බුද්ධ ධර්මය

ගුරු මාර්ගෝපදේශය

දෙවන ශ්‍රේණිය

(2017 වර්ෂයේ සිට ක්‍රියාත්මක වේ.)

මුල් ළමාවිය සංවර්ධන හා ප්‍රාථමික අධ්‍යාපන දෙපාර්තමේන්තුව
ජාතික අධ්‍යාපන ආයතනය
මහරගම
ශ්‍රී ලංකාව

විද්‍යුත් තැපැල : info @ nie.lk
වෙබ් අඩවිය : www.nie.lk

බුද්ධ ධර්මය

දෙවන ශ්‍රේණිය

ගුරු මාර්ගෝපදේශය

ප්‍රථම මුද්‍රණය - 2016

© ජාතික අධ්‍යාපන ආයතනය

ISBN ....

මුල් ළමාවිය සංවර්ධන හා ප්‍රාථමික අධ්‍යාපන දෙපාර්තමේන්තුව
ජාතික අධ්‍යාපන ආයතනය
ශ්‍රී ලංකාව

වෙබ් අඩවිය : www.nie.lk
විද්‍යුත් තැපැල : info@nie.lk

මුද්‍රණය :

අධ්‍යක්ෂ ජනරාල්තුමියගේ පණිවිඩය

ජාතික අධ්‍යාපන කොමිෂන් සභාව විසින් නිර්දේශිත ජාතික අධ්‍යාපන අරමුණු සාක්ෂාත් කර ගැනීම සහ පොදු නිපුණතා සංවර්ධනය කිරීමේ මූලික අරමුණ සහිත ව එවකට පැවති අන්තර්ගතය පදනම් වූ විෂයමාලාව නවීකරණයට භාජනය කොට වර්ෂ අටකින් යුතු චක්‍රයකින් සමන්විත නව නිපුණතා පාදක විෂයමාලාවෙහි පළමු අදියර, වර්ෂ 2007 දී ජාතික අධ්‍යාපන ආයතනය විසින් ශ්‍රී ලංකාවේ ප්‍රාථමික හා ද්විතීයික අධ්‍යාපන ක්ෂේත්‍රයට හඳුන්වා දෙන ලදි.

පර්යේෂණවලින් අනාවරණය වූ කරුණු ද, අධ්‍යාපනය පිළිබඳ ව විවිධ පාර්ශ්වයන් ඉදිරිපත් කළ යෝජනා ද පදනම් කොට ගෙන සිදු කරන ලද විෂයමාලා තාර්කීකරණය කිරීමේ ක්‍රියාවලියක ප්‍රතිඵලයක් ලෙස විෂයමාලා චක්‍රයේ දෙවැනි අදියර අධ්‍යාපන ක්ෂේත්‍රයට හඳුන්වා දීම 2015 වසරේ සිට ආරම්භ කර ඇත.

මෙම තාර්කීකරණ ක්‍රියාවලියේ දී සියලු ම විෂයයන්ගේ නිපුණතා පදනම් මට්ටමේ සිට උසස් මට්ටම දක්වා ක්‍රමානුකූල ව ගොඩ නැඟීම සඳහා පහළ සිට ඉහළට ගමන් කරන සිරස් සංකලනය භාවිත කර ඇති අතර විවිධ විෂයයන්හි දී එක ම විෂය කරුණු නැවත නැවත ඉදිරිපත් වීම හැකිතාක් අවම කිරීම, විෂය අන්තර්ගතය සීමා කිරීම සහ ක්‍රියාත්මක කළ හැකි ශිෂ්‍ය මිතුරු විෂයමාලාවක් සැකසීම සඳහා තිරස් සංකලනය ද භාවිත කර ඇත.

ගුරු භවතුන්ට පාඩම් සැලසුම් කිරීම, ඉගෙනුම්-ඉගැන්වීම් ක්‍රියාවලියෙහි සාර්ථක ව නිරත වීම, පන්ති කාමර මිනුම් හා ඇගයීම් ප්‍රයෝජනවත් පරිදි යොදා ගැනීම සඳහා අවශ්‍ය වන මාර්ගෝපදේශ ලබාදීමේ අරමුණින් නව ගුරු මාර්ගෝපදේශ හඳුන්වා දී ඇත. පන්ති කාමරය තුළ දී වඩාත් ඵලදායී ගුරුවරයෙකු ලෙස කටයුතු කිරීමට මෙම මාර්ගෝපදේශ උපකාරී වනු ඇත. සිසුන්ගේ නිපුණතා වර්ධනය කිරීම සඳහා ගුණාත්මක යෙදවුම් හා ක්‍රියාකාරකම් තෝරා ගැනීමට ගුරුවරුන්ට අවශ්‍ය නිදහස මෙමගින් ලබා දී තිබේ. එමෙන් ම නිර්දේශිත පාඨ ග්‍රන්ථවල ඇතුළත් වන විෂය කරුණු පිළිබඳ ව වැඩි බර තැබීමක් මෙම ගුරු මාර්ගෝපදේශවල අන්තර්ගත නොවේ. එම නිසා මෙම ගුරු මාර්ගෝපදේශය වඩාත් ඵලදායී වීමට නම් අධ්‍යාපන ප්‍රකාශන දෙපාර්තමේන්තුව විසින් සකසා ඇති අදාළ පාඨ ග්‍රන්ථ සමග සමගාමී ව භාවිත කිරීම අත්‍යවශ්‍ය වේ.

තාර්කීකරණය කරන ලද විෂය නිර්දේශ, නව ගුරු මාර්ගෝපදේශ හා නව පාඨ ග්‍රන්ථවල මූලික අරමුණු වන්නේ ගුරු කේන්ද්‍රීය අධ්‍යාපන රටාවෙන් මිදී ශිෂ්‍ය කේන්ද්‍රීය අධ්‍යාපන රටාවක් හා වඩාත් ක්‍රියාකාරකම් මත පදනම් වූ අධ්‍යාපන රටාවකට එළඹීම මගින් වැඩ ලෝකයට අවශ්‍ය වන්නා වූ නිපුණතා හා කුසලතාවන්ගෙන් යුක්ත මානව සම්පතක් බවට ශිෂ්‍ය ප්‍රජාව සංවර්ධනය කිරීමයි.

නව විෂය නිර්දේශ සහ ගුරු මාර්ගෝපදේශ සම්පාදනය කිරීමේ දී ජාතික අධ්‍යාපන ආයතනයේ ශාස්ත්‍රීය කටයුතු මණ්ඩලයේ ද, ආයතන සභාවේ ද, රචනයේ දී දායකත්වය ලබා දුන් සියලු ම සම්පත්දායකයින් හා වෙනත් පාර්ශ්වයන්ගේ ද ඉමහත් කැපවීම ඇගයීමට ද මෙය අවස්ථාවක් කර ගනු කැමැත්තෙමි.

