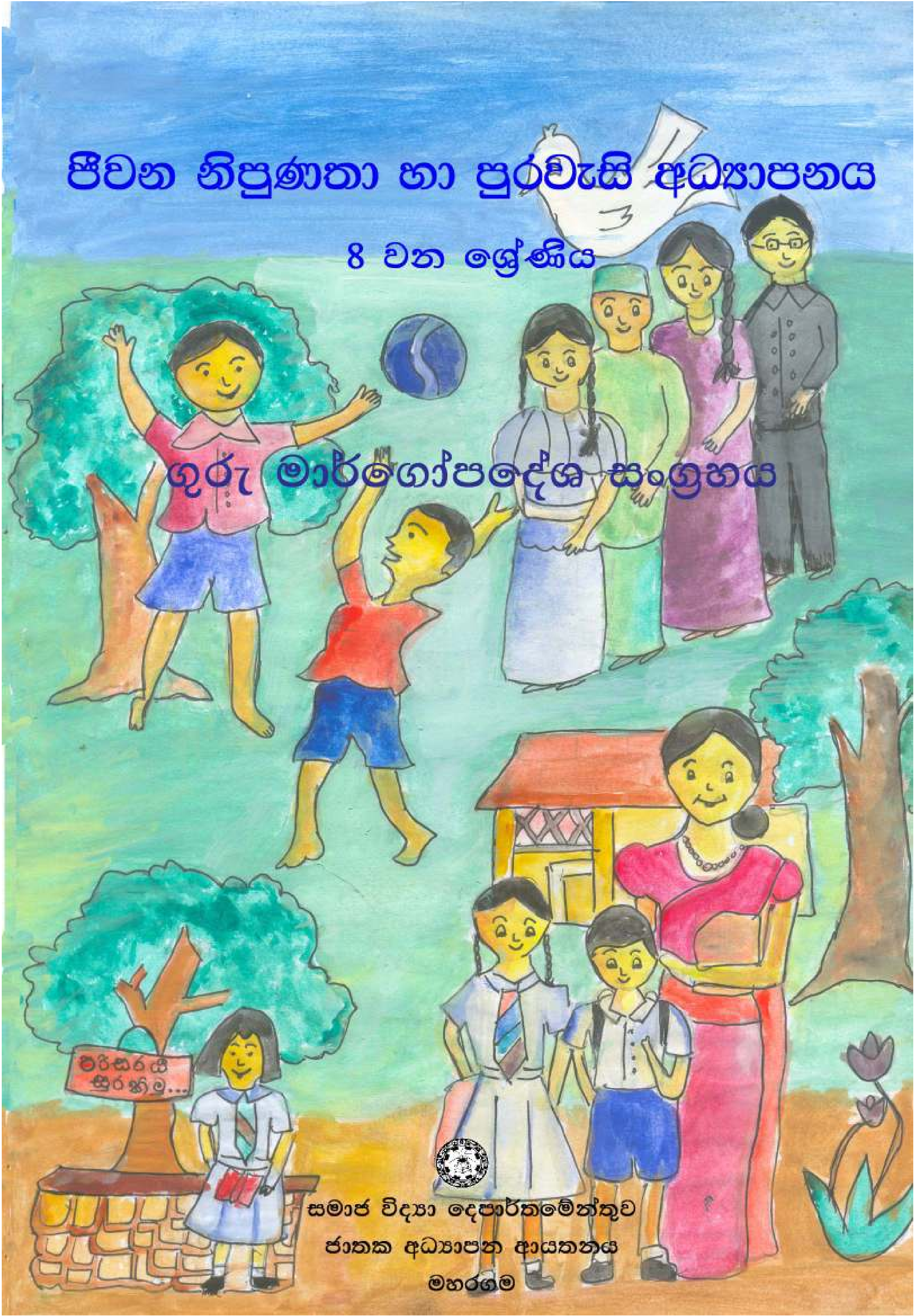
ජීවන නිපුණතා හා පුරවැසි අධ්‍යාපනය

8 වන ශ්‍රේණිය

ගුරු මාර්ගෝපදේශ සංග්‍රහය



සමාජ විද්‍යා දෙපාර්තමේන්තුව
ජාතික අධ්‍යාපන ආයතනය
මහරගම

ජීවන නිපුණතා හා පුරවැසි අධ්‍යාපනය

8 වන ශ්‍රේණිය

ගුරු මාර්ගෝපදේශ සංග්‍රහය

සමාජ විද්‍යා දෙපාර්තමේන්තුව
ජාතික අධ්‍යාපන ආයතනය
මහරගම

ජීවන නිපුණතා හා පුරවැසි අධ්‍යාපනය

8 වන ශ්‍රේණිය

ගුරු මාර්ගෝපදේශ සංග්‍රහය

2008 මුද්‍රණය

සමාජ විද්‍යා දෙපාර්මේන්තුව,
ජාතික අධ්‍යාපන ආයතනය,
මහරගම

මුද්‍රණය

ජාතික අධ්‍යාපන ආයතනය

පෙරවදන

නව සහශ්‍රයේ දී සිදු කළ පළමු විෂය මාලා සංශෝධනය වන මෙය පාසල් පද්ධතිය තුළ දැනට පවතින ගැටලු කිහිපයක් නිරාකරණය කර ගැනීමේ ප්‍රවේශයක් ලෙස සැලකිය හැකිය. මෙම විෂය මාලාව සැලසුම් කොට ඇත්තේ තරුණ පරපුර අද මුහුණ පා සිටින සිතීමේ, සමාජීය හා පුද්ගල දුර්වලතා මග හරවා ගැනීමේ අභිලාෂයෙනි.

ආසියාවේ අධ්‍යාපන ක්‍රමය සලකා බැලීමේ දී මෙයට වසර කිහිපයකට පෙර ශ්‍රී ලංකාව අධ්‍යාපන ක්ෂේත්‍රය තුළ බොහෝ ඉදිරියෙන් සිටියේ ය. නමුදු වර්තමානයේ දී ආසියාවේ අනෙකුත් රටවල් ශ්‍රී ලංකාව අභිබවා ඉදිරියෙන් සිටියි. තම දැක්මකින් තොරව පවතින දෙය මත පමණක් තීරණ ගනිමින් ඒ දේ පමණක් ම නැවත නැවත ඉදිරිපත් කිරීම මෙම පසුබෑමට එක් හේතුවකි.

මෙම තත්ත්වය මඟ හරවා ගැනීම පිණිස ජාතික අධ්‍යාපන ආයතනයේ නිලධාරීන් පැහැදිලි දැක්මකින් යුතුව විෂය මාලාව සංශෝධනය කිරීමට වෙර දරා ඇත. නව විෂය මාලාවේ අරමුණු සකසා ඇත්තේ ශිෂ්‍ය පරපුර විසින් දැනට ම දන්නා දේත්, නව අදහස් හා ගවේෂණත් මගින් අනාගතය ගොඩ නගා ගැනීම පිණිස ශිෂ්‍යයන්ගේ නිපුණතා වර්ධනය කර ගැනීමට හැකි වන ආකාරයෙනි. මෙම අරමුණු සාක්ෂාත් කර ගැනීම පිණිස ගුරුවරයාගේ කාර්ය භාරයෙහි පරිපූර්ණ වෙනසක් අත්‍යවශ්‍ය වෙයි. දැනට පවතින ගුරු කේන්ද්‍රීය ක්‍රමය වෙනුවට ශිෂ්‍ය කේන්ද්‍රීය, නිපුණතා පාදක, ක්‍රියාකාරකම් මූලික ක්‍රමයක් මෙම නව අධ්‍යාපන ක්‍රමයෙන් අපේක්ෂා කෙරෙන අතර ගුරුවරුන් අභියෝගවලට මුහුණ දීමට සූදානම් විය යුතු වේ.

මෙම ගුරු මාර්ගෝපදේශ සංග්‍රහය ගුරුවරුන්ට එවැනි ක්‍රමයක් සකසා ගැනීමට මහත්සේ උපකාරී වනු ඇතැයි යනු පූර්ණ විශ්වාසයයි. මාර්ගෝපදේශ සංග්‍රහයෙහි දී ඇති මග පෙන්වීම පිළිපැදීම මඟින් ඔබට සාර්ථක ගුරු භවතකු වීමට හැකියාව ලැබෙනු ඇත. එය ඔබට ඉගැන්වීමේ දී මෙන් ම ශිෂ්‍යයන් ඇගයීමේ දී උපකාරී වනු ඇත. ගවේෂණය හා ගුණාත්මක යෙදුම් සම්බන්ධයෙන් දී ඇති මාර්ගෝපදේශන ශිෂ්‍යයාට උපකාරී වන ආකාරයෙන් ඉදිරිපත් කොට ඇත. එලෙස ම එය විදුහල්පතිවරුන්ට කාල සටහන් පිළියෙල කිරීමේ දීත්, සීමිත සම්පත් වෙන් කර දීමේදීත් අභ්‍යන්තර අධීක්ෂණයේ දීත් මහත් සේ උපකාරී වනු නොඅනුමාන ය.

මෙම මාර්ගෝපදේශ සංග්‍රහයෙහි ඉදිරිපත් කොට ඇති දෙයට පමණක් සීමා නොවී ගුරුවරුන් නිර්මාණශීලී බව ප්‍රදර්ශනය කරමින් තමන් විසින් ම සුදුසු ක්‍රියාකාරකම් සකසා ගැනීම කළ යුතු ය. මක්නිසා ද යත්, මෙම මාර්ගෝපදේශ සංග්‍රහයෙහි සඳහන් ක්‍රියාකාරකම් අනුරූප හෝ ආදර්ශ වන නිසාත්, ප්‍රාදේශීයව ඇති වෙනස්කම් එම ප්‍රදේශයේ ගුරුවරුන් වඩා හොඳින් දන්නා නිසාත් ඔවුනට ඒ අනුව ක්‍රියාකාරකම් සකස් කර ගත හැකිවනු ඇත.

අධ්‍යාපනඥයින්ට, ගුරු උපදේශකවරුන්ට හා බාහිර අධීක්ෂණය හා නියාමනයෙහි යෙදෙන සියලු නිලධාරීන්ට උපකාරී වන මෙම ගුරු මාර්ගෝපදේශ සංග්‍රහය පිළියෙල කිරීමට සහභාගී වූ සියලු දෙනාටම මගේ කෘතඥතාව පිළිගන්වමි.

මහාචාර්ය ජේ.ඩබ්ලිව්. වික්‍රමසිංහ
අධ්‍යක්ෂ ජනරාල්
ජාතික අධ්‍යාපන ආයතනය

සංඥාපනය

ශ්‍රී ලංකාවේ විෂයමාලා ප්‍රතිපත්තියට අනුව අවුරුදු අටකට වරක් පාසල් විෂය නිර්දේශ යාවත්කාලීන විය යුතු ය. මේ අනුව 2007 වර්ෂයේ සිට ආරම්භ කෙරෙන අධ්‍යාපන ප්‍රතිසංස්කරණ වැඩ සටහන යටතේ 2009 වර්ෂය සඳහා මෙම විෂය නිර්දේශය සහ ගුරු මාර්ගෝපදේශ සංග්‍රහය හඳුන්වා දෙනු ලැබේ.

මෙතෙක් පැවති විෂය නිර්දේශවල යම් විෂයයකට අදාළ විෂය මාතෘකා රාශියක් ද, ඒ ඒ විෂය මාතෘකාවට අදාළ විෂය කරුණු ද දක්නට ලැබුණි. මෙම විෂය කරුණු ඉගැන්වීම ගුරුවරයා අතින් සිදු විය. මෙම ක්‍රියාවලිය නිසා බොහෝ විෂය කරුණු දන්නා සිසු පිරිසක් බිහිවිය.

නව විෂයමාලා ප්‍රතිසංස්කරණ යටතේ හඳුන්වා දෙන විෂය නිර්දේශවල ඒ ඒ විෂය යටතේ සිසුන් අත්පත් කරගත යුතු නිපුණතා හඳුනාගෙන නිර්දේශ කර ඇත. මෙම නව ප්‍රවේශය තුළින් බොහෝ විෂය කරුණු දන්නා බවින් ඔබ්බට ගිය, ප්‍රායෝගික අංශයට වඩාත් නැඹුරු නිපුණතා පිරි සිසු පිරිසක් බිහිවීම අපේක්ෂා කෙරේ. එබැවින් නව විෂය නිර්දේශය භාවිතා කරන ගුරු මහත්ම මහත්මීන් මෙම වෙනස පිළිබඳ ව විශේෂයෙන් සැලකිලිමත් විය යුතුය.

මෙහි හමුවන ගුරු මාර්ගෝපදේශ සංග්‍රහය කොටසේ දී නව ඉගෙනුම් ක්‍රියාවලියක් සහිත පංතිකාමරයක් යෝජනා කර ඇත. මෙම ක්‍රියාවලිය යටතේ සිසුන් පුස්තකාල භාවිතය හා පොත්පත් කියවීම, පරිසරය නිරීක්ෂණය, සම්පත් පුද්ගලයන්ගෙන් කරුණු රැස්කර ගැනීම, තම මිතුරු මිතුරියන්ගෙන් බොහෝ දේ ඉගෙනීම සහ තම යහළු යෙහෙලියන්ට තමා දන්නා දේ කියාදීම, හැකි අවස්ථාවන්හි දී අන්තර්ජාලයෙන් තොරතුරු රැස්කර ගැනීම ආදී ගවේෂණාත්මකව ඉගෙන ගන්නා සංස්කෘතියක් දැකිය හැකි විය යුතුය. අධ්‍යාපන ප්‍රකාශන දෙපාර්තමේන්තුවෙන් ලබාදී ඇති පෙළපොත ද සම්පත් පොතක් ලෙස භාවිත කළ යුතු ය. මෙසේ සොයා ගන්නා කරුණු වඩාත් නිවැරදි කොට සංවිධානාත්මකව හා අංග සම්පූර්ණව සිසුන්ට ග්‍රහණය කරවීම ගුරුවරයාගෙන් අපේක්ෂා කෙරේ. එබැවින් ගුරුවරයාගේ භූමිකාව ද නව දැනුමෙන් පොහොසත් විය යුතුය. එය සිසුන් සොයා ගන්නා සියලු කරුණු අභිබවා යන බහුශ්‍රැත භාවයක් ප්‍රදර්ශනය කරන තත්ත්වයකි. මෙම ක්‍රියාකාරී ඉගෙනුම් පරිසරය සිසුන්ට බෙහෙවින් ආකර්ශනය වනු ඇත.

මේ සඳහා මෙම ගුරු මාර්ගෝපදේශ සංග්‍රහයේ යෝජනා කර ඇති ආදර්ශ පාඩම් තවත් බොහෝ පාඩම් සකස් කර ගැනීමට මඟ පෙන්වීමක් බව සිතන්න. මේ ඇසුරින් නිර්මාණශීලී ගුරුවරයකු ලෙස බොහෝ නව පාඩම් සකස් කර ගැනීම විශේෂයෙන් අපේක්ෂා කෙරේ.

මෙම නව පංතිකාමර ඉගෙනුම් - ඉගැන්වීම් ක්‍රියාවලියේ දී හැම විටම සිසුන් ක්‍රියාකාරී ය. එබැවින් ඔවුන්ගේ දක්ෂතා හා ප්‍රබලතා ප්‍රදර්ශනය වෙයි. ඒවා අගය කරන්න. දිරිමත් කරන්න. තවද ඇතැම් විට සිසුන් මුහුණ දෙන දුෂ්කරතා ද ඔබට දක්නට ලැබේ. ඒ හැමවිටම එම දුෂ්කරතා ඉවත් කර ගැනීමට උදව් කරන්න. ආසන්න මිතුරු මිතුරියන්ට උදව් කිරීමට යොමු කරන්න. මෙසේ පාඩමක් සමඟ කෙරෙන තක්සේරු ක්‍රියාවලිය වඩාත් හොඳ ඉගෙනුමකට හේතු වේ.

තව ද මෙම ගුරු මාර්ගෝපදේශ සංග්‍රහයේ යෝජනා කර ඇති ඉගෙනුම් දීර්ඝ කිරීමේ පැවරුම් හා අභ්‍යාස දරුවා උගත් දේ තව දුරටත් ශක්තිමත් කිරීමට සමත්වන ආකාරය ගැන අවධානය යොමු කරන්න. එය සිසුන් ඇගයීම කළ හැකි හොඳ අවස්ථාවක් ලෙසට සලකන්න. මෙබඳු තවත් ඉගෙනුම් දීර්ඝ කිරීමේ බොහෝ අභ්‍යාසවලට සිසුන් යොමු කිරීම ගැන ද සැලකිලිමත් වන්න.

විමල් සියඹලාගොඩ
සහකාර අධ්‍යක්ෂ ජනරාල්
(භාෂා මානව ශාස්ත්‍ර හා සමාජ විද්‍යා පීඨය)
ජාතික අධ්‍යාපන ආයතනය

ජීවන නිපුණතා හා පුරවැසි අධ්‍යාපනය

1 - කොටස ජීවන නිපුණතා

උපදේශනය	:	මහාචාර්ය ලාල් පෙරේරා	(අධ්‍යක්ෂ ජනරාල්, ජා.අ.ආ)
		මහාචාර්ය ජේ. ඩබ්. වික්‍රමසිංහ	(අධ්‍යක්ෂ ජනරාල්, හිටපු ජා.අ.ආ)
		විමල් සියඹලාගෙඩ මයා	(සහකාර අධ්‍යක්ෂ ජනරාල්,ජාඅ.ආ)
		ආචාර්ය ලලිතා බටුවිටගේ	(අධ්‍යක්ෂ, විශ්‍රාමික ජා.අ.ආ)
අධ්‍යක්ෂණය	:	ආචාර්ය යූ. නවරත්නම් අධ්‍යක්ෂ, සමාජ විද්‍යා දෙපාර්තමේන්තුව, ජා.අ.ආ	
සම්බන්ධීකරණය	:	එම්.කේ.කිංස්ලි ප්‍රියන්ත මයා	(ව්‍යාපෘති නායක, ජා.අ.ආ)
		ඒ.එල්.එස්.අබේවික්‍රම මයා	(ව්‍යාපෘති නායක, ජා.අ.ආ)
ලේඛක මණ්ඩලය	:	ආචාර්ය යූ. නවරත්නම්	(අධ්‍යක්ෂ, ජා.අ.ආ.)
		එම්.පී. රංජනී ධනවර්ධන මිය	(ප්‍රධාන ව්‍යාපෘති නිලධාරිනි ජා.අ.ආ)
		එම්.කේ.කිංස්ලි ප්‍රියන්ත මයා	(ව්‍යාපෘති නිලධාරි, ජා.අ.ආ)
		ඒ.එල්.එස්.අබේවික්‍රම මයා	(ව්‍යාපෘති නිලධාරි, ජා.අ.ආ)
		ඩී.එම්.චන්දිමා නිෂානි ධර්මපාල මිය	(ව්‍යාපෘති නිලධාරි ජා.අ.ආ)
		ඩබ්.ඒ.කුමුදේන්ද්‍රි සුදර්ශනී මිය	(ව්‍යාපෘති නිලධාරි, ජා.අ.ආ)
		යූ.ඒ. භද්‍රා ගුණතිලක මිය	(ව්‍යාපෘති නිලධාරි ජා.අ.ආ)
		එස්. කරුණාකරන් මයා	(සහකාර ව්‍යාපෘති නිලධාරි ජා.අ.ආ)
බාහිර			
		අයිරාංගනි රණසූරිය මෙනවිය	(උප පීඨාධිපති, උසස් ජාතික අධ්‍යාපන විද්‍යා පීඨය)
		ජේ. එම්.එම්. ජයසුන්දර මයා	(ගුරු උපදේශක - කො.අ.කා, කොටවෙහෙර, නිකවැරටිය ක.අ.කා)
		අතුල පී. මල්ලවආරච්චි මයා	(ගුරු උපදේශක, නිකවැරටිය, අධ්‍යාපන කලාපය)
		ඒ. ඒ. කල්‍යාණවතී මෙවිය	(ගුරු උපදේශක, ක.අ.කා. පිළියන්දල)
		එන්. කමර්දීන් මයා	(ගුරු උපදේශක, ක.අ.කා, කැකිරාව)
චිත්‍ර හා පිටකවර නිර්මාණය	:	තරිඳි තත්සරණී අමරතුංග	9 වන ශ්‍රේණිය- අනුලා විද්‍යාලය, නුගේගොඩ
පරිගණක අකුරු ඇමුණුම	:	ශිරානි දිප්තිකා සමරක්කොඩි මිය	(සමාජ විද්‍යා දෙපාර්තමේන්තුව)
විවිධ සහාය		ඒ.එල්.එස්.පී අතපත්තු මෙනවිය	(සමාජ විද්‍යා දෙපාර්තමේන්තුව)
		ආර්.එම්.රූපසිංහ මයා	(සමාජ විද්‍යා දෙපාර්තමේන්තුව)
		එම්.එන්.එෆ්. රිහානා මෙ.වි.	(සමාජ විද්‍යා දෙපාර්තමේන්තුව)

11 කොටස - පුරවැසි අධ්‍යාපනය

උපදේශනය	:	මහාචාර්ය ලාල් පෙරේරා (අධ්‍යක්ෂ ජනරාල් ජා.අ.ආ) මහාචාර්ය ජේ.ඩබ්. වික්‍රමසිංහ (අධ්‍යක්ෂ ජනරාල හිටපු, ජා.අ.ආ) විමල් සියඹලාගොඩ මයා (සහකාර අධ්‍යක්ෂ ජනරාල්, ජා.අ.ආ)
අධ්‍යක්ෂණය	:	ආචාර්ය යූ. නවරත්නම් (අධ්‍යක්ෂ, සමාජ විද්‍යා දෙපාර්තමේන්තුව)
ලේඛක මණ්ඩලය	:	
අභ්‍යන්තර		ඒ.එල්.එස්. අබේවික්‍රම මයා (ව්‍යාපෘති නිලධාරි, ජා.අ.ආ) එම්.කේ.කිංස්ලි ප්‍රියන්ත මයා (ව්‍යාපෘති නිලධාරි, ජා.අ.ආ) එස්. කරුණාකරන් මයා (සහකාර.ව්‍යාපෘති නිලධාරි ජා.අ.ආ) ඩබ්.ඒ. කුමුදේන්ද්‍රි සුදර්ශනී මිය (ව්‍යාපෘති නිලධාරි ජා.අ.ආ) යූ.ඒ. හද්‍රා ගුණතිලක මිය (ව්‍යාපෘති නිලධාරි, ජා.අ.ආ)
බාහිර		සී.එස්.ජයසිංහ මයා (ගුරු මධ්‍යස්ථාන කළමනාකරු, හොරණ කලාපය) අයිරාංගනී රණසූරිය මෙ.විය (උප පීඨාධිපති - ඌව ජාතික අධ්‍යාපන විද්‍යා පීඨය, බණ්ඩාරවෙල) නිලන්ත කුරුප්පුආරච්චි මයා (ශ්‍රී ල. ගු. සේ. 3 -I, බප/පො/පොල්ගොඩ මහා විද්‍යාලය) පී.පී. මාලිකා මිය ගුරු උපදේශක - ක.අ.කා, හම්බන්තොට එස්.පී. පේමවතී මිය (ශ්‍රී ල. ගු. සේ. I, පිට බැද්දර ම.වි, පිටබැද්දර) එම්. එම්. පී.සී. රත්නායක මිය (ශ්‍රී ල. ගු. සේ. I, උසස් බාලිකා විද්‍යාලය, මහනුවර)

පටුන

විෂය නිර්දේශය

-	හැඳින්වීම	1 - 2
-	සවිස්තර විෂය නිර්දේශය	3 - 14
-	ඉගෙනුම් ඉගැන්වීම් ක්‍රමෝපා	
	- හැඳින්වීම	15 - 17
	- විෂය අන්තර්ගතය ආදර්ශ ක්‍රියාකාරකම්	19 - 178
-	තක්සේරුව හා ඇගයීම	179 - 183
-	ඉගෙනුම් ඉගැන්වීම් ඇගයීම් උපකරණ	184 - 195
-	ඇමුණුම - ළමා අයිතිවාසිකම් පිළිබඳ සම්මුතිය	196 - 214

හැඳින්වීම

ජීවන නිපුණතා හා පුරවැසි අධ්‍යාපනය 8 වන ශ්‍රේණිය සඳහා 2009 දී ක්‍රියාත්මක වීමට යෝජිත. නව විෂයය නිර්දේශය කොටස් දෙකකින් යුක්තය. එහි පළමු කොටස ජීවන නිපුණතා විෂය කොටස වේ. එය ප්‍රධාන නිපුණතා පහක් පදනම් කර ගෙන සකස් වී ඇත. ධනාත්මක ආකල්ප වලින් යුක්තව කටයුතු කිරීම, චිත්ත වේගවලට සාර්ථකව මුහුණ දීම, ගැටුම් නිරාකරණය, නායකත්වයට ගරු කරමින් නායකත්ව ගුණාංග ප්‍රගුණ කිරීම, වැඩ ලෝකයට අනුගත වීම යන නිපුණතා කෙරෙහි විශේෂ අවධානය යොමු කර ඇත.

විෂය නිර්දේශයේ දෙවන කොටස යොමු වී ඇත්තේ පුරවැසි අධ්‍යාපනය සඳහා වේ. ප්‍රධාන නිපුණතා හතරක් පදනම් කර ගෙන එය සකස් වී ඇත. ජන ජීවිතයේ යහපත පිණිස පවත්නා පොදු සේවා ඵලදායීව හා නිවැරදි ව භාවිත කිරීම, ප්‍රජාතන්ත්‍රවාදී දිවි පැවැත්මක් තුළින් යහපත් සමාජයකට දායක වීම, බහු සංස්කෘතික ජන සමාජයක යහපත් පුරවැසියකු ලෙස ජීවත් වීම, ජනසමාජයේ සුරක්ෂිත පැවැත්ම සඳහා ක්‍රියාකාරීව කටයුතු කිරිම කෙරෙහි යන නිපුණතා අවධානය යොමු වී ඇත.

මෙම විෂයය නිර්දේශය හැදෑරීම මගින් අප අපේක්ෂා කරන්නේ අනාගත දරුපරපුර මානව ගුණධර්ම වලින් හා නිපුණතාවලින් පිරිපුන් සමාජයට වැඩදායක යහපත් පුරවැසියන් බිහිකිරීම වේ.

එකී අවශ්‍යතා ඉටුකර ගැනීමට උචිත අයුරින් මෙම ගුරු මාර්ගෝපදේශ සංග්‍රහයේ ක්‍රියාකාරකම් නිර්මාණය කර ඇත. ඒවා ආදර්ශ ක්‍රියාකාරකම් වන අතර ඒ අනුසාරයෙන් ඔබට නව ඉගෙනුම් අත්දැකීම් ඔස්සේ ක්‍රියාකාරකම් සංවිධානය කර ගත හැකි ය.

ඔබ විසින් ක්‍රියාකාරම් සැලසුම් කිරීමේ දී නිපුණතා මට්ටමට අදාළව, ලඟා කර ගැනීමට අපේක්ෂා කරන නිර්ණායක අනුව ඉගෙනුම් ඉගැන්වීම් සිද්ධීන් සංවිධානය කර ගත යුතුය. ඒවා බොහෝ සෙයින් මිනිත්තු 40 කින් අවසන් කළ හැකි ආකාරයෙන් සැලසුම් කිරීම වැදගත් වේ. එකී ක්‍රියාකාරකම තුළ පාඩමට සජීවීව සම්බන්ධ කර ගැනීමේ අවස්ථා, ගවේෂණ අවස්ථා, ඉදිරිපත් කිරීමේ අවස්ථා, විස්තාරණ අවස්ථා සහ ඇගයීම් අවස්ථා ඇතුළත් විය යුතු ය.

මෙහි සඳහන් විෂය නිර්දේශය කොටස් දෙකකින් යුක්ත බැවින් එක් සතියක් තුළ එක් කාලච්ඡේදයක් බැගින් ජීවන නිපුණතා හා පුරවැසි අධ්‍යාපනය විෂය සඳහා වෙන් වී ඇත. ඒ අනුව එක් සතියක් තුළ මෙම විෂය කොටස් දෙකම ආවරණය විය යුතුය.

මෙම විෂය නිර්දේශය වාර තුන සඳහා ක්‍රියාත්මක කළයුතු ආකාරය පහත දැක්වේ.

විෂයය	**වාරය**	**නිපුණතා මට්ටම්**	**කාලච්ඡේද ගණන**
1 කොටස ජීවන නිපුණතා	1 වන වාරය 2 වන වාරය 3 වන වාරය	8.1.1, 8.1.2, 8.2.1 8.2.2, 83.1, 8.3.2 8.4.1, 8.5.1, 8.5.2	11 09 10
11 කොටස පුරවැසි අධ්‍යාපනය	1 වන වාරය 2 වන වාරය 3 වන වාරය	8.1.1, 8.1.2, 8.1.3 8.2.1, 8.2.2, 8.2.3, 8.2.4, 8.3.1, 8.3.2 8.3.3, 8.4.1, 8.4.2, 8.4.3	08 12 10

ගුරු මාර්ගෝපදේශ සංග්‍රහයේ තෙවන කොටස ඉගෙනුම්, ඉගැන්වීම් හා ඇගයීම සඳහා යොමු වී ඇත. එක් වාරයක් සඳහා එක ඇගයීම බැගින් වාර තුන සඳහා ඇගයීම් උපකරණ තුනක් සකසා ඇත. මීට අමතරව ඇගයීම් නිර්ණායක පදනම් කරගනිමින් ඔබ විසින් නිර්මාණය කරගත් වෙනත් ඇගයීම් ද පන්ති කාමරය තුළ ඔබට ක්‍රියාත්මක කළ හැකි ය.

මීට අමතරව ජීවන නිපුණතා හා පුරවැසි අධ්‍යාපනය විෂයය ප්‍රතිපත්ති අනුව සමස්ත විෂය නිර්දේශය ආවරණය වන පරිදි ජීවන නිපුණතා පුරවැසි අධ්‍යාපනය වැඩමුළුවක් සංවිධානය කිරීමට ගුරුමාර්ගෝපදේශ සංග්‍රහය යෝජනා කර ඇත. එය සුදුසු පරිදි ක්‍රියාත්මක කිරිමට ඔබගේ අවධානය යොමු කිරීම වැදගත් වේ.

මෙම ගුරු මාර්ගෝපදේශ සංග්‍රහයේ ඇති ක්‍රියාකාරකම් පිළිබඳ ව සංවර්ධනාත්මක යෝජනා ඇත්නම් අප වෙත දැනුම් දෙන ලෙස කාරුණිකව ඉල්ලා සිටිමු. මෙම ගුරු මාර්ගෝපදේශ සංග්‍රහය සැකසීමෙදී නන් අයුරින් සහය දුන් මහත්ම මහත්මීන් සැමට අපගේ කෘතඥතාව හිමිවේ.

2.0 විෂය අරමුණු(1 කොටස)

- තම හැකියා, දක්ෂතා, විභව්‍යතා හඳුනා ගනිමින් අනාගත ජීවන ඉලක්ක ගොඩ නගා ගැනීම.
- එදිනෙදා කටයුතු මනා සැලසුමකින් හා සංවිධානාත්මක බවකින් ඉටු කිරීමට යොමුවීම.
- චිත්තවේගී තත්ත්වයන්ට සාර්ථකව මුහුණ දෙමින් ආතතිය අවම කර ගැනීම.
- පෞරුෂ සංවර්ධනය සඳහා ක්‍රීඩාව, විනෝදාංශ හා සෞන්දර්යාත්මක ක්‍රියාකාරකම්වල නිරත වී විවේකය ඵලදායීව ගත කිරීම.
- යහපත් අන්තර් පුද්ගල සබඳතා පවත්වමින් සහානුභූතියෙන් යුතුව කටයුතු කිරීම.
- ඵලදායි සන්නිවේදන කුසලතා දියුණු කිරීම.
- එදිනෙදා කටයුතු අවස්ථා වලදී ධනාත්මක ආකල්පවලින් යුක්තව කටයුතු කිරීම.
- විචාරශීලී චින්තනයෙන් හා නිර්මාණශීලී චින්තනයෙන් යුක්තව කටයුතු කිරීම.
- නායකත්ව ගුණාංග ප්‍රගුණ කරමින් නායකත්වයට ගරු කිරීම.
- ඵලදායී තීරණ ගැනීම මගින් ගැටළු විසඳීම.
- ආපදා කළමනාකරණයට සක්‍රියව දායක වෙමින් අපදා අවස්ථාවලින් වැළකීම හා අවම කර ගැනීම.
- පුද්ගල මෙන්ම සමාජීය ගැටුම් අවම කර ගනිමින් කටයුතු කිරීම.
- අනාගත වැඩ ලෝකයට සාර්ථකව අනුගත වීම.

විෂය අරමුණු(II කොටස)

- බහුවිධ සමාජයක් තුළ එක්සත් බවින් යුක්තව ජීවත් වීමට අවශ්‍ය නිපුණතා වර්ධනය කිරීම.
- මානව ගුණාංග හා සමාජ සාරධර්ම රැක ගැනීම සඳහා යෝග්‍ය පුරවැසියන් බිහි කිරීම.
- විනය ගරුක හා නීතිගරුක පුරවැසියකු සමාජයට දයාද කිරීම සඳහා යෝග්‍ය නිපුණතා වර්ධනය කිරීම.
- පුද්ගල හා සමාජයීය ක්‍රියාකාරකම්වල දී අන්‍යෝන්‍ය සහයෝගයෙන් යුක්තව කටයුතු කිරීම.
- ශ්‍රී ලංකාව හා ලෝකයේ පාලන රටා පිළිබඳව අවබෝධය ලබා දීම.
- ප්‍රජාතන්ත්‍රවාදී මූලධර්මවලට හා මානව අයිතිවාසිකම් පිළිබඳ ප්‍රඥප්තීන්ට අනුගත ව කටයුතු කරන සමාජයක් ගොඩ නැගීම.
- නිරතුරුව වෙනස් වන ලෝකයේ අනපේක්ෂිත හා ව්‍යාකූල අවස්ථාවන්ට සාර්ථකව මුහුණදීමට අවශ්‍ය ශක්තීන් වර්ධනය කිරීම.
- අන්‍යෝන්‍ය වශයෙන් වගකීම් හා යුතුකම් අගයන සමාජයක් ගොඩ නැගීම.
- සමාජයේ යහ පැවැත්ම සඳහා සමාජ සංස්ථා හා සංවිධාන යොදා ගැනීමට යොමු කිරීම.

8 වන ශ්‍රේණිය - ජීවන නිපුණතා හා පුරවැසි අධ්‍යාපනය - (1 කොටස)

නිපුණතාව	නිපුණතා මට්ටම	විෂය අන්තර්ගතය	යෝජිත කාලච්ඡේද
8.1 ධනාත්මක ආකල්ප වලින් යුක්තව කටයුතු කරයි.	8.1.1 එදිනෙදා ජීවිතයේ දී යහපත් සිතිවිලි පදනම් කරගෙන කටයුතු කරයි.	• සිතිවිලිවල ස්වභාවය • මා තුළ ඇති ශුභවාදී සිතිවිලි • ශුභවාදී සිතුවිලි අනුව ක්‍රියාත්මක වීමෙන් ඇතිවන ප්‍රතිලාභ	04
	8.1.2 යහපත් සිතුවිලි පෝෂණය කරන මූලාශ්‍ර හඳුනා ගෙන ඒවා භාවිතා කරයි.	• පුද්ගලයාගේ සිතිවිලිවලට බලපෑම් කරන විවිධ මූලාශ්‍ර • මූලාශ්‍ර ඇසුරින් ජනිතවන සිතිවිලි පිළිබඳ විචාරශීලී වීම • යහපත් සිතිවිලි සංවර්ධනය කරන මූලාශ්‍ර හඳුනා ගෙන භාවිත කිරීම	04
8.2 චිත්තවේගවලට සාර්ථකව මුහුණ දෙයි.	8.2.1 දෛනික ජීවිතයේ මතුවන විවිධ චිත්තවේග තත්ත්ව හඳුනාගෙන අර්ථවත් ලෙස ප්‍රතිචාර දක්වයි.	• විවිධ චිත්තවේග • චිත්තවේගවලට අනුව විවිධ හැසිරීම් ස්වභාවය, ප්‍රතිඵල • චිත්තවේග යහපැවැත්මට යොදා ගැනීම	03
	8.2.2 සරල මානසික පීඩා හඳුනාගෙන ඵලදායි ලෙස හසුරුවයි.	• සරල මානසික පීඩා හඳුනා ගැනීම • සරල මානසික පීඩා ඵලදායි ලෙස හසුරුවා ගැනීමේ ක්‍රම ශිල්ප හඳුනා ගැනීම • ක්‍රම ශිල්ප තුළින් සරල මානසික පීඩා ඵලදායි ව හසුරුවා ගැනීම	03

නිපුණතාව	නිපුණතා මට්ටම	විෂය අන්තර්ගතය	යෝජිත කාලච්ඡේද
8.3 ගැටුම් නිරාකරණයේ යෙදෙයි.	8.3.1 ගැටුම් අවස්ථා හඳුනාගෙන එම අවස්ථා මගහරවා ගැනීමට කටයුතු කරයි.	• ගැටුම් අර්ථ දැක්වීම • විවිධ ගැටුම් අවස්ථා හඳුනා ගැනීම • ගැටුම් වළක්වා ගැනීමේ විධි ක්‍රම • ගැටුම් නිරාකරණය කරගැනීමට වර්ධනය කළයුතු කුසලතා හා ගුණාංග	03
	8.3..2 ගැටුම් සුබවාදී ව නිරාකරණය කරයි	• ගැටුම් නිරාකරණය කිරීමේ සරල පියවර	03
8.4 නායකත්වයට ගරුකරමින් නායකත්ව ගුණාංග ප්‍රගුණ කරයි.	8.4.1 නායකත්වයේ අවශ්‍යතාව හඳුනා ගනිමින් නායකයෙකු ලෙස කටයුතු කරයි.	• නායකත්වය යනු කුමක් ද? • නායකත්වයේ ගුණාංග • නායකත්වය හා අනුගාමිකත්වය	03
8.5 වැඩ ලෝකයට අනුගත වෙයි.	8.5.1 ශ්‍රමාභිමානයෙන් කටයුතු කරයි.	• වැඩ ලෝකයේ විවිධත්වය • සෑම වැඩක් ම සෑම රැකියාවක් ම සමාජ පැවැත්මට හා සමාජ ප්‍රගමණයට අවශ්‍ය වීම • සෑම අයකුගේ ම ශ්‍රමයට වටිනාකමක් ඇත. එයට ගරු කළ යුතුවීම.	03
	8.5.2 පුහුණු ශ්‍රමයේ වටිනාකම පිළිබඳ කරුණු ගවේෂණය කරයි.	• විවිධ නිෂ්පාදන සඳහා පුහුණු ශ්‍රමය අවශ්‍ය වේ.	04

8 වන ශ්‍රේණිය - ජීවන නිපුණතා හා පුරවැසි අධ්‍යාපනය - (11- කොටස)

<table>
<tr><th>නිපුණතාව</th><th>නිපුණතා මට්ටම</th><th>විෂය අන්තර්ගතය</th><th>යෝජිත කාලච්ඡේද</th></tr>
<tr>
<td>8.1 ජන ජීවිතයේ යහපත පිණිස පවත්නා පොදු සේවා ඵලදායීව හා නිවැරදි ව භාවිතා කරයි.</td>
<td>8.1.1 පොදු සේවා හා පොදු සේවා සපයන ආයතන හඳුනාගෙන ජන ජීවිතය යහපත් කර ගැනීමට යොදා ගනියි.</td>
<td>● අප ප්‍රදේශයේ පොදු සේවා
පොදු සේවා
- හැඳින්වීම
- පොදු සේවා වල අවශ්‍යතාව හා විකාශය
- පොදු සේවාවල ලක්ෂණ
- විවිධ පොදු සේවා
* ජලය
* සෞඛ්‍යය
* ප්‍රවාහනය
* විදුලිය
* පණිවුඩ හුවමාරුව
● පොදු සේවා සම්බන්ධ ආයතන හා නිලධාරීන්
- ජල සම්පාදනය
- සෞඛ්‍යය සේවා
- අධ්‍යාපනය ලබා දීම
- ප්‍රවාහන සේවා
- විදුලිය සැපයීම
- පණිවුඩ හුවමාරුව

● රජය මගින් සපයන වෙනත් පොදු සේවා
- පරිසර සංරක්ෂණය
- සමාජ සංරක්ෂණය
- විවිධ සුභසාධක සේවා

● අප ප්‍රදේශයේ පොදු සේවා සපයන වෙනත් සංවිධාන හා එමගින් සපයන පොදු සේවා
උදා: සමූපකාරය</td>
<td>03</td>
</tr>
</table>

නිපුණතාව	නිපුණතා මට්ටම	විෂය අන්තර්ගතය	යෝජිත කාලච්ඡේද
	8.1.2 පොදු සේවා සපයන ආයතන හා බැඳුණු පුරවැසි වගකීම හා යුතුකම් ඉටු කරයි.	● පොදු සේවා ක්‍රියාත්මක කරන ආයතන හා බැඳුන වගකීම් හා යුතුකම් - සියලු ම පොදු සේවා පොදු ජන අවශ්‍යතා ඉටුකරන බැවින් මානාව හිතවාදී ව කටයුතු කිරීම. - ජල සම්පාදනය * පිරිසිදු ජල සැපයුම, විධිමත් ව බෙදාහැරීම, කලට වේලාවට නඩත්තු කටයුතු කිරීම. ● සෞඛ්‍ය සේවා - අවශ්‍ය ඕනෑ ම අවස්ථාවක සේවාවන් විධිමත් ව සැපයීම, වසංගත රෝග වැළැක්වීම ● අධ්‍යාපනය ලබා දීම - සමාජයට වැඩදායී පුරවැසියන් බිහිකළ හැකි අධ්‍යාපනයක් ලබා දීම. ● ප්‍රවාහනය - මගී ආරක්ෂාව සහතික කිරීම - කාර්යක්ෂම සේවාවන් සැපයීම - නීතිගරුක, විනයගරුක හා ආචාරශීලී සේවයක් සැපයීම ● විදුලිය - පාරිභෝගිකයින්ට අඛණ්ඩ ව විදුලිය සැපයුම ලබා දිය හැකි අයුරින් විධිමත් ව සේවා සැපයුම ● පණිවුඩ හුවමාරුව - විශ්වාසවන්ත කාර්යක්ෂම හා ක්‍රමවත් සේවා සැපයුම, සත්‍ය තොරතුරු ජනතාවට දැනුම් දීම. - හදිසි විපත් හා ස්වාභාවික විපත් පිළිබඳ ව ක්ෂණික ව ජනතාව දැනුවත් කිරීම.	03

නිපුණතාව	නිපුණතා මට්ටම	විෂය අන්තර්ගතය	යෝජිත කාලච්ඡේ
	• පොදු සේවා ප්‍රයෝජනය ගැනීම සම්බන්ධ අයිතිවාසිකම් හා වගකීම් පිළිබඳ දැනුවත් ව කටයුතු කරයි.	• පොදු සේවා ප්‍රයෝජනයට ගන්නා පුරවැසියන් සතු වගකීම් හා යුතුකම් - ලැබෙන සේවා සකසුරුවමින් හා අරපිරිමැස්මෙන් පරිහරණය - සේවා සඳහා ගෙවීම් පියවීමට අවංකවීම - පොදු සේවාවන් පිළිබඳ යහපත් ආකල්ප සංවර්ධනය කරගැනීම - සේවා හා සම්බන්ධ දේපල උපකරණ සුරැකීම.	02
8.2 ප්‍රජාතන්ත්‍රවාදී දිවිපැවැත්මක් තුළින් යහපත් සමාජයකට දායක වෙයි.	8 .2.1 ප්‍රජාතන්ත්‍රවාදී ජීවන ක්‍රමයක ලක්ෂණ විශ්ලේෂණය කරමින් ඒවා භාවිත කරයි.	• ප්‍රජාතන්ත්‍රවාදී ජීවන ක්‍රමය හැඳින්වීම • ප්‍රජාතන්ත්‍රවාදී ජීවන ක්‍රමයක ලක්ෂණ උදා- * අන්‍යොන්‍ය සහයෝගයෙන් කටයුතු කිරීම * බහුතර මතයට ගරුකිරීම * විවිධ මත ඉවසීම * සාකච්ඡා මගින් තීරණවලට එළඹීම * ස්වයං විනය	02
	8.2.2 තම පවුල හා පාසල තුළ දක්නට ලැබෙන ප්‍රජාතන්ත්‍රවාදී ලක්ෂණ වලට අනුගත වෙයි.	• තම පවුල හා පාසල තුළ දක්නට ලැබෙන ප්‍රජාතාන්ත්‍රික ලක්ෂණ උද- * පවුලට, පාසලට, සමාජයට, තමාගෙන් ඉටුවිය යුතු යුතුකම්. * සාකච්ඡා මගින් නිවැරදි තීරණ වලට එළඹීම.	

නිපුණතාව	නිපුණතා මට්ටම	විෂය අන්තර්ගතය	යෝජිත කාලච්ඡේද
	8.2.3 ළමා අයිතිවාසිකම් හා යුතුකම් පිළිබඳ අවබෝධයෙන් කටයුතු කරයි.	• ළමයකුට හිමිවන අයිතිවාසිකම් හා ඔහුගෙන් ඉටු විය යුතු යුතුකම්. උදා:- තමාට, පවුලට, පාසලට සමාජයට ඉටුවිය යුතු යුතුකම් හා හිමිවන අයිතිවාසිකම්.	02
	8.2.4 ප්‍රජාතන්ත්‍රවාදී දිවිපැවැත්මකට සූදානම ප්‍රදර්ශනය කරයි	• සමාජයේ යහපැවැත්මට ප්‍රජාතන්ත්‍රවාදී ජීවන රටාව හේතුවන ආකාරය උදා:- * පුද්ගලයා තුළ යහපත් ආකල්ප වර්ධනය වීම * පවුල හා අසල් වැසියන් අතර සුහද ව හැසිරීම * ජන සමාජය තුළ සුහදත්වය වර්ධනය වීම * ගැටුම් අවම වූ සමාජයක් බිහිවීම * නීති ගරුක හා ගුණගරුක පුරවැසියන් බිහිවීම.	02
8.3 බහු සංස්කෘතික ජනසමාජයක යහපත් පුරවැසියකු ලෙස ජීවත් වෙයි.	8.3.1 බහු සංස්කෘතික ජන සමාජයක අංග ලක්ෂණ විශ්ලේෂණය කරයි.	• බහු සංස්කෘතික ජන සමාජය හැඳින්වීම. • බහු සංස්කෘතික ජන සමාජයක ලක්ෂණ - විවිධ ජනවර්ග - විවිධ ආගම් - විවිධ භාෂා - විවිධ සිරිත්විරිත්	01

නිපුණතාව	නිපුණතා මට්ටම	විෂය අන්තර්ගතය	යෝජිත කාලච්ඡේද
	8.3.2 සංස්කෘතික විවිධත්වය තුළ සමගියෙන් හා සහජීවනයෙන් කටයුතු කරයි.	• ශ්‍රී ලංකාවේ සංස්කෘතික විවිධත්වය - භාෂා - ආගම් - සිරිත් විරිත් විවිධත්වය තුළ සහජීවනයෙන් කටයුතු කිරීම • විවිධ සංස්කෘතික සම්ප්‍රදායන් සිරිත්විරිත් හා උත්සව • විවිධ ජනවර්ග හා බැඳුණු සිරිත්විරිත් උදා:- ඉපදීම, විවාහ මංගල්‍ය, අවමංගල්‍ය • විවිධ ආගම් හා බැඳුණු සිරිත්විරිත්, සම්ප්‍රදායන්, උත්සව හා ඒවායේ වැදගත්කම උදා:- බෞද්ධ - (වෙසක්, පොසොන්) හින්දු - (තෛපොංගල් දීපවාලී) ඉස්ලාම් - (රාමසාන්, හජ්ජි) ක්‍රිස්තියානි - (නත්තල්, මහ සිකුරාදා) • එක් එක් සංස්කෘතින්ගේ අනන්‍යතාව තහවුරුවීම	03

නිපුණතාව	නිපුණතා මට්ටම	විෂය අන්තර්ගතය	යෝජිත කාලච්ඡේද
	8.3.3 සංස්කෘතික විවිධත්වය සංවර්ධන ක්‍රියාවලියේ දී යොදාගත හැකි ආකාරය ගවේෂණය කරයි.	• එක් එක් සංස්කෘතින්ගේ අනන්‍යතාව තහවුරු වීම • එක් එක් සංස්කෘතික අංග පිළිබඳ ව අවබෝධය ලබා ගැනීම • අන්‍යෝන්‍ය අවබෝධය නිසා ගැටුම් අවම වීම ජන කොටස් අතර සමගිය තහවුරු වීම • සංස්කෘතික විවිධත්වය තුළ රට සංවර්ධනය කර ගැනීමට එකමුතු ව කටයුතු කිරීම • ජාති, ආගම්, භාෂා භේදයකින් තොර ව රට සංවර්ධනයට දායක වීම • ඵලදායී ආර්ථික කටයුතුවල යෙදෙමින් රට සංවර්ධනයට දායක වීම • සංස්කෘතික විවිධත්වයට ගරුකරමින් තම යුතුකම් හා වගකීම් ඉටුකිරීම	03 01
8.4 ජන සමාජයේ සුරක්ෂිත පැවැත්ම සඳහා ක්‍රියාකාරී ව කටයුතු කරයි.	8.4.1 විපත් හා අනතුරුහඳුනාගෙන ඒවා අවම කිරීමට දායකවේ.	• ස්වාභාවික විපත් හා මිනිස් ක්‍රියාකාරකම් හේතු කොට ගෙන ඇතිවන විපත් - විපත් හැඳින්වීම - විපත්වලින් වන හානි අවම කර ගැනීම - සංසුන් ව කටයුතු කිරීම - විපතට පත්වුවන් බේරා ගැනීම - නිවැරදි ප්‍රථමාධාර දීම - විපතට පත්වුවන් හා දේපල ආරක්ෂා කිරීම - අදාළ ස්ථානවලට දැනුම්දීම	03
	8.4.2 මාර්ග නීතිරීති පිළිපදමින් මාර්ග අනතුරු අවමකර ගනියි.	• මාර්ග අනතුරු - මාර්ග අනතුරුවලට හේතු - අනතුරු වලක්වා ගැනීම සඳහා අනුගමනය කළ යුතු ක්‍රියාමාර්ග - මාර්ග අනතුරු සිදු වූ අවස්ථාවක දී ක්‍රියා කළ යුතු ආකාරය	

නිපුණතාව	නිපුණතා මට්ටම	විෂය අන්තර්ගතය	යෝජිත කාලච්ඡේද
	8.4.3 රසායනික ද්‍රව්‍ය භාවිතය මගින් සිදුවිය ඇති අනතුරු හඳුනාගෙන ඒවා අවම කිරීමට දායකවේ.	• රසයානික ද්‍රව්‍ය භාවිතය හා එමගින් - අනතුරු සිදු විය හැකි ආකාරයන් - අනතුරක් සිදු වූ අවස්ථාවක දී ගතයුතු ක්‍රියාමාර්ග - අනතුරු වළක්වා ගැනීම සඳහ ගතහැකි ක්‍රියා මාර්ග	03

යෝජිත ඉගෙනුම් ඉගැන්වීම් ක්‍රමෝපා (ජීවන නිපුණතා) I කොටස

ජීවන නිපුණතා හා පුරවැසි අධ්‍යාපනය විෂය නිර්දේශය හා ඉගෙනුම් ඉගැන්වීම් ක්‍රියාවලිය මෙහෙයවීමේ දී, ගුරුවරයා විසින් ඉගැන්වීමට වඩා සිසුන්ට ඉගෙනීමට අවස්ථාවන් සලසා දීම වැදගත් වේ. මෙම විෂය මගින් අපේක්ෂා කරන ආකාරයට පුද්ගල සංවර්ධනය මගින් සමාජ සංවර්ධනයට දායකත්වය ලබා දීමට දරු දැරියන් තුළ නිපුණතා සංවර්ධනය කළ යුතු බැවින් එකී හැකියා වර්ධනයට ඉගෙනුම් ඉගැන්වීම් පරිසරයක් නිර්මාණය වීම අතිශයින් වැදගත් වේ.

නව විෂය ක්ෂේත්‍රය තුළ ඉගෙනුම්-ඉගැන්වීම් උපාය මාර්ග වඩාත් නම්‍යශීලී විය යුතු අතර දේශන හා සාකච්ඡාවලට වඩා ව්‍යවහාරික සමාජයට වඩාත් උචිත සජීවී ජීවන අත්දැකීම් ලබා දීම යෝග්‍ය වේ.

විශේෂයෙන් සහයෝගී කණ්ඩායම් ක්‍රම මගින් ඉගෙනුම් අත්දැකීම් ලබා දීම මගින් දරු දැරියන් තුළ සමාජ කුසලතා වර්ධනය කිරීම අපේක්ෂිතයි. ඉගෙනුම් - ඉගැන්වීම් ක්‍රියාවලියේ දී පන්ති කාමරය, පාසල් සමාජය, පාසල් පරිසරය, අවට පරිසරය හා අවට සමාජ ආයතන, සජීවී ඉගෙනුම් අත්දැකීම් ලබා දීම සඳහා යොදා ගත හැකිය.

මෙවැනි ඉගෙනුම් - ඉගැන්වීම් පරිසර තුළ දී නිරීක්ෂණය, සිද්ධි අධ්‍යයනය, ක්‍රීඩා, භූමිකා රංගන, සම්මුඛ සාකච්ඡා, සමීක්ෂණ, ගවේෂණ, ස්වයං අධ්‍යයන, අත්හදා බැලීම්, බුද්ධි කලම්බන සාකච්ඡා, ප්‍රදර්ශන, ව්‍යාපෘති ක්ෂේත්‍ර අධ්‍යයන වැනි ඉගෙනුම් ඉගැන්වීම් ක්‍රම ගුරුවරයාට අභිමත පරිදි යොදා ගත හැකි ය.

ඉගෙනුම් ඉගැන්වීම් ක්‍රමවේද (පුරවැසි අධ්‍යාපනය) II කොටස

දීර්ඝ කාලයක් තිස්සේ පන්ති කාමර ඉගෙනුම් ඉගැන්වීම් ක්‍රියාවලියේ ප්‍රමුඛ ස්ථානයක් ගත් දේශන ක්‍රමය තව දුරටත් වැදගත් ඉගැන්වීමේ උපාය මාර්ගයක් වශයෙන් පවත්වා ගෙන යාම මෙහි දී අවධාරණය නොකෙරේ. ශිෂ්‍ය ශිෂ්‍යාවන් තරගකාරී අධ්‍යාපනික පරිසරයක් කරා මෙහෙයවනු වෙනුවට සාමූහිකත්වය හා වැඩ ලෝකයට අදාළ නිපුණතා වර්ධනය කරන, ප්‍රීතිදායක ඉගෙනුම් පරිසරයක් ඇති කරන ස්වයං අධ්‍යයනයට පොළඹවන ඉගෙනුම් ක්‍රමවේද කෙරෙහි අපගේ අවධානය යොමු විය යුතු ය. පුරවැසි අධ්‍යාපනය විෂයයෙන් අවසන් වශයෙන් අපේක්ෂා කෙරෙන්නේ මිනිස් ගුණ ධර්මවලින් හෙබි සාමකාමී සහජීවනයෙන් යුත් අනාගත පරපුරක් බිහි කිරීම ය. මේ අරමුණ මුදුන්පත් කර ගැනීම සඳහා ශිෂ්‍යයාට පන්ති කාමරයේ උගත් කරුණු ජීවිත අත්දැකීම්වලට සම්බන්ධ කර ගැනීමට අවස්ථා ලබා දිය යුතු අතර ඒ සඳහා ප්‍රායෝගික ක්‍රියාකාරකම් අත්‍යවශ්‍ය වෙයි. එබැවින් විෂය කරුණු ඉගැන්වීමට වඩා ප්‍රායෝගික අත්දැකීම් පෙරදැරි කර ගෙන ඉගෙනම ඉගැන්වීම හා ඇගයීම යන ස්වාධීන පන්ති කාමර ක්‍රියාවලිය සංවිධානය කර ගත යුතු ය. පාසලෙන් බාහිර ආයතන හා පුද්ගලයින් සමඟ සබඳතා පවත්වා ගැනීමෙන් සිසුන්ගේ සමාජමය කුසලතා වර්ධනය වේ. ප්‍රජාතන්ත්‍රවාදී අගයන් හා

සම්බන්ධ චර්යාමය රටා වර්ධනය වන ආකාරයේ ඉගෙනුම් සිද්ධි මගින් අත්දැකීම් වර්ධනය කිරීම පිණිස පන්ති කාමරයෙන් බැහැර ක්‍රියාකාරකම්වලට සිසුන් යොමු කිරීමත් එම ක්‍රියාකාරකම් ශිෂ්‍යයාගේ වයස් මට්ටමට ගැළපෙන පරිදි සංවිධානය කරීමත් සඳහා ගුරු භවතුන් විසින් මනා සැලැස්මක් සකස් කර ගැනීම කළ යුතුය.

කරුණු ඉගැන්වීමට වඩා ස්වයං අධ්‍යයනයට, නිරීක්ෂණයට, තොරතුරු රැස් කිරීමට හා ඒවා විශ්ලේෂණය කිරීමට, කණ්ඩායම් ක්‍රියාකාරකම්වල නිරත වීමට, සහ ශිෂ්‍ය පෞරුෂ වර්ධනයට අදාල වන නායකත්වයට ගරු කිරීම, නායකත්වය ඉසලීම, අන්‍ය මත ඉවසීම, විනීත හා විනය ගරුක ව හැසිරීම පිළිබඳ ලක්ෂණ ශිෂ්‍යයන් තුළ වර්ධනය කිරීම සඳහා ප්‍රායෝගික ක්‍රියාකාරකම් වැදගත් වෙයි. ඒ සඳහා පන්ති කාමරය තුළ දී හා ඉන් පිටත ද ගුරු මග පෙන්වීම වැදගත් වේ. පහත දැක්වෙන ඉගෙනුම් ක්‍රමවේද පුරවැසි අධ්‍යාපනය විෂය ඉගැන්වීම සඳහා යෝජනා කරනු ලැබේ. ඒ පිළිබඳ වැඩිදුර තොරතුරු ගුරු මාර්ගෝපදේශ සංග්‍රහ හා සේවාස්ථ පුහුණු කාර්ය සැසි ඇසුරෙන් ලබා ගැනීම මැනවි.

- නිරීක්ෂණය
- ගවේෂණය
- සම්මුඛ සාකච්ඡා මගින් තොරතුරු රැස් කිරීම
- තොරතුරු විශ්ලේෂණය කිරීම
- ක්ෂේත්‍ර වැඩ
- ළමා පාර්ලිමේන්තුව, (එක් එක් අමාත්‍යාංශ හා විවිධ ජනවර්ග නියෝජනය වන පරිදි පාර්ලිමේන්තුවේ සංයුතිය සකස් කර ගැනීමට සිසුන්ට උපදෙස් දෙන්න. එක් එක් පක්ෂ හෝ ජනවර්ග නියෝජනය වන පරිදි පාර්ලිමේන්තු සභාවාරයේ කටයුතු සකස් කර ගනිමින් වර්තමාන පාර්ලිමේන්තුවේ ආදර්ශයකට අනුව ළමා පාර්ලිමේන්තුව සකස්කර ගැනීමට කටයුතු කරන්න.)
- සුභ සාධක සමිති සමාගම්, ශ්‍රමදාන හා ශ්‍රමාභිමානී කඳවුරු, ශිෂ්‍යයා හා බාල දක්ෂ කඳවුරු
- ගිලානෝපාස්ථානය
- අපදා කළමනාකරණයට දායකවීම
- විවිධ සමිති සමාගම්, සමාජ සුභසාධන, පරිසර සුරැකීම, පෞරාණික සම්පත් සුරැකීම
- ව්‍යාපෘති
- ගැටලු විසඳීමේ ක්‍රමය
- විමසුම් ඉගැන්වීමේ ක්‍රමය
- ප්‍රශ්නෝත්තර ක්‍රමය
- බිත්ති පුවත්පත්
- ප්‍රදර්ශන

පාසල් ප්‍රතිපත්ති හා පාසල් වැඩ සටහන් (ජීවන නිපුණතා)

ජීවන නිපුණතා හා පුරවැසි අධ්‍යාපනය විෂය පාසල තුළ ක්‍රියාත්මක කිරීමේ දී එය පන්ති කාමරයට සීමා නොවී අවශ්‍ය සෑම අවස්ථාවක දී ම, සිසුන් ජීවිත අත්දැකීම් ලැබෙන ක්‍රියාකාරකම් සඳහා යොමු කිරීම වැදගත් වේ. විෂය සමගාමී ක්‍රියාකාරම්වලදී මෙන්ම විෂය බාහිර ක්‍රියාකාරකම්වල දී දරු දැරියන් තුළ විවිධ ක්ෂේත්‍රවලට අයත් නිපුණතා සංවර්ධනය කිරීමට එය මහඟු පිටුවහලක් වනු ඇත. තීරණ ගැනීම, නායකත්වය, සහභාගීත්වය, සංවිධානය, සැලසුම්කරණය ආදී විවිධ කටයුතුවල දී හැකි ආකාරයෙන් සිසුන්ගේ දායකත්වය ලබා ගැනීම සඳහා විශේෂ අවධානයක් යොමු කළ යුතු ය. විශේෂයෙන් පාසල තුළ ක්‍රියාත්මක වන සැඟවුණ විෂයමාලාව ක්‍රියාත්මක වීමේ දී විදුහල්පති තුමා ඇතුළු පාසලේ පරිපාලනයට සම්බන්ධ සියලු දෙනාම දරු දැරියන් තුළ ජීවන නිපුණතා සංවර්ධනය කිරීමට උචිත වැඩ කටයුතු සැලසුම් කිරීම වැදගත් වේ.

මීට අමතරව විවිධ සමාජ සේවා හා සුභ සාධක කටයුතුවල සිසුන් නිරත කරවීම සඳහා පාසල් ප්‍රතිපත්ති හා වැඩ සටහන් නවීකරණය වීම අවශ්‍ය ය. විශේෂයෙන් ගුරු, දෙමාපිය, ප්‍රජා වැඩ සටහන්වල දී සිසු දායකත්වය හා මඟ පෙන්වීම ලබා ගැනීමට අවශ්‍ය කටයුතු පාසල් ප්‍රතිපත්ති තුළ අන්තර්ගත විය යුතු වේ. එමෙන් ම පාසල තුළ **"මගේ හොඳ වැඩ පොත"** නමින් දින පොතක් සෑම සිසුවකු ලවා ම පවත්වා ගෙන යාමට මඟ පෙන්වීම කළ හැකි ය. මෙය වරින් වර පරීක්ෂා කිරීම මගින් සිසුන් තුළ පෙළඹවීමක් ඇති කිරීම වැදගත් වේ.

විශේෂයෙන් ජීවන නිපුණතා හා පුරවැසි අධ්‍යාපන සංකල්ප ජීවන නිපුණතා ගුරුවරයා මෙන් ම අනෙකුත් විෂයයන් උගන්වන ගුරුවරුන් මගින් ද සංවර්ධනය කිරීම තුළින් පාසල් ප්‍රතිපත්තිවලට ඇතුළත් කළ යුතු ය. ඔවුන්ගේ සහාය ද ඒ සඳහා ලබා ගැනීම සුදුසු ය. එසේ ම මෙම විෂයය සම්බන්ධ ව සහාය ලබා දෙන බාහිර ආයතන හා පුද්ගලයින්ගේ උපකාරක දායකත්වය ලබා ගැනීමට ද යොමු විය යුතු ය. පන්ති කාමරයේ දීත්, පන්ති කාමරයෙන් බැහැර ව විවිධ අවස්ථාවන්හිදීත් ක්‍රීඩාපිටිය, පුස්තකාලය, ආපනශාලාව, නේවාසිකාගාරය, පොදු ස්ථාන, උදේ රැස්වීම යන පාසලේ විවිධ කාර්යස්ථානයන් හි දී ශිෂ්‍යයන්ගේ හැසිරීම් රටාවන් තුළින් ජීවන නිපුණතා ප්‍රදර්ශනය වනු ඇතැයි අපේක්ෂා කෙරේ. මෙම විෂයයේ ඉගෙනුම් ඵල ලෙස පාසලේ විනය ගැටළු අඩුවීම මෙන්ම සිසුන් ප්‍රීතියෙන් ඉගෙනීමේ යෙදෙන ප්‍රියජනක පරිසරයක් නිර්මාණය වීම සිදුවනු ඇතැයි අපේක්ෂා කෙරේ.

පාසල් ප්‍රතිපත්ති සහ වැඩ සටහන් (පුරවැසි අධ්‍යාපනය)

පාසල පවතින්නේ මානව වර්ගයාට සාමානාත්මතාවෙන් යුක්තව සේවය කිරීමට ය. ලෝක වාසීන් පිළිබඳ අවබෝධය වර්ධනය කිරීමටත් මිනිස් ජීවිතයට හා මිනිස් වර්ගයාට ගෞරව කිරීමටත් උගන්වන්නේ පාසලෙනි. එසේ ම යහපත් ආකල්පවලින් මෙන්ම යහපත් චර්යාවලින් හෙබි පුද්ගලයින් බිහි කිරීම ද පාසල සතු වගකීමක් වෙයි. මානව වර්ගයාට සංවර්ධනය විය

හැක්කේ එකමුතුකම හා සාමූහික ප්‍රයත්න තුළින් පමණක් වන අතර ඒ සඳහා පදනම වැටෙන්නේ ද පාසල තුළිනි. ඒ බැවින් පුරවැසි අධ්‍යාපනය යන විෂයය පාසල්වල අනිවාර්යයෙන් ඉගැන්විය යුතු විෂයයක් වන්නේ ය.

විෂය නිර්දේශයේ අන්තර්ගතය වඩා සාර්ථක ඉගෙනුම් අත්දැකීම් බවට පත් කිරීම සඳහා සෑම ශිෂ්‍යයකුට ම සහභාගී විය හැකි ප්‍රදේශයට ගැළපෙන වාර්ෂික වැඩ සටහනක් සම්පාදනය කිරීම පාසල් අධිකාරීන්ගේ වගකීමකි. වසර ආරම්භයේ දී ප්‍රායෝගිකව ක්‍රියාත්මක කළ හැකි වැඩ සටහනක් සකස් කිරීම ප්‍රයෝජනවත් වේ. එවැනි වැඩ සටහනකට ඇතුළත් කළ හැකි විෂය සමගාමී ක්‍රියාකාරකම් කිහිපයක් පහත දැක් වේ.

- ක්ෂේත්‍ර වැඩ සටහන් හා අධ්‍යාපන චාරිකා සංවිධානය කිරීම
- කුඩා පරිමාණයේ ව්‍යාපෘති ආරම්භ කිරීම
- දැනුම මිනුම වැඩ සටහන්, විවාද හා ප්‍රදර්ශන පැවැත්වීම
- බිත්ති පුවත්පත් හා වාර ප්‍රකාශන පල කිරීම
- ප්‍රදේශයේ පිහිටුවා ගෙන ඇති වෙනත් සංවිධාන සමඟ එක් ව කටයුතු කිරීම
- ජාතික හා ජාත්‍යන්තර සංවිධාන සමඟ කටයුතු කිරීම
- සම්පත් පුද්ගලයින්ගේ සහභාගීත්වයෙන් වැඩ මුළු පැවැත්වීම

ඉගෙනුම් ඉගැන්වීම් ක්‍රමෝපා

හැඳින්වීම

මෙම පාඨමාලාවට අදාළ ඉගෙනුම් ඉගැන්වීම් ක්‍රමවේදය තීරණය කිරීමේ දී ගවේෂණය පදනම් කර ගෙන සිසු නිපුණතා ගොඩ නැගීමට හැකි වන පරිදි ඉගෙනුම් ඉගැන්වීම් ක්‍රියාකාරකම් සැලසුම් කිරීම කෙරෙහි අවධානය යොමු කර ඇත. නිපුණතා පාදක අධ්‍යාපනය සඳහා මෙසේ සූදානම් වීමේ දී ගුරු භූමිකාවේ ද පැහැදිලි වෙනසක් අපේක්ෂා කෙරේ.

