

ප්‍රායෝගික හා තාක්ෂණික කුසලතා

6 ශ්‍රේණිය

පළමු වාරය

සංශෝධිත විෂය නිර්දේශය

2022

තාක්ෂණ අධ්‍යාපන දෙපාර්තමේන්තුව

විද්‍යා හා තාක්ෂණ පීඨය

ජාතික අධ්‍යාපන ආයතනය

ශ්‍රී ලංකාව

www.nie.lk

හැඳින්වීම

2022 වර්ෂයේ පළමු වාරය සඳහා මෙතෙක් පැවැත් වූ දින 21 තුළ සම්පූර්ණ කර ඇති කාල පරිච්ඡේද 12ක් ලෙස සලකා ප්‍රායෝගික හා තාක්ෂණික කුසලතා විෂය ට පළමු වාරයේ දී කාල පරිච්ඡේද 24ක් ද දෙවන වාරය හා තුන්වන වාරය සඳහා කාල පරිච්ඡේද 18 බැගින් 36ක් ද වන පරිදි සමස්ත කාල පරිච්ඡේද සංඛ්‍යාව 60කි.

මෙම විෂයෙහි ලා වැදගත් වන කරුණු උපරිම වශයෙන් සාක්ෂාත් කර ගත යුතු නමුත් මේ සඳහා ලබා දීමට හැකි කාලය සීමා වී තිබේ. මේ සමග ඔබ වෙත ලබා දී ඇති සංශෝධිත විෂය නිර්දේශය සකස් කර ඇත්තේ නව අධ්‍යයන වාරය සඳහා පාසලට පැමිණෙන සිසුන් සඳහා වූ එම අඩුපාඩුව ඔබගේ සහයෝගයෙන් මගහරවා ගැනීමේ බලාපොරොත්තුව ඇතිව ය. සම්පූර්ණ කළ යුතු අනිවාර්ය විෂය කොටස් තෝරා ගෙන, ඒවායේ අන්තර්ගතය අවස්ථානුකූලව යම් තරමකට කෙටි කර, කාල පරිච්ඡේද 60 තුළ ඉගෙනුම් ඉගෙන්වීම් ක්‍රියාවලියේ යෙදීමට හැකිවන පරිදි සංශෝධිත විෂය නිර්දේශය සැලසුම් කර ඇත . පහත මග පෙන්වීමට අනුව, එම විෂය කොටස් සඳහා වෙන් කර ඇති කාලච්ඡේද තුළ දී ආචරණය කර දරුවන් වෙනුවෙන් ඔබේ යුතුකම ඉටු කරනු ඇතැයි අපේක්ෂා කෙරේ.

ප්‍රායෝගික හා තාක්ෂණික කුසලතා විෂය ප්‍රතිසංවිධානයේ දී විෂය අරමුණු උපරිමයෙන් සාර්ථක කර ගැනීම සඳහා අවධානයට යොමු කළ යුතු කරුණු

- ගුරුවරයාගේ විධිමත් පෙර සූදානම පන්ති කාමරය තුළ වැය වන අනවශ්‍ය කාලය ඉතිරි කර ගැනීමට දායක වනු ඇත. අමතර කාලය අවශ්‍ය වන ක්‍රියාකාරකම් සම්පූර්ණ කර ගැනීමට අන් ගුරුවරුන්ගේ සහයෝගයෙන් ඔවුන් සමග කාලය හුවමාරු කර ගැනීමට ක්‍රියා කරන්න.
- සැමවිටම ප්‍රායෝගික කණ්ඩායම් ක්‍රියාකාරකම්වලට සහ පොදු කුසලතා සංවර්ධනයට ප්‍රධාන තැනක් ලබා දිය යුතු ය.
- වෙන් කර ඇති කාලය ප්‍රමාණවත් නොවන අවස්ථාවල දී පැවරුම් මඟින් එම කොටස් ආචරණය කරන්න. පැවරුම් සඳහා නිශ්චිත කාලයක් සඳහන් නොවන නමුත් ඉදිරි පියවර හා බැඳුණු ඉගෙනුම් ඵල සාක්ෂාත් කර ගැනීම සඳහා පැවරුම් ඉටු කර තිබීම වැදගත් වන අතර එම පැවරුම් සිසුන් විසින් නිම කළ බවට සටහන් තබා ගන්න. පාසල නොපැවෙත් වෙන දින දෙක පැවරුම් සම්පූර්ණ කිරීම සඳහා යොදා ගැනීමට ද යෝජනා කෙරේ.

