

සෞඛ්‍යය හා ශාරීරික අධ්‍යාපනය

9 ශ්‍රේණිය

පුනරික්ෂණ

සති පාසල- අප්‍රේල් 3 සතිය

1. නෙට්බෝල් ක්‍රීඩාවේ දක්ෂතා මොනවාද ?
2. නෙට්බෝල් තරඟයක ක්‍රීඩා කළ හැකි අවම ක්‍රීඩක ගණන කීයද?
3. නෙට්බෝල් ක්‍රීඩා පිටියක් ඇඳ එහි මිනුම් සඳහන් කරන්න .
4. නෙට්බෝල් ක්‍රීඩාවේ රැකීම සිදු කරන ආකාරය පැහැදිලි කරන්න.
5. රැකීම සිදු කරන අවස්ථා මොනවාද ?
6. ආක්‍රමණය හා රැකීම පුහුණු වීමට සුදුසු ක්‍රියාකාරකම් කෙටියෙන් පැහැදිලි කරන්න .
7. ආක්‍රමණය ,රැකීම,විදීමේදී සිදු වන වැරදි ලියන්න .
8. ලොව ජනප්‍රිය ක්‍රීඩාව කුමක්ද?
9. පා පන්දු ක්‍රීඩාවේ එක් පිළකට ක්‍රීඩා කරන ක්‍රීඩකයින් ගණන කීයද?
- 10.පන්දුව තුළට විසි කිරීම සිදු කරන ආකාරය පැහැදිලි කරන්න
- 11.බෝලය තුළට විසිකිරීමේ දී සිදුවන වැරදි මොනවාද
- 12.දැල් රැකීම යන දක්ෂතාව දියුණු කිරීම සඳහා කළ හැකි ක්‍රියාකාරකමක් ලියන්න.
- 13.පා පන්දු ක්‍රීඩාවේ ජය පරාජය තීරණය වන ආකාරය කෙටියෙන් විස්තර කරන්න.