

# නාලන්දා විද්‍යාලය - කොළඹ 10

## ඒකක පරීක්ෂණ

11. ශ්‍රේණිය

සෞඛ්‍යය

04. වොලිබෝල් ක්‍රීඩාවේ නිරත වෙමු

### • ප්‍රශ්න සියල්ලටම පිළිතුරු සපයන්න

- වොලිබෝල් ක්‍රීඩාවට සහභාගී විය හැකි උපරිම හා අවම ක්‍රීඩකයන් ගණන වන්නේ
  - 7/5
  - 6/6
  - 7/8
  - 6/4
- වොලිබෝල් ක්‍රීඩාවේ ක්‍රීඩා පිටියක දිග හා පළල පිළිවෙලින්
  - 100m, 50m
  - 18m, 9m
  - 28m, 7m
  - 9m, 18m
- වොලිබෝල් ක්‍රීඩාවේ දී ස්ථානගත වීම පිළිබඳ වැරදි ප්‍රකාශය වන්නේ
  - කණ්ඩායම් දෙකේ ක්‍රීඩකයන් හය දෙනා එක් පෙළකට තුන්දෙනා බැගින් ජේලි දෙකකට ස්ථානගත විය යුතුය
  - අංක 1 ස්ථානයේ සිටින ක්‍රීඩකයා විසින් සෑම විටම පිරිනැමීම ආරම්භ කළ යුතුය
  - පිරිනැමීම සිදු කරන අවස්ථාවේ දී පිරිනමන්නා ඇතුළුව කණ්ඩායම් දෙකම පිටිය තුළ සිටිය යුතුය
  - ක්‍රීඩාව ආරම්භයේදී ක්‍රීඩකයන්ස්ථානගත වන අනුපිළිවෙල තරගය අවසන් වන තෙක් පවත්වාගෙන යා යුතුය
- ක්‍රීඩක ස්ථානගතවීමේ වරදට ලැබෙන දඩුවම වන්නේ
  - බෝලය විරුද්ධ පිලට ලබාදීම
  - විරුද්ධ පිලට ලකුණක් ලබා දීම
  - ක්‍රීඩක අනුපිළිවෙල අනුව පිරිනැමීම සිදු කිරීම
  - විරුද්ධ පිලට පිරිනැමීමක් සමග ලකුණක් ලබා දීම
- ලිබරෝ ක්‍රීඩකයා ගේ කාර්යය වන්නේ
  - පන්දු සැකසීම
  - ප්‍රහාරය
  - පිටිය රැකීම
  - පිරිනැමීම

### • ප්‍රශ්න සියල්ලටම පිළිතුරු සපයන්න

- වොලිබෝල් ක්‍රීඩාවේ දක්ෂතා නම් කරන්න
- වොලිබෝල් ක්‍රීඩාවේ ක්‍රීඩක ස්ථානගත වීම පිළිබඳ නීති විස්තර කරන්න
- වොලිබෝල් ක්‍රීඩාවේ ක්‍රීඩක ස්ථානගතවීමේ වරදට ලැබෙන ප්‍රතිලාභ විස්තර කරන්න
- වොලිබෝල් ක්‍රීඩාවේ දී ක්‍රීඩක ස්ථාන මාරුවීම විස්තර කර වැරදි ස්ථාන මාරු වීමකදී ලබාදෙන දඩුවම් වන්නේ
- වොලිබෝල් ක්‍රීඩා පිටිය ඇඳ එහි ක්‍රීඩක ස්ථාන සඳහන් කරන්න