



පළාත් අධ්‍යාපන දෙපාර්තමේන්තුව සබරගමුව - සති පාසල

විෂය - සෞඛ්‍ය හා ශාරීරික අධ්‍යාපනය  
ක්‍රීඩකත්ව ගණාංග වර්ධනය කර ගනිමු.

සතිය- 02

ශ්‍රේණිය - 08

Prepared by- එල්.ආර්.වෙදගේ

පාඩම හොඳින් කියවා අසා ඇති ප්‍රශ්න වලට පිළිතුරු සපයන්න.

01. ක්‍රීඩා නීති රීති යන්න හඳුන්වා නීති රීති වැදගත් වීමට හේතු දෙකක් දක්වන්න.
02. ක්‍රීඩකත්වය සමග ඔබ තුළ සංවර්ධනය වන නිපුණතා මොනවාද?
03. ක්‍රීඩකයෙකු විසින් පිළිපැදිය යුතු ආචාර ධර්ම කිහිපයක් පෙළ පොතෙහි දක්වා ඇත. ඒ ඒ අවස්ථාවන් සඳහා දැක්වෙන රූප සටහන් සොයා අභ්‍යාස පොතේ අලවන්න.
04. ක්‍රීඩා නීතිරීති සහ ආචාර ධර්ම වලට අනුගත වීමෙන් ඔබට ලැබෙන වාසි සඳහන් කරන්න.
05. ක්‍රීඩා නීතිරීති සහ ආචාර ධර්ම වලට ගරු කරමින් ක්‍රීඩාව තුළ ක්‍රීඩකයන් කීර්තියට පත්වූ අවස්ථා වලට උදාහරණ සපයන්න.