ආචාර්ය ජයන්ති ගුණසේකර
අධ්‍යක්ෂ ජනරාල්
ජාතික අධ්‍යාපන ආයතනය
මහරගම

නියෝජ්‍ය අධ්‍යක්ෂ ජනරාල්ගේ පණිවිඩය

ඉගෙනුම පුළුල් ක්ෂේත්‍රයක විහිද යන්නකි. එය ජීවිත අතිමහත් බවට ද, ඉතා ම සරල බවට ද පත් කරයි. මනුෂ්‍යයා ඉගෙනුම් කුසලතාවෙන් උත්කෘෂ්ට ය. මානව සමාජ සංවර්ධනය කේන්ද්‍ර කොට ගත් රටක්, සමාජයක් බුද්ධිය විසින් හඳුනා ගත් අසම්මත බැහැර කිරීමට ද, සුභාවිත තුළින් නව ලොවක් නිර්මාණය කර ගැනීමට ද, මෙවලම කර ගනු ලබන්නේ ඉගෙනුම යි.

ඉගෙනුම සඳහා වටිනා යමක් ද, ඉගෙනුම් ක්‍රමවේද හා පහසුකම් ද, අධ්‍යාපනය වටා නිර්මාණය විය යුතු ය. විෂයමාලාව, විෂය නිර්දේශය, මාර්ගෝපදේශ සහ සුසාධ්‍යකරුවන් ඉගෙනුම් ක්ෂේත්‍රයට එක් වනුයේ මේ ආකාරයෙනි.

නූතන ශ්‍රී ලංකාව ගෝලීය ප්‍රවණතා මෙන් ම පුරාතන උරුම ද සම්මිශ්‍රණය කර ගනිමින් ස්වීය අධ්‍යාපන රටාවක් හිමි කර ගෙන ඇත. කාලීන අවශ්‍යතා මත ප්‍රතිසංස්කරණ තුළින් වසර අටකට වරක් යාවත්කාලීන වන විෂයමාලාවේ ඉගෙනුම් සම්පතක් ලෙස මෙම ගුරු මාර්ගෝපදේශය නිර්මාණය වේ.

විෂයයෙහි අරමුණුවල සංගතතාව ජාතික මට්ටමින් පවත්වා ගත යුතු ය. එහෙත් ගුරු මාර්ගෝපදේශවල ඉගෙනුම් ක්‍රමවේද, අකුරක් වත් වෙනස් නො කොට පිළිපැදිය යුත්තක් නම් නො වේ. විෂය නිර්දේශයෙහි තේමා සහ නිපුණතා සාධනය වීම සඳහා අන්තර්ගතය තුළින් ඉගෙනුම් පල සම්ප්‍රාප්තිය පිණිස ඉගෙනුම් ක්‍රමවේද නිර්මාණශීලී ව වෙනස් කර ගැනීමට සුසාධ්‍යකරුවන්ට පැහැදිලි ව ම ඉඩක් ඇති බව සඳහන් කරමි. ශිෂ්‍ය සාධන ප්‍රතිශතය ඉහළ මට්ටමකට ගැනීම සඳහා උදව් වන, පහසුකම් සලසන, ගුරු භූමිකාවට කිසියම් ප්‍රවේශයක් සඳහා නිර්මාණය වන ගුරු මාර්ගෝපදේශය ශික්ෂකයා හට ද, දෙගුරුනට ද, භාවිත කළ හැකි ය. අදාළ පෙළ පොතට සහකරුවකු වන ගුරු මාර්ගෝපදේශය තවත් පෙළ පොතක් නො වන බව දැන ගුරු භවතුන් පෙළ පොත හා මාර්ගෝපදේශය යන සම්පත් ද්‍රව්‍ය දෙක ම භාවිත කළ යුතු ය.

ඒ ඒ විෂයවල සාධනය පිළිබඳ ඇගයීම් සිදු කරන ජාතික මට්ටමේ පරීක්ෂකවරයකු වුව ද අපේක්ෂා කරන සාධන, විෂයය ඉගැන්වීමට මඟ පෙන්වන සුසාධ්‍යකරුවන් විසින් පාඩම අවසානයෙහි පන්ති කාමරයේ දී දරුවන් සමඟ ප්‍රත්‍යක්ෂකරණයට පත් විය යුතු ය. එම ඒකාත්මික වීම සඳහා වූ ප්‍රබෝධාත්මක සංස්කෘතියක් ගොඩනඟා ගැනීමට ගුරු මාර්ගෝපදේශය පහුරක්, යාත්‍රාවක් කර ගනු ඇතැ යි ආයාචනා පූර්වක ව අපේක්ෂා කරමි.

ආචාර්ය, පූජ්‍ය මාඹුල්ගොඩ සුමනරතන හිමි
නියෝජ්‍ය අධ්‍යක්ෂ ජනරාල්
භාෂා, මානව ශාස්ත්‍ර හා සමාජවිද්‍යා පීඨය,
ජාතික අධ්‍යාපන ආයතනය.

විෂයමාලා කමිටුව

උපදේශකත්වය හා අනුමතිය :

උපදේශකත්වය : ආචාර්ය පූජ්‍ය මාඹුල්ගොඩ සුමනරතන ස්වාමීන් වහන්සේ
නියෝජ්‍ය අධ්‍යක්ෂ ජනරාල්, ජාතික අධ්‍යාපන ආයතනය

ශාස්ත්‍රපති අතිපූජ්‍ය ගන්තුනේ අස්සජි මහානායක මාහිමිපාණන් වහන්සේ
හිටපු කථිකාචාර්ය, ශ්‍රී ජයවර්ධනපුර විශ්වවිද්‍යාලයය

ආචාර්ය පූජ්‍ය වැලමිටියාවේ කුසලධම්ම මාහිමිපාණන් වහන්සේ
කුලපති, කැලණිය විශ්වවිද්‍යාලයය

මහාචාර්ය පූජ්‍ය දේවාලේගම මේධානන්ද ස්වාමීන් වහන්සේ
කැලණිය විශ්වවිද්‍යාලයය

පූජ්‍ය උඩුගම සුදස්සි ස්වාමීන් වහන්සේ
කථිකාචාර්ය, ජාතික අධ්‍යාපන ආයතනය

එස්. බී. එම්. නිමල් ධර්මසිරි මහතා
අධ්‍යක්ෂ (ආගමික හා සාරධර්ම අධ්‍යාපන), අධ්‍යාපන අමාත්‍යාංශය

එම්. ඒ. ජී. ඩබ්ලිව්. කුලරත්න මහතා
අධ්‍යක්ෂ වැ.බ. (මුල් ළමාවිය සංවර්ධන හා ප්‍රාථමික අධ්‍යාපන)
ජාතික අධ්‍යාපන ආයතනය

අනුමතිය : ශාස්ත්‍රීය කටයුතු මණ්ඩලය, ජාතික අධ්‍යාපන ආයතනය

විෂය සම්බන්ධීකරණය : සකුන්තලා රණසිංහ මිය - සහකාර කථිකාචාර්ය, ජාතික අධ්‍යාපන ආයතනය

ලේඛක මණ්ඩලය :

අභ්‍යන්තර සම්පත් දායකත්වය -

සකුන්තලා රණසිංහ මිය, සහකාර කථිකාචාර්ය, ජාතික අධ්‍යාපන ආයතනය

බාහිර සම්පත් දායකත්වය -

පූජ්‍ය දමන සුගතධම්ම ස්වාමීන් වහන්සේ, ජ්‍යෙෂ්ඨ කථිකාචාර්ය, හාපිටිගම් ජාතික අධ්‍යාපන විද්‍යාපීඨය.

