නාලන්දා විද්‍යාලය - කොළඹ 10

ඒකක පරීක්ෂණ

11. ශ්‍රේණිය | **සෞඛ්‍යය** | **10 - ක්‍රීඩා මගින් කළමනාකරණයට හා සංවිධානයට දායක වෙමු**

- **ප්‍රශ්න සියල්ලටම පිළිතුරු සපයන්න**
- **වඩාත් නිවැරැදි පිළිතුර තෝරා යටින් ඉරක් අඳින්න**

1. පාසල් සංවිධානයක ඉහළ මට්ටමේ කළමනාකරුවන් වන්නේ
   i. පන්ති භාර ගුරු භවතුන් ය ii. විෂය භාර ගුරු භවතුන් ය
   iii අංශ ප්‍රධානීන් ය iv. විදුහල්පතිතුමා

2. සමස්ත අධ්‍යාපන ක්ෂේත්‍රයට සාපේක්ෂව ඉහළ කළමනාකරුවන් නේ
   i. පළාත් ලේකම් ය ii. අමාත්‍යංශ ලේකම්
   iii කලාප අධ්‍යක්ෂ ය iv. අධ්‍යාපන ඇමති ය

3. පාසල් සංවිධානයක මධ්‍ය මට්ටමේ කළමනාකරුවන් වන්නේ
   i. පන්ති භාර ගුරු භවතුන් ය ii. විෂය භාර ගුරු භවතුන් ය
   iii. අංශ ප්‍රධානීන් ය iv. විෂය නායකයින්ය

4. පාසල් තුළ කළමනාකරණය කළ හැකියි ශාරීරික අධ්‍යාපන වැඩසටහන් ප්‍රධාන කොටස් කිහිපයකට බෙදේ එම කොටස් ගණන වන්නේ
   i. 2 කි ii 3 කි iii. 4 කි iv. 5 කි

5. පාසල තුළ ක්‍රියාත්මක වන අනිවාර්ය ශාරීරික අධ්‍යාපන වැඩසටහනක් වන්නේ
   i. නිවාසාන්තර ක්‍රීඩා තරග ii. බාලදක්ෂ කඳවුරු
   iii ශරීර සුවතා වැඩසටහන් iv. සෞඛ්‍යය දින වැඩසටහන්

6. නිවාසාන්තර ක්‍රීඩා උළෙලක් සංවිධානය කිරීමේදී සැලසුම් ක්‍රියාත්මක කිරීමේ වගකීම පැවරෙන්නේ.
   i. ප්‍රධාන සංවිධායක කමිටුවට ii. මූල්‍ය කමිටුවට
   iii ලිපි ලේඛන හා සහතික පත් කමිටුවට iv. සංග්‍රහ කමිටුවට ය

7. තරගාවලියක පරාජිතයන් තරගයෙන් ඉවත් කිරීමේ ක්‍රමය ලෙස සැලකෙන්නේ
   i. මිශ්‍ර ක්‍රමය ii. අභියෝග තරගාවලිය
   iii සාකල්‍ය ක්‍රමය iv. පැරදී පිළිමළුන් පිටුදැකීමේ ක්‍රමය

8. ඉවතලෑමේ ක්‍රමය අනුව තරගාවලියක කණ්ඩායම් දහයක් සහභාගි වූයේ නම් පැවති මුළු තරග සංඛ්‍යාව වන්නේ
   i. හයකි ii හතකි iii. අටකි iv. නමයකි

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

9. ඉවතලෑමේ ක්‍රමය හෙවත් පැරදී පිළිමළුන් පිටුදැකීමේ ක්‍රමයෙ වාසියක් වන්නේ
   i. දුර්වල කණ්ඩායම් ඉදිරියට යාමත් දැකි
   ii. තරඟ පැවැත්වීමට වැඩි කාලයක් ගත වේ
   iii. කෙටි කාලයක් තුළදී තරගය පවත්වා අවසන් කළ හැකිය
   iv. විනිසුරුවන් වැඩි ප්‍රමාණයක් අවශ්‍ය වෙයි

10. සාකල්‍යය ක්‍රමයට අනුව පැවැත්වෙන තරගාවලියක ඉදිරිපත් වන කණ්ඩායම් ගණන 8 ක් නම් තරඟ සංඛ්‍යාව වන්නේ
   i. 8 කි ii. 10 කි iii. 12 කි iv. 10 කි

දෙවන කොටස

- **ප්‍රශ්න සියල්ලටම පිළිතුරු සපයන්න**

1.
   i. සංවිධානයක් යනු කුමක්ද කෙටියෙන් පැහැදිලි කරන්න.
   ii. සංවිධාන ව්‍යුහය යනු කුමක්ද .
   iii. සංවිධානයක ඇති පොදු ලක්ෂණ තුනක් සදහන් කරන්න.
   iv. ඔබේ පාසලේ සංවිධාන ව්‍යුහය විස්තරව ඇඳ පෙන්වන්න.

