



පළාත් අධ්‍යාපන දෙපාර්තමේන්තුව සබරගමුව - සති පාසල

විෂය - සෞඛ්‍යය හා ශාරීරික අධ්‍යාපනය

සතිය- 37

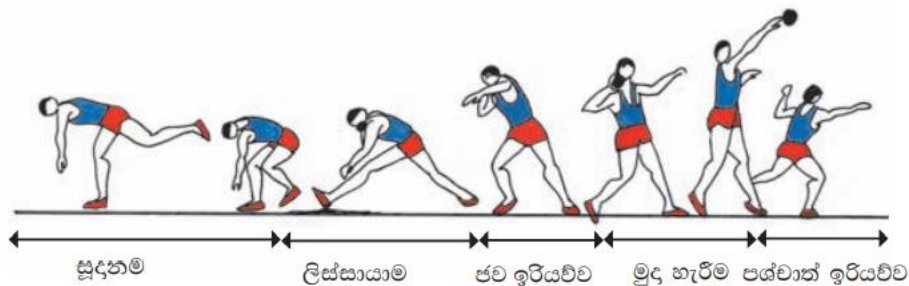
ශ්‍රේණිය - 10

සැකසුම- W.M.H.වර්ණකුලසූරිය

මලල ක්‍රීඩා ගැන දැනුවත් වෙමු

යගුලිය දැමීම

රේඛීය ක්‍රමය



- ප්‍රශ්න සියල්ලටම පිළිතුරු සපයන්න.

01. යගුලිය දැමීමේ ශිල්පීය ක්‍රම දෙක ලියන්න.
02. යගුලිය දැමීමේ අවධි මොනවාද?
03. පාසල් මට්ටමේ වයස් සීමා හා විවෘත කරගත හැකි අදාළ යගුලියේ බර ප්‍රමාණ මොනවාද?
04. යගුලිය දැමීමට අදාළ ක්‍රීඩා පිටිය ඇඳ එහි මිමි සලකුණු කරන්න.
05. යගුලිය දැමීම පුහුණුවීමට කළ හැකි ක්‍රියාකාකම් 2 ක් නිර්මාණය කරන්න.
06. යගුලිය දැමීමට අදාළ නීති රීති තුනක් සඳහන් කරන්න.