5 ශ්‍රේණිය පරිසරය

2021-5 ඒකකය

අප පරිහරණය කරන දේ

එදිනෙදා ජීවිතයේ දී සැම පුද්ගලයෙකු ම තම අවශ්‍යතා ඉටුකර ගැනීම සඳහා භාණ්ඩ හා සේවා ගුණාත්මක හා ඵලදායී අයුරින් පරිහරණය කිරීම සඳහා අවධානය යොමු කරයි. මේවා තනි තනිව හෝ පොදු වශයෙන් හෝ පරිභෝජනයට ගැනෙන අතර විවිධ උපකරණ හා ඉන්ධන ද මේ සඳහා උපයෝගී කර ගනියි. වත්මන් ලෝකයේ පවතින අසීමිත වුවමනා හමුවේ ඇති අභියෝග ජය ගැනීම සඳහා විවිධ භාණ්ඩ හා සේවා මෙන් ම බලශක්තීන් ද භාවිතයට ගැනෙන අතර සැම දෙයක් ම ආරක්ෂාකාරී ව සහ අරපිරිමැස්මෙන් යුතු ව භාවිත කිරීම කෙරෙහි ද අවධානය යොමු කරමින් මේ තේමාව සකස් කර ඇත.

සැකසුම - හසිත හෙට්ටිආරච්චි

(Dip. In Sci. N.I.E./O.U.S.L.)

Online Class details – WhatsApp 071 - 9020298

5. තේමාව : අප පරිහරණය කරන දේ

එදිනෙදා ජීවිතයේ දී සෑම පුද්ගලයෙකු ම තම අවශ්‍යතා ඉටුකර ගැනීම සඳහා භාණ්ඩ හා සේවා ගුණාත්මක හා ඵලදායී අයුරින් පරිහරණය කිරීම සඳහා අවධානය යොමු කරයි. මේවා තනි තනිව හෝ පොදු වශයෙන් හෝ පරිභෝජනයට ගැනෙන අතර විවිධ උපකරණ හා ඉන්ධන ද මේ සඳහා උපයෝගි කර ගනියි. වත්මන් ලෝකයේ පවතින අසීමිත වුවමනා හමුවේ ඇති අභියෝග ජය ගැනීම සඳහා විවිධ භාණ්ඩ හා සේවා මෙන් ම බලශක්තීන් ද භාවිතයට ගැනෙන අතර සැම දෙයක් ම ආරක්ෂාකාරී ව සහ අරපිරිමැස්මෙන් යුතු ව භාවිත කිරීම කෙරෙහි ද අවධානය යොමු කරමින් මේ තේමාව සකස් කර ඇත.

නිපුණතා :

- යම් කාර්යයක් සඳහා සුවිශේෂ භාණ්ඩ හා උපකරණ හඳුනා ගනිමින් ඒවා නිවැරදි ව, ක්‍රමානුකූල ව හා ආරක්‍ෂා සහිත ව පරිහරණය කරයි.
- සම්පත්වලින් උපරිම ප්‍රයෝජනයක් ලැබෙන අයුරින් අරපිරිමැස්මෙන් යුතුව භාවිත කරයි.
- අප පරිහරණය කරන භාණ්ඩයක් හෝ සේවාවක් හෝ ලබා ගැනීමේ දී හා සැපයීමේ දී සැලකිලිමත් විය යුතු කරුණු පිළිබඳ ව අවධානයෙන් යුතු ව කටයුතු කරයි.
- විවිධ ස්ථානවලින් ලබා ගන්නා සේවා කාර්යක්ෂමව හා ඵලදායී ලෙස පරිහරණය කරයි.
- එදිනෙදා පරිහරණය කරන දෑ වඩාත් ආකර්ශණීය ලෙස සකස් කර ගැනීම සඳහා විවිධ නිර්මාණ කරයි.
- විවිධ උපකරණ පරිහරණය කරමින් ශක්ති වර්ධනයට උපකාරී වන ක්‍රියාකාරකම්වල නිරත වෙයි.
- අප පරිහරණය කරන දේ ඇසුරු කර ගනිමින් විවිධ ජන නැටුම්වල යෙදෙයි.
- වෙළෙඳ පොළක ආදර්ශවත් සිදුවීමක් අනුකරණාත්මක රංගනවලින් ඉදිරිපත් කරයි.