ඈත අතීතයේ සිට අපේ පන්ති කාමරවල බහුල ව ක්‍රියාත්මක වූ සම්ප්‍රදායික සම්ප්‍රේෂණ භූමිකාව (TRANSMISSION ROLE) හා පසු කාලීනය හඳුන්වා දෙනු ලැබූ ගනුදෙනු භූමිකාව (TRANSACTION ROLE) වර්තමාන පන්ති කාමර තුළ තවමත් කැපී පෙනේ. පාසල් හැර යන දරු දැරියන්ගේ චින්තන කුසලතා, පුද්ගල කුසලතා හා සමාජ කුසලතාවල අද දක්නට ලැබෙන පිරිහීම පිළිබඳ සලකා බලන වට ඉගෙනුම් ඉගැන්වීම් ක්‍රමවේදය සංවර්ධනය විය යුතු බවත්, එය සිදුවිය යුතු ආකාරයත් හඳුනා ගැනීම අපහසු නොවේ.

සම්ප්‍රේෂණ ගුරු භූමකාවේ දී සිසුන් උගත යුතු සියල්ල දන්නා අයෙකු ලෙස ගුරුවරයා පිළිගැනෙන අතර සිසුන් ඒ කිසිවක් නොදන්නා අය ලෙස සලකා ඔවුන් වෙත දැනුම සම්ප්‍රේෂණය කිරීම ගුරු කාර්යය බවට පත් වී තිබේ. ගුරුවරයාගෙන් සිසුනට දැනුම ගලා යාමට පමණක් සීමා වන දේශන මුහුණුවරක් ගන්නා මෙම ඉගෙනුම් ඉගැන්වීම් ක්‍රියාවලිය සිසු චින්තනය අවදි කිරීමට හෝ සිසුන්ගේ පෞද්ගලික හා සමාජ කුසලතා සංවර්ධනය කිරීමට හෝ ප්‍රමාණවත් ව දායක නොවේ.

ගුරුවරයා පන්තිය සමඟ ඇති කර ගන්නා දෙබස සංවාදාත්මක ගුරු භූමිකාවේ ආරම්භක අවස්ථාව වේ. ගුරුවරයාගෙන් සිසුන්ට හා සිසුන්ගෙන් ගුරුවරයාට ගලා යන අදහස්වලට අමතරව සිසු - සිසු අන්තර් ක්‍රියා ද පසුව ඇතිවීම නිසා මෙම දෙබස ක්‍රමයෙන් සංවාදයකට පෙරලේ. දන්නා දෙයින් නොදන්නා දෙයට, සරල දෙයින් සංකීර්ණ දෙයට මෙන් ම සංයුක්ත දෙයින් වියුක්ත දෙයට සිසුන් ගෙනයාම සඳහා ගුරුවරයා දිගින් දිගට ම ප්‍රශ්නකරනයේ නිරත වේ.

නිපුණතා පාදක අධ්‍යාපනයේ ද ශිෂ්‍ය කාර්යයන් ප්‍රබල ස්ථානයක් ගන්නා අතර පන්තියේ සෑම ළමයෙකු ම ඒ ඒ නිපුණතාව සම්බන්ධ ව අඩු තරමින් ආසන්න ප්‍රවීණතාවයට හෝ ගෙන ඒමට මැදිහත් වන සම්පත් දායකයකුගේ (RESOURCES PERSON) තත්ත්වයට පත් වේ. ඉගෙනුමට අවශ්‍ය උපකරණ හා අනෙකුත් පහසුකම් සහිත ඉගෙනුම් පරිසරයක් සැලසුම් කිරීම, සිසුන් ඉගෙන ගන්නා අයුරු සමීප ව නිරීක්ෂණය කිරීම, ශිෂ්‍ය හැකියා හා නොහැකියා හඳුනා ගැනීම, අවශ්‍ය ඉදිරි පෝෂණ ප්‍රතිපෝෂණ ලබා දෙමින් සිසුන්ගේ ඉගනුම් ප්‍රවර්ධනය කිරීම මෙන් ම පන්ති කාමරයෙන් බැහැරට ඉගෙනුම් හා ඉගැන්වීම් දීර්ඝ කිරීම සඳහා ඇගයීම් උපකරණ සකස් කිරීම ද මෙහි දී ගුරුවරයාගෙන් ඉටුවිය යුතු මූලික කාර්යයන් වේ. යථෝක්ත ගුරු කාර්ය භාරය ඇසුරු කොට ගත් ගුරු භූමිකාව පරිණාමන ගුරු භූමිකාව (TRANSFORMATION ROLE) ලෙස නම් කර තිබේ.

මෙම පාඨමාර්ගයේ පළමු කොටස මගින් හඳුන්වා දෙනු ලන විස්තරාත්මක විෂය මාලාව ක්‍රියාත්මක කිරීම සඳහා යොදා ගත හැකි ක්‍රියාකාරකම් සන්නතිය එහි දෙවැනි කොටසට ඇතුළත් කර ඇත. මේ සෑම ක්‍රියාකාරකමක් ම අඩු තරමින් පියවර තුනක් ඇතුළත් වන පරිදි සංවර්ධනය කර තිබේ. ක්‍රියාකාරකම්වල පළමුවන පියවර මඟින් සිසුන් ඉගෙනුමට සම්බන්ධ කර ගැනමට අපේක්ෂා කරනු ලැබේ. එබැවින් මෙම පියවර සම්බන්ධ කර ගැනීමේ පියවර (ENGAGEMENT STEP) වශයෙන් නම් කර තිබේ. මෙහි ආරම්භයක් ලෙස ගුරුවරයා ගනු දෙනු භූමිකාවේ ලක්ෂණ ප්‍රදර්ශනය කරමින් සිසුන් සමග දෙබසකට මුල පුරයි. පසු ව සංවාදයකමූලික නිපුණතාව හා සම්බන්ධ පෙර දැනුම සිහිපත් කර ගැනීමටත්, ක්‍රියාකාරකමේ ඉදිරිය පිළිබඳ ඉඟි ලබා ගැනීමටත් සිසුන්ට අවස්ථාව සැලසේ. මෙම අදහස් හුවමාරුව සඳහා යොදා ගත හැකි උපක්‍රම රාශියක් ගුරුවරයා සතුව ඇත. ප්‍රශ්න ඉදිරිපත් කිරීම, පින්තූර පුවත්පත් දැන්වීම් හා සැණ පත් (FLASH CARDS) වැනි උත්තේජක යොදා ගැනීම, ගැටලු ප්‍රහේලිකා හෝ සිද්ධි අධ්‍යයනය භාවිතය, දෙබස් භූමිකා රංගන, කවි, ගීත හා ආදර්ශන (DEMONSTRATIONS) ශ්‍රව්‍ය දෘශ්‍ය පට යොදා ගැනීම මෙහි දී ගුරුවරයා සතු ව ඇති උපක්‍රම කිහිපයකි. සාරාංශ වශයෙන් පහත සඳහන් අරමුණු තුන සාක්ෂාත් කර ගැනීම මුල් කොට ක්‍රියාකාරකම්වල පළමු පියවර ක්‍රියාත්මක වේ.

- පන්තියේ අවධානය දිනා ගැනීම
- අවශ්‍ය පෙර දැනුම සිහිපත් කර ගැනීමට සිසුන්ට අවස්ථාව ලබා දීම
- ක්‍රියාකාරකමේ දෙවැනි පියවර යටතේ සිසුන් යොමු කිරීමට අපේක්ෂා කරන ගවේෂණයේ මූලිකාංග සිසුන්ට හඳුන්වා දීම

ක්‍රියාකාරකමේ දෙවැනි පියවර සැලසුම් කර ඇත්තේ ගවේෂණය (EXPLORATION)සඳහා සිසුන්ට අවස්ථාව ලාබාදීමට ය. සිසුන් ගවේෂණයේ යෙදෙන්නේ ඒ සඳහා සුවිශේෂ ව සකස් කරන ලද උපදෙස් පත්‍රිකාවක් පදනම් කරගෙන ය. ගැටලුවට සම්බන්ධ විවිධ පැති කණ්ඩායම් වශයෙන් ගවේෂණය කරමින් සහයෝගී ඉගෙනුමේ යෙදීමට සිසුනට හැකි වන පරිදි මෙම ගවේෂණය සැලසුම් කිරීමට ගුරුවරයාට සිදුවේ. සපයා ඇති සම්පත් ද්‍රව්‍ය ප්‍රයෝජනයට ගනිමින්, සතිමත් බවෙන් යුතුව කණ්ඩායම් සාකච්ඡා මෙහෙයවමින් සිසුන් ගවේෂණයේ නිරතවීම මෙම පියවරේ වැදගත් ලක්ෂණ කිහිපයක් වේ. කාලයක් තිස්සේ එබඳු කණ්ඩායම් ක්‍රියාකාරකම්වල නිරත වීම නිසා ස්වයං විනය, අන්‍යයන්ට සවන්දීම, අන්‍යයන් සමඟ සහයෝගයෙන් වැඩ කිරීම, ඔවුන්ට උදව් වීම, කාල කළමනාකරණය, ගුණාත්මක බවෙන් ඉහළ නිපැයුම් ලබා ගැනීම, අවංක බව ආදී සාමාන්‍ය ජීවිතයට අවශ්‍ය වැදගත් කුසලතා රැසක් සංවර්ධනය කර ගැනීමට ද සිසුන්ට හැකියාව ලැබේ.

සිසුන් ගවේෂණය සඳහා යොමු කිරීමේ දී ශිෂ්‍ය කණ්ඩායම්වල නායකත්වය පිළිබඳ තීරණ ගැනීමෙන් ගුරුවරයා වැළකී සිටිය යුතු අතර සිසුන් අතරින් නායකයන් මතුවීමට අවශ්‍ය පසුබිම පමණක් මැනවින් සූදානම් කළ යුතු ය. සැඟවුණු හැකියා පදනම් කර ගනිමින් අවස්ථාවෝචිත ව නායකත්වය ගැනීමේ වරප්‍රසාදය මේ අනුව සිසුන්ට හිමිවේ.

ක්‍රියාකාරකමේ තෙවන පියවරේ දී සෑම කණ්ඩායමකට ම තම ගවේෂණ ප්‍රතිඵල අන් අයගේ දැන ගැනීම සඳහා ඉදිරිපත් කිරීමට අවස්ථාව සැලසේ. මෙහි දී ගුරුවරයා කළ යුත්තේ සමූහ ඉදිරිපත් කිරීම් සඳහා සිසුන් දරිමත් කිරීමට ය. සෑම සාමාජිකයෙකුට ම වගකීම් පැවරෙන පරිදි ඉදිරිපත් කිරීම සැළසුම් කිරීමට සිසුන් මෙහෙයවීම ද වැඩදායක ය. සිසු අනාවරණ පැහැදිලි කිරීම (EXPLANATION) හා සම්බන්ධ මෙම පියවරේ වැදගත් ලක්ෂණයන් වන්නේ පන්ති කාමර තුළ නිතර ඇසෙන ගුරු කථනය වෙනුවට සිසු හඬ මතු වීමට අවස්ථා සම්පාදනය වී තිබීමය.

ට

ක්‍රියාකාරකම්වල තෙවන පියවරේ දී සොයා ගැනීම් පැහැදිලි කිරීමෙන් අනතුරුව වැඩි දියුණු කිරීමට නැත්නම් විස්තාරණයට (ELABORATION) සිසුන් යොමු කිරීමට අවශ්‍ය වේ. එක් එක් කණ්ඩායම ඔවුන්ගේ ඉදිරිපත් කිරීම අවසන් කළ පසු ඒ පිළිබඳ සංවර්ධනාත්මක යෝජනා මතු කිරීමට ඉදිරිපත් කළ කණ්ඩායම්වල සිසුන්ට දෙවනුව ද මේ සඳහා අවස්ථාව ලැබේ. කෙසේ වෙතත් අවසාන සමාලෝචනය යොමු වන්නේ ගුරුවරයාට ය. සිසුන් නිරත වූ ගවේෂණයට අදාළ වැදගත් කරුණු සියල්ල පැහැදිලි වන සේ මෙම සාමාලෝචනය සිදු කිරීම ගුරුවරයාගෙන් අපේක්ෂා කෙරේ.

පන්ති කාමර ඉගෙනුම් ඉගැන්වීම් ක්‍රියාවලිය තුළින් අපේක්ෂිත අරමුණු සාර්ථකව ඉටු වන්නේ දැයි නිරතුරුව සොයා බැලීම මෙම ඉගෙනුම් ඉගැන්වීම් ක්‍රම වේදය යටතේ ගුරුවරුන් සතු ප්‍රධාන වගකීමකි. මේ සඳහා තක්සේරුව හා ඇගයීම් යොදා ගත යුතු අතර ඒ සඳහා ප්‍රමාණවත් ඉඩකඩ ඉගෙනුම ඉගැන්වීම් ක්‍රියාවලිය තුළදීම ලබා ගැනීමට සැළසුම්කළ ක්‍රියාකාරකම් මගින් ගුරුවරයාට අවස්ථාව සලසා දේ. ක්‍රියාකාරකමේ දෙවන පියවර යටතේ සිසුන් ගවේෂණයේ යෙදෙන විට තක්සේරුවටත් (ASSESSMENT) ක්‍රියාකාරකමේ තෙවන පියවර යටතේ සිසුන් පැහැදිලි කිරීම හා විස්තාරණයට යොමු වන විට ඇගයීමටත් (EVALUATION) ගුරුවරයාට ඉඩ තිබේ. තක්සේරුව හා ඇගයීම් පිළිබඳ විස්තරාත්මක විමසුමක් මෙම ලේඛනය යටතේ මතු දැක්වේ.

මේ දක්වා විස්තර කරන ලද ඉගෙනුම් ඉගැන්වීම් ක්‍රමවේදය පරිණාමන භූමිකාව ක්‍රියාත්මක කිරීම සඳහා ගුරුවරයා යොමු කරවයි. මෙහ දී කණ්ඩායම් ගවේෂණයට මුල් තැන ලැබෙන අතර ගනුදෙනුව, සංවාදය හා කෙටි දේශන සඳහා ද ගුරුවරයාට අවකාශ සැලසේ. ප්‍රවේශ පියවරේ දී ගනුදෙනුවට හා සංවාදයට අවස්ථා ඇති අතර අවසාන පියවරේ සමාලෝචනය යටතේ කෙටි දෙසුමකට ගුරුවරයාට ඉඩ ඇත. නව සහශ්‍රකයේ පළමු විෂය මාලා ප්‍රතිසංස්කරණ යටතේ ඉදිරිපත් වන මෙම විෂය මාලාව හා සම්බන්ධ ඉගෙනුම් ඉගැන්වීම් ක්‍රමවේදය සංවර්ධනය කිරමේ දී පරිණාමන ගුරු භූමිකාවට අමතරව සම්ප්‍රේෂණ හා ගනුදෙනු ගුරු භූමිකාවන්ට අදාළ වැදගත් ලක්ෂණ ගැන ද සැලකිලිමත්වීම මෙම ක්‍රමවේදයේ විශේෂත්වය ලෙස සඳහන් කළ හැකි වේ.

ජීවන නිපුණතා හා පුරවැසි අධ්‍යාපනය
ගුරු මාර්ගෝපදේශ සංග්‍රහය
((1) කොටස) - ජීවන නිපුණතා

නිපුණතාව

8.1 ධනාත්මක ආකල්ප වලින් යුක්තව කටයුතු කරයි.

8.1.1 එදිනෙදා ජීවිතයේ දී යහපත් සිතිවිලි පදනම් කර ගෙන කටයුතු කරයි.

හැඳින්වීම :-

මිනිස් සිතෙහි ක්ෂණයක් පාසා සිතිවිලි හටගන්නා බවත් සිතිවිලිවල ස්වභාවය වටහා ගෙන කටයුතු කළ යුතු බවත් පෙන්වාදීම මෙම පාඩමින් අපේක්ෂිතය. සුභවාදී අසුභවාදී සිතිවිලි වෙන්කර හඳුනා ගැනීමත්, එකී සිතිවිලි සඳහා බලපෑම් කරන මුලාශ්‍ර හඳුනා ගැනීමත්, සිතිවිලි කෙරෙහි විචාරශීලී වී යහපත් සිතිවිලි සංවර්ධනය කරන මුලාශ්‍ර කෙරෙහි යොමු වීමත් අත්‍යාවශ්‍ය වේ.

විෂය අන්තර්ගතය

- සිතිවිලිවල ස්වභාවය
  - මිනිස් සිත තුළ නිරන්තරයෙන් උපදින බව
  - විවිධ අරමුණු ගන්නා බව
  - වහා වෙනස්වන බව
  - යහපත් මෙන්ම අයහපත් සිතිවිලි ඇති බව

- සුභවාදී සිතිවිලි
  - තමාටත්, අන්‍යයන්ටත්, පරිසරයටත් යහපතක් සිදුකරන සිතුවිලි

    උදා:- සතුටින් සිටීම
    අන්අයට උදව් කිරීම
    පරිසරයට ආදරය කිරීම
    ජීවිත ගැටලුවල දී ඒවා සාමාන්‍ය සිදුවීමක් ලෙස සලකා ඒ තුළින් ලැබෙන අත්දැකීම් ජීවිතයට ගලපා ගැනීම.

- සුභවාදී සිතිවිලි අනුව ක්‍රියාත්මක වීමෙන් ඇතිවන ප්‍රතිලාභ

  - උද්යෝගය
  - පිළිගැනීම
  - ප්‍රබෝධය
  - වීර්යය
  - ප්‍රසන්න බව
  - සාර්ථකත්වය
  - නව නිර්මාණකරණය

නිපුණතා මට්ටම 8.1.2 :- යහපත් සිතුවිලි පෝෂණය කරන මූලාශ්‍ර හඳුනාගෙන ඒවා භාවිත කරයි.

- පුද්ගලයාගේ සිතිවිලිවලට බලපෑම්කරන මූලාශ්‍ර

  - ආරය පෙර පුරුදු
  - ඇදහිලි හා විශ්වාස
  - සහජ ලැදියා
  - ආගම
  - පවුල
  - පාසල
  - සමවයස් කණ්ඩායම්
  - ප්‍රජාව
  - මාධ්‍ය

- මූලාශ්‍ර ඇසුරින් ජනිතවන සිතිවිලි පිළිබඳ ව විචාරශීලීවීම

  - සිතිවිලි පිළිබඳව විචාරශීලී විය යුත්තේ ඇයි ?
  - පහළ වන හැම සිතිවිල්ලක්ම ඵලදායී නොවන බව හා ක්‍රියාත්මක කළ නොහැකි බව.
  - යහපත් හා අයහපත් සිතිවිලි වෙන්කර ගැනීම
  - යහපත් සිතුවිලි පවත්වා ගැනීමෙන් හා ක්‍රියාවට නැගීමෙන් ඇතිවන ප්‍රතිලාභ සලකා බැලීම.

- යහපත් සිතුවිලි සංවර්ධනය කරන මූලාශ්‍ර හඳුනාගෙන භාවිත කිරීම

  - යහපත් පවුල් පසුබිම
  - යහපත් මිතුරු ඇසුර
  - ආදර්ශමත් මිතුරු ඇසුර
  - හොඳ පොත පත, සඟරා, අර්ථවත් විද්‍යුත් මාධ්‍ය
  - ආදර්ශවත් චරිත කථා
  - ආගමික පසුබිම

- ඉහත මූලාශ්‍ර අර්ථවත්ව භාවිතයෙන් ජීවිත සාර්ථකත්වයට යොමු වීම.

8.1 නිපුණතාව :- ධනාත්මක ආකල්ප වලින් යුක්තව කටයුතු කරයි.

8.1.1 නිපුණතා මට්ටම් :- එදිනෙදා ජීවිතයේ දී යහපත් සිතුවිලි පදනම් කරගෙන කටයුතු කරයි.

8.1.1.1 ක්‍රියාකාරකම :- " මට හිතෙන්නේ මේ විදියට "

කාලය :- මිනිත්තු 40

ගුණාත්මක යෙදවුම් :-
- ඇමුණුම 8.1.1.1 හි සඳහන් පින්තූරය
- ඇමුණුම 8.1.1..2 හි සඳහන් කාර්ය පත්‍රිකාව

ඉගෙනුම් ඉගැන්වීම් ක්‍රියාවලිය :-

පියවර 8.1.1.1 :-
- ඇමුණුම 8.1.1.1 හි සඳහන් පින්තූරය පන්තියේ ප්‍රදර්ශනය කරන්න.
- එම පින්තූරය දැකීමෙන් සිසු දරුවනට දැනෙන සිතුවිලි විමසන්න.
- පහත කරුණු මතු කරමින් සාකච්ජාවක් මෙහෙයවන්න.

> - මිනිස් සිත් තුළ නිරන්තරයෙන් සිතුවිලි ඇති වන බව.
> - සිතුවිලි වහ වහා වෙනස් වන බව (ඇතිවන නැතිවන).
> - විවිධ අරමුණු ගන්නා බව.
> - එක් එක් පුද්ගලයා අනුව ඇති වන සිතුවිලි විවිධ බව.
> - යහපත් මෙන්ම අයහපත් සිතුවිලි ද මිනිස් සිත තුළ ඇති වන බව.
> - වඩා වැදගත් සිතුවිලි ක්‍රියාත්මක කරන බව

(මිනිත්තු 10)

පියවර 8.1.1.2
- ඇමුණුම 8.1.1.2 හි සඳහන් කාර්ය පත්‍රිකාව පංතියේ ප්‍රදර්ශනය කරන්න.
- සිසුන් අදාළ කාර්යයන් හි නිරත කරවන්න.

(මිනිත්තු 15)

පියවර 8.1.1.3 :-

- සිසු අදහස් පංතියට ඉදිරිපත් කරන්න
- පහත කරුණු මතුවන පරිදි සමාලෝචනයක යෙදෙන්න.

> - සිතුවිලි නිරන්තරයෙන් මිනිස් සිත තුළ ඇති වන බව.
> - යහපත් මෙන්ම අයහපත් සිතිවිලි ද මිනිස් සිත තුළ පැන නගින බව.
> - සිතුවිලි වහා වෙනස් වන බව.
> - සිතුවිලි පුද්ගලයා අනුව විවිධ වන බව.
> - සිතු තුළ ඇති වන වඩා වැදගත් සිතුවිලි ක්‍රියාත්මක කරන බව.

(මිනිත්තු 15)

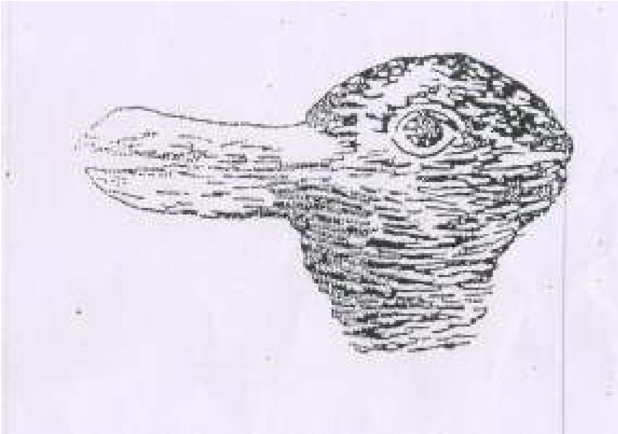
තක්සේරුව හා ඇගයීම :-

- සිතුවිලි මිනිස් සිත තුළ නිරන්තරයෙන් ඇති වන බව හඳුනාගනී.
- සිතුවිලි වහා වෙනස් වන බව හා විවිධ අරමුණු ගන්නා බව ද, පුද්ගල බද්ධ වන බව ද පිළිගනීයි.
- යහපත් සිතුවිලි තෝරා බේරාගනියි
- යහපත් ව කටයුතු කරයි.
- යහපත් සිතුවිලි තුළින් සමාජ දියුණුවට දායක වේ.

පසුවැඩ :-

"දවසේ සිතුවිල්ල " යන මාතෘකාව යටතේ දිනපතා පංතියේ එක් අයෙකු බැගින් විනාඩි 02ක කාලයක් කුඩා කතාවක් පවත්වන්න.

ඇමුණුම 8.1.1.1.1



ඇමුණුම 8.1.1.1.2

විවේකීව හා සුවපහසු අන්දමින් පුටුවේ වාඩිවෙන්න. දෙඅත් එක මත තබා ගෙන දෑස් පියා ගන්න. මිනිත්තු 5ක් නිහඬව සිටින්න. ඒ අතර ඔබේ සිතට දැනෙන සිතුවිලි මොනවාදැයි විමසිලිමත් වන්න.

* පංති කාමරය තුළ ඔබට ඇසුන ශබ්ද මොනවා ද?
  එවිට ඔබට කුමක් සිතුනේ ද?

* පංති කාමරයෙන් පිටත ඔබට ඇසුන ශබ්ද මොනවාද?
  එවිට ඔබට කුමක් සිතුනේ ද?

* ඔබේ ශරීරයට දැනුන දේ මොනවා ද? එවිට ඔබට කුමක් සිතුනේ ද?
* ඔබේ සිතට හැඟුන වෙනත් සිතුවිලි පෞද්ගලිකව කොලයක සටහන් තබන්න.
  ක්‍රියාත්මක කළ හැකි යහපත් සිතුවිලි මොනවාදැයි විමසා බලන්න.

8.1 නිපුණතාව :- ධනාත්මක ආකල්ප වලින් යුක්තව කටයුතු කරයි.

8.1.1 නිපුණතා මට්ටම :- එදිනෙදා ජීවිතයේ දී යහපත් සිතුවිලි පදනම්කර ගෙන කටයුතු කරයි.

8.1.1.2 ක්‍රියාකාරකම :- "ජීවිතයට සුභ දැක්මක් "

කාලය :- මිනිත්තු 40

ගුණාත්මක යෙදවුම් :-

- ඇමුණුම 8.1.1.2.1 සඳහන් ගීත ඛණ්ඩය
- ඇමුණුම 8.1.1.2.2 සඳහන් කාර්ය පත්‍රිකාව හා පින්තූර
- කඩදාසි, පෑන්

ඉගෙනුම් ඉගැන්නුම් ක්‍රියාවලිය :-

පියවර 8.1.1.2.1

- ඇමුණුම 8.1.1.2.1 සඳහන් ගීත ඛණ්ඩය හඬ පටයක හෝ ශිෂ්‍යයකුගේ හඬින් පංතියේ ගායනා කරවන්න.
- ගීතය ඇසීම නිසා සිසුන්ට දැනුන සිතුවිලි විමසන්න.
- පහත කරුණු මතුකරමින් සාකච්ඡාවක් මෙහෙයවන්න.

- විවිධ අවස්ථාවල අප තුළ විවිධ සිතුවිලි පහළ වන බව.
- සුභ අසුභ දෙවර්ගයේ ම සිතුවිලි ඇතිවන බැවින් සුභවාදී සිතුවිලි මොනවාදැයි හඳුනාගත යුතු බව.
- සුභවාදී සිතුවිලි අනුව කටයුතු කිරීමෙන් විවිධ ප්‍රතිලාභ ලැබිය හැකි බව.

පියවර 8.1.1.2.2

- ඇමුණුම 8.1.1.2.2 සඳහන් කාර්ය පත්‍රිකාව හා පින්තූර සිසුන් අතර බෙදා දෙන්න.
- සිසුන් අදාළ කාර්යයන්හි නිරත කරවන්න.

පියවර 8.1.1.2.3

- සිසු අදහස් පංතියට ඉදිරිපත් කරන්න.
- අන් ශිෂ්‍යයන්ගේ සංවර්ධනාත්මක යෝජනා විමසන්න.
- පහත කරුණු මතු වන සේ සමාලෝචනයක යෙදන්න.

- සිතුවිලි විවිධ අවස්ථාවල සිත් තුළ ඇති වන බව.
- සුභ, අසුභ දෙවර්ගයේ ම සිතුවිලි පහළවන බව.
- සුභවාදී සිතුවිලි අනුව ක්‍රියාත්මක විය යුතු බව.
- සුභවාදී සිතුවිලි අනුව ක්‍රියාත්මක වීමෙන් ප්‍රතිලාභ ලැබෙන බව.

තක්සේරුව හා ඇගයීම:

- සුභවාදී සිතිවිලි හඳුනා ගනී.
- සුභවාදී සිතිවිලි අනුව ක්‍රියා කිරීමට පෙළඹෙයි.
- සුභවාදී සිතිවිලි අනුව ක්‍රියාත්මක වීමෙන් ලැබෙන ප්‍රතිඵල පුළුල් වශයෙන් විස්තර කරයි.
- සුභවාදීව ජීවිතය හැඩගස්වා ගනීයි.
- සුභවාදීව කටයුතු කරමින් සමාජ දියුණුවට දායක වෙයි.

ඇමුණුම 8.1.1.2.1

මෙම ගීත ඛණ්ඩයට හොඳින් සවන් දෙන්න.

වැසි වසිනා අහස	අපි
මිණි දිලෙනා පොළොව	අපි
මුතු බඳිනා මුහුද	අපි
සිරි ලංකා රටම	අපි

ඇමුණුම 8.1.1.2.2

A රුස්ස ගස් කපා දමා ඇළ දොළ ගංගා සිඳී ගොස් සතුන් පවා අපහසුවෙන් සිටින දර්ශනයක්.

B හොඳින් සෙවණ සහිත ගස් (මල් පළතුරු පිරුණු) දිය පිරුණු ගංගා ඇළ දොළ සහිත, සතුන් සිටින දර්ශනයක් (ගී කියන කුරුල්ලන් සිටින) මෙම පින්තූර දෙස හොඳින් බලන්න.

- Aහා B පින්තූර අතර වෙනසක් තිබේ ද? තිබේ නම් එය කුමක් ද?
- A පින්තූරය නරඹා සිතට නැගෙන සිතුවිලි විස්තර කරන්න.
- B පින්තූරය නරඹා සිතට නැගෙන සිතුවිලි විස්තර කරන්න.
- ඔබ වඩා කැමති කවර පින්තූරයක දැක්වෙන පරිසරයට ද?
- ඔබට කැමති පින්තූරයේ සඳහන් පරිසරයක ජීවත්වීමට ලැබුණොත් ඔබට කුමක් සිතේ ද?
- සුන්දර පරිසරයක නැගෙන සිතිවිලි අනුව ක්‍රියාකිරීමෙන් කවර ප්‍රතිලාභ අත්වේද?

8.1නිපුණතාව :- ධනාත්මක ආකල්පවලින් යුක්තව කටයුතු කරයි.

8.1.1නිපුණතා මට්ටම :- යහපත් සිතුවිලි පෝෂණය කරන මූලාශ්‍ර හඳුනාගෙන ඒවා භාවිත කරයි.

8.1.2.1 ක්‍රියාකාරකම :-" දියුණුවේ මාවත හොඳ සිතිවිලිමය "

කාලය :- මිනිත්තු 40

ගුණාත්මක යෙදවුම් :-

- ඇමුණුම 8.1.2.1.1
  ඇමුණුම 8.1.2.1.2

ඉගෙනුම් ඉගැන්වීම් ක්‍රියාවලිය :-

පියවර 8.1.2.1

- ඇමුණුම 8.1.2.1.1 සඳහන් කවිය කළුලෑල්ලේ සටහන් කර එය පන්තියේ සියලු දෙනා ලවා ගායනා කරවන්න.
- කවියේ කියවෙන අදහස පිළිබඳ සිසු අවධානය යොමු කරවමින් සාකච්ඡාවක් ගොඩ නගන්න.

> - ඉහත කවි සංකල්පනාව කෙනෙකුගේ සිතුවිල්ලක් බව
> - මෙවැනි සිතිවිලි ජීවන ගමනට ඉතා වැදගත් වන බව
> - සිතිවිලි ඇති වීමට බලපාන විවිධ දේවල් ඇති බව
> - එවැනි දේවල් හා අවස්ථා හඳුනා ගත යුතු බව

(මිනිත්තු 10)

පියවර 8.1.2.2 :-

- පන්තිය සුදුසු පරිදි කණ්ඩායම් කරන්න.
- එක් එක් කණ්ඩායමට ඇමුණුම 8.1.2.1.2 සඳහන් කාර්ය පත්‍රිකාව ලබා දෙන්න.

(මිනිත්තු 20)

පියවර 8.1.2.3 :-

- කණ්ඩායම්වලට තම ක්‍රියාකාරකම් පන්තිය වෙත ඉදිරිපත් කිරීමට අවස්ථාව ලබා දෙන්න.
- ඉදිරිපත් වූ ක්‍රියාකාරකම පිළිබඳ විමර්ශන ඉදිරිපත් කිරීමට අනෙකුත් සිසුන්ට අවස්ථාව ලබා දෙන්න.
- එම විමර්ශන පිළිබඳ ඌණතා ඇතොත් ඒවා ගුරුභවතා විසින් සපුරා ලීම.

- සිතිවිලි ඇතිවීමට බලපෑම් කරන විවිධ මූලාශ්‍ර ඇති බව.
- සිතිවිලි පිළිබඳ විමසිලිමත්වීම වැදගත් බව.
- යහපත් සිතිවිලි ක්‍රියාවටනැගීමෙන් සතුට හා ප්‍රබෝධය ඇතිවන බව.
- ධනාත්මක පුද්ගල සබඳතා පවත්වා ගැනීමට සිතිවිලිවල බලපෑමක් ඇති බව.
- යහපත් සිතිවිලි නිසා පුද්ගල හා සමාජ සංවර්ධනය සිදුවන බව.

(මිනිත්තු 10)

තක්සේරුව හා ඇගයීම :

- යහපත් සිතිවිලිවලට තුඩු දෙන මූලාශ්‍ර හඳුනාගෙන ප්‍රකාශ කරයි.
- ප්‍රබෝධ ජනක කටයුතුවල නිරතවීමෙන් සිත් පහන් වන බව පිළිගනියි.
- සිත් ප්‍රබෝධය ඇති කරවන යහපත් කාර්යයන් හි නිරතවෙයි.
- ධනාත්මක ව අන්තර් සබඳතා පවත්වයි.
- යහපත් සිතිවිලි මත පිහිටා සහයෝගීව කටයුතු කරයි.

පසුවැඩ :-

යහපත් සිතිවිලි අනුව කටයුතු කරන අවස්ථා ඔබගේ දින පොතෙහි දෛනිකව සටහන් කරන්න.

ඇමුණුම :- 8.1.2.1.1

කරදර දහසක් හමු වී
ඉන්ටැකි නම් සිනා වෙවී
ඔහු මෙලොවට පහළ දෙවී
රජෙකැයි සලකනු මැනවී

- එස් මහින්ද හිමි ...

ඇමුණුම 8.1.21.2 කාර්ය පත්‍රිකාව

පහත දැක්වෙන්නේ 8 වන ශ්‍රේණියේ ඉගෙන ගන්නා පියුමි නම් දැරියගේ දින පොතින් උපුටා ගත් සටහනකි. එය හොඳින් කියවා අසා ඇති ප්‍රශ්නවලට පිළිතුරු ඉදිරිපත් කරන්න.

2008.12.11

සෙනසුරාදා

අද උදෑසන 5.00ට අවදි වී මුවකට දොවා පැය භාගයක් පමණ පාඩම් කළෙමි. පසුව අම්මාගේ ඉහුම් පිහුම් කටයුතු සඳහා උදව් කිරීමට මට සිත් විය. මා මුළුතැන් ගෙට යන විට අක්කා ද අම්මාගේ වැඩට උදව් කරමින් සිටිනු දැක මට මහත් සතුටක් ඇති විය.

පෙ.ව. 7.10 පමණ වන විට පාසලට ගියෙමි. ශානිකාට පන්තිය පිරිසිදු කිරීමට පැවරී තිබුණි. මමත් ඇයට උදව් කළෙමි.

හිරුණි මල් පෝච්චිය සකස් කරන විට මම ද එතනට ගියෙමි. ඇය මහත් සතුටින් මා ද එම කාර්යයට හවුල් කර ගත්තා ය. වැඩ අවසන් කර හිරුණිත් ශානිකාත් මමත් මහත් සතුටින් උදෑසන රැස්වීම සඳහා පිය නැගුවෙමු.

සුපුරුදු පරිදි සිනා මුසු මුහුණින් පන්තියට ආ ගුරුතුමිය අපි හැමෝටම ප්‍රසංශා කළාය. පෙර දින ඇය විසින් ම සිතා පන්තිය අලුත් සැලැස්මකට සකස් කළ නිසා ඇය බොහෝ සතුටට පත්ව සිටියා ය.

පාසල ඇරී නිවසට විත් කෑම කා ඊයේ කියවීමට ගත් ළමා නව කතාවේ ඉතිරි කොටස කියෙව්වෙමි. පසුව මමත් පහළ ගෙදර සකුනී නංගීත් විවේකාත් එකතු වී වැවට නාන්නට ගියෙමු. සුනිලා නැන්දාත් වැවට නාන්නට ගොස් සිටියාය. අප නානතුරු සුනිලා නැන්දා අපේ තනියට සිටියා ය.

හෙට පසළොස්වක, පෝය පන්සල් යන්න ඕන. පන්සලට ගොස් ආ විට සිත හරිම සැහැල්ලුයි. අලුත් දේවල් හිතන්න පාඩම් කරන්න. හරිම පහසුයි. අම්මටයි තාත්තාටයි වැඳල රාත්‍රී 9.00 පමණ නිදා ගත්තෙමි.

(1) පියුමි පාසලේ යාමට ප්‍රථම ඇගේ සිතෙහි ඇති වූ හොඳ සිතිවිලි මොනවාද?

(2) පියුමි පාසලේ දී අන් අය සමඟ සුහඳව කටයුතු කළ අවස්ථා 02 ක් උපුටා දක්වන්න.

(3) පියුමිගේ පන්තියේ සිසුන් මෙන් ඔබේ පන්තියේ සිසුන්ට කළ හැකි ක්‍රියාකාරකමක් යෝජනා කරන්න.

(4) පියුමිලාගේ තනියට වැව ළඟ නතර වීමට සුනිලා නැන්දා සිතන්නට ඇත්තේ ඇයි.

(5) මෙහි සඳහන් පරිදි සිත පහන් වන කටයුත්තක් සඳහන් කරන්න.

8.1 නිපුණතාව :- ධනාත්මක ආකල්ප වලින් යුක්තව කටයුතු කරයි.

8.1.2 නිපුණතා මට්ටම :- යහපත් සිතුවිලි පෝෂණය කරන මුලාශ්‍ර හඳුනා ගෙන භාවිතා කරයි.

8.1.2.2 ක්‍රියාකාරකම :- " යහපත් සිතිවිලි ගෙන එයි සැනසිලි "

කාලය :- මිනිත්තු 40

ගුණාත්මක යෙදවුම් :-

- ඇමුණුම 8.1.2.2.1සඳහන් උපුටනයන්
- ඇමුණුම 8.1.2.2.2සඳහන් සිද්ධිය හා කාර්ය පත්‍රිකාව
- කඩදාසි පෑන්

ඉගෙනුම් ඉගැන්වීම් ක්‍රියාවලිය:-

පියවර 8.1.2.2.1

- ඇමුණුම 8.1.2.2.1 සඳහන් උපුටනයක් පංතියේ ප්‍රදර්ශනය කරන්න.
- ඒවායින් මතුවන අදහස් පිළිබඳ සිසුන්ගෙන් විමසන්න.
- පහත කරුණු මතුවන සේ සාකච්ඡාවක් මෙහෙයවන්න.

- සිතුවිලි කෙරෙහි බලපාන විවිධ මුලාශ්‍ර ඇති බව.
- ඒ අතරින් යහපත් සිතුවිලි සංවර්ධනය කරන මුලාශ්‍ර වැදගත් බව.
- එම මුලාශ්‍ර හඳුනා ගත යුතු බව හා භාවිතා කළ යුතු බව.

(මිනිත්තු 10)

පියවර 8.1.2.2.2

- ඇමුණුම 8.1.2.2.2 සඳහන් කාර්ය පත්‍රිකා සිසුන් අතර බෙදා දෙන්න.
- සිසුන් අදාළ කාර්යයන් හි නිරත කරවන්න.

(මිනිත්තු 15)

පියවර 8.1.2.2.3

- සිසු අදහස් පංතියට ඉදිරිපත් කරවන්න.
- අන් ශිෂ්‍යයින්ගේ සංවර්ධනාත්මක යෝජනා විමසන්න.
- පහත කරුණු මතුවන සේ සමාලෝචනයක යෙදෙන්න.

• සිතුවිලි කෙරෙහි බලපාන විවිධ මූලාශ්‍ර ඇති බව. • එම මූලාශ්‍ර අතරින් යහපත් සිතිවිලි සංවර්ධනය කරන මූලාශ්‍ර හඳුනා ගත යුතු බව. • යහපත් සිතුවිලි සංවර්ධනය කරන මූලාශ්‍ර භාවිතා කිරීමෙන් ජීවිත සාර්ථකත්වයට පත් විය හැකි බව.

(මිනිත්තු 15)

තක්සේරුව හා ඇගයීම:

- යහපත් සිතුවිලි සංවර්ධනය කරන මූලාශ්‍ර හඳුනා ගනියි.
- එම මූලාශ්‍ර අර්ථවත්ව භාවිතයෙන් ජීවිත සාර්ථකත්වයට පත් විය හැකි බව පිළිගනියි.
- යහපත් සිතුවිලි සංවර්ධනය කරන මූලාශ්‍ර ඇසුරින් ජීවිත සාර්ථකත්වයට යොමු වන ආකාරය ලියා දක්වයි.
- යහපත් සිතුවිලි සංවර්ධනය කරන මූලාශ්‍ර භාවිතා කරයි.
- යහපත් සිතුවිලි සංවර්ධනය කර ගනිමින් සමාජ දියුණුවට දායක වෙයි.

ඇමුණුම 8.1.2.2.1

පහත උපුටනයන් හොඳින් කියවන්න.

කියවීම සම්පූර්ණ මිනිසෙකු බිහි කරයි.

පොසොන් පොහොය වෙනුවෙන් පාසල් ශිෂ්‍යයෝ හා ගුරු මණ්ඩලය අනාථ ළමා නිවාසයකට ත්‍යාග පිරිනමති

වළක වැටී සිටි ඇතින්න හා ඇත් පැටවා බේරා ගත් ගම්වැසියෝ
- ඉරිදා ලංකාදීප -

ඇමුණුම 8.1.2.2.2

රුහුණු විශ්ව විද්‍යාලයේ උද්භිද විද්‍යා අංශයේ හිටපු මහාචාර්ය අලවත්තාගොඩ ප්‍රේමදාස මහතා සිය ජීවිත කතාව පුවත්පතකට ලිපියක් ලෙස ලියා තිබිණි. එයින් උපුටා ගත් පහත කොටස ඔබත් කියවා බලන්න.

අපේ පවුලේ සහෝදර සහෝදරියන් දහදෙනෙක් සිටියා. තාත්තාට ස්ථිර රැකියාවක් තිබුණෙත් නැහැ. පන්සල් ඉඩමේ කොටසක පුංචි පැල්පතක් හදා ගෙනයි අපි හිටියේ. පුංචි කාලේ දී මට අසනීප වෙලා හුඟක් දුර්වල වෙලා. ඒ නිසා පාසල් වයසෙදිත් මම හුඟක් කෙට්ටු ළමයෙක්. ඇවිදින්න, දුවන්න මහන්සි වෙන්න බැරිතරමටම මම දුර්වලයි. පාසල තිබුණෙ අපේ ගෙදර සිට සැතපුම් 06ක දුරින් හැමදාම තාත්තා මාව කරේ තියාගෙන උදේට පාසලට ගෙන ගියා. සවසට මාව ආපසු එක්ක ගෙන යන්නත් ආවා. දවසකට තාත්තා මා වෙනුවෙන් සැතපුම් 24ක දුරක් ඇවිද්දා, පන්සලෙන් පොත් ඉල්ලා ගෙන මම කියෙව්වා. ගමේ කඩේට ගෙනෙන පත්තරේ කියෙව්වා. බෝමලුවේ පහන් එළියෙන් තමයි මම පාඩම් කළේ. දහසක් අඟ හිඟකම් බාධක මධ්‍යයේ, තාත්තා අම්මා ඇතුළු පවුලේ අයගේ උදව්වෙන් මම ඉගෙන ගත්තා. විශ්ව විද්‍යාලයේ ම කථිකාචාර්යවරයෙක් ලෙස රැකියාව ආරම්භ කළ මම කෙටි කලක දී මහාචාර්යවරයෙක් ලෙස විශ්ව විද්‍යාලයේ පීඨාධිපති තනතුරට පත්වුනා. ඉන්න බිම් අඟලක්වත් නොතිබුණ මට පසුකලෙක මගේම ගෙයක් හදා ගන්නත් ලැබුණා. අතීතයේ තාත්තාගේ උරමතට බරක් වූ මට පසු කලෙක තාත්තාව සුමුදු මල් යහනක සතපවන්න, පුලුවන්කම ලැබුනෙ හැම බාධකයක්ම සතුටින් විඳ දරා ගත් නිසයි. " හැම අඳුරු වලාකුළුවකම රිදී රේඛාවක් තියෙන බව නම් ඇත්තමයි" කියල මට හිතෙනවා

- මහාචාර්යවරයා සිය ජීවිත බාධක ජයගත් ආකාරය පිළිබඳ ඔබට කුමක් සිතේ ද?
- මහාචාර්යවරයාගේ පියා පිළිබඳ ඔබට පැවසිය හැකි අදහස් මොනවා ද?
- " සෑම අඳුරුවලාවකම රිදී රේඛාවක් ඇත. " මේ කියමන පිළිබඳ ඔබේ අදහස් දක්වන්න.
- ඉහත සිද්ධියේ දැක්වෙන පරිදි, සමහර විට ඔබත් ඔබේ ජීවිතයේ විවිධ බාධක කම්කටොලු වලට මුහුණ දුන් අයෙක් වීමට පුලුවන. එබඳු අවස්ථාවක් සිහිපත් කර හෝ නිර්මාණය කර කුඩා කථාවක් ගොඩ නඟන්න.

නිපුණතාව

8.2 චිත්තවේගවලට සාර්ථකව මුහුණ දෙයි.
හැඳින්වීම

දෛනික ජීවිතයේ දී අපට විවිධ චිත්තවේගවලට මුහුණ දීමට සිදුවේ. චිත්තවේගවලට අනුව විවිධ හැසිරීම් ස්වභාවයන් ද අප තුළින් ඉස්මතු වේ.

එම හැසිරීම්වල ප්‍රතිඵල කෙරෙහි විමර්ශනශීලීව චිත්තවේග යහපැවැත්මට යොදාගත යුතුය. අප නිරන්තරයෙන් මුහුණ දෙන සරල මානසික පීඩා හඳුනා ගැනීමටත් ඒවා ඵලදායි ලෙස හසුරුවා ගැනීමටත් මගපෙන්වීමක් මෙම මගින් අපේක්ෂිතය.

8.2.1 දෛනික ජීවිතයේ මතුවන විවිධ චිත්ත වේග තත්ත්ව හඳුනාගෙන අර්ථවත් ලෙස ප්‍රතිචාර දක්වයි.

විෂය අන්තර්ගතය

- විවිධ චිත්තවේග
  - චිත්තවේග හඳුනාගැනීම
  - වේදනයේ වඩා සංකීර්ණ පියවර චිත්තවේගයයි
  - වේදනයක් ශාරීරක සංවේදනයක් ඇසුරෙන් හෝ අදහසක් ඇසුරෙන් පහළ විය හැකි ය.
  - චිත්තවේගය නියත වශයෙන්ම ප්‍රකාශයට පත්වන්නේ අදහස් ඇසුරිනි
  - " චිත්තවේග වියන නූල වේදනය නම්" වේ.
  - චිත්තවේගය සහ එහි ශාරීරික ප්‍රකාශනය අතර ඉතාම ආසන්න සබඳතාවක් පවතියි.
  - බියනැමති වේදනය හෝ චිත්තවේගය ඇතිවීමට හේතුවන සංජානනය කිරීමට ලැබුණහොත් එය ශරීරය මත ක්‍රියාකාරී වීමෙන් ලොමු දැහැගැන්ම, කථා කළ නොහැකිවීම, ඇසිපිය විවෘතවීම, දෙපා වෙව්ලීම ආදී ප්‍රතිඵල ඇතිවිය හැකි බව පැහැදිලි වේ.

- චිත්තවේගවලට අනුව විවිධ හැසිරීම් ස්වාභාවය ප්‍රතිඵල

  සතුට - ඔල්වරසන් දීම, සිනාසීම, නැටීම, සතුටු කඳුලු ගැලීම

  දුක - හැඬීම, පහරදීම, කෑගැසීම, බැනීම, මුනිවත රැකීම

  බිය - වෙව්ලීම, ගොත ගැසීම, දහඩිය දැමීම, ඇස් රතුවීම හැඬීම

  කෝපය - පහරදීම, හැඬීම, බැනීම, මුනිවත රැකීම, කෑගැසීම

- චිත්තවේගවල ප්‍රතිඵල

  සතුට - ප්‍රබෝධජනක බව, සහයෝගී බව, වැනි ප්‍රතිඵල

  දුක - උදාසීන බව, කලකිරීම, සමාජයට මුහුණ නොදීම වැනි ප්‍රතිඵල

- අයහපත් චිත්තවේගීය තත්ත්වයන් දිගින් දිගටම පැවතීමෙන් කායික, මානසික හා සමාජයීය වශයෙන් පිරිහීමට ලක්විය හැකි ය.

- චිත්තවේග යහ පැවැත්මට යොදා ගැනීම

  - අයහපත් චිත්තවේග සමනය සඳහා ක්‍රියාමාර්ග අනුගමනය කිරීම

    * සමීපතමයන් සමඟ සාකච්ඡා කිරීම
    * මනස සන්සුන් කිරීමේ අභ්‍යාස
    * චිත්තවේගී අවස්ථා තුළින් නිර්මාණකරණය
    * සෞන්දර්යාත්මක ක්‍රියාකාරකම්
    * ක්‍රීඩා කටයුතු
    * පරිසර වින්දනය
    * සුරතල් සතුන් ඇති කිරීම

නිපුණතා මට්ටම

8.2.2 සරල මානසික පීඩා හඳුනාගෙන ඵලදායි ලෙස හඳුන්වයි

විෂය අන්තර්ගතය

- **සරල මානසික පීඩා හඳුනා ගැනීම.**
- ශරිර අභ්‍යන්තරයේ හෝ බාහිරව සිදුවන අපහසුතාවයන් හේතු කොට ගෙන මනසට දැනෙන වෙහෙස මානසික පීඩාව ලෙස සරල ව අර්ථ දැක්විය හැකි ය.
- වෙනත් ලෙසකින් කිවහොත් පිටතින් පැමිණෙන පීඩනයක් නිසා ඔබගේ ඇතුළත ඇතිවෙන ආවේගීය ස්වභාවය.
- පරිසරය ආශ්‍රිත හේතුන් මත සහ එම හේතුන් සමඟ පුද්ගලයා ගනුදෙනු කරන ආකාරය අනුව මානසික පීඩා ඇතිවේ.
- තමන්ට තමා පිළිබඳ ස්වයං තක්සේරුව නොමැතිකම, දරා ගත නොහැකි තරම් අභියෝග භාර ගැනීම, සහ දරා ගත හැකි අභියෝග වුවද නිසි පරිදි කළමනාකරණය කර නොගැනීම වැනි හේතු නිසා සරල මානසික පීඩා ඇතිවේ.

- සරල මානසික පීඩා ජීවිතයේ නොවැලැක්විය හැකි අයුරින් නිරතුරුව ඇතිවේ.

- සමහර මානසික පීඩා එදිනෙදා ජීවිතය සාර්ථක කර ගැනීමට උදවු වේ . නිදසුන් :-මුදල් අගහිගකම් මත ජීවත්වන ඇතැම් අය ඉන්මිදීමට චිත්ත ධෛර්ය ඇති කරගෙන විවිධ සාර්ථක ක්‍රියාවල නිරත වෙමින් සාර්ථකත්වය ළඟා කර ගනියි.

- එමෙන්ම තදබල ලෙස මානසික පීඩාවලින් පෙළෙන්නේ නම් දුකට පත්වීම, පසුතැවිල්ල, කනගාටුවෙන් සිටීම, ලෙඩවීම ආදී තත්ත්වයන්ට මුහුණදීමට සිදුවේ.
- එමගින් ඔබගේ දෛනික කාර්ය භාරය දුබලකරවනු ඇත.

- වර්තමාන සමාජය තුළ බොහෝ රෝගීන්ගේ කායික ආබාධ සරල මානසික පීඩාවන්ට සම්බන්ධ ප්‍රශ්න වේ.

- වර්තමාන සමාජය තුළ බහුලව දක්නට ලැබෙන සරල මානසික පීඩා තත්ත්ව

– **ක්ලමථය**

ක්ලමථය ඇතිවීමට ප්‍රධාන හේතුව අප වෙනස්වීම් වලට භාජනය වීමය. විශේෂයෙන්ම හදිසි හෝ අනුමත කළ නොහැකි වෙනස්කම් ඇති වූ විට ක්ලමථය හට ගනියි.

– එකදිගට බොහෝ වෙනස්කම් ඇතිවීම හෝ තදබල වෙනස්කම් ඇතිවීමේ ප්‍රතිඵල ලෙස අනතුරුදායක මානසික පීඩා හට ගනියි. අසහනකාරී සිතිවිලි පීඩාකාරී සිතුවිලි හටගැනීමට හේතු වේ.

නිදසුන් :- ආදරය කළ අය මියයාම
හිතමිතුරන් අහිමිවීම
වෙන්වීම, දික්කසාද වීම
රැකියාව වෙනස්වීම, වැඩ කටයුතුවලට බාධා ඇතිවීම
කේන්තියාම, මුදල් ප්‍රශ්න, අසනීපවීම, අනතුරකට ලක්වීම,
ජීවන රටාවේ ඇතිවන වෙනස්කම්, පවුලේ ඇතිවන වෙනස්වීම්,
විශ්‍රාම යාම ආදී හේතුන් ක්ලමථය ඇතිවිය හැකි ය.

- **කාංසාව**

- දැඩි ආවේග සහිත වීම නිසා ඇතිවන ප්‍රතිඵලයකි කාංසාව සිතෙහි මුල්බැස ඇති සරල මානසික පීඩාවලට වඩා වැඩි දුක්සහගත සිතිවිලි ඇතිවීම මෙම මගින් සිදුවේ.

- කිසිම හේතුවක් නොමැති ව යම් නරක දෙයක් හෝ අප්‍රසන්න දෙයක් සිදුවේය යන අහේතුවාදී සිතිවිලි මෙමගින් ඇතිවේ.
- අපට එකගවිය නොහැකි වූ හෝ පිළිගත නොහැකි හෝ අප කිරීමට කැමති හා අප විසින් කළයුතු දේ අතර ඇති පරස්පර විරෝධිතාවය නිසා අප තුළ කාංසාව ඇතිවිය හැකිය.

- කාංසාව දැකිය හැකි ලක්ෂණ
    * ඇඟට පණ නැතිකම
    * වෙව්ලීම
    * හදවතේ ගැස්ම වැඩිවීම
    * කර කැවිල්ල
    * සංසුන්ව සිටීම හෝ විවේක ගැනීමට නොහැකිවීම
    * අසාමාන්‍ය කෑම ගැනීමේ පුරුදු
    * හුස්ම ගැනීමේ අපහසුව

– ඕනෑම කෙනෙකුට යම් කිසි ප්‍රමාණයක් කාංසාව පැවතීම ස්වාභාවික වන අතර පීඩාකාරී අවස්ථාවක හෝ තර්ජනාත්මක පසුබිමක මිදීමට ක්‍රියාකාරීවීම තුළ එමගින් සතුටුදායක ප්‍රතිචාර ලැබේ.

– කාංසා ලක්ෂණ දිගුකාලීනව පැවතීම මගින් බරපතල රෝගී තත්ත්වයන් ඇතිවිය හැකි ය. උදාහරණ :- ආමාශගත වණ, අධික රුධිර පීඩනය, ජීවිතය හා ලෝකය ගැන තෘප්තියක් ලැබීමට නොහැකිවීම ආදිය.

- **විශාදය**
  - පැහැදිලි කරුණක් නොමැතිව කෙනෙකු කණගාටුදායක සිතිවිලි වලින් වෙලී සිටීම හෝ බලාපොරොත්තු රහිත බවක් ඇතිවීම විශාදය වේ.
  - බලාපොරොත්තු කඩවීම (ඉච්ඡාභංගත්වය) නිසා ඇතිවන පරාජිත ස්වභාවය බලාපොරොත්තු මට්ටමින් ජීවත්වීමට නොහැකි වීම නිසා ද, බලාපොරොත්තු කඩවීම හා පොරොන්දු ඉටු නොවීම නිසා ද විශාදය ඇතිවිය හැකි ය.

  විශාදයේ පොදු ලක්ෂණ
  - තෙහෙට්ටුව සහ නිදිමත ගතිය, කොන් වී සිටීම
  - අවධානය යෙදීමේ දුෂ්කරතා, ආක්‍රමණශීලී බව
  - අවිවේකි බව හා පසුතැවිලි වීම
  - ආහාර වැඩිපුර ගැනීම , ආහාර රුචිය නැතිවීම, ලිංගික ආශා නැතිකම
  - පොදුවේ මුලු ජීවිතය ගැනම කලකිරීම
  - ජීවිතයේ වටිනාකමක් නැති බව සිතීම
  - බලාපොරොත්තු රහිත වීම
  - නින්ද නොයාම මෙන්ම වැඩිපුර නිදා ගැනීම

– දිගුකාලීනව පවතින විශාදය නිසා හිසරදය, බර අඩුවීම සිදුවන අතර මත් පැන් මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයට හුරුවීමට සිදුවේ.

- දිගින් දිගටම විශාදයෙන් පෙළීම හේතුකොට ගෙන ජීවත්වීම වටිනා දෙයක් නොවේ යන්න සහ හුදෙකලාව දිගුකලක් සිටීම දිවි නසා ගැනුමට හේතු විය හැකි ය.
- විශාදය සහිත ළමුන් වහා මනෝ වෛද්‍යවරයෙක් වෙත යොමු කිරීම අවශ්‍ය වේ.

සරල මානසික පීඩා මඟ හරවා ගැනීමට කළ හැකි දේ.

* ඔබගේ ආවේග සමතුලිත මට්ටමක පවත්වා ගන්න.
* ප්‍රශ්න සාකච්ඡා කරන්න
* නිති පතා ශාරීරික අභ්‍යාසවල යෙදෙන්න.
* ඔබ කළයුතු වැඩ පිළිබඳ ව සැලැස්මක් ඇති කර ගන්න.
* කෙටි විවේකයක් ගන්න.
* සැහැල්ලුවෙන් සිටින්න පුරුදු වන්න.
* ලඟා කර ගත හැකි ඉලක්ක ඇති කරගන්න.
* පීඩනය ඇති කරනු ලබන කරුණුවලින් හැකිතරම් ඈත්වන්න, වලකින්න.
* වෛද්‍ය උපදෙස් ලබාගන්න.
* ඔබ පාසලේ උපදේශක ගුරු භවතාගේ සහය ලබාගන්න.

- **සරල මානසික පීඩා ඵලදායි ලෙස හසුරුවා ගැනීමේ ශිල්ප ක්‍රම හඳුනා ගැනීම**
    - ඔබ පිළිබඳව අභිමානයක් ඇති කරගත යුතු අතර අධිතක්සේරුවකින් කටයුතු නොකරන්න. එමගින් ඔබගේ බලාපොරොත්තු ඉටු නොවුව හොත් ආවේගකාරි තත්ත්වය වැඩි වනු ඇත. ලඟාවිය හැකි ඉලක්ක ඇතිකරගෙන සාර්ථකත්වයට පියනගන්න.
    - ඔබට ඇති ප්‍රශ්න ගුරු දෙගුරු වැඩිහිටි හිතමිතුරෙකුට ප්‍රකාශ කරන්න. අදාළ විසඳුම් සාකච්ඡා මගින් තහවුරු කර ගන්න.
    - දිනපතා ශාරීරික අභ්‍යාස වල යෙදීම වැදගත්වේ. ව්‍යායාම කිරීම, පිහිනීම, ඇවිදීම, බයිසිකල් පැදීම ගෙදර දොර අලංකරණය, පිරිසිදු කිරීම, ක්‍රීඩා කිරීම ආදියෙහි යෙදෙන්න.
    - සෑම කටයුත්තක්ම සැලැස්මකට අනුව ක්‍රියාවට නැංවීම මගින් කාර්යක්ෂමතාව වැඩිකර ගත හැකිවේ. කාලය ඵලදායි ලෙස යොදාගත හැකිවේ.
    - විවේකය අවශ්‍ය අවස්ථාවල නොපසුබටව කෙටි විවේකයක් ගත කිරීමට යොමුවීම, එමගින් ඔබට නව ජීවයක් ලබාගත හැකි ය.
    - නිරතුරුවම සැහැල්ලුවෙන් සිටීමට හුරුවන්න.
    - ඔබට ලඟා කර ගත හැකි දේ කෙරෙහි ඉලක්ක ගත වෙමින් ව්‍යාජ ජීවිතයෙන් ඈත්වන්න. ව්‍යාජත්වයට හුරුවීම මානසික අසහනය වැඩිවීමට හේතු වේ.
    - සෑම දිනකම, සෑම මොහොතකම සතුටින් සිටීමට හුරුවන්න.
    - අනුන්ට ඊර්ෂ්‍යා නොකරන්න, සංවේදී වන්න, උදව් කරන්න, කරුණාව දක්වන්න, තරඟකාරී බවින් ඈත්වන්න.
- **ක්‍රම ශිල්ප තුළින් සරල මානසික පීඩා ඵලදායිව හසුරුවා ගැනීම**
    - මීට ඉහත දී සරල මානසික පීඩා හසුරුව ගැනීමේ ක්‍රම ශිල්ප සාකච්ඡා කරන ලදි. ඒවා උපයෝගී කර ගනිමින් තම නිවසේ දී, පාසලේ දී, වෙනත් අවස්ථාවල දී පැන නගින මානසික පීඩා අවම කර ගැනීමට හැකිවේ.
    - විශේෂයෙන් ඔබ පාසලේ අධ්‍යයන කටයුතු කිරීමේ දී ඒවා ක්‍රමානුකූලව කිරීම, අභ්‍යාසවල යෙදීම, පාඩම් කිරීම, විභාගයට සූදානම් වීම, ආදී අවස්ථාවල දී ඒවා සැලසුම් සහගතව ඉටුකරන්නේ නම් ඔබට ඇතිවන පීඩාකාරි බව අඩුවේ. ඇතැම් අය පාසල් අධ්‍යාපන කටයුතු අතපසුකර විභාගයට මුහුණ දීමේ දී විවිධ අපහසුතාවයන් ට ලක්වේ. එමගින් පීඩාකාරී මානසික තත්ත්වයන් ඇතිවේ. එමගින් ආතතික අවස්ථාවන්ට මුහුණදීමට සිදුවේ.
    - මෙහි දී මානසික පීඩා නිවැරදිව තමා විසින් හඳුනා ගත යුතු ය. ඉන් අනතුරුව ඒවා ක්‍රමශිල්ප මගින් ඵලදායිව හසුරුවා ගැනීම කළයුතු ය.
    - දරුවන් තුළ අභිමානය ඇතිවන පරිදි ගුරුභවතුන් කටයුතු කිරීම වැදගත්වේ. දරුවන්ගේ සුවිශේෂී දක්ෂතා හඳුනා ගන්න. ඇගයීම් කරන විට නිරතුරුව දරුවාගේ උත්සාහය අගයන්න. දරුවන් හඳුනාගන්න. පන්ති කාමරය තුළ සිටිනා සාධන මට්ටම අඩු හෝ සෙමින් ඉගෙන ගන්නා හෝ මන්ද මානසික දරුවන් කෙරෙහි සුවිශේෂි අවධායක් යොමුකර ඔවුන්ගේ කුඩා හෝ හැකියාවන් ඇත්නම් එය හඳුනා ගෙන ඔහුන් දිරිමත් කිරීම අගය කිරීම වැදගත් වේ. සංවේදී, අධිසංවේදී දරුවන් පිළිබඳ සැලකිලිමත්වන්න. ඔවුන් පිළිබඳ පාසල් ප්‍රජාව දැනුවත් කරන්න. සරල මානසික පීඩා වලට හොඳම විසඳුම සරල සැහැල්ලු දිවි පැවැත්ම බව දරුවන්ට පහදා දෙන්න.

8.2නිපුණතාව :- 8.2 චිත්තවේගවලට සාර්ථකව මුහුණ දෙයි.

8.2.1 නිපුණතා මට්ටම :-

දෛනික ජීවිතයේ මතුවන විවිධ චිත්තවේග තත්ත්ව හඳුනාගෙන අර්ථවත් ලෙස ප්‍රතිචාර දක්වයි.

8.2.1.1ක්‍රියාකාරකම :- " යහපත් චිත්තවේග මැඩලයි ආවේග "

කාලය :- මිනිත්තු 40

ගුණාත්මක යෙදවුම් :-

- පිවිසීම සඳහා පින්තූර (සතුට, දුක බිය, කෝපය) අදාළ පින්තූර සඳහා පෙළ පොත 2 වන පාඩම උපයෝගී කර ගන්න.
- ඩිමයි කොල 4ක්
- ෆෙල්ට් පෑන්

(පිවිසීම සඳහා යොදා ගන්නා පිංතූර විශාලකර සුදුසු පරිදි සකසා ගන්න)

ඉගෙනුම් ඉගැන්වීම් ක්‍රියාවලිය :-

පියවර 8.2.1.1.1

- පෙළ පොතේ දෙවන පාඩමේ හි ඇති පිංතූර කළු ලෑල්ලේ හෝ ඩිමයි කොළවල අලවා පංතියේ සිසුන්ට ප්‍රදර්ශනය කරන්න.
- එම පිංතූරවලින් ප්‍රකාශ වන දේ කුමක් දැයි විමසා පිංතූරය යටින් පැහැදිළි ව ලියන්න.
- පහත සඳහන් කරුණු ඉස්මතු කරමින් සාකච්ඡාවක් ගොඩ නඟන්න.

- විවිධ අවස්ථාවල දී අත්දැකීම් අනුව පුද්ගල හැසිරීම්වල ස්වාභාවය වෙනස්වන බව.
- ඒවා විවිධාකාරයෙන් ප්‍රකාශ කළ හැකි බව.
- සෑම පුද්ගලයෙක්ම විවිධාකාරව වින්දනයන් ලබාගන්නා බව. (සතුට, දුක, පිළිකුල, බිය, කෝපය)
- එසේ ප්‍රකාශ කරන විවිධාකාරි චිත්තවේග හඳුනා ගැනීමට හැකි බව.
- ශාරීරික ප්‍රකාශය හා චිත්තවේගය අතර වැඩි සම්බන්ධතාවක් පවතින බව.
- බොහෝවිට චිත්තවේග, අත්දැකීමක් මත ඇතිවන බව.

(මිනිත්තු 10)

පියවර 8.2.1.1.2

- ප්‍රදර්ශනය කර ඇති මුහුණුවලින් පිළිබිඹු වන දේ අනුව ඒ ඒ අවස්ථාවල දී පුද්ගල හැසිරීම්වල ස්වභාවයන් ලිවීමට (තනිව) සිසුන්ට අවස්ථාව දෙන්න.

(මිනිත්තු 10)

පියවර 8.2.1.1.3

- අහඹු ලෙස තෝරාගත් සිසුන් ගෙන් අවස්ථා 4ට අදාළව හැසිරීම් වල ස්වභාවයන් මොනවාදැයි විමසා ඒවා රූපය අලවා ඇති ස්ථානයේ (කළුලෑල්ලේ හෝ ඩිමයි කොලය) ලිවීමට අවස්ථාව දෙන්න.
- ඊට අමතරව වෙනත් දේ සිසුන් ලියා ඇත්දැයි විමසා ඒවා ද ලියන්න.
- එම මුහුණු 4න් තමා වඩාත් ම කැමති මුහුණ හා අකමැති මුහුණ කුමක්දැයි සිසුන්ගෙන් විමසන්න. ඊට හේතු කවරේ දැයි එම අවස්ථාවේම සිසුන්ගෙන් විමසන්න.
  පහත සඳහන් ආකාරයට සමාලෝචනයේ යෙදෙන්න.

- චිත්තවේග යනු ශාරීරික හෝ මානසික වේදනයක් තුළින් මතුවන අවස්ථාවක් බව
- පුද්ගලයින් විවිධාකාරයෙන් චිත්තවේග ප්‍රකාශ කරන බව සමාන හැසිරීම් රටා විවිධ චිත්තවේගවලට දක්වන බව (උදාහරණ:- බියට/සතුටට/කෝපයට හැඬීම සිදුවන බව.)
- සතුට, බිය, දුක කෝපය, පිළිකුල වැනි චිත්තවේග විවිධ හේතු නිසා ඇති වන බව. බහුලවම බාහිර හේතු ඒ සඳහා බලපාන බව
- මිනිසුන් මෙන්ම සතුන්ට ද චිත්තවේග ඇතිවන බව හා හැසිරීම් රටා විවිධ වන බව
- සෑම පුද්ගලයෙක්ම සතුටින් ජීවත්වීමට කැමති බව
- බිය, දුක හා කෝපය නිසා තමාට මෙන්ම අන් අයට ද හානි සිදුවිය හැකි බව

(මිනිත්තු 20)

තක්සේරුව හා ඇගයීම:

- චිත්තවේග සරලව අර්ථ දක්වයි.
- චිත්තවේග සෑම පුද්ගලයෙකුටම ඇතිවන බව පිළිගනියි.
- විවිධ චිත්තවේග අවස්ථා හඳුනා ගෙන ප්‍රතිචාර ලියා දක්වයි.
- චිත්තවේග සඳහා යහපත් ප්‍රතිචාර දක්වයි.
- කිසියම් චිත්තවේගීය අවස්ථාවක් පැහැදිලි කිරීමට, අර්ථ දැක්වීමට හැකියාව ලබයි.