කේ. ඒ. ඩී. පී. සරත්චන්ද්‍ර මයා, විශ්‍රාමික අධ්‍යක්‍ෂ, ප්‍රාථමික අධ්‍යාපන දෙපාර්තමේන්තුව,
ජාතික අධ්‍යාපන ආයතනය.

ආර්. එච්. දීපිකා පෙරේරා මිය, ගුරු සේවය, බප/ජය/ධර්මාශෝක කනිටු විදුහල

කේ. ජී. ඉන්ද්‍රාණි ස්වර්ණලතා මිය, ගුරු සේවය, කො/උතුර ධර්මපාල විද්‍යාලයය

භාෂා සංස්කාරක : ශ්‍රීනාත් ගනේවත්ත මයා (භාෂා සංස්කාරක)

පරිගණක වදන් සැකසුම : බී. ඒ. එන්. බටවල මිය

විවිධ සහය : ඩබ්ලිව්. එච්. ටී. සිල්වා මයා
එස්. පී. ඒ. සරත් කුමාර මයා

හැඳින්වීම

ජාතික අරමුණු ඉටු කර ගැනීම සඳහා පාදක වන මූලික නිපුණතා ඇසුරින් 'ආගම සහ ආචාර ධර්මවලට අදාළ නිපුණතා' දරුවන් තුළ ගොඩනැංවීම 'ආගම' විෂයයේ වගකීම වෙයි.

කුඩා දරුවකුගේ ළපටි මනසෙහි අලුත් යමක් රෝපණය කිරීම පහසු ය, එ සේ ම යහපත් චර්යාවලට සහ වත් පිළිවෙත්වලට කුඩා දරුවකු අනුගත කිරීම ද වඩා ඉක්මනින් කළ හැකි ය. කුඩා දරුවකු තුළ පවත්නා එම ගුණාංගවලට මනා ව ගැළපෙන සේ මෙහි විවිධ ක්‍රියාකාරකම් යෝජනා කර ඇත. විෂය අන්තර්ගතයට අනුකූල ව සිසු දරුවාට අදාළ නිපුණතාව ලබා දෙමින් ඉගෙනුම් පල සාක්ෂාත් කර ගැනීමට එම ක්‍රියාකාරකම් ඔබට මාර්ගෝපදේශයක් වනු ඇතැ යි අපේක්ෂා කෙරේ.

සමාජයක සාමය සහ සදාචාරය පවත්වා ගැනීමට සියලු ම ආගම්වලින් ලැබෙන දායකත්වය සුළුපටු නො වේ. තව ද, තමා හැම අයුරින් ම පෝෂණය කර ගුණාත්මක ජීවිතයක් ගත කිරීමට ශ්‍රම දායකත්වය සපයන මිනිස් සමාජයට කෘතවේදී වෙමින් පෙරළා අවංක සේවයක් කිරීමටත්, යහගුණවලින් හෙබි මනුෂ්‍යයකු ලෙස අභිමානයෙන් යුතු ව ජීවත් වීමටත්, ආගමකින් ලැබෙන පන්නරය අතිමහත් ය. එ පමණක් නො ව අප එකිනෙකා විශ්වාස කරන පරිදි මරණින් ඔබ්බෙහි දී ද යහපතක් උදා කර ගැනීම සඳහා ආගමික ඉගැන්වීම් අපට නිසැක ව ම පිහිට වෙයි.

දැහැමි සමාජයක් බිහි කිරීමේ උදාර කර්තව්‍යය ආරම්භ කළ යුත්තේ ප්‍රාථමික අවධියේ කුඩා දරුවා ගෙනි. ඒ මහඟු කර්තව්‍යය භාර ගෙන සිටින භාග්‍යවන්ත වූ ගුරුභවතා ඔබ යි. ඒ සඳහා ඔබෙන් ලැබෙන දායකත්වය සහ කැපවීම මහත් සේ අගයමු.

එම්. ඒ. ජී. ඩබ්ලිව්. කුලරත්න
අධ්‍යක්ෂ,
මුල් ළමාවිය සංවර්ධන හා ප්‍රාථමික අධ්‍යාපන දෙපාර්තමේන්තුව

ජාතික අරමුණු

i. මානව අභිමානයට ගරු කිරීමේ සංකල්පයක් මත පිහිටා ශ්‍රී ලාංකික බහුවිධ සමාජයේ සංස්කෘතික විවිධත්වය අවබෝධ කර ගනිමින් ජාතික ඒකාබද්ධතාව, ජාතික ඍජු ගුණය, ජාතික සමඟිය, එකමුතුකම සහ සාමය ප්‍රවර්ධනය කිරීම මඟින් ජාතිය ගොඩනැඟීම සහ ශ්‍රී ලාංකේය අනන්‍යතාව තහවුරු කිරීම

ii. වෙනස් වන ලෝකයක අභියෝගවලට ප්‍රතිචාර දක්වන අතර ජාතික උරුමයේ මාහැඟි දායාද හඳුනා ගැනීම සහ සංරක්ෂණය කිරීම

iii. මානව අයිතිවාසිකම්වලට ගරු කිරීම, යුතුකම් හා වගකීම් පිළිබඳ ව දැනුම්වත් වීම සහ හෘදයංගම බැඳීමකින් යුතු ව එකිනෙකා කෙරෙහි සැලකිලිමත් වීම යන ගුණාංග ප්‍රවර්ධනය කිරීමට ඉවහල් වන සමාජ සාධාරණත්ව සම්මත සහ ප්‍රජාතාන්ත්‍රික ජීවන රටාවක් ගැබ් වූ පරිසරයක් නිර්මාණය කිරීම සහ පවත්වා ගෙන යාමට සහාය වීම

iv. පුද්ගලයින් ගේ මානසික හා ශාරීරික සුව සම්පත සහ මානව අගයවලට ගරු කිරීම මත පදනම් වූ තිරසාර ජීවන ක්‍රමයක් ප්‍රවර්ධනය කිරීම

v. සුසමාහිත වූ සමබර පෞරුෂයක් සඳහා නිර්මාපණ හැකියාව, ආරම්භක ශක්තිය, විචාරශීලී චින්තනය, වගකීම හා වගවීම ඇතුළු වෙනත් ධනාත්මක අංග ලක්ෂණ සංවර්ධනය කිරීම