අපගේ ප්‍රධාන අරමුණ වන්නේ සිසුන් වැඩ ලෝකයට ගැලපෙන ආකාරයට පොදු සහ මෘදු කුසලතාවලින් පරිපූර්ණ තාක්ෂණයට සුහුරුකම් දක්වන පුද්ගලයන් බවට පත් කිරීමට ප්‍රා. තා. කු. විෂය තුළින් අප මෙතෙක් දැරූ සාර්ථක උත්සාහය පවතින දුෂ්කර වාතාවරණය යටතේ ද බාධා රහිත ව ඉදිරියට ගෙන යාමයි. මේ සඳහා ගුරු සිසු දෙමාපිය සහ වැඩිහිටියන්ගේ සහයෝගය දැඩි ව අපේක්ෂා කෙරේ.

සටහන - 1.1, 1.2 හා 2.1 නිපුණතා මට්ටම් 2022 වර්ෂයේ පාසල් පැවති කාල සීමාව තුළ දී සම්පූර්ණ කර ඇති බව නිරීක්ෂණය විය. ඒ අනුව මෙම නිපුණතා මට්ටම් සංශෝධිත විෂය නිර්දේශයෙන් ඉවත් කිරීමක් සිදු නොකළ ද ඒ සඳහා නැවත ඉගෙනුම් ඉගැන්වීම් ක්‍රියාවලිය සඳහා කාලච්ඡේද වෙන් කරනු නොලැබේ. එහෙත් එම කොටස් ඉදිරි ඇගයීම් කටයුතුවලදී ඇගයීමට භාජනය කිරීමට සුදුසු බවට නිර්දේශ කෙරේ.

2022 වර්ෂයේ අහිමි වූ කාලය සඳහා ප්‍රතිසාධන සැලැස්ම (Recovery Plan for Learning Loss - 2022)

6 ශ්‍රේණිය - පළමු වාරය

(06 ශ්‍රේණියේ පළමු වාරයේ කාලච්ඡේද 24ක් ද දෙවන හා තෙවන වාරවල කාලච්ඡේද 18ක් ද බැගින් කාලච්ඡේද 60ක් සඳහා ඉගෙනුම් ඉගැන්වීම් ක්‍රියාවලිය පවත්වාගෙන යාමට මෙම සැලැස්ම සකස් කර ඇත.)

නිපුණතාව	නිපුණතා වට්ටම	ඉගෙනුම් පල	විෂය අන්තර්ගතය	ගුරු මාර්ගෝපදේශයේ ක්‍රියාකාරකම් අංකය / පිටු අංක	පෙළ පොතේ පාඩමේ අංකය සහ නම	කාලච්ඡේද ගණන
06 ශ්‍රේණිය පළමු වන වාරයෙන් තෝරා ගත් ඉගෙනුම් පල සහ පාඩම්						
1.0 පවතින සම්පත් යොදා ගනිමින් වගා භූමිය සංවර්ධනය කරයි.	1.1 පාසල් වත්තේ පාත්ති සකස් කර පහසුවෙන් සිටුවිය හැකි බෝග වගා කරයි.	<ul style="list-style-type: none"> ප්‍රදේශයට ගැළපෙන බෝග යොදා වගා පාත්තියක් සකස් කරයි. සිටුවීම සඳහා රෝපණ ද්‍රව්‍ය නිසි පරිදි පිළියෙල කරයි. බෝග නිවැරදි ව සිටුවා නඩත්තු කරයි (සටහන - සිටුවන බෝග සඳහා අඛණ්ඩ ව නඩත්තුව සිදු කළ යුතු වේ) 	<ul style="list-style-type: none"> බෝග වගාවට අවශ්‍ය වටපිටාව (හිරු එළිය, ඉඩකඩ, පස, ජලය) ප්‍රයෝජන අනුව විවිධ බෝග ගෙවතු උපකරණ බෝග වගාවට සුදුසු අයුරින් භූමිය සැකසීම බෝග වගාවට සුදුසු අයුරින් පස සැකසීම බෝග සිටුවීම <ul style="list-style-type: none"> සිටුවන රෝපණ ද්‍රව්‍ය <ul style="list-style-type: none"> බීජ, බීජ පැළ, දඬු හා අල කැබලි වැනි වර්ධක කොටස් පුර්ව ප්‍රතිකාර සිටුවන පරතරය හා ගැඹුර 	පිටු අංක 18- 20	01 සරු බීමෙන් නෙළුම් අපි අස්වනු	04

