විෂය - ප්‍රායෝගික තාක්ෂණ කුසලතා

ශ්‍රේණිය - 8

මාසය - අගෝස්තු **සතිය** - 04 **ක්‍රියාකාරකම් අංකය** - 04

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

2. ආහාර

2.3 පසු අස්වනු හානිය අවම කිරීමට පියවර ගනිමු.

ශිෂ්‍ය කාර්යය

- ✓ ඔබගේ කියවීම් පොතෙහි පිටු අංක 55 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.
- ✓ එළවළු හා පලතුරු වෙළඳසැලකින් ඉවතලන ලද හානි සිදු වී ඇති ආහාර ඇසුරු කර ගනිමින් පහත කරුණු පිළිබඳ තොරතුරු සටහන් කරන්න.
  - වැඩිවශයෙන් හානි සිදුවන එළවළු වර්ග
  - වැඩිවශයෙන් හානි සිදුවන පලතුරු වර්ග
  - එසේ ආහාර නරක්වීමට බලපාන හේතු
  - එසේ ආහාර නරක් වීම වලක්වාගත හැකි ආකාර
- ✓ 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=pYi3wv82LnY
- ✓ https://www.e-thaksalawa.moe.gov.lk/moodle/mod/resource/view.php?id=18259

මෙම පාඩම තුළින් ලබාගත හැකි ඉගෙනුම්ඵල

- ✓ විවිධ අවස්ථාවලදී බෝග හානියට පත්වන බව අවබෝධ කරගනියි.
- ✓ බෝග හානියට ලක්වන ක්‍රම සොයා බලයි.
- ✓ බෝග හානියට ලක්වීම අවම කිරීමට සුදුසු ක්‍රම අධ්‍යයනය කරයි..

ඇගයීම්/ තක්සේරුකරණ ක්‍රමවේදය හා ආකෘතිය

- ✓ පසු අස්වනු හානිය ලෙස අදහස් කරන්නේ කුමක් ද? (ලකුණු 10)
- ✓ පසු අස්වනු හානියේ ආකාර දෙක සඳහන් කර ඒවා කෙටියෙන් හඳුන්වන්න. (ලකුණු 10)