නාලන්දා විද්‍යාලය - කොළඹ 10

ඒකක පරීක්ෂණය

10 ශ්‍රේණිය | නර්තනය | 15 - ස්වස්ථතාවය

- ප්‍රශ්න අංක 01 සිට 05 දක්වා නිවැරදි පිළිතුර තෝරා යටින් ඉරක් අඳින්න.

01) ළමයෙකුගේ මානසික ස්වස්ථතාව කෙරෙහි ප්‍රබල ලෙස බලපාන සාධකය වන්නේ කුමක්ද?

1) පන්තිකාරම සාධක 2) පරිසර සාධක

3) ඉගෙනුම් සාධක 4) සමාජ සාධක

02) ළමුන්ගේ මානසික ස්වස්ථතාව කෙරෙහි බලපාන පරිසර සාධක

1) 2 කි 2) 3 කි

3) 4 කි 4) 5 කි

03) නර්තනය මගින් මානසික ස්වස්ථතාව ඇති කිරීමට යොදා ගන්නා එක් ක්‍රියාකාරකමකි,

1) පා සරඹ අභ්‍යාස සහ නමණීයකරණ අභ්‍යාස
2) ගොඩ සරඹ අභ්‍යාස සහ දොඹින පද අභ්‍යාස
3) නිර්මාණ ක්‍රියාකාරකම් සහ රසවින්දනය
4) වන්නම් නර්තනය සහ අභ්‍යාසය

04) මානසික ස්වස්ථතාව කෙරෙහි සෘජු ලෙසම දායක වන ක්‍රියාකාරකමක් දක්වෙන වරණය කුමක්ද?

1) නර්තන ඉතිහාසය සහ පසුබිම හැදෑරීම
2) නර්තනය පිළිබඳ රචිත පොත පත කියැවීම.
3) ශාන්තිකර්ම හා නර්තන ශිල්පීන් ගැන තොරතුරු රැස් කිරීම.
4) නර්තන නිර්මාණය, රංගන දායකත්වය සහ නර්තන නැරඹීම.

05) නර්තන විෂය පාසල් විෂයට එක් කිරීම මගින් ඉටු කර ගැනීමට අපේක්ෂිත ප්‍රධාන අරමුණක් වන්නේ කුමක්ද?

1) නිර්මාණාත්මක චින්තනය හා නිර්මාණ කුසලතා සහිත පුද්ගලයන් නිර්මාණය කිරීම.
2) නර්තනය ඉගෙන ගන්නා සියලු දෙනාම ශිල්පීන් බවට පත් කිරීම.
3) නර්තන කලාව ආරක්ෂා කර ගැනීම.
4) නර්තන කලාව මගින් වෘත්තිකයන් බිහි කිරීම.

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

- **පහත දැක්වෙන ප්‍රශ්නවලට පිළිතුරු සපයන්න.**

06) ස්වස්ථතාව යන්න අර්ථ දක්වන්න.

07) මානසික ස්වස්ථතාව පිළිබඳ කෙටි හැඳින්වීමක් කරන්න.

08) කායික ස්වස්ථතාව පිළිබඳ කෙටි හැඳින්වීමක් කරන්න.

09) පුද්ගල සංවර්ධනය සඳහා බලපාන ප්‍රධාන සාධක දෙක නම් කරන්න.

10) නර්තන ක්‍රියාකාරකම්වල යෙදීම මඟින් සංවර්ධනය වන මානසික හැකියාවන් 05 ක් ලියන්න.

11) නර්තන ක්‍රියාකාරකම්වල යෙදීම මඟින් සංවර්ධනය වන කායික හැකියාවන් 05 ක් ලියන්න.

12) නර්තන කලාව හැදෑරීමේ වැදගත්කම පහදන්න.

13) ළමයෙකුගේ මානසික මට්ටම හඳුනාගත හැකි ආකාර 04 ක් ලියන්න.

14) මානසික ස්වස්ථතාව පවත්වාගෙන යාම සඳහා නර්තන කලාව ඉවහල් වන අන්දම පහදන්න.

15) කායික ස්වස්ථතාවම පවත්වාගෙන යාම සඳහා නර්තන කලාව ඉවහල් වන අන්දම පහදන්න.

16) මානසික ස්වස්ථතාව කෙරෙහි බලපාන නිර්මාණයක 03 ක් නම් කර ඒවා මානසික ස්වස්ථතාවයට බලපාන අන්දම පෙන්වා දෙන්න.

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

සැකසුම:- නවමල් ජයවීර මයා