



පළාත් අධ්‍යාපන දෙපාර්තමේන්තුව සබරගමුව- සතිපාසල

සතිය - 23 වන සතිය

විෂයය:-සෞඛ්‍ය හා ශාරීරික අධ්‍යාපනය

ශ්‍රේණිය :- 11

Prepared by – කලාප අධ්‍යාපන කාර්යාලය

කැමල්ල

සිරුරේ අසිරිය මනාව පවත්වා ගනිමින් කාර්යක්ෂම දිවි පැවැත්මකට අනුගත වෙයි.

• අස්ථි පද්ධතිය:-

අස්ථි පද්ධතියේ අස්ථි සන්ධි සමග සම්බන්ධ වී ලීවර ලෙස ක්‍රියාකරමින් චලනයට දායක වේ.අපගේ ශරීරයට හැඩයක් ලබාදී ඇත්තේ අස්ථි 206කින් සමන්විත අස්ථි පද්ධතිය මගිනි.

- 1)අස්ථි පද්ධතියේ අසිරිමත් බව දැක්වීමට අදාළව කරුණු 10ක් දක්වන්න.
- 2)අස්ථිවල හැඩය අනුව ප්‍රධාන වර්ග නම් කර,එම අස්ථි සිරුරේ පිහිටන ස්ථාන ලියන්න.
- 3)අස්ථි පද්ධතියෙන් ඉටුවන කාර්යයන් ලැයිස්තුගත කරන්න.