ඉගෙනුම් පල :

- පාසලේ දී හා නිවසේ දී භාවිත කරන උපකරණ නිවැරදි ව හා ආරක්ෂාකාරී ව පරිහරණය කිරීමට යොමු වෙයි.
- එදිනෙදා කටයුතුවල දී බලශක්තිය අරපිරිමැස්මෙන් යුතු ව භාවිත කරන ආකාරය පිළිබඳ අවබෝධයෙන් යුතු ව කටයුතු කරයි.
- භාණ්ඩ මිල ගණන් පෙර හා පසු සසඳා අවශ්‍ය දේ පමණක් තෝරා ගනියි.
- ආර්ථික තත්ත්වය පිළිබඳ අවබෝධයෙන් විමර්ශනශීලී ව භාණ්ඩ මිල දී ගැනීමට හුරු වෙයි.
- ක්ෂණික ප්‍රතිලාභවලට හා අනුකරණවලට රැවටී සිදු කරන දැන්වීම් පිළිබඳ දැනුම්වත් භාවයෙන් යුතු ව ක්‍රියා කරයි.
- විවිධ ස්ථානවලින් ලබා ගන්නා සේවාවන් කාර්යක්ෂම ව හා ඵලදායී ලෙස භාවිත කරයි.
- එදිනෙදා පරිහරණය කරන සරල උපකරණයක් නිර්මාණය කරයි.
- විවිධ උපකරණ ඇසුරු කර ගනිමින් සැලසුම් කරගත් ක්‍රීඩා ඉදිරිපත් කරයි.
- අප පරිහරණය කරන දේ ඇසුරු කර ගනිමින් ගායන හා වාදන ක්‍රියාකාරකම්වල යෙදෙයි.
- වෙළෙඳ පොළක ආදර්ශවත් සිදුවීමක් අනුකරණාත්මක රංගන සහිත ව ඉදිරිපත් කරයි.

අප පරිහරණය කරන දේ

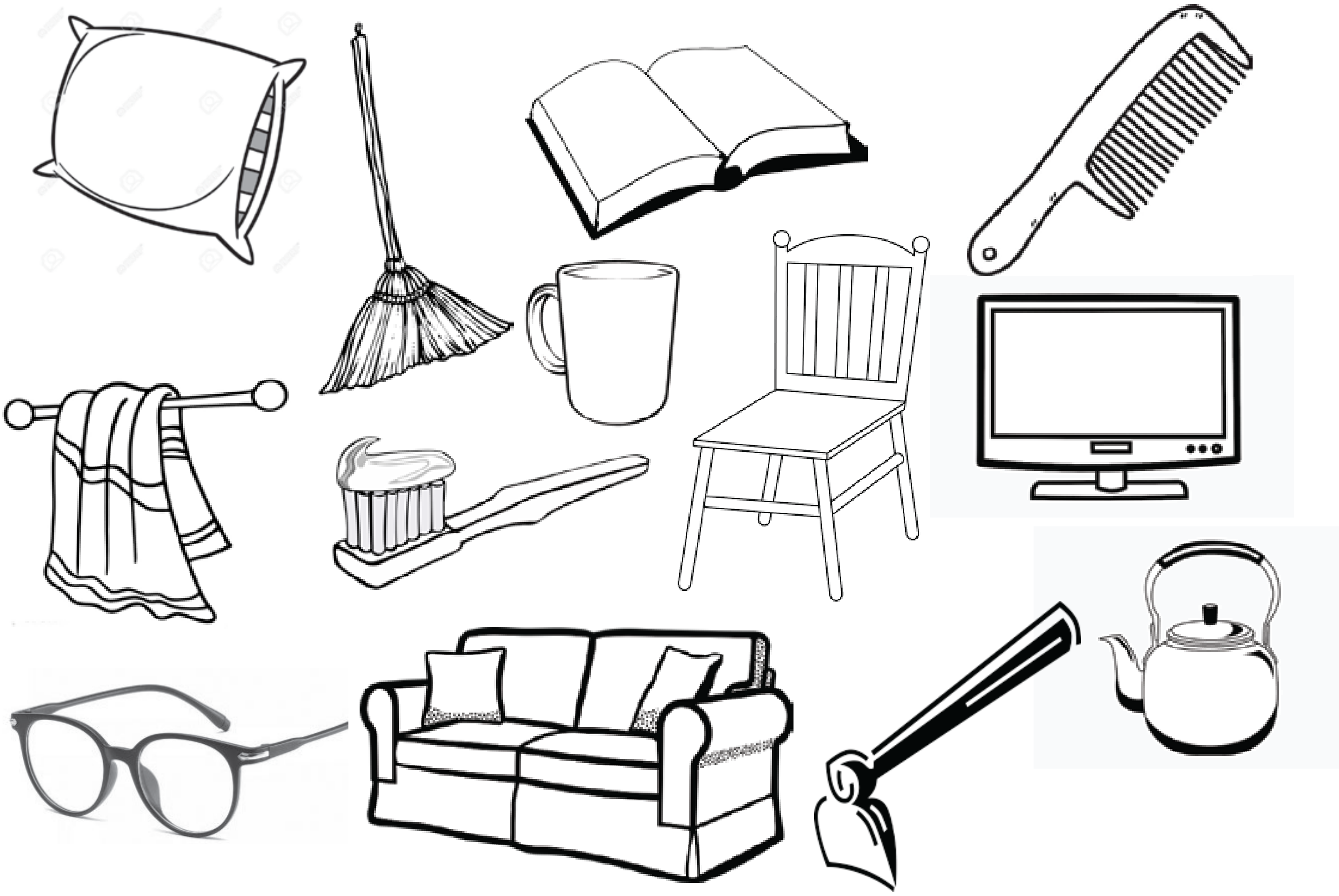
සෑම පුද්ගලයෙකුටම තම අවශ්‍යතා ඉටු කර ගැනීම සඳහා භාණ්ඩ හා සේවා ගුණාත්මක ලෙසත්, ඵලදායී ලෙසත් භාවිතා කිරීමට සිදුවේ. මේවා සීමාසහිත බැවින් ආරක්ෂාකාරීව අරපිරිමැස්මෙන් භාවිතා කිරීමේ හුරුකම් අපි කුඩා කල සිට පුහුණු විය යුතු වෙමු.

