



Department of
Education, Sabaragamuwa
Province/ Week

aragamuwa
nace/ Week
tment of E

පළාත් අධ්‍යාපන දෙපාතරමේන්තුව සඛරගමුව - සති පාසල

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

විෂය - සෞඛ්‍යය හා ගැටිපෑක අධ්‍යාපනය

සතිය- 32

ගෞනීය - 10

සැකසුම්- W.M.H.වර්ණකළසුරිය

මලේ ක්‍රිඩා ගැන දැනුවත් වෙමු

දුර පැනීම



- ප්‍රශ්න සියල්ලටම පිළිතුරු සපයන්න.

01. දුර පැනීමේ ක්‍රම මොනවාද?

02. එල්ලන ක්‍රමයට දුර පැනීම විස්තර කරන්න.

03. දුර පැනීමක් සම්පූර්ණ කිරීම සඳහා අවධි කියද? ඒ මොනවාද?

04. දුර පැනීමට අදාළ නීති රේඛ 05 ක් ලියන්න.

05. එල්ලන ක්‍රමයට දුර පැනීම ප්‍රහුණුවීම සඳහා කළ හැකි ක්‍රියාකාරකමක් නිර්මාණය කරන්න.