

විෂය - ප්‍රායෝගික තාක්ෂණ කුසලතා

ශ්‍රේණිය - 8

මාසය - පෙබරවාරි

සතිය - 06

ක්‍රියාකාරකම් අංකය - 06

සැකසුම- ඩී.ආර්.මහේෂිකා ගල්වත්ත, කලාප අධ්‍යාපන කාර්යාලය, ඇඹිලිපිටිය

## 2. ආහාර

### 2.1 ආහාර නරක්වීම අවම කරගනිමු.

ශිෂ්‍ය කාර්යය -

- ✓ ඔබගේ කියවීම් පොතෙහි පිටු අංක 37 හා 38 හොඳින් කියවා තේරුම්ගන්න.
- ✓ අමාරු/අපහසු පාඩම් කොටස් වැඩිහිටියෙකු/ ගුරුවරයෙකු ගෙන් විමසා අවබෝධ කරගන්න.
- ✓ මෙහි පහත දක්වා ඇති මාර්ගගත හෝ මුද්‍රිත ඉගෙනුම් ආධාරක මගින් පාඩමට අදාළ ඉගැන්වීම්, පාඩම් ලබාගෙන ඉගෙනගන්න.
- ✓ ඔබේ නිවසේ හෝ වෙළඳපොලෙහි ඇති, නරක් වී ඇතැයි සැලකෙන බෝග අස්වනු හෝ පිසින ලද හෝ සකසන ලද ආහාර වර්ග පරීක්ෂා කර හෝ දෙමව්පියන්ගෙන් අසා දැන ඒවයේ දක්නට ලැබෙන ලක්ෂණ සටහන් කරන්න.(බාහිර පෙනුම,වර්ණය,ගඳ/සුවඳ, වයනය)
- ✓ ක්‍රියාකාරකම සිදුකිරීමේදී ඔබට එන ගැටළු ඔබේ යහළුවන්, වැඩිහිටියන් හා ගුරුවරුන් සමඟ සාකච්ඡා කර විසඳුම් ලබාගන්න.

මෙම පාඩමට අදාළව උපකාර කරගත හැකි ඉගෙනුම් ආධාරක -

- ✓ <https://www.youtube.com/watch?v=65Pzk9KXGSM>
- ✓ <https://www.youtube.com/watch?v=fzepjkpz5UQ>
- ✓ <https://www.youtube.com/watch?v=Ho5I9ITWXbw>
- ✓ [https://www.youtube.com/watch?v=HDB\\_IAZcWWc](https://www.youtube.com/watch?v=HDB_IAZcWWc)
- ✓ <https://www.youtube.com/watch?v=i2RYrYZEI7s>

මෙම පාඩම තුළින් ලබාගත හැකි ඉගෙනුම් ඵල -

- ✓ නරක් වූ ආහාර හඳුනාගනියි.
- ✓ නරක් වූ ආහාරයක ලක්ෂණ විස්තර කරයි.

ඇගයීම්/ තක්සේරුකරණ ක්‍රමවේදය හා ආකෘතිය -

- ✓ නරක් වූ ආහාර යනු මොනවාද? (ලකුණු 05)
- ✓ නරක් වූ ආහාරයක ගති ලක්ෂණ සඳහන් කරන්න. (ලකුණු 05)