නිපුණතාව	නිපුණතා වට්ටම	ඉගෙනුම් පල	විෂය අන්තර්ගතය	ගුරු මාර්ගෝපදේශයේ ක්‍රියාකාරකම් අංකය / පිටු අංක	පෙළ පොතේ පාඩමේ අංකය සහ නම	කාලවිච්ඡේද ගණන
1.0 පවතින සම්පත් යොදා ගනිමින් වගා භූමිය සංවර්ධනය කරයි.	1.2 පන්ති කාමර අවට විසිතුරු පත්‍රික හා මල් සඳහා වගා කරන ශාකවලින් විචිත්‍රවත් කරයි.	<ul style="list-style-type: none"> විසිතුරු පත්‍රික හා මල් සඳහා වගා කරන ශාක ව්‍යුහ විලාස අනුව තෝරයි. බඳුන්ගත ශාක නිවැරදි ව හදා වඩා ගනියි විචිත්‍රවත් පෙනුමක් ලැබෙන පරිදි අවට පරිසරය විසිතුරු ශාකවලින් අලංකාර කරයි. 	<ul style="list-style-type: none"> යෝග්‍ය විසිතුරු ශාක තේරීම <ul style="list-style-type: none"> පත්‍රික ශාක මල් සඳහා වගා කරන ශාක ශාක ව්‍යුහ විලාස (වැල්, එල්ලා වැටෙන ශාක, කේතු ආකාර හා කුරු ශාක) පැළ බඳුන්ගත කිරීම 	පිටු අංක 21 - 22	02 නෙත පිහවන විසිතුරු ශාක	04
2.0 ජෛව පරිසරය සුරැකීමට දායක වෙයි.	2.1 තමා ජීවත් වන ආසන්නතම ජෛව පරිසරයේ සතුන්ගේ අවශ්‍යතා ඉටු කරයි.	<ul style="list-style-type: none"> සම්පතම පරිසරයේ සුලබ ව හමු වන සතුන්ගේ වර්ගයා නිරීක්ෂණය කර සටහන් කරයි. පරිසරයට සතුන්ගේ පැවැත්ම වැදගත් වන අයුරු අත්දකියි. සතුන්ගේ අවශ්‍යතා ඉටුවන පරිසරයක් ගොඩනගයි. 	<ul style="list-style-type: none"> සම්පතම පරිසරයේ සුලබ ව හමු වන සතුන් <ul style="list-style-type: none"> කුරුල්ලන් සමනලුන් හා වෙනත් කෘමීන් ලේනුන් වෙනත් සතුන් ඔවුන් ජීවත් වන විවිධ පරිසර පරිසරයට ඔවුන්ගේ පැවැත්ම වැදගත් වන අයුරු සතුන්ගේ අවශ්‍යතා සපුරමින් ප්‍රියජනක පරිසරයක් සැකසීම 	පිටු අංක 23 - 24	03 දකිමු විදිමු සුරකිමු පරිසරයේ සිරිසර	04
4.0 ආහාරව	4.1 ආහාරව	<ul style="list-style-type: none"> ආහාරවල ගුණාංග විස්තර කරයි. 	<ul style="list-style-type: none"> ආහාර 	පිටු අංක 25 - 26	04	04

