සබරගමුව පළාත් අධ්‍යාපන දෙපාර්තමේන්තුව

1 ශ්‍රේණිය -බුද්ධ ධර්මය - මාර්තු මාසය - 4 වන සතිය

සැකසුම :- බලංගොඩ අධ්‍යාපන කලාපය.
ප්‍රා. ගුරු උපදේශක :- බන්දුප්‍රේම ඕපනායක

- පුතේ අපි අපේ සෞඛ්‍ය පිළිබඳව විශේෂයෙන් සැළකිලිමත් වෙන්න ඕනි.
- නීරෝගීව සිටියොත් විතරයි අපිට ගොඩක් වැඩ කරන්න පුලුවන් වෙන්නේ.
- අපි දන්නවනේ "සිරිමත්" ගැන.
- එයා උදේට අවදි වෙලා සතුටින් දවසේ වැඩ ආරම්භ කරනවා.
- උදේ පාන්දර ලස්සන සුවද මල් පිපෙනවා.
- අපිත් සුවද ලස්සන මල් වෙමු.
- මේ කවි පාඩම් කර ගන්න.
- එය තේරුම් ගන්න.
- හොද ළමයෙක් වෙන්න.

1) උදෑසනින් අවදි වෙන්න - දත කට මුව සෝද ගන්න
   පිරිසිදු ඇදුමක් අදින්න - මම හරි ආසයි

2) කොළ රොඩු හැම ඉවතලන්න - ඉදලෙන් අතු ගා දමන්න
   ගෙමිදුල පිරිසිදු කරන්න - මම හරි ආසයි

ඔයාලා කැමති ආකාරයකට නටමින් ගායනා කරන්න.

“හොදයි ආදරණීය දුවේ, පුතේ ඔයාලට තෙරුවන් සරණයි!”