නිවසේ භාණ්ඩ දෙයාකාරයි

1. පොදුවේ පරිහරණය කරන භාණ්ඩ
2. පෞද්ගලිකව පරිහරනය කරන භාණ්ඩ

ක්‍රියාකාරකම 1

පහත ද්‍රව්‍ය වර්ග කරමු.



පොදුවේ පරිහරණය කරන දෑ	පෞද්ගලිකව පරිහරණය කරන දෑ
1.	
2.	
3.	
4.	
5.	
6.	

ක්‍රියාකාරකම 2

දී ඇති ද්‍රව්‍ය භාවිතයෙන් පසු කළ යුතු පසු කළ යුතු දේ සොයා අංක යොදන්න.

1. පනාව	පොරෝනාව නමා පිළිවෙලට සැකසීම
2. ඇඳ	පරණ බුරුසුවක සබන් ගා හොඳින් පිරිසිදු කිරීම
3. උදැල්ල	මඳ පවනේ වියළා පිසදා තබන්න
4. සපත්තු	සේදුම් ද්‍රව්‍ය යොදා වියලා රාක්කයේ අසුරන්න.
5. පිඟාන	සෝදා ආරක්ෂිත තැනක තබන්න.

භාණ්ඩ හා උපකරණ භාවිතයේදී දැන ගත යුතු කරුණු

1. සෑම භාණ්ඩයකටම නිසි තැනක් වෙන් කරන්න.
2. භාවිතයෙන් පසු ඒවා පිරිසිදු කර නිසි තැන තබන්න.
3. එවිට නිවසට අලංකාරයක් හා පිළිවෙලක් ලැබේ.
4. බඩු සොයමින් වෙහෙස වන කාලය ඉතුරු වේ.
5. පිළිවෙල හා පිරිසිදුකම ජීවිතයට එක් කර ගැනීමෙන් ප්‍රසන්න හැඟීමෙන් කටයුතු කළ හැකිය.
6. පවුලේ සමගිය වැඩි දියුණු වේ.

භාවිතයෙන් පසු පරිහරණය කරන ලද භාණ්ඩ හා උපකරණ පිරිසිදු කරන්න. නිසි තැන තබන්න. පිළිවෙලකට අසුරන්න. නඩත්තු කරන්න.

නිවසේ විවිධ ස්ථාන වලට ගන්නා උපකරණ හා මෙවලම්

අප කරනු ලබන කාර්යය අනුව භාවිත භාණ්ඩ හා උපකරණ වෙනස් වෙයි. නිවසේ කටයුතු පහසුව සඳහා විවිධ ස්ථාන වෙන් කර ඇති බව ඔබට අවබෝධ වනු ඇත.

ක්‍රියාකාරකම 3

නිවසේ භාවිතා වන භාණ්ඩ ලියන්න.

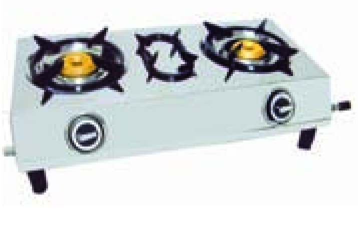
මුළුතැන්ගෙයි	නිදන කාමරය	විසිත්ත කාමරය	කෑම කාමරය	වැසිකිලිය හා ශෞහ කාමරය

කණ්ඩායම් ක්‍රියාකාරකම 4

ගෙවත්තේ හෝ එළිමහනේ දී භාවිත උපකරණ හා කාර්යභාරය

උපකරණය	කාර්යභාරය
පිහිය	
කතුර	
උදැල්ල	
පොරොව	
අලවංගුව	
මුල්ලුව	
වීල්බැරෝව	
රේක්කය	

ලොව වේගයෙන් දියුණු වෙයි. දිනපතා නව උපකරණ සොයා ගැනීම් ලොවට එක් වෙයි. අතීතයේ භවිත උපකරණ අද භාවිතයෙන් ඈත් වෙමින් පවතී.



