



පළාත් අධ්‍යාපන දෙපාර්තමේන්තුව සඳරගමුව - සති පාසල

විෂය :- සෞඛ්‍ය හා ශාරීරික අධ්‍යාපනය

සතිය :- 5 සතිය

ශ්‍රේණිය :- 8 ශ්‍රේණිය

සකස් කළේ :- කලාප අධ්‍යාපන කාර්යාලය,  
ඇඹිලිපිටිය

1. පෙළ පොතෙහි 14 වන පාඩමෙහි පිටු අංක 142 සිට 148 දක්වා හොඳින් කියවන්න.
2. ආහාර වර්ගයක් තෝරා ගැනීමේදී ඔබ වඩාත් සැලකිල්ලක් දැක්විය යුතු කකරැණු මොනවාද ?
3. පෙළ පොතෙහි දක්වා ඇති සාම්ප්‍රදායික ආහාර වර්ග මෙන්ම තවත් ආහාර වර්ග සකස් කරන ක්‍රම සොයා පොත් පිටුවක් නිර්මාණය කරන්න.