8.2 නිපුණතාව :- චිත්තවේගවලට සාර්ථකව මුහුණ දෙයි.

8.2.1 නිපුණතා මට්ටම :- දෛනික ජීවිතයේ මතුවන විවිධ චිත්තවේග තත්ත්ව හඳුනාගෙන අර්ථවත් ලෙස ප්‍රතිචාර දක්වයි.

8.2.1.2 ක්‍රියාකාරකම :-

" සන්සුන් සිත නංවයි සෙත"

කාලය :- මිනිත්තු 40

ගුණාත්මක යෙදවුම් :-

- ඇමුණුම 8.2.1.2.1කණ්ඩායම් ක්‍රියාකාරකම සඳහා කාර්යය පත්‍රිකාව (පිටපත් 5)
- ඇමුණුම 8.2.1.2.2 කේවල ක්‍රියාකාරකම සඳහා කාර්ය පත්‍රිකාව (පංතියේ සිසුන් සංඛ්‍යාවට ප්‍රමාණවත් පරිදි)

ඉගෙනුම් ඉගැන්වීම් ක්‍රියාවලිය :-

පියවර 8.2.1.2.1

- සිත සංසුන් කරන අභ්‍යාසයකින් පාඩමට පිවිසෙන්න. එම අභ්‍යාසයෙන් සිසුන්ගේ සිතට දැණුනු දේ විමසමින් පහත සඳහන් කරුණු ඉස්මතුවන ආකාරයෙන් සාකච්ජාව මෙහෙයවන්න.

- චිත්තවේග බාහිර අත්දැකීම් නිසා ඇතිවන බව
- එකම චිත්තවේගය පුද්ගලයින් දෙදෙනෙකුට දෙවිදියකට ප්‍රකාශ කළ හැකි බව
- කුඩා හා වැඩිහිටි පුද්ගලයින් එකම සිද්ධියකට (වේදනකයට) දෙ ආකාරයක හැසිරීම් දක්වන බව

(මිනිත්තු 10 යි)

පියවර 8.2.1.2.2

- පංතියේ සිසුන් සුදුසු පරිදි කණ්ඩායම් කරන්න.
- ඇමුණුම 8.2.1.2.1කණ්ඩායම්වලට බෙදා ක්‍රියාකාරකමෙහි නිරතවීමට අවශ්‍ය කාලය දෙන්න.
- එම ක්‍රියාකාරකම නිම වු පසුව ඇමුණුම 8.2.1.2.2 අනුව කේවල ක්‍රියාකාරකමෙහි නිරතවීමට අවස්ථාව දෙන්න.

(මිනිත්තු 15 යි)

පියවර 8.2.1.2.3

- පළමු කණ්ඩායම් ක්‍රියාකාරකමෙහි ඉදිරිපත් කිරීම්වලට අවස්ථාව දෙන්න.
- සෙසු කණ්ඩායම්වලට අනුපිළිවෙළින් ඒ සඳහා සංවර්ධනාත්මක යෝජනා දැක්වීමට අවස්ථාව දෙන්න.
- කේවල ක්‍රියාකාරකමෙහි ඉදිරිපත් කිරීම් අහඹු ලෙස ගන්න.

- පහත සඳහන් කරුණු දක්වමින් සමාලෝචනයෙහි යෙදෙන්න.

- චිත්තවේග ප්‍රකාශය සෑම මිනිසෙකුටම සර්ව සාධාරණ බව
- සමහර චිත්තවේග පුද්ගලයාගෙන් පුද්ගලයාට හා සමාජයෙන් සමාජයට ප්‍රකාශවන ආකාරය වෙනස් වන බව
- චිත්තවේග මුදාහැරීමට අවස්ථාවක් ලැබිය යුතු බව
- චිත්තවේග යහපත් ලෙස මුදාහැරිය යුතු බව
- ඒ අනුව සමාජයට, පුද්ගලයාට යහපත් ප්‍රතිඵල ඇති වන බව
- චිත්තවේග යහපත් ලෙස යොදාගත හැකි බොහෝ ක්‍රමවේදයන් ඇති බව

තක්සේරුව හා ඇගයීම :

- චිත්තවේග ඇතිවන ස්වභාවයන් හා ප්‍රකාශ කරන ආකාර හඳුන්වයි.
- චිත්තවේග යහපත් ලෙස යොදා ගත හැකි බව පිළිගනියි.
- විවිධ චිත්තවේග අවස්ථාවල පුද්ගල හැසිරීම් නිරීක්ෂණය කොට සුදුසු පරිදි ප්‍රතිචාර දක්වයි.
- චිත්තවේග යහපත් ලෙස මුදාහරියි.
- චිත්තවේග සමබරව පවත්වා ගනියි.

ඇමුණුම 8.2.1.2.1

කණ්ඩායම් ක්‍රියාකාරකම සඳහා

කැබ්රථයක් හා මෝටර් රථයක් අනතුරකට පත් වූ අවස්ථාවේ එම ස්ථානයට ගිය පුද්ගලයෙකුට දක්නට ලැබුනේ.

- කෑගසමින් හඬන කුඩා දරුවන් දෙදෙනෙකු
- අඬමින් හා වෙව්ලමින් දරුවන් අස්වසන තරුණ කාන්තාවක්.
- ඇස් ලොකු කරගෙන කට අයාගෙන සිටින වයස්ගත මවක්
- කැබ් රථයේ රියදුරුට බැණ වදිමින් පහරදීමට උත්සාහ කරන තරුණයෙක්
- අනතුර පිළිබඳ හා කලබලයෙන් යුතුව දුරකථන ඇමතුමක් දෙන මැදිවියේ පුද්ගලයෙක්

1. පුද්ගලයින්ගේ හැසිරීම් ස්වභාවයන් ඇතිවීමට හේතුව හා එම හැසිරීම් අතර ඇති සම්බන්ධය පැහැදිලි කරන්න.
2. පුද්ගල හැසිරීම් රටා විවිධ වීමට හේතු දක්වන්න.
3. මෙවන් අවස්ථාවක දී ඔබ එම සිද්ධියට මුහුණදුන් අයෙක් නම් ඔබට ඇති විය හැකි චිත්තවේග හා එම චිත්තවේග යහපත් ලෙස මුදාහැරීමට කටයුතු කරන්නේ කෙසේ ද?

ඇමුණුම 8.2.1.2.2

කේවල ක්‍රියාකාරකම සඳහා

පහත සඳහන් අවස්ථවල දී හා සිද්ධිවල දි ඔබට හැගෙන දේ (සිතිවිලි) මොනවාදැයි හඳුන්වන්න. ඔබට අයහපත් සිතිවිලි ඇතිවේ නම් එම සිතිවිලි සමනය කිරීමට ගත හැකි ක්‍රියාමාර්ග පැහැදිලි කරන්න.

1. ඇසුරු කිරීමට හා දැකීමට අකමැති පුද්ගලයෙක් හමුවීම.
2. තමාගේ වඩාත් සමීපතම මිතුරෙකු විවේචනය කරන අවස්ථාවක්
3. නිරන්තරයෙන් ම ඇසෙන ඝෝෂා කාරි සංගීත රාවයක්
4. බලාපොරොත්තු නොවූ ලෙස විභාගයෙන් අසමත්වීමට සිදුවුවහොත්

8.2 නිපුණතාව :- චිත්තවේගවලට සාර්ථකව මුහුණදෙයි.

8.2.2 නිපුණතා මට්ටම :- සරල මානසික පීඩා හඳුනාගෙන ඵලදායි ලෙස හසුරවයි.

8.2.2.1 ක්‍රියාකාරකම :- " සිතට දැනෙන ලතැවුල්"

කාලය :- මිනිත්තු 40 යි

ගුණාත්මක යෙදවුම් :- ඇමුණුම 8.2.2.1.1 ප්‍රවේශය සඳහා ගීතය

ඉගෙනුම් / ඉගැන්වීම් ක්‍රියාවලිය :-

- ඇමුණුම අංක 8.2.2.1 හි සඳහන් ගීත ඛණ්ඩය ගායනයට දක්ෂ සිසුවෙකු ලවා (පෙර සූදානමින් යුතුව) පන්තිය ඉදිරියේ ගායනා කරවන්න.

පියවර 8.2.2.1.1 :-

- එම ගීතය ඇසුරින්
  - මෙම ගීතය කවුරුන් විසින් කා හට ගායනා කරන ලද්දක් ද?
  - මෙම ගීතය මගින් අර්ථවත්වන්නේ කුමක්ද?

  යන ප්‍රශ්න සිසුන් වෙත යොමු කරමින් පහත සඳහන් කරුණු ද ඉස්මතුවන සේ සිසුන් සමග සාකච්ඡාවක් මෙහෙයවන්න.

- බලාපොරොත්තු අරමුණු බිඳවැටුණු විට මිනිස් සිත පීඩාවට පත්වන බව
- පිටතින් පැමිණෙන පීඩා පරිසරය ආශ්‍රිත ක්‍රියාකාරකම් ඇසුරින් සහ සමාජයේ මිනිස් ක්‍රියාකාරකම් ඇසුරින් යනුවෙන් වර්ග කළ හැකි බව
- පිටතින් පැමිණෙන පීඩනයන්වලට අප ශරීර අභ්‍යන්තරයෙන් දක්වන ප්‍රතිචාරය අනුව මානසික පීඩා හටගන්නා බව
- මෙය සරල මානසික පීඩා වශයෙන් හඳුන්වන බව.

(මිනිත්තු 10)

පියවර 8.2.2.1.2

- තමන් මුහුණදුන් මානසික පීඩාවක් පිළිබඳ සිහිපත් කර ගැනීමට සිසුන්ට උපදෙස් දෙන්න.
- තමා එසේ පීඩාවට පත්වූයේ ඇයි? ඒ අනුව ඇති වූ චිත්තවේග මොනවාද ? යන්න පිළිබඳ ව සිසුන්ට අවස්ථාව දෙන්න.
- පන්තියේ සියළුම සිසුන් මෙම ක්‍රියාකාරකම සඳහා යොමු කරවන්න.

(මිනිත්තු 10)

පියවර 8.2.2.2.1

- අහඹු ලෙස තෝරාගත් සිසුන් කිහිප දෙනෙකුගෙන් තමන් පතවූ මානසික පීඩාව පිළිබඳ ව විමසන්න. (කාලය අනුව හැකිතාක් සිසුන් මීට සහභාගී කරවා ගන්න.)
- සිසුන් මුහුණදුන් මානසික පීඩන තත්ව කළු ලෑල්ලේ සටහන් කරන්න.

  සිසුන් ප්‍රකාශ කළ කරුණු ඇසුරින් හා පහත සඳහන් කරුණු ඇසුරින් සමාලෝචනයේ යෙදෙන්න.

- සරල මානසික පීඩා ජීවිතයේ නොවැලැක්විය හැකි අයුරින් සිදුවන බව.
- මෙම පීඩා බොහෝ විට අනපේක්ෂිත අයුරින් සිදුවන බව.
- සරල මානසික පීඩානිසා, ක්ලමතය, කාංසාව, විශාදය වැනි තත්ත්වයන්ට පත්වන බව.
- එමගින් දෛනික කාර්යභාරය පවා දුබල කරවන බව.
- වර්තමාන සමාජය තුළ බොහෝ රෝගීන්ගේ කායික ආබාධලට සරල මානසික පීඩා බලපා ඇති බව.

(මිනිත්තු 20)

තක්සේරුව හා ඇගයීම :

- සරල මානසික පීඩා නම් කරයි.
- සරල මානසික පීඩා නොවැලක්විය හැකි අයුරින් සිදුවන බව පිළිගනියි.
- සරල මානසික පීඩා ඵලදායි ලෙස හසුරුවා ගනියි.
- තම අත්දැකීම් පන්තියට ඉදිරිපත් කරයි.
- පන්ති කාමරය තුළ සාමුහික හැඟීමෙන් කටයුතු කරයි.

පසුවැඩ

- තමන් මුහුණ දුන් සරල මානසික පීඩාවක් ඇසුරින්
  - * එම පීඩාව ඇතිවූයේ ඇයි?
  - * එම පීඩාව නිසා තමන් පත්වූ මානසික අපහසුතා යන කරුණු ඇසුරින් ලිපියක් සකස් කරන්න

ඇමුණුම 8.2.2.1.1

සඳ නාවත් කමක් නැතේ රත්තරං පුතේ
හිරුනාවත් කමක් නැතේ රත්තරං පුතේ
ඕන දුකක් ඉසිලිය හැකි මහලු ජීවිතේ
ඒත් පුතේ නුඹ නාවොත් දුක වැඩියි සිතේ

8.2 නිපුණතාව :- චිත්තවේගවලට සාර්ථක ව මුහුණ දෙයි.

8.2.2 නිපුණතා මට්ටම :- සරල මානසික පීඩා හඳුනාගෙන ඵලදායි ලෙස හසුරුවයි

8.2.2.2 ක්‍රියාකාරකම :- " අපි ඉන්නේ සතුටින් "

කාලය :- මිනිත්තු 80 යි

ගුණාත්මක යෙදවුම් :-

- ඇමුණුම 8.2.2.2.1 භූමිකා රංගනය සඳහා උපදෙස් පත්‍රය
- ඇමුණුම 8.2.2.2.2 කාර්ය පත්‍රිකාව

ඉගෙනුම් /ඉගැන්වීම් ක්‍රියාවලිය :-

- ඇමුණුම් 8.2.2.2.1 සඳහන් අයුරින් භූමිකා රංගනය පන්තියට ඉදිරිපත් කරන්න.

පියවර 8.2.2.2.1

- ඔබත් මෙවැනි අත්දැකීම් ලබා ඇත් ද
  මිතුරන් තරහ වුනාම මොනවාද හිතෙන්නේ ?
  යන ප්‍රශ්න සිසුන් වෙත යොමු කරමින් පහත සඳහන් කරුණු ඉස්මතුවනසේ සිසුන් සමඟ සාකච්ජාවක් මෙහෙයවන්න.

- මිතුරන් අමනාපවීම, ආශාකරන දෙයක් නොලැබීම, මග තොටේ දී ඇතිවන අනපේක්ෂිත සිදුවීම්, වැඩ අතපසුවීම වැනි විවිධ සිදුවීම් තුළින් සරල මානසික පීඩා ඇතිවන බව
- යම් පීඩාවක් සිත තුළ ඇති වූ විට එහි ම ඇලී ගැලී සිටීමෙන් විවිධ මානසික රෝග පීඩා ඇතිවන බව.
- ඇතැම් විට ඉතා සුළු සිත් තැවුලක් නිසා දිවි නසා ගැනීම් තත්වයක් දක්වා වර්ධනය විය හැකි බව.
- මේ නිසා සරල මානසික පීඩා පාලනය කල යුතු බව.
- සරල මානසික පීඩා පාලනය කරගත හැකි බව.

(මිනිත්තු 15)

පියවර 8.2.2.2.2

- පන්තිය සුදුසු පරිදි කණ්ඩායම්වලට බෙදන්න
- එක් කණ්ඩායමකට එක් ක්‍රියාකාරකම බැගින් ලබා දෙන්න.
- සිසුන් ක්‍රියාකාරකමෙහි යොදවන්න.
- අවශ්‍ය මග පෙන්වීම් හා උපදෙස් ලබා දෙන්න.

(මිනිත්තු 25)

පියවර 8.2.2.2.2

- කණ්ඩායම් ක්‍රියාකාරකම් පන්තිය වෙත ඉදිරිපත් කිරීමට අවස්ථාව ලබා දෙන්න.
- එක් එක් කණ්ඩායම්වල ඉදිරිපත් කිරීම පිළිබඳ සෙසු කණ්ඩායම් වලින් විමසන්න.
- සිසු ක්‍රියාකාරකම්වල ප්‍රබලතා - දුබලතා හඳුනා ගනිමින් පහත සඳහන් කරුණු ද ඉස්මතු වනසේ සමාලෝචනයේ යෙදෙන්න.

- තම නිවසේ දී මග තොටේ දී හෝ වෙනත් අවස්ථාවල දී සරල මානසික පීඩා ඇතිවිය හැකි බව.
- තමන්ට ඇතිවන මානසික පීඩා නිවැරදි ව තමා විසින්ම හඳුනා ගත යුතු බව.
- එසේ මානසික පීඩා මුල දී හඳුනා ගැනීම තුළින් එය උග්‍ර තත්වයට පත් නොවී අවම කරගත හැකි බව.
- මානසික පීඩාවක් ඇති වූ විට එය සිතින් විඳවනවාට වඩාකවුරුත් සමඟ හෝ ඒ පිළිබඳ ව සාකච්ජා කිරීම කළ යුතු බව.
- මීට අමතරව උපදේශන සේවා හෝ වෛද්‍යවරයෙක් සමඟ හෝ තම පීඩාකාරී තත්වයන් සාකච්ජාකර අවම කර ගත යුතු බව.
- මානසික පීඩා අවම කර ගැනීමට විවිධ ක්‍රම ශිල්ප භාවිතා කළ හැකි බව.
- පාසැල් වැඩ කටයුතු සැලසුම්ගතව කිරීම උදාහරණ අභ්‍යාසවල යෙදීම, පාඩම් කිරීම, විභාගයට සූදානම් වීම.
- දිනපතා ශාරීරික අභ්‍යාසවල යෙදීම උදාහරණ :- ව්‍යායාම කිරීම, පිහිනීම, ඇවිදීම
- ගේදොර අලංකරණය කිරීම උදාහරණ - මල්වැවීම, පිරිසිදු කිරීම සෑම කටයුත්තක්ම සැලැස්මකට අනුව ක්‍රියාවට නැංවීම.
- විවේකය අවශ්‍ය අවස්ථාවල දී කෙටි විවේකයක් ගැනීම.
- අව්‍යාජව හැසිරීම.
- අනුන්ට ඊර්ෂ්‍යා නොකිරීම
- අපහසුතා ගෙන එන සිද්ධි, ක්‍රියා කරුණුවල යෙදීමෙන් හැකිතාක් දුරට ඈත්වීම
- සෑම දෙයක් කෙරෙහි ධනාත්මකව සිතීමට හුරුවීම.
- සෑම විටම සතුටින් හා සැහැල්ලුවෙන් සිටීමට උත්සාහ ගැනීම ආදිය තුළින් සරල මානසික පීඩා අවම කර ගත හැකි බව.

තක්සේරුව හා ඇගයීම :

- සරල මානසික පීඩා අවම කරගත හැකි ක්‍රම ශිල්ප විස්තර කරයි.
- සරල මානසික පීඩා අවම කරගත හැකි බව පිළිගනියි.
- එදිනෙදා මුහුණදෙන සරල මානසික පීඩා අවම කර ගැනීම සඳහා විසඳුම් භූමිකා රංගන ඇසුරින් සහ වාර්තා ඇසුරින් ඉදිරිපත් කරයි.
- හිත මිතුරන් සමඟ සහයෝගයෙන් කටයුතු කරයි.
- සරල මානසික පීඩා අවමකර ගැනීමට යෝජනා ඉදිරිපත් කරයි.

පසු වැඩ

එදිනෙදා ජීවිතයේ දී මුහුණ පෑමට සිදුවන මානසික පීඩා මොනවාදැයි හඳුනා ගෙන එය අවම කර ගැනීමට හැකි ආකාර පිළිබඳ ව ඇතුළත් පොත් පිංචක් සකස් කරන්න.

ඇමුණුම 8.2.2.2.1 භූමිකා රංගනය සඳහා

උපදෙස්

- පාඩම කිරීමට පෙර මෙම රංගනය සඳහා සිසුන් සූදානම් කළ යුතුය.
- භූමිකා රංගනය සඳහා දක්ෂ සිසුන් මේ සඳහා තෝරා ගන්න.
- මේ සඳහා චරිත තුනක් අවශ්‍ය වේ. (පුතා අම්මා, තාත්තා) රංගනය පුතා පුටුවක ඉඳගෙන දැඩි කල්පනාවක සිටීයි.)

අම්මා :- ඇයි පුතා ඔයා කෑම කලා නැත්තේ, මොකක් ගැන ද ඔයා කල්පනා කරන්නේ. (පුතා නිශ්ශබ්ද ව සිටීයි.)

තාත්තා :- ඇයි පුතේ ඔයාට අසනීපයක්වත් ද? අන්න ඔයා ආසකරන ජාතියකුත් තියනවා...... ගිහින් කෑම කන්න.

පුතා :- මට කන්න බෑ ......

තාත්තා :- ඇයි ඒ .....

පුතා :- (හඩමින්) අද අමිල මාත්ත එක්ක තරහ වුනා.

අම්මා :- ඒ මොකද පුතා, එයානේ ඔයාගේ හොඳම යාළුවා...

පුතා :- ඔව් අපි ඉන්ටවල් එකේ පිට්ටනියේ සෙල්ලම් කලා .....ඉතින් බෙල් එක ගැහුවාට පස්සේ පන්තියට දුවගෙන එන කොට අමිල මගේ ඇගේ හැපිලා වැටුනා...... එයාගේ නළල තුවලා වුනා. හැමෝම වටවෙලා අමිල නැගිට්ටවලා බෙහෙතුත් දැම්මා. නළලේ ලේත් තිබුණා.... ඉතින් අනිත් අය මට බැන්නා ....
අමිල තල්ලු කලා කියලා. මම එහෙම කළේ නෑ අම්මේ .....
අමිල දැන් මාත් එක්ක කථා කරන්නේ නෑ .....

තාත්තා :- අනේ පුතේ ඉතින් ඔයා ඕකට දුක්වෙන්න ඕනායෑ ... ඔයාට තිබුනානේ අමිලට කතා කරන්න. පුතා අමිලට කථා කලේ නැද්ද?

පුතා :- නෑ....... පන්තියේ අනිත් යාළුවෝ අමිල ලඟ හිටපු නිසා මම ගියේ නෑ.

අම්මා :- ඒකනේ .... ඔයා කතා කලානම් අමිල කථා කරයි.
ඔය හෙට ඉස්කොලේ ගියාම අමිලට කථා කරන්න.

පුතා :- හා මම හෙට කතා කරන්නම්

තාත්තා :- හරි හරි දැන් යමු කෑම කන්න.

ඇමුණුම 8.2.2.2.2

කාර්ය පත්‍රිකාව

ක්‍රියාකාරකම 01

විභාගය අසමත් වූ සිසුවියක් සිත් තැවුලට පත් වී දිවිනසා ගනී

පුවතක්

ඔබ මෙවැනි පුවත් මීට පෙර අසා තිබෙන්නට හැකිය. මෙම සිසුවිය විභාගයෙන් අසමත්වීම නිසා ඇති වූ සිත් තැවුල දිවිනසා ගැනීම දක්වා වර්ධනය කර ගෙනඇත. එම සිත් තැවුල අවම කර ගැනීමට නොතිබුනේ ද? ඔබ මෙවැනි සරල මානසික පීඩාවක් අවම කර ගැනීමට ගත හැකි ක්‍රියාමාර්ග යෝජනා කරන්න.

(කණ්ඩායම තුළ මෙම ගැටලුව සාකච්ජා කර විසඳුම් පන්තිය වෙත ඉදිරිපත් කරන්න.)

ක්‍රියාකාරකම 02

පන්තියේ හොඳම මිතුරා අමනාප වූ අවස්ථාවක දී ඇතිවන මානසික පීඩනය අවම කර ගැනීමට හැකි ක්‍රියාමාර්ග යෝජනා කරන්න.
(කණ්ඩායම තුළ මෙම ගැටලුව සාකච්ජා කර පන්තිය වෙත ඉදිරිපත් කරන්න.

ක්‍රියාකාරකම 03

පෙරදින සවස් කාලයේ පවුලේ අය සමග උමා චිත්‍රපටයක් නැරඹීමට ගිය බැවින් නිවසේ දී කළ යුතු වූ පාසැලේ වැඩ අතපසුවීමෙන් පසුදින පාසැල් යාමට නොහැකි තත්ත්වයක් උදා විය. මෙවැනි මානසික පීඩා අවම කර ගන්නේ කෙසේ ද? ඊට සුදුසු ක්‍රියාමාර්ග යෝජනා කරන්න.

(කණ්ඩායම තුළ මෙම ගැටලුව සාකච්ජා කර විසඳුම් පන්තිය වෙත ඉදිරිපත් කරන්න.)

ක්‍රියාකාරකම 04

ඔබ සංගීත විෂයට ප්‍රිය කරයි. නමුත් නිවසේ අය පවසන්නේ නැටුම් විෂය කළ යුතු බවයි. මේ නිසා ඔබතුළ හටගත් පිඩනය හේතුවෙන් පාසැල් ගමන පවා එපා වී ඇත. මෙවැනි මානසික ගැටලුවක් අවම කර ගැනීමට යෝජනා ඉදිරිපත් කරන්න.

(කණ්ඩායම තුළ මෙම ගැටලුව සාකච්ජා කර විසඳුම් පන්තිය වෙත ඉදිරිපත් කරන්න.)

නිපුණතාව :

8.3 ගැටුම් නිරාකරණයේ යෙදෙයි

හැඳින්වීම

ගැටුම්වලින් තොර ජීවිතයක් ගැන සිතීම යථාර්ථයක් නොවේ. මිනිසුන් යම් තැනක ද එතැන ගැටුම් ඇති වේ. ගැටුම් පළමු ව ඇතිවන්නේ ඒ ඒ පුද්ගලයාගේ සිත තුළ ය. පුද්ගල සිත් තුළ ඇති වන ගැටුම් පසුව පුද්ගලයන් අතර හෝ විශාල කණ්ඩායම් අතර ගැටුම් පැන නැඟීම දක්වා ව්‍යාප්ත වේ.

කුමන අයුරකින් හෝ පැන නඟින ගැටුම්කාරී තත්ත්වයන් දෙස ශුභවාදී ඇසින් බැලීමේ හැකියාව දියුණු කර ගැනීම ගැටුම් නිරාකරණයෙහි පළමු පියවර වේ. ඒ සඳහා ගැටුම් අවස්ථා හඳුනා ගැනීම, ගැටුම් වළක්වා ගැනීම සඳහා උපයෝගී වන ගුණාංග හා කුසලතා ශක්තිමත් කර ගැනීම අත්‍යවශ්‍ය වේ. එමගින් ගැටුම් අවස්ථා නිසි ලෙස හසුරුවා ගනිමින් වඩා විචාරශීලී හා නිර්මාණශීලී ලෙස ගැටුමට මැදි වන සියලු පාර්ශවයන්ට පිළිගත හැකි විසඳුම් කරා යාමට හැකි වේ.

ගැටුම් සම්බන්ධයෙන් එලෙස ක්‍රියාකාරීවීමේ නිපුණතා සංවර්ධනය කිරීමෙන් සමාජය තුළ පුද්ගලයා වඩා පරිණත සාමාජිකයකු බවට පත් කිරීම මෙම පරිච්ඡේදයෙන් අපේක්ෂිතය

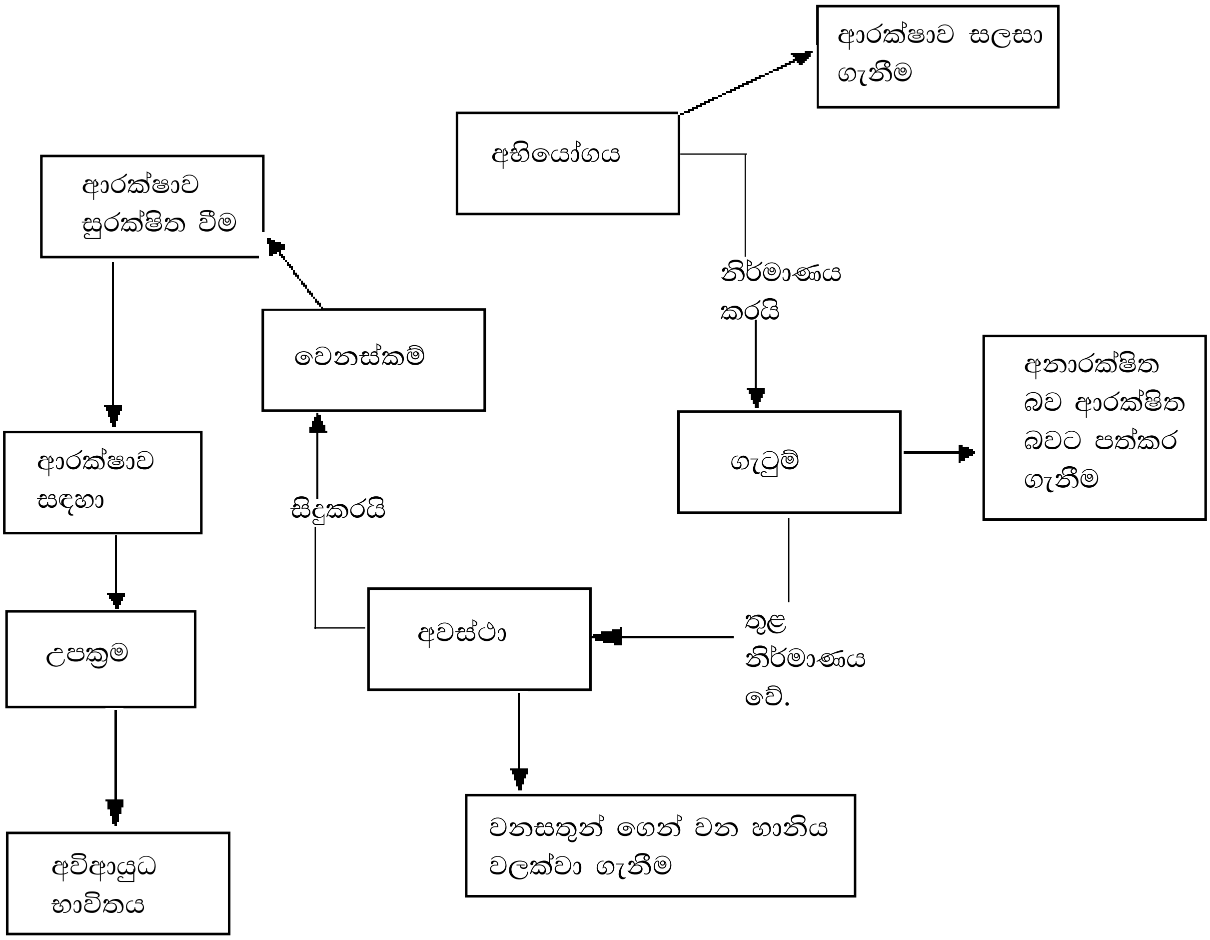
8.3.1 නිපුණතා මට්ටම :

ගැටුම් අවස්ථා හඳුනාගෙන එම අවස්ථා මඟහරවා ගැනීමට කටයුතු කරයි.

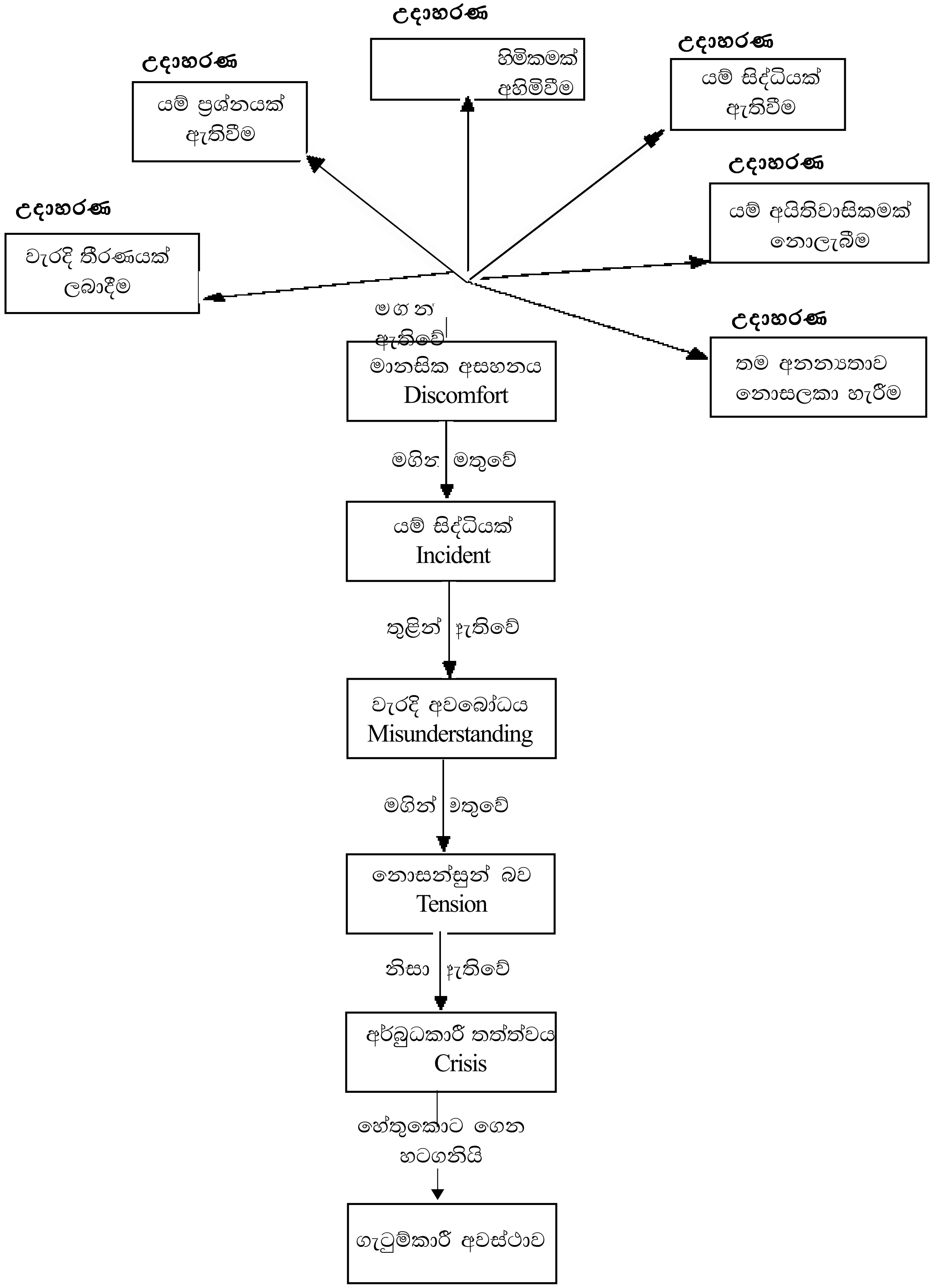
විෂය අන්තර්ගතය

- ගැටුම සාමාන්‍ය දෙයක් වන බව.
- ගැටුම්වලින් තොරව අපට ජීවත්විය නොහැකි බව.
- ගැටුම් අර්ථ දැක්වීම.
  ගැටුම් යනුවෙන් හඳුන්වන්නේ පුද්ගලයෙක් හෝ පුද්ගල කණ්ඩායමක් තම සිතිවිලි, අදහස් හා මතවාද මෙන්ම අවශ්‍යතා ඉටුකර ගැනීම සඳහා ගන්නා ක්‍රියාමාර්ගවලට එකඟත්වයක් නොමැතිකමින් නිර්මාණය වන තත්ත්වයකි.
- ගැටුම මගින් සරල මානසික අපහසුතාවයේ සිට ශාරීරික හානියක් මෙන්ම දේපල හානි සහ යුද්ධයක් වැනි තත්ත්වයක් ඇතිවිය හැකිය.
- මිනිසා ස්වභාව දහම සමඟ ඇතිකරගත් ගැටුම මිනිසාට හිතකර වූ අතර සමාජ සංවර්ධනයට ඉන් ප්‍රබල බලපෑමක් විය. ඉන් නව නිර්මාණ හා අලුත් සොයා ගැනීම් සඳහා මිනිසා යොමු විය. මෙය ගැටුමේ ඇති සුභවාදී පැත්ත වේ.

යම් අභියෝගී අවස්ථාවක් මගින් ගැටුමක් නිර්මාණය වන බවත් එම ගැටුම තුළ විවිධ අවස්ථා ඇති බවත් එවැනි අවස්ථාවන්ට එරෙහිව යම් වෙනස්කම් සිදුවන ආකාරය අංක සංකල්ප සිතියම මගින් දැක්වේ.



ගැටුමක් වර්ධනය වන ආකාරය



කර ගැනීමට වර්ධනය කළයුතු කුසලතා හා ගුණාංග

- * ඉවසීම
- * ස්ථිරසාරබව
- * සහානුභූතික බව
- * හේතු යුක්තව ඉදිරිපත් කරන කරුණු පිළිගැනීම හා ඒ අනුව තම ස්ථාවරය වෙනස්කර ගැනීමට නම්‍යවීම.
- * ක්‍රියාශීලී සවන්දීම
- * අන්‍යොන්‍ය ගෞරවය හා පිළිගැනීම
- * සුභවාදී සිතිවිලි සහිතවීම
- * කරුණාවන්ත වීම
- * සංවේදී බව
- * ප්‍රියවචන භාවිතය

* ඉහත ගුණාංග හා විධික්‍රම ප්‍රගුණ කිරීමෙන් ගැටුම් නිරාකරණයෙහි යෙදිය යුතුය.

ගැටුම් වළක්වා ගැනීමේ විධික්‍රම

- * අන්අය තම පාර්ශවය දිනා ගන්නා ආකාරයෙන් හැසිරීම.
- * අන්අයට අදහස් දැක්වීමට අවස්ථාව දීම.
- * සන්නිවේදනය, අන්අයගේ අදහස් විමසීම, සම්බන්ධතාව ආරක්ෂා කරමින් ප්‍රශ්න විසඳා ගැනීමට උත්සාහ කිරීම.
- * තීරණ ගැනීමට පෙර කීපවරක් සිතා බැලීම.
- * සුබවාදීව සිතීම - ලැබෙන ප්‍රතිඵලය යහපත් ලෙස දැකීම.
- * ගැටලුව දෙපාර්ශවයේ ම බව සලකා සහයෝගයෙන් විසඳා ගැනීමට උත්සාහ කිරීම.
- * හැකිතාක් විකල්ප විසඳුම් සෙවීම.
- * තුන්වන පාර්ශවයේ සහාය ලබා ගැනීම.

8.3 නිපුණතාව :- ගැටුම් නිරාකරණයේ යෙදයි.

8.3.1නිපුණතා මට්ටම :- ගැටුම් අවස්ථා හඳුනාගෙන එම අවස්ථා මඟ හරවා ගැනීමට කටයුතු කරයි.

8.3.1.1ක්‍රියාකාරකම :- "ගැටුමක සේයා දැකගත් රුසියා"

කාලය :- මිනිත්තු 40 යි

ගුණාත්මක යෙදවුම් :-

- ඇමුණුම 8.3.1.1.1 අනුව යෝජිත ක්‍රියාකාරකම් පත්‍රිකාව
  ඇමුණුම 8.3.1.1.2 අනුව කාර්ය පත්‍රිකා

ඉගෙනුම් ඉගැන්වීම් ක්‍රියාවලිය :-

පියවර 8.3.1.1.1

- "ගැටුම " යන්නට සමාන පද විමසා ලැබෙන පිළිතුරු කළුලෑල්ලේ සටහන් කරන්න.
- ඒවා ආශ්‍රිත ව සිසු අත්දැකීම් ද පාදක කර ගනිමින් පහත දැක්වෙන කරුණු ඉස්මතු කෙරෙන කෙටි සාකච්ඡාවක යෙදෙන්න.

> - අපගේ ජීවිත තුළ ගැටුම් සාමාන්‍ය දෙයක් වන බව.
> - ගැටුම්වලින් තොර ජීවිත නැති බව.
> - මිනිසුන් සිටින සෑම තැනක ම ගැටුම් ඇති වීමට ඉඩ ඇති බව.

පියවර 8.3.1.1.2

- සිසුන් කණ්ඩායම් කර ඇමුණුම 8.3.1.1.1 ඔවුන් අතර බෙදා දෙන්න.
- එක් එක් කණ්ඩායම් යෝජක, ප්‍රතියෝජක ලෙස සිසුන් බෙදා වෙන් කර තම මාතෘකා තහවුරු කිරීමට කරුණු ගෙන හැර දක්වන්නට සිසුන්ට අවස්ථාව දෙන්න.

(මිනිත්තු 14)

- දෙවනුව යෝජක, ප්‍රතියෝජක කණ්ඩායම්දෙක මාරු කර තම මතය ගැන විවාදශීලි වීමට හා නිරීක්ෂණයට යොමු කරවන්න.

(මිනිත්තු 06)

පියවර 8.3.1.1.3

- කණ්ඩායම් අදහස් ඉදිරිපත් කිරීමට අවස්ථාව දෙන්න.
- සිසු අදහස්වලට මුලිකත්වය දෙමින් පහත දැක්වෙන කරුණු අවධාරණය වන පරිදි සමාලෝචනයක යෙදෙන්න.

- " ගැටුම" පළමු ව පුද්ගල සිත් තුළ පැන නගින බව. " ගැටුම්" යනු පුද්ගලයන් දෙදෙනකු හෝ පුද්ගල කණ්ඩායම් දෙකක් හෝ කණ්ඩායම් කීපයක් අතර යම් කරුණක් පිළිබඳ ව එකඟතාවක් නොමැතිකම නිසා මතු වන තත්වයක් බව.
- මිනිසුන් අතර සමානකම් මෙන් ම විවිධතා ද ඇති අතර එම විවිධත්වය හැම කල්හි ම හැම දෙයක දීම එකඟතාවන් ඇති නොවීමට හේතු වන බව. එකඟ නොවීම් ඇති වූ කල්හි ගැටුමකට මුල පැදීමට ඉඩ ඇති බව.
- සුපරීක්ෂාවෙන් සිටියහොත් තමා තුළ හෝ අන්‍යයන් තුළ ගැටුමකට තුඩු දෙන තත්වයන් ඇති වෙමින් පවත්නා බව දැන ගත හැකි බව.
- ගැටුමක් ඇති වන බව හඳුනා ගැනීම සඳහා පුද්ගලයන් වෙතින් ප්‍රදර්ශනය වන ඉඟි උදව් වන බව

  උදා :- නොරිස්සුම් බව, නොසතුටු බව
  කලකිරුණු බව, ශෝක සහිත බව
  නොඉවසිලීමත් බව , නොසන්සුන් බව
  අසහනකාරී බව කෝප සහිත බව
  කලහකාරී බව, ආවේගශීලි බව
- ක්ෂණික ව පැන නගින සුළු සිද්ධි හෝ අවස්ථා මත ගැටුම් ඇති විය හැකි බව.

තක්සේරුව හා ඇගයීම :

1. ගැටුම යන්න කෙටියෙන් පැහැදිලි කරයි.
2. ගැටුමක් ආරම්භයේ දී ප්‍රදර්ශනය වන පුද්ගල ස්වභාවයන් නිරීක්ෂණය කරයි.
3. එකඟ නොවීම් ප්‍රකාශ කිරීමේ හා විමසීමේ ක්‍රම සොයයි.
4. එදිනෙදා ජීවිතයේ තමා මුහුණපාන ගැටුම්වල දී තම හැසිරීම ගැන සුපරීක්ෂාකාරී වෙයි.
5. ගැටුම් පැන නගින ආකාරය පිළිබඳ ව සෙස්සන් දැනුවත් කරයි.

ඇමුණුම 8.3.1.1.1

පහත දැක්වෙන නිදසුන් පරිදි සිසු රුචිකත්වය අනුව සරල මාතෘකා කීපයක් තෝරා ගන්න.

- ශරීර සෞඛ්‍යයට හිතකර ශාක ආහාර පමණකි/සත්ව ආහාර පමණකි.
- රූපවාහිනියේ සටන් ජවනිකා බැලීමට කැමතියි / අකමැතියි

ඇමුණුම 8.3.1.1.2

කණ්ඩායම එක්ව පහත ප්‍රශ්නවලට පිළිතුරු ඉදිරිපත් කිරීමට සූදානම් වන්න.

- තම කැමැත්ත නිවැරදි බව ඔප්පු කිරීමට යාමේ දී ඔබට ඇති වූ හැඟීම් මොනවාද?
- තම මතය පරාජය වේ යයි හැගෙන විට ඔබ කුමක් කළේ ද?
- අන් කණ්ඩායම් නිරීක්ෂණයේ දි මිතුරන් වෙතින් ඔබ දුටු පුද්ගල ස්වභාවයක් මොනවාද ?
- මෙම විවාදයන් තවදුරටත් සිදු කළා නම් කෙබඳු තත්වයක් උදාවිය හැකි දැයි ඔබ සිතන්නේ ද?

8.3නිපුණතාව :- ගැටුම් නිරාකරණයේ යෙදෙයි.

8.3.1 නිපුණතා මට්ටම :- ගැටුම් අවස්ථා හඳුනා ගනිමින් එම අවස්ථා මග හරවා ගැනීමට කටයුතු කරයි.

8.3.1.2 ක්‍රියාකාරකම :- " ගැටුමට හේතුව දුටුවොත් පහසුය"

කාලය :- මිනිත්තු 40 යි

ගුණාත්මක යෙදවුම් :-

- ඇමුණුම 8.3.1.2.1 හි දැක්වෙන පින්තූරය
- ඇමුණුම 8.3.1.2.2 හි දැක්වෙන කාර්ය පත්‍රිකා

ඉගෙනුම් ඉගැන්වීම් ක්‍රියාවලිය :-

පියවර 8.3.1.2.1

- ඇමුණුම 8.3.1.2.1 හි දැක්වෙන පින්තූරය සිසුන්ට පෙන්වා එහි දැක්වෙන දෙය පිළිබඳ ව විමසීමක් කරන්න.
- සිසු ප්‍රතිචාර සැලකිල්ලට ගනිමින් පහත දැක්වෙන කරුණු මතු කරන්න.

• එක ම දෙය එක් එක් අය විවිධාකාර ව දකින බව. • තමා පමණක් නොව අන් අය දකින ආකාරය ද විමසා බැලීම අවශ්‍ය බව. • එකිනෙකාගේ අදහස් හෝ ස්වභාවයන් නොසලකා හැරීමෙන් ගැටුම් ඇති විය හැකි බව.

(මිනිත්තු 05)

පියවර 8.3.1.2.2

- සිසුන් සුදුසු පරිදි කුඩා කණ්ඩායම්වලට වෙන් කරන්න.
- ඇමුණුම 8.3.1.2.2 හි දැක්වෙන කාර්ය පත්‍රිකාව සිසුන්ට ලබා දෙන්න.
- එක එක් සිද්ධි අධ්‍යයනයන් ඇසුරින් අසා ඇති ප්‍රශ්නවලට පිළිතුරු සාකච්ඡා කිරීමට යොමු කරන්න.
- ඒ ඒ කණ්ඩායමේ අදහස් ලිඛිත ව සටහන් කරගෙන ඉදිරිපත් කිරීමට සූදානම් කරවන්න.

පියවර 8.3.1.2.3

- කණ්ඩායම් ඉදිරිපත් කිරීම්වලට අවස්ථාව ලබා දෙන්න.
- සෙසු කණ්ඩායම්වල අදහස් ද ඉදිරිපත් කරවන්න.
- සියලු අදහස් සැලකිල්ලට ගනිමින් පහත දැක්වෙන කරුණු අවධාරණය කරන්න.

- ගැටුම් ඇති වීමට බලපාන හේතු
  - අනවබෝධය.
  - වැරදි තීරණවලට එළඹ සිටීම.
  - අනික් පාර්ශවයට සවන් නොදීම.
  - කරුණු මැනවින් නොවිමසීම.
  - තම මතයෙහි ම එල්බ ගෙන සිටීම.
  - සහානුභූතියෙන් තොර වීම.
  - තම මතය හෝ අවශ්‍යතාව හේතු සහිත ව ඉදිරිපත් නොකිරීම.
  - හැඟීම් පාලනය කර ගත නොහැකි වීම.
  - තැනට සුදුසු පරිදි හැසිරීමට අසමත් වීම.
  - අයිතිවාසිකම් අහිමි වී යාම.
  - අන්‍යෝන්‍ය ගෞරවය හා සැලකිල්ල අඩුවීම.
  - විකල්ප ක්‍රියා මාර්ග ගැන නොසිතීම.
- නිරතුරු ව ගැටුම් ඇති කර ගැනීමෙන් සිදු වන අවාසි
  - තමා දුක, කෝපය හෝ කලකිරීම ආදී තත්වයන්ට පත් වීම.
  - එදිනෙදා වැඩ කටයුතු කර ගැනීමට ශක්තිය හීන වීම.
  - වැදගත් අලුත් කටයුතු සඳහා උද්යෝගය නැති වී යාම.
  - එකිනෙකා අතර සුහද සබඳතා බිඳීයාම.
  - එදිරිවාදී පිරිස් වැඩි වීම.
  - අන්‍යයන්ගෙන් යම් යම් දේ ඉගෙනුමට ඇති අවස්ථා අහිමි වීම.
  - තමා අනාරක්ෂිත තත්වයට පත්වීම.

(මිනිත්තු 15)

තක්සේරුව හා ඇගයීම :

- ගැටුම් ඇති වීමට බලපාන හේතු ලැයිස්තුවක් සකස් කරයි.
- . ගැටුම් ඇති කර ගැනීමෙන් බොහෝ අවාසිදායක තත්වයන් ඇති වන බව අවධාරණය කරයි.
- එදිනෙදා ජීවිතයේ දී අත්දකින ගැටුම්වලට බලපා ඇති හේතු විමර්ශනය කරයි.
- ගැටුම් අවස්ථා මඟ හැර ගැනීමට උත්සාහ කරයි.
- ගැටුමකට තුඩු දෙන හේතු නිර්මාණය වන අවස්ථාවන්ගෙන් සෙස්සන් මුදා ගනියි.

ඇමුණුම 8.3.1.2.1

ඇමුණුම 8.3.1.2.2

- ඔබට ලැබුණු සිද්ධිය කියවන්න.
- එහි සඳහන් වන ගැටුමට හේතු වු කරුණු මොනවාද ?
- ගැටුම් ඇති කර ගැනීමෙන් සිදු වන අවාසි මොනවාද

(1) සිද්ධිය

සෝදා අව්වේ දමා තිබු රෙදි ගෙට ගනිද්දී මාලනී තම අක්කාගේ සාය රෙදි වැලේ ඉතිරි කර පැමිණියේ එය තරමක් තෙත ගතියෙන් යුක්ත වු නිසා ය. රෑ බෝවන්නට පෙර එය ගෙට ගන්නට අමතක වු අතර සවස් වරුවේ ඇද හැලුණු වැස්සෙන් එය යළිත් හොඳට ම තෙමුණි. වැස්සත් සමඟ නිවසට පැමිණි අක්කා තම සාය වතුර බේරෙමින් රෙදි වැලේ තිබෙනු දැක කෝපයට පත් ව නංගීට බැණ වැදුණා ය.

අක්කා :- උදේ පාන්දර ඔක්කොම රෙදි හෝදල වැලේ දැම්මෙ මම. ඒත් මගේ ඇඳුම ම ඉතිරි කරලා අනිත් ඔක්කොම අරගෙන මං අහන්නේ ඇයි මට මෙහෙම කරන්නේ.

නංගී :- නෑ ... තව ටිකක් වේලෙන්න ඕන නිසායි තිබ්බෙ.

අක්කා :- බොරු කියන්න එපා. එහෙනං ඇයි තෙමෙන්න ඇරියේ?

නංගී :- මට අමතක උනා අක්කෙ වහිද්දි ඒක ගන්න.

අක්කා :- අමතක උනා නෙවෙයි. අමතක කළා ඇයි ඊයේ රෑ පාඩම් කරනවා මදි කියල මං ටිකක් එයාට දොස් කිව්වනෙ එකට රිද්දන්නයි මට ඕක කළේ.

නංගී :- එක මට මතක් උනේවත් නෑ ඒ වෙලාවේ ඇයි මං ඔයාගෙ සුදු ගවුමයි.......

අක්කා :- නෑ ඕන නෑ මට උත්තර බඳින්න. මං දන්නවා ඔයාගෙ හැටි...

2 සිද්ධිය

සුජීව ගණිත පාඩමේ දී පාවිච්චි කළ කඩදාසිවල ඉවත් කළ යුතු කැබලිගුලියක් ගසා කුණු බාල්දියට වීසි කළේ පංතියේ මැද අසුනක සිටිමින් ය. ඔහුගේ කකුලේ තුවාලයක් තිබු බැවින් නැගිට යාමට නොසිතු ඔහු එසේ කළේ එය නිසැක ව ම බාල්දියට දැමීමට හැකි වේ යයි සිතු බැවිනි. එය වැටුණේ ඉවතට ය.

පංතියේ ඉදිරි අසුනක වාඩි වී සිටි පංති නායක, සමන් කඩදාසි ගුලිය කුණු බාල්දිය ළඟ බිම වැටෙනු දුටුවේ ය.

සමන්	:-	එයි කවුද ඒ මෝඩයා කොච්චර කිව්වත් වැඩක් නෑ දාපු එකෙක් අරන් දානව ඒක කුණු බාල්දියට
සුජීව	:-	කෑ ගහන්න එපා ඕකට ඔය හැටි මං අතිනුයි ඒක වැටුණෙ.
විචිත්‍ර	:-	අපෝයි ඔව් සමන් නිකං ලොක්ක වෙලා පංති නායකයා කියල.
සමන්	:-	මේ තමුසේල වැරැද්දක් කරල ඊට පස්සෙ කයිවාරු ගහන්නත් එනවා සුජීව අරන් දානවා එක.
සුජීව	:-	මට බෑ
සමන්	:-	ඇයි ?
සුජීව	:-	බැරි නිසා නෙ බෑ කියන්නෙ
සමන්	:-	තරහින් සුජීව දෙසට දුවයි
විචිත්‍ර	:-	එයි සමන්, සුජීවට බනින්න එපා මං ඕක අරන් දාන්නම්
සමන්	:-	ඇයි තමුසෙ එයා බේරන්න හදන්නෙ ඔයා ඔයාගේ වැඩක් බලා ගන්නවා

3 සිද්ධිය

බස් රථය තුළ දෙදෙනකුට වාඩි විය හැකි අසුනක කවුළුව අයිනේ වාඩි වී සිටි තැනැත්තා ඉඩ පහසු ඇති ව වාඩි වී සිටියේ ය. අසුනේ සිටි අනික් තැනැත්තා සිරිමාන්න නම් විය. බස් රථය පිටත් විය. කෙළවරෙහි සිටි තැනැත්තා තම ජංගම දුරකථනය ගෙන මිතුරකු සමඟ කතාබහ ඇරඹීය. ඔහුගේ හඬ බොහෝ ඝෝෂා කාරී විය. කතා කළේ එදිනෙදා සාමාන්‍ය ජීවිත තොරතුරු මිස අත්‍යවශ්‍ය හදිසි කරුණක් නොවේ. ඔහු කතා කරමින් හඬ නඟ සිනාසෙයි. එහාට මෙහාට හැරෙයි. දඟලයි. විනාඩි විස්සක් පමණ ගතවෙද්දී ත් ඔහු කතාවේ ය.

සිරිමාන්න	:-	(නොරිස්සුම් සහගත ව) සල්ලි දීලා ටිකට් එකක් අරගෙන වදයක් නැතුව බස් එකක යන්න නැහැනෙ. සමහරු හිතන්නෙ තමන් විතරයි බස් එකේ යන්නෙ කියල
අනිකා	:-	(දුරකථනයේ සිටිමින් ම) කාටද කියන්නෙ ? ඇයි මොකද වෙලා තියෙන්නෙ ?
සිරිමාන්න	:-	වෙලා තියෙන්නෙ බලනව තමන් වාඩි වෙලා ඉන්න හැටි ඊට මදිවට කරච්චලේ (දුරකථනය ක්‍රියාවිරහිත කරමින්)
අනිකා	:-	මං ඔහේට මොකුත් කිව්වෙ නැනෙ. ඒක මගේ කතාවක්
සිරිමාන්න	:-	තමුන්ගෙ කතාව තමන්ගෙ පමණටයි වෙන්න ඕන. මේවගේ පොදු තැනක ඕවා වැරදි වැඩ.
අනිකා	:-	ලෝකෙ දියුණු වෙන කොට ඕවට තැනක් නොතැනක් නෑ හලෝ

8.3 නිපුණතාව :- ගැටුම් නිරාකරණයේ යෙදෙයි.

8.3.1 නිපුණතා මට්ටම :- ගැටුම් අවස්ථා හඳුනා ගෙන එම අවස්ථා මඟ හරවා ගැනීමට කටයුතු කරයි.

8.3.1.3 ක්‍රියාකාරකම :- " ගුණෙන් වැඩෙන්නෝ ගැටුම් නිවන්නෝ"

කාලය :- මිනිත්තු 40 යි

ගුණාත්මක යෙදවුම් :-

- ඇමුණුම 8.3.1.3.1 කාර්ය පත්‍රිකාව
- ඇමුණුම 8.3.1.3.2 කාර්ය පත්‍රිකාව

ඉගෙනුම් ඉගැන්වීම් ක්‍රියාවලිය :-

පියවර 8.31.3.1

- සිසුන් දෙදෙනා බැගින් යුගල කරවා දෙදෙනාට ම එක පැන්සලක් ලබා ගැනීමට පවසන්න.
- ඉදිරි ක්‍රියාකාරකම නිමවන තුරුම එකිනෙකා කතා නොකළ යුතු බව අවධාරණය කරන්න.
- දෙදෙනා විසින් ම නිහඬව පැන්සල අල්ලා ගෙන ඕනෑ ම පක්ෂියකුගේ හෝ සිවුපාවකුගේ රූපයක් ඇඳීමට විනාඩි තුනක කාලයක් දෙන බව පවසන්න.
- කාලය නිම වු පසු කාර්යය නිම කළ පමණින් නවතා නිමාවේ පමණ හා එහි දී එකිනෙකා ක්‍රියා කළ ආකාරය ගැන සිසු අදහස් විමසන්න.

- සිසු අදහස් පදනම් කර ගනිමින් පහත සඳහන් කරුණු ඉස්මතු වන සේ කෙටි සාකච්ඡාවක යෙදෙන්න.

- ගැටුමකින් තොර ව කිසියම් නිමාවක් දක්වා දෙදෙනාගේ ම ප්‍රයත්නය මෙහෙයවීම සඳහා
  - අනිකාගේ අපේක්ෂාව කෙරෙහි ද සංවේදී විය යුතු බව
  - තම අපේක්ෂාව ද සුදුසු ලෙසකින් ද අනිකාට දැනෙන්නට සැලැස්විය යුතු බව
  - ඉවසිලිවන්ත විය යුතු බව
  - සහයෝගී හැඟිම් සහිත විය යුතු බව
  - ක්‍රම ක්‍රමයෙන් හවුල් ක්‍රියාකාරිත්වය මෙහෙයවිය යුතු බව

(මිනිත්තු 08)

පියවර 11

- සුදුසු පරිදි සිසුන් කුඩා කණ්ඩායම්වලට වෙන් කරන්න.
- ඇමුණුම 8.3.1.3.1 හා ඇමුණුම 8.3.2.3.2 සිසුන්ට ලබා දී ක්‍රියාකාරකම් හි යොදවන්න.
- කාර්යය පහසු කිරීම සඳහා අවශ්‍ය මග පෙන්වීම් ලබා දෙන්න.

(මිනිත්තු 15)

පියවර 111

- ඇමුණුම 8.3.1.3.2 හි ඇතුළත් ක්‍රියාකාරකමෙන් මතු කර ගත් සිසු අදහස් හා යෝජනා සංවාද හෝ රංගන ස්වරූපයෙන් ඉදිරිපත් කරවන්න.
- ඒ ඒ කණ්ඩායම් ඉදිරිපත් කිරීම් පිළිබඳ ව සෙසු කණ්ඩායම්වල අදහස් හා යෝජනා සඳහා අවස්ථාව ලබා දෙන්න.
- සමස්තය සලකා බලමින් පහත කරුණු තහවුරු වන පරිදි සාකච්ඡාවක් මෙහෙයවන්න.

ළ

- ගැටුම් වළක්වා ගැනීම සඳහා පුද්ගලයකු සතු විය යුතු හැකියා සහ ගුණාංග
    - සුහද සිනා මුසු බව
    - යහපත් කතා බහ
    - ඉවසීම
    - ස්ථිරසාර බව
    - දුර දක්නා බව
    - තැනට සුදුසු නුවණින් කටයුතු කළ හැකි බව.
    - විමසිලිමත් බව
    - ආත්ම විශ්වාසය ආදිය
- තම තමන් විසින් මෙම හැකියා සහ ගුණාංග පුරුදු පුහුණු කර ගත යුතු බව
- තමා තුළ දැනට අඩු, එහෙත් දියුණු කර ගත යුතු ගුණාංග පළමු ව හඳුනා ගත යුතු බව
- තමන් එදිනෙදා මුහුණ දෙන සෑම ලොකු කුඩා අත්දැකීමක් ම එවැනි හැකියා හා ගුණාංග අභ්‍යාස කිරීමට ලැබෙන වටිනා අවස්ථා ලෙස සැලකිය යුතු බව
- ගැටුම් වළක්වා ගැනීමේ දී ප්‍රයෝජනවත් වන හැකියා සහ ගුණාංග දියුණු කර ගැනීමෙන් ගැටුම් වළක්වා ගැනීමේ විධි ක්‍රම නිර්මාණය කරගත හැකි බව
    - සිනාමුසු මුහුණින් ප්‍රතිචාර දැක්වීම
    - ඉවසීමෙන් කරුණු පැහැදිලි කිරීම
    - ප්‍රතිවිරුද්ධ මතයට ඕනැකමින් ඇහුම්කන් දීම
    - දෙපාර්ශවයටම පිළිගත හැකි විසඳුම් ඉදිරිපත් කිරීම

(මිනිත්තු 18)

තක්සේරුව හා ඇගයීම :

- ගැටුම් වළක්වා ගැනීම සඳහා උපයෝගී කර ගත හැකි විධි ක්‍රම පැහැදිලි කරයි.
- විවිධ පුද්ගල හැකියා සහ යහපත් ගුණාංග ගැටුම් වළක්වා ගැනීම සඳහා ප්‍රයෝජනවත් වන බව හේතු සහිත ව අනුමත කරයි.
- පුද්ගල හැකියා සහ ගුණාංග ගැටුම් මඟ හරවා ගැනීම සඳහා උපයෝගි වන ආකාරය ආදර්ශනය කරයි.
- තම ජීවිතය තුළ ගැටුම් අවම කර ගැනීමේ අභිලාෂයෙන් පුද්ගල හැකියා සහ ගුණාංග ප්‍රගුණ කරයි.
- කණ්ඩායම් ක්‍රියාකාරකම්වල දි ගැටුම් වළක්වා ගනිමින් සහයෝගී ව කටයුතු කරයි.

ඇමුණුම 8.3.1.3.1

- ගැටුම් වළක්වා ගැනීම සඳහා ප්‍රයෝජනවත් වන හැකියා යහපත් ගුණාංග මිනිසුන් තුළ වැඩි දියුණු කිරීමේ බොහෝ මඟ පෙන්වීම් අතීත සමාජයේ තිබුණි. ජන ජීවිතය තුළ ගොඩනැගී තිබුණු විවිධ කියමන් වලින් එවැනි මඟපෙන්වීමේ පණිවුඩ සැපයේ
- මෙහි සඳහන් පැරණි කියමන්වලින් ගැටුම් වළක්වා ගැනීමේ දී වැදගත් වන කුමන පණිවුඩ ලැබෙන්නේ ද ?
  - පනින්ට පෙර සිතා බලනු.
  - හොඳට නරකට දෙකට කට ම ය.
  - ඉවසන දනා රුපු යුදයට ජය කොඩිය.
  - ගිය නුවණ ඇතුන් ලවා වත් අද්දවා ගන්ට බෑ.
  - හදිසි උනාම කොරොස් කටෙත් අත දා ගන්න බෑ.
  - එක හිනාවෙන් හිනා දහසක් ලැබෙනවා.
  - මුණ නිකම් කරත්තෙට අහුවුණ කජු ලෙල්ල වගේ.

ඇමුණුම 8.3.1.3.2

- පහත දැක්වෙන ප්‍රකාශන කියවන්න. ඉන් එකක් තෝරා ගන්න.
- එම ප්‍රකාශනය නිසා දෙදෙනෙකු හෝ පිරිසක් අතර ගැටුමක් ඇති වීම වළක්වා ගත හැකි වන පරිදි කීමට සුදුසු ප්‍රකාශන හා කිරීමට සුදුසු දේ යෝජනා කරන්න.
- ඒ සඳහා ඇමුණුම 8.3.1.3.1 ක්‍රියාකාරකමෙන් මතු කර ගත් පණිවිඩ සහ ගුණාංගත් සුදුසු පරිදි යොදා ගන්න.
- ඔබගේ යෝජනා, සංවාද හෝ රංගන ස්වරූපයෙන් ඉදිරිපත් කිරීමට සුදානම් වන්න.
  1. එහා පංතියේ අය අපේ පංතිය පැත්තටමයි කුණු අතුගාල දාන්නේ.
  2. මොකද ඔය කරන්නෙ. මගේ මල් පැළෙන් හොරෙන් මල් කඩන්නෙ.
  3. මට දැන් සෙල්ලම් කරන්න එන්න බෑ අනේ.. මොන කරදරයක් ද මන්දා.
  4. අන්න අන්න අල්ලපු ගෙදර හරක් පැටියා අපේ වැට කඩාගෙන රිංගනවා.
  5. මං දැක්කා ඊයේ පාරෙ දි ඔයාගේ අක්කගේ සෙරෙප්පුව කැඩිල අද්ද අද්දා යනවා.
  6. ආපෝ ... මෙයාට ලකුණු වැඩියෙන් හම්බ උනා කියල හරි ආඩම්බරේ.

8.3 නිපුණතාව :- ගැටුම් නිරාකරණයේ යෙදෙයි

8.3.2 නිපුණතා මට්ටම :- ගැටුම් සුබවාදීව නිරාකරණය කරයි.

8.3.2.1ක්‍රියාකාරකම :- " සතුටු සිතින් එක්ව සිටිමු."

කාලය :- මිනිත්තු 40

ගුණාත්මක යෙදවුම් :-

- ඇමුණුම 8.3.2.1.1 සිද්ධිය
- ඇමුණුම 8.3.2.1.2 හා 8.3.2.1.3 පැවරුම් පත්‍රිකාව
- ලියන කඩදාසි

ඉගෙනුම් ඉගැන්වීම් ක්‍රියාවලිය

පියවර 8.3.2.1.1 :-

- ඇමුණුම 8.3.2.1.1 හි සඳහන් කථාව ඉදිරිපත් කරන්න.
- එම කථාව ඇසුරින් ගැටුමට හේතුව හා ගැටුමෙන් සිදුවූ / අත්වූ ප්‍රතිඵලය පිළිබඳ ව සාකච්ජා කරමින් දරුවන් මුහුණ දී ඇති ගැටුම් (කීපයක්) ඉදිරිපත් කරවන්න. එම ගැටුම් පිළිබඳ ව කෙටි පැහැදිලි කිරීමක් කර පහත සඳහන් කරුණු මතු කරමින් සාකච්ජාවක් ගොඩ නගන්න.

- සෑම ගැටුමක් ම සරල ව විසඳා නොගත හොත් එය බරපතල තත්වයකට තුඩු දෙන බව.
- සෑම ගැටුමක්ම ආරම්භයේ දීම සරල ව විසඳා ගත හැකි බව.
- ගැටුම් සරල ව විසඳා ගැනීමේ ක්‍රම පවතින බව.
- සරල පියවර අනුගමනය කළහොත් සෑම ගැටුමක්ම දෙපාර්ශවයටම ජය ලැබෙන සේ විසඳා ගත හැකි බව.

(මිනිත්තු 10)

පියවර 8.3.2.1.2

- සිසුන් කුඩා කණ්ඩායම් වලට වෙන් කරන්න.
- 8.3.2.1.2 හා 8.3.2.1.3 ඇමුණුමෙහි සඳහන් පැවරුම ලබා දී කාර්යයෙහි යොදවන්න.

(මිනිත්තු 15)

පියවර 8.3.2.1.3

- කණ්ඩායම් අනාවරණ (නිමැවුම්) ඉදිරිපත් කිරීමට කණ්ඩායම් වලට අවස්ථාව ලබා දෙන්න.
- එම කණ්ඩායම්වල යෝජනා සම්බන්ධයෙන් සෙසු කණ්ඩායම්වල අදහස් විමසමින් අගයන්න.