vi. පුද්ගලයා ගේ සහ ජාතියේ ජීව ගුණය වැඩිදියුණු කෙරෙන සහ ශ්‍රී ලංකාවේ ආර්ථික සංවර්ධනය සඳහා දායක වන ඵලදායී කාර්ය සඳහා අධ්‍යාපනය තුළින් මානව සම්පත් සංවර්ධනය කිරීම

vii. ශීඝ්‍රයෙන් වෙනස් වන ලෝකයක් තුළ සිදු වන වෙනස්කම් අනුව හැඩ ගැසීමට හා ඒවා පාලනය කර ගැනීමට පුද්ගලයින් සූදානම් කිරීම සහ සංකීර්ණ හා අනපේක්ෂිත අවස්ථාවලට සාර්ථක ව මුහුණ දීමේ හැකියාව වර්ධනය කිරීම

viii. ජාත්‍යන්තර ප්‍රජාව අතර ගෞරවනීය ස්ථානයක් හිමි කර ගැනීමට දායක වන යුක්තිය, සමානත්වය සහ අන්‍යෝන්‍ය ගරුත්වය මත පදනම් වූ ආකල්ප හා කුසලතා පෝෂණය කිරීම

මූලික නිපුණතා

අධ්‍යාපනය තුළින් වර්ධනය කෙරෙන පහත දැක්වෙන මූලික නිපුණතා ඉහත සඳහන් ජාතික අරමුණු මුදුන්පත් කර ගැනීමට දායක වනු ඇත.

i. සන්නිවේදන නිපුණතා

සාක්ෂරතාව, සංඛ්‍යා පිළිබඳ දැනුම, රූපක භාවිතය සහ තොරතුරු තාක්ෂණ ප්‍රවීණත්වය යන අනුකාණ්ඩ හතරක් මත සන්නිවේදන නිපුණතා පදනම් වේ.

සාක්ෂරතාව : සාවධාන ව ඇහුම්කන් දීම, පැහැදිලි ව කතා කිරීම, තේරුම් ගැනීම සඳහා කියවීම, නිවැරැදි ව සහ නිරවුල් ව ලිවීම, ඵලදායී අයුරින් අදහස් හුවමාරු කර ගැනීම

සංඛ්‍යා පිළිබඳ දැනුම : භාණ්ඩ, අවකාශය හා කාලය, ගණන් කිරීම, ගණනය සහ මිනුම් සඳහා ක්‍රමානුකූල ඉලක්කම් භාවිතය

රූපක භාවිතය : රේඛා සහ ආකෘති භාවිතයෙන් අදහස් පිළිබිඹු කිරීම සහ රේඛා, ආකෘති සහ වර්ණ ගළපමින් විස්තර, උපදෙස් හා අදහස් ප්‍රකාශනය හා වාර්තා කිරීම

තොරතුරු තාක්ෂණ ප්‍රවීණත්වය : පරිගණක දැනුම සහ ඉගෙනීමේ දී ද, සේවා පරිශ්‍රවල දී ද, පෞද්ගලික ජීවිතයේ දී ද, තොරතුරු සහ සන්නිවේදන තාක්ෂණය උපයෝගී කර ගැනීම

ii. පෞරුෂත්ව වර්ධනයට අදාළ නිපුණතා

- නිර්මාණශීලී බව, අපසාරී චින්තනය, ආරම්භක ශක්තිය, තීරණ ගැනීම, ගැටලු නිරාකරණය කිරීම, විචාරශීලී හා විග්‍රහාත්මක චින්තනය, කණ්ඩායම් හැඟීමෙන් කටයුතු කිරීම, පුද්ගලාන්තර සබඳතා, නව සොයා ගැනීම් සහ ගවේෂණය වැනි වර්ගීය කුසලතා
- ඍජු ගුණය, ඉවසා දරා සිටීමේ ශක්තිය සහ මානව අභිමානයට ගරු කිරීම වැනි අගය
- චිත්තවේගී බුද්ධිය

iii. පරිසරයට අදාළ නිපුණතා

මෙම නිපුණතා සාමාජික, ජෛව සහ භෞතික පරිසරවලට අදාළ වේ.

සමාජ පරිසරය : ජාතික උරුම පිළිබඳ අවබෝධය, බහුවාර්ගික සමාජයක සාමාජිකයන් වීම හා සම්බන්ධ සංවේදීතාව හා කුසලතාව, සාධාරණ යුක්තිය පිළිබඳ හැඟීම, සමාජ සම්බන්ධතා, පුද්ගලික චර්යා, සාමාන්‍ය හා නෛතික සම්ප්‍රදාය, අයිතිවාසිකම්, වගකීම්, යුතුකම් සහ බැඳීම්

ජෛව පරිසරය : සජීවී ලෝකය, ජනතාව සහ ජෛව පද්ධතිය, ගස්වැල්, වනාන්තර, මුහුදු, ජලය, වාතය සහ ජීවය, ශාක, සත්ත්ව හා මිනිස් ජීවිතයට සම්බන්ධ වූ අවබෝධය, සංවේදී බව හා කුසලතා

භෞතික පරිසරය : අවකාශය, ශක්තිය, ඉන්ධන, ද්‍රව්‍ය, භාණ්ඩ සහ මිනිස් ජීවිතයට ඒවායේ ඇති සම්බන්ධතාව, ආහාර, ඇඳුම්, නිවාස, සෞඛ්‍යය, සුව පහසුව, නින්ද, නිස්කලංකය, විවේකය, අපද්‍රව්‍ය සහ මළපහ කිරීම් යනාදිය හා සම්බන්ධ වූ අවබෝධය, සංවේදීතාව හා කුසලතාව ඉගෙනීම, වැඩ කිරීම සහ ජීවත් වීම සඳහා මෙවලම් සහ තාක්ෂණය ප්‍රයෝජනයට ගැනීමේ කුසලතා

iv. **වැඩ ලෝකයට සූදානම් වීමේ නිපුණතා**

- ආර්ථික සංවර්ධනයට දායක වීම
- තම වෘත්තීය ළැදියා සහ අභියෝග්‍යතා හඳුනා ගැනීම
- හැකියාවලට සරිලන අයුරින් රැකියාවක් තෝරා ගැනීම සහ වාසිදායක හා තිරසාර ජීවනෝපායක නිරත වීම යන හැකියා උපරිම කිරීමට හා ධාරිතාව වැඩි කිරීමට අදාළ සේවා නියුක්තිය හා සම්බන්ධ කුසලතා

v. **ආගම සහ ආචාර ධර්මවලට අදාළ නිපුණතා**

පුද්ගලයන්ට තම දෛනික ජීවිතයේ දී ආචාර ධර්ම, සදාචාරාත්මක හා ආගමානුකූල හැසිරීම් රටාවලට අනුගත වෙමින් වඩාත් උචිත දේ තෝරා එයට සරිලන සේ කටයුතු කිරීම සඳහා අදාළ අගය උකහා ගැනීම හා ස්වීයකරණය

