

සති පාසල

1. ශ්‍රේණිය - 7 ශ්‍රේණිය
2. විෂය - සෞඛ්‍ය හා ශාරීරික අධ්‍යාපනය
3. සතිය -
4. පාඩම් ඒකකය - මලල ක්‍රීඩා සඳහා පුහුණුව ලබමු.
5. ශිෂ්‍යා කළ යුතු කාර්යයන්
 - පාඩම හොඳින් කියවන්න
 - දිවීම පුහුණුවීම තුළින් එම ඉරියව්ව නිවැරදිව අපට පුහුණු විය හැකිය. එවැනි පුහුණු ක්‍රියාකාරකම් 3 ක් රූප සටහන් මගින් අඳින්න.
 - පැනීමේ ඉසව් වර්ග කර ඒවාට අදාළ ඉසව් ලියන්න.
 - පැනීම පුහුණු වීමට සිදු කළ හැකි ක්‍රියාකාරකම් 3 ක් ඇඳ නම් කරන්න. එම ක්‍රියාකාරකම් නිවස තුළදී ආරක්ෂිතව සිදු කරන්න.
 - thaksalawa, E නැණ පියස, DP education, sadu education වැනි ඉගෙනුම් ආධාරක මගින් පාඩමට අදාළ ඉගැන්වීම් පාඩම ලබා ගන්න.
6. ඉහත පාඩම සඳහා උපකාර කරගත හැකි ඉගෙනුම් ආධාරක web sites and YouTube channels