



පළාත් අධ්‍යාපන දෙපාර්තමේන්තුව සබරගමුව - සති පාසල

විෂය - සෞඛ්‍යය හා ශාරීරික අධ්‍යාපනය

සතිය- 19

ශ්‍රේණිය - 10

සැකසුම- W.M.H.වර්ණකුලසූරිය

ක්‍රීඩා සහ ජිවිතයේ ක්‍රියාකාරකම්වල යෙදවුම

වොලිබෝල්



- ප්‍රශ්න සියල්ලටම පිළිතුරු සපයන්න.

01. වොලිබෝල් ක්‍රීඩාව පිළිබඳ කෙටි හැඳින්වීමක් කරන්න.
02. වොලිබෝල් ක්‍රීඩාවේ සුවිශේෂතා මොනවාද?
03. වොලිබෝල් ක්‍රීඩාවේ දක්ෂතා මොනවාද?
04. නීති රීති වලට අනුකූලව ප්‍රහාරය ප්‍රගුණ කිරීමේ දී අවධානයට ලක් කළ යුතු කරුණු මොනවාද?
05. ප්‍රහාරක පහරක දී වැරදි සිදුවන අවස්ථා 03 ක් සඳහන් කරන්න.
06. නීති රීතිවලට අනුකූලව වැළැක්වීමේ දී අවධානය යොමු කළ යුතු කරුණු 03 ක් ලියන්න
07. වොලිබෝල් තරගයක් විනිශ්චය කිරීම සඳහා අවශ්‍ය විනිශ්චය මණ්ඩලය සඳහන් කරන්න.
08. තීරකවරුන්ගේ නිල හස්ත සංඥා ඇඳ දක්වන්න.