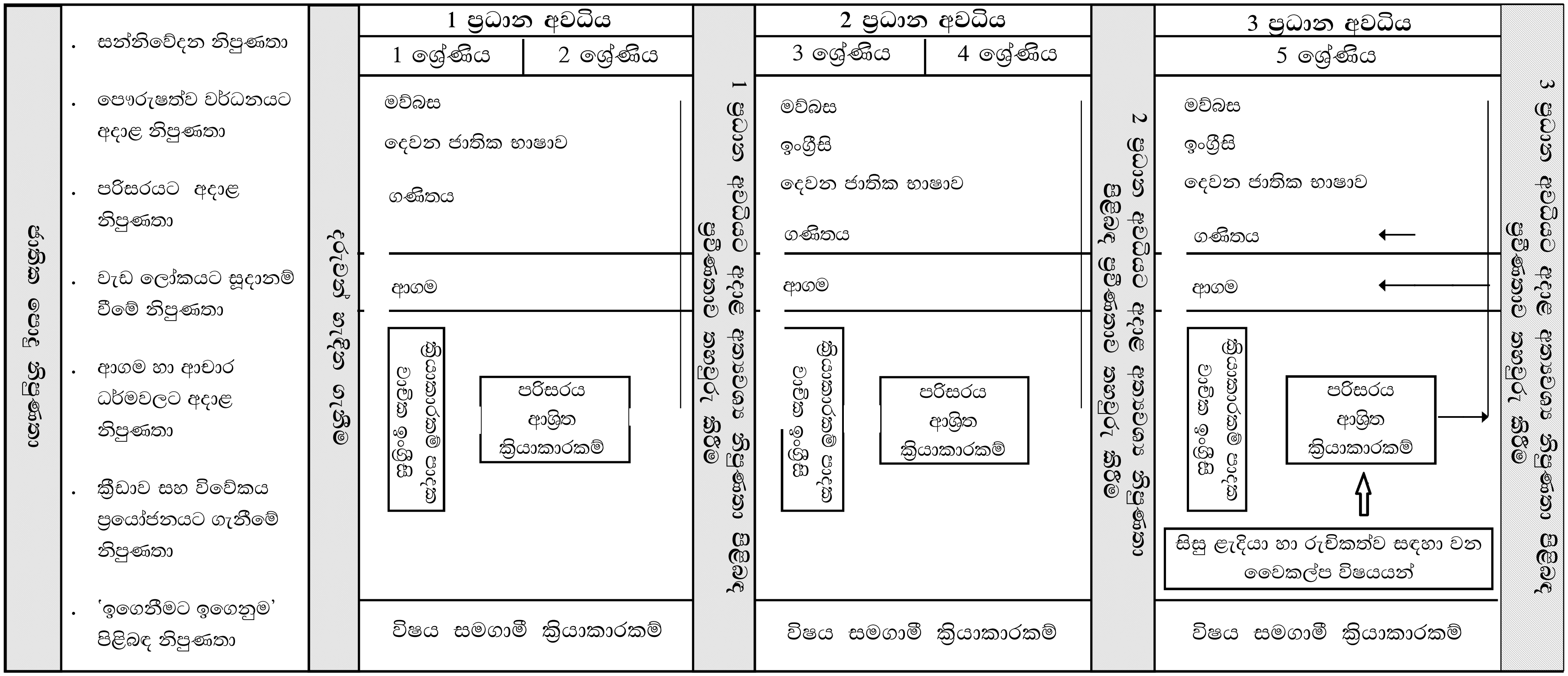
vi. **ක්‍රීඩාව සහ විවේකය ප්‍රයෝජනයට ගැනීමේ නිපුණතා**

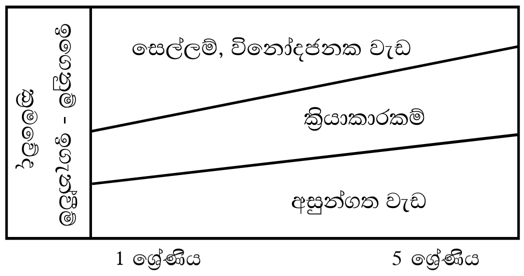
සෞන්දර්යය, සාහිත්‍යය, සෙල්ලම් කිරීම, ක්‍රීඩා හා මලල ක්‍රීඩා, විනෝදාංශ හා වෙනත් නිර්මාණාත්මක ජීවන රටා තුළින් ප්‍රකාශ වන විනෝදය, සතුට, ආවේග සහ එවන් මානුෂික අත්දැකීම්

vii. **ඉගෙනීමට ඉගෙනුම පිළිබඳ නිපුණතා**

ශීඝ්‍රයෙන් වෙනස් වන, සංකීර්ණ හා එකිනෙකා මත යැපෙන ලෝකයක පරිවර්තන ක්‍රියාවලියක් හරහා වෙනස් වීම් හසුරුවා ගැනීමේ දී හා ඊට සංවේදී ව හා සාර්ථක ව ප්‍රතිචාර දැක්වීමත්, ස්වාධීන ව ඉගෙන ගැනීමත්, සඳහා පුද්ගලයින්ට ශක්තිය ලබා දීම

ප්‍රාථමික විෂයමාලා සැලැස්ම





කාලය බෙදා ගැනීම

පළමු වන ප්‍රධාන අවධිය (පළමු වන සහ දෙ වන ශ්‍රේණි)

	විෂයය	සතියකට වෙන් කර ඇති කාලය
1.	මවු බස	පැය 5.00
2.	ගණිතය	පැය 3.30
3.	පරිසරය ආශ්‍රිත ක්‍රියාකාරකම්	පැය 5.30
4.	ආගම	පැය 1.15
5.	දෙවන ජාතික භාෂාව	මිනිත්තු 30
6.	උදය රැස්වීම සහ ආගමික වතාවත්	පැය 1.15 (දිනකට මිනිත්තු 15 බැගින්)
7.	විවේක කාලය	පැය 1.15 (දිනකට මිනිත්තු 15 බැගින්)
8.	ආහාර ගැනීම සඳහා	මිනිත්තු 50 (දිනකට මිනිත්තු 10 බැගින්)
9.	ශරීර සුවතා ක්‍රියාකාරකම්	පැය 1.40 (දිනකට මිනිත්තු 20 බැගින්)
10.	විෂය සමගාමී ක්‍රියාකාරකම	මිනිත්තු 30 (සතියේ එක් දිනෙක)
	සතියක මුළු කාලය	පැය 21.15

බුද්ධ ධර්මය ගුරු මාර්ගෝපදේශය පරිශීලනයට උපදෙස්

ජාතික අධ්‍යාපන කොමිෂන් සභා වාර්තාවෙන් දැක්වෙන ජාතික අරමුණු මෙම ශ්‍රේණියේ විෂය නිර්දේශ සැකසීම සඳහා පාදක කොට ගෙන ඇත. ජාතික පොදු අරමුණු කරා එළැඹීම පිණිස මූලික වන පොදු නිපුණතා ද එම වාර්තාවේ යෝජනා කර ඇත.