2.
   i. කළමනාකරුවකු යන්න කෙටියෙන් විස්තර කරන්න.
   ii. සංවිධානයක කළමනාකාරීත්ව මට්ටම් තුන උදාහරණ සහිතව පැහැදිලි කරන්න.
   iii. කළමනාකරුවෙකු සතු ගුණාංග පහක් ලියන්න .
   iv. අනුගාමිකයා යන්න කෙටියෙන් හඳුන්වන්න.
   v. අනුගාමිකයකු සතු විය යුතු ගුණාංග පහක් ලියන්න.

3.
   i. කළමනාකරණය යනු කුමක්ද කෙටියෙන් විස්තර කරන්න
   ii. ආයතනයක සම්පත් කළමනාකරණය යනු කුමක්ද
   iii. ශාරීරික අධ්‍යාපන ක්‍රියාකාරකම් වලදී ක්‍රීඩා කළමනාකරු විසින් සම්පත් මනාව කළමනාකරණය කරනු ලැබිය යුතුය එම සම්පත් වර්ග දෙක වන්නේ
   iv. ශාරීරික අධ්‍යාපනයේ දී භෞතික සම්පත් කළමනාකරණ පියවර විස්තර කරන්න
   v. භෞතික සම්පත් කළමනාකරණයේ වැදගත්කම කෙටියෙන් පැහැදිලි කරන්න

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

Agaram.LK - Keep your dreams alive!

Agaram.LK - Keep your dreams alive!

4.

i. ඔබේ පාසල තුළ ක්‍රියාත්මක වන ශාරීරික අධ්‍යාපන වැඩසටහන් කොටස් තුනකට බෙදා දැක්විය හැක

ii. එම කොටස් තුන අනුව දාළ වන ශාරීරික අධ්‍යාපන වැඩසටහන් තුන බැගින් ලියන්න

iii. ශාරීරික අධ්‍යාපන වැඩසටහන් වල නිරත වීමෙන් ඔබට ලබාගත හැකි වාසි පහක් ලියන්න

5.

i. නිවාසාන්තර ක්‍රීඩා තරඟ ප්‍රධාන අවස්ථා තුනක් යටතේ සංවිධානය වේ එම අවස්ථා තුන වන්නේ

ii. ඔබ ඉහත සඳහන් කළ අවස්ථා තුන පිළිබඳ වෙන වෙනම කෙටි හැඳින්වීමක් කරන්න

6.

i. තරගාවලියක් යන්න කෙටියෙන් හඳුන්වන්න

ii. තරගාවලියක තරග සටහන් සකසන ක්‍රම කිහිපයකි එය සඳහන් කරන්න

iii. පැරදි පිළිමළුන් පිටුදැකීමේ ක්‍රමය හෙවත් ඉවතලෑමේ ක්‍රමය පිළිබඳ කෙටි විස්තරයක් සඳහන් කරන්න

iv. කණ්ඩායම් සංඛ්‍යාව 8 ක් සඳහා ඉවතලෑමේ ක්‍රමය යටතේ තරඟ සටහන ඇඳ පෙන්වන්න

v. ඉවතලෑමේ ක්‍රමය යටතේ තරගාවලියක් පැවැත්වීමේ වාසි තුනක් සහ අවාසි තුනක් ලියන්න

vi. සාකල්‍ය ක්‍රමය යන්න කෙටියෙන් හඳුන්වන්න

vii. කණ්ඩායම් සංඛ්‍යාව 10 ක් හා 11 ක් වන අවස්ථාවකදී සාකල්‍ය ක්‍රමය යටතේ තරග සටහන් ඇඳ තරග සංඛ්‍යාව ගණනය කරන්න

viii. සාකල්‍ය ක්‍රමයෙ වාසි දෙකක් සහ අවාසි දෙකක් සඳහන් කරන්න