



## ශ්‍රී ලංකා විද්‍යා මණ්ඩලය - කොළඹ 04

විශේෂ ඇගයීම් (පළමු වාරය) - 2022

07 ශ්‍රේණිය - ශාරීරික අධ්‍යාපනය

කාලය: පැය 01

### I - කොටස

නිවැරදි පිළිතුර යටින් ඉරක් අඳින්න.

01. පාපන්දු ක්‍රීඩාව ආරම්භ වූ රට වන්නේ,

- i. ජපානය                      ii. චීනය                      iii. එංගලන්තය                      iv. ඇමරිකාව

02. වොලිබෝල් ක්‍රීඩා පිටියේ දිග හා පළල වන්නේ,

- i. 17 m - 10 m                      ii. 18 m - 9 m  
iii. 16 m - 20 m                      iv. 12 m - 6 m

03. 'පාද හුරුව' දක්ෂතාවය භාවිතා කරන ක්‍රීඩා වන්නේ,

- i. වොලිබෝල්                      ii. නෙට්බෝල්  
iii. පාපන්දු                      iv. ටෙනිස්

04. ජන ක්‍රීඩා වල උපකරණ භාවිතා නොකරන ක්‍රීඩාව වන්නේ,

- i. ඔලිඳ කෙළිය                      ii. තාවිච් පැනීම  
iii. නෙරොච් ඇඳීම                      iv. දෘං ඇඳීම

05. ඔලිම්පික් ක්‍රීඩා උළෙලක් පවත්වන්නේ වසර කීයකට වරක් ද?

- i. 3 කි                      ii. 4 කි                      iii. 5 කි                      iv. 6 කි

## II - කොටස

**ප්‍රශ්න සියල්ලට ම පිළිතුරු සපයන්න.**

**01.**

01. ජන ක්‍රීඩා යනු කුමක් ද? (ඉ. 2)
02. ජන ක්‍රීඩා වල පොදු ලක්ෂණ 04 ක් නම් කරන්න. (ඉ. 2)
03. එළිමහන් ජන ක්‍රීඩා සඳහා උදාහරණ 04 ක් ලියන්න. (ඉ. 2)
04. ජන ක්‍රීඩා වල නිරත වීමෙන් ඔබට ලැබෙන ප්‍රයෝජන 04 ක් ලියන්න. (ඉ. 2)
05. අලුත් අවුරුදු කාලයට දැකිය හැකි ජන ක්‍රීඩා 04 ක් ලියන්න. (ඉ. 2)

**(මුළු ලකුණු 10)**

**02.**

01. වොලිබෝල් ක්‍රීඩාවේ දක්ෂතා 02 ක් නම් කරන්න. (ඉ. 2)
02. පාපන්දු ක්‍රීඩාවේ දක්ෂතා 02 ක් නම් කරන්න. (ඉ. 2)
03. නෙට්බෝල් ක්‍රීඩාවේ දක්ෂතා 02 ක් නම් කරන්න. (ඉ. 2)
04. වොලිබෝල් ක්‍රීඩාවේ පිරිනැමීමේ ක්‍රම දෙක නම් කරන්න. (ඉ. 2)
05. පාපන්දු ක්‍රීඩාවේ පන්දුවට පාදයෙන් පහර දීමේ ක්‍රම 02 නම් කරන්න. (ඉ. 2)

**(මුළු ලකුණු 10)**