්‍යාපනය
சுகாதரமும் உடற்கல்வியும்
Health and Physical Education

வாரம்-04

தயாரிப்பு- எம்பிலிபிடிய கல்வி வலயம்

ஆசிரியர் :- மு.நவனீதன்

இ/எம்பி /பரியோவான் தமிழ் தேசிய பாடசாலை
இறக்குவாணை

✓..10 பாய்தல் நிகழ்ச்சிப் பற்றிக் கற்ப்போம்.....

➡ 10.1

- தரம் 7^{ல்} கற்ற பாய்தல் முறைக்கான பயிற்சிகளையும் பல்வேறு விதமான நுட்பங்களையும் ஞாபகப்படுத்திக் கொள்க.

- பாய்தல் நிகழ்ச்சிகளை வகைப்படுத்திக் காட்டுக.
- நீளம் பாய்தல் காணப்படும் 3 நுட்பமுறைகளைக் குறிப்பிடுக.

➡ 10.2

- நீளம் பாய்தலுக்கான படிமுறைகளை வகைப்படுத்தி அறிந்து கொள்ளல்.

- பாடநூலில் பக்க இலக்கம் (91,92,93) விளங்கிக் கற்று நீளம் பாய்தலுக்கான படிமுறைகள் எவை? அவற்றை எவ்வாறு செய்தல் வேண்டும் என்பதை விளக்கமாக எழுதுக?
- பாடநூலில் (94,95) விளங்கி கற்று பக்க இலக்கம் (96) இருக்கும் வினாக்களுக்கு விடையளிக்கவும்.