ප්‍රධාන වශයෙන් ආගම හා ආචාර ධර්මවලට අදාළ නිපුණතා මෙන් ම අනෙක් නිපුණතා ද දරුවන් තුළ ඇති කිරීමට බුද්ධ ධර්මය විෂයය මඟින් උසස් මෙහෙයක් කළ හැකි ය. අනාගත සංවර්ධනය නමැති ව්‍යූහය ගොඩ නැඟීම සඳහා බුද්ධ ධර්මය මඟින් ලබා දිය හැකි දායකත්වය අතිවිශාල ය.

ප්‍රාථමික අධ්‍යාපනයේ බුද්ධ ධර්මය විෂය නිර්දේශ සැකසීමේ දී අදාළ ශ්‍රේණියේ ඉගෙනුම ලබන සිසුන්ගේ වයස් මට්ටම, පරිණතිය, භාෂා හැකියා, රුචිකත්ව හා ළැදියා කෙරෙහි සැලැකිලිමත් වී තිබේ. අදාළ ශ්‍රේණියේ දරුවන්ට ළඟා විය හැකි නිපුණතා හා ඒ සම්බන්ධ විෂය කරුණුවලට පමණක් සීමා වී එම විෂය නිර්දේශ පිළියෙළ කිරීමට උත්සාහ ගෙන ඇත. එ සේ ම උගත් දේ ප්‍රායෝගික ජීවිතයේ දී අත්දකින්නට ද, ක්‍රියාකාරකම් මඟින් ඉඩ සලසා ඇත.

කුඩා දරුවකුට බුද්ධ ධර්මය ඉගැන්වීම දැඩි වගකීමක් සහිත ව කළ යුත්තකි. කුඩා අවදියේ ඉතා සුළු වූ හෝ කරුණක් සම්බන්ධයෙන් වැරැදි වැටැහීමක් ඇති වුව හොත් එය එම දරුවා ගේ මෙ ලොව ජීවිතයට පමණක් නො ව පරලොව ජීවිතයට ද බලපෑමට ඉඩ ඇත. එ බැවින් නොදන්නා හෝ සැකමුසු හෝ කරුණු ඇතොත් ඒ සියල්ල මැනැවින් දැන ගෙන නිවැරැදි දේ ම ඉදිරිපත් කිරීමට සියලු ගුරුවරුන් අනතිමානී විය යුතුවාක් මෙන් ම අවංක ද විය යුතු ය.

දරුවන් ගේ ජීවිතවලට ආදර්ශයක් වන පරිදි තමා ද යහපත් ජීවන පැවැත්මෙන් යුතු වෙමින් මෙම විෂය නිර්දේශය ක්‍රියාත්මක කිරීම ගුරුවරුන් ගේ වගකීම යි.

එක ම ගුරුවරයකු විසින් නම්‍ය කාල සටහනක් ක්‍රියාත්මක කිරීම මඟින් දරුවන්ට වඩාත් හිතකර ඉගෙනුම් පරිසරයක් නිර්මාණය කර ගත හැකි ය.

ප්‍රාථමික අවධිය සඳහා වන නිපුණතා

1. බුදු රජාණන් වහන්සේ ගේ ශ්‍රේෂ්ඨත්වය හැඳින ගෙන චරිතායනය කරයි.
2. සුවිශේෂී බෞද්ධ චරිත හා ජාතක කථා හැඳින ආදර්ශයට ගෙන කටයුතු කරයි.
3. බෞද්ධ දරුවකු ගේ අනන්‍යතාව තම චර්යා මඟින් ප්‍රදර්ශනය කරයි.
4. ප්‍රායෝගික ක්‍රියාකාරකම් ඇසුරින් අපේ සංස්කෘතික උරුමය රැක ගැනීමට දායක වෙයි.
5. බෞද්ධ ගුණ ධර්ම ඇසුරින් තමන්ටත් අනුන්ටත් හිත පිණිස වන පෞරුෂත්වයක් ගොඩනඟා ගනියි.
6. බෞද්ධ උපදේශ කාව්‍ය වණපොත් කර ගනිමින් ආදර්ශවත් ජීවිතයක් ගොඩනඟා ගනියි.
7. හිතකර දෛනික චර්යා රටාවක් ගොඩනඟා ගනිමින් සෞඛ්‍යවත් ජීවිතයක් ගත කරයි.
8. ත්‍රිවිධ පුණ්‍ය ක්‍රියාවල යෙදෙමින් දැහැමි හා සැපවත් ජීවිතයක් ගත කරයි.
9. සුවිශේෂ බුදු වදන් හදාරමින් ධම්මචාරී ජීවිතයක් ගත කරයි.
10. ශ්‍රී ලංකාවේ ඓතිහාසික සිද්ධස්ථාන හැඳින ඒවා සුරකිමින් හා අගයමින් වන්දනා කරයි.

1 - 5 ශ්‍රේණි අවධියේ බුද්ධ ධර්මය පිළිබඳ ඉගෙනුම් අත්දැකීම් ලබන සිසුන්, ප්‍රාථමික අවධිය අවසාන කරන විට උක්ත නිපුණතාවලට ළඟා වනු ඇතැ යි අපේක්ෂා කෙරේ. ඒ සඳහා අදාළ විෂය අන්තර්ගතය, විෂය නිර්දේශවල දක්වනු ලබන අතර ඊට අදාළ ව ක්‍රියාකාරකම් පාදක ප්‍රවේශයකින් කටයුතු කිරීම සඳහා යෝජනා කර ඇති ඉගෙනුම්-ඉගැන්වීම් ක්‍රමෝපාය වඩාත් නිර්මාණශීලී ව භාවිත කරනු ඇතැ යි අපේක්ෂා කෙරේ.

ක්‍රියාකාරකම් පාදක ඉගෙනුම් අත්දැකීම් ලබාගැනීමේ දී ශ්‍රව්‍ය දෘශ්‍ය ආධාරකයක් ලෙස පමණක් පෙළ පොත යොදා ගැනීම සුදුසු ය.

ඉගැන්වීමේ ක්‍රමෝපාය

ප්‍රාථමික ශ්‍රේණිවල බුදු දහම ඉගැන්වීමේ දී කුඩා දරුවන් ප්‍රිය කරන ආගමික ජීවිතය හා සමීප ක්‍රියාකාරකම් බහුල ලෙස යොදා ගත යුතු වේ. වන්දනා, ආගමික චාරිකා, විහාර මන්දිර නැරඹීම්, වත්පිළිවෙත් මේ අතර ප්‍රධාන තැනක් ගනියි.

තව ද ජාතක කථා, චරිත කථා, ශාසන ඉතිහාසය හා සම්බන්ධ කතා රසවත් ව ඉදිරිපත් කළ යුතු ය. මේ හා සම්බන්ධ ගායනා, රංගන, චිත්‍ර ඇඳීම වැනි සෞන්දර්ය මුසු ක්‍රියාකාරකම්වල දරුවන් නිරත කරවීමට ද නිරන්තරයෙන් අවධානය යොමු කළ යුතු වෙයි. එ විට ඉගෙනුම්-ඉගැන්වීම් ක්‍රියාවලිය වින්දනයක් ගෙන දෙන ඉතා ම සුන්දර අත්දැකීමක් වෙමින් බුද්ධ ධර්මය ඉගෙනීමේ දැඩි ආශාවක් දරුවන් තුළ ඇති වනු නො අනුමාන ය.