- ඉදිරිපත් කළ යෝජනා ඌණපූරණය කරමින් පහත සඳහන් කරුණු ඉස්මතු කොට සමාලෝචනයක යෙදෙන්න.

- ගැටුම් නිරාකරණය සඳහා සරල පියවර අනුගමනය කළ යුතු බව.

  1. ගැටුම හොඳින් විස්තර කිරීම.
  2. දෙපාර්ශවයම ගැටලුව නැවත නිර්වචනය කිරීම
  3. ගැටලුවට විකල්ප විසඳුම් යෝජනා කිරීම
  4. විකල්ප යෝජනා අතුරින් හොඳම විකල්ප තෝරා ගැනීම.
  5. අදාළ විසඳුම ක්‍රියාවට නැගිම හා ඇගයීම

- ගැටුම් සාධාරණව විසඳීමෙන් ඒවා දුර දිග නොයන බව.
- සාමකාමී පරිසරයක් ගොඩ නැගෙන බව.
- සතුටින් යුතුව ජයග්‍රහණය ලැබිය හැකි බව.

(මිනිත්තු 15)

තක්සේරුව හා ඇගයිම:

- ගැටුම් නිරාකරණය කිරීමේ සරල පියවර පැහැදිලි කරයි.
- ගැටුම් නිරාකරණය කිරීමෙන් සතුට අත්වන බව පිළිගනීයි.
- ගැටුම් නිරාකරණය සඳහා පියවර ක්‍රමය අනුගමනය කරයි.
- ගැටුම් නිරාකරණය කිරීමට මැදිහත් කරුවෙකු ලෙස කටයුතු කරයි.
- තමා ජීවත්වන පරිසරයේ ඇතිවන ගැටුම් අවස්ථා වලක්වා ගැනීමට පෙළඹෙයි/වලක්වයි.

පසුවැඩ

- තමා මුහුණ දුන් ගැටුම් අවස්ථාවක් හා ඒ පිළිබඳ ව තමා ගත් පියවර දක්වන්න.
- එම ගැටළු විසඳීමට ඔබ අද යෝජනා කරන ක්‍රමය පැහැදිලි කරන්න.

ඇමුණුම 8.3.2.1.1

වේලාව රාත්‍රි 7.35 පමණ විය. ඒ වන විට විවේකා ප්‍රශ්න විචාරාත්මක රූපවාහිනී දැනුම මිනුම වැඩ සටහනක් නරඹමින් සිටියා ය. සාලයට පැමිණි ඇගේ අයියා දුරස්ථ පාලකය ගෙන කිසිත් නොවිමසා වෙනත් නාලිකාවකට මාරු කළේ ය. වහා කෝපයට පත් විවේකා " ඇයි දැක්කෙ නැද්ද මම බල බලා හිටිය එක දෙනවා ඕක මට" කියමින් තම කෝපය පල කළා ය. ඇගේ වදනින් කෝපයට පත් ඇගේ අයියා කිවේ මම සතියට ම බලන්නේ මේ විකට වැඩ සටහන විතරයි. යනවා යන්න. මම රිමෝට් එක දෙන්නේ නෑ. ගිහින් පාඩම් කරනවා යනුවෙන් දිගින් දිගටම ඇති වූ බහින් බස්වීම කුස්සියේ සිටි අම්මාට ඇසුනේ ආරාවුලක ස්වභාවයෙනි. වේගයෙන් එතැනට පැමිණි අම්මා " නවත්වනවා ඔය දබරය රට්ටු හිනස්සන්නේ නැතිව" කියාගෙන රූපවාහිනිය නිවා දමා ආපසු ගියාය.

ඇමුණුම 8.3.2.1.2

පහත සඳහන් වන්නේ ගැටුමක් නිරාකරණය කිරීමේ සරල පියවර කීපයක් අනුගමනය කළ හැකි ආකාරයයි. එය හොඳින් අධ්‍යයනය කරන්න.

ගැටුම් නිරාකරණයේ සරල පියවර

1. ගැටුමට මුල් වූ හේතුව මැනවින් විස්තර කිරීම.
2. ගැටුමට මුල් වූ දෙපාර්ශවයම ගැටුමට හේතු නැවත නිර්වචන කිරීම / පැහැදිලි කිරීම
3. දෙපාර්ශවයම ගැටුම නිරාකරණය කිරීමට /සමථ කිරීමට විකල්ප විසඳුම් යෝජනා කිරීම.
4. එක් එක් විකල්පය අගය කරමින් හොඳම විකල්ප විසඳුම තෝරා ගැනීම.
5. තෝරා ගත් විසඳුම ක්‍රියාවට නැගීම හා ඇගයීම

ඇමුණුම 8.3.2.1.3

1.. ඔබ කණ්ඩායම් සාමාජිකයින් මුහුණ දී ඇති ගැටුම්කාරී අවස්ථාවක් පිළිබඳව තොරතුරු කණ්ඩායම ඉදිරියේ ඉදිරිපත් කරන්න.

2. එම ගැටුම්කාරී අවස්ථාවන් වලින් එකක් තෝරා ගෙන එය විස්තරාත්මක ව ලියන්න.

3. එම ගැටුම නිරාකරණය කිරීමේ සරල පියවර අනුගමනය කරමින් නිරාකරණය කරන ආකාරය පැහැදිලි කර ඉදිරිපත් කරන්න. සුබදායි ලෙස එම ගැටුම නිරාකරණය කිරීමේ යෝජනා ඉදිරිපත් කරන්න.

8.3 නිපුණතාව :- ගැටුම් නිරාකරණයේ යෙදෙයි.

8.3.1 නිපුණතා මට්ටම :- ගැටුම් සුබවාදීව නිරාකරණය කරයි.

8.3.2.2 ක්‍රියාකාරකම :- " භේද නොවෙමු එක්ව සිටිමු"

කාලය :- මිනිත්තු 40

ගුණාත්මක යෙදවුම් :-
- ඇමුණුම 8.3.2.2.1
- ඇමුණුම 8.3.2.2.2 කාර්ය පත්‍රිකාව

ඉගෙනුම් ඉගැන්වීම් ක්‍රියාවලිය

පියවර 8.3.2.2.1 :-
- ඇමුණුම 8.3.2.2.1 හි සඳහන් භූමිකා රංගනයෙහි සිසුන් යොදවන්න.
- එම භූමිකා රංගනය ඇසුරින් පහත සඳහන් ප්‍රශ්න විමසමින් සාකච්ඡාවක යෙදෙන්න.
- ඔබ දුටු භූමිකා රංගනයෙන් මතුවන්නේ කුමන අවස්ථාවන් ද?
- මෙම සිද්ධියේ ඊළඟ අවස්ථාව කුමක් විය හැකි ද?
- මෙවැනි ගැටුමක් වැළැක්වීම සඳහා ගතහැකි ඔබේ යෝජනා මොනවා ද?
- එම කරුණු ආශ්‍රය කර ගනිමින් පහත කරුණු මතුකර දක්වමින් සාකච්ඡාවක යෙදෙන්න.

- ගැටුමක් ඇතිවීමට පෙර හඳුනාගත හැකි බව.
  ගැටුමක් ඇතිවීමට ඉඩ නොදී නිරාකරණය කළ හැකි බව.
- ගැටුම් නිරාකරණය කිරීමෙන් සමාජය තුළ යහපත් තත්වයන් පවත්වා ගත හැකි බව.
- ගැටුමක් නිරාකරණයේ කිරීමේ ක්‍රියා මාර්ග සැම අයෙක් තුළ ම පැවතිය යුතු බව.

(මිනිත්තු 10)

පියවර 8.3.2.2.2 :-

- පංතියේ සිසුන් කුඩා කණ්ඩායම්වලට බෙදන්න.
- ඇමුණුම 8.3.2.2.2 කණ්ඩායම අතර බෙදන්න.
- එක් කණ්ඩායමකට අදාළ සිද්ධිය භූමිකා රංගනයක යෙදීමට යොමු කරන්න.
- සෙසු කණ්ඩායම් අදාළ කාර්ය පත්‍රිකාවෙහි සඳහන් කාර්යයන් හි නිරත කරවන්න.

(මිනිත්තු 15)

පියවර 8.3.2.2.3

:-

- කුඩා කණ්ඩායම් හි අනාවරණ පංතියට ඉදිරිපත් කරවන්න.
- කණ්ඩායම් හි අනාවරණ පිළිබඳ ව සෙසු කණ්ඩායම් හි අදහස් විමසන්න.

- සෑම කණ්ඩායමකට විසඳුම් යෝජනා පිළිබඳ ව ඌණපූරණයක යෙදෙමින් පහත සඳහන් කරුණු මතුකරමින් සමාලෝචනයේ යෙදෙන්න.

- සෑම ගැටුමක් ම සුබවාදීම නිරාකරණය කිරීමේ විධික්‍රම ඇති බව
- ගැටුම් සරලව නිරාකරණය කිරීමෙන් යහපත් සමාජ පරිසරයක් ගොඩ නැගෙන බව
- සෑම ගැටුමකටම තුඩු දෙන හේතුව ඉතා සරලව විසඳා ගත හැකි බව
- ගැටුම් නිරාකරණය නොකිරීමෙන් ව්‍යාකූලත්වයන් හා බරපතල ව්‍යසනයන් පවා සිදුවිය හැකි බව
- ගැටුම් අවම කිරීමටත් නිරාකරණයටත් මැදිහත්විය යුතු බව
- පූර්ව ගැටුම් ඉඟි හඳුනා ගනිමින් ඒ අනුව ක්‍රියාත්මක විය යුතු බව

(මිනිත්තු 15)

තක්සේරුව හා ඇගයීම :

- ගැටුම් සුබවාදීව නිරාකරණයේ සරල පියවර පැහැදිලි කරයි.
- ගැටුම් සුබවාදිව නිරාකරණය කිරීමේ ලා නිර්මාණශීලීව කටයුතු කළ හැකි බව අගයයි.
- ගැටුම් සඳහා සුබවාදී විසඳුම් අනුගමනය කරයි.
- අවට සමාජයේ ගැටුම් සමථකරණයට මැදිහත් වෙයි.
- තමා හමුවේ මුහුණ දෙන ගැටුම්වලට නිර්මාණශීලීව විසඳුම් සපයයි.

පසුවැඩ

1. ඔබ මුහුණ දුන් ගැටුම්කාරී අවස්ථාවක් සිහියට නගන්න. එය විස්තරාත්මක ව ලියා ඔබ එම ගැටුම නිරාකරණය කිරීමට ගත් ක්‍රියා මාර්ගය ලියන්න.
2. ඔබ එම ගැටුම නිරාකරණය කිරීමට අද යෝජනා කරන පියවර ලියන්න.

ඇමුණුම 8.3.2.2.1.

කොස්ස හරස් වීම

තුෂාරි : ඇයි සුජානි ඔයා ඉස්කොලේ එන්න මේතරම් පරක්කු. දැන් වෙලාව 7.20 යි. එන්න ඉක්මනට අපි පන්තිය අතුගාමු .

නාමලී : ඔයා හින්ද හැමදාම පරක්කු වෙනවා. ඉක්මනට කොස්සක් අරන් එන්න.

සුජානි :- මගේ පරක්කුව තමයි මෙයාලාට ලොකු හා ඉන්න මං අතුගාන්නංකෝ අපේ පන්තියේ කොස්ස මෙතන නැනේ. අනේ බලන්න තුෂාරි

තුෂාරි : අනේ බලන්නකො කොස්ස මෙතන නැනේ. මෙන්න මේ පංතිය මුල්ලේ තිබුනේ. කවුද ගත්තේ එක.

සුජානි : අර බලන්නකෝ අර පංතියේ ෂර්මිලා මේ පැත්ත බල බලා අතුගානවා. එයාමයි එක ගත්තේ.

(ෂර්මිලා පංතිය අතුගාමින් සිටී. සියලු දෙනාම
කෝපයෙන් එතැනට යයි)

සුජානි : ෂර්මිලා ඔයා කොහෙන්ද ඔය කොස්ස ගත්තෙ. අපේ කොස්ස දෙනවා ඕක මෙහාට.

ෂර්මිලා :- මේ සුජානි ඔයාලට පිස්සු ද?

තුෂාරි :- ඔයා පුදුම කෙනෙක් නේ මොකද ඕක හොරෙන් ගත්තේ. තමුසෙලාගේ පන්තියේ ඉන්නෙ හොරු. හොරෙන් අරගෙන එනවා තව කටදාන්න.

ෂර්මිලා :- ඔයාලගේ කොස්ස ඔයාලා හොයා ගන්න. අපේ කොස්සට අත තිබ්බොත් බලාගෙනයි. පුළුවන්නම් ගන්නවා.

ඇමුණුම 8.3.2.2.2

පංති කාමරයක දී

(සුසිල් පංතිය අතු ගාමින් සිටී. ඔහු පංති නායකයාය. එදින වැසි දිනයකි. කකුල් පුරා මඩ තවරාගත් ප්‍රසාද් පංතියට ඇතුළු වෙයි.)

සුනිල්	:	මොකද ප්‍රසාද් පංතියේ මඩගාන්නේ. මම අතු ගානවා මඩගාන්නෙ නැතිව යනවා පංතියෙන් එළියට
ප්‍රසාද්	:	මට එළියට යන්න කියන්න තමුසේ කවුද? තමුසෙ යනවා එළියට
සුසිල්	:	මම පංති නායකයා. දන්නෙ නැද්ද තමුසෙ ඒක යනවා එළියට. කකුල් කඩනවා ගියෙ නැත්නම්.
ප්‍රසාද්	:-	කකුල් කඩන්න. බලන්න කඩනවා. අයින්වෙනවා ඔතනින් පාර හරස් කරන්නේ නැතුව.
සුසිල්	:	මේ ප්‍රසාද් මම නරක මිනිහ කියන්න එපා යනවා එළියට.

කාර්ය පත්‍රිකාව

1. කණ්ඩායම : ඔබ කණ්ඩායම ඉහත කොටස කියවා භූමිකා රංගනයක යෙදෙන්න.
2. හා සෙසු කණ්ඩායම් : ඉහත සංවාදය සඳහා අවධානය යොමුකර එම ගැටුම ආශ්‍රිතව පහත ප්‍රශ්නවලට පිළිතුරු සපයන්න.
3. මෙම ගැටුම ඇතිවීමට බලපාන ලද හේතු ඉහත සිද්ධිය ඇසුරින් අධ්‍යයනය කරන්න.
4. මෙම ගැටුම නිරාකරණය කළ හැකි ආකාරය පැහැදිලි කරන්න (පියවර අනුව)
5. ඔබ යෝජනා කරන නිරාකරණ සරල ආකාරය දක්වා එය භූමිකා රංගනයක් ආකාරයෙන් දක්වන්න.

නිපුණතාව

8.4 නායකත්වයට ගරු කරමින් නායකත්ව ගුණාංග ප්‍රගුණ කරයි.

හැඳින්වීම

සාමුහිකව කටයුතු කරන සෑම අවස්ථාවකම සමූහය මෙහෙයවීම සඳහා නායකයෙකු අත්‍යවශ්‍ය වේ. සැබෑ නායකයෙකු ලෙස කටයුතු කිරීම සඳහා නායකත්ව ගුණාංග වල පිහිටා කටයුතු කළ යුතුවේ. නායකත්වය තුළින් අනුගාමිකත්වය සඳහා පැහැදිලි මග පෙන්වීමක් ලැබිය යුතුය. ඒ තුළින් අනාගතය සඳහා සැබෑ නායකත්වයක් බිහිවීමට ඇවැසි මං පෙත් විවර වනු ඇත. නායකත්වය හඳුනා ගනිමින්, නායකයකු ලෙස කටයුතු කිරීමට හුරු කරවීම මෙම ඒකකය තුළින් අපේක්ෂා කෙරේ.

නිපුණතා මට්ටම :-

8.4.1 නායකත්වයේ අවශ්‍යතාව හඳුනා ගනිමින් නායකයෙකු ලෙස කටයුතු කරයි.

- නායකත්වය යනු කුමක්ද?
  පවුල හෝ පුද්ගලයින් කිහිපදෙනෙකු හෝ සමූහයක් යම් පොදු අරමුණක් ඉටුකර ගැනීම සඳහා කණ්ඩායමක් ලෙස මෙහෙයවීම නායකත්වය ලෙස සරලව අර්ථ දැක්විය හැකි ය.

- සමාජය තුළ නායකත්වය දැකිය හැකි අවස්ථා
  පවුල තුළ - දෙමව්පියන් / වැඩිහිටි දරුවන්
  පාසල තුළ - විදුහල්පති / අංශ ප්‍රධානීන් / විෂය නායකයින් පන්ති භාර ගුරු / ශිෂ්‍ය නායකයින්/ පන්ති නායක / ක්‍රීඩා නායක
  සමාජය - ආගමික නායකයින් / ප්‍රජා නායකයින්/ දේශපාලන නායකයින් ආයතන ප්‍රධානීන් ස්වේච්ඡා සංවිධාන නායකයින්

- විවිධ නායකත්ව වර්ග සමාජය තුළ හඳුනාගත හැකි බව
  ප්‍රජාතන්ත්‍රවාදී නායකයින් / ඒකාධිපති නායකයින්/

- නායකත්වයේ ගුණාංග

නායකත්වය සඳහා පුහුණු කළ යුතු ගුණාංග

සංනිවේදන හැකියාව

* ඉදිරිපත් කිරීම
* නිරවුල් පැහැදිලි කිරීම
* පැහැදිලි කථනය
* අනුපිළිවෙල ගොඩනැගීම
* තහවුරු කිරීම
* සවන් දීම
* ස්ථිරසාර බව

ගැටළු විසඳීමේ හැකියාව

* ගැටළු තේරුම් ගැනීම
* තොරතුරු රැස් කිරීම
* විශ්ලේෂණය
* විසඳුම් සෙවීම
* ක්‍රියාත්මක කිරීම

සැලසුම් කිරීමට හැකියාව

* අරමුණු තීරණය කිරීම
* සැළසුම් කිරීම
* සංවිධානය
* විශ්ලේෂණය
* තීරණ ගැනීම

මෙහෙය වීමේ හැකියාව

* ඉලක්ක තීරණය කිරීම
* සැලසුම් කිරීම
* කණ්ඩායම් මෙහෙයවීම
* පාලනය
* ඉලක්කයට ළඟාවීම

මානව සම්බන්ධතා පවත්වා ගැනීමේ හැකියාව

* සහානුභූතිය
* සමාජශීලීබව
* අන්තර් පුද්ගල සම්බන්ධතා

ආවේදනීය හැකියාව

* මිත්‍රශීලී බව
* සුහද බව
* සංවේදී බව
* චිත්තවේගී සංවර්ධනය

නායකත්වය හා අනුගාමිකත්වය

- නායකයා යනු කණ්ඩායම මෙහෙය වන්නා වන අතර අනුගාමිකයා යනු මෙහෙයවන්නාය

- නායකයා කණ්ඩායම මෙහෙය වන විට ඒ අනුව කටයුතු කිරීමට අනුගාමිකයා සූදානම් විය යුතු ය.

- නායකයා කෙරෙහි සිය විශ්වාසය තබමින් කටයුතු කිරීම අනුගාමිකයින්ගේ යුතුකමකි.

- නායකයා නිවැරදි මාවත කෙරෙහි ගෙන යාමට අනුගාමිකයා කැපවිය යුතුය

- නායකයා ගේ පෞද්ගලික ලාභ අපේක්ෂාවෙන් තොර වී කණ්ඩායම් හැඟීමෙන් කටයුතු කිරීම.

- හොඳ නායකයකු සතු වීමට නම් හොඳ නායකයකු යටතේ අනුගාමිකයකු ලෙස කටයුතු කිරීම වැදගත් වේ.

- නායකයා හා අනුගාමිකයා අන්‍යොන්‍ය වශයෙන් වගකීමෙන් හා වග වීමෙන් බැඳී සිටීම.

8.4 නිපුණතාව :- නායකත්වයට ගරු කරමින් නායකත්ව ගුණාංග ප්‍රගුණ කරයි.

8.4.1නිපුණතා මට්ටම :- නායකත්වයේ අවශ්‍යතාව හඳුනා ගනිමින් නායකයෙකු ලෙස කටයුතු කරයි.

8.4.1.1 ක්‍රියාකාරකම :- " නායකයෙකු සතු - උදාර ගුණමුතු "

කාලය :- මිනිත්තු 40

ගුණාත්මක යෙදවුම් :- ඇමුණුම 8.4.1.1 ඇතුළත් පත්‍රිකා

ඉගෙනුම් ඉගැන්වීම් ක්‍රියාවලිය :-

පියවර 8.4.1.1.1

- ඇමුණුම 8.4.1.1. ඇතුළත් පත්‍රිකා සිසුන් අතර බෙදා දෙමින් එය කියවීමට අවස්ථාව දෙන්න.
- මෙහි සඳහන් පරිදි තාත්තා විදුහල්පතිතුමා, ලොකු අයියා සහ සුධීර අයියා උසුලන ලද තත්ත්වය කුමක්දැයි අහඹු ලෙස සිසුන්ගෙන් විමසන්න.
- පහත සඳහන් කරුණු මතුවන පරිදි සාකච්ඡාවක යෙදෙන්න.

> - පවුල් තුළ නායකත්වය මවට, පියාට, මෙන්ම වැඩිමහල් සහෝදර සහෝදරියන්ට හිමි වන බව.
> - විවිධ අවස්ථාවල දී නායකත්වය උචිත පරිදි මතු වන බව.
> - අනුගාමිකත්වය තුළ නායකත්වය ගොඩ නැගෙන පරිදි නායකත්වය තුළ හැසිරිය යුතු සහ ක්‍රියාකළ යුතු බව.

(මිනිත්තු 15)

පියවර 8.4.1.1.2

- පෙර ඇමුණුමට යොදා ගනිමින් පහත සඳහන් ක්‍රියාකාරකම් හි නියැලෙන්නට සිසුන්ට අවස්ථාව දෙමින් සිසුන් ගවේෂණයෙහි යොදවන්න.
- ඇමුණුමෙහි එන චරිත අනුව ඔවුන් තුළ එම අවස්ථාවෙහි තිබිය යුතු වූ නායකත්ව ගුණාංග මොනවාද? යන්න ලැයිස්තු ගත කරන්න අවස්ථාව දෙන්න.

(මිනිත්තු 10)

පියවර 8.4.1.1.3

- අහඹු ලෙස සිසුන් නම් කරමින් ලියන ලද නායකත්ව ගුණාංග ඉදිරිපත් කරන්නට අවස්ථාව දෙන්න.

(මිනිත්තු 10)

- පහත සඳහන් කරුණු මතුවන පරිදි සමාලෝචනයක යෙදෙන්න.

> - සාමූහික ක්‍රියාකාරකම් හි සාර්ථකත්වය සඳහා ඔවුන් මෙහෙයවීමට නායකත්වය අවශ්‍ය බව
> - නායකත්වය විවිධ අවස්ථාවල මතු වන බව නායකත්වය රඳා පැවතිමටත්, එහි සාර්ථකත්වය සඳහාත් පහත සඳහන් නායකත්ව ගුණාංග තිබිය යුතු බව
> - බුද්ධිමත් බව, නම්‍ය ශීලීබව, සහානුභූති බව, තීරණ ගැනීමේ කුසලතා, අවංක බව, ඉවසීම, විචාරශීලී බව ආදි වශයෙන්

(මිනිත්තු 05)

තක්සේරුව හා ඇගයීම :

- නායකත්වයේ අවශ්‍යතාවය සහ නායකත්වය මතුවන අවස්ථා ප්‍රකාශ කරයි.
- යහපත් නායකත්ව ගුණාංග අගය කරමින් කතා කරයි.
- යහපත් නායකත්ව ගුණාංග ලියා දක්වයි.
- ආදර්ශමත් නායකත්ව ගුණාංග පුරුදු පුහුණු කරයි.
- අවශ්‍ය අවස්ථා වලදී නායකයෙකු ලෙස කටයුතු කිරීමට ඉදිරිපත් වෙයි.

පසුවැඩ

> ඔබ විශ්ෂ්ඨත්වයෙහි ලා සලකන ආගමික, සාමාජිය සහ දේශපාලන, නායකයින්ගේ නායක ගුණාංග අධ්‍යයනය කරමින් පොත් පිංචක් සකස් කරන්න.

ඇමුණුම 8.4.1.1

මා අධ්‍යාපන චාරිකාව යන්නට අම්මාගෙන් අවසර ඉල්ලූ වීට ඇය පැවසුවේ තාත්තා ගේ තීරණය ද මේ සඳහා විමසිය යුතු බවයි.

අපේ පංති භාර ගුරුතුමිය පැවසුවේ ප්‍රදර්ශනය එතරම් සාර්ථක වූයේ විදුහල්පතිතුමාගේ උපදෙස් නිවැරදි ලෙස පිළිපදිමින් කටයුතු කළ නිසා බවයි.

පෙරහැර බැලීමට යන විට අප හැසිරිය යුතු ආකාරය එදා ලොකු අයියා කියා නොදෙන්නට සැබැවින්ම අපෙන් එක් අයෙකු එදින අතර මං වනු නිසැකය.

ක්‍රීඩා උත්සවය දවසේ සුධීර අයියා තම වගකීම් මැනවින් හඳුනා ගනිමින් උද්යෝගිමත්ව හා කැපවීමෙන් කටයුතු කළ ආකාරය පිළිබඳ ව පසු දින උදෑසන රැස්වීමේ දී ගුරු භවතුන් සියළු දෙනා ඔහුට ප්‍රශංශා කළ අයුරු සිහිවෙන විට කවදා හෝ මමත් සුධීර අයියා ලෙසින් කටයුතු කළ යුතු යැයි මා අධිෂ්ඨාන කරගත් ආකාරය අදත් මට සතුටින් සිහිපත් කළ හැකි ය.

8.4 නිපුණතාව :- 8.4.2 නායකත්ව ගරු කරමින් නායකත්ව ගුණාංග ප්‍රගුණ කරයි.

8.4.1 නිපුණතා මට්ටම :- නායකත්වයේ අවශ්‍යතාව හඳුනා ගනිමින් නායකයෙකු ලෙස කටයුතු කරයි.

8.4.1.2 ක්‍රියාකාරකම : " අපි වෙමු එලදායි හෙටක නියමුවෝ"

කාලය :- මිනිත්තු 40 යි

ගුණාත්මක යෙදවුම් :-

- ඇමුණුම 8.4.1.2.1
- ඇමුණුම 8.4.1.2.2
- ඇමුණුම 8.4.1.2.3

ඉගෙනුම් ඉගැන්වීම් ක්‍රියාවලිය :-

පියවර 8.4.1.2.1

- 8.4.2.1 ඇමුණුම සිසුන්ට ප්‍රදර්ශනය කරන්න.
- පින්තුරය ඇසුරින් නායනකයා හා අනුග්‍රාමිකයා යන සංකල්ප මතු කරගන්න.
- ඇමුණුම 8.4.2.2 සිසුන්ට බෙදා දෙන්න. අනුගාමිකයාගේ ලක්ෂණ ලිවීමට උපදෙස් දෙන්න.

- පහත සඳහන් කරුණු මතුවනසේ සාකච්ජාවක් කරන්න.

- නායකයා මෙහෙයවන්නා බව
- අනුගාමිකයා නායකයාට සහයෝගය දෙමින් කටයුතු කරන්නා බව
- නායකයාට හා විශේෂිත ලක්ෂණ හා අනුගාමිකයාට විශේෂිත ලක්ෂණ ඇති බව.
- නායකයා හා අනුගාමිකයා යන දෙපාර්ශ්වයම සතු ලක්ෂණ ඇති බව
- නායකයා ආරම්භ කරන්නා මුලපුරන්නා නිවැරදි දේ කරන්නා බව (ආදි වශයෙන් වගුව ඇසුරෙන් පෙන්වා දෙන්න)
- අනුගාමිකයා නායකයාට සහයෝගය දෙන්නා උදව් කරන්නා ක්‍රියාත්මක වන්නා බව
- විටෙක නායකයා තවත් විටෙක අනුගාමිකයා බව හා අවස්ථාවට අනුව හැසිරිය යුතුබව

(මිනිත්තු 05)

පියවර 8.4.1.2.2

- සිසුන්ට කැමති පරිදි 6 දෙනා බැගින් කණ්ඩායම් වීමට අවස්ථාව දෙන්න.
- කැමති කෙනකු නායකයා ලෙස පත්කර ගැනීමට උපදෙස් දෙන්න.
- නායකයා කැඳවා අහඹු ලෙස ඇමුණුම 8.4.2.3 ඇතුලත් කාර්යයන් ගෙන් එකක් තෝරා ගැනීමට අවස්ථාව දෙන්න.
- ඒ අනුව සිසුන් එම කාර්යයන් හි යොදවන්න.

(මිනිත්තු 20)

පියවර 8.4.1.2.3

- සිසුන් කැඳවා ඔවුන් නියැලුන කාර්යය ඇසුරින් නායකයාගේ හා අනුගාමිකයන්ගේ ලක්ෂණ, ලැබූ අත්දැකීම්, හැඟීම් සාර්ථක වීමට හෝ නොවීමට හේතු තම අත්දැකීම් ඉදිරිපත් කිරීමට අවස්ථාව දෙන්න.

- සියලුම කණ්ඩායම්වලට අවස්ථා දෙන්න.

පහත සඳහන් කරුණු මතු වනසේ සමාලෝචනයක යෙදෙන්න.

- නායකයා ආරම්භ කරන කාර්යයක් ඵලදායිව ඉටුකිරීමට නම් අනුගාමිකයන් ගේ සහයෝගය ලැබිය යුතු බව
- කාර්යයක් සාර්ථකවීමට නායකයා මෙන්ම අනුගාමිකයා ද එකසේ ක්‍රියාකළ යුතු බව
- දෙපාර්ශ්වයම එකසේ සංවේදිව ක්‍රියාකිරීමෙන් සතුටු විය හැකි බව

(මිනිත්තු 15)

තක්සේරුව හා ඇගයීම :

- නායකයා හා අනුගාමිකයාගේ ලක්ෂණ ප්‍රකාශ කරයි.
- නායකයා හා අනුගාමිකයන් සහයෝගයෙන් ක්‍රියාකිරීම අගය කරයි.
- නායක හා අනුගාමික ලක්ෂණ ප්‍රදර්ශනය කරමින් පැවරුන කාර්යය ඉටු කරයි.
- නායක හා අනුගාමික ලක්ෂණ ප්‍රගුණ කරයි.
- අවස්ථාවෝචිතව නායකයා හෝ අනුගාමිකයා ලෙස කටයුතු කරයි.

ඇමුණුම 8.4.1.2.1

ක්‍රීඩා කණ්ඩායමක පින්තූරයක්
නායකයා හා අනුගාමිකයන් ඇතුලත් වන)

වැඩකරන පිරිසක් නායකයකු පැහැදිලි ව දැක්වෙන පිංතූරයක්

ඇමුණුම 8.4.1.2.2

නායකයාගේ ලක්ෂණ	**අනුගාමිකයාගේ ලක්ෂණ**
1. නායකයා ආරම්භ කරයි 2. නායකයා විශ්වාසය පණගන්වයි. 3. නායකයා නිවැරදි දේ කරයි. 4. නායකයා දිරිමත් කරයි 5. නායකයා එඩිතරයි 6. නායකයා වැඩ පවරයි 7. නායකයා අනුගාමිකයන්ගේ උවමනා අපේක්ෂා හඳුනාගනියි. 8. නායකයා ප්‍රශංසා කරයි 9. නායකයා සංවේදියි 10. නායකයා කණ්ඩායම මෙහෙයමින් කාර්යයන් හි නිරත වෙයි.	

ඇමුණුම 8.4.1.2.3

අපි වෙමු ඵලදායි හෙටක නියමුවෝ

- පහත මාතෘකා අතරින් ඔබේ කණ්ඩායමට අදාළ මාතෘකාව තෝරා ගන්න.
- ඔබ තෝරා ගන්නා ලද මාතෘකාවට අනුව සිදුකරන ලද ක්‍රියාකාරකමේ දී එම මාතෘකාවට කාර්යට අදාළව නායකයාගේ ලක්ෂණ, අනුගාමියාගේ ලක්ෂණ, ලැබූ අත්දැකීම්, හැඟීම්, සාර්ථක වීමට ආරක්ෂා වීමට හේතු හා අත්දැකීම් ගොනු කරන්න.

1. පන්ති කාමරය අලංකාර කිරීම
2. කසල බැහැර කිරීම සඳහා සුදුසු ස්ථානයක් සකස් කිරීම.
3. මල් වගා කිරීම සඳහා මල් පාත්තියක් සකස් කිරීම.
4. ඔසු පැල වගාවකට බිමක් සකස් කිරීම.
5. එළවලු පාත්තියක් සකස් කිරීම.
6. පන්ති කාමරයේ ප්‍රදර්ශනයට සාරධර්ම ලැයිස්තුවක් පිළියෙල කිරීම.
7. පන්ති කාමරයට සුදුසු නිති රීති පද්ධතියක් සකස් කිරීම.

8.5නිපුණතා :-

8.5 වැඩ ලෝකයට අනුගත වීම

හැඳින්වීම

රටක සංවර්ධනය රඳා පවතින්නේ පුද්ගලයන් වැඩ ලෝකය හා ක්‍රියාකාරී සම්බන්ධතාවය පවත්වා ගන්නා ආකාරයෙනි. පාසල් වියේ සිටම යහපත් ජීවන අරමුණු ඉටුකර ගනිමින් තම අභිමත ජීවනෝපාය මාර්ගයන් සඳහා අවැසි ඉලක්ක සපුරා ගැනීමට මඟ පෙන්වීම මෙම ඒකකය තුළින් ලැබේ යැයි අපේක්ෂා කෙරේ. තම අනාගත ජීවන වෘත්තීය තෝරා ගනිමින් අපේක්ෂිත වෘත්තීය සංවර්ධනය කරා යාමටත් එතුළින් ඵලදායි සේවයක් ඉටු කිරීමටත් ශිෂ්‍යයාට මෙ මගින් හැකියාව ලැබෙනු ඇත.

නිපුණතා මට්ටම

8.5.1 ශ්‍රමභිමානයෙන් කටයුතු කරයි.

- වැඩ ලෝකයේ විවිධත්වය
    - මිනිසුන්ට ජීවත්වීම සඳහා ජීවන වෘත්තියක (වැඩක) යෙදිය යුතු ය
    - එවැනි වැඩවලින් පිරිනු ලෝකය වැඩ ලෝකය වේ
    - වැඩ ලෝකය විවිධත්වයෙන් පිරී ඇත.
    - වැඩ ලෝකයට පිවිසීමට පෙර තම හැකියාවන් හඳුනා ගනිමින් ඊට අදාළ පූර්ව සූදානම පාසල් අධ්‍යාපනය තුළදීම සපුරා ගැනීම වැදගත් වේ.
    - රැකියා ලෝකය තුළ ඇති විවිධ අවස්ථා හඳුනා ගැනීම ඊට ඇතුලත්වීමට අවශ්‍ය සුදුසුකම් සපුරා ගැනීම වැදගත් වන හෙයින් විමර්ශනශීලී වීම මෙමගින් අපේක්ෂා කරයි.
- සෑම වැඩක්ම සෑම රැකියාවක්ම සමාජ පැවැත්මට හා ප්‍රගමණයට අවශ්‍ය වීම.
    - සෑම වැඩක්ම සෑම රැකියාවක්ම සමාජයට යමක් නිෂ්පාදනයක් හෝ සේවාවක් ලබාදෙන බව.
    - එම නිෂ්පාදන හා සේවා යහපත් වූ විට එය සමාජ පැවැත්මට හා ප්‍රගමණයට හේතු වන බව. උදා:- ගෘහ සේවිකාව, ගොවියා, නගර පවිත්‍ර කරන්නා, ධීවරයා, වෛද්‍යවරයා, ආරක්ෂක භටයා, ගුරුවරයා

- සෑම අයකුගේම ශ්‍රමයට වටිනාකමක් ඇත. එයට ගරු කළ යුතු බව.
- යහපත් නිෂ්පාදන හා සේවාවල යෙදෙන මිනිසුන්ගේ ශ්‍රමයට වටිනාකමක් ඇත. එයට ගරුකළ යුතු වීම.

- ඒ සඳහා දායක වන සැමගේ ශ්‍රමයට වටිනාමක් ලැබිය යුතු අතර ශ්‍රමාභිමානය ගොඩ නැගිය යුතු බව

නිපුණතා මට්ටම

8.5.2 පුහුණු ශ්‍රමයේ වටිනාකම පිළිබඳ කරුණු ගවේෂණය කරයි.

- ඕනෑම නිෂ්පාදන සඳහා පුහුණු ශ්‍රමය අවශ්‍ය වේ.

- විවිධ නිෂ්පාදන සඳහා ශ්‍රමය අවශ්‍ය වේ.

    - සමාජය තුළ විවිධ රැකියා ඇත.
    - ඕනෑම ක්ෂේත්‍රයක් ඇසුරින් නව රැකියා බිහිකර ගත හැකි ය.
    - යම් අමුද්‍රව්‍යයක වටිනාකමක් එක්කර නිෂ්පාදනයක් බවට පත්කර ගැනීම.
    - උදාහරණ
        * පේර වලින් බීම සකසා වෙළෙඳ පොළට දීම.
        * කොස් ආශ්‍රිතව නිෂ්පාදන
        * පොල් කටුවලින් විසිතුරු භාණ්ඩ
        * කුණුවලින් කාබනික පොහොර නිපදවීම
        * කඩදාසි ප්‍රතිශක්තිකරණය
    - මෙවැනි නව රැකියා අවස්ථා උදාකර ගැනීමට පුහුණුවක් අවශ්‍ය බව.

8.5 නිපුණතාව :- වැඩ ලෝකයට අනුගත වෙයි.

8.5.1 නිපුණතා මට්ටම :- ශ්‍රමාභිමානයෙන් කටයුතු කරයි.

8.5.1.1.ක්‍රියාකාරකම :- " වැඩ ලෝකයට අවදියෙන් පිවිසෙමු"

කාලය :- මිනිත්තු 40

ගුණාත්මක යෙදවුම් :-

- ඇමුණුම 8.5.1.1.1
- ඇමුණුම 8.5.1.1.2
- ලියන කඩදාසි

ඉගෙනුම් ඉගැන්වීම් ක්‍රියාවලිය :-

පියවර 8.5.1.1.1

- ඇමුණුම 8.5.1.1.1 හි සඳහන් ගීතවලින් 02 ක් කැසට්පට ආධාරයෙන් හෝ සිසුන් යොදා ගනිමින් හෝ පංතියේ සිසුන්ට ශ්‍රවණය කිරීමට සලස්වන්න.

- එම ගීත ඇසුරෙන් සිසුන්ගේ අදහස් විමසුමට ලක් කරමින් එම ගීතවලින් කියවෙන වෘත්තීන් පිළිබඳ ව සාකච්ජා කරමින් පහත සඳහන් කරුණු පිළිබඳ ව අවධානය යොමු කරවන්න.

- වැඩිහිටි සමාජයේ සියලුම දෙනා රැකියාවල නිරතව ඇති බව
- රැකියා ලෝකයේ /වැඩ ලෝකයේ විවිධ වු රැකියා පවතින බව
- වැඩ ලෝකයේ විවිධත්වයන් ඇති බව
- ජීවත්වීම උදෙසා සෑම අයෙක් ම රැකියාවක / වැඩක නිරතවිය යුතුබව

(මිනිත්තු 08)

පියවර 8.5.1.1.2

- සිසුන් කණ්ඩායම් කිහිපයකට බෙදන්න.
- ඇමුණුම 8.5.1.1.2 කණ්ඩායම්වලට බෙදා දෙන්න
- ඒ අනුව සිසුන් කාර්යයෙහි නිරත කරවන්න.

(මිනිත්තු 20)

පියවර 5.1.1.2

- කණ්ඩායම් හි අනාවරණ ඉදිරිපත් කිරීමට අවස්ථාව ලබා දෙමින් පංතියේ ප්‍රදර්ශනය කරවන්න.
- සිසු අනාවරණයන් ඌණපූරණය කරමින් පහත සඳහන් කරුණු මතුවන සේ සමාලෝචනයක යෙදෙන්න.

- වැඩ ලෝකය / රැකියා ලෝකය විවිධත්වයෙන් පිරී ඇති බව
- සෑම අයෙක් ම ජීවත්වීම උදෙසා රැකියාවක් කළයුතු ම බව
- වැඩ ලෝකයට පිවිසීමට ළමා කාලයේ දීම තමාගේ ලැදියා හා හැකියා හඳුනාගෙන ඊට සූදානම් වීම අවශ්‍ය බව / වැදගත් බව
- වැඩ ලෝකයේ සෑම අවස්ථාවක් ම තමාගේ මෙන් ම සමාජයේ ද යහපත උදෙසා මෙහෙයවිය යුතු බව
- රැකියා ලෝකයේ සෑම තත්වයක් ම එකිනෙක රැකියා සමඟ බැඳී පවතින බව
- විමර්ශනශීලීව රැකියා ලෝකය තෝරා ගැනීමෙන් ජීවත්වීම පහසුකරවන බව හා ප්‍රීයජනක මෙන්ම් අභිමානවත් කරන බව

(මිනිත්තු 12)

තක්සේරුව හා ඇගයීම :

- වැඩ ලෝකයේ විවිධත්වය ප්‍රකාශ කරයි.
- ජීවත්වීම සඳහා යහපත් රැකියාවක නිරතවීම අවශ්‍ය බව යෝජනා කරයි.
- රැකියා වර්ග ආදායම් මට්ටම් අනුව වෙන්කර දක්වයි.
- තම ලැදියා හා හැකියා මත වැඩ ලෝකයට එළඹීමට මං පෙත් විමර්ශන කරයි.

- සෑම රැකියාවක් තුළින් ම පුද්ගල හා සමාජ යහපත උදාකළ හැකි බව. අන් අය සමඟ සාකච්ඡා කරයි

පසුවැඩ

ශ්‍රම අභිමානය දනවන හා රැකියා පිළිබඳ ව සඳහන් වන ගීත හා කවි ඇතුළත් පොත් පිංචක් සකස් කරන්න.

ඇමුණුම 8.5.1.1.1

1. රෑ වැඩ මුරය අවසන්වන කනිසමට - විශාරද සුනිල් එදිරිසිංහ
2. උඩරට කඳුකර සිරියා පරදන - කලාශූරි ලතා වල්පොල
3. අහස උසට නැගගියාට - විශාරද ගුණාදාස කපුගේ
4. ලෙලි තලන නුඹෙ අතට රන් මුදුව ,,
5. වඩු වැඩෙන් දිවි රකින

රැකියාවේ නම	රජයේ ද	පෞද්ගලික අංශයේ ද	ස්වයං රැකියාවක් ද	ආදායම් තත්ත්වය (ඉහල/පහළ	රැකියාවට තිබිය යුතු සුදුසුකම්

ඇමුණුම 5.1.1.2

පැවරුම

1. ඔබ කණ්ඩායමේ සාමාජිකයන් ගේ පවුල් ආශ්‍රයෙන් හා තම නිවස අවට ජීවත් වන පුද්ගලයින් ගේ රැකියාවන් පිළිබඳ ව විමසුමක් කරන්න.

2. එම පුද්ගලයින් ගේ රැකියා තොරතුරු පදනම් කරගනිමින් ඉහත සඳහන් වගුව සම්පූර්ණ කරන්න.

8.5 නිපුණතාව :- වැඩ ලෝකයට අනුගත වෙයි.

8.5.1 නිපුණතා මට්ටම :- ශ්‍රම අභිමානයෙන් කටයුතු කරයි.

8.5.1.2 ක්‍රියාකාරකම :- 8.5.1.2 අභිමානයෙන් යුතුව වැඩ ලෝකය දකිමු.

කාලය :- මිනිත්තු 80

ගුණාත්මක යෙදවුම් :-

- ඇමුණුම 8.5.1.2.1 චිත්‍රය
- ඇමුණුම 8.5.1.2.2 පැවරුම
- ලියන කඩදාසි

ඉගෙනුම් ඉගැන්වීම් ක්‍රියාකාරකම :-

පියවර 8.5.1.2.1

- ඇමුණුම 8.1.2.1 හි සඳහන් චිත්‍රයට පංතියේ සිසුන්ට ප්‍රදර්ශනය කරන්න.
- ඒ ඇසුරින් පහත ප්‍රශ්න නගන්න.
- එම චිත්‍රයෙන් දැක්වෙන්නේ කුමක් ද?
- එහි ඇති ආහාර වර්ග (මාළු, බෝංචි බත් ආදිය නිෂ්පාදනය කළ රැකියා මොනවාද?
- ඒ ආශ්‍රිත ප්‍රශ්න නගමින් පහත සඳහන් කරුණු ඉස්මතු වන සේ සාකච්ඡාවක යෙදෙන්න.

- ආහාර වේලක් සැකසීමේ දී රැකියා /ශ්‍රමික අවස්ථා රාශියක් එක්ව ගොඩ නැගෙන බව
- එක් රැකියාවක් /වැඩත් අනෙකුත් රැකියා හා වැඩ සමඟ බැඳී ඇති බව
- සෑම රැකියාවක් ම සෑම වැඩක්ම සමාජයට යම් නිෂ්පාදනයන් හෝ සේවාවන් ලබාදෙන බව.
- තම නිශ්පාදනය යහපත් වු විට එය සමාජයේ යහපැවැත්මට හේතුවන බව
- පුද්ගලයෙකුගේ හා සමාජයේ පැවැත්මට සියලුම රැකියා එකට බැඳී පවතින බව

(මිනිත්තු 10)

පියවර 8.5.1.2.2

- පන්තිය සිසුන් කණ්ඩායම් 07කට වෙන් කරන්න.
- ඇමුණුම 5.1.2.2 ලබා දෙන්න.
- කණ්ඩායම් 1 සිට 7 දක්වා අංක කරන්න.
- ඔවුන්ට ලැබෙන කාර්ය අනුව ඒ නමින් කණ්ඩායම නම් කරන්න.

පියවර 8.5.1.2.3

- කණ්ඩායම් සකස් කළ ඉගෙනුම් අනාවරණ ප්‍රදර්ශනය කරමින් ඉදිරිපත් කරවන්න.
- සෙසු කණ්ඩායම් ලවා ඌණපූරණය කරවමින් සංවර්ධනය කරන්න.
- සියලුම කණ්ඩායම් හි අනාවරණ ඉදිරිපත් කිරීමෙන් පසු පංතියේ ප්‍රදර්ශනය කිරීමට සලස්වන්න.

පියවර 8.5.1.2.4

- සියලු අනාවරණ ඌණ පූරණය කරමින් පහත සඳහන් කරුණු ඉස්මතු කරමින් සමාලෝචනයක යෙදෙන්න.

- සෑම වැඩක්ම සෑම රැකියාවක්ම සමාජ ප්‍රගමනයට හා පැවැත්මට හේතුවන බව
- සෑම රැකියාවක් ම වැඩක්ම සමාජයට සේවාවන් ලබා දෙන බව
- යහපත් වැඩ යහපත් රැකියා සමාජයේ ප්‍රගමනයට අත්‍යවශ්‍ය බව
- ඒ රැකියාවක්, වැඩක් සේවයක් නතර කළ හොත් තවත් රැකියා රාශිය අනතුරේ බවත් එය සමස්ත සමාජ පැවැත්මට බාධකයන් වන බව
- සෑම අයකුගේ ම ශ්‍රමයට අගයක් හා වටිනාකමක් පවතින බව හා එයට ගරු කළ යුතු බව
- ශ්‍රම අභිමානයෙන් කටයුතු කළ යුතු අතර එයට ගරුකළ යුතු බව

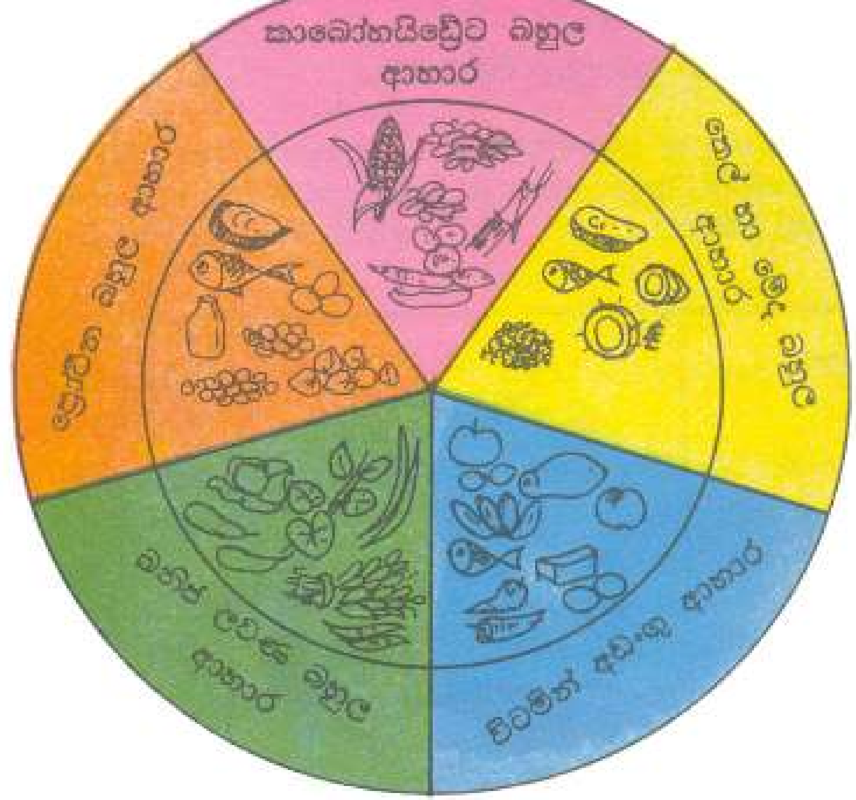
තක්සේරුව හා ඇගයීම:

- සමාජ පැවැත්මට හේතු වන සියලු රැකියා පෙළ ගස්වයි.
- සෑම රැකියාවකට ම අගයක් හා වටිනාකමක් ඇති බව ප්‍රකාශ කරයි.
- රැකියා සහ වැඩ ලෝකයේ අන්තර් සම්බන්ධතාව විදහා දක්වයි.
- ශ්‍රම අභිමානය පිළිබඳ ගෞරවයෙන් යුතු ව කථා කරයි.
- ශ්‍රම අභිමානය ගොඩ නැගීමේ ලා වැඩ සංවිධානය කරයි.

පසු වැඩ

- ඔබ ප්‍රදේශයේ ජීවත්වන විවිධ රැකියා කරන්නන් වෙන වෙනම ලැයිස්තු ගත කරන්න.
- ඒ ඒ කණ්ඩායම් වෙනුවෙන් ශ්‍රම අභිමානය මතු කෙරෙන කවි, චිත්‍ර, කෙටිකථා ගීත නිර්මාණය කර හෝ පොත් පිංචක් නිර්මාණය කරන්න.

ඇමුණුම 8.5.1.2.1



ඇමුණුම 8.5.1.2.2

පහත වගුව සටහන් වන්නේ අපේ ජීවිතයට අත්‍යාවශ්‍ය වන ක්ෂේත්‍ර කීපයකි. ඒ ආශ්‍රිතව බැඳුන රැකියා රාශියක් පවතී. ඒ පිළිබඳව විමසුමක් කරමින්

1) ඔබ කණ්ඩායමට පැවරෙන කොටස තෝරා ගෙන එම ක්ෂේත්‍රය ආශ්‍රිතව ඇති සියලුම රැකියා නම හා කාර්යන් වගුගත කරන්න.
2) එම රැකියා ක්ෂේත්‍රයේ වටිනාකම පිළිබඳ ව කෙටියෙන් අදහස් දක්වන්න.
3) එම ක්ෂේත්‍රයේ රැකියා ආශ්‍රිතව නිර්මාණය වී ඇති ගීත, කවි එක බැගින් හෝ ලියා දක්වන්න.

කණ්ඩායම් අංකය	රැකියා ක්ෂේත්‍රය
1.	ආහාර හා පෝෂණය සම්බන්ධ රැකියා
2	ඇඳුම් පැළඳුම් ආශ්‍රීත රැකියා
3	සෞඛ්‍ය වෙනුවෙන් පවත්නා රැකියා
4	ගමනා ගමනය හා ප්‍රවාහනය සම්බන්ධ ව ඇති රැකියා.
5	නිවාස හා විදුලිය ආශ්‍රිතව ඇති රැකියා
6	අධ්‍යාපනය හා තොරතුරු සන්නිවේදනය ආශ්‍රිත රැකියා
7	ජනමාධ්‍ය ක්ෂේත්‍රය ආශ්‍රිත රැකියා

8.5.නිපුණතාව :- වැඩ ලෝකයට අනුගත වෙයි.

8.5.2නිපුණතා මට්ටම :- පුහුණු ශ්‍රමයේ වටිනාකම පිළිබඳ කරුණු ගවේෂණය කරයි.

8.5.2.1ක්‍රියාකාරකම :- " ගුරු පැහැයෙන් රන් පැහැයට"

කාලය :- මිනිත්තු 40 යි

ගුණාත්මක යෙදවුම් :-

- ඇමුණුම 8.5.2.1.1 හා ඇමුණුම 8.5.21.2
- නව රැකියා අවස්ථා සඳහන් දැන්වීම්
- පාඨමාලා සඳහන් පුවත්පත් දැන්වීම් ගැසට් නිවේදන
- ලියන කඩදාසි පැන්

ඉගෙනුම් ඉගැන්වීම් ක්‍රියාවලිය :-

පියවර 8.5.2.1.1

- ඇමුණුම 8.5.1.1 ඇතුළත් දෙබස ආශ්‍රිතව භූමිකා රංගනය ඇසුරින් පාඩමට පිවිසෙන්න.
- එම භූමිකා රංගනය ඇසුරින් පුහුණු ශ්‍රමයේ ඇති වැදගත්කම සාකච්ඡා කරන්න.
- පහත සඳහන් කරුණු මතුකරමින් සාකච්ඡාවක් මෙහෙයවන්න.

- අධ්‍යාපන සුදුසුකම් කෙනෙකුගේ මූලික සුදුසුකම් වන බව.
- අධ්‍යාපනය පුද්ගලයකුගේ පෞරුෂ සංවර්ධනයට හා සමාජ සංවර්ධනයට රුකුලක් වන බව.
- රැකියා ලෝකයට පිවිසීමේ දී අධ්‍යාපන සුදුසුකම් මූලික වුවද වෘත්තීය පාඨමාලා හැදෑරීම වැදගත් බව.
- තම හැකියා දක්ෂතා අනුව එම වෘත්තිය අත්දැකීම් හා පාඨමාලා ලබාගත යුතු බව.

(මිනිත්තු 10)

පියවර 8.5.2.1.2

- සිසුන් කණ්ඩායම් කිහිපයකට බෙදන්න.
- ඇමුණුම අංක 8.5.2.1.2 බෙදා දෙන්න.
- ඇමුණුමට අදාළ කාර්යෙහි නිරත කරවන්න.

(මිනිත්තු 15)

පියවර 8.5.2.1.3

- සිසුන් ගවේෂණය කර තොරතුරු ඉදිරිපත් කිරීමට අවස්ථාව දෙන්න.
- අන් කණ්ඩායම්වල අදහස් විමසන්න.
- සිසුන් ඉදිරිපත් කළ අදහස්වල ප්‍රබලතා දුබලතා හඳුනා ගනිමින් පහත සඳහන් කරුණු මතුකරමින් සමාලෝචනයක යෙදෙන්න.

- රැකියාවක් තෝරා ගැනීමේ දී තම හැකියා හා ලැදියා ඇති ක්ෂේත්‍රය පළමුව තීරණය කළ යුතු බව
- ඒ අනුව ඊට අදාළ පූර්ව සුදුසුකම් පාසල් කාලය තුල දී සපුරා ගත යුතු බව
- පුහුණු පාඨමාලා හැදෑරීම මගින් රැකියා තෝරා ගැනීමට පහසු බව
- පුහුණු කාලය හෝ ආධුනික කාලය තුළ කැපවීමෙන් කටයුතු කළ යුතු බව
- සාම්ප්‍රදායික රැකියාවලට වඩා නව රැකියා කෙරෙහි යොමුවීම මගින් ආර්ථික වාසි මෙන්ම රැකියා තෘප්තිය ද වැඩිවන බව

(මිනිත්තු 15)

තක්සේරුව හා ඇගයීම :

- පුහුණු ශ්‍රමයේ ඇති වටිනාකම විස්තර කරයි.
- අධ්‍යාපන සුදුසුකම්වලට අමතරව වෘත්තීය සුදුසුකම් සපුරා ගැනීම මගින් රැකියා තෝරා ගැනීම පහසු කරවන බව ප්‍රකාශ කරයි.
- තම වෘත්තීය ලැදියා අනුව කළයුතු පාඨමාලා සඳහා අවශ්‍ය සුදුසුකම් වගුගත කරයි.
- වෘත්තීය සංවර්ධනයේ ඇති අවශ්‍යතාව පැහැදිලි කරයි.
- නවීන ලෝකය තුළ ඇති නව රැකියා අවස්ථා විමර්ශනය කරයි.

ඇමුණුම 8.5.2.1.1

සමිත	:-	හලෝ අමිල කොහොමද ? ගොඩක් කාලකින් අපි හමු උනේ නේද? මම නං මේ දවස්වල හරියට වැඩ කිසිම විවේකයක් නෑ .....
අමිල	:-	අනේ සමිත මම දැං ගෙදරට වෙලා සැහෙන කාලයක් වෙනවා ... දැං රැකියාවලට ඉල්ලුම්පත් දාල එපා වෙලා තියෙන්නෙ ..... එකකින්වත් සම්මුඛ පරීක්ෂණයකටවත් කැඳවන් නෑ.....
සමිත	:-	අමිල ඉස්කොලෙන් පිට උනාම පස්සෙ මොනවාද කළේ...
අමිල	:-	මොනවත් කරන්න නං බැරි උනා... ඉතිං මගේ විභාග ප්‍රතිඵල ඉහලින් තියෙනවනේ
සමිත	:-	හැබැයි අමිල මම නං පාසලෙන් පිට උනාට පස්සේ ව්‍යාපාර කළමනාකරණ පාඨමාලාවක් කරා.... ඊට පස්සේ ම ප්‍රායෝගික පුහුණුවට අවුරුදු දෙකක් විතර වෙන වෙනම ආයතනවල වැඩ කරා... හැබැයි....හරියට පඩියක් නම් ලැබුනෙ නැහැ... හැබැයි මම ගොඩක් දේවල් ඉගෙන ගත්තා
අමිල	:-	ඉතං කොහොමද ඔයා රැකියාවක් හොයා ගත්තෙ....
සමිත	:-	මම පුහුණු උනු ආයතනවල දී හොඳට වැඩ කරා ඉතිං ඒ අය ගේ විශ්වාසය දිනාගත්තා ... ඉතිං ඒ අය මගේ සේවය දිගටම ඉල්ලා හිටිය....... ඉතිං මම වඩාත් කැමති රස්සාව උනේ මේක ඉතිං මම දිගටම ඒක කරගෙන යනවා .... ඔයාත් කැමතිනම් මාත් එක්ක එන්න නැත්නම් මම වෙන ආයතනයකට ඔයා යොමු කරන්නම්.
අමිල	:-	හොඳයි සමිත මම ඔයාට මගේ ජීව දත්ත ඉල්ලුම්පතක් දෙන්නම් කෝ..
සමිත		:- හොඳයි අපි එහෙනම් ලගදිම හමුවෙමු.

සැලකිය යුතුයි

මෙම ක්‍රියාකාරකම කිරීමට ප්‍රථම රැකියා පාඨමාලා දැක්වෙන පුවත්පත් නිවේදන, හා ගැසට් නිවේදන සිසුන්ට සොයා ගෙන ඒමට යොමු කරන්න.

ඇමුණුම 8.5.2.1.2

ශ්‍රී ලංකාව තුළ සුලභව ඇති ක්ෂේත්‍ර කිහිපයක් පහත දැක්වේ.

1. ඇඟලුම් කර්මාන්තය
2. පරිඝණක හා තොරතුරු තාක්ෂණය
3. නිර්මාණ හා ඉදිකිරීම්
4. විද්‍යුත් හා ඉලෙක්ට්‍රොනික්
5. දුරකථන ක්ෂේත්‍රය
6. ප්ලාස්ටික් ආශ්‍රිත නිෂ්පාදන
7. ගෘහ භාණ්ඩ හා විසිතුරු භාණ්ඩ
8. මැණික් හා ස්වර්ණාභරණ
9. කෘෂි හා ආහාර තාක්ෂණය
10. ව්‍යාපාර
11. බැංකු හා රක්ෂණ ක්ෂේත්‍රය
12. රූපලාවන්‍ය හා ප්‍රසාංගික කලා
13. ආහාර සැකසීම

* මින් ඔබ කණ්ඩායම් සාමාජිකයින් කැමති රැකියා ක්ෂේත්‍ර එකක් හෝ කිහිපයක් තෝරා ගෙන ඒ සඳහා යොමු විය යුතු පාඨමාලා හා ඒවා පවත්වන ආයතන ඒ සඳහා ඔබ ලබාගත යුතු සුදුසුකම් පුවත් පත් හෝ ගැසට් නිවේදන ඇසුරින් අධ්‍යයනය කර වගුවක් මගින් පෙන්නුම් කරන්න.

8.5 නිපුණතාව :- වැඩ ලෝකයට අනුගත වෙයි.

8.5.2 නිපුණතා මට්ටම :- පුහුණු ශ්‍රමයේ වටිනාකම පිළිබඳ ව කරුණු ගවේෂණය කරයි.

8.5.2.2 ක්‍රියාකාරකම :- " නව මං සොයමු "

කාලය :- මිනිත්තු 40 යි

ගුණාත්මක යෙදවුම් :-

- ඇමුණුම 8.5.2.2.1
- ඇමුණුම 8.5.2.2.2 කාර්ය පත්‍රිකාව (නව රැකියා අවස්ථා ඇති පුවත්පත් හා ගැසට් නිවේදන ක්‍රියාකාරකම කිරීමට ප්‍රථම සපයා ගන්න.) ලියන කඩදාසි ෆේල්ට් පැන්

ඉගෙනුම් ඉගැන්වීම් ක්‍රියාවලිය :-

පියවර 8.5.2.2.1

- ඇමුණුම 8.5.2.1 හි ඇති තේමාව ඉදිරිපත් කරමින් බුද්ධිකලම්බන සාකච්ජාවක් මෙහෙයවන්න.
- පහත සඳහන් කරුණු මතුකරමින් සාකච්ජාවක් මෙහෙයවන්න.

- නුපුහුණු ශ්‍රමයට පුහුණු පාඨමාලා මගින් වෘත්තීය අත්දැකීම් ලබා ගැනීමෙන් පුහුණු ශ්‍රමය බ ව ට පත් වන බව.
- පුහුණු ශ්‍රමය මගින් යම් කාර්යයක කාර්යක්ෂමතාවය හා ඵලදායිතාවය ඇති වන බව.
- පුහුණු ශ්‍රමය ලබා ගැනීමට විවිධ අවස්ථා පරිසරය තුළ ඇති බව.
- පුහුණු පාඨමාලා පවත්වන විවිධ ආයතන ඇති බව.

(මිනිත්තු 10)

පියවර 8.5.2.2.1

- සිසුන් කණ්ඩායම් හතරකට බෙදන්න.
- ඇමුණුම 8.5.2.2.2 සිසුනට බෙදා දෙන්න.
- පුවත්පත් නිවේදන, ගැසට් නිවේදන වෙනත් තොරතුරු සිසුන් අතර බෙදා දෙන්න.
- කාර්ය පත්‍රිකාව අනුව සිසුන් ගවේෂණය කෙරෙහි යොමු කරන්න.

(මිනිත්තු 15)

පියවර 8.5.2.2.3

- කණ්ඩායම් ගවේෂණයන් ඉදිරිපත් කිරීමට අවස්ථාව දෙන්න.
- අන් කණ්ඩායම් වල අදහස් විමසන්න.
- ඉදිරිපත් කිරීම්වල ප්‍රබලතා මතුකරමින් ඌණපූරණයෙහි යෙදෙන්න.
- පහත සඳහන් කරුණු ඉස්මතු කරමින් සමාලෝචනයක යෙදෙන්න.

> - වැඩ ලෝකය තුළට පහසුවෙන් යොමුවීමට පුහුණු පාඨමාලා හැදෑරීම අවශ්‍ය බව.
> - ඒ සඳහා විවිධ ආයතන ඇති බව.
> - සාම්ප්‍රදායක රැකියාවලට වඩා වැඩි ප්‍රමාණයක් නව රැකියා ක්ෂේත්‍ර බිහි වී ඇති බව.
> - නව රැකියා සඳහා පුරප්පාඩු හා අවස්ථා සුලබව පවතින බව.
> - නව රැකියා මගින් ඉහල ආදායම් ලබාගත හැකි බව.
> - අධ්‍යාපන සුදුසුකම් රැකියා ලබා ගැනීමට මූලික සුදුසුකම වුව ද වෘත්තීය පුහුණුව මගින් රැකියා ලබාගැනීමට පහසු වන බව.

(මිනිත්තු 15)

තක්සේරුව හා ඇගයීම :

- නව රැකියා ක්ෂේත්‍ර අධ්‍යයනය කරයි.
- නව රැකියා ක්ෂේත්‍ර කෙරෙහි යොමුවීම මගින් රැකියා පහසුවෙන් සොයා ගත හැකි බව පිළිගනිමින් කථා කරයි.
- නව රැකියා ක්ෂේත්‍ර හා ඒ සඳහා අවශ්‍ය පුහුණු පාඨමාලා හා ආයතන වගුගත කරයි.
- වෘත්තීය පුහුණුවක් ඇතිකර ගැනීමේ අවශ්‍යතාව වටහා ගනියි.
- නව රැකියා අවශ්‍යතා පිළිබඳව අන් අය දැනුවත් කරයි.

ඇමුණුම 8.5.2.2.1

- පහත සඳහන් තේමාව පදනම් කරගෙන බුද්ධිකලම්හන සාකච්ජාවක් මෙහෙයවන්න.
- ශ්‍රමයේ ඵලදායිතාවය හා කාර්යක්ෂමතාවය ඇති කර ගැනීමට වෘත්තීය පුහුණුවක් අවශ්‍ය ද?

මෙම සාකච්ජාවේ දී පහත සඳහන් කරුණු මතු කරන්න.

* පුහුණු ශ්‍රමය නුපුහුණු ශ්‍රමයේ ඇති වෙනස * පුහුණු ශ්‍රමය ඇති කර ගැනීමට ඇති අවස්ථා * පුහුණු ශ්‍රමය සඳහා ඇති පාඨමාලා හා ආයතන

ඇමුණුම 8.5.2.2.2

පහත සඳහන් තේමා 04 ඇතුළත් වගුව කණ්ඩායම් 4කට බෙදා දෙන්න.

එක් එක් කණ්ඩායමට පැවරෙන්නේ තම කණ්ඩායම ට හමුවු මාතෘකාවට අදාළව නව රැකියා වර්ග පුවත්පත් නිවේදන ඇසුරින් හෝ වෙනත් තොරතුරු ඇසුරින් හඳුනා ගැනීම.

එම රැකියා අවස්ථා සඳහා පුහුණුවීමට අවශ්‍ය පාඨමාලා වර්ග සුදුසුකම් ලියන්න.

මෙම වගු සම්පූර්ණ කර දැන්වීම් පුවරුවේ ප්‍රදර්ශනය කරවන්න.

(1) කණ්ඩායම

පරිඝණක හා තොරතුරු තාක්ෂණ ආශ්‍රිත රැකියා	පුහුණුවීමට ඇති පාඨමාලා	සපුරාගත යුතු අධ්‍යාපන අවශ්‍යතා
....	....	....

(2) කණ්ඩායම

ජන සන්නිවේදන හා ජනමාධ්‍ය රැකියා	පුහුණුවීමට ඇති පාඨමාලා	අධ්‍යාපන අවශ්‍යතා
....	....	....

(3) කණ්ඩායම

නව නිර්මාණ හා මෝස්තරකරන රැකියා	පුහුණු වීමට ඇති පාඨමාලාව	අධ්‍යාපන අවශ්‍යතා
....	....	....

(4) කණ්ඩායම

ව්‍යාපාර හා අලෙවිකරණ රැකියා	පුහුණුවීමට ඇති පාඨමාලාව	අධ්‍යාපන අවශ්‍යතා
....	....	....

8.5 නිපුණතාව :- වැඩ ලෝකයට අනුගත වෙයි.

8.5.2නිපුණතා මට්ටම :- පුහුණු ශ්‍රමයේ වටිනාකම පිළිබඳ කරුණු ගවේෂණය කරයි.