සිසු ගුරු ක්‍රියාකාරකම 5

නිවසේ භාවිතා වන භාණ්ඩ ලියන්න.

අතීතයේ භාවිත උපකරණ	වර්තමානයේ භාවිත උපකරණ
ලිප්ගල	
මිරිස් ගල	
වංගෙඩිය හා මෝල ගහ	
බංකු හිරමනය	
සෙක්කුව	
විසි කැත්ත	
කේතලය	

අතීතයේ සිටම විවිධ වෘත්තීන් හි යෙදෙන්නන් තම දිවි පෙවත සරු කර දෙන උපකරණ හි මෙවලම් වලට ගරු කළහ. ඒවාට වැඳ අතට ගන්නා උපකරණය, කාර්ය නිම වූ විට පිරිසිදු කර නිසි තැන තබයි

අමතර ක්‍රියාකාරකම් 6

විවිධ වෘත්තිකයින් තම වෘත්තිය සඳහා යොදා ගන්නා උපකරණ හා ආවුධ අලවා නම් කරන්න. (පොත් පිංචක් නිර්මාණය කරන්න.)

කණ්ඩායම් ක්‍රියාකාරකම් 7

(ක්ෂේත්‍ර චාරිකාව ඇසුරෙන්)

පාසලේ තෝර ගත් ඒකක කිහිපයක භාවිත උපකරණ නිරීක්ෂණය කොට වගුව පුරවන්න.

ක්‍රීඩා පිටිය	සංගීත කාමරය	කාර්යාලය	පන්ති කාමරය	නැටුම් කාමරය	පුස්තකාලය

පාසල තුළ විවිධ කාර්යයන් සඳහා වෙන් වූ විවිධ ස්ථාන ඇති බවත්, එම කාර්යයන් පහසුවෙන් ඉටුකර ගැනීමට සුවිශේෂී වූ භාණ්ඩ හා උපකරණ ඇත.

කණ්ඩායම් ක්‍රියාකාරකම් 8

ඔබ පාසලේ ඇති භෞතික සම්පත් ලේඛනයක් හදන්න.

1.	6.
2.	7.
3.	8.
4.	9.
5.	10.

ගුරු - සිසු ක්‍රියාකාරකම් 9

මෙම භෞතික සම්පත් පාසැලට ලැබෙන්නේ කෙසේද?

1.

2.

3.

4.

5.

පාසල සතු උපකරණ හා භාණ්ඩ පිළිබඳව සටහන් කරන්නේ ඉන්වෙන්ටරියේ ය. (Inventory Book) පාසල සතු දේපල පොදු දේපලකි.

පොදු දේපල සුරැකීමේ අගය

1. පොදු දේපලට පෞද්ගලික භාවිතයට ගත නොහැක.
2. ඒවා අරපරෙස්සමින් භාවිතා කළ යුතුයි.
3. අනාරක්ෂිතව පරිහරණය කළ යුතුයි
4. භාවිතයෙන් පසු පිරිසිදු කොට අදාළ අංශයට භාර දිය යුතුයි.
5. කැඩී බිඳී යාමක් සිදු වුවහොත් වරද පිළිගෙන නැවත පිළිසකර ගත යුතුයි.
6. සුන් බුන් වුවද අස්ථාන ගත කළ නොහැක. (ඒ වෙනුවට නැවත උපකරණයක් හෝ කොටස් ඉදිරිපත් කර ඇත.

සිසු ක්‍රියාකාරකම් 10

භාවිත උපකරණ ක්‍රියාකරන බලශක්තීන් හඳුනාගනිමු

බල ශක්තීන්

1. ජලය → ....

....

....

2. හිරු එළිය → ....

3. ගල් අඟුරු → ....

....

4. සුළඟ (වාතය) → ....

....

5. විදුලිය → ....

....

....

6. පෙට්‍රල් / ඩීසල් → ....

....

7. දර → ....

....

8. ගෑස් → ....

9. දහයියා → ....

කණ්ඩායම් ක්‍රියාකාරකම් 11

බල ශක්තිය	උපකරණ	අපගේ වගකීම හා යුතුකම

ලොව ඇති බලශක්තීන් ලබා ගැනීමට විශාල මිලක් ගෙවිය යුතු වේ. රටකින් රටකට, පුද්ගලයාගෙන් පුද්ගලයාට අවශ්‍යතා වෙනස් බැවින් පරිභෝජනයට ගන්නා ප්‍රමාණයන්ද වෙනස් වේ. මේ පරිභෝජනයේදී ඇතැම් බල ශක්තීන් ක්ෂය වේ. එබැවින් අපි

බලශක්තීන් අරපිරිමැස්මෙන් යුතුව භාවිතා කිරීම අත්‍යවශ්‍ය වේ.

