

සති පාසල

1. ශ්‍රේණිය - 7 ශ්‍රේණිය
2. විෂය - සෞඛ්‍ය හා ශාරීරික අධ්‍යාපනය
3. සතිය -
4. පාඩම් ඒකකය - පා පන්දු ක්‍රීඩාවේ නිරත වෙමු.
5. ශිෂ්‍යා කළ යුතු කාර්යයන්
 - පාඩම් හොඳින් කියවන්න
 - පන්දුව පාලනය කර ගත හැකි ක්‍රම ලියන්න.
 - පාදයේ මතුපිටින් පන්දු පාලනය කරන රූප සටහනක් ඇඳ පන්දු පාලනයේ දී සැලකිලිමත් විය යුතු කරුණු 4 ක් ලියන්න.
 - thaksalawa, E නැණ පියස, DP education, sadu education වැනි ඉගෙනුම් ආධාරක මගින් පාඩමට අදාළ ඉගැන්වීම් පාඩම් ලබා ගන්න.
6. ඉහත පාඩම සඳහා උපකාර කරගත හැකි ඉගෙනුම් ආධාරක web sites and YouTube channels