



පළාත් අධ්‍යාපන දෙපාර්තමේන්තුව - සබරගමුව - සති පාසල

විෂය : සෞඛ්‍යය

2021- 28 සති

ශ්‍රේණිය : 6

කලාප අධ්‍යාපන කාර්යාලය-මාවනැල්ල

9. සමබර ජීවිතයකට යෝග්‍යතා වර්ධනය කර ගනිමු .

❖ ප්‍රශ්න සඳහා පිළිතුරු වරහන් තුළින් තෝරා ලියන්න

(ශක්තිය / ක්‍රීඩකත්වය / වේගය / සමායෝජනය / දරා ගැනීම)

1. මීටර් 100 ක් අඩු කාලයකින් දිවීමට ඇති හැකියාව ලෙස හැඳින්වේ.
2. කිසියම් කාර්යයක් වැඩි වේලාවක් පහසුවෙන් කර ගැනීමට ඇති හැකියාවලෙස හඳුන්වයි.
3. ක්‍රිකට් තරගයකදී ක්‍රීඩකයෙක් දුටුගෙන ගොස් සාර්ථකව උඩ පන්දුවක් රැකගැනීමේ හැකියාව ලෙස හඳුන්වයි.
4. කිසියම් ප්‍රතිරෝධයකට විරුද්ධව යම් කාර්යයක් කිරීමට ඇති හැකියාව නමින් හඳුන්වයි.
5. පාපන්දු තරගයක් අතරතුර ක්‍රීඩකයෙකුට පහර දීම ගුණාංගයක් නොවේ.