



පළාත් අධ්‍යාපන දෙපාර්තමේන්තුව සබරගමුව - සති පාසල

විෂය - සෞඛ්‍යය හා ශාරීරික අධ්‍යාපනය

සතිය- 11

ශ්‍රේණිය - 10

සැකසුම- W.M.H.වර්ණකුලසූරිය

නිවැරදි ඉරියව් පවත්වා ගනිමු

- ප්‍රශ්න සියල්ලටම පිළිතුරු සපයන්න.

01. නිවැරදි ඉරියව්වක් යනු කුමක්ද?
02. ඒදිනෙදි කටයුතුවල දී නිවැරදි ඉරියව් පවත්වා ගැනීමේ වාසි මොනවාද?
03. ඉරියව් ප්‍රධාන වශයෙන් කොටස් දෙකකට වෙන්කළ හැකි ය. ඒවා මොනවාද?
04. ස්ථිතික ඉරියව් සඳහා උදාහරණ තුනක් පෙන්වා දෙන්න.
05. ගතික ඉරියව් සඳහා උදාහරණ තුනක් පෙන්වා දෙන්න.
06. ඉරියව් සඳහා බලපාන ජීවයාන්ත්‍රික මූලධර්ම නම් කරන්න.
07. ගුරුත්ව කේතනය යනු කුමක්ද?
08. සමබරතාවය යනු කුමක්ද?
09. චලනවල දී සමබරතාවය පවත්වා ගැනීමට ඉවහල් වන සාධක මොනවාද?
10. ගුරුත්ව රේඛාව යනු කුමක්ද?
11. සිරුරේ සමබරතාවය පවත්වා ගැනීමට බලපාන සාධක මොනවාද?
12. වාඩිවීමේ නිවැරදි ඉරියව්වේ දී අවධානය යොමු කළ යුතු කරුණු මොනවාද?
13. සිටගැනීමේ නිවැරදි ඉරියව්වේ දී අවධානය යොමු කළ යුතු කරුණු මොනවාද?
14. වැතිරීමේ නිවැරදි ඉරියව්වේ දී අවධානය යොමු කළ යුතු කරුණු මොනවාද?
15. දුර්වල ඉරියව් ඇති වීමට හේතු වන කරුණු තුනක් ලියන්න.