8.5.2.2ක්‍රියාකාරකම :- " පුහුණු ශ්‍රමය - ගෙනෙයි සවිය"

කාලය :- මිනිත්තු 40

ගුණාත්මක යෙදවුම් :- පුවත්පත් හි සඳහන් රැකියා ඇබෑර්තු ඇතුළත් ඇමුණුම 8.5.2.2.1

ඉගෙනුම් ඉගැන්වීම් ක්‍රියාවලිය :-

පියවර 8.5.2.2.1

- රැකියා ඇබෑර්තු ඇතුළත් ඇමුණුම සිසුන්ට ප්‍රදර්ශනය කරන්න.
- එහි සඳහන් කරුණු කියවීමට සිසුන්ට අවස්ථාව දෙන්න
- වැඩ කිරීමේ පළපුරුද්ද යනුවෙන් අදහස් වන්නේ කුමක්ද යන්න සිසුන්ගෙන් විමසමින් පහත සඳහන් කරුණු මතු කරමින් සාකච්ජාවක යෙදෙන්න.

• වර්තමානයේ බොහෝ රැකියා අවස්ථා සඳහා සේවා පළපුරුද්ද පිළිබඳ ව විමසන බව. • ඒ අනුව පුහුණු ශ්‍රමයට වැඩි ඉල්ලුමක් මෙන්ම වැඩි වටිනාකමක් පවතින බව.

(මිනිත්තු 10)

පියවර 8.5.2.2.2

- පංතිය කණ්ඩායම් 04 කට බෙදන්න.
- පහත සඳහන් රැකියා අවස්ථා හතර කණ්ඩායම් අතර බෙදා දී පුහුණු වී කාර්ය ඉටු කිරීම තුළින් ඇති වන වාසිත් නුපුහුණු බව තුළ ඇතිවන අවාසිත් ලියා දක්වන්නට අවස්ථාව දෙන්න.
  - * පෙදරේරු වෘත්තීය
  - * විදුලි කාර්මික ශිල්පය
  - * රියදුරු සේවය
  - * ගීත ගායනය

පියවර 8.5.2.2.3

- කණ්ඩායම් වල පිළිතුරු ඉදිරිපත් කිරීමට අවස්ථාව දෙන්න.

(මිනිත්තු 10)

- පහත සඳහන් කරුණු මතු වන පරිදි සමාලෝචනයක යෙදෙන්න.

> - පුහුණු ශ්‍රමය තුළින් නිෂ්පාදනයේ හෝ සේවයේ ඵලදායිතාවය වැඩි වන බව
> - වැඩි වැටුප් ලැබෙන බව
> - කෙටි කාලයක් තුළ වැඩි නිෂ්පාදනයක් සැපයිය හැකි බව
> - වෘත්තීය පුහුණුව තුළ වෘත්තීය අභිමානය ගොඩ නැගෙන බව

(මිනිත්තු 05)

තක්සේරුව හා ඇගයීම :

- පුහුණු ශ්‍රමය යන්න අර්ථ දක්වයි.
- ශ්‍රමාභිමානය ඇති කර ගනිමින් ඵලදායි ලෙස සේවයක් ඉටු කිරීම සඳහා පුහුණු ශ්‍රමය ඇති කර ගත යුතු බව පවසයි.
- පුහුණු ශ්‍රමය තුළින් ලැබිය හැකි වාසි ලියා දක්වයි.
- තම ජීවන වෘත්තීය සාර්ථක කර ගැනීම සඳහා ඇති කරගත යුතු අධ්‍යාපන හා වෘත්තීය සුදුසුකම් ළඟා කර ගැනීම සඳහා කටයුතු කරයි.
- වෘත්තීය නිපුණත්වය තුළින් ඵලදායි සේවයක නිරත වීම සඳහා කටයුතු කළ යුතු ආකාරය පිළිබඳ ව විමර්ශන ශිලීවෙයි.

පසු වැඩ

> - සෑම සිසුවෙකුටම තමන් යෙදීමට කැමති අනාගත ජීවිත වෘත්තීය ලියන්නට අවස්ථාව දෙන්න.
> - ඒ සඳහා ලබාගත යුතු අධ්‍යාපන හා වෘත්තීය සුදුසුකම් සඳහන් කරන්න උපදෙස් දෙන්න.
> - එම රැකියා සඳහා වෘත්තීය පුහුණුව ලැබිය හැකි ආයතන සඳහන් කරන්න.

- ඒ සඳහා ආයතන රැසක් ඇති බව

  උදාහරණ

  * වෘත්තීය පුහුණු ආයතන
  * ජාතික ආධුනිකත්ව මණ්ඩලය
  * ගැමිදිරිය
  * විද්‍යා තාක්ෂණ ආයතනය
  * කාර්මික විද්‍යාල
  * තරුණ සේවා සභාව
  * හෝටල් පාසල
  * පෞද්ගලික වෘත්තීය පාඨමාලා
  * පෞද්ගලික වෘත්තීය පාඨමාලා
  * ජර්මන් කාර්මික අභ්‍යාස ආයතනය

- වෘත්තීන් පදනම් කරගත් රාජ්‍ය හා රාජ්‍ය නොවන වෘත්තීය පාඨමාලා පැවතීම

  * හෙදි විදුහල
  * පොලිස් අභ්‍යාස ආයතනය
  * ආරක්ෂක විද්‍යා පීඨ
  * වෛද්‍ය පීඨය
  * වරලත් ගණකාධිකාරී පුහුණු ආයතනය

ඇමුණුම 8.5.2.2

ඇබෑර්තු

දිවයිනේ ප්‍රමුඛ රෙදි නිෂ්පාදන ආයතනයක පහත සඳහන් තනතුරු සඳහා මෙහි දැක්වෙන සුදුසුකම් ඇති අයගෙන් අයදුම්පත් කැඳවනු ලැබේ.

1. මානව සම්පත් කළමනාකරු
   * පිරිස් සහ මානව සම්පත් කළමනාකරණය පිළිබඳ අවම වශයෙන් වසර 05ක පළපුරුද්ද
   * සිංහල සහ ඉංග්‍රිසි භාෂාවන්ගෙන් කටයුතු කිරීමේ මනා හැකියාව
   * වයසස අවුරුදු 35ට නොඅඩු විය යුතුය

2. දුරකථන ක්‍රියාකරවන්නියන් /පිළිගැනීමේ නිලධාරින්

   * අදාළ තනතුර සඳහා අවම වශයෙන් වසර 02 ක පළපුරුද්ද
   * සිංහල ඉංග්‍රීසි භාෂාවන්ගෙන් කටයුතු කිරීමේ මනා හැකියාව

සියලුම අධ්‍යාපන සහ වෘත්තීය සහතික සමඟ දින 07 ක් තුළ පහත ලිපිනයට ඉල්ලුම් කරන්න.

අධ්‍යක්ෂක,
ක්ලින්ටෙක්ස් කර්මාන්තායතනය
අංක 18, වැලිඅමුණ පාර, හේකිත්ත,
වත්තල

ඇමුණුම 8.5.2.3

ව්‍යාපෘති නිලධාරී
ප්‍රජා සංවර්ධන

නැගෙනහිර පදනම විදේශීය සහය මත පරිසර අධ්‍යාපන හා ප්‍රජා සංවර්ධන කටයුතු වල නිරත රාජ්‍ය නොවන සංවිධානයකි. අප ආයතනයේ ගාල්ල දිස්ත්‍රික්කය තුළ පුරප්පාඩුව පවතින ප්‍රජා සංවර්ධන ව්‍යාපෘති නිලධාරි තනතුරු සඳහා සුදුසුකම්ලත් අයගෙන් අයදුම්පත් කැඳවනු ලැබේ.

01. වයස අවු 35ට අඩුවීම
02. සමාජ සජීවීකරණය / සහභාගිත්ව සැලසුම් ක්‍රමවේද පිළිබඳ අත්දැකීම් තිබීම
03. යතුරුපැදි පැදවීමේ බලපත්‍රයක් තිබීම
04. ප්‍රජාවගේ අවශ්‍යතාවන් අනුව කාලය කැප කිරීම
05. අවම වශයෙන් වසර තුනක ප්‍රජා සංවර්ධන කටයුතු පිළිබඳ පිළිගත් රාජ්‍ය නොවන සංවිධානයක කටයුතු කර තිබීම.

වැටුප් සුදුසුකම් හා පළපුරුද්ද මත සාකච්ඡා කර තීරණය කරගත හැක.

අයදුම්පත්‍ර පහත සඳහන් ලිපිනයට දින 7 ඇතුළත ලැබීමට සැලැස්විය යුතුය.

ලිපිනය - අධ්‍යක්ෂ
නැගෙනහිර පදනම
11/4, පටබැඳිමුල්ල, අම්බලන්ගොඩ
ඊමේල් - nagenahiru @ sltnet .lk
ෆැක්ස් - 0912256621

ජීවන නිපුණතා හා පුරවැසි අධ්‍යාපනය
ගුරු මාර්ගෝපදේශ සංග්‍රහය
II කොටස - පුරවැසි අධ්‍යාපනය

පුරවැසි අධ්‍යාපනය 8 - ශ්‍රේණිය

8.1 අප ප්‍රදේශයේ පොදු සේවා

හැඳින්වීම :-

ජනතාවගේ ජීවන තත්ත්වය ඉහළ නැංවීම අරමුණු කර ගනිමින් රජය පෞද්ගලික අංශය මෙන් ම පළාත් පාලන ආයතන හා ස්වේච්ඡා සංවිධාන විසින් සපයනු ලබන සේවා පොදු සේවා ලෙස හඳුන්වා දිය හැකි ය. ඓතිහාසික ව සිදු වූ ක්‍රමික විකාශනයක ප්‍රතිඵලයක් වශයෙන් ජනතාවගේ ජීවන තත්ත්වය යහපත් කිරීම, එදිනෙදා කටයුතු පහසුවෙන් හා ඵලදායී ව ඉටු කිරීම, අන්‍යෝන්‍ය වශයෙන් පෞද්ගලික ව ළඟා කර ගත හැකි නොහැකි දේ පහසුවෙන් ළඟා කර ගත හැකි වීම යනාදිය පොදු සේවාවල අවශ්‍යතාව බවත් පෙන්වා දිය යුතු ය.

පොදු සේවා සැපයීමේ දී රජය ලාභාපේක්ෂාවකින් තොර ව එය සිදු කරන බවත්, මහජනතාවගෙන් අය කර ගනු ලබන බදු මුදල් හා වෙනත් ආදායම් ඒ සඳහා යොදා ගන්නා බවත් අවධාරණය කිරීම කළ යුතු ය. එසේ ම එක් එක් පොදු සේවාව මගින් ඉටුවන කාර්යභාරය, එම සේවා ඉටුකරන ආයතනය හා බැඳුනු යුතුකම් සහ වගකීම් මෙන් ම පුරවැසියෙකු වශයෙන් එම පොදු සේවා ප්‍රයෝජනයට ගැනීමේ දී අප සතු යුතුකම් හා වගකීම් කවරේද යන්න පිළිබඳ නිපුණතා සංවර්ධනය කිරීමත් මෙම පරිච්ඡේදය තුළින් අපේක්ෂා කෙරේ.

නිපුණතාව :- ජන ජීවිතයේ යහපත පිණිස පවත්නා පොදු සේවා ඵලදායී ව හා නිවැරදි ව භාවිත කරයි.

නිපුණතා මට්ටම් :--

- පොදු සේවා හා පොදු සේවා සපයන ආයතන හඳුනාගෙන ජන ජීවිතය යහපත් කර ගැනීමට යොදා ගනියි
- පොදු සේවා සපයන ආයතන හා බැඳුණු පුරවැසි වගකීම් හා යුතුකම් ඉටු කරයි.
- පොදු සේවා ප්‍රයෝජනයට ගැනීම සම්බන්ධ අයිතිවාසිකම් හා වගකීම් පිළිබඳ ව දැනුවත් ව කටයුතු කරයි.

විෂය අන්තර්ගතය : - අප ප්‍රදේශයේ පොදුසේවා හැඳින්වීම

- ජනතාවගේ ජීවන තත්ත්වය ඉහළ නැංවීම අරමුණු කර ගෙන රජය, පෞද්ගලික අංශය පළාත් පාලන ආයතන, ස්වේච්ඡා සංවිධාන මගින් පොදු වේ සපයන සේවා පොදු සේවාවන් ය.
- අධ්‍යාපනය
- ජලය
- සෞඛ්‍යය
- ප්‍රවාහනය
- විදුලිය
- පණිවුඩ හුවමාරුව

පොදු සේවාවල පොදු ලක්ෂණ

- පොදු සේවා සැපයීමේ දී රජය ලාභ අපේක්ෂාවෙන් තොරව කටයුතු කිරීම
- මහජනතාවගෙන් අය කර ගනු ලබන බදු මුදල් හා වෙනත් ආදායම් තුළින් පොදු සේවා සපයනු ලැබීම.
- ජනතාවගේ ජීවන තත්ත්වය යහපත් කිරීම පොදු සේවාවල අවශ්‍යතාව වේ.
- ජන ජීවිතයේ එදිනෙදා කටයුතු පහසුවෙන් හා ඵලදායි ව ඉටුකර ගැනීමට.
- අන්‍යෝන්‍ය වශයෙන් පෞද්ගලික ව ලඟා කර ගත නොහැකි අවශ්‍යතා ඉටුකර ගැනීම සඳහා
- සමාජ සුරක්ෂිතතාව තහවුරු කිරීම සඳහා
- මුලික අවශ්‍යතා ඉටු කිරීම තුළින් මානව හිමිකම් සුරැකීම සඳහා සමාජයට අවශ්‍ය දෑ නිෂ්පාදනය කිරීමට, බෙදා හැරීම හා වෙළෙඳාම සඳහා
- ප්‍රදේශ අතර සම්බන්ධතා පවත්වා ගෙන යාම සඳහා

පොදු සේවාවල විකාශය

- \- ජන සංඛ්‍යාව වර්ධනයවීමත් සමඟ මිනිස් අවශ්‍යතා සංකීර්ණ වූ අතර මුලික අවශ්‍යතා සපයා ගැනීම සම්බන්ධ විවිධ අභියෝගයන්ට මුහුණ දීමට සිදුවීම.
- රාජ්‍ය අනුග්‍රහය හා සාමුහික උත්සාහය තුළින් එම අවශ්‍යතා ඉටු කිරීම සඳහා ජල සම්පාදනය වැනි පොදු සේවා ආරම්භ වීම.
- ශ්‍රී ලංකාවේ අනුරාධපුර යුගයේ දී පවා රෝහල් පිහිටුවීම, ඒවා නඩත්තු කිරීම, ඔසු උයන් පවත්වා ගෙන යාම, වෛද්‍ය සේවා පවත්වා ගෙන යාම ආදී දේ කෙරෙහි රජවරුන් උනන්දුවක් දක්වීම.

පොදු සේවාවල මුලික ලක්ෂණ

- පොදුවේ සැමට ලබා ගත හැකි වීම.
- සැම පුරවැසියෙකුටම පහසුවෙන් ලබා ගත හැකි වීම.
- මහජන සුභ සිද්ධිය අරමුණු කර ගෙන පවත්වා ගෙන යාම.
- සමස්ත ජනතාවගේ ජීවන ක්‍රමයේ ගුණාත්මකභාවය වර්ධනය කිරීම.
- අඩු ආදායම්ලාභී පුද්ගලයන්ට විශේෂ සහන සැලසීම.
- පුද්ගල සංවර්ධනය තුළින් සමාජ සංවර්ධනය ඇති කිරීම.
- පොදු සේවා ආරක්ෂා කිරීම හා පවත්වා ගෙන යාම සඳහා නීතිමය රාමුවක් තුළ ක්‍රියාත්මක වීම.

විවිධ පොදු සේවා

- අධ්‍යාපනය
- ජලය
- සෞඛ්‍යය
- ප්‍රවාහනය
- විදුලිය
- පණිවුඩ හුවමාරුව

එක් එක් පොදු සේවා මගින් ඉටුවන කාර්යය භාරය

පොදු සේවා		එමගින් ඉටුවන කාර්ය භාරය
ජලය	-	පානීය ජලය සැපයීම
	-	ආහාර පිළියෙල කර ගැනීම
	-	රෙදි සේදීම, පවිත්‍රාව වැනි එදිනෙදා කටයුතු සඳහා
	-	විවිධ කර්මාන්ත සඳහා
වාරි ජලය	-	කෘෂි කර්මාන්තය සඳහා
	-	මිරිදිය ධීවර කර්මාන්තය සඳහා
	-	වෙනත් ජල අවශ්‍යතා සඳහා
විදුලිය	-	ගෘහස්ත පරිභෝජනය
	-	කර්මාන්ත හා වෙළෙඳ ආයතන සඳහා
	-	වීථි ආලෝක කිරීම සඳහා
	-	විවිධ සේවා සඳහා
සෞඛ්‍යය	-	ආරෝග්‍යශාලා පවත්වා ගෙන යාම
	-	බෝවන රෝග වැලැක්වීම
	-	සනීපාරක්ෂක කටයුතු
	-	සායන පැවැත්වීම
	-	ප්‍රතිශක්තිකරණ වැඩ සටහන්
	-	වෛද්‍ය උපදෙස් සැපයීම
අධ්‍යාපනය	-	සැමට අධ්‍යාපනය ලබා දීම
	-	වයස අවුරුදු 5-14 දී අධ්‍යාපනය අනිවාර්ය වීම
	-	පුද්ගල හා සමාජ සංවර්ධනය සඳහා
	-	රටේ සංවර්ධනයට දායක කර ගත හැකි ශ්‍රම බලකායක් බිහි කිරීම.
	-	සමාජයට යහපත් පුරවැසියන් බිහි කිරීම
ප්‍රවාහන සේවා	-	මගී ප්‍රවාහනය
	-	භාණ්ඩ ප්‍රවාහනය
	-	ප්‍රාදේශීය අන්තර් සබඳතා ගොඩ නගා ගැනීම.
	-	දෛනික කටයුතු පහසු කර ගැනීම.
පණිවුඩ හුවමාරුව	-	අදහස් හුවමාරු කර ගැනීම පහසු කිරීම උදා:- තැපැල් සේවාව, ලිපි, විදුලි පුවත්) ඉක්මණින් හා පහසුවෙන් පණිවිඩ ලබාදීම (උදා:- දුරකථන, විද්‍යුත් තැපැල, ෆැක්ස්)

- **රජය මගින් සපයන වෙනත් පොදු සේවා**

    - පරිසර සංරක්ෂණය

      උදා:- වන වගා ව්‍යාපෘති /රක්ෂිත වනාන්තර ඇති කිරීම /වන ජීවීන් ආරක්ෂා කිරීම සඳහා ක්‍රියා කිරීම.

    - සමාජ සංරක්ෂණය

      උදා:- සමෘද්ධි දීමනා/දිළිඳු සහනාධාර ලබා දීම /වැඩිහිටි නිවාස පවත්වා ගෙන යාම

    - විවිධ සුභසාධන සේවා සැපයීම

- අප ප්‍රදේශයේ පොදු සේවා සපයන වෙනත් සංවිධාන හා එමගින් සපයන පොදු සේවා

  උදා:- සමුපකාරයෙන් සැපයෙන සේවා කිහිපයකට නිදසුන්

  * පාරිභෝගික භාණ්ඩ අලෙවි සල්
  * ණය දෙන සමිති
  * ප්‍රවාහන සේවා
  * අවමංගල සේවා

පොදු සේවා ක්‍රියාත්මක කරන ආයතන හා බැඳුණු වගකීම් හා යුතුකම්

පොදු සේවාව	ක්‍රියාත්මක කරන ආයතන	ක්‍රියාත්මක කරන ආයතනය හා බැඳුණු වගකීම් හා යුතුකම්
1. ජල සම්පාදනය	ජාතික ජල සම්පාදන හා ජල ප්‍රවාහන මණ්ඩලය / නගර සභාව/ ප්‍රාදේශීය සභා	* පිරිසිදු පානීය ජලය සැපයීම * ජල සැපයුම නිසි පරිදි ලබාදීම. * ජලය අපතේ යාම වැළැක්වීම. * ජලනල පද්ධති ක්‍රමවත්ව පවත්වා ගෙන යාම. * වැඩිවන ඉල්ලුම සපුරාලීම
2. විදුලිය	ලංකා විදුලි බල මණ්ඩලය ලංකා විදුලි පෞද්ගලික සමාගම	* අඛණ්ඩ ව විදුලිය සැපයීම * පාරිභෝගික ඉල්ලීම් හා පැමිණිලි කෙරෙහි නිසි අවධානය යොමු කිරීම. * විදුලි රැහැන් පද්ධති නිසි පරිදි නඩත්තු කිරීම
3. සෞඛ්‍යය	රෝහල වෙනත් ආරෝග්‍යශාලා සෞඛ්‍ය මධ්‍යස්ථාන	* රෝගීන්ට නිසි ප්‍රතිකාර සැපයීම * භාවිතයට සුදුසු ඖෂධ වර්ග පමණක් සැපයීම * බෝවන රෝග වැළැක්වීම සඳහා වැඩසටහන් ක්‍රියාත්මක කිරීම. * රෝගීන්ගේ කායික මානසික සුවය සඳහා කටයුතු කිරීම. * රෝගීන් රැක බලා ගැනීම හා අවශ්‍ය පහසුකම් සැපයීම. * වෛද්‍ය උපදෙස් ලබාදීම හා දැනුවත් කිරීම.
4.අධ්‍යාපනය	පාසල් විශ්ව විද්‍යාල / පිරිවෙන් කාර්මික විද්‍යාල හා උසස් තාක්ෂණ ආයතන / වෙනත්	* සිසුන්ට නිසි පරිදි අධ්‍යාපනය ලබා දීම. * සිසුන්ගේ නිපුණතා සංවර්ධනය කිරීම. * සමාජානුයෝගී කිරීම * සමාජයට වැඩදායක පුරවැසියන් බිහි කිරීම. * ජාතික අවශ්‍යතාවලට ගැලපෙන ශ්‍රම බලකායක් බිහි කිරීම.

5 ප්‍රවාහනය	ශ්‍රී ලංකා ගමනා ගමන මණ්ඩලය - පෞද්ගලික බස් සමාගම් ශ්‍රී ලංකා දුම්රිය දෙපාර්තමේන්තුව	* නිසි පුහුණුවක් ලබාගත් පුද්ගලයින් සේවයේ යෙදවීම. * කලට වේලාවට සේවා සැපයීම * මගීන් ගේ ආරක්ෂාව සහතික කිරීම. * මාර්ගය භාවිත කරන සෙසු පුද්ගලයින්ගේ හා සෙසු දේපලවල ආරක්ෂාව සහතික කිරීම. * නීතිගරුක වීම, විනය ගරුක වීම, ආචාරශීලී වීම. * සේවාවට අදාළ ලෙස ගාස්තු අය කිරීම * ගාස්තුවට අදාළ ව ප්‍රවේශ පත්‍රයක් ලබාදීම
6. පණිවිඩ හුවමාරුව	තැපැල් කාර්යාලය ටෙලිකොම් හා අනෙකුත් දුරකථන සමාගම් නියෝජිත තැපැල් කාර්යාල	* කලට වේලාවට ලිපි බෙදා හැරීම * සේවා නිසි පරිදි සැපයීම * මහජනතාව සමඟ මනා සබඳතා පවත්වා ගැනීම. * රහස්‍යභාවය රැකීම * දුරකථන හා අන්තර්ජාල පහසුකම් සැපයීම

පොදු සේවා ප්‍රයෝජනයට ගන්නා පුරවැසියන් සතු වගකීම් හා යුතුකම්

පොදු සේවා	පොදු සේවාව ප්‍රයෝජනයට ගන්නා පුරවැසියන් සතු වගකීම් හා යුතුකම්
1. ජලය	* අපතේ නොහැරීම හා අරපිරිමැස්මෙන් යුතු ව පරිහරණය කිරීම * නියමික වේලාවට බිල්පත් ගෙවීම. * අනිසි භාවිතයෙන් වැළකීම * ජල උල්පත් හා එවැනි මූලාශ්‍ර ආරක්ෂා කිරීම. * අපවිත්‍ර නොකිරීම
2. විදුලිය	* නියමිත වේලාවට බිල්පත් ගෙවීම * අදාළ දේපල ආරක්ෂා කිරීම * අයථා ක්‍රමවලට විදුලිය පරිභෝජනය නොකිරීම
3. සෞඛ්‍යය	* නිසි වෛද්‍ය උපදෙස් පිළිපැදීම * හොඳ සෞඛ්‍යය පුරුදු පවත්වා ගෙන යාම * සෞඛ්‍යයට අදාළ දේපල සුරක්ෂිත කිරීම හා ඒවා සංවර්ධනයට දායක වීම.
4. අධ්‍යාපනය	* යහපත් ආකල්ප හා කුසලතා සංවර්ධනය තුළින් මනා ශික්ෂණයක් ඇති කර ගැනීම. * අධ්‍යාපනය ලබා ගැනීමේ වැදගත්කම වටහා ගෙන කටයුතු කිරීම. * පාසල් දේපල හා උපකරණ ආරක්ෂා කිරීම (ගොඩනැගිලි /ඩෙස්පුටු/ පොත් පත් ආදී) * පුද්ගල සංවර්ධනය තුළින් සමාජ සංවර්ධනයට සහාය වීම.
5. ප්‍රවාහනය	* පොදු දේපල ආරක්ෂා කිරීම * ගෙවීම් සඳහා අවංක වීම * ආචාරශීලී වීම හා නීතිගරුක වීම.
6. පණිවිඩ හුවමාරුව	* ආචාරශීලී වීම * විචාරශීලී වීම * දේපල ආරක්ෂා කිරීම * වැරදි ආකාරයට භාවිත නොකිරීම

8.1.1 ක්‍රියාකාරකම

නිපුණතාව :- ජන ජීවිතයේ යහපත පිණිස පවත්නා පොදු සේවා ඵලදායි ව හා නිවැරදි ව භාවිත කරයි.

නිපුණතා මට්ටම :- පොදු සේවා හා පොදු සේවා සපයන ආයතන හඳුනා ගෙන ජන ජීවිතය යහපත් කර ගැනීමට යොදා ගනියි.

ක්‍රියාකාරකම :- " පොදු සේවා හඳුනා ගනිමු "

කාලය :- මිනිත්තු 40 යි

ගුණාත්මක යෙදවුම් :-

- ඇමුණුම 8.1.1.1 ට අදාළ පින්තූර
- ඇමුණුම 8.1.1.2 ට අදාළ කාර්ය පත්‍රිකා
- ඩිමයි කොළ, ෆෙල්ට් පෑන්

ඉගෙනුම් ඉගැන්වීම් ක්‍රියාවලිය :-

පියවර 8.1.1.1

- ඇමුණුම 8.1.1.1 ට අදාළ පින්තූර පන්තිය ඉදිරියේ ප්‍රදර්ශනය කරන්න.
- පොදු සේවා හඳුනා ගැනීමට සිසුන්ට අවස්ථාව ලබා දෙන්න.

  පහත සඳහන් කරුණු ඉස්මතු වන පරිදි සාකච්ඡාවක් මෙහෙයවන්න.

- ජන සංඛ්‍යා වර්ධනයත් සමඟ මිනිස් අවශ්‍යතා සංකීර්ණ වූ බව
- තම සංකීර්ණ අවශ්‍යතා සපුරා ගැනීම සඳහා විවිධ අභියෝගයන්ට මුහුණ දීමට සිදු වූ බව
- එම අභියෝග ජය ගැනීමට ප්‍රදේශයේ විවිධ පොදු සේවා ආරම්භ වූ බව
- රජය හා පෞද්ගලික අංශය මැදිහත් වී විවිධ පොදු සේවාවන් සපයන බව
- රජය විසින් පොදු සේවාවන් සපයනු ලබන්නේ මහජනතා වගෙන් අය කර ගන්නා බදු මුදල් හා වෙනත් ආදායම් මාර්ග මගින් බව
- ලාභ ඉපයීමේ පරමාර්ථයෙන් තොරව රජය විසින් පොදු සේවා සැපයීමට මැදිහත් වන බව
- සමාජය සංකීර්ණ වීමත් සමඟ පොදු සේවාවල අවශ්‍යතාව වර්ධනය වූ බව

  උදා:- ජලය, විදුලිය, සෞඛ්‍ය

(මිනිත්තු 05)

පියවර 8.1.1.2

- සිසුන් කණ්ඩායම් හයකට 06 බෙදන්න.
- එක් එක් කණ්ඩායම්වලට පොදු සේවාවන් එක බැගින් සපයන්න.
- ඇමුණුම් 8.1.1.2 කාර්ය පත්‍රිකාවේ සඳහන් කරුණුවලට අදාළ ව කණ්ඩායම්වලට තොරතුරු සටහන් කර ගැනීමට අවස්ථාව දෙන්න.
  සිසුන්ට ඉදිරිපත් කිරීම් සඳහා අවස්ථාව ලබාදෙන්න.

(මිනිත්තු 25)

පියවර 8.1.1.3 :- පහත සඳහන් කරුණු ඉස්මතු වන පරිදි සමාලෝචනයක යෙදෙන්න.

- අධ්‍යාපනය, සෞඛ්‍ය, ප්‍රවාහනය, විදුලිය, ජලය, පණිවුඩ හුවමාරු අත්‍යවශ්‍ය පොදු සේවා බව
- පොදු සේවා සැපයීම රජය මගින් මෙන්ම පෞද්ගලික අංශය මගින් ද ඉටුකරන බව.
- රජය විසින් පොදු සේවා සැපයීමේ දී ලාභ අපේක්ෂාවකින් තොරව සමාජ සුබ සාධනය පදනම් ව කටයුතු කරන බව.
- ජනතාවගෙන් රැස් කර ගන්නා බදු මුදල් හා වෙනත් ආදායම් පොදු සේවා සැපයීම සඳහා රජය විසින් වැය කරන බව.
- පොදු සේවා සැපයීමට විවිධ නිලධාරීන් හා ආයතන සම්බන්ධ වන බව.
- පොදු සේවා සැපයීම සඳහා ආයතන හා නිලධාරීන් කාර්යක්ෂම ව තම යුතුකම් ඉටුකළ යුතු බව.

(මිනිත්තු 10)

තක්සේරුව හා ඇගයීම

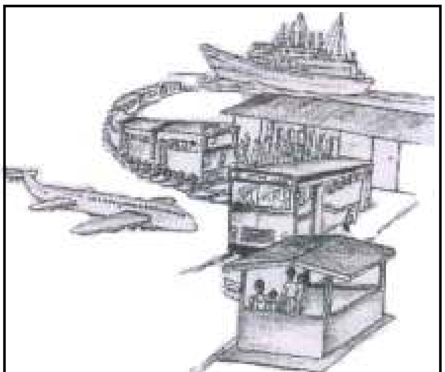
- පොදු සේවා සපයන ආයතනය නම් කරයි.
- පොදු සේවා ආරක්ෂා කිරීමේ වැදගත්කම අගය කරයි.
- පොදු සේවා හා සම්බන්ධ පොදු ලක්ෂණ පැහැදලි කරයි.
- පොදු සේවා සපයන ආයතනවල කාර්ය භාරය විමර්ශනය කරයි.
- කණ්ඩායම් ක්‍රියාකාරම් නිරමාණශීලීව ඉදිරිපත් කරයි.

පසු වැඩ :- පොදු සේවා සපයන වෙනත් ආයතන ලැයිස්තු ගත කරන්න.

ඇමුණුම 8.1.1.1 පින්තූරය

ජලය

විදුලිය



ප්‍රවාහනය

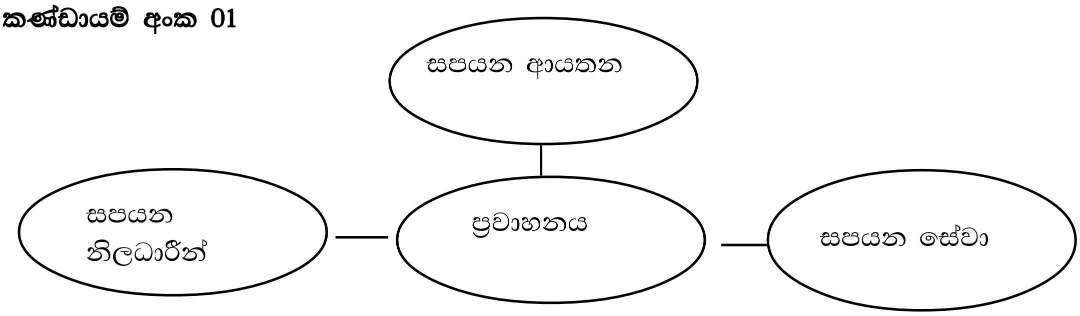
පණිවිඩ හුවමාරුව

අධ්‍යාපනය

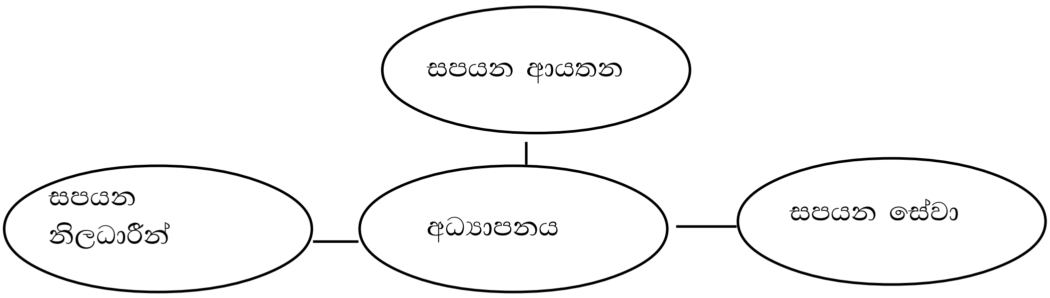
සෞඛ්‍ය

ඇමුණුම 8.1.1.2 • එක් එක් කණ්ඩායමට ලැබී ඇති කාර්ය පත්‍රිකාවට අනුව පොදු සේවාව සම්බන්ධ තොරතුරු ලැයිස්තු ගත කරන්න.

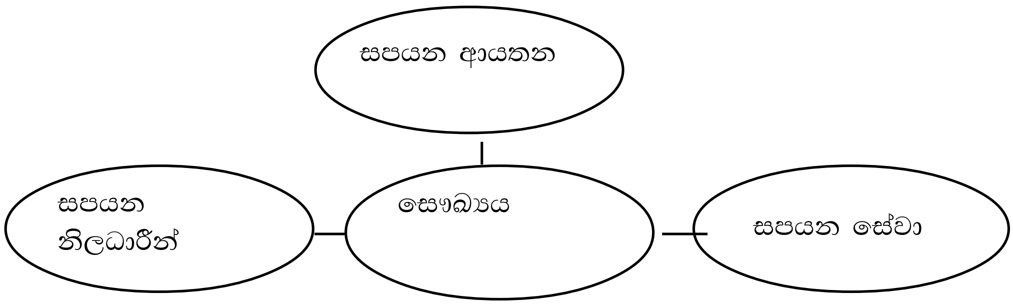
කණ්ඩායම් අංක 01



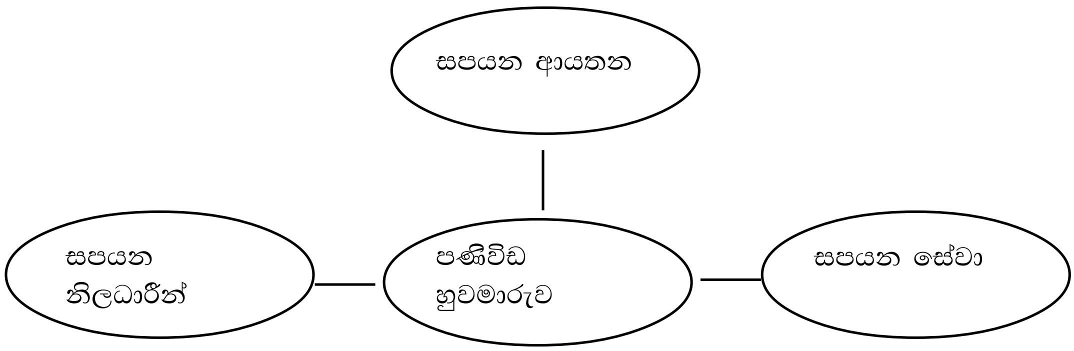
කණ්ඩායම් අංක 02



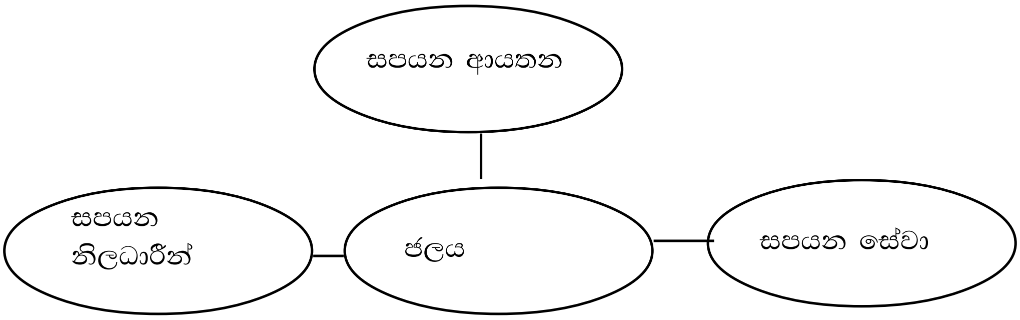
කණ්ඩායම් අංක 03



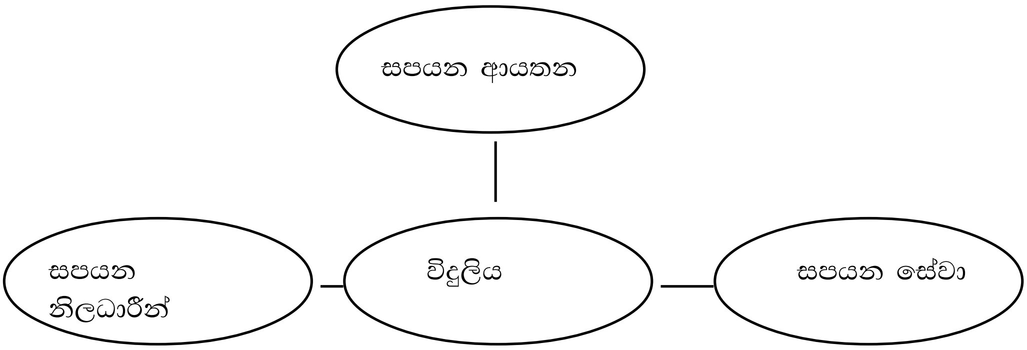
කණ්ඩායම් අංක 04



කණ්ඩායම් අංක 05



කණ්ඩායම් අංක 06



8.1.2 ක්‍රියාකාරකම

නිපුණතාව :- ජන ජීවිතයේ යහපත පිණිස පවත්නා පොදු සේවා ඵලදායී ව හා නිවැරදි ව භාවිත කරයි.

නිපුණතා මට්ටම :- පොදු සේවා ප්‍රයෝජනයට ගැනීම සම්බන්ධ අයිතිවාසිකම් හා වගකීම් පිළිබඳ දැනුවත් ව කටයුතු කරයි.

ක්‍රියාකාරකම :- "පොදු සේවා සුරකිමු"

කාලය :- මිනිත්තු 40 යි

ගුණාත්මක යෙදවුම් :-

- ඇමුණුම 8.1.2.1ට අදාළ කවි පෙළ
- ඇමුණුම 8.1.2.2ට අදාළ කාර්ය පත්‍රිකාව
- පෙළපොත

ඉගෙනුම් ඉගැන්වීම් ක්‍රියාවලිය :-

පියවර 8.1.2.1

- ඇමුණුම 8.1.2.1 ට අදාළ කවි පෙළ සිසුන්ට ඇසෙන සේ එක් සිසුවෙක් ලවා ගායනා කරවා පහත සඳහන් ප්‍රශ්න විමසන්න.
  1. මෙම කවි පෙළෙන් කියවෙන්නේ කුමක් ගැන ද?
  2. මීට අමතර ව ඔබ භාවිතා කරන පොදු සේවා මොනවා ද?
  3. ඒවා පරිහරණය කිරීමේ දී ඔබේ අයිතිවාසිකම් හා වගකීම් මොනවා ද ?

  යන ප්‍රශ්න සිසුන් වෙත ඉදිරිපත් කරමින් පහත සඳහන් කරුණු ද ඉස්මතු වන සේ සාකච්ඡාවක් මෙහෙයවන්න.

- පොදු සේවා ප්‍රයෝජනයට ගැනීමට ජනතාවට අයිතිවාසිකම් තිබෙන බව.
- එම අයිතිවාසිකම් භුක්ති විඳිය යුත්තේ තම වගකීම් ද ඉටුකරමින් බව.
- පොදු සේවා ආත්මාර්ථයෙන් තොරව ලබා ගත යුතු බව. පොදු සේවා සැමට සාධාරණ ව ලබා ගැනීමට ඉඩ සැළසිය යුතු බව.

(මිනිත්තු 10)

පියවර 8.1.2.2 :-

- පන්තිය කණ්ඩායම් හයකට බෙදන්න.
- කණ්ඩායමට එක බැගින් ඇමුණුම් 8.1.2.1 ට අදාළ කාර්ය පත්‍රිකා ලබා දෙන්න.
- ක්‍රියාකාරකම්වලට අවශ්‍ය මඟ පෙන්වීම කරන්න.
- සිසුන් ක්‍රියාකාරකමෙහි යොදවන්න.

(මිනිත්තු 10)

පියවර 8.1.2.3 :-

- එක් එක් කණ්ඩායමට වෙන් වෙන් වශයෙන් තම ක්‍රියාකාරකම් පන්තිය වෙත ඉදිරිපත් කිරීමට අවස්ථාව ලබා දෙන්න.
- එක් එක් කණ්ඩායම්වල ප්‍රබලතා හා දුබලතා හඳුනා ගන්න.
- වැදගත් තොරතුරු සටහන් කර ගැනීමට සිසුන්ට උපදෙස් දෙන්න.
- හඳුනාගත් දුබලතා හා ප්‍රබලතා සැලකිල්ලට ගනිමින් පහත දැක්වෙන කරුණු කෙරෙහි ද අවධානය යොමු කර පාඩම සමාලෝචනය කරන්න.

- පොදු සේවාවන් වගකීමෙන් පරිහරණය කළ යුතු බව.
- පොදු සේවාවන් පවත්වා ගෙන යාමට රජය විශාල වියදමක් දරණ බව.
- පොදු සේවාවන්ට හානි සිදු කිරීම දඬුවම් හැකි වරදක් බව.

  උදා:- * දණ්ඩනීති සංග්‍රයට අනුව පොදු උල්පතක හෝ ජලාශයක ජලය අපවිත්‍ර කිරීම.
  දඬුවම - මාස තුනක සිර දඬුවමක්
  * ප්‍රසිද්ධ මාර්ගයක අපරික්ෂාකාරී ව රථ පැදවීම හා සතුන් පිටයාම
  දඬුවම - මාස හයක සිරදඬුවමක්.
  * වාරි කර්මාන්තවලට හානියක් කිරීමෙන් හෝ වතුර අයුතු ලෙස හැරවීම
  දඬුවම - අවුරුදු පහක සිර දඬුවමක්.
- පොදු දේපලවලට හානි කරන අය ඉන් වළක්වා ගැනීම හා ඒවා ආරක්ෂා කිරීමට යොමු කරවීම වැදගත් යුතුකමක් බව.

(මිනිත්තු 20)

තක්සේරුව හා ඇගයීම

- පොදු සේවා සුරක්ෂිත කළ යුතු ආකාරය විස්තර කරයි
- පොදු දේපලවලට හානි පැමිණවීම වරදක් බව පිළිගනියි.
- පොදු දේපලවලට හානි කරන අය ඉන් වළක්වා ගැනීම හා ආරක්ෂා කිරීමට යොමු කරයි.
- පොදු දේපල සුරකිමින් අර්ථවත් ව පරිහරණය කරයි.
- පොදු දේපල සාමුහිකත්වයෙන් පරිහරණය කරයි.

ඇමුණුම 8.1.2.1

වතුර බිලත් වැඩිවෙලා
විදුලි බිලත් වැඩිවෙලා
තාත්තා අමනාප වෙලා
සැම හට දොස් පවරලා

මේ බලන්න හනික එන්න
සිරිත් හොඳින් ඉගෙන ගන්න
ජල විදුලිය පිරි මහන්න
පුරුදු වෙන්න හිතට ගන්න

ඇමුණුම 8.1.2.2

කාර්ය පත්‍රිකාව I කණ්ඩායම

- ඔබ කණ්ඩායමට පැවරෙන්නේ ජල සම්පත සුරැකීම පිළිබඳ පෝස්ටරයක්/චිත්‍රයක් ගීතයක් /කවියක් / කාටුන් චිත්‍රයක් නිර්මාණය කිරීමටයි.

II කණ්ඩායම

- ඔබ කණ්ඩායමට පැවරෙන්නේ විදුලිය සුරක්ෂිත කිරීම පිළිබඳ පෝස්ටර්යක් /චිත්‍රයක් /ගීතයක් /කවියක් / කාටුන් චිත්‍රයක් නිර්මාණය කිරීමටයි.

III කණ්ඩායම

- ඔබ කණ්ඩායමට පැවරෙන්නේ සෞඛ්‍ය සම්පන්න දිවි පැවැත්මකට අවශ්‍ය නිවැරදි සෞඛ්‍ය පුරුදු ඇතුළත් පෝස්ටරයක් / චිත්‍රයක් / ගීතයක් /කවියක් / කාටුන් චිත්‍රයක් නිර්මාණය කිරීමටයි.

IV කණ්ඩායම

- ඔබ කණ්ඩායමට පැවරෙන්නේ අධ්‍යාපන සේවාව හා සම්බන්ධ පොදු දේපල සුරැකීමට අදාළ පෝස්ටරයක් / චිත්‍රයක් / ගීතයක් / කවියක් / කාටූන් චිත්‍රයක් නිර්මාණය කිරීමටයි.

V කණ්ඩායම

- ඔබ කණ්ඩායමට පැවරෙන්නේ නිවැරදි සන්නිවේදන භාවිත කිරීම හා සම්බන්ධ පෝස්ටරයක් / චිත්‍රයක් / ගීතයක් / කවියක් / කාටූන් චිත්‍රයක් නිර්මාණය කිරීමටයි.

VI කණ්ඩායම

- ඔබ කණ්ඩායමට පැවරෙන්නේ ප්‍රවාහන සේවාව හා සම්බන්ධ දේපල සුරැකීමට අදාළ පෝස්ටර්යක් / චිත්‍රයක් / කවියක් / ගීතයක් කාටූන් චිත්‍රයක් නිර්මාණය කිරීමටයි.

8.1.3 ක්‍රියාකාරකම

නිපුණතාව :- ජන ජීවිතයේ යහපත පිණිස පවත්නා පොදු සේවා ඵලදායි ව හා නිවැරදි ව භාවිත කරයි.

නිපුණතා මට්ටම :- පොදු සේවා ප්‍රයෝජනයට ගැනීම සම්බන්ධ අයිතිවාසිකම් හා වගකීම් පිළිබඳ දැනුවත් ව කටයුතු කරයි.

ක්‍රියාකාරකම :- " පොදු සේවා සුරකිමු"

කාලය :- මිනිත්තු 40 යි

ගුණාත්මක යෙදවුම් :-

- ඇමුණුම 8.1.3.1 ට අදාළ චිත්‍ර හා පෝස්ටර්
- ඇමුණුම 8.1.3.2 ට අදාළ කාර්ය පත්‍රිකාව

ඉගෙනුම් ඉගැන්වීම් ක්‍රියාවලිය :-

පියවර 8.1.3.1

- හොඳින් පරිහරණය කළ හා අපරික්ෂාකාරී ලෙස පරිහරණය කරන ලද පොත් කිහිපයක් පන්තිය ඉදිරියේ ප්‍රදර්ශනය කරන්න.
- එම පොත් පරිහරණය කර ඇති ආකාරය පිළිබඳ සිසුන්ගේ අදහස් විමසන්න.
- පහත සඳහන් කරුණු ඉස්මතු වන පරිදි සාකච්ඡාවක් මෙහෙයවන්න.

- ජනතාවගේ ජීවන තත්ත්වය උසස් කිරීමේ අරමුණෙන් රජය සහ පෞද්ගලික ආයතන විසින් පොදු වේ සපයන සේවා උදා:- ජලය, අධ්‍යාපනය, සෞඛ්‍ය, ප්‍රවාහනය ආදිය පොදු සේවා බව
- එම පොදු සේවා සැපයීම සඳහා රජය විසින් විශාල පිරිවැයක් දරණ අතර එම මුදල් සපයා ගනු ලබන්නේ මහජනතාවගෙන් අයකර ගන්නා බදු මුදලින් හා වෙනත් ආදායම් තුළින් බව.
- එම පොදු සේවා සැපයීමේ දී තවත් බොහෝ අවශ්‍යතාවයන් ඒ වෙනුවෙන් රජය කැප කරන බව.
- පොදු සේවා ආරක්ෂා කිරීම හා අනාගත පරපුර වෙනුවෙන් සංරක්ෂණය කිරීම තමන් සතු යුතුකමක් මෙන්ම වගකීමක් වන බව
- සෑම පුද්ගලයෙකුට ම පොදු සේවා බුක්ති විඳීමේ අයිතියක් ඇති බව.

(මිනිත්තු 10)

පියවර 8.1.3.2 :-

- සිසුන් සුදුසු පරිදි කණ්ඩායම් කරන්න.
- ඇමුණුම 8.1.3.1 ට අදාළ චිත්‍ර, පෝස්ටර් කණ්ඩායම් අතර බෙදා දෙන්න.
- ඇමුණුම 8.1.3.2 අදාළ කාර්යය පත්‍රිකාව කණ්ඩායම් අතර බෙදා දී අදාළ නිරීක්ෂණයන්ට අවස්ථාව ලබා දෙන්න.

(මිනිත්තු 15)

පියවර 8.1.3.3 :-

- නිරීක්ෂණයෙන් මතු වන තොරතුරු ඉදිරිපත් කිරීමට කණ්ඩායම්වලට අවස්ථාව ලබා දෙන්න.
- පහත සඳහන් කරුණු ඉස්මතුවන පරිදි සමාලෝචනයක යෙදෙන්න.

- දණ්ඩනීති සංග්‍රහයට අනුව පොදු සේවාවන්ට බාධා කිරීම දඬුවම් ලැබිය හැකි වරදක් බව.

  උදා:- වගන්ති 270 පොදු උල්පතක හෝ ජලාශයක ජලය අපවිත්‍ර කිරීම.
  දඬුවම මාස තුනක සිරිදඬුවමකි.

  උදා:- වගන්ති 272: ප්‍රසිද්ධ මාර්ගයක අපරීක්ෂාකාරීව රිය පැදවීම හා සතුන් පිටයාම
  දඬුවම : මාස හයක සිරදඬුවමක්

  උදා:- වගන්තිය 413 : වාරි කර්මාන්තවලට හානියක් කිරීමෙන් හෝ වතුර අයුතු ලෙස හැරවීමෙන් අනර්ථය කිරීම.
  දඬුවම : අවුරුදු පහක සිරදඬුවමකි.

  උදා:- වගන්තිය 261 : මහජනයාට බාධා වන පරිදි හෝ අප්‍රසන්නතාවක් ඇති වන පරිදි හෝ කැළිකසල බැහැර කිරීම දඬුවම් ලැබිය හැකි වරදකි.
  දඬුවම :- අවුරුදු පහක සිර දඬුවමකි.

- පොදු දේපල හා සේවාවලින් ප්‍රයෝජන ගැනීම පුරවැසියෙකු සතු අයිතිවාසිකමක් හා ඒවා නිවැරදි ව පරිභෝජනය කිරීම පුරවැසියෙකුගේ යුතුකමක් හා වගකීමක් වන බව.

- පොදු දේපළවලට හානි කරන අය ඉන් වළක්වා ගැනීම හා ඒවා ආරක්ෂා කිරීමට යොමු කරවීම වැදගත් යුතුකමක් වන බව.

(මිනිත්තු 15)

තක්සේරුව හා ඇගයීම :

- පොදු සේවාවන්ට බාධා පමුණුවන අවස්ථා නම් කරයි
- පොදු දේපලවලට හානි පැමිණවීම වරදක් බව පිළිගනියි.
- පොදු දේපලවලට හානි කරන අය ඉන් වළක්වා ගත හැකි අයුරුත්, ඒවා ආරක්ෂා කිරීමට යොමු විය යුතු ආකාරයත් ලියා දක්වයි.
- පොදු දේපල සුරකිමින් අර්ථවත් ව පරිහරණය කරයි.
- තමා ආශ්‍රිත සමාජය සමඟ පොදු දේපල සුරකීමට කටයුතු කරයි.

ඇමුණුම 8.1.3.1

පහත සඳහන් තේමා ඇසුරු කර ගෙන චිත්‍ර හෝ පෝස්ටර් සපයා දෙන්න.

1. වාරි කර්මාන්තයට හානි කරන අවස්ථා
2. පොදු ජලාශ, උල්පත් අපවිත්‍රකරණ අවස්ථාවන්
3. අපද්‍රව්‍ය බැහැර කිරීමෙන් කාණු පද්ධතියට බාධාකරන අවස්ථාවක්
4. අක්‍රමවත් ලෙස කැළි කසල බැහැර කිරීමේ අවස්ථාවක්

ඇමුණුම 8.1.3.2

ඔබ කණ්ඩායමට ලැබී ඇති චිත්‍රය හෝ පෝස්ටරය අනුව පහත සඳහන් ප්‍රශ්නවලට පිළිතුරු සාකච්ඡා කර වාර්තාවක් ඉදිරිපත් කිරීම පැවරේ.

1. පින්තූරයේ දැක්වෙන පරිදි එහි ඇති හානිය කුමක් ද?
2. එවැනි හානි සිදුවීම නිසා පුද්ගල අයිතිවාසිකම් කඩවන අයුරු ලියන්න.
3. ඒවා ආරක්ෂා කර ගැනීම සඳහා ගෙන ඇති ක්‍රියාමාර්ග හා ගත හැකි ක්‍රියාමාර්ග කවරේ ද?
4. ඒවා ආරක්ෂා කිරීම වැදගත් වන්නේ ඇයි ?

ඒකකය **8.2 ප්‍රජාතන්ත්‍රවාදී ජන සමාජය**

හැඳින්වීම :-

නිදහස හා සමානාත්මතා සංකල්ප පෙරදැරි කොට ගනිමින් අන්‍යෝන්‍ය සහයෝගයෙන් යුතු ව, නිවැරදි මතයට ගරු කරන ස්වයං විනයකින් හෙබි, සම්මුතියෙන් තීරණවලට එළඹෙන්නා වූ සමාජයක් බිහි කිරීමට අවශ්‍ය පදනම සැපයීම මෙම පරිච්ඡේදය තුළින් අපේක්ෂා කෙරේ. තම පවුල හා පාසල තුළත් සමස්ත සමාජයේත් ඒකී තත්ත්වයක් ගොඩ නැගීම උදෙසා අවශ්‍ය නිපුණතා ගොඩ නැගීමත්, ළමා අයිතිවාසිකම් පිළිබඳ අවබෝධයක් ලබා දෙමින් තමාගෙන් පවුලට, පාසලට, සමාජයට, ඉටු විය යුතු යුතුකම් කවරේ ද යන්න පිළිබඳ ව සිසුන් තුළ ආකල්පමය වෙනසක් ඇති කිරීමත් කළ යුතු ය. එමගින් ප්‍රජාතන්ත්‍රවාදී දිවිපෙවෙතකට අවශ්‍ය පදනම සැපයෙන අතර ම සමාජයේ යහපැවැත්ම කෙරෙහි ප්‍රජාතන්ත්‍රවාදී ජීවන රටාව හේතු වන ආකාරය පිළිබඳ අවබෝධය ලබාදීමට ද හැකියාව ලැබෙනු ඇත.

නිපුණතාව :- ප්‍රජාතන්ත්‍රවාදී දිවි පැවැත්මක් තුළින් යහපත් සමාජයකට දායක වෙයි.

නිපුණතා මට්ටම් :-

- ප්‍රජාතන්ත්‍රවාදී ජීවන ක්‍රමයක ලක්ෂණ විශ්ලේෂණය කරමින් ඒවා භාවිත කරයි.
- තම පවුල හා පාසල තුළ දක්නට ලැබෙන ප්‍රජාතන්ත්‍රවාදී ලක්ෂණවලට අනුගත වෙයි.
- ළමා අයිතිවාසිකම් හා යුතුකම් පිළිබඳ අවබෝධයෙන් කටයුතු කරයි.
- ප්‍රජාතන්ත්‍රවාදී දිවි පැවැත්මකට සූදානම ප්‍රදර්ශනය කරයි.

විෂය අන්තර්ගතය :-

- ප්‍රජාතන්ත්‍රවාදී ජීවන ක්‍රමය හැඳින්වීම.
  - ජනතා අභිලාෂයන්ට අනුකූල ව ක්‍රියාත්මක වන ජීවන ක්‍රමයක්
  - නිදහස හා සමානාත්මතා සංකල්ප පෙරදැරි කරගෙන ක්‍රියාත්මක වන ජීවන ක්‍රමයක් ප්‍රජාතන්ත්‍රවාදී ජීවන ක්‍රමයක් ලෙස හැඳින්වේ.

- ප්‍රජාතන්ත්‍රවාදී ජීවන ක්‍රමයක ලක්ෂණ

  උදා:-
  - අන්‍යෝන්‍ය සහයෝගයෙන් කටයුතු කිරීම.
  - නිවැරදි බහුතර මතයට ගරු කිරීම.

- විවිධ මත ඉවසීම.
- සාකච්ඡා මගින් තීරණවලට එළඹීම.
- ස්වයං විනයකින් යුතු ව කටයුතු කිරීම.
- විනිවිද භාවයකින් යුතු ව කටයුතු කිරීම.

ළමයෙකුට හිමිවන අයිතිවාසිකම් හා ඔහුගෙන් ඉටුවිය යුතු යුතුකම්

උදා:- තමාට, පවුලට, පාසලට, සමාජයට ඉටුවිය යුතු යුතුකම් හා හිමිවන අයිතිවාසිකම්.

ළමා අයිතිවාසික

- වධා හිංසාවලින් මිදීමට ඇති අයිතිය
- ළමා ශ්‍රමය අයථා ලෙස යොදා ගැනීමෙන් වැළකීමේ අයිතිය
- නිසි රැකවරණය ලැබීමට ඇති අයිතිය
- අපචාරයට සහ අපයෝජනයට ලක් නොවී සිටීමට ඇති අයිතිය

ආරක්ෂාවට ඇති අයිතිය

- නිදහස් අදහස් ප්‍රකාශ කිරීමට ඇති අයිතිය
- මිතුරු සබඳතා පැවැත්වීමට ඇති අයිතිය
- සමිති සමාගම්වලට බැඳීමට ඇති අයිතිය

සහභාගිත්වයට ඇති අයිතිය

- ක්‍රීඩා හා විනෝද කටයුතුවල යෙදීමට ඇති අයිතිය
- අධ්‍යාපනය ලැබීමට ඇති අයිතිය

සංවර්ධනයට ඇති අයිතිය

- සෞඛ්‍ය පහසුකම් ලැබීමට ඇති අයිතිය
- ජීවත්වීමට ඇති අයිතිය
- ආගමික නිදහස

පැවැත්මට ඇති අයිතිය

- අන් අයගේ නිදහසට බාධා නොකිරීම
- නීතියට ගරු කිරීමට හා නීතියට අවනතවීම
- තම අයිතිවාසිකම් රැකගනිමින් අන් අයගේ අයිතිවාසිකම් පිළිබඳ ව සැලකිලිමත් වීම.

ළමයින් විසින් ඉටුකළ යුතු යුතුකම්	• අන් අයට වද හිංසා නොකිරීම • දෙමාපියන්ට වැඩි හිටියන්ට උදව් කිරීම • හදිසි ආපදාවල දී අන්‍යයන්ට උදව් වීම
සහභාගිත්වය හා සම්බන්ධ යුතුකම්	• අන් අයට හානි සිදු නොවන පරිදි අදහස් ප්‍රකාශ කිරීම • වයසට ගැළපෙන මිතුරන් නැණවත්ව තෝරා ගැනීම • සොරකම, වංචාව, දූෂණය, වැනි ක්‍රියාවලින් වැළකී සිටීම. තමාට ගැළපෙන කටයුතුවලට සහභාගී වීම.
සංවර්ධනය හා සම්බන්ධ යුතුකම්	• අධ්‍යාපන කටයුතුවලට බාධා නොවන පරිදි ක්‍රීඩා කටයුතුවල යෙදීම. • නිසි ලෙස අධ්‍යාපනය ලැබීම • සමාජයේ දියුණුව පිණිස දායක වීම
පැවැත්ම හා සම්බන්ධ යුතුකම්	• හොඳ සෞඛ්‍ය පුරුදු අනුගමනය කිරීම • අන් අයගේ ජීවිත සුරැකීම • ආගමික සහජීවනය • අන් අයට ආදරය, සෙනෙහස දැක්වීම.

* ළමා අයිතිවාසිකම් පිළිබඳ සම්මුතිය ඇමුණුම - 1 (පිටු අංක 196 සිට දක්වා ඇත.)

- තම පවුල හා පාසල තුළ දක්නට ලැබෙන ප්‍රජාතන්ත්‍රවාදී ලක්ෂණ.
  පවුල තුළ දක්නට ලැබෙන ප්‍රජාතන්ත්‍රවාදී ලක්ෂණ

  - ආදරය, රැකවරණය, සාධාරණ ව ලැබීම.
  - සාකච්ඡා කොට තීරණවලට එළඹීම.
  - සාමකාමී ව ගැටලු නිරාකරණය කර ගැනීම.
  - සාමූහික ව නිවසේ කටයුතුවලට හවුල් වීම
  - සමානාත්මතාවය
  - වැඩිහිටියන් ඉක්මවා නොයාම
  - දෙමාපිය වැඩිහිටි නායකත්වයට ගරු කිරීම
  - තම අයිතිවාසිකම් භුක්ති විඳිමින් යුතුකම් ඉටු කිරීම.

- පාසල තුළ දක්නට ලැබෙන ප්‍රජාතන්ත්‍රවාදී ලක්ෂණ

  - පාසල තුළ පවතින නීතිරීති හා සම්ප්‍රදායන් පිළිගෙන ආරක්ෂා කිරීම.
  - අන්මත ඉවසීම
  - බහුතරයේ කැමැත්තට ගරු කිරීම
  - අධ්‍යාපන කටයුතු නිදහසේ සාධාරණ ව කරගෙන යාමට අවස්ථාව සැලසීම
  - ආරක්ෂාව, රැකවරණය ලබාදීම.
  - උපේක්ෂාවෙන් ජය පරාජය භුක්ති විඳීම
  - සාකච්ඡා මාර්ගයෙන් නිවැරදි තීරණවලට යොමු වීම.
  - සමිති සමාගම්වල තනතුරු සාධාරණ ව ලබා ගැනීම
  - නිදහස් අදහස් ප්‍රකාශ කිරීම හා ඡන්දය දීම.
  - පුස්තකාල, ක්‍රීඩා හා වෙනත් පහසුකම් සාධාරණ ව ලබා දීම.

- සමාජයේ යහපැවැත්ම ප්‍රජාතන්ත්‍රවාදි ජීවන රටාවට හේතුවන ආකාරය

  උදා :-
  * පුද්ගලයා තුළ යහපත් ආකල්ප වර්ධනය වීම
  * පවුල හා අසල්වැසියන් අතර සුහද ව හැසිරීම
  * ජන සමාජය තුළ සුහදත්වය වර්ධනය වීම
  * ගැටුම් අවම වූ සමාජයක් බිහිවීම
  * නීති ගරුක හා ගුණ ගරුක පුරවැසියන් බිහිවීම
  * යහපත් පුද්ගල සබඳතා ගොඩනගා ගැනීමට හැකි වීම.
  * අන්‍යමත ඉවසීමට හුරුවීම
  * සමාජ සුරක්ෂිතභාවය ඇති වීම
  * නිවැරදි නායකත්වයට අනුකූල වීම

8.2.1 ක්‍රියාකාරකම

නිපුණතාව :- ප්‍රජාතන්ත්‍රවාදි දිවි පැවැත්මක් තුළින් යහපත් සමාජයකට දායක වෙයි.

නිපුණතා මට්ටම :- ප්‍රජාතන්ත්‍රවාදී ජීවන ක්‍රමයක ලක්ෂණ විශ්ලේෂණය කරමින් ඒවා භාවිත කරයි.

ක්‍රියාකාරකම :- "ප්‍රජාතන්ත්‍රවාදී ජීවන ක්‍රමය හඳුනා ගනිමු "

කාලය :- විනාඩි 40යි

ගුණාත්මක යෙදවුම් :-

- ඇමුණුම 8.2.1.1 ප්‍රවේශය සඳහා ප්‍රකාශය
- ඇමුණුම 8.2.1.2 කාර්ය පත්‍රිකාව
- ඩිමයි කොළ
- පෙළ පොත

ඉගෙනුම් ඉගැන්වීම් ක්‍රියාවලිය

පියවර 8.2.1.1 :-

- ඇමුණුම 8.2.1.1 ප්‍රවේශය සඳහා ප්‍රකාශය පන්තියට පෙනෙන අයුරු ඩිමයි කඩදාසියක ලියා සිසුනට කියවීමට අවස්ථාව සලසා දෙන්න.
- පහත සඳහන් ප්‍රශ්න සිසුන් වෙත ඉදිරිපත් කරමින් සාකච්ජාවක් ගොඩනගන්න. පහත කරුණු ඉස්මතු කරන්න.
- එම ප්‍රකාශයේ දැක්වෙන සමාජය කුමනාකාර ද?
- එවැනි සමාජයක් ගොඩනගා ගන්නේ කෙසේ ද?

> - කිසියම් රටක / යම් භූමි භාගයක වාසය කරන ජන සමූහය ප්‍රජාව බව.
> - ජන සමූහයත් සමඟ කටයුතු කිරීමේ දී සාමූහික ව වැඩ කිරීමට සිදුවන බව.
> - සාමූහික ව කටයුතු කිරීමේ දී එකිනෙකාට ගරු කළ යුතු බව.
> - තවද අන්‍ය මත ඉවසමින් සහජීවනයෙන් සමානාත්මතා වයෙන් යුක්තව කටයුතු කළ යුතු බව.
> - ඒ තුළින් ප්‍රජාතන්ත්‍රවාදී ජීවන ක්‍රමයක් ගොඩනගා ගත හැකි බව.

(මිනිත්තු 10)

පියවර 8.2.1.2

- පන්තියේ සිසුන් සුදුසු පරිදි කණ්ඩායම් කරන්න.
- සෑම කණ්ඩායමකට ඇමුණුම අංක 8.2.1.2 කාර්ය පත්‍රිකාව බෙදා දෙන්න.
- ක්‍රියාකාරකම නිම කිරීමට සිසුනට සහාය වන්න.

(මිනිත්තු 15)

පියවර 8.2.1.3

- කණ්ඩායම්වල ක්‍රියාකාරකම් පන්තිය වෙත ඉදිරිපත් කිරීමට සිසුනට අවස්ථාව ලබා දෙන්න.
- එක් කණ්ඩායමක් ඉදිරිපත් කරන තොරතුරු පිළිබඳ අදහස් දැක්වීමට සෙසු කණ්ඩායම්වලට අවස්ථාව දෙන්න.

- පහත සඳහන් කරුණු ද ඉස්මතු වන පරිදි සමාලෝචනයක යෙදෙන්න.

- යහපත් ගති පැවතුම් වලින් හා ගුණාංගයන් ගෙන් සමන්විත ප්‍රජාව ගෙන් සැදුන සමාජයක් ප්‍රජාතන්ත්‍රවාදී සමාජයක් බව.
- එවන් සමාජයක තම අභිමතය සකසා ගනිමින් අන්‍යයන්ට හිරිහැරයක් නොවන පරිදි කටයුතු කිරීමෙන් ප්‍රජාතන්ත්‍රවාදී ජීවන ක්‍රමයක් ගොඩනගා ගත හැකි බව.
- අන්‍යෝන්‍ය සහයෝගය, බහුතර මතයට ගරු කිරීම, නිදහස, සමානාත්මතාවය, සාකච්ඡා මගින් තීරණවලට එළඹීම වැනි ගුණාංග ප්‍රජාතන්ත්‍රවාදී ජීවන ක්‍රමයක දැකිය හැකි බව.

(මිනිත්තු 15)

තක්සේරුව හා ඇගයීම

- ප්‍රජාතන්ත්‍රවාදී ජීවන ක්‍රමය විස්තර කරයි.
- ප්‍රජාතන්ත්‍රවාදීව ජීවත්වීමේ වැදගත්කම අගය කරයි.
- ප්‍රජාතන්ත්‍රවාදී ජීවන ක්‍රමයක ලක්ෂණ ලියා දක්වයි
- සාමූහිකව ක්‍රියාකිරීමෙන් කණ්ඩායම් හැඟීම් වර්ධනය කර ගනියි.
- ප්‍රජාතන්ත්‍රවාදී ගුණාංග වර්ධනය කර ගනියි.