ජලය

මිනිසාට නැතිවම බැරි බලශක්තිය ''ජලයයි.'' ලොව 2/3 ක්ම වැසී ඇත්තේ ජලයෙන් වුවද, ඉන් 97% ක්ම ජලය සාගර හා කඳු ලෙස පවතී. ඉතිරි 3% න් 2ක්ම පානය කළ නොහැක. බීමට හැක්කේ 1% ක පමණ ජල ප්‍රමාණයක් පමණී. ජලයේ වැදගත්කම අපට මින් පෙනී යයි.

කණ්ඩායම් ක්‍රියා - 12

1. අපට ජලය ලැබෙන මූලාශ්‍ර මොනවාද?

....

....

....

....

....

....

කණ්ඩායම් ක්‍රියා - 13

2. ජලයෙන් ලබා ගන්නා ප්‍රයෝජන

....

....

....

....

....

....

....

කණ්ඩායම් ක්‍රියා - 14

3. නාගරික ප්‍රදේශ වල ජලය ලබා ගන්නා මූලාශ්‍ර

....

....

....

....

4. ජලය සංරක්ෂණයේ උපක්‍රම

- ★ ජල පරිභෝජනයේදී ප්‍රමාණවත් පමණ ජලය පරිභෝජනය කිරීම.
- ★ භාවිතයෙන් පසු කරාමය හොඳින් වසා තැබීම.
- ★ ජල කාන්දු වන කරාම අළුත්වැඩියා කිරීම.
- ★ පාවිච්චියෙන් පසු ඉවතට ගලා යන ජලය නැවත පරිභෝජනයට ගත හැකි උපක්‍රම සෑදීම. (මල් පැළ, එළවළු පැළ වලට දැමීම.)
- ★ වැසි ජලය බහුලූගත ටැංකි ආධාරයෙන් රැස් කර භාවිත කිරීම.

ශ්‍රී ලංකාවේ වාරි කර්මාන්තය

අපේ මුතුන්මිත්තන් වැසි ජලය එක් රැස් කර වාරි කර්මාන්තය දියුණු කර කෘෂිකර්මාන්තය නඟා සිටුවූහ. මහා සමුදුර පරයන වැව් සාදා රට සහලින් ස්වයංපෝෂිත කළහ. පිටරැටියන් පවා මවිත කරවන මේ අපූරු වාරි කර්මාන්තය නිමවීමට අතීත සිහළුන්, අනාගතයේ ජීවත් වන මිනිසුන්ගේ යහපත උදෙසා පරාර්ථකාමීව තම ශ්‍රමය, කාලය හා ධනය වැය කළහ. අපේ මී මුත්තන් කළ සේවය අමිලය.

කණ්ඩායම් ක්‍රියාකාරකම 15

1. ශ්‍රී ලංකාවේ වැව්

	රාජ්‍ය සමය
1. මින්නේරිය වැව	
2. පරාක්‍රම සමුද්‍රය	
3. තිසා වැව	
4. කලා වැව	
5. අභය / බසවක්කුලම වැව	
6.	
7.	

2. ජලයෙන් ලබා ගන්නා ප්‍රයෝජන

....

....

....

....

....

....

3. ජලය පිළිබඳ වැදගත් කරුණු

- ★ පාසල් සිසුවෙකු තම බර ප්‍රමාණය අනුව දිනකට ජලය ලීටර් 1 1/2 සිට 2 දක්වා ප්‍රමාණයක් පානය කළ යුතුයි.
- ★ ජලය පානය අඩු වුවහොත් විජලනයට පත් වේ. එවිට සිරුරේ ඉන්ද්‍රියන් හා පටක වලට බොහෝ හානි වේ.
- ★ ජල උල්පත් සිඳී යාම වළකා ගත් විට වනාන්තර ද සුරැකේ.
- ★ එක් කුඹුක් ගසක් ජල උල්පත් රාශියක් රැක දෙයි.

ජල සම්පත සුරැකීම අපට කළ හැකි දේ

1. වනාන්තර රැක ගැනීමට
2. ජලයට අපද්‍රව්‍ය එක් නොකිරීම.
3. කරාම ජලය අපතේ යාමට ඉඩ නොහැරීම.
4. නිවසේ පිරිසිදු කිරීම් වලට ගන්නා ලද ''භාවිත ජලය'' ගෙවතු වගාවට යන්නට සැලැස්වීම.
5. අරපිරිමැස්මෙන් යුතුව ජලය පරිභෝජනය කිරීම.

වෙළඳපොල හා භාණ්ඩ අලෙවිය

කණ්ඩායම් ක්‍රියාකාරකම 17

පහත ද්‍රව්‍යයන්හි හිස් පෙට්ටි, අසුරැම් හා දවටන ඇසුරින් මිල ගණන් හි වෙනස සොයන්න.

භාණ්ඩය	මිල		මිල		වෙනස	
	රු.	සත	රු.	සත	රු.	සත

....

....

