



Department of  
Education, Sabar  
agamuwa Provin  
ce/ Week

aragamu  
nce/ Wee  
tment of E

පළාත් අධ්‍යාපන දෙපාතරමේන්තුව සඛරගමුව - සති පාසල

Weekly School Department of  
of Education, Sabaragamuwa  
Province/ Weekly School

විෂය - සෞඛ්‍යය හා ගැටික අධ්‍යාපනය

සතිය- 26

ගෞණීය - 10

සැකසුම්- W.M.H.වර්ණකළපුරිය

## මලු කිඩා ගැන දැනුවත් වෙමු

### දාවන ආරම්භය හා අවසානය

- කෙටි දුර දාවන තරග සඳහා ආරම්භය ඉතා වැදගත් වේ. ආරම්භයේ සූල් ප්‍රමාදය තරගය පරාජය වීමට හේතුවක් වේ.



- ප්‍රශ්න සියල්ලටම පිළිකුරු සපයන්න.

- දාවන තරග ආරම්භක ක්‍රම මොනවාද?
- හිටි ඇරුණුම යොදා ගන්නා දාවන ඉසව් මොනවාද?
- හිටි ඇරුණුම සඳහා ලබා දෙන විධාන මොනවාද?
- කුදා ඇරුණුම සඳහා ක්‍රම 03 කි. ඒ මොනවාද?
- කුදා ඇරුණුම යොදා ගන්නා දාවන ඉසව් මොනවාද?
- කුදා ඇරුණුම සඳහා යොදා ගන්නා විධාන මොනවාද?