



පළාත් අධ්‍යාපන දෙපාර්තමේන්තුව සබරගමුව - සති පාසල

විෂය සෞඛ්‍ය හා ශාරීරික අධ්‍යාපනය

සතිය 11

ශ්‍රේණිය - 08

Prepared by- - ඇඹිලිපිටිය ක.අ.කා.

ක්‍රීඩකත්ව ගුණාංග වර්ධනය කර ගනිමු.

### 13 පාඩම

දෛනික ක්‍රියාකාරම් හා ආගමික උත්සව ඔස්සේ ක්‍රීඩා නිර්මාණය වූ අතර එහි තරගකාරී ස්වභාව වැඩිවන විට නීති රීති වල අවශ්‍යතාවය ද පැන නැගුණි. ඒ අනුව ක්‍රීඩාවක් නිවැරදිව පවත්වාගෙන යාමට ක්‍රීඩා නීතිරීති වැදගත් විය. ක්‍රීඩකත්වය හා බැඳුණු ඔබ විසින් දියුණු කර ගත යුතු නිපුණතා අතරට පහත දෑ ඇතුළත් වේ.

අන්තර් පුද්ගල සම්බන්ධතා



කණ්ඩායම් හැඟීම



ජය පරාජය යතාර්තවාදීව පිළි ගැනීම



#### ක්‍රීඩා ආචාරධර්ම

ක්‍රීඩා නීතිරීති පවත්වාගෙන යාමට අවශ්‍ය ගුණධර්ම, සම්ප්‍රදායන් හා යහපත් හැසිරීම් ක්‍රීඩාවේ ආචාරධර්ම වේ.

ප්‍රතිවාදීන්ට ගරු කිරීම



කිරීම

තරඹන්නන්ට ගරු කිරීම



පුහුණුකරුවන් හා ගුරුවරුන්



සමග සහයෝගයෙන් කටයුතු

## ප්‍රශ්න

1. ක්‍රීඩා නීති ආරම්භ කිරීමට හේතු වූ සාධක මොනවාද?
2. ක්‍රීඩා නීතිරීති වල ආරම්භය හා විකාශය පිළිබඳ කෙටි සටහනක් ලියන්න.
3. ක්‍රීඩා නීතිරීති හා ආචාර ධර්මවලට අනුගත වීමෙන් අපට ලැබෙන වාසි 03ක් ලියන්න.