වෙළෙඳපොල හැසිරෙන්නන්

1. පාරිභෝගිකයා (consumer)
2. සිල්ලර වෙළෙන්දා
3. අතරමැදි වෙළෙන්දා
4. තොග වෙළෙන්දා
5. නිෂ්පාදකයා / ගොවියා
6. බඩු පටවන්නා (loader)
7. කුලී කරුවෝ / කම්කරුවෝ
8. බඩු ප්‍රවාහනකරුවෝ
9. බඩු අසුරන්නන්

වෙළඳපොල ඡායාරූප අලවන්න.

1. සිල්ලර බඩු
2. තොග වෙළඳපොල
3. සුපිරි වෙළඳසැල් (shopping mall / Supremarket)
4. කර්මාන්තශාලා (Factory)

වෙළඳපොල කිරුම් මිනුම් උපකරණ නම් කර අලවන්න.

වෙළඳපොලක ගනුදෙනු කරන ආකාරය

1. භාණ්ඩ හුවමාරුව (අතීතයේ)
2. කාසි හා නෝට්ටු (මුදල්)
3. චෙක්පත් (Cheque)
4. ක්‍රෙඩිට් කාර්ඩ් (Credit card)
5. වීසා කාර්ඩ් (Visa Card)
6. ඩෙබිට් කාර්ඩ් (Debit Card)
7. වවුචර් පත් (Voucher)
8. ....

භාණ්ඩ අලෙවිය සඳහා වෙළෙන්දා යොදන උපක්‍රම

1. ආකර්ෂණීය ප්‍රචාරණ දැන්වීම් (ගුවන් විදුලිය, රූපවාහිනිය, පුවත් පත්, අන්තර්ජාලය)
2. අන්තර්ජාලය මගින් (E bay වැනි) නිවසටම භාණ්ඩ ලැබීමට සැලැස්වීම.
3. ස්වයං සේවා (Self service) පහසුකම් සැලසීම.
4. විසිතුරු ඇසුරුම් ක්‍රම භාවිතය
5. භාණ්ඩ ප්‍රදර්ශනය කිරීමේ උපක්‍රම භාවිතය (ඩමී (අනුරූ) භාවිතය, වීදුරු මගින් වැඩි ප්‍රමාණයක් දැක්වීම වැනි)
6. භාණ්ඩ සමඟ ආකර්ශනීය දීමනා පිරිනැමීම.
7. නිවසටම භාණ්ඩ සැපයීම (Pick me, Ubereats)

භාණ්ඩ මිලදී ගැනීමේදී සැලකිලිමත් විය යුතු කරුණු

★ භාණ්ඩ හා සේවා අලෙවිය සඳහා වෙළෙඳපොල තුළ තරඟයක් පවතී. එබැවින් ප්‍රමිතියෙන් හා ගුණාත්මක භාවයෙන් ඉහළ භාණ්ඩ වෙනුවට අනුකරණ භාණ්ඩ වෙළෙඳපොල පිරී පවතින බැවින් පාරිභෝගිකයා ඉතා දැනුවත් විය යුතුයි.
සැම විටම ප්‍රමිති ලාංඡනය, කල් ඉකුත්වීමේ දිනය ආදී පිළිබඳව සැලකිලිමත් විය යුතුයි.

★ තම අත ඇති මුදලට සරිලන භාණ්ඩ මිලදී ගැනීමෙන් ආර්ථිකය ශක්තිමත් වේ. (ක්‍රියාකාරකම 17)

★ සරල ජීවන රටාවකට හුරුවන්න. (අත්‍යාවශ්‍ය දේ පමණක් මිලදී ගන්න. කොරෝනා සමයේදී මෙන්)

★ බාල ගණයේ භාණ්ඩ කූට ලෙස අලෙවි කරනු ලබන බැවින් ආරක්ෂාකාරී වන්න.

★ ආකර්ශනීය වෙළෙඳ දැන්වීම් වලට නොරැවටෙන්න.

★ අනුකරණ වලින් තොර විෂ රසායනික ද්‍රව්‍ය නොයෙදූ අලුත් භාණ්ඩ මිලදී ගන්න.

ප්‍රමිතියෙන් තොර, පාලන මිල ඉක්මවා ඇති, ව්‍යාජ අනුකරණ වලින් යුත් භාණ්ඩ අලෙවි කරන්නන් පිළිබඳව පාරිභෝගික ආරක්ෂක අධිකාරියට දැනුම් දිය යුතුයි. (ක්ෂණික ඇමතුම් 19)

අපට සේවා සපයන ආයතන

ඇතැම් අවශ්‍යතා භාණ්ඩ ලෙස නොව ''සේවා'' ලෙස අපි ලබා ගනිමු.

සේවා

1. නොමිලේ සැපයෙන සේවා

අධ්‍යාපනය - ශ්‍රී ලංකාවේ සෑම දරුවෙකුටම 1 ශ්‍රේණියේ සිට විශ්ව විද්‍යාලය දක්වා රජය මගින් නොමිලේ අධ්‍යාපනය ලබාදෙයි.