පාසල් ප්‍රතිපත්ති හා වැඩසටහන්

පාසල් සංස්කෘතිය හා සම්බන්ධ වැඩසටහන්වලින් බුද්ධ ධර්මය විෂයයට අදාළ බොහෝ නිපුණතා ආවරණය කර තහවුරු කළ හැකි ය. පාසල් සංස්කෘතියෙහි මෙම නිපුණතා ගොඩ නැගෙන නව අංග ඇති කිරීම කෙරෙහි විදුහල්පතිවරුන්ගේ සුවිශේෂ අවධානය යොමු කිරීම අපේක්ෂා කෙරේ.

ප්‍රාථමික පාසල සඳහා ක්‍රියාත්මක වන උදය ආගමික වැඩසටහන් මේ අතර ප්‍රධාන තැනක් ගනියි. මෙම වැඩසටහන පළමු වන ශ්‍රේණියේ දී ඉතා සරල ව අරඹා පස් වන ශ්‍රේණිය තෙක් ක්‍රමයෙන් දියුණු කරමින් විවිධ අංග එක් කළ හැකි ය.

ගුරුවරයා විසින් තම සිසුන් වාරයකට එක් වතාවක් වත් විහාරස්ථානයට රැගෙන යා යුතු ය. එහි දී කෙරෙන වතාවත් ඇසුරින් සිසුන් තුළ ශ්‍රද්ධාව ජනිත වෙයි. මෙම ක්‍රියාකාරකම් මඟින් ගිහි-පැවිදි සම්බන්ධතාව ද වර්ධනය වී යහපත් සමාජයක් බිහි වීමට එය ද හේතුපාදක වනු ඇත.

පවිත්‍රතාව, විනීත බව, කරුණාව, දයාව, ආශීර්වාද ඇසුරෙන් ගොඩනැගෙන සමානාත්මතාව, සුහදතාව, සහයෝගය ආදි ලක්ෂණවලින් පාසල් සංස්කෘතිය පෝෂණය වී ඇත. එ වැනි සංස්කෘතියක බුද්ධ ධර්මය විෂයයෙන් අපේක්ෂිත නිපුණතා වර්ධනය වන අවස්ථා සම්පාදනය කිරීම ඉතා පහසු ය. එ වැනි තත්ත්වයක් ඇති කල්හි විෂයය මඟින් ඉගෙන ගන්නා සියල්ල ප්‍රායෝගික භාවිතයට ද අවස්ථා උදා වේ.

තක්සේරු කිරීම

ප්‍රාථමික ශ්‍රේණිවල දී ප්‍රමුඛත්වය දිය යුතු වන්නේ ලිඛිත පරීක්ෂණ වැනි ඇගයීම්වලට වඩා ප්‍රායෝගික ක්‍රියාකාරකම් ඇසුරු කර ගත් ඇගයීම්වලට ය. නිරීක්ෂණය, ගවේෂණය, ක්ෂේත්‍ර චාරිකා, අභිනය, නාට්‍ය, රූකඩ, සාකච්ඡා, වාචික ප්‍රශ්න වැනි ඇගයීම් මේ සඳහා උචිත වෙයි.

ව්‍යාපෘති නායක

පටුන

	පිටුව
අධ්‍යක්ෂ ජනරාල්තුමාගේ පණිවිඩය	iii
නියෝජ්‍ය අධ්‍යක්ෂ ජනරාල් හිමිගේ පණිවිඩය	iv
විෂයමාලා කමිටුව	v
හැඳින්වීම	vi
ජාතික අරමුණු	vii
මූලික නිපුණතා	viii - ix
විෂයමාලා සැලැස්ම	x
කාලය බෙදා ගැනීම	xi
බුද්ධ ධර්මය ගුරු මාර්ගෝපදේශය පරිශීලනය කිරීම සඳහා උපදෙස්	xii - xiii
පටුන	xiv
විෂය නිර්දේශය හා ඉගෙනුම් සැලැස්ම	xv
ඉගෙනුම් - ඉගැන්වීම ක්‍රියාවලිය	1

විෂය නිර්දේශය

හා

ඉගෙනුම් - ඉගැන්වීම් ක්‍රියාවලිය සඳහා

උපදෙස්

විෂය අරමුණු

1. දරුවන් වෙතින් බෞද්ධ අනන්‍යතාව ප්‍රදර්ශනය වන චර්යා ඇති කිරීම
2. බුදු රජාණන් වහන්සේ ගේ චරිතය ඇසුරින් උන් වහන්සේ ගේ ශ්‍රේෂ්ඨත්වය හඳුන්වා දීම සහ ශ්‍රද්ධාව ජනිත කිරීම
3. නිරන්තරයෙන් තෙරුවනට ගරු කරමින් වන්දනාවට යොමු කිරීම
4. ශ්‍රී ලංකාවේ ප්‍රධාන බෞද්ධ සිද්ධස්ථානවල පූජනීය වටිනාකම් හැඳින එම ස්ථානවලට ගරු කිරීමට අවස්ථා ලබා දීම
5. බෞද්ධ සිරිත් විරිත් පිළිපදිමින් බෞද්ධ ගුණදම් වඩන පුද්ගලයන් බවට පත් කිරීම
6. ශ්‍රේෂ්ඨ බෞද්ධ චරිතාපදාන ඇසුරින් ලබා ගන්නා ආදර්ශවලට අනුකූල වූ ජීවන දර්ශනයක් ගොඩනැංවීම
7. දාන, ශීල, භාවනා යන ත්‍රිවිධ පුණ්‍යක්‍රියාවල යෙදවීම
8. බුදු දහමේ මූලික හරය සරල ව හඳුන්වා දීම
9. බුදු වදන් අනුගමනය කරමින් යහපත් ජීවිතයක් ගත කිරීමේ අවස්ථා උදා කර දීම
10. අන්‍යාගමික සිරිත්වලට ගරු කරමින් සහයෝගයෙන් ජීවත් වීමේ ආකල්ප රෝපණය කිරීම