ඇමුණුම අංක 8.2.1.1

ප්‍රවේශය සඳහා ප්‍රකාශය

"ප්‍රජාව යනු ජනතාව ය. යහපත් පුරවැසියකු වශයෙන් සමාජයේ ජීවත් වීමේ දී තම අභිමතය පරිදි තනි ව කටයුතු කළ නොහැක. බහුවිධ සමාජය තුළ එකිනෙකට ගරු කරන අන්මත ඉවසන, සමානාත්මතාවයෙන් යුක්ත ව කටයුතු කිරීමෙන් ගැටුම් කාරී අවස්ථාවන් අවම වේ. එවන් යහපත් ගති පැවැතුම් හා ගුණාංගයන් පුරවැසියන් තුළ වර්ධනය වීමෙන් සමාජය තුළ ප්‍රජාතන්ත්‍රවාදී ජීවන ක්‍රමයක් ගොඩනැගේ".

ඇමුණුම අංක 8.2.1.2

කාර්ය පත්‍රිකාව

- ප්‍රජාතන්ත්‍රවාදී ජීවන ක්‍රමයක් යනුවෙන් අදහස් කරන්නේ කුමක් ද? කෙටියෙන් පැහැදිලි කරන්න.
- ප්‍රජාතන්ත්‍රවාදී ජීවන ක්‍රමයක ලක්ෂණ පෙළ ගස්වන්න.

8.2.2 ක්‍රියාකාරකම

නිපුණතාව	:-	ප්‍රජාතන්ත්‍රවාදී දිවි පැවැත්මක් තුළින් යහපත් සමාජයකට දායක වෙයි.
නිපුණතා මට්ටම	:-	තම පවුල හා පාසල තුළ දක්නට ලැබෙන ප්‍රජාතන්ත්‍රවාදී ලක්ෂණවලට අනුගත වෙයි.
ක්‍රියාකාරකම	:-	"තම පවුල හා පාසල තුළ ඇති ප්‍රජාන්ත්‍රවාදී ලක්ෂණ හඳුනා ගනිමු."
කාලය	:-	මිනිත්තු 40 යි

ගුණාත්මක යෙදවුම්

- ඇමුණුම 8.2.1.1 පවුල තුළ සහයෝගයෙන් කටයුතු කරන අවස්ථා දැක්වෙන චිත්‍රය
- ඇමුණුම 8.2.2.2 පාසල තුළ විවිධ කාර්යයන් හි නිරත වන අවස්ථා දැක්වෙන චිත්‍රය
- ඇමුණුම 8.2.2.3 කාර්ය පත්‍රිකාව
- ඩිමයි කොළ
- පෙල්ට් පැන්
- පෙළ පොත

ඉගෙනුම් ඉගැන්වීම් ක්‍රියාවලිය :-

පියවර 8.2.2.1

- ඇමුණුම 8.2.2.1 සඳහන් චිත්‍රය සහ ඇමුණුම 8.2.2.2 හි සඳහන් චිත්‍රය සිසුන්ට ප්‍රදර්ශනය කරන්න.
- පින්තූර හොඳින් නිරීක්ෂණයට අවස්ථාව ලබා දෙන්න.
- පහත සඳහන් කරුණු ඉස්මතු වන සේ සාකච්ජාවක යෙදෙන්න.

- සමාජයේ කුඩාම ඒකකය පවුල බව. පවුලේ සාමාජිකයන්ට අදාළව විවිධ කාර්යයන් ඇති බව.
- සෑම සාමාජිකයෙකුගේ ම ක්‍රියාකාරී සහභාගිත්වය ඊට ලැබිය යුතු බව.
- සාමූහික ව, සුහද ව, අන්‍යෝන්‍ය අවබෝධයෙන් යුතුව එම කාර්යයන් ඉටු කළ යුතු බව.
- පවුලේ කාර්යයන් ඉටු කිරීමේ දී බහුතර මතයට ගරු කිරීම, විවිධ මත ඉවසීම, සාධාරණ ලෙස බෙදා ගැනීම, සාකච්ඡා මගින් තීරණවලට එළඹීම වැනි ප්‍රජාතන්ත්‍රවාදී ගුණාංග පවුලක් තුළ දක්නට ලැබෙන බව.
- පවුල තුළ පමණක් නොව පාසල තුළ ද එවැනි ප්‍රජාතන්ත්‍රවාදී ලක්ෂණ පවතින බව.
- නිදහස, සමානාත්මතාවය, ජය පරාජය පිළිගැනීම, නීතිගරුක බව, නායකත්වයට අවනත වීම වැනි ප්‍රජාතන්ත්‍රවාදී ගුණාංග පාසල තුළ ඇති බව.

(මිනිත්තු 15)

පියවර 8.2.2.2

- පන්තිය සුදුසු පරිදි කණ්ඩායම් කරන්න.
- 8.2.2.3 ඇමුණුමෙහි සඳහන් කාර්ය පත්‍රිකාව සිසුනට බෙදා දෙන්න.
- කාර්ය පත්‍රිකාවේ සඳහන් ක්‍රියාකාරකමෙහි සිසුන් නිරත කරවන්න.

(මිනිත්තු 15)

පියවර 8.2.2.3

- එක් එක් කණ්ඩායම විසින් සම්පූර්ණ කරන ලද කාර්ය පත්‍රිකාව පන්තියට ඉදිරිපත් කරවන්න.
- එක් එක් කණ්ඩායම ඉදිරිපත් කරන ලද තොරතුරුවල පවතින පොදු කරුණු පිළිබඳ සිසුන් ගෙන් විමසන්න.
  පහත සඳහන් කරුණු ඉස්මතුවන සේ සමාලෝචනයක යෙදෙන්න.

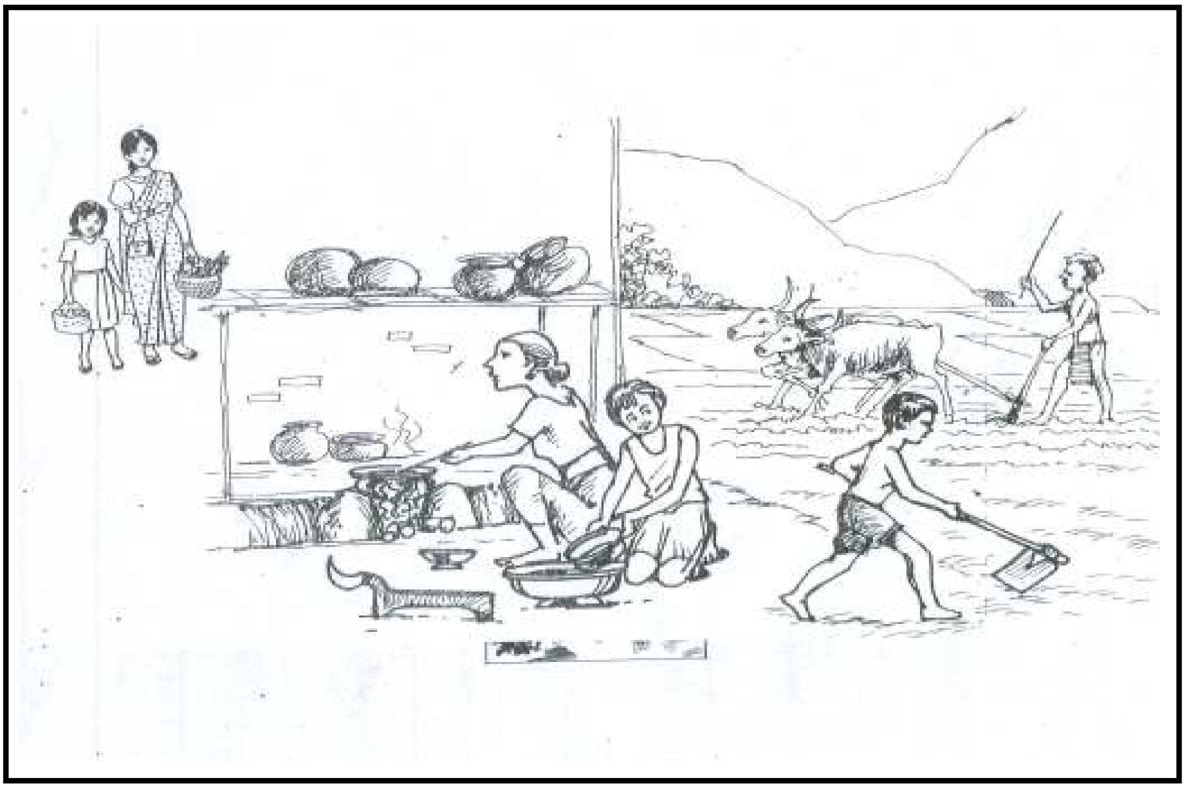
- පවුල තුළ මෙන්ම පාසල තුළ ද බොහෝ කාර්යයන් සාමූහික ව ඉටුකළ යුතු බව.
- සාමූහික ව කටයුතු කිරීමේ දී ප්‍රජාතන්ත්‍රවාදී ගුණාංග වර්ධනය කරගත යුතු බව.
- යහපත් ගති පැවතුම් හා ගුණාංගයන් ගෙන් සමන්විත පුද්ගලයන් ගෙන් ප්‍රජාතන්ත්‍රවාදී ජීවන ක්‍රමයක් ගොඩනගා ගත හැකි බව.
- ප්‍රජාතන්ත්‍රවාදී දිවි පැවැත්ම තුළින් යහපත් සමාජයක් බිහි කර ගත හැකි බව.

(මිනිත්තු 20)

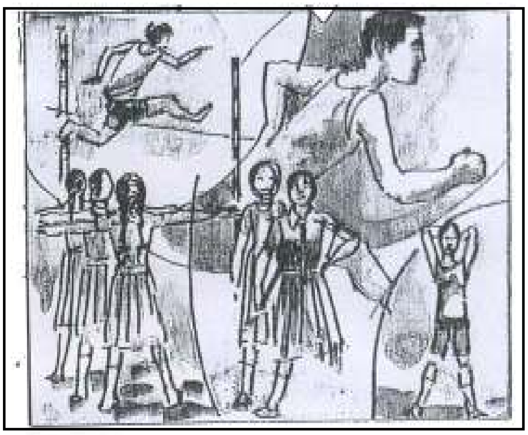
තක්සේරුව හා ඇගයීම :

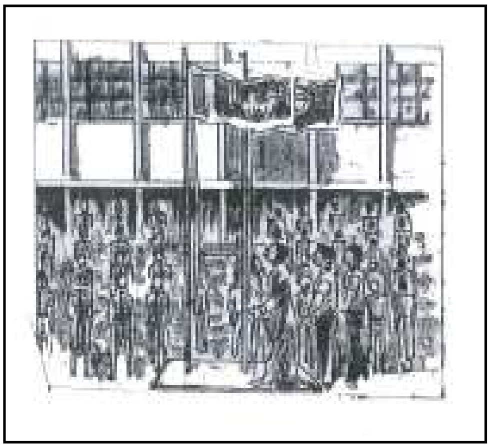
- පවුල හා පාසල තුළ ඇති ප්‍රජාත්නත්‍රවාදී ලක්ෂණ නම් කරයි.
- පවුල තුළ හා පාසල තුළ ප්‍රජාතන්ත්‍රවාදි ව කටයුතු කළ යුතු බව පිළිගනියි.
- පවුල තුළ හා පාසල තුළ දක්නට ලැබෙන ප්‍රජාතන්ත්‍රවාදි ලක්ෂණ වෙන් වෙන්ව ලියා දක්වයි.
- පවුල තුළ මෙන්ම පාසල තුළ ප්‍රජාතන්ත්‍රවාදිව කටයුතු කිරීමට දායක වෙයි.
- පවුල හා පාසල තුළ ප්‍රජාතන්ත්‍රවාදී සාමාජිකයකු ලෙස කටයුතු කරයි.

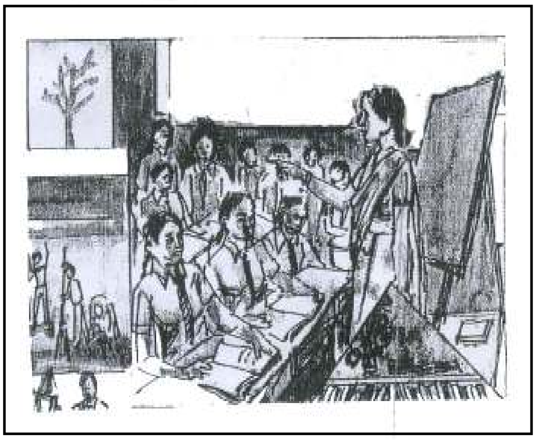
ඇමුණුම 8.2.2.1



ඇමුණුම 8.2.2.2







ඇමුණුම 8.2.2.3

කාර්ය පත්‍රිකාව

1 කණ්ඩායම
ඔබ කණ්ඩායමට පැවරෙන්නේ පවුල තුළ දක්නට ලැබෙන ප්‍රජාතන්ත්‍රවාදී ලක්ෂණ ඉස්මතු වන ආකාරයට භූමිකා රංගනයකට සුදුසු දෙබසක් නිර්මාණය කිරීමයි.

2 කණ්ඩායම
ඔබ කණ්ඩායමට පැවරෙන්නේ පවුල තුළ දක්නට ලැබෙන ප්‍රජාතන්ත්‍රවාදී ලක්ෂණ ඇතුළත් පත්‍රිකාවක් සකස් කිරීම.

3 කණ්ඩායම
ඔබ කණ්ඩායමට පැවරෙන්නේ පාසල තුළ දක්නට ලැබෙන ප්‍රජාතන්ත්‍රවාදී ලක්ෂණ ඇතුළත් පත්‍රිකාවක් සකස් කිරීම.

4 කණ්ඩායම
පාසල තුළ ප්‍රජාතන්ත්‍රවාදී ව කටයුතු කිරීමෙන් ඔබට සිදුවන යහපත කෙටියෙන් විස්තර කිරීම ඔබ කණ්ඩායමට පැවරේ.

5 කණ්ඩායම
ප්‍රජාතන්ත්‍රවාදි ව ජීවත් වීම පවුලේ සංවර්ධනයට හේතුවන ආකාරය යන මාතෘකාව යටතේ කතාවක් සකස් කර පන්තියට ඉදිරිපත් කරන්න.

8.2.3 ක්‍රියාකාරකම

නිපුණතාව :- ප්‍රජාතන්ත්‍රවාදි දිවි පැවැත්මක් තුළින් යහපත් සමාජයකට දායක වෙයි.

නිපුණතා මට්ටම :- ළමා අයිතිවාසිකම් හා යුතුකම් හඳුනා ගනිමු

ක්‍රියාකාරකම :- " ළමා අයිතිවාසිකම් හා යුතුකම් පිළිබඳ අවබෝධයෙන් කටයුතු කරයි"

කාලය :- මිනිත්තු 40 යි

ගුණාත්මක යෙදවුම් :-

- ඇමුණුම 8.2.3.1 චිත්‍රය
- ඇමුණුම 8.2.3.2 ළමයෙකු වශයෙන් හිමිවන අයිතිවාසිකම් හා ඉටු කළ යුතු යුතුකම් දැක්වෙන රූප සටහන.
- ඇමුණුම 8.2.3.3 කාර්ය පත්‍රිකාව
- පෙළපොත

ඉගෙනුම් ඉගැන්වීම් ක්‍රියාවලිය

පියවර 8.2.3.1 :-

- ඇමුණුම 8.2.3.1 චිත්‍රය සිසුනට ප්‍රදර්ශනය කරන්න එය නිරීක්ෂණය කිරීමට අවස්ථාව ලබා දෙන්න.
- පින්තූරයේ දැක්වෙන ළමයා ප්‍රකාශ කරන්නේ මොනවාදැයි සිසුන්ගෙන් විමසන්න.
- සිසු අදහස් පිළිබඳ අවධානය යොමු කරමින් පහත සඳහන් තොරතුරු මතුවන සේ සාකච්ඡාවක් මෙහෙයවන්න.
- දරුවන් හදා වඩා වර්ධනය කිරීමේ සම්පූර්ණ වගකීම පැවරෙන්නේ දෙමාපියන්ට බව

- දරුවන්ට ගෞරවනීය ලෙස ජීවත්වීමට අවශ්‍ය වටපිටාව දෙමාපියන් විසින් සලසා දිය යුතු බව.
- එසේ නොමැති වුවහොත් දරුවන් විවිධ අතවරවලට ලක්වන බව
- දරුවන්ගේ ළමා විය සුරක්ෂිත වීම හා ඵලදායි ව ගත කිරීමට එක්සත් ජාතින්ගේ සංවිධානය මගින් ළමා අයිතිවාසිකම් පිළිබඳ ප්‍රඥප්තියක් සකස් කර ඇති බව
- ළමයෙකු වශයෙන් හිමිවන එම අයිතිවාසිකම් වෙනුවෙන් යුතුකම් ඉටු කළ යුතු බව.

(මිනිත්තු 10)

පියවර 8.2.3.2

- සිසුන් කණ්ඩායම් කරන්න.
- ඇමුණුම 8.2.3.2 සටහන සහ ඇමුණුම 8.2.3.3 කාර්ය පත්‍රිකාව බෙදා දෙන්න.
- සිසුන් ක්‍රියාකාරකමෙහි නිරත කරවන්න.
- කණ්ඩායම් ක්‍රියාකාරිත්වය අධීක්ෂණය කරන්න.

(මිනිත්තු 20)

පියවර 8.2.3.3

- සිසුන්ට තොරතුරු පත්‍රිකා පන්තියට ඉදිරිපත් කිරීමට අවස්ථාව ලබා දෙන්න.
- සිසුන් ඉදිරිපත් කළ අදහස්වල දුබලතා හා ප්‍රබලතා පිළිබඳ අදහස් ඉදිරිපත් කරන්න.
- පහත සඳහන් කරුණු ඉස්මතු වන සේ පාඩම සමාලෝචනය කරන්න.

- දරුවනට උපරිම ගරුත්වයකින් යුතු ව ජීවත් වීමට ඉඩ සලසන වගන්ති සමුහය අයිතිවාසිකම් බව
- සෑම ළමයෙකුට ම ජාති, ආගම් වත්පොහොසත්කම් ආදියෙන් තොර ව අයිතිවාසිකම් භුක්ති විඳීමට අවස්ථාව සැලසිය යුතු බව
- සෑම ළමයෙකුට ම සමානාත්මතාවයෙන් සැලකිය යුතු බව.
- ළමා අයිතිවාසිකම් පිළිබඳ ප්‍රඥප්තියට අනුව සෑම ළමයෙකුට ම, ජීවත්වීමට, සංවර්ධනය වීමට, ආරක්ෂා වීමට හා සහභාගී වීමට අයිතිය ඇති බව
- ළමයෙකු වශයෙන් තමාට අයිතිවාසිකම් හිමිවන විට යුතුකම් ඉටුකළ යුතු බව
- අයිතිවාසිකම් භුක්ති විඳිමින් යුතුකම් ඉටු කිරීම තුළින් සමාජයට වැඩදායි පුරවැසියන් බිහිවන බව

(මිනිත්තු 15)

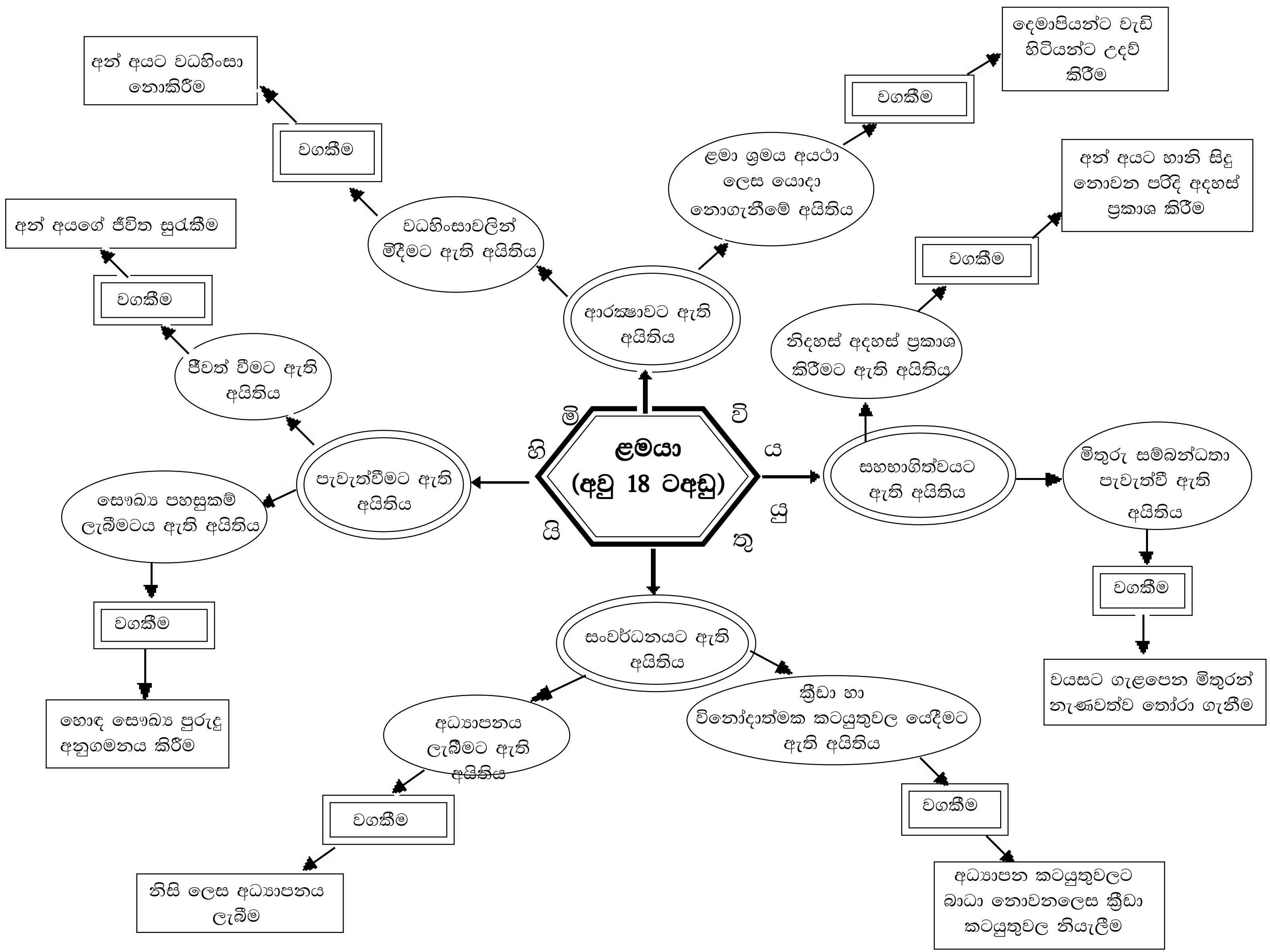
තක්සේරුව හා ඇගයීම :

- ළමා අයිතිවාසිකම් හා යුතුකම් විස්තර කරයි.
- ළමා අයිතිවාසිකම් තුළින් දරුවන්ට ගරුත්වයකින් ජීවත්වීමට ඉඩ සැලසිය හැකි බව පිළිගනියි.
- ළමා අයිතිවාසිකම් හා යුතුකම් වගගත කරයි.
- කණ්ඩායම තුළ සහයෝගයෙන් කටයුතු කරයි.
- සමාජයේ යහපැවැත්මට දායකවන අයුරින් ජීවිතය හැඩ ගස්වා ගනියි.

ඇමුණුම 8.2.3.1

අනිවාර්ය පාසල් අධ්‍යාපනය මට අහිමිවිය
යහලුවන් සමග සෙල්ලම් කිරීමට මට අයිතියක් නැත
දෙමාපිය සෙනෙහස මට භුක්ති විඳීමට ඉඩ කඩ නැත
කුස පිරෙන්නට මට ආහාර ලැබෙන්නේ නැත
ආදරය කරුණාව මට අහිමි විය

ඇමුණුම 8.2.3.2


ළමයා
(අවු 18 ටඅඩු)
හිමිකම්
අයිතිවාසිකම් ... (corner letters: හි, මි, ක, වි, ය, යු, තු, යි)
ආරක්ෂාවට ඇති අයිතිය
වධහිංසාවලින් මිදීමට ඇති අයිතිය
වගකීම
අන් අයට වධහිංසා නොකිරීම
ළමා ශ්‍රමය අයථා ලෙස යොදා නොගැනීමේ අයිතිය
වගකීම
දෙමාපියන්ට වැඩිහිටියන්ට උදව් කිරීම
පැවැත්වීමට ඇති අයිතිය
ජීවත් වීමට ඇති අයිතිය
වගකීම
අන් අයගේ ජීවිත සුරැකීම
සෞඛ්‍ය පහසුකම් ලැබීමටය ඇති අයිතිය
වගකීම
හොඳ සෞඛ්‍ය පුරුදු අනුගමනය කිරීම
සහභාගිත්වයට ඇති අයිතිය
නිදහස් අදහස් ප්‍රකාශ කිරීමට ඇති අයිතිය
වගකීම
අන් අයට හානි සිදු නොවන පරිදි අදහස් ප්‍රකාශ කිරීම
මිතුරු සම්බන්ධතා පැවැත්වී ඇති අයිතිය
වගකීම
වයසට ගැළපෙන මිතුරන් නැණවත්ව තෝරා ගැනීම
සංවර්ධනයට ඇති අයිතිය
අධ්‍යාපනය ලැබීමට ඇති අයිතිය
වගකීම
නිසි ලෙස අධ්‍යාපනය ලැබීම
ක්‍රීඩා හා විනෝදාත්මක කටයුතුවල යෙදීමට ඇති අයිතිය
වගකීම
අධ්‍යාපන කටයුතුවලට බාධා නොවනලෙස ක්‍රීඩා කටයුතුවල නියැලීම

ඇමුණුම 8.2.3.3 කාර්ය පත්‍රිකාව

කණ්ඩායම - 1

ඔබ කණ්ඩායමට පැවරෙන්නේ ඇමුණුම 8.2.3.2 රූප සටහන ඇසුරෙන් ළමයෙකු වශයෙන් හිමිවන අයිතිවාසිකම් හා ඉටුවිය යුතු යුතුකම් වගුගත කිරීමයි.

කණ්ඩායම - 2

ඔබ කණ්ඩායමට පැවරෙන්නේ පාසලේ සංවර්ධනය සඳහා ඔබෙන් ඉටුවිය යුතු යුතුකම් ලැයිස්තුවක් සකස් කිරීමයි.

කණ්ඩායම - 3

සමාජයක පුරවැසියකු ලෙස ඔබ සතු යුතුකම් හා අයිතිවාසිකම් ලැයිස්තුවක් පහත දැක්වේ. ඒ ඇසුරෙන් යුතුකම් හා අයිතිවාසිකම් වෙන් කර දක්වන්න.

- පොදු දේපල ආරක්ෂා කිරීම
- පොදු දේපල පරිහරණය කිරීම
- දෙමාපිය රැකවරණය ලැබීම
- දෙමාපියන්ට ගරු කිරීම
- හොඳ සෞඛ්‍ය පුරුදු අනුගමනය කිරීම
- අධ්‍යාපනය ලැබීමට ඇති අයිතිය
- නිසි ලෙස අධ්‍යාපනය ලැබීම.
- පොදු සමාජ කටයුතු සඳහා ඉදිරිපත්ව සහයෝගය දැක්වීම
- අසරණයන් ප්‍රතික්ෂේප නොකිරීම
- රැකියාවක් කිරීමට ඉඩ ප්‍රස්ථා තිබීම.
- නීති විරෝධි රැකියාවක් කිරීමෙන් වැළකී සිටීම.
- නිසි පෝෂණය හා කුස පිරෙන්නට ආහාර ලැබීම
- විවේකය ගත කිරීමේ නිදහස
- කායික හා මානසික සංවර්ධනය සඳහා පහසුකම් ලබා ගැනීම
- ආදරය හා කරුණාව ලබා ගැනීම
- අන්‍යයන්ගේ නිදහසට බාධා නොකිරීම

යුතුකම්	අයිතිවාසිකම්

කණ්ඩායම - 4

ඔබ කණ්ඩායමට පැවරෙන්නේ සමාජයේ යහපැවැත්මට ප්‍රජාතන්ත්‍රවාදී ජීවන රටාව හේතු වන ආකාරය පිළිබඳ කෙටි විස්තරයක් සැපයීමයි.

8.3 බහු සංස්කෘතික ජන සමාජය

හැඳින්වීම

අතීතයේ සිට වරින්වර මෙරටට පැමිණි සංක්‍රමණිකයන් හා ආක්‍රමණිකයන් ද වෙළෙඳාම සඳහා පැමිණි විවිධ ජාතීන්ට අයත් වෙළෙඳුන් ඇතුළු පිරිස් ද ශ්‍රී ලංකාවේ විවිධ ප්‍රදේශවල පදිංචි වීමෙන් විවිධ සංස්කෘතික ලක්ෂණවලින් හෙබි සමාජයක් බිහි විය.

බෞද්ධ, හින්දු, ඉස්ලාම්, ක්‍රිස්තියානි යන ආගම්වල ආගමනය ද හේතු කොට ගෙන සංස්කෘතික වශයෙන් ඇති වූ විවිධත්වය තවදුරටත් වර්ධනය විය.

සංස්කෘතික විවිධත්වයකින් යුත් බොහෝ රටවල් එම විවිධත්වය ප්‍රයෝජනවත් ලෙස උපයෝගී කර ගනිමින් තම රටවල් සංවර්ධනය කිරීමට උත්සාහ ගන්නා ආකාරය දැකිය හැකි ය.

මෙම ඒකකයෙහි අරමුණ වන්නේ බහු සංස්කෘතික ජන සමාජයක් යන්නෙන් අදහස් කරන්නේ කුමක් දැයි හඳුන්වා දෙමින් ශ්‍රී ලාංකික සමාජය තුළ බහු සංස්කෘතික තත්ත්වයක් නිර්මාණය වීමට බලපෑ හේතු සාධක අවබෝධ කර දීම යි. එසේ ම එවැනි ජන සමාජයක අන්තර් සබඳතා ඇති කර ගත හැකි මාර්ග පිළිබඳ අවබෝධයක් ලබා දීමත්, යහපත් පුරවැසියෙකු ලෙස ජීවත්වීමට අවශ්‍ය නිපුණතා සංවර්ධනය කිරීමත් තවදුරටත් අපේක්ෂා කෙරේ.

නිපුණතාව :- බහු සංස්කෘතික ජන සමාජයක යහපත් පුරවැසියෙකු ලෙස ජීවත් වෙයි.

නිපුණතා මට්ටම් :-

- බහු සංස්කෘතික ජන සමාජයක අංග ලක්ෂණ විශ්ලේෂණය කරයි.
- සංස්කෘතික විවිධත්වය තුළ සමගියෙන් හා සහජීවනයෙන් කටයුතු කරයි.
- සංස්කෘතික විවිධත්වය සංවර්ධන ක්‍රියාවලියේ දී යොදා ගත හැකි ආකාරය ගවේෂණය කරයි.

විෂය අන්තර්ගතය :- බහු සංස්කෘතික ජන සමාජය හැඳින්වීම

- යම් සමාජයක් තුළ වාර්ගික, ආගමික, භාෂා, කලා ප්‍රාදේශීය,වර්ණ, ඇදහිලි, විශ්වාස වශයෙන්. විවිධත්වයක් සහිත සංස්කෘතීන් ඇතුළත් සමාජය බහු සංස්කෘතික සමාජයක් ලෙස හැඳින්විය හැකි ය.

බහු සංස්කෘතික ජන සමාජයක ලක්ෂණ

- විවිධ ජන වර්ග ජීවත්වීම
  උදා:- ශ්‍රී ලංකාවේ සිංහල, දෙමළ, මුස්ලිම්, බර්ගර් වැනි ජන වර්ග

- විවිධ ආගම් අදහන පුද්ගලයන් සිටීම.
  උදා:-ශ්‍රී ලංකාවේ බෞද්ධ, හින්දු, ඉස්ලාම් වැනි ආගම් දක්නට ලැබීම.
- විවිධ භාෂා කතා කරන පුද්ගලයින් සිටීම.
  උදා:- ශ්‍රී ලංකාවේ සිංහල, දෙමළ, ඉංග්‍රිසි, මැලේ වැනි භාෂා කතා කිරීම.

විවිධ සිරිත් විරිත්

උදා*:-

* බෞද්ධ සිරිත් විරිත් හා සම්ප්‍රදායන්
* හින්දු සිරිත් විරිත් හා සම්ප්‍රදායන්
* ඉස්ලාම් සිරිත් විරිත් හා සම්ප්‍රදායන්
* ක්‍රිස්තියානි සිරිත් විරිත් හා සම්ප්‍රදායන්
* ප්‍රාදේශීය වශයෙන් පවතින සිරිත් විරිත්
* විවිධ ජන වර්ග සම්බන්ධ සිරිත් විරිත්

ශ්‍රී ලංකාවේ සංස්කෘතික විවිධත්වය

- ජන වර්ගය
  * සිංහල
  * දෙමළ
  * මුස්ලිම්
  * බර්ගර්
  * වෙනත්

- භාෂා
  * සිංහල
  * දෙමළ
  * ඉංග්‍රිසි
  * මැලේ

- ආගම්
  * බෞද්ධ
  * හින්දු
  * ඉස්ලාම්
  * රෝමානු කතෝලික/ ක්‍රිස්තියානි
  * වෙනත්

- භාෂා, ආගම්, ජන වර්ග අනුගමනය කරන සිරිත් විරිත්, සම්ප්‍රදායන් අනුව සංස්කෘතික විවිධත්වයක් ඇති වේ.
- විවිධත්වය තුළ සහජීවනයෙන් කටයුතු කිරීම
- රටේ සංවර්ධනයට සෑම ජන වර්ගයක් ම සහභාගීවීම
- එකම ප්‍රදේශයක විවිධ ජන වර්ග සහයෝගයෙන් ජීවත් වීම
- විවිධ සංස්කෘතීන් පිළිගන්නා ජන කණ්ඩායම් අතර ආවාහ විවාහ සිදුවීම. ස්වාභාවික විපත්වල දී එකිනෙකාට උදව් කර ගැනීම.
- ආගම් භේදයකින් තොරව ඇතැම් ආගමික ස්ථාන විවිධ සංස්කෘතීන්ට අයත් ජන කණ්ඩායම් විසින් ආගමික කටයුතු සඳහා සහභාගී වීම.

  උදා: කතරගම, ශ්‍රී පාදස්ථානය
- ආගම් භේදයකින් තොරව ගීත නිර්මාණය, ගීත ගායනා කිරීම සහ අනෙකුත් සෞන්දර්යාත්මක කටයුතු වල නිරත වීම.
- විවිධ සංස්කෘතික සම්ප්‍රදායන් සිරිත් විරිත් හා උත්සව

විවිධ ආගම්

බෞද්ධ		ක්‍රිස්තියානි		ඉස්ලාම්		හින්දු	
උත්සව	නත්තල්	සිරිත්	සිරිත්	උත්සව	සිරිත	උත්සවය	සිරිත්
වෙසක්	මහ	තොරණ	යාඥා	රාමසන්	නව සඳ	දීපාවලි	....
	සිකුරාදා	ඉදිකිරීම	කිරීම		බැලීම		....
	පාස්කු	දන්සැල් දීම		නබිතුමාගේ	උපවාසය		....
	ඉරිදා	සිල් සමාදන්		හජ්ජි	දානය දීම	තෛපොංගල්	....
	....	වීම		උත්සවය	....	මහශිව	....
පොසොන්	....	....	....	....	....	රාත්‍රි	....
ඇසල	....	....	....	....	....	....	....
	....		....	....	....	....	....
පෝය දින	....	....	....	....	....	....	....
	....		....	....	....	....	....
කඨින	....	....	....	....	....	....	....
පිංකම		....	....	....			

විවිධ ජන වර්ග හා බැඳුණු සිරිත් විරිත්

උදා :-

* ඉදුල් කට ගෑම
* අකුරු කියවීම
* මල්වර වීම
* විවාහ මංගල අවස්ථා
* අවමංගල අවස්ථා
* නව නිවසක් ඉදිකිරීම
* නව නිවසකට ගෙවදීම

(ජන වර්ග හා ආගම් අනුව අනුගමනය කරන චාරිත්‍ර වාරිත්‍ර වෙනස්වෙයි. එබැවින් විවිධ ජන කොටස් අනුගමනය කරන සිරිත් විරිත් පිළිබඳ අවබෝධය ලබා ගැනීම වැදගත් වෙයි.)

සිරිත් විරිත් හා සම්ප්‍රදායන් හි වැදගත්කම

- එක් එක් සංස්කෘතීන්ගේ අනන්‍යතාව තහවුරු වීම.
- එක් එක් සංස්කෘතික අංග පිලිබඳ ව අවබෝධය ලබා ගැනීම.
- අන්‍යෝන්‍ය අවබෝධය නිසා ගැටුම් අවම වීම.
- ජන කොටස් අතර සමගිය තහවුරු කිරීම.

8.3.1 ක්‍රියාකාරකම

නිපුණතාව :- බහු සංස්කෘතික ජන සමාජයක යහපත් පුරවැසියකු ලෙස ජීවත් වෙයි.

නිපුණතා මට්ටම :- බහු සංස්කෘතික ජන සමාජයක අංග ලක්ෂණ විග්‍රහ කරයි.

ක්‍රියාකාරකම :- " විවිධත්වයේ විසිතුරුබව දකිමු"

කාලය :- මිනිත්තු 40 යි

ගුණාත්මක යෙදවුම්

- ඇමුණුම 8.3.1.1 පින්තූරය
- ඇමුණුම 8.3.1.2 කාර්ය පත්‍රිකාවේ පිටපත්
- කඩදාසි, පැන්

ඉගෙනුම් ඉගැන්වීම් ක්‍රියාවලිය :-

පියවර 8.3.1.1

- ඇමුණුම 8.3.1.1. පින්තූරය පංතියට ඉදිරිපත් කරන්න.
- පින්තූරයේ දර්ශනය අනුසාරයෙන් පහත කරුණු මතු වනසේ සාකච්ජාවක් මෙහෙයවන්න.

> - මල් වත්තක විවිධ වර්ණ වර්ග, හැඩ, සුවඳ තිබෙන මල් තිබෙන්නා සේම මිනිස් සමාජය තුළ ද - විවිධ ජන කණ්ඩායම් සිටින බව.
> - එක් එක් ජන කණ්ඩායම්වලට ආවේණික භාෂා, ගති පැවතුම් සිරිත් විරිත් ඇති බව.
> - මිනිස් සමාජය බහු සංස්කෘතික ලක්ෂණ වලින් යුක්ත බව.

(මිනිත්තු 05)

පියවර 8.3.1.2

- සිසුන් සුදුසු පරිදි කණ්ඩායම් කීපයකට බෙදන්න.
- ඇමුණුම 8.3.1.2 කාර්ය පත්‍රිකාව කණ්ඩායම් අතර බෙදා දෙන්න.
- සිසුන්, කණ්ඩායම් ක්‍රියාකාරකමේ නිරත කරවන්න.

(මිනිත්තු 15)

පියවර 8.3.1.3 :-

- කණ්ඩායම් වාර්තා පංතියට ඉදිරිපත් කරවන්න.
- සෙසු කණ්ඩායම්වල සංවර්ධනාත්මක යෝජනා විමසන්න.
- පහත කරුණු මතු වන සේ සමාලෝචනයක යෙදෙන්න.

• සමාජය තුළ විවිධත්වය තිබෙන බව. • සමාජය තුළ විවිධ ආගම් අදහන, විවිධ භාෂා කතා කරන, විවිධ සිරිත් විරිත් අනුගමනය කරන ජන වර්ග සිටින බව. • එබඳු සමාජයක් බහු සංස්කෘතික ජන සමාජයක් ලෙස හඳුන්වන බව. • සංස්කෘතික විවිධත්වය නිසා එක් එක් ජනවර්ගයේ අනන්‍යතාවයක් පවතින බව. • මෙම විවිධත්වය අප විසින් පිළිගත යුතු බව.

(මිනිත්තු 20)

තක්සේරුව හා ඇගයීම :

- බහු සංස්කෘතික ජන සමාජයක ලක්ෂණ නම් කරයි.
- අන්‍ය සංස්කෘතීන්ට ගරු කිරීමට පෙළඹෙයි.
- එක් එක් සංස්කෘතීන්ට අදාළ ආගමික උත්සව හා සිරිත් විරිත් වෙන්කර දක්වයි.
- බහු සංස්කෘතික ජන සමාජයේ සාමාජිකයකු වශයෙන් සහයෝගයෙන් කටයුතු කරයි.
- විවිධත්වය පිළිගනිමින් සහජීවනයෙන් කටයුතු කිරීමට තමා ආශ්‍රිත සමාජය මෙහෙයවයි.

ඇමුණුම 8.3.1.1

ඇමුණුම 8.3.1.3

බහු සංස්කෘතික සමාජයක ජීවත්වන ජනතාවගේ සිරිත් විරිත් ඇසුරින් පහත වගුව සම්පූර්ණ කරන්න. (උදාහරණයක් සපයා ඇත.)

ආගම	උත්සව	සිරිත් විරිත්
බෞද්ධ	වෙසක් පොසොන් ඇසල	සිල් සමාදන්වීම, තොරණ ඉදිකිරීම, දන්සල් දීම.
ක්‍රිස්තියානි	නත්තල් මහාසිකුරාදා පාස්කු ඉරිදා	....
ඉස්ලාම්	රාමසන් හජ්ජි නබීනායකතුමාගේ උපන්දිනය	....
හින්දු	දීපවාලි තෛපොංගල්. මහාශිවරාත්‍රි	....

8.3.2 ක්‍රියාකාරකම

නිපුණතාව :- බහු සංස්කෘතික ජන සමාජයක යහපත් පුරවැසියෙකු ලෙස ජීවත්වෙයි.

නිපුණතා මට්ටම :- සංස්කෘතික විවිධත්වය තුළ සමගියෙන් සහ සහජීවනයෙන් කටයුතු කරයි.

ක්‍රියාකාරකම :- "විවිධත්වය තුළ එකමුතු ව කටයුතු කරමු"

කාලය :- මිනිත්තු 40 යි

ගුණාත්මක යෙදවුම්

- ඇමුණුම 8.3.2.1 උපදෙස් මාලාව
- ඇමුණුම 8.3.2.2 කාර්ය පත්‍රිකාව අවශ්‍ය පිටපත්
- කඩදාසි, පෑන්

ඉගෙනුම් ඉගැන්වීම් ක්‍රියාවලිය :-

පියවර 8.3.2.1

- ඇමුණුම 8.3.2.1 උපදෙස් මාලාව අනුව ශිෂ්‍යයින් ක්‍රියාකාරී කරවන්න

- ඒ ඇසුරින් පහත කරුණු මතු වන සේ සාකච්ඡාවක මෙහෙයවන්න.

- සමාජය තුළ ද විවිධත්වය පවතින බව.
- එම විවිධ ජන කණ්ඩායම් සමගියෙන් කටයුතු කළ යුතු බව
- සමගියෙන් සහජීවනයෙන් කටයුතු කිරීමෙන් මහත් ශක්තියක් ඇති වන බව.

(මිනිත්තු 10)

පියවර 8.3.2.2 :-

- සිසුන් සුදුසු පරිදි කණ්ඩායම් කරන්න.
- ඇමුණුම 8.3.2.2 කාර්ය පත්‍රිකාව කණ්ඩායම් අතර බෙදා දෙන්න.
- සිසුන් කණ්ඩායම් ක්‍රියාකාරකමෙහි නිරත කරවන්න.

(මිනිත්තු 10 යි)

පියවර 8.3.2.3 :-

- කණ්ඩායම් වාර්තා පංතියට ඉදිරිපත් කරවන්න.
- සෙසු කණ්ඩායම්වල සංවර්ධනාත්මක යෝජනා විමසන්න.
- පහත කරුණු මතු වන සේ සමාලෝචනයක යෙදෙන්න.

- ශ්‍රී ලංකාවට නිදහස ලබා ගැනීමේ දී සිංහල, දෙමළ, මුස්ලිම් යන සියලු ජන කොටස් එක් ව කටයුතු කළ බව
- එක් ව ජීවත්වීම තුළින් අන්‍යොන්‍ය අවබෝධය ඇති වන බව
- අන්‍යොන්‍ය අවබෝධය නිසා ගැටුම් අවම වන බව
- ඒ තුළින් ජන කොටස් අතර සමගිය තහවුරු වන බව
- ඉහත සියලු අංගවල එකතුවෙන් රටේ සංවර්ධනය ඇති වන බව

(මිනිත්තු 20)

තක්සේරුව හා ඇගයීම :

- විවිධ ජන කණ්ඩායම් සමගියෙන් කටයුතු කරන අවස්ථා නම් කරයි.
- බහු සංස්කෘතික ජන සමාජයක් තුළ සමගියෙන් හා සහයෝගයෙන් ජීවත්වීමේ වැදගත්කම අගය කරයි.
- ශ්‍රී ලංකාවට නිදහස ලබා ගැනීමේ දී පුරෝගාමී වූ විවිධ ජන වර්ගයන්ට අයත් නායකයින් පිළිබඳ තොරතුරු රැස් කරයි.
  ජන වර්ග අතර විවිධත්වය පිළිගනිමින් සහයෝගයෙන් කටයුතු කරයි.
- යහපත් පුරවැසියෙකු ලෙස සමාජ දියුණුවට දායක වෙයි.

ඇමුණුම 8.3.2.1

පහත උපදෙස් මාලාව අනුව ශිෂ්‍යයින් මෙහෙයවන්න.

- සිසුන්ගේ පොත් බෑග්වලට සියලු පොත් දමා මේසය මතින් තැබීමට උපදෙස් දෙන්න.
- ඔවුන්ගේ දකුණු අතේ එක් ඇඟිල්ලකින් බෑගය ඔසවන ලෙස ඔවුන්ට කියන්න.
- අනතුරුව අතේ ඇඟිලි පහම භාවිත කර බෑගය ඔසවන ලෙස ඔවුන්ට කියන්න.
- මේ ක්‍රම දෙකෙන් වඩා පහසු කුමන ක්‍රමයදැයි විමසා බලන්න.

ඇමුණුම 8.3.2.2

ශ්‍රීලංකාවට නිදහස ලබා ගැනීම සඳහා පුරෝගාමීව ක්‍රියා කළ නායකයන් පිළිබඳ තොරතුරු සොයා බලා එම වාර්තා කෙටියෙන් පහත වගුවට ඇතුළත් කරන්න.

සිංහල නායකයන්	ඉටුකළ කාර්යයන්	ද්‍රවිඩ නායකයන්	ඉටුකළ කාර්යයන්	මුස්ලිම් නායකයන්	ඉටුකළ කාර්යයන්

8.4 කාලීන ගැටලු

හැඳින්වීම

කාලීන ගැටලු නම් වු මෙම ඒකකයෙන් විශේෂ අවධානය යොමු කරනුයේ වරින් වර මිනිස් ජීවිතයේ පැවැත්මට අභියෝග වන ස්වාභාවික විපත් හා අනතුරු පිළිබඳ ව ය. මේවා ස්වාභාවික විපත් හා මිනිස් ක්‍රියාකාරකම් නිසා ඇති වන විපත් වශයෙන් ප්‍රධාන කොටස් දෙකකට බෙදිය හැකි ය. පෘථිවි අභ්‍යන්තරයේ ඇති වන භෞතික ක්‍රියාවලියේ ප්‍රතිඵලයක් ලෙස භූ චලන, භූමිකම්පා, සුනාමි වැනි ස්වාභාවික විපත් ඇති විය හැකි ය.

කාලගුණික හා දේශගුණික විපර්යාස නිසා ගංවතුර, ජල ගැලීම්, නියඟ අකුණු වැනි විපත් සිදුවිය හැකි අතර මිනිස් ක්‍රියාකාරකම්වල ප්‍රතිඵල ද මේවා ට හේතු විය හැකි ය. මේ විපත් හා අනතුරු පිළිබඳ ව සිසුන් දැනුවත් කොට එම විපත්වලින් හා අනතුරුවලින් ආරක්ෂා වීමට හුරු පුරුදු කිරීම වැදගත් වේ.

එමෙන් ම මාර්ග අනතුරු, රසායනික ද්‍රව්‍ය නිසා ඇති වන විපත් හා අනතුරු ඍජු ව ම මිනිස් ක්‍රියාකාරකම් හා සම්බන්ධ වේ. මිනිසාගේ නොසැලකිල්ල හා නොදැනුවත්කම මේ අනතුරු වැඩිවීමට ප්‍රබල ලෙස බලපායි. එබැවින් මාර්ග අනතුරුවලින් වැළකී සිටීම හා රසායනික ද්‍රව්‍ය පරිහරණය පිළිබඳ ව දැනුවත් කිරීම ද මෙම ඒකකය අධ්‍යයනය කිරීමෙන් අපේක්ෂා කෙරේ.

නිපුණතාව :- ජීවිතයේ පැවැත්මට බලපාන ස්වාභාවික විපත් හා අනතුරු වළක්වා ගැනීම පිළිබඳ ක්‍රියාකාරී වෙයි.

නිපුණතා මට්ටම :-

- විපත් හා අනතුරු හඳුනා ගෙන ඒවා අවම කිරීමට දායක වෙයි.
- මාර්ග නීතිරීති පිළිපදිමින් අනතුරු අවම කර ගනියි.
- රසායනික ද්‍රව්‍ය භාවිතය මගින් සිදුවිය හැකි අනතුරු හඳුනා ගෙන ඒවා අවම කිරීමට දායක වෙයි.

විෂය අන්තර්ගතය :-

- ස්වාභාවික විපත් හා මිනිස් ක්‍රියාකාරකම් හේතු කොට ගෙන ඇති වන විපත්
- ස්වාභාවික විපත් හැඳින්වීම
  පෘථිවිය හා එහි අවට පරිසරයේ ඇතිවන ස්වාභාවික තත්ත්වයන් ගේ අන්තගාමී ස්වභාවයන් නිසා ඇති වන්නා වු තත්වයන් ස්වාභාවික විපත් වේ.
  උදා:- භූමි කම්පා / සුනාමි / නායයෑම් / ගංවතුර/ කුණාටු

- ස්වාභාවික විපත් නිසා සිදුවන හානි
  * ජීවිත හානි
  * දේපල හානි

- ස්වාභාවික විපත් ඇති වීමට හා ඉන් සිදුවන හානි උත්සන්න වීමට බලපාන මිනිස් ක්‍රියාකාරකම්

  * වන විනාශය
  * ගංගා වලින් වැලි ගොඩ දැමීම
  * කොරල්පර කැඩීම
  * පතල් කැනීම
  * අනිසි ලෙස පහත් බිම් ගොඩ කිරීම
  * දිරාපත් නොවන ද්‍රව්‍ය අනිසි ලෙස බැහැර කිරීම.

- විපත්වලින් වන හානි අවම කර ගැනීමට ගතයුතු ක්‍රියාමාර්ග
  * සන්සුන් ව කටයුතු කිරීම
  * විපතට පත්වුවන් බේරා ගැනීම
  * නිවැරදි ප්‍රථමාධාර දීම
  * විපතට පත්වුවන් හා ඔවුන්ගේ දේපල ආරක්ෂා කිරීම
  * අදාළ ස්ථානවලට දැනුම් දීම
    උදා:- පොලීසිය , රෝහල
  * විපතේ ස්වාභාවය හඳුනා ගෙන ඉන් සිදුවිය හැකි හානිවලින් වැලකීමට සුදුසු ක්‍රියාමාර්ග අනුගමනය කිරීම.
  * අනතුරක් සිදුවන බව දැනෙනවිට අදාළ ස්ථාන හා අවට පුද්ගලයන් දැනුවත් කිරීම.
  * ආපදාව සිදුවන හා සිදුවූ ස්ථානවලින් වහාම ඉවත් වීම.
  * ඉදිරියේ ආපදා සිදු නොවන බව තහවුරු වූ පසු අනතුරුට පත්වුවන්ට අවස්ථාවෝචිත ව සහයෝගය දැක්වීම.
  * අනතුරට පත් වූ අය සම්බන්ධ ව මානුෂිකත්වයෙන් යුතු ව කටයුතු කිරීම.
  * අනතුරු වැලැක්වීම හා අනතුරකින් සිදුවන හානි අවම කිරීමට අවශ්‍ය සේවා සපයන ආයතනවලට යොමු කිරීම.

- මාර්ග අනතුරු

- මාර්ග අනතුරුවලට හේතු

  - රියදුරන් අතින් සිදුවන වැරදි
    උදා :- අධික වේගයෙන් රිය පැදවීම, බීමතින් රිය පැදවීම, නොසැලකිලිමත් බව, මාර්ග සංඥා නිසි පරිදි භාවිත නොකිරීම හා නොදැනුවත්කම, මාර්ගය භාවිතයේ දී ආචාරශීලී නොවීම.

  - පදිකයන් අතින් සිදුවන වැරදි
    උදා :- මාර්ග නීති නිසි ලෙස නොපිළිපැදීම, කණ්ඩායම් වශයෙන් මහමඟ ගමන් කිරීම.
    නොසැලකිලිමත්කම.
    මහමඟ ගමන් කිරීමේ දී පදිකමාරු හා පදික වේදිකා තිබුණ ද, ඒවා නිසිපරිදි භාවිත නොකිරීම.
  - මාර්ගවල තත්ත්වය
    උදා :- මාර්ග නිසි පරිදි නඩත්තු නොකිරීම
    වාහන සංඛ්‍යාව වැඩි වීමේ වේගයට සාපේක්ෂව මාර්ග සංවර්ධනය නොකිරීම
  - වාහනවල තත්ත්වය
    උදා :- අබලන් වාහන ධාවනයට යෙදවීම
    නිසිපරිදි වාහන නඩත්තු නොකිරීම

  - වෙනත් හේතු
    උදා :- ගස් වැටීම / ගල් පෙරලීම / සතුන් හා ගැටීම.

- මාර්ග අනතුරු වළක්වා ගැනීම සඳහා අනුගමනය කළ යුතු ක්‍රියාමාර්ග

  * මාර්ග නීති නිසි පරිදි ක්‍රියාත්මක කිරීම
  * රියදුරන් / මගීන් දැනුවත් කිරීම
  * මාර්ග නීති පිළිපැදීම පිළිබඳ ව පදිකයන් දැනුවත් කිරීම
  * මාර්ග නිසි පරිදි නඩත්තු කිරීම සඳහා අදාළ අංශ දැනුවත් කිරීම
  * යෝග්‍යතාවයෙන් තොර වාහන ධාවනයෙන් ඉවත් කිරීම
  * විධිමත් පුහුණුවක් ලබා ගැනීමෙන් අනතුරුව පමණක් රියදුරු බලපත්‍ර ලබා දීම.
  * රියදුරන්ගේ හා වාහන පිළිබඳ යෝග්‍යතා පරීක්ෂණ පැවැත්වීම.

අනතුරු සිදු වූ අවස්ථාවක දී ක්‍රියාකළ යුතු ආකාරය

* රියදුරන්
    - වහා රථය නතර කිරීම
    - තුවාලකරුවන් වෙතොත් වහා රෝහලට රැගෙන යාම සඳහා කටයුතු කිරීම.
    - අනතුරු පිළිබඳ ව පොලීසියට දැනුම් දීම

* මගීන් හා ජනතාව

    - තුවාල වූ අය සිටීනම් රෝහලට ගෙන යාමට උදව් දීම
    - ඇසින් දුටු තොරතුරු පමණක් සාක්ෂි වශයෙන් ඉදිරිපත් කිරීම.
    - අනතුර ට හේතු වූ රථයට අලාභානි සිදු නොකිරීම
    - අනතුරු පිළිබඳ පරීක්ෂා කිරීමට හැකි සහය ලබා දීම

* පොලීසිය
    - අපක්ෂපාතී ව ක්‍රියා කිරීම
    - අදාළ සැකකරුවන් අධිකරණය වෙත ඉදිරිපත් කිරීම
    - ඊට අදාළ ව නීතියානුකූල ව කටයුතු කිරීම.

- **රසායන ද්‍රව්‍ය භාවිතය හා සම්බන්ධ අනතුරු**

    * රසායනික ද්‍රව්‍ය භාවිත කරන අවස්ථා

        - නිවසේ සිටින මැසි මදුරුවන් වැනි කෘමි සතුන් මර්ධනය කිරීම සඳහා
        - සනීපාරක්ෂක කටයුතු සඳහා
        - ගෙවතු වගා කටයුතු සඳහා පළිබෝධ නාශක වශයෙන්
        - ගොවිතැන් කටයුතු සඳහා රසායනික පොහොර පළිබෝධ නාශක, කෘමිනාශක යෙදීම වශයෙන්
        - කර්මාන්ත ශාලාවල අමු ද්‍රව්‍යයක් වශයෙන්

- රසායනික ද්‍රව්‍යවලින් අනතුරු සිදුවිය හැකි අයුරු

    * නිවසේ දී
        - අනාරක්ෂිත ලෙස ගබඩා කර තැබීම.
        - ආහාර ද්‍රව්‍ය සමඟ එකම ස්ථානයක ගබඩා කර තැබීම.
        - ලේබල් නිසි පරිදි ප්‍රදර්ශනය නොකිරීම.
        - කුඩා ළමුන්ට හසුවන සේ තැබීම.

* කෘෂිකාර්මික කටයුතු වල දී
    - භාවිතය සම්බන්ධයෙන් සපයන උපදෙස් නොපිළිපැදීම
    - නිසි පරිදි සාන්ද්‍රණය නොකිරීම
    - හිස් බෝතල් හා ඉතිරි රසායන ද්‍රව්‍ය ජලයට බැහැර කිරීම

* අනතුරක් සිදු වූ අවස්ථාවක දි ගත යුතු ක්‍රියාමාර්ග

    - අනතුරට හේතුව නිසි පරිදි හඳුනා ගැනීම
    - සුදුසු පරිදි ප්‍රථමාධාර සැපයීම
    - හැකි ඉක්මනින් වෛද්‍ය ප්‍රතිකාර ලබාදීම

* අනතුරු වළක්වා ගැනීම සඳහා ගත හැකි ක්‍රියාමාර්ග
    - ආරක්ෂිත ලෙස ගබඩා කිරීම
    - කුඩා ළමුන්ට හසු නොවන ස්ථානවල තැබීම
    - භාවිත කරන විට අවශ්‍ය ආරක්ෂිත ආවරණ පැළඳීම
      උදා :- මුකවාඩම්, අත්වැසුම් වැනි
    - භාවිතයට පෙර උපදෙස් කියවා අවබෝධ කර ගැනීම හා උපදෙස් පිළිපැදීම.
    - භාවිතයෙන් පසු අත් පා පිරිසිදු කිරීම
    - හිස් බෝතල් වැනි දෑ නිසි පරිදි බැහැර කිරීම
    - රසායනික ද්‍රව්‍ය ඉසීම වැනි කාර්යයන්ට භාවිත කරන ලද උපකරණ ජලාශ, ගංගා වැනි ස්ථානවල නොසේදීම

8.4.1 ක්‍රියාකාරකම

නිපුණතාව :- ජන සමාජයේ සුරක්ෂිත පැවැත්ම සඳහා ක්‍රියාකාරීව කටයුතු කරයි.

නිපුණතා මට්ටම :- විපත් හා අනතුරු හඳුනා ගෙන ඒවා අවම කිරීමට දායක වෙයි.

ක්‍රියාකාරකම 8.4.1 :- "සොබාදහම සුරකිමින් විපත් අනතුරු වළකා ගැනීම"

කාලය :- මිනිත්තු 40 යි

ගුණාත්මක යෙදවුම් :-
- සුනාමි, ගංවතුර, කුණාටු වැනි විපත්තිදායක තත්වයන් ඇතුළත් පින්තූරයක් හෝ වාර්තාවක් සපයා ගන්න
- ඇමුණුම 8.4.1.1
- ලියන කඩදාසි, පෑන්

ඉගෙනුම් ඉගැන්වීම් ක්‍රියාවලිය

පියවර 8.4.1.1

- ඔබ සපයාගත් පින්තූරය හෝ වාර්තාව සිසුන්ට ඉදිරිපත් කරන්න.
- එහි දැක්වෙන අදහස් සිසුන් හා සාකච්ඡා කරන්න.
- පහත සඳහන් කරුණු මතුවන සේ සාකච්ජාවක යෙදෙන්න.

- ස්වාභාවික ව ම බොහෝ විපත් අනතුරු සිදුවන බව.
- වර්තමානයේ බොහෝ මිනිස් ක්‍රියාකාරකම් ද විපත්වලට හේතු වී ඇති බව.
- මෙකී විපත් සහ අනතුරු මිනිසා ගේ ජීවිතයට තර්ජනයක් බව.

(මිනිත්තු 05)

පියවර 8.4.1.2 :

- සිසුන් කණ්ඩායම් හතරකට බෙදන්න.
- ඇමුණුම 8.4.1.1 කණ්ඩායමකට එක බැගින් බෙදා දෙන්න.
- ඇමුණුමේ සඳහන් මාතෘකා හතර කණ්ඩායම් හතරට එක් මාතෘකාව බැගින් වනසේ පවරන්න.
- කණ්ඩායම් ක්‍රියාකාරීත්වය අතරතුර සිසුනට අවශ්‍ය මග පෙන්වීම් කරන්න.

(මිනිත්තු 20)

පියවර 8.4.1.2

- කණ්ඩායම් හතරට තම පිළිතුරු ඉදිරිපත් කිරීමට අවස්ථාව දෙන්න.
- එක් එක් කණ්ඩායම ඉදිරිපත් කරන ලද සුවිශේෂී කරුණු මතු කරමින් සාකච්ඡා කරන්න.
- පහත කරුණු මතු වන සේ සමාලෝචනයක යෙදෙන්න.

• ස්වාභාවික විපත් සහ මිනිස් ක්‍රියාකාරකම් නිසා ඇති වන විපත් පිළිබඳ ව අප අවබෝධයක් ලබාගත යුතු බව • එවැනි විපත් ඇති වූ අවස්ථාවල මනා සිහියකින් විපතට පත් වූවන්ට සහන සැලසීම සඳහා ක්‍රියාකළ යුතු බව • යහපත් පුරවැසියෙකු ලෙසින් ස්වභාව ධර්මය හා මිනිසා අතර සම්බන්ධතාවය වටහා ගනිමින් සෑම විටම ක්‍රියාකළ යුතු බව

(මිනිත්තු 15)

තක්සේරුව හා ඇගයීම :

- ස්වාභාවික විපත් මෙන්ම මිනිස් ක්‍රියාකාරකම් ඇසුරින් සිදුවන විපත් විස්තර කරයි.
- එවැනි විපත් වළක්වා ගැනීම සඳහා මෙන්ම විපත්තිදායක අවස්ථාවල දී මානුෂික හැඟීමෙන් යුක්ත ව ක්‍රියාශීලි ව කටයුතු කළයුතු බව පිළිගනියි.
- විපත් වළක්වා ගැනීම සඳහා විපත්දායක තත්වයන් ඇති වූ අවස්ථාවල දී ක්‍රියාකළ යුතු ආකාරය ලියා දක්වයි.
- මිනිසා සහ සොබා දහම අතර ඇති සම්බන්ධතාව වටහා ගනිමින් ක්‍රියාකරයි.
- විපත් සිදුවන අවස්ථාවන් වළක්වා ගැනීමට කටයුතු කරන අතර ම එවැනි අවස්ථා වල දී මනා අවබෝධයකින් යුතු ව උදව් උපකාර ලබා දීමට පෙළඹෙයි.

ඇමුණුම 8.4.1.1

- 1. සුනාමි 2. ගංවතුර 3. නායයාම 4. කුණාටු එක් මාතෘකාවක් යටතේ පහත සඳහන් ප්‍රශ්නවලට පිළිතුරු සපයන්න.
  1. එවැනි විපත් නිසා ඇති වූ හානිකර තත්වයන් මොනවාද ?
  2. එවැනි විපත් සිදුවීමෙහි ලා හේතු වන මිනිස් ක්‍රියාකාරකම් මොනවාද?
  3. මෙවැනි විපත් ඇති වුණු අවස්ථාවල දී මිනිසුන් වශයෙන් අප ක්‍රියා කළ යුතු ආකාරය ලියා දක්වන්න.
  4. මෙවැනි විපත් වළක්වා ගැනීම සඳහා අප ක්‍රියා කළ යුත්තේ කෙසේ ද?

8.4.2 ක්‍රියාකාරකම

නිපුණතාව :- ජන සමාජයේ සුරක්ෂිත පැවැත්ම සඳහා ක්‍රියාකාරීව කටයුතු කරයි.

නිපුණතා මට්ටම :- මාර්ග නීති රීති පිළිපදිමින් අනතුරු අවම කර ගනියි.

ක්‍රියාකාරකම :- " මඟ අනතුරු , නිති වළකමු"

කාලය :- මිනිත්තු 40 යි

ගුණාත්මක යෙදවුම් :-

- ඇමුණුම 8.4.2.1ට අදාළ මාර්ග සංඥා පුවරුව
- ඇමුණුම 8.4.2.2 ට අදාළ මාර්ග සංඥා 5 බැගින් වූ පත්‍රිකා 4ක්

ඉගෙනුම් ඉගැන්වීම් ක්‍රියාවලිය :-

පියවර 8.4.2.1

- (ඇමුණුම 8.4.2.1) මාර්ග සංඥා පත්‍රිකාව සිසුන්ට ඉදිරිපත් කරන්න. සිසුන්ට නිතිපතා දක්නට ලැබෙන මාර්ග සංඥා පිළිබඳ විමසමින් පහත කරුණු මතුවන සේ සාකච්ඡාවක යෙදෙන්න.

> - මාර්ග අනතුරු වලක්වා ග ැනීමට මාර්ග සංඥා පිළිබඳ දැනුවත් වීම වැදගත් බව.
> - රියදුරන් මෙන්ම පදිකයන් ද මාර්ග සංඥා පිළිබඳ අවබෝධයෙන් කටයුතු කළ යුතු බව.
> - මාර්ග අනතුරු පිළිනොපැදීම නිසා ජීවිත හානි මෙන්ම දේපල හානි ද සිදුවන බව.

(මිනිත්තු 05)

පියවර 8.4.2.2

- සිසුන් කණ්ඩායම් හතරකට (04) බෙදන්න.
- එක් කණ්ඩායමට මාර්ග සංඥා පහ (05) බැගින් ලැබෙන සේ ඇමුණුම 8.4.2.2 ට අදාළ පත්‍රිකා බෙදන්න.
- එම මාර්ග සංඥා පිළිපදිමින් අනතුරු වළක්වා ගත හැකි අයුරු සඳහන් කරන්නට අවස්ථාව දෙන්න.

(මිනිත්තු 20)

පියවර 8.4.2.3

- කණ්ඩායම් ක්‍රියාකාරකම් ඉදිරිපත් කිරීමට අවස්ථාව දෙන්න.
- එක් කණ්ඩායමක් කරුණු ඉදිරිපත් කළ පසු අනික් කණ්ඩායම් වලට ද ඒ පිළිබඳ ව අදහස් දක්වන්නට ඉඩ ලබා දෙන්න.
- පහත සඳහන් කරුණු මතු වන සේ සමාලෝචනයක යෙදෙන්න.

• රියදුරන් මෙන්ම පදිකයන් ද මාර්ග සංඥා පිළිපැදිය යුතු බව.
• මාර්ග සංඥා පිළිනොපැදීම අනතුරු සිදුවීම සඳහා බොහෝ විට හේතු වන බව.
• මාර්ග සංඥා පිළිබඳ ව මහජනයා දැනුවත් කිරීම සඳහා නිසි පියවර ගත යුතු බව.
• මාර්ග සංඥා පිළිබඳ ව නීති කඩකරන්නන්ට විරුද්ධ ව නිසි පියවර යටතේ නීතිමය දඬුවම් ලබාදිය යුතු බව. මිනිස් ජීවිතවල සැබෑ වටිනාකම් අවබෝධ කර ගනිමින් රියදුරන් මෙන්ම පයින් ගමන් කරන්නන් ද මහා මාර්ගයේ ගමන් කළ යුතු බව.