සෞඛ්‍යය - ශ්‍රී ලංකාවේ සෑම පුරවැසියෙකුටම නොමිලේ සෞඛ්‍යය පහසුකම් ලබා දෙයි.

2. මුදල් ගෙවා ලබා ගන්නා සේවා

විදුලි බලය

ජලය

දුරකතන පහසුකම්

සේවාව සපයන්නා - සේවා දායකයා
සේවාව ලබා ගන්නා - සේවා ලාභියා

සේවා ස්ථානය	සේවය සපයන නිලධාරීහු	සේවාලාභීහු
★ ග්‍රාම නිලධාරි කාර්යාලයය ★ ප්‍රාදේශීය ලේකම් කාර්යාලයය ★ පොලිසිය ★ ප්‍රවාහණ සේවය ★ රෝහල ★ පාසල ★ තැපැල් කාර්යාලයය	ග්‍රාම නිලධාරි මහතා	ගම් වැසියන්

සේවා දායකයාගේ වගකීම

1. තම සේවා ලාභියා සුහදව පිළිගෙන කටයුතු කර දිය යුතුයි.
2. කාර්යක්ෂම හා ඵලදායී සේවාවක් ලබාදිය යුතුයි.
3. වෘත්තීය විනයකින් යුක්ත විය යුතුයි.
4. තම රැකියාව / සේවය ගෞරවණීය ලෙස කළ යුතුයි.
5. විශ්වාසනීයව තම සේවය ලබා දිය යුතුයි.

සේවාලාභියාගේ වගකීම

1. තම සේවාදායකයා කෙරෙහි කෘතවේදී බවක් තිබිය යුතුය.
2. ආචාරශීලිව තම කටයුත්ත කර ගත යුතුය.
3. විනය ගරුකවිය යුතුය.
4. ඉවසිලිවන්ත වීම හා කාරුණික වදන් භාවිතා කල යුතුයි.
5. අවංක හා සත්‍යවාදී තොරතුරු ලබා දිය යුතුයි.

කණ්ඩායම් ක්‍රියාකාරකම 18

සේවා සපයන ආයතනයක් ලෙස විදුහල්පතිතුමාගේ කාර්යාලය තුළ ඔබ සිත් ගත් දේවල් 5ක් ලියන්න.

....

....

....

....

....

....

කණ්ඩායම් ක්‍රියාකාරකම 19

සෞන්දර්යය ක්‍රියාකාරකම්

<u>තාල තබමු</u>

<u>අවශ්‍ය දේ</u>

- ★ මද හා කෙඳි ඉවත් කර ගත් පොල් ගෙඩියක්
- ★ වර්ණ (ලැකර්)
- ★ සෙ. මී 28 ක් දිග ලී කෝටුවක්
- ★ කුඩා ගත් කැට / මදටිය ඇට

