සුවෙන් පෙරට

e ඉගෙනුම් පියස

මිනුවන්ගොඩ අධ්‍යාපන කලාපය

ZEOM
කලාප අධ්‍යාපන කාර්යාලය - මිනුවන්ගොඩ
மண்டல கல்வி அலுவலகம் - மினுவாங்கொட
Zonal Education Office - Minuwangoda

වාරය - පළමු වාරය

ශ්‍රේණිය : 07	විෂයය : සෞඛ්‍යය හා ශාරීරික අධ්‍යාපනය	පාඩම : සෞඛ්‍යවත් පවුල් පරිසරයක් ගොඩ නගමු

- සෞඛ්‍ය යනු හුදෙක් ලෙඩ රෝග හා දුබලතාවලින් තොර වීම පමණක් නොව පුද්ගලයෙකුට ආර්ථික හා සමාජීය වශයෙන් ඵලදායී ලෙස ජීවත් වීමට අවශ්‍ය වන්නා වූ කායික, මානසික සමාජීය හා අධ්‍යාත්මික යහපැවැත්ම ය. පිටස්තර බාහිර පෙනුමෙන් සෞඛ්‍යවත් බව තීරණය කළ නොහැකි වේ. එබැවින් පුද්ගල සෞඛ්‍ය කෙරෙහි පෞද්ගලික සාධක මෙන් ම පොදු සාධක ද බලපානු ලබයි.

- **සෞඛ්‍යය පිළිබඳ සංකල්පය (Concept of health)**

සෞඛ්‍යවත් බව යනු ලෙඩ රෝගවලින් වැළකී සිටීමත්, කායිකව, මානසිකව, සමාජීයව හා ආධ්‍යාත්මිකව යහපත් ලෙස සිටීමත් ය.

- **සියලුම ප්‍රශ්න වලට පිළිතුරු සපයන්න.**

01. සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධනය යනු කුමක්ද?

----

02. සෞඛ්‍යවත් පවුල් පරිසරයක තිබිය යුතු ප්‍රධාන අංග 04 නම් කරන්න.

----

03. භෞතික පරිසරයක තිබිය යුතු ප්‍රධාන අංග 08 මොනවාද?

----

04. නිවසේදී පිරිසිදු වාතය හා ජලය ලබා ගැනීම සඳහා ඔබට කල හැකි දේ මොනවාද?

----

05. මානසික පරිසරයක් යනු කුමක්ද?

----

06. මානසික පරිසරයක තිබිය යුතු සාධක මොනවාද?

----

07. සෞඛ්‍යවත් සමාජීය පරිසරයක දක්නට හැකි ලක්ෂණ මොනවාද?

----

08. සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධනයේ ප්‍රධාන තේමා 05 නම් කරන්න.

----

09. 3R සංකල්පය පැහැදිලි කරන්න.

----

10. සෞඛ්‍යවත් පවුල් පරිසරයක් පවත්වා ගැනීමට ශිෂ්‍යයකු ලෙස ඔබට කල හැකි දේ මොනවාද?