(මිනිත්තු 15)

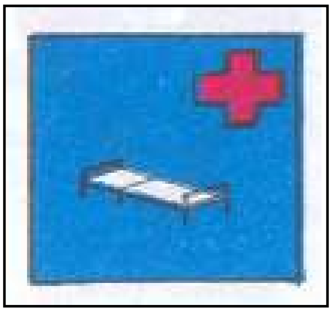
තක්සේරුව හා ඇගයීම :

- මාර්ග සංඥා හඳුනා ගන්නා අතර මාර්ග නීති රීති පිළිපැදීමේ වටිනාකම ප්‍රකාශ කරයි.
- මිනිස් ජීවිතයක සැබෑ වටිනාකම රියැදුරන් මෙන්ම පයින් ගමන් කරන්නන් ද වටහා ගත යුතු බව පිළිගනිමින් අදහස් දක්වයි.
- මාර්ග සංඥාවලින් ප්‍රකාශිත නීතිරීති ලියා දක්වයි.
- හැම විටම මහා මාර්ගයේ ගමන් ගන්නා විට මාර්ග නීතිරීති පිළිපදිමින් ගමන් කරයි.
- අවශ්‍ය හැම විටම මාර්ග නීතිරීති පිළිබඳ ව අන් අය දැනුවත් කරමින් අනතුරු වළක්වා ගැනීමට කටයුතු කරයි.

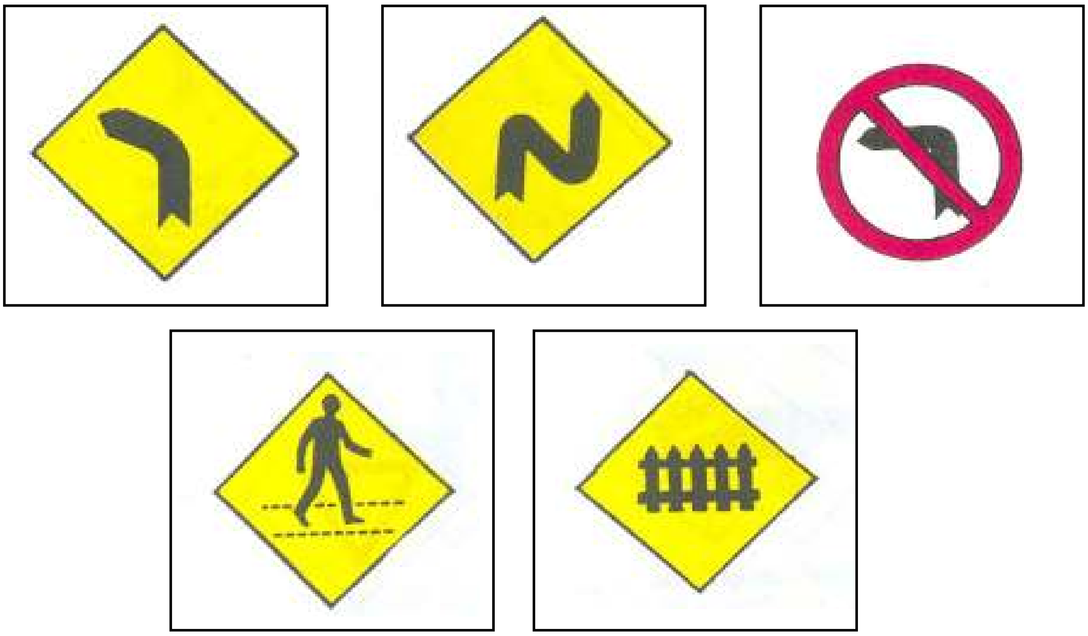
ඇමුණුම 8.4.2.1 • සිසුන් පාර මාරුවන ස්ථානය දැක්වෙන සංඥාව

ඇමුණුම 8.4.2.2 **කණ්ඩායම** I

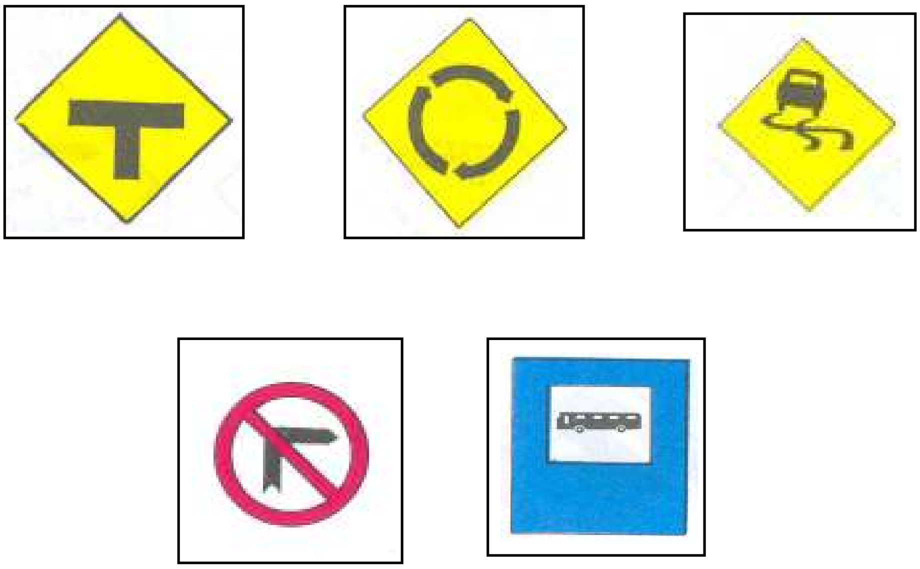
- ඔබ කණ්ඩායමට ලැබී ඇති මාර්ග සංඥා 5 වෙන් වෙන් ව හඳුන්වන්න.
- එක් එක් මාර්ග සංඥාවෙන් කියැවෙන දේ කෙටියෙන් ලියන්න.



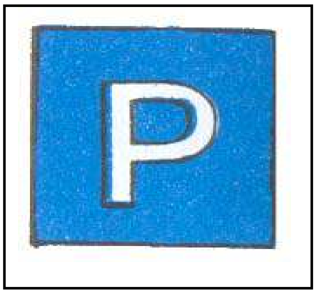
ඇමුණුම 8.4.2.2 කණ්ඩායම II



ඇමුණුම 8.4.2.2 කණ්ඩායම III



ඇමුණුම 8.4.2.2   කණ්ඩායම IV



තක්සේරුව හා ඇගයීම

හැඳින්වීම

ඉගෙනුම් - ඉගැන්වීම් ක්‍රියාවලිය මගින් අපේක්ෂිත ඉගෙනුම් ඵල සිසුන් විසින් සාක්ෂාත් කර ගැනීම තහවුරු කිරීම සඳහාත් සිසුන් ලඟා කර ගත් ප්‍රවීණතා මට්ටම් හඳුනාගැනීම සඳහාත් පන්ති කාමරයේ පහසුවෙන් ක්‍රියාත්මක කල හැකි අන්තර් සම්බන්ධතාවයකින් යුත් වැඩසටහන් දෙකක් ලෙස තක්සේරුව හා ඇගයීම් හඳුන්වා දිය හැකි ය. තක්සෙරුව නිසි පරිදි සිදුවන්නේ නම් පන්තියේ ඉගෙනුම් ලබන සියලු ම සිසුන්ට, අපේක්ෂිත නිපුණතාවන්ට අදාළ ආසන්න ප්‍රවීණතාවයක් ලබාගැනීම අපහසු නොවේ. ඇගැයීමෙන් අපේක්ෂා කරන්නේ සිසුන් ලඟා කර ගත් ප්‍රවීණතා මට්ටම් කවරේදැයි හඳුනා ගැනීමට ය.

තක්සේරුවේ යෙදී සිටින ගුරුවරුන්ට තම සිසුන් සඳහා දෙයාකාරයක මාර්ගෝපදේශකත්වය ලබා දිය හැකි ය. එම මාර්ගෝපදේශ පොදුවේ හඳුන්වන්නේ ප්‍රතිපෝෂණය (FEED BACK) හා ඉදිරි පෝෂණය (FEED FORWARD) යනුවෙනි. සිසුන්ගේ දුබලතා හා නොහැකියා අනාවරණය කර ගත් විට ඔවුන්ගේ ඉගෙනුම් ගැටලු මගහරවා ගැනීමට ප්‍රතිපෝෂණය ලබාදීම සිසු හැකියා සහ ප්‍රබලතා හඳුනා ගත්විට එම දක්ෂතා වැඩි දියුණු කිරීමට ඉදිරි පෝෂණයත් ලබා දීම ගුරු කාර්යය වේ.

ඉගෙනුම්- ඉගැන්වීම් ක්‍රියාවලියේ සාර්ථකත්වය සඳහා විෂයයේ නිපුණතා අතරෙන් කවර නිපුණතා කවර මටටමින් සාක්ෂාත් කළහැකි වුයේ දැයි සිසුන් විසින් හඳුනා ගැනීම අවශ්‍ය වේ. ඇගැයීම් වැඩ පිළිවෙළ සිසු සාර්ථකත්වය ඔස්සේ සිසුන් ලඟා කර ගත් ප්‍රවීණතා මට්ටම් විනිශ්චය කිරීම මෙ අනුව ගුරුවරුන්ගෙන් බලාපොරොත්තු වන අතර සිසුන් හා දෙමව්පියන් ඇතුළු අදාළ පාර්ශවයන්ට සිසු ප්‍රගතිය සන්නිවේදනය කිරීමට ගුරුවරුන් යොමු විය යුතු වේ.

ඔබ වෙත ඉදිරිපත් කරන මෙම විෂයමාලාව ශිෂ්‍ය කේන්ද්‍රීය (STUDENT - CENTERED) නිපුණතා පාදක (COMPETENCY - BASED) ක්‍රියාකාරකම් දිශාභිමුඛ (ACTIVITY ORIENTED) කර ගත් ප්‍රවේශයකින් යුක්ත වේ. ජීවිතය අර්ථවත් කර ගැනීම සඳහා ක්‍රියාවෙන් ඉගෙනුම, ගුරුවරයාගේ පරිණාමන භූමිකාවේ (TRANSFORMATIONA ROLE) හරය වේ.

පූර්වයෙන් සංවර්ධනය කළ ක්‍රියාකාරකම් සමූහයක් ඔස්සේ ක්‍රියාත්මක වන මෙම විෂය මාලාවේ ඉගෙනුම හා ඉගැන්වීම, තක්සේරුව හා ඇගයීම සමඟ සමෝධානය කිරීමට උත්සාහ දරා ඇත. ඒ ඒ ක්‍රියාකාරකම්වල දෙවැනි පියවරේ දි සිසුන් කණ්ඩායම් වශයෙන් ගවේෂණයේ යෙදෙන විට ඔවුන් තක්සේරු කිරීමටත් ක්‍රියාකාරකම්වල තුන්වැනි පියවරේ දී සිසුන් ස්වකීය අනාවරණ ඉදිරිපත් කිරීමට හා විස්තාරණයට යොමු වන විට ඔවුන් ඇගයීමටත් ගුරුවරයාට හැකි වේ. සිසුන් ගවේෂණයේ යෙදෙන විට සිසුන් අතර ගැවසෙමින් ඔවුන් ඉටු කරන කාර්යය නිරීක්ෂණය කරමින් සිසුන් මුහුණපා ඇති ගැටලු පන්ති කාමරය තුළ දී විසඳා ගැනීම සඳහා පහසුකම් සහ මාර්ගෝපදේශකත්වය සපයා දිම ගුරුවරයාගෙන් අපේක්ෂා කරන කාර්යය වේ.

තක්සේරුව හා ඇගයීම පහසුවෙන් සිදු කළ හැකි වන පරිදි පොදු නිර්ණායක පහක් යෝජනා කෙරේ. මෙම නිර්ණායක අතරෙන් පළමු නිර්ණායක තුන ඒ ඒ නිපුණතාව ගොඩ නැගීමට එකරාශී වී තිබෙන දැනුම, කුසලතා හා ආකල්ප මූලික කොටගෙන සැකසී තිබේ. අවසාන නිර්ණායක දෙක ජීවිතයට වැදගත් වන හැකියා දෙකක් ප්‍රගුණ කර ගැනීමට සිසුන්ට උපකාරී වේ. මේ නිර්ණායක හා සම්බන්ධ චර්යා වෙනස්කම් පහ පන්ති කාමරය තුළ දී සිසුන් ක්‍රියාත්මක වීමේ දී හඳුනා ගැනීමට ගුරුවරයා උත්සහ කළ යුතු අතර තක්සේරුව යටතේ එම චර්යා ශක්තිමත් කිරීමත් ඇගයීම යටතේ ඒවා ප්‍රමාණය කිරීමටත් ගුරවරයා යොමු විය යුතු ය.

ඇගයීම් වැඩපිළිවෙල වැඩි දියුණු කිරීමෙන් ඉගෙනුම්- ඉගැන්වීම් ක්‍රියාවලිය පුළුල් කළ හැකිය. ඒ සඳහා ක්‍රියාකාරකම් සන්තතිය (ACTIVITY CONTINUM) ඔස්සේ ඇගයීම් අවස්ථා කිහිපයක ඇති කිරීමට ගුරුවරයාට අවස්ථාව ඇත. ඇගයීම් ලක්ෂ්‍ය (EVALUATION POINTS) හඳුනා ගැනීමට පහසු වන පරිදි ක්‍රියාකාරකම් සන්තතිය, පොකුරු ක්‍රියාකාරකම් (ACTIVITY CLUSTER) කිහිපයකට වෙන් කිරීමෙන් ඇගයීම් වැඩ පිළිවෙල අර්ථවත් කළ හැකි ය. සැම ක්‍රියාකාරකම් පොකුරක් ආරම්භයේ දී ඒ ඒ ක්‍රියාකාරකම් සඳහා ගන්නා ඇගයීම් උපකරණ කවරේ දැයි සිසුන්ට හඳුන්වා දීම අවශ්‍ය වේ. ඇගයීම් ප්‍රභේද තෝරා ගැනීමේ දී සිසු ඉගෙනුම් පෙළඹවීම විකසිත කරවන ප්‍රබෝධමත් ක්‍රියාකාරකම් යොදා ගැනීම අත්‍යවශ්‍ය වේ. මෙයට අදාළ ක්‍රියාකාරකම් ලැයිස්තුවක් මතු දැක්වේ.

සංකල්ප සිතියම් (CONCEPTMAPS)

බිත්ති පුවත්පත් (WALL NEWS PAPERS)

ප්‍රශ්න විචාරාත්මක වැඩ සටහන් (QUZZES)

ප්‍රශ්න සහ පිළිතුරු පොත් (QUESTION AND ANSWER BOOKS)

ශිෂ්‍ය කාර්ය සාධක ගොනු (STUDENT PROJECT)

සිසු නිර්මාණ ප්‍රදර්ශන. (EXHIBITONS)

විවාද (DEBATES)

සාකච්ජා මණ්ඩල (PANEL DISCUSSIONS)

සම්මන්ත්‍රණ (SEMINARS)

ක්ෂණික කතා (IMPROMPTU SPEECHES)

භූමිකා රංගන (ROLE PLAYS)

සාහිත්‍ය විමසුම් ඉදිරිපත් කිරීම (PRESENTATION OF LITERATURE REVIEWS)

ක්ෂේත්‍ර පොත් ,ස්වාභාව අධ්‍යයනය දින පොත් ,හොඳවැඩ පොත් (FIELD BOOK NAIURE DLARIES)

ප්‍රායෝගික පරීක්ෂණ (PRACTICCAL TESTS)

පාඨ මාර්ගයේ තුන්වන කොටස යෝජිත ඇගයීම් ලක්ෂ්‍යයක් හා ඒ සඳහා තෝරා ගෙන ඇති ඇගයීම් උපකරණය හඳුන්වා දීමට සැලසුම්කර තිබේ. මේ ආකාරයට ක්‍රියාකාරකම් තුළත් ඒවා අතරත් ඇගයීම් දෙයාකාරයකින් සිදු කිරීමෙන් ඉගෙනුම් - ඉගැන්වීම් ක්‍රියාවලිය තව දුරටත් පුළුල් වන අතර කැමැත්තෙන් හා ප්‍රබෝධයෙන් ඉගෙනුමෙහි නියැලීමට සිසුනට හැකි වේ.

මෙයට අමතර ව පන්ති කාමරය තුළ ලිඛිත පරීක්ෂණ ව්‍යාපෘති වැඩ ආදිය හා වසර අවසානයේ පවත්වන පාසල් මට්ටමේ හෝ කලාපීය මට්ටමේ ලිඛිත පරීක්ෂණයකට සිසුන් ඉදිරිපත් කළ හැකි ය.

එමෙන් ම වාර අවසානයේ ඇගයීම සඳහා සපයා ඇති ඉගෙනුම් - ඉගැන්වීම් ඇගයීම් උපකරණ භාවිත කරන්න.

තක්සේරුකරණය හා ඇගයීම (ජීවන නිපුණතා)

1. ස්වයං තක්සේරුව

පාඩමට අදාළ නිපුණතා පදනම් කර ගෙන ස්වයං තක්සේරුවක්සැලසුම් කිරීම, අදාළ පාඩම ඉගැන්වීමට ප්‍රථම සිසුන් ඒ පිළිබඳ ව දක්වන මත, අදහස්, ආකල්ප පාඩම හෝ වාරය අවසානයේ සිසුන් අදාළ තේමාවන් පිළිබඳ ව දක්වන අදහස් ආකල්ප සංසන්දනාත්මකව තක්සේරු කළ හැකි ය. තම ප්‍රබලතා හා දුබලතා මෙහී ස්වයං තක්සේරුවෙන් අවබෝධ කර ගැනීම අපේක්ෂා කෙරේ. අදාළ නිර්ණායක පාසලේ ඇති මානව හා භෞතික සම්පත් ද අවධානයට යොමු කරමින් ගුරුවරයාගේ අභිමතය පරිදි තක්සේරු කරණය හා ඇගයීම සඳහා අදාළ නිර්ණායක හඳුනාගත හැකි ය.

2. සම වයස් ඇගයීම

යම් යම් කාර්යයන් එක් එක් කණ්ඩායමකට පවරා අපේක්ෂිත අරමුණු ඉටු කර ගැනීමට සිසුන් දක්වන (දායකත්වය, සංවිධානය, අන්තර් පුද්ගල සම්බන්ධතා, සැලසුම් කිරීම ආදී) විවිධ නිර්ණායක පදනම් කර ගෙන ඇගයීම් කටයුතු කළ හැකි ය. කාර්ය අවසානයේ අදාළ කණ්ඩායම් වලට උපස්ථම්භනයට ඇගයීම, ත්‍යාග ආදිය පිරිනැමීම වැදගත් වේ.

3. කාර්ය සාධක ගොනු පවත්වා ගෙන යාම
   - වාරය ආරම්භයේ දී කාර්ය සාධන ගොනු සැකසීම පිළිබඳ අවශ්‍ය උපදෙස් ලබා දීම.
   - වාරය මැද දී අදාළ කාර්යය පරීක්ෂා කර ප්‍රතිපෝෂණ ලබාදීම.
   - අවසාන ඇගයීම සඳහා පහත සඳහන් නිර්ණායක භාවිත කිරීම යෝග්‍ය වේ.
   - උපදෙස් පිළි පැදීම
   - සංවිධානාත්මක බව
   - අදාළ සංකල්ප, නිපුණතා, අවබෝධ කර ගෙන ඇත් ද යන්න අවසාන වශයෙන් ප්‍රදර්ශනය වේද යන්න නිගමනය කිරීම.
4. ව්‍යාපෘති ඇගයීම
   - වාරයක් අවසානයේ කුඩා ව්‍යාපෘතියක්, තේවල හෝ කණ්ඩායම් වශයෙන් ක්‍රියාත්මක කිරීම. මේ සඳහා නිර්ණායක අභිමත පරිදි සැකසිය හැකි වේ.
5. විධිමත් ඇගයීම

ජීවන නිපුණතා හා පුරවැසි අධ්‍යාපනය අදාළ මූලික සංකල්ප, වාස්තවික හා ව්‍යුහගත රචනා ප්‍රශ්න මගින් පරීක්ෂා කිරීම කළ යුතු ය. මේ ප්‍රශ්න දැනුම, ආකල්ප, කුසලතා භාවිතයන් හා සම්බන්ධව සැකසීම වැදගත් වේ. මෙය පාඩමක් හෝ වාරයක් අවසානයේ සංවිධානය කළ හැකි ය.

තක්සේරුව හා ඇගයීම (පූර්වැසි අධ්‍යාපනය)

තක්සේරු කිරීම හා ඇගයීම පිළිවෙත පහත දැක්වෙන ආකාරයට සිදු විය යුතු වෙයි.විෂය භාර ගුරු මහත්ම මහත්මීන් විසින් පාසල පදනම් කර ගත් ඇගයීම් කාර්යය සංවිධානය කිරීම මැනවි. ජාතික අධ්‍යාපන ආයතනය විසින් සකසන ලද පාසල පදනම් කර ගත් ඇගයීම් පටිපාටිය අනුව ඇගයීම් කටයුතු සංවිධානය කිරීම අපේක්ෂා කෙරේ.

පාසල් මට්ටමින් කලාප මට්ටමින්, පළාත් මට්ටමින් පැවැත්වෙන මාධ්‍ය වාර්ෂික හා වර්ෂ අවසාන පරීක්ෂණයට සිසුන් ඉදිරිපත් කොට ඔවුන්ගේ දැනුම, අවබෝධය, භාවිතය හා ඉහළ මට්ටම්වල ඉගෙනුම් හැකියා මැන බැලීමට පුළුවන.

එක් එක් ඒකකයට නියමිත කාල පරිච්ඡේද සංඛ්‍යාවෙන් 50% පමණ පාසල පදනම් කර ගත් ඇගයීම වැඩ පිළිවෙළ ආශ්‍රිත ව ප්‍රායෝගික ක්‍රියාකාරකම් සඳහා යොදා ගැනීම සුදුසු ය.

ඉගෙනුම් ඉගැන්වීම් ඇගයීම් උපකරණ

1. **ඇගයීම් අවස්ථාව** :- **1 වන වාරය**

2. **ආවරණය කෙරෙන නිපුණතා** :-
   - ධනාත්මක ආකල්ප වලින් යුක්තව කටයුතු කරයි.
   - චිත්ත වේගවලට සාර්ථකව මුහුණ දෙයි.
   - ජන ජීවිතයේ යහපත පිණිස පවත්නා පොදු සේවා ඵලදායීව හා නිවැරදි ව භාවිත කරයි.

3. **ආවරණය කරන නිපුණතා මට්ටම** :-
   - එදිනෙදා ජීවිතයේ දී යහපත් සිතිවිලි පදනම් කරගෙන කටයුතු කරයි.
   - යහපත් සිතුවිලි පෝෂණය කරන මූලාශ්‍ර හඳුනා ගෙන ඒවා භාවිත කරයි.
   - දෛනික ජීවිතයේ මතුවන විවිධ චිත්තවේග තත්ව හඳුනාගෙන අර්ථවත් ලෙස ප්‍රතිචාර දක්වයි.
   - පොදු සේවා හා පොදු සේවා සපයන ආයතන හඳුනාගෙන ජන ජීවිතය යහපත් කර ගැනීමට යොදා ගනියි.
   - පොදු සේවා සපයන ආයතන හා බැඳුණ පුරවැසි වගකීම් හා යුතුකම් ඉටුකරයි.

4. **ඇගයීම් උපකරණයේ ස්වභාවය (ඇගයීම් ප්‍රභේදය) :-** " ස්වයං අධ්‍යයන"

5. **කාලය** :- මිනිත්තු 80 යි

6. **ගුණාත්මක යෙදවුම්** :- ඇමුණුම සඳහන් කාර්ය පත්‍රිකාව

7. **ඇගයීම් උපකරණයේ අරමුණු** :-
   - යහපත් සිතුවිලි පෝෂණය කෙරෙන මූලාශ්‍රවලට අනුව තීරණ ගනියි.
   - චිත්තවේග ස්වභාව අවබෝධ කර ගනිමින් අර්ථවත් ප්‍රතිචාර දක්වයි.
   - සරල මානසික පීඩාවන්ට හේතුවන ආවේග ඵලදායීව හසුරුවයි.
   - පොදු සේවා සහ පොදු සම්පත් ඵලදායිව හා නිවැරදි ව භාවිත කරයි.
   - පොදු සේවා හා සම්පත් ආශ්‍රිතව යහපත් පුරවැසි වගකීම් හා යුතුකම් ඉටුකිරීමට පෙළඹෙයි.

8. **ඇගයීම් ක්‍රියාත්මක කිරීමට ගුරුවරයාට උපදෙස්** :-

- මෙය කේවල ක්‍රියාකාරකමකි.
- ඇගයීම් පිළිබඳ ව සිසුන් දැනුවත් කරන්න.
- ඇගයීම් කාර්ය පත්‍රිකා පිටපත් සිසුන් සංඛ්‍යාවට සමානව සකස් කර ගන්න
- කාර්ය පත්‍රිකාව බැගින් සිසුන්ට බෙදා දී කාලය පිළිබඳ ව දැනුවත් කරන්න.
- නියමිත කාලයේ දී ඇගයීම නිම කරන්න.
- ඇගයීමට ලක්කරමින් නිර්ණායක මත පිහිටා ලකුණු ලබා දෙන්න.

9. **ප්‍රතිපෝෂණ හා ඉදිරිපෝෂණ ක්‍රියාවලිය** :-

- නිපුණතා මට්ටමට පැමිණි සිසුන්ගේ ඇගයීම් පත්‍රිකා ආශ්‍රයෙන් ආදර්ශයක් ගොඩ නැගීම.

ඇගයීම් කාර්ය පත්‍රිකාව

පහත දැක්වෙන ගැටලුමය සිද්ධීන් හා ප්‍රකාශයට හොඳින් අවධානය යොමු කරන්න. ඒවා හොඳින් විමර්ශනය කොට ඒ ඇසුරෙන් අසා ඇති ප්‍රශ්නවලට අදහස් හා යෝජනා සපයන්න.

1. සිද්ධිය

" ඔබ උදෑසන පන්තියට පැමිණ බලනවිට ඔබේ පුටුව යමෙකු විසින් ගෙන ඒ වෙනුවට පරණ පුටුවක් තබා ගොස් ඇත. ඔබ ඒ ළමයා හඳුනා ගත්තේ යැයි සිතන්න."

I මේ අවස්ථාවේ ඔබ ක්‍රියාත්මක වන ආකාරය කෙටියෙන් ලියන්න.

II ඔබට පරණ පුටුව බාර ගැනීමට සිදුවේ යයි සිතන්න. එවිට ඔබගේ සිතට හැගෙන දේ ලියන්න.

III පංති කාමරයේ ඇති පුටු, ඩෙස් පොදු දේපලකි. පාසලේ ඇති එවැනි පොදු සම්පත් මොනවාද ?යන්න දක්වා ඒවා පරිහරණය කොට ආරක්ෂා කළයුතු ආකාරය යෝජනා කරන්න.

2 සිද්ධිය

ලොව ප්‍රකට පුද්ගලයෙකු ගේ ජීවන ප්‍රවෘත්තියකින් බිඳක් පහත දැක්වේ.

" මට වයස අවුරුදු දහතුන කාලේ මා මාගැන හුඟක් කණගාටු වුණා. මට මා ගැන විශාල බයක් ඇති වුණා. වයසත් එක්ක බලපුවාම මම ඉතාම කෙට්ටුයි. දුර්වලයි. අනිත් ළමයින්ට වඩා මම උස නිසා කෙට්ටු බව කැපී පෙණුනා. මම හුඟක් දුර්වල ළමයෙක්. මගේ වයසෙ කොල්ලෝ එක්ක තරඟ කරලා සෙල්ලමක දී හරි ක්‍රීඩාවක දී හරි මට දිනන්න බැරි වුණා. හැමෝම මාව විහිළුවක් කර ගත්තා. සෝමාරියා කියල මට විහිළු කළා මම මා ගැන කොච්චර දුක් වුණා ද? තව කෙනෙකුගේ මුණ බලන්න, හමුවෙලා කතා කරන්න. මට බය හිතුණා මම නොවැදගත් පුද්ගලයෙක් විදියට මටම හිතෙන්න පටන් ගත්තා. මම ජීවිතය ගැන කළ කිරීමෙන් හිටියෙ."

1. මෙම කථාව ඉදිරිපත් කරන පුද්ගලයා ඔබේ පන්තියේ ළමයෙකු යැයි සිතන්න. ඔහු ඔබ ගැන විශ්වාසය තබා මේ කථාව ඔබට කීවේ නම් ඔහුගේ මානසික පීඩාව මග හැරවීම සඳහා ඔබ ඔහුට සහයවන ආකාරය (සපයන උපදෙස්) විස්තර කරන්න.

3 සිද්ධිය

" හිංසාකාරී වීමට වඩා ප්‍රබල නිර්භීතකමක් අවිහිංසාවාදී වීමට අවශ්‍යය. හිංසාවට හිංසාවෙන් පිළිතුරු දීමට වඩා, හිංසාවට අවිහිංසාවෙන් දෙන පිළිතුරු විරුද්ධ කරුවාට ඍජුව ම දැනෙයි. දයාව තරම් තවත් බලවත් අවියක් නැත."

- මහත්මා ගන්ධි-

1. මහත්මා ගාන්ධි තුමා ජීවිතයේ මුහුණ දුන් කටුක අවස්ථා බොහෝ ය. සෑම පුද්ගලයෙකුටම එවැනි දුෂ්කරතාවන්ට මුහුණ දීමට සිදුවිය හැකි ය. ඔබට ද අත් විඳීමට සිදු වු හිංසාකාරී ක්‍රියාවක් සිහියට නගා එය කෙටියෙන් ලියන්න.

II එහි දී ඔබ ක්‍රියා කළේ කෙසේ ද? ඒ අනුව ඔබට අත්විඳීමට සිදු වු ප්‍රතිඵලය කුමක් ද?

III තමාට මුහුණ දීමට සිදුවන චිත්ත පීඩාවක දී තමා එය ශුභවාදීව දිනා ගැනීම උදෙසා කටයුතු කළ යුතු ආකාරය ලියන්න.

* ඉහත සිද්ධි ඇසුරින් ශුභවාදීව කටයුතු කිරීම, චිත්තවේගීය තත්ව හමුවේ කටයුතු කිරීම, පොදු සේවා ඇසුරින් ක්‍රියාත්මකවීම පදනම් කොට සෙසු සමාජයට ප්‍රදර්ශනය කිරීමට ආදර්ශ පාඨ සකස් කරන්න.

ඇගයීම් නිර්ණායක ලකුණු ලබා දීම

	ලකුණු			
නිර්ණායක	4	3	2	1
ගැටලුව හඳුනා ගැනීම, ඊට මුලිකවන හේතු හා සම්බන්ධතාව දැක්වීම.				
ගැටලුව විශ්ලේෂණය කිරීම, නිර්මාණශීලීව විසඳුම් යෝජනා කිරීම හා එහි උචිත බව.				
මුලාශ්‍ර භාවිත කිරීම, තොරතුරු නිවැරදි ව ඉදිරිපත් කිරීම, ඒවායේ ප්‍රමාණවත් බව.				
අදාළ විසඳුම් යෝජනා ප්‍රායෝගිකව ක්‍රියාත්මක කළ හැකි වීම, හා එම විසඳුම මත පිහිටා කටයුතු කරන ආකාරය යහපත් වීම.				
කාලය නිසි පරිදි යොදා ගැනීම සමස්තය ආවරණය වී තිබීම.				
මුළු ලකුණු				

ඉගෙනුම් ඉගැන්වීම් ඇගයීම් උපකරණ

1.0 **ඇගයීම් අවස්ථා** :- **2 වන වාරය**

2.0 **ආවරණය කරන** :-

- බහු සංස්කෘතික ජන සමාජයක අංග ලක්ෂණ නිපුණතා මට්ටම් විශ්ලේෂණය කරයි.
- සංස්කෘතික විවිධත්වය තුළ සමගියෙන් හා සහජීවනයෙන් කටයුතු කරයි.
- සංස්කෘතික විවිධත්වය සංවර්ධන ක්‍රියාවලියේ දී යොදාගත හැකි ආකාරය ගවේෂණය කරයි.
- නායකත්වයේ අවශ්‍යතාව හඳුනා ගනිමින් නායකයෙකු ලෙස කටයුතු කරයි.

කාලය :- සති 02

3.0 **ආවරණය කරන විෂය සන්ධාරය** :-

- බහු සංස්කෘතික ජන සමාජයක යහපත් පුරවැසියෙකු ලෙස ජීවත් වෙයි.
- නායකත්වයට ගරු කරමින් නායකත්ව ගුණාංග ප්‍රගුණ කරයි.

4.0 **උපකරණයේ ස්වභාවය :-** ක්ෂේත්‍ර චාරිකාව

5.0 **ඇගයීම් උපකරණයේ අරමුණු** :-

- බහු සංස්කෘතික ජන සමාජයක අංග ලක්ෂණ අවබෝධ කරමින් අන්‍යෝන්‍ය සහයෝගයෙන් යුතුව කටයුතු කිරීමේ වැදගත්කම අවධාරණය කරයි.
- නායකත්ව ගුණාංග හඳුනා ගනිමින් ඒවාට ගරු කිරීමේ වැදගත්කම අවධාරණය කරයි.
- නායකයකු මුහුණ දෙන අභියෝග හඳුනා ගනිමින් ඒවා ජය ගැනීමේ ආත්ම ශක්තිය වර්ධනය කරයි.

6.0 **උපකරණය ක්‍රියාත්මක කිරීම සඳහා උපදෙස්** :-

ගුරු උපදෙස්

- බහු සංස්කෘතික අංග ලක්ෂණ ආවරණය වන පරිදි ඔබ ප්‍රදේශයට, පාසලට, සිසුන්ට වඩාත් ගැලපෙන හා පහසු ස්ථාන 03 ක් වත් අවම වශයෙන් ආවරණය වන පරිදි ක්ෂේත්‍ර අධ්‍යාපන චාරිකාවක් සූදානම් කරන්න.
  උදා:- පන්සලක්, පල්ලියක්, කෝවිලක්, දේවාලයක් වැනි සංස්කෘතික ස්ථාන කිහිපයක්

- සහභාගී වන්නා වු ශිෂ්‍ය සංඛ්‍යාව අනුව සිසුන් කණ්ඩායම් කර එයට නායකයකු පත් කරන්න.

- පහත සඳහන් කරුණු ඇතුළත් වන පරිදි ක්ෂේත්‍ර අධ්‍යාපන චාරිකාවට අදාළ කාර්යය පත්‍රිකාවක් සකස් කර සෑම සිසුවෙකුටම ලබා දෙන්න.
  එම කාර්යය පත්‍රිකාවට පහත දැක්වෙන කරුණු ඇතුළත් කරන්න.
  1. නරඹන ස්ථානය :-
  2. ඓතිහාසික වශයෙන් එහි ඇති වැදගත්කම
  3. ගෘහ නිර්මාණ ශිල්ප හා කලා ශිල්පවල දැකිය හැකි විවිධ ලක්ෂණ:-
     (චිත්‍ර, මූර්ති, කැටයම් ආදිය)
  4. වැඳුම් පිදුම් හා චාරිත්‍ර විධි
  5. ආගමික ස්ථාන ආශ්‍රිත සංස්කෘතික ලක්ෂණ

කාර්යය පත්‍රිකාව

- ගුරුතුමා / ගුරුතුමිය විසින් ඔබ කණ්ඩායමේ එක් එක් සාමාජිකයා වෙත ලබා දෙන කාර්යය පත්‍රිකාව හොඳින් කියවන්න.
- එක් මාතෘකාවක් එක් අයෙකු බැගින් වන සේ තෝරා ගෙන ඒ පිළිබඳ ව උචිත තොරතුරු රැස් කර ගන්න.
- චාරිකාව නිමාවීමෙන් අනතුරුව එම රැස් කර ගත් තොරතුරු කණ්ඩායමේ සාමාජිකයින් විසින් සාමූහිකව සාකච්ඡා කරන්න.
- ක්ෂේත්‍ර චාරිකාව සම්බන්ධයෙන් ඔබ කණ්ඩායම් නායකයා විසින් මුහුණ දුන් අභියෝග සහ ඒවා ජය ගැනීමේ දී ඔහු තුළ ඉස්මතු වු නායකත්ව ගුණාංග ලැයිස්තු ගත කරන්න.
- නායකත්ව ගුණාංගවලට ගරු කරමින් අනුගාමිකයින් වශයෙන් ඔබ ක්‍රියාකළ ආකාරය ද පැහැදිලි කරමින් ක්ෂේත්‍ර අධ්‍යාපන චාරිකාවට අදාළව පොත් පිංචක් නිර්මාණය කර පුස්තකාලයට භාර දෙන්න.

ඇගයීම් නිර්ණායක

නිර්ණායක	ලකුණු ප්‍රදානය			
	නිපුණතා මට්ටමට පැමිණ ඇත		නිපුණතා මට්මට පැමිණ නැත	
1. චාරිකාවෙහි තේමාව හා අරමුණු සකස් කර ගැනීම,විෂයයට ඇති සම්බන්ධතාව පැහැදිලි කර ගැනීම.				
2.සැලසුම් කිරීම හා සංවිධානය කිරීම.				
3. බැලීමට /යාමට බලාපොරොත්තු වන දේ				
3. ස්ථාන පිළිබඳ ව තොරතුරු රැස් කිරීම, ස්ථාන ලැයිස්තු ගත කිරීම.				
4.නිරීක්ෂණයන් වාර්තා කර ගැනීම / කටු සටහන් / දළ සිතියම් භාවිත කිරීම/ ඡායාරූප				
5. චාරිකාවෙන් පසු සාකච්ඡා කිරීම වාර්තා කර ගනු ලැබූ තොරතුරු යනාදිය ඇසුරින් වාර්තා ලිවීම.				
ලැබූ ලකුණු වල එකතුව				
ලැබූ මුළු ලකුණු අවසාන ලකුණු				

ඉගෙනුම් ඉගැන්වීම් ඇගයීම් උපකරණ

01.	**ඇගයීම් අවස්ථාව**	:-	**3 වන වාරය**
02.	**ආවරණය කරන නිපුණතා**	:-	වැඩ ලෝකයට අනුගත වෙයි.
03.	**ආවරණය කෙරෙන විෂය සන්ධාරය**	:-	අනාගත වැඩලෝකයට සාර්ථක ලෙස මුහුණ දිය හැකි පුද්ගලයකු බිහි කිරීම.
04.	**උපකරණයේ ස්වභාවය**	:-	වැඩ ලෝකයට ඵලදායි ශ්‍රමිකයකු බිහි කිරීමට වැඩ ලෝකය පිළිබඳ ගවේෂණයක්.
05.	**උපකරණයේ අරමුණු**	:-	

- වැඩ ලෝකයේ පවතින රැකියා ක්ෂෙත්‍ර හඳුනා ගනියි.
- විවිධ රැකියා සඳහා අවශ්‍ය සුදුසුකම් සහ පුහුණුව පිළිබඳ දැනුවත් වෙයි.
- තෝරා ගනු ලබන රැකියා වලට සුදුසු ඉල්ලුම් පත්‍ර සකස් කිරීමට සම්පූර්ණ කිරීමට හුරුවක් ලබයි.
- වැඩ ලෝකයට අනුගත වියයුතු ආකාරය පිළිබඳ පෙර හුරුවක් ලබයි.

06. **උපකරණය ක්‍රියාත්මක කිරීමට උපදෙස්** :-

- පන්තියේ සිසුන් සුදුසු පරිදි කණ්ඩායම් වලට බෙදන්න.
- එක් එක් කණ්ඩායමට පහත සඳහන් ක්‍රියාකාරකම් පවරන්න.

අංක 01 කණ්ඩායම

හැකිතාක් රැකියා ක්ෂේත්‍ර සොයා වගුගත කරන්න. (සපයා ගත හැකි මාර්ග පුවත්පත් දැන්වීම්, රජයේ සහ පෞද්ගලික ආයතන, වෘත්තීය පුහුණු මධ්‍යස්ථාන, කාර්මික විද්‍යාල, ප්‍රාදේශීය ලේකම් කාර්යාල, තරුණ සේවා සභාව, ජාතික ආධුනිකත්ව මණ්ඩල, ජර්මන් කාර්මික අභ්‍යාස පුහුණු ආයතන, රජයේ ගැසට් පත්‍ර)

අංක 02 කණ්ඩායම

- විවිධ රැකියා සඳහා සුදුසුකම් ලැයිස්තුගත කරන්න.

අංක 03 කණ්ඩායම

- විවිධ රැකියා ඉල්ලුම් පත්‍රවල ආකෘති ගොනුවක් සකස් කරන්න.

අංක 04 කණ්ඩායම

- ඕනෑම රැකියාවක් සඳහා ගැලපෙන පොදු ආචාර ධර්ම මාලාවක් සකස් කරන්න.

සිසු උපදෙස්

- ඔබේ ගුරුතුමා / ගුරුතුමිය උපදෙස් දුන් පරිදි රැකියා වර්ගවල නාම ලේඛන හැකිතාක් රැස් කර ගන්න.
- ඒවා සඳහා අවශ්‍ය සුදුසුකම් පිළිබඳ සැලකිලිමත් වෙමින් එක් රැස් කර ගන්න. අවශ්‍ය වන ඉල්ලුම් පත්‍ර ආකෘති සොයා ගන්න.
- විවිධ රැකියා වලය සුදුසු යයි හැගෙන ආචාර ධර්ම පිළිබඳ සිතා අවධානය යොමු කරමින් ආචාර ධර්ම මාලාවක් ගොඩ නගන්න.
- ඉහත තොරතුරු නිර්මාණශීලීව ඉදිරිපත් කළ හැකි ආකාරය පිළිබඳ සිතා බලන්න.

ඇගයුම් නිර්ණායක

නිර්ණායක	ලකුණු ප්‍රදානය නිපුණතා මට්ටමට පැමිණ	ඇත	නිපුණතා මට්මට පැමිණ	නැත
1. ගුරු උපදෙස් වලට අනුව පැවරුමට අදාළ තොරතුරු ප්‍රමාණවත් පරිදි රැස් කිරීම හා රැස්කර ගත් තොරතුරු වල උචිත බව.				
2 තොරතුරු රැස් කිරීම සඳහා අදාළ විවිධ මූලාශ්‍ර භාවිතය				
3 ලබාගත් තොරතුරු නිසි පරිදි ලැයිස්තුගත කිරීම, වගුගත කිරීම හා නිර්මාණශීලීව ප්‍රදර්ශනය කිරීම.				
4. අදාළ කාර්යයන් හි ක්‍රියාකාරිව සම්බන්ධ වීම.				
5. සහයෝගයෙන් හා එකමුතුබවින් යුතුව				

ප්‍රතිපෝෂණය හා ඉදිරි පෝෂණය

තමන් කැමති රැකියා ක්ෂෙත්‍රය තෝරා ගැනීම.
ඊට අදාළ සුදුසුකම්
ඊට අදාළ අයදුම් පත්‍ර
එම රැකියාවට අදාළ ආචාරධර්ම ඇතුළත් වන සේ ලේඛනයක් සකස් කරන්න.

ඉගෙනුම් ඉගැන්වීම් දිර්ස කිරීමේ උපකරණය

8.1 ඇගයීම් අවස්ථාව :- තුන්වන වාරය තුළ

8.2 උපකරණයේ ස්වභාවය :- ජීවන නිපුණතා වැඩමුළුව

8.3 ආවරණය කෙරෙන විෂය ක්ෂේත්‍රය

- එදිනෙදා ජීවිතය යහපත් සිතිවිලි පදනම් කරගෙන කටයුතු කරයි.
- විවිධ චිත්තවේග තත්ව හඳුනාගෙන අර්ථවත් ලෙස ප්‍රතිචාර දක්වයි .
  ගැටුම් නිරාකරණය කර ගනියි.
- නායකත්වයට ගරු කරමින් නායකත්ව ගුණාංග ප්‍රගුණ කරයි.
- වැඩ ලෝකය තුළ ශ්‍රමාභිමානයෙන් කටයුතු කරයි.
- පොදු සේවා ක්‍රියාත්මක කරන ආයතන හා බැඳුණු වගකීම් හා යුතුකම් ඉටු කිරීමට යොමු වෙයි.
- ප්‍රජාතන්ත්‍රවාදී දිවිපැවැත්මක් තුළින් යහපත් සමාජයකට දායක වෙයි.
- බහු සංස්කෘතික ජන සමාජයක යහපත් පුරවැසියකු ලෙස ජීවත් වෙයි.
- විපත් හා අනතුරු හඳුනා ගෙන ඒවා අවම කිරීමට දායක වෙයි.

8.4 **උපකරණය ක්‍රියාත්මක කිරීම සඳහා උපදෙස්** :-

පෙර සූදානම :-

- ජීවන නිපුණතා වැඩමුළුව පිළිබඳ විදුහල්පති දැනුවත් කරන්න.
- සිසුන් දැනුවත් කරන්න.
- දෙමව්පියන්ගේ සහයෝගය ලබාගැනීමට කටයුතු කරන්න.
- වැඩමුළුව සඳහා සිසුන් සූදානම් කරන්න (පුහුණුව)
- දිනයක් නියම කර ගන්න. අවශ්‍ය සැලසුම් හා සංවිධාන කටයුතු කරන්න.
- සිසුන් සියළු දෙනාම නියෝජනය වන සේ කාර්යයන් පවරන්න.
- සිසුන්ගේ ආරක්ෂාව පිළිබඳ ව ද සැලකිලිමත් වන්න.

8.4 ජීවන නිපුණතා වැඩමුළුවේ විශේෂාංග (ඉහත 8.3 සඳහන් විෂය ක්ෂෙත්‍රවලට අදාළ ව)

- සම්පත්දායක දේශන
- ක්‍රීඩා හා විනෝදාත්මක ක්‍රියාකාරකම්
- සෞන්දර්යාත්මක ක්‍රියාකාරකම්
- කවි, ගී, විරිඳු කෙටි නාට්‍ය නිර්මාණය ප්‍රදර්ශනය (සිසුන් විසින් ප්‍රබන්ධ කරන ලද)
- කවි, ගී, විරිඳු ගායනා කිරීම
- විවාද හා සාකච්ඡා මණ්ඩපයක්
- පොස්ටර් නිර්මාණ
- භූමිකා රංගන
- නැටුම්
- ප්‍රශ්න විචාරාත්මක වැඩ සටහන්
- ඨකියා වෙළඳපල
- ප්‍රථමාධාර වැඩ සටහන්
- බහු සංස්කෘතික අංග ඇතුළත් වන ක්‍රියාකාරකම්
- වෙනත්

ඉහත සඳහන් විශේෂාංග ගුරුවරයාගේ කැමැත්ත මත අදාළ පරිදි සියල්ලම හෝ කීපයක් යොදා ගැනීමට හැකි වේ. නව විශේෂාංග ඇතුළත් කර ගැනීමට ද හැකිවේ.

ළමා අයිතිවාසිකම් පිළිබඳ සම්මුතිය

1989 නොවැම්බර් මස 20 වන දින එක්සත් ජාතීන්ගේ මහා මණ්ඩලය විසින් අනුමත කර ගන්නා ලද ළමා අයිතිවාසිකම් පිළිබඳ සම්මුතිය

පෙළ
පූර්විකාව

මෙම සම්මුතියට පාර්ශවකරුවන් වන රාජ්‍යයන් :-

එක්සත් ජාතීන්ගේ ප්‍රඥප්තියෙහි ප්‍රකාශිත මූලධර්මවලට අනුකූලව, මිනිස් පවුලේ සියලුම සාමාජිකයන්ගේ නෛසර්ගික ගරුත්වය සහ සමාන වූ ද අන්සතු කළ නොහැකි වූ ද අයිතිවාසිකම් ලෝකයේ ස්වාධීනත්වයෙහි, යුක්තියෙහි සහ සාමයෙහි අත්තිවාරම බවට සැලකිල්ලට ගනිමින් ද,

එක්සත් ජාතීන්ගේ ජනතාව විසින්, මූලික මානුෂික අයිතිවාසිකම් සහ මිනිසාගේ ගරුත්වය සහ වටිනාකම කෙරෙහි විශ්වාසය, ප්‍රඥප්තියෙහි නැවතත් තහවුරු කරනු ලැබේ. වැඩි නිදහසක් තුළ සමාජ ප්‍රගතියක් සහ වඩා හොඳ ජීවන තත්ත්වයක් නංවාලීමට අධිෂ්ඨානය කරනු ලැබ ඇති බව සිහියේ තබා ගනිමින් ද,

මිනිස් අයිතිවාසිකම් පිළිබඳ විශ්ව ප්‍රකාශනයෙහි සහ මිනිස් අයිතිවාසිකම් පිළිබඳ ජාත්‍යන්තර සම්මුතියෙහි දක්වා ඇති සියලු අයිතිවාසිකම් සහ ස්වාධීනතා, ජන වර්ගය, වර්ණය, ස්ත්‍රී පුරුෂ භාවය, භාෂාව, ආගම දේශපාලන හෝ වෙනත් මතය ජාතික හෝ සමාජීය සම්භවය, දේපළ, උපත හෝ වෙනත් තත්ත්වය කුමක් වුවද, කිසිදු ආකාරයක ප්‍රභේදයක් නොමැති, සෑම තැනැත්තෙකුටම හිමිවිය යුතු බවට එක්සත් ජාතීන් විසින් එම ප්‍රකාශනයෙහි සම සම්මුතියෙහි ප්‍රකාශ කර එකඟත්වයට එළඹී බව පිළිගනිමින් ද, සුවිශේෂ සැලකිල්ල සහ ආධාර ළමා වියේ හිමිකමක් බවට එක්සත් ජාතීන් විසින්, මිනිස් අයිතිවාසිකම් පිළිබඳ විශ්ව ප්‍රකාශනයෙහි, ප්‍රකාශයට පත් කරනු ලැබ ඇති බව සිහිපත් කරමින් ද,

පවුලට සමාජයේ මූලික කණ්ඩායම වශයෙන් ද, එහි සියලු සාමාජිකයන්ගේ. විශේෂයෙන් ම ළමයින්ගේ වර්ධනය සහ සුභ සිද්ධිය පිණිස වූ ස්වාභාවික පරිසරය වශයෙන් ද ප්‍රජාව ඇතුළත එහි වගකීම් එයට සම්පූර්ණයෙන් ම භාරගත හැකි වන පරිදි, අවශ්‍ය ආරක්ෂාව සහ සහාය සැලසිය යුතු බවට අවබෝධ කර ගනිමින් ද,

ළමයෙකුගේ පරිපූර්ණ වූ ද ඒකරාශී වූ ද වර්ධනය සඳහා ඔහු හෝ ඇය, ප්‍රීතිමත් වූ ද ආදරයෙන් හා අවබෝධයෙන් යුක්ත වූ ද වාතාවරණයක, පවුල් වටාපිටාවක් තුළ ඇතිදැඩි විය යුතු බව හඳුනා ගනිමින් ද,

ළමයකු සමාජයේ පෞද්ගලික ජීවිතයක් ගත කිරීමට සම්පූර්ණයෙන් ම සූදානම්ව සිටිය යුතු බව ද, එක්සත් ජාතීන්ගේ ප්‍රඥප්තියෙහි ප්‍රකාශිත පරමාදර්ශයන් ගේ හරය තුළ විශේෂයෙන් ම සාමයේ, ගරුත්වයේ, අගතිගාමී නොවීමේ, ස්වාධීනත්වයේ, සමානත්වයේ සහ එකමුතුභාවයේ ජීවය තුළ හදා වඩා ගත යුතු බව ද සැලකිල්ලට ගනිමින් ද,

ළමයින් වෙත විශේෂ රැකවරණ සැළකිල්ල ව්‍යාප්ත කිරීමේ අවශ්‍යතාවය, 1942 ළමා අයිතිවාසිකම් පිළිබඳ ජිනීවා ප්‍රකාශනයෙහි සහ 1959 එක්සත් ජාතීන් විසින් සම්මත කර ගන්නා ලද ළමා අයිතිවාසිකම් පිළිබඳ ජාත්‍යන්තර සම්මුතියෙහි (විශේෂයෙන් ම 23 වන සහ 24 වන ව්‍යවස්ථාවල) ද ආර්ථික, සමාජීය හා සංස්කෘතික අයිතිවාසිකම් පිළිබඳ ජාත්‍යන්තර සම්මුතියෙහි (විශේෂයෙන් ම 10 වන ව්‍යවස්ථාවෙහි) ද, ළමා සුභ සිද්ධියට සම්බන්ධ විශේෂිත නියෝජිත ආයතනවල සහ ජාත්‍යන්තර සංවිධානවල ව්‍යවස්ථාවල සහ අදාළ සාධක පත්‍රවල ද පිළිගෙන ඇති බව ද සිත්හි දරා ගනිමින්.

1959 නොවැම්බර් මස 20 වන දින ජිනීවාහි පැවති එක්සත් ජාතීන්ගේ මහා සභා රැස්වීමේ දී සඳහන් කර ඇති පරිදි ශාරීරිකව හා මානසිකව නොමේරූ අවධියක සිටීමේ හේතුවෙන්, ළමයකුට උපතට පෙර මෙන් ම උපතින් පසුව ද යෝග්‍ය නෛතික රැකවරණය ඇතුලුව, විශේෂ ආරක්ෂාවක් සහ රැකවරණය අවශ්‍ය බව සිත්හි දරා ගනිමින්,

පිළිදකුම් මව්පියන් පිහිටුවීම සහ ජාතිකව සහ ජාත්‍යන්තරව දරුකමට හදා ගැනීම පිළිබඳ වූ 1986 දෙසැම්බර් මස 03 වන දින 41/85 දරණ මහා මණ්ඩල යෝජනා සම්මුතිය, බාලයන් සම්බන්ධයෙන් යුක්තිය පසිඳලීම සඳහා එක්සත් ජාතීන්ගේ සම්මත අවම රීති (බෙයිජිං රීති) 1985 නොවැම්බර් මස 29 දින 40/33 දරණ මහා මණ්ඩල යෝජනා සම්මුතිය සහ හදිසි අවස්ථාවල දී සහ සන්නද්ධ අරගලවල දී ස්ත්‍රීන්ගේ සහ ළමයින්ගේ ආරක්ෂාව පිළිබඳ වූ ප්‍රකාශනය (1974 දෙසැම්බර් මස 14 වන දින 3318 (xxix) මහා මණ්ඩලයේ යෝජනා සම්මුතිය කෙරෙහි විශේෂ අවධානය ඇතිව, ළමා ආරක්ෂාවට සහ ළමා සුභ සිද්ධියට අදාළ සමාජීය සහ නෛතික මූලධර්ම පිළිබඳ වූ ප්‍රකාශනයේ විධිවිධාන සිහිපත් කරමින්.

සුවිශේෂ වශයෙන් දුෂ්කර තත්ත්වයක් යටතේ ජීවත් වන ළමයින් ලෝකයේ සියලුම රටවල ජීවත් වන බව සහ ඒ ළමයින් කෙරෙහි විශේෂ සැලකිල්ල අවශ්‍ය බව පිළිගනිමින්,

ළමා ආරක්ෂාව සහ සාමූහික වර්ධනය සඳහා එක් එක් ජනතාවගේ සම්ප්‍රදායන්හි සහ සංස්කෘතික වටිනාකම්වල වැදගත්කම යථා පරිදි සැලකිල්ලට ගැනීමෙන්

සෑම රටකම, විශේෂයෙන්ම සංවර්ධනය වන්නා වූ රටවල ළමයින්ගේ ජීවන තත්ත්වය නංවාලීම සඳහා ජාත්‍යන්තර සහයෝගීතාවයේ වැදගත්කම පිළිගැනීමෙන් පහත සඳහන් ආකාරයට එකඟත්වයකට එළඹී ඇත.

1 වන කොටස

1 වන ව්‍යවස්ථාව

මෙම ප්‍රඥප්තියේ කාර්යයන් සඳහා ළමයකු යන්නෙන්, එම ළමයාට අදාළ නීතිය යටතේ වයස අවුරුදු 18 ට පෙර ඔහු වයස් පූර්ණත්වය ලබන්නේ නම් මිස, වයස අවුරුදු 18 ට අඩු සෑම මනුෂ්‍යයකුම අදහස් වේ.

2 වන ව්‍යවස්ථාව

1. වර්තමාන ප්‍රඥප්තියෙහි පාර්ශවකරුවන් වන රාජ්‍යයන් විසින්, ළමයාගේ හෝ ඔහුගේ දෙමව්පියන්ගේ හෝ නිත්‍යානුකූල භාරකරුගේ හෝ ජාතිය, වර්ණය, භාෂාව, ආගම දේශපාලන හෝ වෙනස් මතය, ජාතික ජනවාර්ගික හෝ සමාජීය මූලාරම්භය, දේපළ, අබලතාව, උපත හෝ වෙනත් තත්ත්වය කුමක් වුව ද, ඒ නොසලකා කිසිදු ආකාරයක විශේෂයක් නොකර, එක් එක් ළමයා කෙරෙහි මෙම ප්‍රඥප්තියෙහි දක්වා ඇති අයිතිවාසිකම්, ස්වකීය අධිකරණ සීමාව තුළ දී ගරු කරනු ලැබිය යුතු අතර, ඒවා පිළිගන්නා බවට සහතික වනු ලැබීය යුතුය.

2. ළමයාගේ දෙමව්පියන්, නීතිඅානුකූල භාරකරුවන්ගේ හෝ පවුලේ සාමාජිකයන්ගේ තත්ත්වය, ක්‍රියාකාරකම්, ප්‍රකාශිත අදහස්, හෝ විශ්වාස පදනම් කර ගත් සියලු ආකාරයේ විශේෂයන්ට හෝ දඬුවම්වලට හෝ එරෙහිව, ළමයා ආරක්ෂා වන බවට වගබලා ගැනීම පිණිස, සියලු සුදුසු පියවරවල් පාර්ශවකරුවන් වන රාජ්‍යයන් විසින් ගනු ලැබිය යුතුය.

3 වන ව්‍යවස්ථාව

1 ළමයින් පිළිබඳ වූ සියලු ක්‍රියාකාරකම්වල ද, ඒවා පොදු හෝ පෞද්ගලික හෝ සමාජ සුභ සාධක ආයතන, නීතිය ක්‍රියාත්මක කරන අධිකරණ, පරිපාලන බලධාරීන් නැතහොත් ව්‍යවස්ථාදායක මණ්ඩල විසින් කරනු ලැබුව ද, ළමයාගේ වැඩිම යහපත එහිදී මූලිකව සැළකිය යුතු කරුණක් විය යුතුය

2 ඔහු හෝ ඇය සම්බන්ධයෙන් නීත්‍යානුකූල භාරකරුවන්ගේ හෝ වෙනත් පුද්ගලයන්ගේ අයිතිවාසිකම් හා යුතුකම් සැලකිල්ලට ගනිමින්, ඔහුට හෝ ඇයට අවශ්‍ය වන්නා වූ රැකවරණ හා භාරය එම ළමයාට ලැබෙන බවට රාජ්‍ය පාර්ශවකරුවන් වග බලා ගත යුතු අතර, මේ අරමුණ උදෙසා සියලු යෝග්‍ය ව්‍යවස්ථාදායක හා පරිපාලන පියවරවල් ගනු ලැබීය යුතුය.

3. ළමයින්ගේ භාරය හෝ රැකවරණ හෝ වගකිව යුතු වන ආයතන, සේවාවන් සහ පහසුකම්, නිසි බලධාරීන් විසින් පිහිටුවන ලද ප්‍රමිතින්ට විශේෂයෙන් ම ආරක්ෂාව, සෞඛ්‍ය, සංඛ්‍යාව සහ ඒවායේ කාර්ය මණ්ඩලයේ යෝග්‍යතාව මෙන්ම, නිසි අධීක්ෂණය පිළිබඳ ප්‍රමිතින්ට ගැළපෙන බවට පාර්ශවකරුවන් වන රාජ්‍යයන් විසින් වගබලා ගනු ලැබිය යුතුය.

4 වන ව්‍යවස්ථාව

මෙම ප්‍රඥප්තියෙහි පිළිගෙන ඇති අයිතිවාසිකම් ක්‍රියාත්මක කිරීම පිණිස අදාළ වන සියලු ව්‍යවස්ථාදායක, පරිපාලන සහ වෙනත් පියවරවල් පාර්ශවකරුවන් වන රාජ්‍යයන් විසින් ගනු ලැබිය යුතුය. ආර්ථික, සාමාජීය සහ සංස්කෘතික අයිතිවාසිකම් සම්බන්ධයෙන් වූ විට, පාර්ශවකරුවන් වන රාජ්‍යයන් විසින් තමන්ට ඇති සම්පත්වල උපරිම ප්‍රමාණයට අනුව ද අවශ්‍ය වන අවස්ථාවල ජාත්‍යන්තර සහයෝගීතාවයේ රාමුව ඇතුළත ද එම පියවරවල් ගනු ලැබිය යුතුය.

5 වන ව්‍යවස්ථාව

වර්තමාන ප්‍රඥප්තියෙහි පිළිගෙන ඇති අයිතිවාසිකම් ළමයා විසින් ක්‍රියාවේ යෙදවීමේ දි ළමයාගේ ශක්නුතාවන් වර්ධනයට ගැළපෙන ආකාරයට නිසි විධාන සහ මග පෙන්වීම් කිරීමට ළමයා සම්බන්ධයෙන් නීතිඥානුකූලව වගකියන්නා වූ දෙමව්පියන්ගේ හෝ අදාළ වන අවස්ථවල දේශීය චාරිත්‍රවලින් විධිවිධාන සළකනු ලැබ ඇති ව්‍යාප්ත පවුලේ හෝ ජන සමූහයේ සාමාජිකයන්ගේ හෝ නීතිඥානුකුල භාරකරුවන්ගේ හෝ වෙනත් තැනැත්තන්ගේ වගකීම්වලට අයිතිවාසිකම්වලට සහ කාර්යයන්ට පාර්ශවකරුවන් වන රාජ්‍යයන් ගරු කළ යුතු ය.

6 වන ව්‍යවස්ථාව

1 ජීවත්වීම සඳහා නෛසර්ගික අයිතියක් සෑම ළමයකුටම තිබෙන බව පාර්ශවකරුවන් වන රාජ්‍යයන් පිළිගනිති

2. ළමයාගේ පැවැත්ම සහ වර්ධනය පාර්ශවකරුවන් වන රාජ්‍යයන් විසින් හැකි උපරිම ප්‍රමාණයට සුරක්ෂිත කරනු ලැබිය යුතුය.

7 වන ව්‍යවස්ථාව

1. ළමයකු උපත ලද විගසම ලියාපදිංචි කරනු ලැබිය යුතු අතර, උපතෙහි සිටම නමක් ලැබීමේ අයිතිය ද ජාතියක් ලබා ගැනීමේ අයිතිය ද ඔහුට ඇත්තේ ය. එසේම හැකිතාක් දුරට ඔහුගේ හෝ ඇයගේ දෙමව්පියන් කවුරුන් ද කියා දැන ගැනීමේ සහ එම දෙමව්පියන් විසින් රැකවරණ භාරය සලසනු ලැබීමේ අයිතිය ද ඔහුට ඇත්තේ ය.

2 ස්වකීය ජාතික නීතියට සහ මෙම ක්ෂේත්‍රයෙහි අදාළ ජාත්‍යන්තර සන්ධාන යටතේ ස්වකීය වගකීම්වලට අනුකූලව මෙම අයිතිවාසිකම් ක්‍රියාවේ යෙදවීම පාර්ශවකරුවන් වන රාජ්‍යයන් විසින් සුරක්ෂිත කරනු ලැබිය යුතු අතර, මෙසේ නොකළ විට ළමයා රටක් නොමැති තැනැත්තකු වන අවස්ථාවල මෙය විශේෂයෙන්ම කළ යුතු වන්නේ ය.

8 වන ව්‍යවස්ථාව

1. නීතිය මගින් පිළිගනු ලැබ ඇති රටවැසිභාවය නම සහ පවුල් සම්බන්ධතා ඇතුළත් ඔහුගේ හෝ ඇයගේ අනන්‍යතාවය, අනීතික මැදිහත්වීම්වලින් තොරව ආරක්ෂා කර ගැනීමේ ළමයාගේ අයිතිවාසිකමට ගරු කිරීමට පාර්ශවකරුවන් වන රාජ්‍යයන් බැඳී සිටින්නාහ.

2. ඔහුගේ හෝ ඇයගේ අනන්‍යතාවයේ අංග කිපයක් හෝ සියල්ලම හෝ නීති විරෝධී ලෙස ළමයකුට අහිමි කරනු ලැබ ඇති අවස්ථාවක, ඔහුගේ හෝ ඇයගේ අනන්‍යතාව යළිත් කඩිනමින් පිහිටුවීමේ පරමාර්ථයෙන් පාර්ශවකරුවන් මත රාජ්‍යයන් විසින් යෝග්‍ය සහාය සහ ආරක්ෂාව සලසනු ලැබිය යුතු ය.

9 වන ව්‍යවස්ථාව

1. ළමයාගේ වැඩිම යහපත උදෙසා ඔහුගේ හෝ ඇයගේ හෝ දෙමව්පියන්ගෙන් වෙන් කළ යුතු බවට අදාළ කරගනු ලැබිය යුතු නීතියට සහ කාර්ය පටිපාටියට අනුකූලව, නිසි බලධරයන් විසින් අධිකරණ සමීක්ෂණයට යටත්ව තීරණය කරනු ලැබෙන විට හැර, ඔහුන්ගේ කැමැත්තට එරෙහිව ළමයකු ඔහුගේ හෝ ඇයගේ හෝ දෙමව්පියන්ගෙන් වෙන් නොකරවන බවට පාර්ශවකරුවන් වන රාජ්‍යයන් සහතික විය යුතුය. එවැනි තීරණයක් දෙමව්පියන් විසින් ළමයකු අනිසි ලෙස සැලකිලිමත් හෝ නොසළකා හැරීමක් හෝ දෙමව්පියන් වෙන්වී ජීවත්වීමක් හෝ ඇතුළත් විශේෂ අවස්ථාවක දී ගනු ලැබිය හැකි අතර ළමයාගේ පදිංචි ස්ථානය පිළිබඳ ව තීරණයක් කරනු ලැබිය යුතුය.

2. 1 වන ඡේදය ප්‍රකාරව පැවැත්වෙන නඩු කටයුතු කිසිවක දී, එම කටයුතුවලට සහභාගී වී තම අදහස් දැන්වීමට අවස්ථාව, එම සම්බන්ධතාවන් දක්වන සියලුම පාර්ශවකරුවන්ට ලබා දිය යුතු ය.

3. දෙමව්පියන්ගෙන් කෙනෙකුගෙන් හෝ දෙදෙනාගේම හෝ වෙන්වී සිටින ළමයාට ක්‍රමික පදනමක් මත මව්පියන් දෙදෙනාම සමග පෞද්ගලික ආශ්‍රය හා ඍජු සම්බන්ධතා පවත්වා ගෙන යාමේ අයිතියට ගරු කිරීම, ළමයාගේ වැඩිම යහපතට පටහැනි වන්නේ නම් මිස, පාර්ශවකරුවන් වන රාජ්‍යයන් එම අයිතියට ගරු කරනු ලැබිය යුතු ය.

4. දෙමව්පියන්ගෙන් කෙනකු හෝ දෙමව්පියන් හෝ ළමයා හෝ රඳවා ගැනීම, බන්ධනාගාර ගත කිරීම, රටින් පිටුවහල් කොට තැබීම්, රටින් නෙරපීම හෝ (එම තැනැත්තා රාජ්‍ය අත් අඩංගුවෙහි සිටින අතරතුර දී කිනම් හේතුවක් නිසා වුව ද උද්ගත වන මරණය ඇතුළත්ව) මිය යාම වැනි රාජ්‍ය පාර්ශවයන් විසින් ආරම්භ කරන ලද කිසියම් ක්‍රියාවක ප්‍රතිඵලයක් වශයෙන් එම වෙන්වීම සිදුවී ඇති අවස්ථාවක දෙමව්පියන් හෝ ළමයා හෝ අදාළ වන්නේ නම්, එම පවුලේ වෙනත් සාමාජිකයෙකු හෝ ඉල්ලා සිටි විට, එම පවුලේ නැතිවී සිටීන සාමාජිකයා (සාමාජිකයන්) කොහි සිටින්නේ ද යන්න පිළිබඳ ව අවශ්‍ය තොරතුරු එම ළමයාගේ අභිවෘද්ධියට හානිකර වන්නේ නම් මිස, එම දෙමව්පියන් ළමයා හෝ පවුලේ වෙනත් සාමාජිකයා හෝ වෙත සපයනු ලැබිය යුතු ය. එවැනි ඉල්ලීමක් ඉදිරිපත් කළ පමණින් ම, අදාළ තැනැත්තාට හෝ තැනැත්තියට හානිකර ප්‍රතිඵල ඇති නොවන බවට පාර්ශවකරුන් වන රාජ්‍යයන් විසින් වැඩිදුරටත් වගබලා ගනු ලැබිය යුතු ය.