<u>සාදන ක්‍රමය</u>

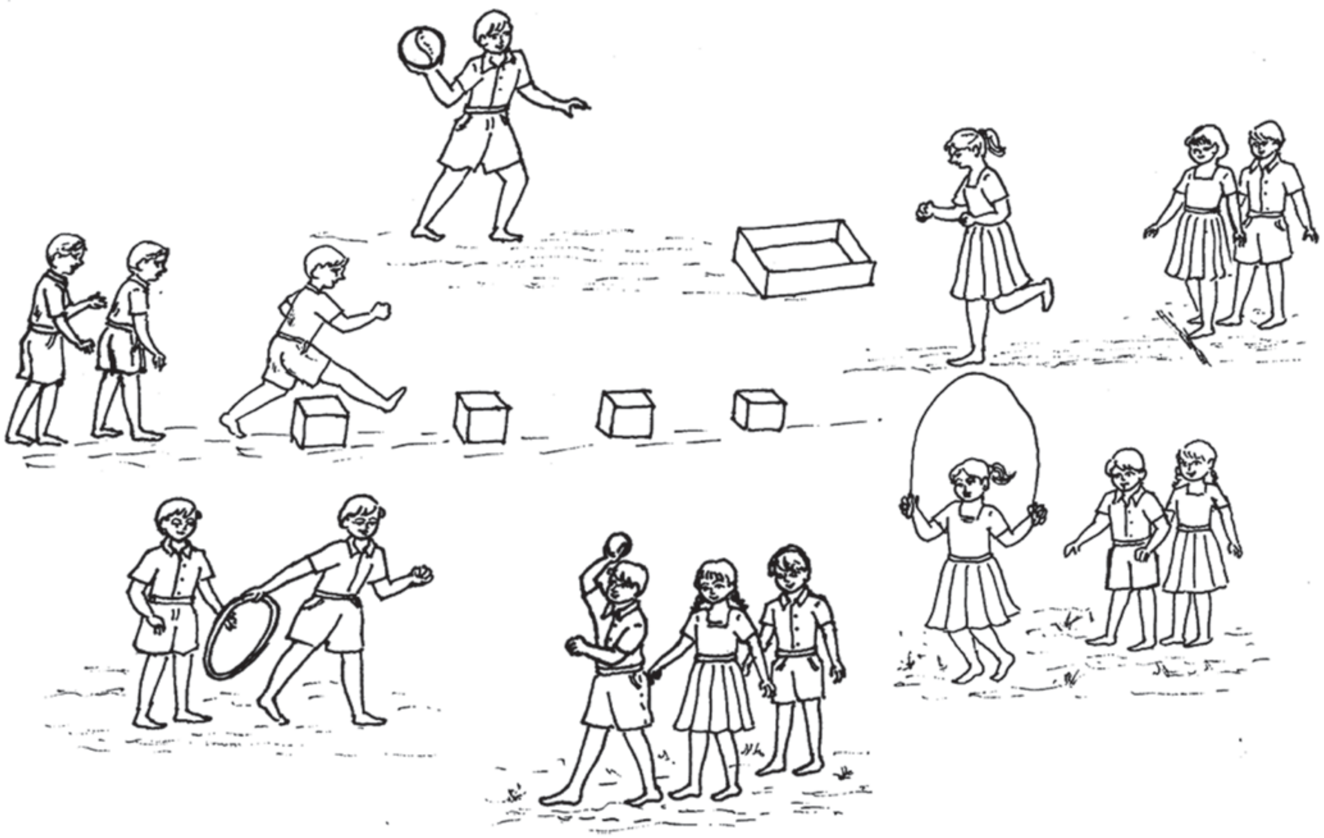
මද ඉවත් කර පොල් ගෙඩියේ මතුපිට සූරා කෙඳි ඉවත් කරන්න.
සිනිඳු වැලි කඩදාසියකින් මැද ගන්න.
පොල් ගෙඩියේ ඇස් ඇති තැන, ලී කෝටුවේ ප්‍රමාණයට හිලක් හාරා ගන්න.
සිදුර තුළින් ඇට වර්ග ඇතුළට දමා ලී කෝටුව මිටක් සේ යොදන්න.
දැන් පිංතාරු කර ගන්න.

කණ්ඩායම් ක්‍රියාකාරකම 20

නිර්මාණාත්මක රංගනයේ යෙදෙමු

1. වෙළඳසැලෙදී තමාගේ මුදල් පසුම්බිය නැති වී සොයන කාන්තාවකට එය අහුලා දෙන කුඩා ළමයෙක්
2. යම්කිසි ආයතනයක් ඉටු කර දෙන සේවාවන්ට කෘතවේදී වන අවස්ථාවක් සම්බන්ධ ඉදිරිපත් කිරීමක්
3. නිවසේ අනවශ්‍ය විදුලි භාවිතා කිරීම සම්බන්ධයෙන් මව හා පුතා අතර සංවාදයක්

පැනීම හා විසි කිරීම



සිසුන් කණ්ඩායම් කරන්න.

සෙන්ටිමීටර් 15ක් උස පෙට්ටි 8කින් පැන ඉදිරියට ගමන් කිරීම

මීටර් 10ක් පමණ දුරක් තනි පාදයෙන් පැන පැන යාම.

ලනු පැනීමට (skipping rope) ආධාරයෙන් 10 වරක් පැනීම.

මීටර් 3ක් පමණ දුර ඇති ඉලක්කයකට නෙට් බෝලය තනි අතින් විසි කිරීම

ටෙනිස් බෝලයක් හිසට ඉහළින් වීසි කිරීම.

- ක්‍රියාකාරකම අවසානයේ දී සිසුන් සමඟ පහත සඳහන් කරුණු සාකච්ඡා කරන්න.
  * සිරුර පැත්තෙන්, ඉදිරියෙන් හා ඉහළින් වීසිකිරීමේ ක්‍රියාකාරකම් සිදුකළ බව
  * විවිධ පැනීම් ක්‍රියාකාරකම් මඟින් ශක්තිය වර්ධනය වූ බව
  * ලනු පැනීමේ ක්‍රියාකාරකම්වල නිරතවීමෙන් රිද්මය වර්ධනය වූ බව
  * එම ක්‍රියාකාරකම් මඟින් විවිධ චලන හැකියාවන් ගොඩ නැඟුණු බව
  * ඒවා එදිනෙදා කටයුතු වඩා හොඳින් කිරීමට අවශ්‍ය බව

5 වන ශ්‍රේණියේ සිසුන් වෙනුවෙන් සම්පාදනය කරන ලද සමාජ ඒකාබද්ධතා සංකල්ප සහිත ළමා කතා සංග්‍රහයෙහි "ලොකු සීයගේ වැර්ලසේ" කතාව මෙම තේමාව සඳහා යොදා ගන්න.