



පළාත් අධ්‍යාපන දෙපාර්තමේන්තුව සබරගමුව - සති පාසල

විෂය - ICT

ශ්‍රේණිය - 06

සතිය දහනව වන සතිය

සකස් කළේ - M.M.S.B මේගසූරිය

පරිගණක භාවිතයේ නිවැරදි ඉරියව්ව



පරිගණකය සමග කටයුතු කිරීමේදී නිවැරදි ඉරියව්ව පවත්වා නොගැනීම නිසා විවිධ සෞඛ්‍ය ගැටලු ඇති වීම සුලභ සිදුවීමකි. බොහොමයක් රෝගී තත්ත්වයන් ඇති වන්නේ නිවැරදි ඉරියව් පවත්වා නොගැනීම නිසාය. ඒ නිසා නිවැරදි ඉරියව් පවත්වා ගැනීමට අපි කුඩා අවධියේ සිටම පුරුදු පුහුණු විය යුතුය.

යා කරන්න.

A තීරුව	B තීරුව
පරිගණක භාවිතයේදී පවත්වා ගත යුතු නිවැරදි ඉරියව්ව	නිවැරදි ඉරියව් පවත්වා නොගැනීමෙන් ඇති වන ගැටලු
පරිගණක තිරය ඇස් මට්ටමට හෝ ඊට මදක් පහළින් තබා ගැනීම	පාදවල අපහසුතා
යතුරු පුවරුව හා මූසිකය වැලමිටට කෙළින් තබා ගැනීම	ඇසේ වේදනාව
කොන්ද කෙළින් තබා පුටු ඇන්දට හේත්තු වී වාඩි වීම	උර හිසේ සිට අත දිගේ ඇති වන වේදනාව
පාද පොළවට ලම්බකව තබා ගැනීම	කොන්දේ වේදනාව

