

සති පාසල් සඳහා කාර්ය පත්‍රිකා

1. පන්තිය : 6 ශ්‍රේණිය

විෂය : සෞඛ්‍ය හා ශාරීරික අධ්‍යාපනය

අදාළ සතිය : 13

2. පාඩම හෝ ඒකකය - - 5 මලල ක්‍රීඩා හැකියා වර්ධනය සඳහා මූලික ක්‍රියාකාරකම් වල යෙදෙමු.

5.4 : විසි කිරීමේ මූලික හැකියා ජීවන කාර්යයන් සඳහා උපයෝගී කර ගනියි.

3. ඉගෙනුම් ඵල -

- I) ආදේශක උපකරණ විසි කරමින් නිවැරදි විසි කිරීමකට හුරුවෙයි.
- II) නිකැරදි ඉරියව් භාවිතයෙන් කර්ශක්ෂමව කටයුතු කරයි.

4. ශිෂ්‍යයා කළ යුතු කාර්යයන් :

- I. පාඩම හොඳින් කියවා තේරුම් ගන්න.
- II. ගැඹුරු කරුණු (නොතේරෙන කරුණු) ගුරුවරයෙකුගෙන් හෝ වැඩිහිටියෙකුගෙන් විමසා අවබෝධ කර ගන්න.
- III. E තක්සලාව, නැන පියස, ගුරු ගෙදර හෝ පාසල් වෙබ් අඩවි හෝ මුද්‍රිත පොත් පත් ආදී ඉගෙනුම් ආධාරක මගින් පාඩමට අදාළ ඉගෙනුම් පාඩම් ලබාගෙන ඉගෙන ගන්න.
- IV. පාඩමේ සඳහන් ක්‍රියාකාරකම් 3 නිවසේදී ආරක්ෂාකාරී ලෙස කිරීමට උත්සහ කරන්න.
- V. මෙවැනි ක්‍රියාකාරකම් නිර්මාණය කර ගන්න ඒවා පාසල ආරම්භ කල පසු පන්තියට ඉදිරිපත් කරන්න.

5. ඉගෙනුම් ආධාරක :

- I. E තක්සලාව - [https://www.ethaksalawa \(grade 6/ health & physical Education\)](https://www.ethaksalawa (grade 6/ health & physical Education)
- II. E ණැන පියස - enenapiyasa.lk. (enenapiyasa/sathipasala Grade 6 /health & physical Education)
- III. ගුරු ගෙදර - නැන
- IV. වෙනත් youtube – Zonel Education Mawanella
- V. අතිරේක පොත් - සෞඛ්‍ය හා ශාරීරික අධ්‍යාපනය 6 ශ්‍රේණිය - සවි ප්‍රකාශකයෝ
- VI. Face Book page: සෞඛ්‍ය හා ශාරීරික අධ්‍යාපන පීඨ ගුරු එකමුතුව

6. ඇගයීම :

පහත ප්‍රශ්න වලට පිළිතුරු සපයන්න

- I. විසිකිරීමේ ක්‍රියාකාරකම් සිදු කළ හැකි ආකාර දෙකක් දක්වන්න.

- II. විසි කිරීමේදී සැලකිළිමත් විය යුතු කරුණු 3ක් ලියන්න.
- III. මලල ක්‍රීඩා වලට අයත් විසි කිරීමේ ඉසව් 3ක් සොයා ලියන්න.