10 වන ව්‍යවස්ථාව

1. 9 වන ව්‍යවස්ථාවේ 1 වන ඡේදය යටතේ පාර්ශවකරුවන් වන රාජ්‍යවල වගකීම්වලට අනුකූලව, පවුලක් නැවත එක්වීමේ කාර්යය සඳහා රාජ්‍ය පාර්ශවයකට ඇතුලුවීමට හෝ රාජ්‍ය පාර්ශවයකින් පිට ව යාමට ළමයකු හෝ ඔහුගේ නැතහොත් ඇයගේ දෙමව්පියන් හෝ විසින් කරනු ලබන ඉල්ලීමක් සම්බන්ධයෙන් නියත, මානුෂික හා කඩිනම් ආකාරයකින් පාර්ශවකරුවන් වන රාජ්‍යයන් කටයුතු කළ යුතුය. එවැනි ඉල්ලීමක් කිරීම, ඉල්ලුම්කරුට හෝ ඔවුන්ගේ පවුලේ සාමාජිකයන්ට හෝ හානිකර ප්‍රතිඵල නොගෙනෙන බවට, පාර්ශවකරුවන් වන රාජ්‍යයන් විසින් වැඩිදුරටත් වගබලා ගනු ලැබිය යුතු ය.

2 යම් දරුවකුගේ දෙමව්පියන් විවිධ රාජ්‍යවල පදිංචිව සිටින්නේ ද , ඒ දරුවාට විශේෂ අවස්ථානුගත කරුණු පවත්නා විට හැර, දෙමව්පියන් දෙදෙනාම සමග පෞද්ගලික ආශ්‍රය සහ සෘජු සම්බන්ධතා ක්‍රමික පදනමක් මත පවත්වා ගෙන යාමේ අයිතිය තිබිය යුතු ය. ඒ අරමුණ සඳහා ද, 9 වන ව්‍යවස්ථාවේ 2 ජේදය යටතේ රාජ්‍ය පාර්ශවකරුන්ගේ වගකිම්වලට අනුකූලව ද, ළමයාට සහ ඔහුගේ හෝ ඇයගේ දෙමව්පියන්ට තමාගේ රට ඇතුලු ඕනෑම රටක් හැර යාමට ද, තම රටට ඇතුලුවීමට ද තිබෙන අයිතිය පාර්ශවකරුවන් වන රාජ්‍යයන් විසින් ගරු කරනු ලැබිය යුතු ය. නීතිය මගින් නියම කරනු ලැබ ඇති සහ ජාතික ආරක්ෂාව, මහජන සාමය, මහජන සෞඛ්‍යය, සදාචාර ධර්ම හෝ මෙම ව්‍යවස්ථාව මගින් පිළිගෙන තිබෙන වෙනත් අයිතිවාසිකම්වලට එකඟ වන්නා වූ වෙනත් තැනැත්තන් ගෙන් අයිතිවාසිකම් සහ ස්වාධීනතා හෝ සුරැකීම පිණිස අවශ්‍ය වන්නා වූ සීමා කිරීම්වලට පමණක්, කිසියම් රටක් හැර යාමේ අයිතිය සීමා විය යුතු ය.

11 වන ව්‍යවස්ථාව

1. නීති විරෝධි ලෙස ළමයින් පිටරට යැවීම සහ පිටරටවල සිට ආපසු නොඑවීම මර්ධනය කිරීම සඳහා පියවරවල් පාර්ශවකරුවන් වන රාජ්‍යයන් විසින් ගනු ලැබිය යුතු ය.

2. මෙම අරමුණු ඉටු කර ගැනීම සඳහා ද්විපාර්ශ්වික හෝ බහු පාර්ශ්වික හෝ ගිවිසුම් ඇති කර ගැනීම හෝ පවත්නා ගිවිසුම්වලට ආබද්ධ කිරීම හෝ පාර්ශවකරුවන් වන රාජ්‍යයන් කරනු ලැබිය යුතුය.

12 වන ව්‍යවස්ථාව

1. තමාගේම අදහස් ඇති කර ගැනීමේ ශක්නුතාව ඇති ළමයාට, ඒ ළමයාට බලපාන්නා වූ සියලු කාරණා පිළිබඳ ව ඔහුගේ හෝ ඇයගේ හෝ අදහස් නිදහස් ලෙස ප්‍රකාශ කිරීමේ අයිතිය, පාර්ශවකරුවන් වන රාජ්‍යයන් විසින්, එම ළමයාට ආරක්ෂණය කොට දෙනු ලැබිය යුතු අතර, ළමයාගේ වයසට සහ පරිණතභාවයට අනුකූලව එම ළමයාගේ අදහස්වලට සැළකිල්ල දැක්විය යුතු ය.

2. මෙම කාර්යය සඳහා ළමයාට බලපාන කිසියම් අධිකරණ හෝ පරිපාලන කාර්ය පටිපාටිවල දී, ජාතික නීතියේ කාර්ය පටිපාටික රීති වලට ගැළපෙන්නා වූ ආකාරයට ළමයා විසින් කෙළින් ම හෝ නියෝජිතයකු නැතහොත් නිසි මණ්ඩලයක් මගින් හෝ කියනු ලබන කරුණු ඇසීමේ අවස්ථාවක්, විශේෂයෙන් ම ළමයකු වෙත ලබා දෙනු ලැබිය යුතු ය.

13 වන ව්‍යවස්ථාව

ප්‍රකාශන නිදහස සඳහා අයිතිය ළමයකුට තිබිය යුතු ය. මෙම අයිතිය දේශ සීමා කුමක් වුව ද, සියලුම ආකාරයේ තොරතුරු සහ අදහස් ගවේෂණය කිරීම, ලබා ගැනීම සහ වාචිකව, ලිඛිතව හෝ කලාවක ස්වරූපයෙන් හෝ ළමයා රුචි වෙනත් යම් මාධ්‍යයකින් හෝ ප්‍රකාශයට පත් කිරීම ඇතුළත් වන්නේ ය.

2. මෙම අයිතිය ක්‍රියාත්මක කිරීම ඇතැම් සීමා කිරීම්වලට යටත් විය හැකිය. එසේ වුව ද එය සීමා කිරීම්, නීතියෙන් විධිවිධාන සලසා ඇත්තා වූ ද

(අ) වෙනත් තැනැත්තන්ගේ අයිතීන්ට සහ ගරු කිරීම පිණිස හෝ

(ආ) ජාතික ආරක්ෂාව හෝ මහජන සාමය හෝ මහජන සෞඛ්‍ය හෝ සදාචාර ධර්ම හෝ සුරැකීම පිණිස හෝ අවශ්‍ය වූ ද සීමා කිරීම් පමණක් විය යුතු ය

14 වන ව්‍යවස්ථාව

1. ළමයාගේ චින්තනයේ, හෘදය සාක්ෂියේ සහ ආගමික විශ්වාසයේ නිදහස පිළිබඳ වූ අයිතියට, පාර්ශ්වකරුවන් වන රාජ්‍යයන් ගරු කළ යුතු ය.

2. ළමයාගේ වර්ධනය වන්නා වූ ශක්නුතාවයන්ට ගැළපෙන ආකාරයකට ඔහුගේ හෝ ඇයගේ මෙම අයිතිවාසිකම් ක්‍රියාවේ යෙදවීමේ දි විධාන සැළසීමේ දෙමව්පියන්ගේ සහ අදාළ අවස්ථාවල දී නීත්‍යානුකූල භාරකරුවන්ගේ අයිතිවාසිකම් සහ යුතුකම්වලට, ගරු කිරීම පාර්ශවකරුවන් වන රාජ්‍යයන් විසින් කරනු ලැබිය යුතු ය.

3. නීතියෙන් නියම කරනු ලැබ ඇත්තා වූ ද, මහජන ආරක්ෂාව, සාමය, සෞඛ්‍ය හෝ සදාචාරධර්ම හෝ වෙනත් තැනැත්තන්ගේ මූලික අයිතිවාසිකම් සහ ස්වාධීනත්වයක් හෝ ආරක්ෂා කිරීම පිණිස අවශ්‍ය වන්නා වූ ද සීමාකිරීම්වලට පමණක් යමෙකුගේ ආගම හෝ ඇදහීම් හෝ ප්‍රකාශ කිරීමේ නිදහස සීමා විය හැකි ය.

15 වන ව්‍යවස්ථාව

1. පාර්ශවකරුවන් වන රාජ්‍යයන් විසින්, ළමයකුගේ සමාගමයේ නිදහස සහ සමාකාමී රැස්වීමේ නිදහස පිළිගනු ලැබේ.
2. නීතියට අනුකූලව පනවා ඇත්තා වූ ද, ජාතික ආරක්ෂාවෙහි හෝ මහජන ආරක්ෂාවෙහි හෝ මහජන සාමයෙහි අභිවෘද්ධිය පිණිස ද මහජන සෞඛ්‍ය හෝ සදාචාර ධර්ම සුරැකීම පිණිස හෝ වෙනත් තැනැත්තන්ගේ අයිතිවාසිකම් සහ ස්වාධීනත්වයන් සුරැකීම පිණිස ද, ප්‍රජාතන්ත්‍රවාදී සමාජයකට අවශ්‍ය වන්නා වූ ද සීමා කිරීම් හැර මෙම අයිතිවාසිකම් ක්‍රියාවට යෙදවීමේ දී සීමාකිරීම් කිසිවක් පනවනු නොලැබිය හැකි ය.

16 වන ව්‍යවස්ථාව

1. කිසිම ළමයකුට ඔහුගේ හෝ ඇයගේ පෞද්ගලිකත්වය, පවුල, නිවස හෝ ලිපි ගනුදෙනු සම්බන්ධයෙන් අත්තනෝමතික නැතහොත් අනීතික මැදිහත්වීම්වලට භාජනය කරනු ලැබීමමට ද ඔහුගේ හෝ ඇයගේ ගරුත්වයට සහ කීර්තියට අනීතික ලෙස හානි කරනු ලැබීමට ද යටත් නොකළ යුතු ය.

2. එවැනි මැදිහත්වීම්වලට හෝ හානිකිරීම් වලට හෝ විරුද්ධ ව නීතියේ ආරක්ෂාව ලැබීමේ අයිතිය ළමයකුට ඇත්තේ ය.

17 වන ව්‍යවස්ථාව

පාර්ශ්වකරුවන් වන රාජ්‍යයන් විසින් ජන මාධ්‍ය මගින් ඉටු කරනු ලබන වැදගත් කාර්යය පිළිගනු ලබන අතර ම විවිධ වු ජාතික සහ ජාත්‍යන්තර සම්භවයන්ගෙන් ලැබෙන්නා වු විශේෂයෙන් ම ඔහුගේ හෝ ඇයගේ සමාජීය, ආධ්‍යාත්මික සහ සදාචාරාත්මක වර්ධනය සහ කායික මානසික සෞඛ්‍ය නංවාලීම අරමුණු කොට ගත් තොරතුරුවලට සහ පුවත්පත්වලට ප්‍රවේශය ළමයාට තිබෙන බවට වගබලා ගනු ලැබිය යුතුය. මෙම අරමුණු උදෙසා පාර්ශවකරුවන් වන රාජ්‍යයන් විසින්

(අ) ළමයාට සමාජීය සහ සංස්කෘතික වශයෙන් අර්ථදායක වන්නා වු ද 29 වන ව්‍යවස්ථාවේ හරයට අනුකූලව ද තොරතුරු සහ පුවත් ප්‍රමාණය ප්‍රචාරය කිරීමට ජන මාධ්‍යයන් උනන්දු කරලීම.

(ආ) විවිධ සංස්කෘතික, ජාතික සහ ජාත්‍යන්තර සම්භවයන් සමග එම තොරතුරු සහ පුවත් නිෂ්පාදනය කිරීමෙහි ලා හුවමාරු කර ගැනීමෙහි ලා සහ ප්‍රචාරය කිරීමෙහිලා, ජාත්‍යන්තර සහයෝගීතාව උනන්දු කරලීම.

(ඇ) ළමා පොත් නිෂ්පාදනය සහ ප්‍රචාරය කිරීම උනන්දු කරලීම

(ඈ) සුළු කණ්ඩායමකට අයත් වන්නා වු හෝ දේශීය වු හෝ ළමයාගේ වාග් විද්‍යාත්මක අවශ්‍යතා ගැන විශේෂ සැලකිල්ලක් දැක්වීමට ජනමාධ්‍යයන් උනන්දු කරලීම.

(ඉ) 13 වන 18 වන ව්‍යවස්ථාවල විධිවිධාන සිත්හි දරාගෙන ඔහුගේ හෝ ඇයගේ යහපතට හානිකර වන්නා වු තොරතුරු වලින් සහ පුවත්පත්වලින් ළමයා ආරක්ෂා කර ගැනීම සඳහා නිසි මාර්ගෝපදේශ වර්ධනය කර ගැනීමට උනන්දු කරලීම.
පාර්ශ්වකරුවන් වන රාජ්‍යයන් විසින් කරනු ලැබිය යුතු ය.

18 වන ව්‍යවස්ථාව

1. ළමයා හදාවඩා ගැනීම සහ වර්ධනය කිරීම සඳහා පොදු වගකීමක් දෙමව්පියන් දෙදෙනාටම තිබෙන බවට වු මූලධර්ම පිළිගන්නා බවට සහතික වීම පිණිස තමන්ට හැකි සෑම උත්සාහයක්ම පාර්ශ්වකරුවන්වන රාජ්‍යයන් විසින් ගනු ලැබිය යුතු ය. ළමයා හදා වඩා ගැනීම සහ වර්ධනය කිරීම සඳහා මූලික වගකීමක් දෙමව්පියන්ට හෝ අවස්ථාවෝචිත පරිදි නීත්‍යානුකූල භාරකරුවන්ට ඇත්තේ ය. ඔවුන් මූලික ව සැළකිය යුතු කරුණු වන්නේ ළමයාගේ වැඩිම යහපතයි

2. මෙම සම්මුතියෙහි දක්වා ඇති අයිතිවාසිකම් තහවුරු කෙරෙන බවට සහතික වීමේ සහ ඒවා ප්‍රවර්ධනය කිරීමේ කාර්යය සඳහා තම දරුවන් හදා වඩා ගැනීමේ වගකීම් ඉටු කිරීමේ දී දෙම්පියන්ට සහ නීත්‍යානුකූල භාරකරුවන්ට, පාර්ශවකරුවන් වන රාජ්‍යයන් විසින් සුදුසු ආධාර සලසනු ලැබිය යුතු අතර, ළමයින්ගේ පෝෂණය සහ රැකවරණය සඳහා ආයතන, පහසුකම් හා සේවාවන් සංවර්ධනය කෙරෙන බවට ද වගබලා ගනු ලැබිය යුතුය

3.වැඩ කරන දෙමව්පියන්ගේ දරුවන්ට ලබා ගැනීමට සුදුසුකම් ඇත්තේ ළමා ආරක්ෂක සේවාවන් සහ පහසුකම් ද, ඒවායින් ප්‍රතිලාභ ලැබීමේ අයිතිය. ඒ ළමයින්ට තිබෙන බවට සහතික වීම පිණිස අවශ්‍ය සියලු යෝග්‍ය පියවරවල් පාර්ශවකරුවන් වන රාජ්‍යයන් විසින් ගනු ලැබිය යුතුය.

19 වන ව්‍යවස්ථාව

1. ළමයකු, දෙමව්පියන් හෝ නිත්‍යානුකූල භාරකරුවන්ගේ නැතහොත් භාරකරුවන්ගේ හෝ ළමයාගේ ආරක්ෂක රැකවරණය භාරව සිටින වෙනත් යම් තැනැත්තෙකුගේ ආරක්ෂක රැකවරණයෙහි සිටින අතරතුර, සියලු ආකාරයේ ශාරීරික හෝ මානසික හිංසා පීඩාවලින් අනතුරු වලින්, පරිභවයට පාත්‍ර කිරීමෙන් නොසළකා හැරීමෙන් හෝ නොසැළකිලිමත් ලෙස සලකනු ලැබීමෙන්, වෙනස්කම් කිරීමෙන් හෝ අයථා ලිංගික සම්බන්ධතා ඇතුලු අයථා ක්‍රියාවන්ට භාජනය කිරීමෙන් හෝ අයුතු ප්‍රයෝජනයට යොදා ගැනීමෙන්, ළමයා ආරක්ෂා කර ගැනීම සඳහා, පාර්ශවකරුවන් වන රාජ්‍යයන් විසින් සියලුම යෝග්‍ය ව්‍යවස්ථාදායක, පරිපාලනමය, සමාජීය සහ අධ්‍යාපනික පියවරවල් ගනු ලැබිය යුතු ය.

2. අදාළ වන පරිදි, එම ආරක්ෂක පියවරවලට, ළමයාට සහ ළමයාගේ ආරක්ෂක රැකවරණ දරණ තැනැත්තන්ට අවශ්‍ය ආධාරය සලසන්නා වූ සමාජ වැඩ පිළිවෙලවල් පිහිටුවීම සඳහා ද මෙහි කලින් විස්තර කර ඇත්තා වූ ද, අධිකරණයේ මැදිහත්වීම සඳහා යෝග්‍ය වන්නා වූ ද ළමයාට අනිසි ලෙස සැලකීමේ අවස්ථා වැළැක්වීම, ඒ අවස්ථා හඳුනා ගැනීම, වාර්තා කිරීම, අවධානයට යොමු කිරීම, විමර්ශනය කිරීම, ඒ අවස්ථා සම්බන්ධයෙන් කටයුතු කිරීම සහ පසු විපරම් කිරීම සඳහා වෙනත් ස්වභාවයේ ඵලදායි කාර්ය පටිපාටි ඇතුලත් විය යුතුය.

20 වන ව්‍යවස්ථාව

1. ඔහුගේ හෝ ඇයගේ පවුල් පරිසරය තාවකාලිකව හෝ ස්ථිරව හෝ ඇයට අහිමි ව ඇත්තා වූ හෝ තමන්ගේම වැඩිම යහපත පිණිස ඒ පරිසරයේ රැඳී සිටීමට ඉඩ දෙනු ලැබිය නොහැකි වන්නා වූ හෝ ළමයකුට, රාජ්‍යය විසින් සලසනු ලබන විශේෂ ආරක්ෂාව සහ ආධාර ලැබීමේ අයිතියක් තිබිය යුතුය.

2. ස්වකීය ජාතික නීතිවලට අනුකූලව, පාර්ශවකරුවන් වන රාජ්‍යයන් විසින්, එවැනි ළමයකුට විකල්ප ආරක්ෂක රැකවරණ ලැබෙන බවට වගබලා ගනු ලැබිය යුතුය.

3. වෙනත් කරුණු අතර, එවැනි ආරක්ෂක රැකවරණයකට පිළිදැකුම් භාරයක පිහිටුවීම, ඉස්ලාම් නීතියේ කෆාලා දරුකමට හදා ගැනීම, හෝ අවශ්‍ය වේ. ළමයින්ගේ ආරක්ෂා රැකවරණ සඳහා වූ සුදුසු ආයතනයක රැඳවීම ඇතුළත් විය යුතුය. විසඳුම් සළකා බැලීමේ දී ළමයා හදා වඩා ගැනීම දිගටම කරගෙන යාමේ අවශ්‍යතාවය සහ ළමයාගේ ජනවාර්ගික, ආගමික, සංස්කෘතික සහ භාෂාමය පසුබිම කෙරෙහි නිසි අවධානය යොමු කළ යුතු ය.

21 වන ව්‍යවස්ථාව

දරුකමට හදා ගැනීමේ ක්‍රමය පිළිගන්නා වූ සහ / හෝ එයට ඉඩ දෙන්නා වූ පාර්ශවකරුවන් වන රාජ්‍යයන් විසින්, වැඩිම සැලකිල්ල ළමයාගේ වැඩිම යහපත උදෙසා යොමුවන බවට වගබලා ගනු ලැබිය යුතු අතර, එම රාජ්‍යයන් විසින්

(අ) දෙමව්පියන්ට, ඥාතීන්ට සහ නිත්‍යානුකූල භාරකරුවන්ට අදාළව, ළමයාගේ තත්ත්වය ප්‍රකාරව, දරුකමට හදා ගැනීමට අවසර දිය හැකි බවට සියලු අදාළ සහ විශ්වාසනීය තොරතුරු පදනම් කර ගෙන අදාළ නීතියට සහ ක්‍රියා පටිපාටියට අනුකූලව තීරණ ගන්නා නිසි බලධාරීන් විසින් පමණක් දරුකමට හදා ගැනීමේ අවසර දී ඇති බවට සහ අවශ්‍ය නම් අවශ්‍ය වන්නා වූ උපදෙස් පදනම් කර ගෙන දරුකමට හදා ගැනීමට එකඟ බවට අදාළ තැනැත්තා විසින් දැනුම් දී ඇති බවට වගබලා ගැනීම ද,

(ආ) ළමයා පිළිදැකුම් භාරයක හෝ හදා වඩා ගන්නා පවුලක භාරයෙහි හෝ තැබිය නොහැකි නම් හෝ කිසියම් සුදුසු ආකාරයකට ළමයා උපත ලද රටෙහිම ආරක්ෂක රැකවරණ සැලසිය නොහැකි නම්, ළමයාගේ ආරක්ෂක රැකවරණ පිළිබඳ විකල්ප මාර්ගයක් වශයෙන් රටරටවල් අතර දරුකමට හදා ගැනීම සලකා බැලිය හැකි බව පිළිගැනීම ද,

(ඇ) රටරටවල් අතර දරුකමට හදා ගැනීමට භාජනය වන ළමයාට ද, රට තුළ ජාතික වශයෙන් දරුකමට හදා ගන්නා අවස්ථාවල පවත්නා ආරක්ෂාවන් සහ තත්ත්වයන් භුක්ති විඳීමට ලැබෙන බවට වගබලා ගැනීම ද,

(ඈ) රටරටවල් අතර දරුකමට හදා ගැනීමේ දී, එසේ පිහිටුවීමේ ප්‍රතිඵලයක් වශයෙන් එයට සම්බන්ධ වූ තැනැත්තන්ට අයුතු මූල්‍ය වාසියක් නොලැබෙන බවට සහතික වීම පිණිස සුදුසු සියලු පියවරවල් ගැනීම ද,

(ඉ) යෝග්‍ය අවස්ථාවල දී ද්වි පාර්ශ්වික හා බහු පාර්ශ්වික වැඩ පිළිවෙලවල් හෝ හෝ ගිවිසුම් හෝ ඇති කර ගැනීම මගින් මෙම ව්‍යවස්ථාවේ පරමාර්ථ ප්‍රවර්ධනය කිරීම සහ ළමයා වෙනත් රටක පිහිටුවීම නිසා බලයලත් අධිකාරීන් නැතහොත් අංශ මගින් සිදුකරන බවට සහතික වීම පිණිස, මෙම රාමුව තුළ ප්‍රයත්න දැරීම ද ලැබිය යුතු ය.

22 වන ව්‍යවස්ථාව

1. පාර්ශවකරුවන් වන රාජ්‍යයන් විසින්, අදාළ වන්නාවූ ජාත්‍යන්තර හෝ දේශීය නීතියට සහ කාර්ය පටිපාටියට අනුකූල වූ, සරණාගත තත්ත්වය පතන්නා වූ නැතහොත් සරණාගතයකු ලෙස සලකනු ලබන්නා වූ දරුවකු, ඔහුගේ හෝ ඇයගේ දෙමව්පියන් හෝ වෙනත් යම් තැනැත්තෙකු හෝ සමග් ඉදිරිපත් වන්නේ වුව ද, නොවුව ද එකී රාජ්‍යයන් පාර්ශවකරුවන් වන්නා වූ මෙම ප්‍රඥප්තියෙහි සහ වෙනත් ජාත්‍යන්තර මානුෂික අයිතිවාසිකම් හෝ දයාව හෝ පිළිබඳ සාධක පත්‍රවල දක්වා ඇති අදාළ අයිතිවසිකම් භුක්ති විඳීමේ දී නිසි ආරක්ෂාව සහ මානව දයාව ලැබෙන බවට සහතික කිරීම පිණිස, උචිත පියවරවල් ගනු ලැබිය යුතු ය.

2. මෙම කාර්ය සඳහා එවැනි ළමයකු ආරක්ෂා කිරීම සහ එම ළමයාට සහාය වීම පිණිසත් ඔහුගේ හෝ ඇයගේ හෝ පවුල එකමුතු කිරීම සඳහා අවශ්‍ය තොරතුරු ලබා ගැනීමට කිසියම් සරණාගත ළමයකුගේ දෙමව්පියන් හෝ පවුලේ වෙනත් සාමාජිකයන් හෝ සොයා ගැනීම පිණිසත් එක්සත් ජාතීන් විසින් ද, එක්සත් ජාතීන් සමග සහයෝගීව කටයුතු කරන නිසි බලැති අන්තර් ආණ්ඩු සංවිධාන හෝ ආණ්ඩුවේ නොවන සංවිධාන විසින් ද දරනු ලබන ප්‍රයත්න කිසිවක දී, පාර්ශවකරුවන්වන රාජ්‍යයන් විසින්, ඒවා සුදුසුයයි සලකන සහාය සලසනු ලැබිය යුතුය. දෙමව්පියන් හෝ පවුලේ සාමාජිකයන් හෝ සොයා ගත නොහැකි අවස්ථාවල දී, එම ළමයාට කිසියම් හේතුවක් නිසා ඔහුගේ හෝ ඇයගේ පවුල් පරිසරය ස්ථිරව හෝ තාවකාලිකව හෝ අහිමි ව සිටින වෙනත් ළමයකුට පරිදිම මෙම ප්‍රඥප්තියෙහි දක්වා ඇති ආරක්ෂාව ම සලසනු ලැබිය යුතුය.

23 වන ව්‍යවස්ථාව

1. මානසික හෝ ශාරීරික හෝ අබල ළමයකු, ඔහුගේ හෝ ඇයගේ ගරුත්වය සහතික කරන ආත්ම විශ්වාසය ප්‍රවර්ධනය කරන, සහ ප්‍රජාව සමඟ ළමයාගේ ක්‍රියාකාරී සහභාගීත්වය පහසු කරන තත්ත්වයක් මත, පරිපූර්ණ වු ද, විනීත වු ද, ජීවිතයක් ගත කළ යුතු බව පාර්ශවකරුවන් වන රාජ්‍යයන් විසින් පිළිගනු ලැබේ.

2. විශේෂ ආරක්ෂාව, රැකවරණය සඳහා අබල ළමයකුගේ අයිතිය පාර්ශවකරුවන් වන රාජ්‍යයන් විසින් පිළිගනු ලබන අතර, ඉල්ලුම් කර ඇත්තා වු ද, ළමයාගේ තත්ත්වය සහ ළමයා රැක බලා ගන්නා දෙමව්පියන්ගේ හෝ වෙනත් තැනැත්තන්ගේ හෝ අවස්ථානුගත තත්ත්වයන්ට උචිත වන්නා වු ද, ආධාරය, පවත්නා සම්පත්වලට යටත්ව, සුදුසුකම් ලබා ඇති ළමයා වෙත ද, ඔහුගේ හෝ ඇයගේ ආරක්ෂා රැකවරණය සඳහා වගකිව යුතු තැනැත්තන් ද ව්‍යාප්ත කිරීම, එම රාජ්‍යයන් විසින් උනන්දු කරනු ලැබිය යුතු අතර එසේ කෙරෙන බවට සහතික විය යුතු ය.

3. අබල ළමයකුගේ විශේෂ අවශ්‍යතා ගැන සැළකිලිමත් ව, ඒ ළමයා රැක බලා ගන්නා දෙමව්පියන්ගේ නැතහොත් වෙනත් තැනැත්තන්ගේ මුල්‍ය සම්පත් සැලකිල්ලට ගනිමින්, 2 වන ජේදයට අනුකුලව ව්‍යාප්ත කරනු ලබන ආධාරය, හැකි සැම අවස්ථාවකදීම, අයකිරීමක් නොමැතිව ප්‍රදානය කරනු ලැබිය යුතු අතර, ඔහුගේ හෝ ඇයගේ සංස්කෘතිය සහ අධ්‍යාත්මික වර්ධනය ඇතුලුව, ලබාගත හැකි පුර්ණ සමාජ සමෝධානය සහ පෞද්ගලික අභිවෘද්ධිය ළමයා විසින් අත්කර ගනු ලැබීමට හිතකර වන්නා වු ආකාරයකින් අධ්‍යාපනයට, පුහුණුවට සෞඛ්‍ය ආරක්ෂක සේවාවන්ට, පුනරුත්ථාපන සේවාවන්ට, සේවා නියුක්තිය සඳහා සුදානම් කිරීම්වලට, සහ විනෝදවීමේ අවස්ථාවලට ළමයාට ඵලදායී ප්‍රවේශය ඇති බවටත්, ඒවා ලැබෙන බවටත් සහතික වන පරිදි ඒවා සැලසුම් කොට තිබිය යුතුය.

4. මෙම ක්ෂේත්‍රවල තම හැකියාවන් සහ නිපුණතා වැඩි දියුණු කර ගැනීම ද තම අත්දැකීම් පුළුල් කර ගැනීමට ද, පාර්ශවකරුවන් වන රාජ්‍යවලට හැකියාව සැලසීමේ අරමුණ ඇති ව, පුනරුත්ථාපනය, අධ්‍යාපනය සහ වෘත්තීය සේවා ක්‍රමවලට අදාළ තොරතුරු සැපයිම සහ ඒවාට ප්‍රවේශ ලබාදීම ඇතුලුව අබල ළමයින් පිළිබඳ වු නිවාරණ සෞඛ්‍ය සේවා සහ වෛද්‍ය මානසික සහ ප්‍රතිකාර පිළිබඳ ක්ෂේත්‍රවල උචිත තොරතුරු හුවමාරු කර ගැනීම, පාර්ශවකරුවන් වන රාජ්‍යයන් විසින්, ජාත්‍යන්තර සහයෝගීතාවයේ නාමයෙන් ප්‍රවර්ධනය කරනු ලැබිය යුතුය. මේ සම්බන්ධයෙන් සංවර්ධනය වන්නා වු රටවල අවශ්‍යතාවයන් කෙරෙහි විශේෂ අවධානය යොමු කළ යුතු වේ.

24 වන ව්‍යවස්ථාව

1. සෞඛ්‍ය සම්බන්ධයෙන් ලබා ගත හැකි ඉහළම තත්ත්වය භුක්ති විඳීම සඳහා ද අසනීප වලට ප්‍රතිකාර ගැනීමට සහ සෞඛ්‍ය පුනරුත්ථාපනය කර ගැනීමට පහසුකම් සඳහා ද ළමයාගේ අයිතිය, පාර්ශවකරුවන් වන රාජ්‍යයන් විසින් පිළිගනු ලැබේ. එම සෞඛ්‍ය ආරක්ෂක සේවාවන්ට ප්‍රවේශය ලැබීමේ ඔහුගේ හෝ ඇයගේ අයිතිය කිසිම ළමයකුට අහිමි නොවන බවට වග බලා ගැනීම පිණිස, පාර්ශවකරුවන් වන රාජ්‍යයන් විසින් ප්‍රයත්න දරනු ලැබීය යුතු ය.

2. පාර්ශවකරුවන් වන රාජ්‍යයන් විසින් මෙම අයිතිය සම්පූර්ණයෙන් ම ක්‍රියාත්මක කරවීමට ක්‍රියා කරනු ලැබිය යුතු අතර, විශේෂයෙන්ම

(අ) ළදරු සහ ළමා මරණ සංඛ්‍යාව

(ආ) ප්‍රාථමික සෞඛ්‍ය ආරක්ෂාව වර්ධනය කිරීම කෙරෙහි අවධානය ඇතිව, සියලුම ළමයින්ට අවශ්‍ය වෛද්‍ය සහාය සහ සෞඛ්‍ය ආරක්ෂාව සැලසෙන බවට සහතික කිරීම.

(ඇ) පරිසර දූෂණයේ අනතුරු සහ අවදානම් සැලකිල්ලට ගනිමින්, වෙනත් කරුණු අතර, පහසුවෙන් ලබාගත හැකි තාක්ෂණ උපයෝගී කර ගැනීමෙන් සහ ප්‍රමාණවත් පෝෂ්‍යදායි ආහාර සහ පිරිසිදු පානීය ජලය සැපයීම මගින්, ප්‍රාථමික සෞඛ්‍ය ආරක්ෂාවේ රාමුව තුළ රෝග සහ මන්දපෝෂණය මර්ධනය කිරීමට.

(ඈ) මව්වරුන් සඳහා යෝග්‍ය ප්‍රාග් ප්‍රසව සහ පශ්චාත් ප්‍රසව සෞඛ්‍ය ආරක්ෂාව ලැබෙන බවට සහතික කිරීමට.

(ඉ) සමාජයේ සියලුම අංශවලට, විශේෂයෙන්ම දෙමව්පියන්ට හා ළමයින්ට, ළමා සෞඛ්‍ය සහ පෝෂණය, මව්කිරි දීමේ වාසිදායක තත්ත්වයන්, ස්වස්ථතාව සහ පාරිසරික සනීපාරක්ෂාව සහ අනතුරු වැළැක්වීම පිළිබඳ වූ මූලික දැනුම ලැබෙන බවට ද එම දැනුම භාවිතයේ දී සහාය වන බවට ද සහතික වීමට.

(ඊ) නිවාරණ සෞඛ්‍ය ආරක්ෂාව, දෙම්පියන් සඳහා මග පෙන්වීම සහ පවුල් සැළසුම් අධ්‍යාපනය සහ සේවාවන් වර්ධනය කිරීමට, සුදුසු පියවරවල් ගනු ලැබිය යුතු ය.

3. ළමයින්ගේ සෞඛ්‍යයට හානිකර වන්නා වූ පාරම්පරික සිරිත් නැති කිරීමේ අදහස ඇතිව, පාර්ශවකරුවන් වන රාජ්‍යයන් විසින් ඵලදායී වූ ද යෝග්‍ය වූ ද සියලු පියවරවල් ගනු ලැබිය යුතු ය.

4. මෙම ව්‍යවස්ථාවෙහි පිළිගෙන ඇති අයිතිය සම්පූර්ණයෙන් ම ඉෂ්ඨ කර ගැනීම ප්‍රගාමී ලෙස සාක්ෂාත් කර ගැනීමේ අදහසින්, පාර්ශවකරුවන් වන රාජ්‍යයන් විසින් ජාත්‍යන්තර සහයෝගීතාව ප්‍රවර්ධනය කිරීමටත් උනන්දු කිරීමටත් භාර ගනු ලැබේ. මේ සම්බන්ධයෙන් සංවර්ධන වන්නා වූ රටවල අවශ්‍යතාවයන් කෙරෙහි විශේෂ සැලකිල්ල යොමු විය යුතු ය.

25 වන ව්‍යවස්ථාව

පෝෂණයේ, රැකවරණයේ හෝ ඇයගේ කායික හෝ මානසික සෞඛ්‍ය පිණිස ප්‍රතිකාර ලබාදීමේ හෝ කාර්යයන් සඳහා නිසි බලය ඇති බලධරයෙකු විසින් ස්ථානගත කරන ලද ළමයකුට, ඒ ළමයාට සළසනු ලබන ප්‍රතිකාර පිළිබඳ ව සහ ඔවුගේ හෝ ඇයගේ ස්ථානගත කිරීමට අදාළ වෙනත් සියලු අවස්ථානුගත කරුණු පිළිබඳ ව කලින් කල සමාලෝචනයක් කරනු ලැබීමට තිබෙන්නා වූ අයිතිය, පාර්ශවකරුවන් වන රාජ්‍යයන් විසින් පිළිගනු ලැබේ.

26 වන ව්‍යවස්ථාව

1 සමාජ රක්ෂණය ඇතුලුව සමාජ සුරක්ෂිතතාවයෙන් ප්‍රතිලාභ ලැබීමේ සෑම ළමයෙකුටම ඇති අයිතිය, පාර්ශවකරුවන් වන රාජ්‍යයන් පිළිගනු ලබන අතර, තම ජාතික නීතියට අනුකූලව, මෙම අයිතිය සම්පූර්ණයෙන් ම සාක්ෂාත් කර ගැනීම සඳහා අවශ්‍ය පියවරවල් ඒ රාජ්‍යයන් විසින් ගනු ලැබිය යුතුය.

2. සුදුසු අවස්ථාවල දී, ළමයාගේ සහ ළමයා නඩත්තු කිරීම සඳහා වගකීම දරණ තැනැත්තාගේ සම්පත් සහ අවස්ථානුගත කරුණු ද ප්‍රතිලාභ සඳහා ළමයා විසින් හෝ ළමයා වෙනුවෙන් හෝ කරන ලද ඉල්ලීමකට අදාළ වන්නා වූ වෙනත් සැලකිය යුතු කරුණු ද සැලකිල්ලට ගනිමින්, ප්‍රතිලාභ ප්‍රදානය කරනු ලැබිය යුතු ය.

27 වන ව්‍යවස්ථාව

1 ළමයාගේ කායික මානසික, අධ්‍යාත්මික සදාචාරාත්මක සහ සාමාජික වර්ධනය සඳහා ප්‍රමාණවත් වන්නා වූ ජීවන තත්ත්වයකට සෑම ළමයකුගේම ඇති අයිතිවාසිකම පාර්ශවකරුවන් වන රාජ්‍යයන් පිළිගනු ලැබේ.

2. ළමයාගේ වර්ධනයට අවශ්‍ය වන්නා වූ ජීවන තත්ත්වයන් තම හැකියාවල් සහ මුදල් පිළිබඳ ශක්‍යතා ඇතුළත සුරක්ෂිත කරදීමේ ප්‍රාථමික වගකීම, දෙමව්පියන් විසින් හෝ ළමයා සඳහා වගකිය යුතු වන වෙනත් තැනැත්තන් විසින් හෝ දරනු ලැබිය යුතුය.

3. මෙම අයිතිවාසිකම් ක්‍රියාවේ යෙදවීම පිණිස දෙමව්පියන්ට සහ ළමයා සම්බන්ධයෙන් වග කියන්නා වූ වෙනත් තැනැත්තන්ට ආධාර කිරීමේ සුදුසු පියවරවල් පාර්ශවකරුවන් වන රාජ්‍යයන් විසින්, ජාතික තත්ත්වයන්ට අනුකූලව සහ තම තමන්ගේ ශක්ති ප්‍රමාණය ඇතුළත ගනු ලැබිය යුතු අතර, අවශ්‍ය අවස්ථාවල දී විශේෂයෙන්ම පෝෂණය, ඇඳුම්, පැළඳුම් සහ නිවාස සම්බන්ධයෙන් ද්‍රව්‍යමය ආධාර සළසනු ලැබීම ද ආධාර වැඩ පිළිවෙලවල් ඇති කිරීම ද කරනු ලැබිය යුතු ය.

4. ළමයා සඳහා මුදල් පිළිබඳ ව වගකීම දරණ දෙමව්පියන්ගෙන් සහ වෙනත් තැනැත්තන්ගෙන් ළමයා සඳහා නඩත්තු, රාජ්‍ය පාර්ශව ඇතුළතින් වුව ද විදේශයෙන් වුවද අයකර ගැනීම සුරක්ෂිත කිරීම පිණිස, සියලු පියවරවල් පාර්ශවකරුවන් වන රාජ්‍යයන් විසින් ගනු ලැබිය යුතු ය. විශේෂයෙන් ම ළමයා සඳහා මුදල් පිළිබඳ වගකීම දරන තැනැත්තා ළමයා සිටින රාජ්‍යයන් වෙනස් රාජ්‍යයක ජීවත් වන අවස්ථාවක, ජාත්‍යන්තර ගිවිසුම්වලට ආබද්ධ වීම හෝ එවැනි ගිවිසුම් ඇති කර ගැනීම මෙන්ම වෙනත් සුදුසු වැඩ පිළිවෙළවල් යොදා ගැනීම හෝ එම පාර්ශවකරුවන් වන රාජ්‍යයන් විසින් කරනු ලැබිය යුතු ය.

28 වන ව්‍යවස්ථාව

1.අධ්‍යාපනයක් සඳහා ළමයාට ඇති අයිතිවාසිකම, පාර්ශවකරුවන් වන රාජ්‍යයන් විසින් පිළිගනු ලැබේ. ප්‍රතිගාමී ලෙස ද සමාන අවස්ථා සැලසීමේ පදනම මත ද මෙම අයිතිවාසිකම් ලබා දීමේ අදහසින්, රාජ්‍යයන් විසින් විශේෂයෙන් ම

(අ) ප්‍රාථමික අධ්‍යාපනය අනිවාර්ය කළ යුතු අතර, එය සෑම දෙනාටම නොමිළයේ ලබාගත හැකිවිය යුතුය.

(ආ) සාමාන්‍ය හා වෘත්තීය අධ්‍යාපනය ඇතුලුව විවිධ ආකාරවල ද්විතියික අධ්‍යාපනය නංවාලීම උනන්දු කළ යුතු අතර, ඒවා සෑම ළමයකුටම ලබාගත හැකි සහ සෑම ළමයකුටම ඒවාට ප්‍රවේශයක් තිබෙන තත්ත්වයකට පත් කරනු ලැබිය යුතුය. නිදහස් අධ්‍යාපනය හඳුන්වා දීමට සහ අවශ්‍ය අවස්ථාවන් හි දී මුදල් ආධාර පිරිනැමීමට සුදුසු පියවරවල් ගත යුතු ය.

(ඇ) සියලු සුදුසු ක්‍රියාමාර්ග මගින් දක්ෂතාවයේ පදනම මත සෑම දෙනාටම උසස් අධ්‍යාපනය සඳහා ප්‍රවේශය සලසා දිය යුතුය.

(ඈ) අධ්‍යාපනය සහ වෘත්තීය තොරතුරු සහ මාර්ගෝපදේශ සියලුම ළමයින්ට ලබා ගැනීමට හැකිවීම ද ඒ සඳහා ප්‍රවේශය ලැබීමට ද සැලැස්විය යුතු ය.

(ඉ) පාසල් වලට විධිමත් ලෙස පැමිණීම උනන්දු කර ලීමට සහ පාසල් අත්හැර යන්නන්ගේ සංඛ්‍යාව අඩු කරලීමට පියවර ගත යුතු ය.

2. පාසල් විනය, පරිපාලනය, ළමයාගේ මානව ගරුත්වය අනුකූල වන ආකාරයටත්, වර්තමාන ප්‍රඥප්තියට අනුකූලවත් කෙරෙන බවට වගබලා ගැනීම සඳහා සුදුසු සියලු පියවරවල් පාර්ශවකරුවන් වන රාජ්‍යයන් විසින් ගනු ලැබිය යුතු ය.

3. අධ්‍යාපනයට අදාළ කරුණුවල දී ජාත්‍යන්තර සහයෝගීතාව ප්‍රවර්ධනය කිරීම සහ උනන්දු කරලීම පාර්ශවකරුවන් වන රාජ්‍යයන් විසින් කරනු ලැබිය යුතු අතර, විශේෂයෙන් ම, එය නුගත්කම සහ අකුරු නොදැනීම මුලු ලෝකයෙන්ම තුරන් කිරිමට දායකවීමේ සහ විද්‍යාත්මක සහ තාක්ෂණ දැනුමට සහ නූතන ඉගැන්වීමේ ක්‍රම වලට ප්‍රවේශය පහසු කිරීමේ අදහසින් විය යුතුය. මේ පිළිබඳ ව සංවර්ධනය වන්නා වූ රටවල අවශ්‍යතාවයන් කෙරෙහි විශේෂ සැලකිල්ල දැක්විය යුතු ය.

29 වන ව්‍යවස්ථාව

1. ළමයාගේ අධ්‍යාපනය

(අ) ළමයාගේ පෞද්ගලිකත්වය, දක්ෂතා සහ මානසික හා ශාරීරික ශක්නුතා ඒවා යොදා ගත හැකි ප්‍රශස්ත මට්ටමන් වර්ධනය කිරීම.

(ආ) මානුෂික අයිතිවාසිකම් සහ මූලික නිදහස කෙරෙහි ද ගරුත්වය වර්ධනය කිරීම

(ඇ) ළමයාගේ දෙමව්පියන් කෙරෙහි ඔහුගේ හෝ ඇයගේ සංස්කෘතික අනන්‍යතාව, භාෂාව සහ වටිනාකම් කෙරෙහි, ළමයා ජීවත් වන රටෙහි සහ ඔහු හෝ ඇය සම්භවය ලද රටෙහි ජාතික වටිනාකම් කෙරෙහි සහ ඔහුගේ හෝ ඇයගේ ශිෂ්ඨාචාරයට වෙනස් වූ ශිෂ්ඨාචාරයන් කෙරෙහි ගරුත්වය වර්ධනය කිරීම.

(ඈ) සියලුම ජනතාව, ජනවාර්ගිකයන්, ජාතික සහ ආගමික කණ්ඩායම් සහ දේශීය සම්භවය ඇති තැනැත්තන් අතර අවබෝධය, සාමය, අගතිගාමී නොවීම, ස්ත්‍රී පුරුෂයන් අතර සමානත්වය සහ මිත්‍රත්වය හරය වශයෙන් ඇතිව, නිදහස් සමාජයක වගකීම් සහිත ජීවනයක් සඳහා ළමයා සූදානම් කිරීම.

(ඉ) ස්වාභාවික පරිසරය සඳහා ගරුත්වය වර්ධනය කිරීම, අරමුණු කර ගත යුතු බවට පාර්ශවකරුවන් වන රාජ්‍යයන් එකඟ වනු ලැබේ.

2. අධ්‍යාපන ආයතන පිහිටුවා මෙහෙයවීමට පුද්ගලයන්ට හා මණ්ඩල වලට ඇති නිදහස කෙරෙහි, මෙම ව්‍යවස්ථාවේ හෝ කිසිම කොටසකින් බාධා කෙරෙන්නේ යයි තේරුම් නොගත යුතුය. එසේ වුවද සැමවිටම, මෙම ව්‍යවස්ථාවේ 1 වන ජේදයේ දක්වා ඇති මූලධර්ම අනුගමනය කිරීමට ද, එම ආයතන තුළදීම දෙනු ලබන අධ්‍යාපනය, රාජ්‍ය විසින් නියම කරනු ලබන අවම තත්ත්වයන්ට අනුකූල විය යුතු වීමේ අවශ්‍යතාවය ට ද මෙම නිදහස යටත් වන්නේ ය.

30 වන ව්‍යවස්ථාව

ජනවාර්ගික. ආගමික හෝ භාෂාමය වශයෙන් සුළු ජන කොටස් හෝ දේශීය සම්භවය දරන තැනැත්තන් හෝ සිටින රාජ්‍යවල, එවැනි සුළු ජන කොට්ඨාසයකට අයත් වන්නා වූ හෝ දේශීය වන්නා වූ හෝ ළමයකුට, ඔහුගේ හෝ ඇයගේ කණ්ඩායමේ සෙසු සාමාජිකයන් ම සමගිව එක්ව, ඔහුගේ හෝ ඇයගේ සංස්කෘතිය දැරීමේ ඔහුගේ හෝ ඇයගේ ආගම කියාපෑමේ සහ ඇදහීමේ හෝ ඔහුගේ හෝ ඇයගේ භාෂාව භාවිතා කිරීමේ අයිතිය අහිමි කරනු නොලැබිය යුතු ය.

31 වන ව්‍යවස්ථාව

1. විවේකය ලැබීමටත්, විවේක සුව විඳීමටත්, ළමයාගේ වයසට උචිත වූ ක්‍රීඩා සහ විනෝද කටයුතුවල නිරත වීමටත් සංස්කෘතික ජීවිතයට සහ ශිල්ප කලාවලට නිදහසේ සහභාගීවීමටත් ළමයාට තිබෙන අයිතිවාසිකම්, පාර්ශවකරුවන් වන රාජ්‍යයන් විසින් පිළිගනු ලැබේ.

2. සංස්කෘතික සහ කලා ජීවිතයට පූර්ණ ලෙසින් සහභාගීවීමට ළමයාට ඇති අයිතිය පාර්ශවකරුවන් වන රාජ්‍යයන් විසින් ගරු කරනු ලැබීම ද, එය ප්‍රවර්ධනය කරනු ලැබීම ද කළ යුතු අතර, සංස්කෘතික කලාත්මක සහ විවේකීව කටයුතු සඳහා යෝග්‍ය හා සමාන අවස්ථාවල් සලසා දීම, උනන්දු කරනු ලැබිය යුතු ය.

32 වන ව්‍යවස්ථාව

1.ආර්ථික සූරා කෑමෙන් ද, දුෂ්කර වූ හෝ ළමයාගේ සෞඛ්‍යයට හෝ ශාරීරික, මානසික, අධ්‍යාත්මික, සදාචාරාත්මක හෝ සමාජීය වර්ධනයට හානි කරන්නා වූ හෝ යම් වැඩක් කිරීමෙන් ළමයකු ආරක්ෂා කර ගනු ලැබීමට ඒ ළමයාට ඇති අයිතිවාසිකම්, පාර්ශවකරුවන් වන රාජ්‍යයන් විසින් පිළිගනු ලැබේ.

2. මෙම ව්‍යවස්ථාවේ ක්‍රියාත්මක කෙරෙන බවට සහතික විම සඳහා පාර්ශවකරුවන් වන රාජ්‍යයන් විසින් ව්‍යවස්ථාදායක, පරිපාලන, සමාජීය සහ අධ්‍යාපනික පියවරවල් ගනු ලැබීය යුතු ය. මෙම අරමුණු ඇති ව වෙනත් ජාත්‍යන්තර සාධක පත්‍රවල අදාළ විධිවිධාන කෙරෙහි සැලකිල්ල දක්වමින් පාර්ශවකරුවන් වන රාජ්‍යයන් විසින් විශේෂයෙන්ම

(අ) සේවා නියුක්තියට ඇතුළත් කර ගැනීම සඳහා අවම වයස් හෝ වයස් සීමා හෝ සඳහා විධිවිධාන සකස්වනු ලැබීය යුතුය

(ආ) සේවා නියුක්තියේ යෙදිය යුතු පැය ගණන සහ සේවා කොන්දේසි පිළිබඳ සුදුසු නියෝග සඳහා විධිවිධාන සලස්වනු ලැබිය යුතුය තවද

(ඇ) මෙම ව්‍යවස්ථාව ඵලදායි ලෙස ක්‍රියාත්මක වන බවට සහතික වීම පිණිස සුදුසු දණ්ඩන සහ වෙනත් තහංචි සඳහා විධිවිධාන සලස්වනු ලැබිය යුතු ය.

33 වන ව්‍යවස්ථාව

අදාළ ජාත්‍යන්තර සන්ධාන වල අර්ථ නිරූපනය කර ඇති පරිදි වූ, නිද්‍රාජනක ඖෂධ වර්ග සහ මනස විකෘති කරන ද්‍රව්‍ය නීති විරෝධි ලෙස භාවිතයෙන් ළමයින් ආරක්ෂා කිරීමටත්, එවැනි ද්‍රව්‍ය නීති විරෝධි ලෙස නිෂ්පාදනය කිරීමෙහි සහ රහස් වෙළෙඳාමෙහි ළමයින් යොදා ගැනීම වැළැක්වීමටත් ව්‍යවස්ථාදායක, පරිපාලනමය, සාමාජික සහ අධ්‍යාපනික පියවරවල් ඇතුලු සියලු යෝග්‍ය පියවරවල්, පාර්ශවකරුවන් වන රාජ්‍යයන් විසින් ගනු ලැබිය යුතු ය.

34 වන ව්‍යවස්ථාව

සියලුම ආකාරවල, ආයුතු ලෙස ලිංගික ක්‍රියාවල යොදවනු ලැබීමෙන් සහ අයුතු ලිංගික කටයුතු සඳහා ප්‍රයෝජනයට ගනු ලැබීමෙන් ළමයා ආරක්ෂා කිරීමේ කාර්යය පාර්ශවකරුවන් වන රාජ්‍ය විසින් භාරගනු ලැබේ. මෙම කාර්යයන් සඳහා පාර්ශවකරුවන් වන රාජ්‍යයන් විසින්, විශේෂයෙන් ම,

(අ) කිසියම් අනීතික ලිංගික ක්‍රියාවලියක යෙදීම සඳහා ළමයකු පෙළඹවීම හෝ එසේ යෙදෙන ලෙස ඒ ළමයාට බල කිරීම.

(ආ) ගණිකා වෘත්තියෙහි හෝ වෙනත් අනීතික ලිංගික චර්යාවලදී අයුතු ප්‍රයෝනය පිණිස ළමයින් යෙදවීම සහ

(ඇ) කාමුක රංගනවල සහ ද්‍රව්‍යවල ළමයින් අයුතු ප්‍රයෝජනය උදෙසා යෙදවීම වැළැක්වීම සඳහා සුදුස සියලු ජාතික ද්වි පාර්ශ්වික සහ බහු පාර්ශ්වික පියවරවල් ගනු ලැබීය යුතුය

35 වන ව්‍යවස්ථාව

කිනම් කාර්යයන් සඳහා වුව ද, කිනම් ආකාරයකින් වුවද, ළමයින් පැහැරගෙන යාම විකිණීම හෝ රහසේ වෙළඳාම් කිරීම වැළැක්වීම පිණිස, පාර්ශ්වකරුවන් වන රාජ්‍යයන් විසින් සුදුසු සියලු ජාතික ද්විපාර්ශ්වික සහ බහු පාර්ශ්වික පියවරවල් ගනු ලැබිය යුතු ය.

36 වන ව්‍යවස්ථාව

ළමයාගේ සුභ සාධනයේ කිනම් අංගයකට වුවද හානිකර වන්නා වූ වෙනත් සියලු ආකාරවල අයුතු ප්‍රයෝජන ලැබීම්වලට එරෙහිව, පාර්ශවකරුවන් වන රාජ්‍යයන් විසින් ළමයා ආරක්ෂා කරනු ලැබිය යුතු ය.

37 වන ව්‍යවස්ථාව

පාර්ශවකරුවන් වන රාජ්‍යයන් විසින් පහත දක්වෙන කරුණු ඉටුවන බවට වගබලා ගනු ලැබිය යුතු ය.

(අ) කිසිම ළමයකු වදහිංසාවලට හෝ වෙනත් කෲර අමානුෂික හෝ නොහොබිනා සැලකිල්ලට හෝ දඬුවම්වලට හෝ ලක් කරනු නොලැබිය යුතුය. වයස අවුරුදු දහඅටට අඩු තැනැත්තන් විසින් කරනු ලබන වැරදි සඳහා මරණීය දණ්ඩනය හෝ මුදා හැරීමේ හැකියාව නොමැති ජීවිතාන්තය දක්වා වූ සිරදඬුවම ගෙවනු නොලැබිය යුතුය

(ආ) කිසිම ළමයකුගේ ස්වාධීනත්වය අනීතික ලෙස හෝ අත්තනෝමතික ලෙස හෝ ඔහුට හෝ ඇයට අහිමි නොකල යුතුය. ළමයකු අත් අඩංගුවට ගැනීම, රඳවා ගැනීම හෝ බන්ධනාගාරගත කිරීම, නීතියට අනුකූලව කරනු ලැබිය යුතු අතර එය අවසාන වශයෙන් සහ සුදුසු කෙටිම කාල සීමාව සඳහා පමණක් යොදාගනු ලැබිය යුතු ය.

(ඇ) ස්වාධීනත්වය අහිමි කරනු ලැබූ සෑම ළමයකුටම, මානුෂිකව සහ මිනිසාගේ නෛසර්ගික ගරුත්වයට බුහුමන් ඇතිව ද, ඔවුන්ගේ වයස් සීමාවේ තැනැත්තන්ගේ අවශ්‍යතා සැලකිල්ලට ගනු ලබන ආකාරයෙන් ද සළකනු ලැබිය යුතුය. විශේෂයෙන්ම ස්වාධීනත්වය අහිමි කරනු ලැබූ සෑම ළමයකුටම එම ළමයාගේ වැඩිම යහපත පිණිස එසේ නොකළ යුතුයැයි . අදහස් කරනු ලබන්නේ නම් මිස, වැඩහිටියන්ගෙන් වෙන් කරනු ලැබිය යුතු අතර, සුවිශේෂ කරුණු පවත්නා අවස්ථාවල දී හැර, ලිපි ගනුදෙනු මගින් ද යෑම් ඊම් මගින් ද ඔහුගේ හෝ ඇයගේ පවුල සමඟ සම්බන්ධතා පවත්වා ගෙන යාමේ අයිතිය ඒ ළමයාට තිබිය යුතු ය.

(ඇ) තම ස්වාධීනත්වය අහිමි කරනු ලැබ සෑම ළමයකුටම නෛතික හෝ වෙනත් සුදුසු ආධාර වහාම ලබා ගැනීම පිණිස ප්‍රවේශය සඳහා අයිතිය මෙන්ම අධිකරණයක හෝ වෙනත් නිසි බලය ඇති, ස්වාධීනත්වය අහිමි කිරීමේ නෛතික භාවය ගැන ප්‍රශ්න කිරීමේ සහ එවැනි යම් නඩුකරයක දී ඉක්මන් තීරණයක් ලබා ගැනීමේ අයිතිය ද තිබිය යුතු ය.

38 වන ව්‍යවස්ථාව

1. පාර්ශවකරුවන් වන රාජ්‍යයන් විසින්, සන්නද්ධ අරගලවල දී ඒවාට අදාළ වන්නා වූ ද ළමයින් සම්බන්ධයෙන් උපයෝගී වන්නා වූ ද ජාත්‍යන්තර මානුෂික නීතියේ රීතිවලට ගරු කිරීමට ද ඒවාට ගරු කරන බවට සහතික වීමට ද පොරොන්දු වනු ලැබේ.

2. වයස අවුරුදු පහලොවට නොඑළඹුණු තැනැත්තකු මෙම ආරාවුල්වලට, කෙළින්ම සම්බන්ධ නොවන බවට වගබලා ගැනීම සඳහා පාර්ශවකරු වන රාජ්‍යයන් විසින්, ගනු ලැබිය හැකි සියලු පියවරවල් ගනු ලැබීය යුතු ය.

3. වයස අවුරුදු පහලොවට එළඹ නොමැති යම් තැනැත්තකු තම සන්නද්ධ හමුදාවලට බඳවා ගැනීමෙන්, පාර්ශවකරුවන් වන රාජ්‍යයන් වැළකී සිටිය යුතුය. වයස අවුරුදු පහලොවට එළඹ ඇති නමුත්, වයස අවුරුදු දහඅටට එළඹ නොමැති තැනැත්තන් අතරින් බඳවා ගැනීමේ දී , වයසින් වැඩිම තැනැත්තන්ට ප්‍රමුඛත්වය දීමට පාර්ශවකරුවන් වන රාජ්‍යයන් විසින් උත්සාහ කරනු ලැබිය යුතුය.

4. සන්නද්ධ අරගලවල දී සාමාන්‍ය ජනතාව ආරක්ෂා කිරීමට, ජාත්‍යන්තර මානුෂික නීතිය යටතේ පවත්නා, වගකීම්වලට අනුකූලව, සන්නද්ධ අරගලයක් මගින් පීඩාවට පත් ළමයින්ගේ ආරක්ෂාව සහ රැකවරණ සහතික කිරීම සඳහා ගනු ලැබිය හැකි සියලු පියවරවල්, පාර්ශවකරුවන් වන රාජ්‍යයන් විසින් ගනු ලැබීය යුතු ය.

39 වන ව්‍යවස්ථාව

කිනම් ආකාරයක වුවද නොසලකා හැරීමකින්, අයුතු ප්‍රයෝජනය පිණිස යොදා ගැනීමකින්, ආයුතු ක්‍රියාවකින් හෝ වෙනත් යම් ආකාරයක කෲර, අමානුෂික හෝ නොහොබිනා සැලකීමවකින්, හෝ දඩුවමකින් හෝ සන්නද්ධ අරගලයකින් පීඩාවට පත් ළමයකු ශාරීරිකව සහ මානසිකව ප්‍රකෘති තත්ත්වයකට පත් කිරීම සහ ඔහු සම්බන්ධයෙන් යළිත් සමාජ ඒකාග්‍රතාවය ඇති කිරීම සඳහා සියලු සුදුසු පියවරවල් පාර්ශවකරුවන් වන රාජ්‍යයන් විසින් ගනු ලැබීය යුතුය. එම සුවපත් කිරීම සහ සමාජ ඒකාග්‍රතාව යළි ඇති කිරීම, ළමයාගේ සෞඛ්‍ය, ආත්ම ගරුත්වය, සහ උදාරත්වය පෝෂණය කරන්නා වූ පරිසරයක සිදුවිය යුතු ය

40 වන ව්‍යවස්ථාව

1. දණ්ඩ නීතිය උල්ලංඝණය කර ඇති බවට චෝදනා කරනු ලැබ, චූදිතයා කරනු ලැබ හෝ පිළිගනු ලැබ ඇති සෑම ළමයකුට ම ඔහුගේ ගරුත්වය හා වටිනාම පිළිබඳ හැඟීම නංවලීමට අනුරූප වන ආකාරයට සලකනු ලැබිය යුතු බවට ඇති අයිතිය, පාර්ශවකරුවන් වන රාජ්‍යයන් විසින් පිළිගනු ලැබේ. මෙය මානුෂික අයිතිවාසිකම් සහ වෙනත් තැනැත්තන්ගේ මූලික නිදහස සඳහා ළමයාගේ ගෞරවය ශක්තිමත් කරන අතර, ම ඒ මගින් ළමයාගේ වයස ද, ළමයා නැවත පරිපූර්ණ කිරීම සහ ළමයා විසින් සමාජයෙහි ප්‍රයෝජනවත් කාර්යභාරයක් ඉටු කිරීමේ අවශ්‍යතාවය ද සැලකිල්ලට ගනු ලැබේ.

2. මේ අරමුණු උදෙසා, ජාත්‍යන්තර සාධන පත්‍රවල අදාළ විධිවිධාන කෙරෙහි සැලකිල්ල ඇතිව, පාර්ශවකරුවන් වන රාජ්‍යයන් විසින් විශේෂයෙන් ම,

(අ) යම් ක්‍රියාවක් හෝ නොකර හැරීමක්, එය සිදු කරන ලද අවස්ථාවේ දී ජාතික හෝ ජාත්‍යන්තර හෝ නීතිය මගින් තහනම් කර නොතිබුණේ නම්, එම ක්‍රියාව හෝ නොකර හැරීම, දණ්ඩන නීතියක් උල්ලංඝණය කිරීමක් ලෙස, කිසිදු ළමයකුට චෝදනා කිරීම, කිසිදු ළමයකු චූදිතයකු කිරීම හෝ ඒ ළමයා එසේ උල්ලංඝණය කර ඇති බවට පිළිගැනීම හෝ නොකළ යුතු බවටත්,

(ආ) දණ්ඩන නීතිය උල්ලංඝණය කර ඇති බවට චෝදනා කරනු ලැබ හෝ චූදිතයා කරනු ලැබ හෝ සිටින සෑම ළමයකුට ම, යටත් පිරිසෙයින්, පහත සඳහන් ආරක්ෂාවන් තිබෙන බවටත් වගබලා ගනු ලැබිය යුතු ය. ඒ ආරක්ෂාවන් නම්.

(1) නීතියට අනුව වරදකරු බව ඔප්පු වනතුරු නිර්දෝෂී බවට පූර්වානුමානය කිරීම.

(11) ඔහුට හෝ ඇයට විරුද්ධව ඇති චෝදනා නොපමාව සහ කෙළින්ම දන්වා සිටීම සහ සුදුසුකම් ඔහුගේ හෝ ඇයගේ දෙමව්පියන් මගින් හෝ නීත්‍යානුකූල භාරකරු මගින් හෝ දන්වා සිටීම සහ ඔහුගේ හෝ ඇයගේ විත්ති වාචකය සකස් කිරීමේ දී සහ ඉදිරිපත් කිරීමේ දී නීතිමය සහ වෙනත් සුදුසු ආධාර සැලසීම.

(111) එම කරුණ, ප්‍රමාදයකින් තොරව, නිසි බලය ඇති, ස්වාධීන සහ අපක්ෂපාත අධිකාරියක් විසින් හෝ අධිකරණ මණ්ඩලයක් විසින් හෝ නීතියට අනුකූල වූ සාධාරණ නඩු විභාගයක දී තීරණය කරනු ලැබීමට විශේෂයෙන්ම ඔහුගේ හෝ ඇයගේ වයස, පිහිටි පරිසරය, ඔහුගේ හෝ ඇයගේ දෙමව්පියන් හෝ නීත්‍යානුකූල භාරකරුවන් ගැන සැලකීමේ දී ළමයාගේ යහපත සඳහා නොවියැයි සලකනු ලබන්නේ නම් මිස, එය නීති හෝ වෙනත් සහායකයන් ඉදිරිපිට දී පවත්වනු ලැබීමට.

(1v) සාක්ෂි දෙන ලෙස හෝ වරද සම්බන්යෙන් අපරාධෝච්චාරණය කරන ලෙස හෝ බල නොකිරීමට ප්‍රතිවිරුද්ධ සාක්ෂිකරුවන් විභාග කිරීම හෝ විභාග කරවීම සහ සමාන කොන්දේසි යටතේ ඔහු හෝ ඇය වෙනුවෙන් සාක්ෂිකරුවන්ගේ සහභාගීත්වය ලබා ගැනීමට සහ ඔවුන් පරීක්ෂා කිරීමට, දක්වන නීතිය උල්ලංඝණය කර ඇති බවට සලකනු ලබන්නේ නම් එම

(V දණ්ඩන නීතිය උල්ලංගණය සහ, එහි ප්‍රතිපලයක් වශයෙන් පනවනු ලැබ ඇති කිසියම් පියවරක්, නිසි බලය ඇත්තා වු ද, ස්වාධීන වුද ඉහළ අධිකාරියක් විසින් හෝ අධිකරණ මණ්ඩලයක් විසින් හෝ නීතියට අනුකූලව සමාලෝචනය කරවනු ලැබිය හැකි විමට.

(VI) භාවිත කරනු ලබන භාෂාව තේරුම් ගැනීමට හෝ කථා කිරීමට හෝ ළමයාට නොහැකි නම්, භාෂණ පරිවර්තකයකු සහාය නොමිලයේ ලබා ගැනීමට.

(VII) නඩු කටයුත්තේ සියලු අවස්ථාවල දී ඔහුගේ හෝ ඇයගේ පෞද්ගලිකත්වයට සම්පුර්ණ ගරුත්වය ලැබීමට

3. දණ්ඩන නීති උල්ලංඝණය කර ඇති ලෙසට චෝදනා ලැබ, චුදිතයා කරනු ලැබ නැතහොත් පිළිගනු ලැබ සිටින ළමයින්ට විශේෂයෙන්ම අදාළ වන්නා වූ නීති, කාර්ය පටිපාටි, අධිකාරි සහ ආයතන පිහිටුවීම ප්‍රවර්ධනය කිරීමට පාර්ශවකරුවන් වන රාජ්‍යයන් විසින් ක්‍රියා කරනු ලැබිය යුතු අතර විශේෂයෙන් ම

(අ) දණ්ඩන නීතිය උල්ලංඝණය ළමයකු ශක්නුතාවක් නොමැති බවට කළ යුතු වන්නේ ඔහු යම් වයසට අඩු වු විට ද ඒ අවම වයස නිශ්චය කොට දක්වීම ද

(ආ) මානව හිමිකම්වලට සහ නෛතික ආරක්ෂාව පුර්ණ ගරුත්වය සලසමින්, සුදුසු හා අවශ්‍ය කිනම් අවස්ථාවල දි වුවද, එවැනි ළමයින් සම්බන්ධයෙන් අධිකරණ නඩු කටයුතුවල පිළිසරණ නොලබා ගත හැකි පියවර උපයෝගී කර ගැනීම ද කරනු ලැබිය යුතුය.

4. ළමයින් සම්බන්ධයෙන් ඔවුන්ගේ යහපත පිණිස යෝග්‍ය වන්නා වු ආකාරයටත්, ඔවුනට අදාළ අවස්ථානුගත කරුණුවලට සහ වරද සමානුපාතික වන ආකාරයටත් කටයුතු කෙරෙන බවට සහතික වීම පිණිස, ආයතනික රැකවරණය වෙනුවට, රැකවරණය මාර්ගෝපදේශ සහ අධීක්ෂණ නියමයන්, උපදේශක සේවා, පරිවාස පිළිදැකුම් රැකවරණය, අධ්‍යාපනය සහ වෘත්තිය අභ්‍යාස වැඩපිළිවෙලවල් වැනි වෙනත් විවිධ වු විකල්ප තිබිය යුතු ය.

41 වන ව්‍යවස්ථාව

ළමයාගේ අයිතිවාසිකම් සාක්ෂාත් කිරීමෙහි ලා වඩාත් හිතකර වන්නා වු ද

(අ) පාර්ශවකරු වු රාජ්‍යයේ නීතියෙහි හෝ

(ආ) ඒ රාජ්‍යයෙහි බලාත්මකව පවත්නා ජාත්‍යන්තර නීතියෙහි, හෝ අඩංගු විධිවිධාන කිසිවක් කෙරෙහි මෙම ප්‍රඥප්තියෙහි සඳහන් කිසිවකින් බලපෑමක් සිදු නොවිය යුතුය.