NALANDA VIDYALAYA

නාලන්දා විද්‍යාලය - කොළඹ 10

ඒකක පරීක්ෂණ ව්‍යාපෘතිය

7 ශ්‍රේණිය	සෞඛ්‍යය හා ශාරීරික අධ්‍යාපනය	ඒකකය : 2

ආදරය හා සුරක්ෂිතතාව ලබමු.

- **1 සිට 3 දක්වා ප්‍රශ්න වලට නිවැරදි පිළිතුර යටින් ඉරක් අඳින්න.**

(1) සම වයස් කණ්ඩායම් පිළිබඳ අසත්‍ය කියමන වන්නේ,
1) අපගේම වයසේ සොයුරු සොයුරියන් මෙම කාණ්ඩයට අයත් වේ.
2) අපට ප්‍රශ්නයක් පැන නැගුණු සෑම විටම සමවයස් කණ්ඩායම් සමග ඒ පිළිබඳව සාකච්ඡා කිරීමෙන් නිවැරදි විසඳුම් ලබා ගත හැකිය.
3) සම වයස් කණ්ඩායම් සමග ඇසුරු කරද්දී ඔබ ගැන සිතන හොඳ මිතුරන් තෝරා ගත යුතුය.
4) අප බොහෝ විට නිදහසේ සැමදේ ගැනම කථා කරන්නේ මෙම සම වයස් කණ්ඩායම් සමගය.

(2) ආදරය පිළිබඳව අසත්‍ය කියමන වන්නේ,
1) එකිනෙකා අතර පවතින බැඳීම්, සෙනෙහස, සමීපතාවය ආදරය ලෙස හැඳින්වේ.
2) ළමාවියේ සිට මවුපිය, සොයුරු සොයුරියන්ගේ ආදරය අපට නොඅඩුව අවශ්‍ය වේ.
3) සෞඛ්‍යවත් මානසික පරිසරයක් ඇතිවීමට ආදරය, රැකවරණය අවශ්‍ය වේ.
4) ආදරය හා රැකවරණය ඇති විට ගැටුම් ඇති වේ.

(3) සුරක්ෂිතතාවය පිළිබඳ වැරදි කියමන වන්නේ,
1) සරලව රැකවරණය ලෙස හැඳින්විය හැකිය.
2) සතුන් අතරද තම පැටවුන්ට සුරක්ෂිතතාවය ලබා දෙනු දැකිය හැකිය.
3) නිවසේදී දෙමාපිය ආරක්ෂාව අපට ලැබෙන අතර පාසලේ දී එවැනි ආරක්ෂාවක් අපට නොලැබේ.
4) ජීවත් වීමේ දී තමාගේ ආරක්ෂාවට උදව්වට ශක්තියක් ලෙස අන් අය සිටීමෙන් අපට සුරක්ෂිත බවක් ලැබේ.

- **පහත සඳහන් ප්‍රකාශ නිවැරදි නම් (✓) ලකුණ ද, වැරදි නම් (×) ලකුණ ද වරහන තුල යොදන්න.**

(4) ආදරය හා සුරක්ෂිතතාවය අපට අවශ්‍ය වන්නේ කුඩා අවධියේ පමණි. ( )

(5) මානසික අවශ්‍යතා ඉටුවීම අපගේ ඉගෙනීමට අහිතකර අයුරින් බලපායි. ( )

(6) අපට ආදරය හා ආරක්ෂාව සපයන පුද්ගලයින් අතර නරක පුද්ගලයින් සිටිය හැකි නිසා අප නිතර දැනුවත් වීම, උපක්‍රමශීලී වීම හා කල්පනාකාරී විය යුතුය. ( )

(7) නිවස හැරුණු විට අපට ආදරය හා ආරක්ෂාව ලබා දෙන ප්‍රධාන ආයතනය වන්නේ පාසලයි. ( )

(8) නිවසේ නිතර අඩ දබර නැති විට අපට මානසික පීඩා ඇතිවේ. ( )

(9) අන් අයට ආදරය දක්වන විට පෙරලා ඔවුන්ගෙන් අපට ආදරය ලැබෙයි. ( )

(10) සුව සැරිය යනු ඔබට විවිධ හේතු නිසා වැඩි දුර උදව් ලබා ගැනීමට පිහිටුවා ඇති පිළිගත් සමාජ සේවා ආයතනයකි. ( )

Agaram.LK - Keep your dreams alive!
Agaram.LK - Keep your dreams alive!
agaram.lk

- **පහත ප්‍රශ්න සියල්ලටම පිළිතුරු සපයන්න.**

1) අපගේ මූලික අවශ්‍යතා මොනවාද?
2) අපගේ ද්විතීයික අවශ්‍යතා 6 ක් නම් කරන්න.
3) මානසික අවශ්‍යතා 2 ක් ලියන්න.
4) ඔබේ අවශ්‍යතා 3 ක් හා ආශා 3 ක් ලියන්න.
5) අපට ආදරය හා සුරක්ෂිතතාවය සපයන අය බෙදා දැක්විය හැකි ප්‍රධාන කාණ්ඩ 2 මොනවාද?
6) න්‍යෂ්ටික පවුල හඳුන්වන්න.
7) විස්තෘත පවුල හඳුන්වන්න.
8) දෛනික කටයුතු වලදී ඔබට සහාය දක්වන පුද්ගලයන් 5 දෙනෙකු නම් කරන්න.
9) ආදරය හා සුරක්ෂිතතාවය ලැබීමට ඔබෙන් ඉටුවිය යුතු යුතුකම් හා වගකීම් 7 ක් ලියන්න.
10) ආදරය හා සුරක්ෂිතතාවය නැති වීමේ අහිතකර ප්‍රතිඵල 7 ක් ලියන්න.

Agaram.LK - Keep your dreams alive!
Agaram.LK - Keep your dreams alive!
agaram.lk