නිපුණතාව	නිපුණතා මට්ටම	ඉගෙනුම් පල	විෂය අන්තර්ගතය	ගුරු මාර්ගෝපදේශයේ ක්‍රියාකාරකම් අංකය / පිටු අංක	පෙළ පොතේ පාඩමේ අංකය සහ නම	කාලච්ඡේද ගණන
<p>ල ගුණාංග සුරැකෙන අයුරින් පරිභෝජනය සඳහා ආහාර සුරක්ෂිත කිරීමට දායක වෙයි.</p>	<p>ල ගුණාංග විස්තර කරමින් පරිභෝජනය සඳහා ආහාර රැස් කරයි.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • මිල දී ගැනීමේ දී පරිභෝජනයට සුදුසු ආහාර තෝරයි. • තම නිවසේ පරිභෝජනය සඳහා ආහාර සුරක්ෂිත කරයි. 	<ul style="list-style-type: none"> • ආහාර කාණ්ඩ වර්ගීකරණය • ආහාරවල ගුණාංග <ul style="list-style-type: none"> • නැවුම් ආහාර • සැකසූ ආහාර • ආහාර ගැනීමේ ප්‍රයෝජන • තම නිවසේ පරිභෝජනය සඳහා ආහාර සුරක්ෂිත කර ගැනීම <ul style="list-style-type: none"> • ගෙවත්තේ/නිවසේ නිෂ්පාදිත ආහාර • මිල දී ගැනීම සඳහා ආහාර තේරීම • ආහාර ආරක්ෂා කිරීම <ul style="list-style-type: none"> • පිරිසිදු කිරීම • ඇසුරුම් කිරීම • ගබඩා කිරීම 		<p>ගුණ නොනසා සුරකීමු අපි ආහාර</p>	
<p>4.0 ආහාරවල ගුණාංග සුරැකෙන අයුරින් පරිභෝජනය සඳහා ආහාර සුරක්ෂිත කිරීමට දායක වෙයි.</p>	<p>4.2 ගුණාත්මක ආහාර පරිභෝජනය සඳහා සැලසුම් සහගත ව මුළුතැන්ගෙය පවත්වා ගෙන යයි.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • ගුණාත්මක ආහාර පිළියෙල කිරීම සඳහා මුළුතැන්ගෙය සැලසුම් කරයි. • වදන් සැකසුම් මෘදුකාංගය ආධාරයෙන් ලේබල් පිළියෙල කරයි. • ගුණාත්මක ආහාර පරිභෝජනය සඳහා මුළුතැන්ගෙය පවිත්‍ර ව කාර්යක්ෂම ව පවත්වයි <p>සටහන - මුළුතැන්ගෙය ආශ්‍රිත ක්‍රියාකාරකම් අතරතුරදී ම සනීපාරක්ෂාව පිළිබඳ සිසුන්ගේ අවධානය යොමු කරන්න.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • ආහාර පිළියෙල කරන ස්ථානය වන මුළුතැන්ගෙය සැලසුම් සහගත ව පවත්වාගෙන යාම • සැලසුම් කළ යුතු ස්ථාන <ul style="list-style-type: none"> • ආහාර ද්‍රව්‍ය ගබඩා කරන • ජල සැපයුම • ආහාර පිළියෙල කරන • මුළුතැන්ගෙය ආම්පන්න, 	<p>පිටු අංක 27 - 30</p>	<p>05</p> <p>මුළුතැන්ගෙය පිළිවෙළ, රැකගෙයි අහරේ රස ගුණ</p>	<p>04</p>

නිපුණතාව	නිපුණතා මට්ටම	ඉගෙනුම් පල	විෂය අන්තර්ගතය	ගුරු මාර්ගෝපදේශයේ ක්‍රියාකාරකම් අංකය / පිටු අංක	පෙළ පොතේ පාඩමේ අංකය සහ නම	කාලච්ඡේද ගණන
			<p>පිසීමේ ආම්පන්න හා උපකරණ ස්ථානගත කරන</p> <ul style="list-style-type: none"> • පිසින ලද ආහාර පරිභෝජනය තෙක් ආරක්ෂිත ව තබා ගන්නා • ලේබල් කිරීම 			
	<p>4.3 සරල තාක්ෂණික ක්‍රම භාවිතයෙන් නිවසේ ආහාර සුරක්ෂිතතාවට දායක වෙයි.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • වාරික ආහාර රැස් කිරීමේ පැරණි ක්‍රම අත්හදා බලයි. • සරල තාක්ෂණික ශිල්ප ක්‍රම යොදා ගනිමින් වාරික ආහාර රැස් කරයි. • ආහාර නාස්ති වීම අවම කරයි. 	<ul style="list-style-type: none"> • පරිභෝජනය සඳහා වාරික ආහාර රැස් කර ගැනීම • භාවිත කරන ලද පැරණි ක්‍රම • සරල තාක්ෂණික ශිල්ප ක්‍රම 	<p>පිටු අංක 31 - 32</p>	<p>06</p> <p>ක්‍රම සරලයි - එල විපුලයි - සුරැකෙයි - ආහාර</p>	<p>04</p>
සමස්ත එකතුව						<p>24</p>
පළමු වාරය සඳහා ඉතිරි කාලච්ඡේද ගණන						<p>24-12= 12</p>