තේමාව	නිපුණතාව	විෂය අන්තර්ගතය
1. බුදු රජාණන් වහන්සේ ගේ ශ්‍රේෂ්ඨත්වය හැඳින ගැනීම	1. බුදු රජාණන් වහන්සේ ගේ ශ්‍රේෂ්ඨත්වය හැඳින ගනිමින් චරිතායනය කරයි.	1.1 මහාමායා දේවිය දුටු සිහිනය, බෝසත් උපත හා සම්බන්ධ විශේෂ සිදුවීම් • මවු බිසව දෙව්දහ නුවරට යාම • මවු කුසින් බිහි වීම හා අභීත සිංහ නාදය • පිය රජතුමා ගේ පළමු වන වැඳුම • නම් තැබීම
		1.2 මහා කරුණා ගුණය • මට්ටකුණ්ඩලී කතාව • ගැරඬියකු පෙළූ ළමයින් ගේ කතාව (ධම්ම පදට්ඨ කථාව-බොහෝ කුමාරවරුන් ගේ කථා වස්තුව)
2. සුවිශේෂී බෞද්ධ චරිත හා ජාතක කථා ආදර්ශයට ගැනීම	2. සුවිශේෂ බෞද්ධ චරිත හා ජාතක කථා හැඳින ආදර්ශයට ගෙන කටයුතු කරයි.	2.1 ශ්‍රේෂ්ඨ බෞද්ධ චරිත • අනේපිඬු සිටුතුමා • මිහිඳු මහ රහතන් වහන්සේ
		2.2 ජාතක කථා • සාලිකේදාර ජාතකය
3. බෞද්ධ දරුවකු ගේ අනන්‍යතාව ප්‍රදර්ශනය කිරීම	3. බෞද්ධ දරුවකු ගේ අනන්‍යතාව තම චර්යාවෙන් ප්‍රදර්ශනය කරයි.	3 • දින පතා තිසරණ සහිත පන්සිල් සමාදන් වීම • ආගමික කටයුතුවල දී සංවර සුදු ඇඳුමෙන් සැරසීම • පන්සල ඇසුරු කිරීම • මළු පෙත් මං ඇමදීම හා මල් අසුන් පිරිසිදු කිරීම • විහාර භූමිය තුළ අල්ප ශබ්දතාව රැකීම • සැදැහැ වැඩෙන සේ සාධු නාද පැවැත්වීම හා ගාථා කීම • පූජ්‍ය පක්ෂය දැක හුනස්නෙන් නැඟිටීම හා ගරු කිරීම • විහාරස්ථානයේ ස්වාමීන් වහන්සේලාගේ ආසනවල හිඳ නොගැනීම • ගුරු දෙගුරුන් නැමදීම • අන්‍යාගමික පූජකවරුන්ට ගරු කිරීම • පරෝපකාරය
4. ප්‍රායෝගික ක්‍රියාකාරකම් ඇසුරෙන් අපේ සංස්කෘතික උරුමය රැක ගැනීම	4. ප්‍රායෝගික ක්‍රියාකාරකම් ඇසුරෙන් අපේ සංස්කෘතික උරුමය රැක ගැනීමට දායක වෙයි.	4.1 • දානමය පින්කම • බණ ඇසීම • ශ්‍රද්ධාවෙන් යුතු ව පින්කම් ආශ්‍රිත වතාවත්වල නිරත වීම * ධාතු කරඬුව සහ සඟරුවන වැඩම කරවීම * පා ධෝවනය හා පිසදැමීම * වැඳ නමස්කාර කර පිළිගැනීම සහ පර්යංකයෙන් හිඳ ගැනීම * බුද්ධ පූජාව තැන්පත් කිරීම * බණට/පිරිතට ආරාධනාව, දැහැත් වට්ටිය පිළිගැන්වීම

තේමාව	නිපුණතාව	විෂය අන්තර්ගතය
		* සාධු නාදය පැවැත්වීම * දන්පැන් හා පිරිකර පූජා කිරීම * පැන් වැඩීම * ශාසනික වචන භාවිතය * නිමාව
		4.2 • පෙරහැර • බොදු ගී ගායනය හා රස වින්දනය • බෞද්ධ කලා නිර්මාණ ප්‍රදර්ශනය • පින්තාලියක් සකස් කිරීම
5. බෞද්ධ ගුණධර්ම ඇසුරින් තමන්ටත් අනුන්ටත් හිත පිණිස වන පෞරුෂයක් ගොඩනගා ගැනීම	5. බෞද්ධ ගුණධර්ම ඇසුරින් තමන්ටත් අනුන්ටත් හිත පිණිස වන පෞරුෂයක් ගොඩනගා ගනියි.	5 • අනලස් බව • මවුපියන්ට උදවු කිරීම • අනුන් ගැන සැලැකිලිමත් වීම • සුභාෂිත වචන භාවිතය • පරිසරයට ආදරය කිරීම
6. බෞද්ධ උපදේශ කාව්‍ය වනපොත් කර ගනිමින් ආදර්ශවත් ජීවිතයක් ගොඩනගා ගැනීම	6. බෞද්ධ උපදේශ කාව්‍ය වනපොත් කර ගනිමින් ආදර්ශවත් ජීවිතයක් ගොඩනගා ගනියි.	6 • ගුරුන් ගුණ මහත ය දෙගුරුන් ගුණ ද මහත ය මෙකී ගුණ මහත ය සැලකූ අය හට මහත් සැපත ය • ගෙදොර සැම කටයුතු හොඳින් සලකා කළ යුතු කීවට නො කළ යුතු කරනු සතුටින් බලා කටයුතු **සිරිත් මල්දම**
7. හිතකර දෛනික චර්යා රටාවක් ගොඩනගා ගනිමින් සෞඛ්‍යවත් ජීවිතයක් ගත කිරීම	7. හිතකර දෛනික චර්යා රටාවක් ගොඩනගා ගනිමින් සෞඛ්‍යවත් ජීවිතයක් ගත කරයි.	7 • උදෑසනින් අවදි වීම • දත් මැද මුහුණ සෝදා ගැනීම • නිවැරැදි ඉරියව්වෙන් තෙරුවන් වැඳීම • නිවස, මිදුල පිරිසිදු කිරීම හා රැක බලා ගැනීම • සුදුසු ව්‍යායාමයකට සවන් දීමට හුරු වීම • නියමිත වේලාවට ආහාර ගැනීම • භාවනාවක යෙදීම • විවේකය ඵලදායී ව ගත කිරීම • නින්දට පෙර දත් මැද පිරිසිදු වීම

තේමාව	නිපුණතාව	විෂය අන්තර්ගතය
8. ත්‍රිවිධ පුණ්‍ය ක්‍රියාවල යෙදෙමින් දැහැමි හා සැපවත් ජීවිතයක් ගත කිරීම	8. ත්‍රිවිධ පුණ්‍ය ක්‍රියාවල යෙදෙමින් දැහැමි හා සැපවත් ජීවිතයක් ගත කරයි.	8 • සීල සමාදාන කටයුතුවල නිරත වීම • සිත, කය, වචනය සංවර කර ගැනීමට හුරු වීම
9. සුවිශේෂී බුදු වදන් හදාරමින් ධම්මචාරී ජීවිතයක් ගත කිරීම	9. සුවිශේෂී බුදු වදන් හදාරමින් ධම්මචාරී ජීවිතයක් ගත කරයි.	9 • ආරෝග්‍ය පරමාලාභා • න හජේ පාපකේ මිත්තේ
10. ශ්‍රී ලංකාවේ ඓතිහාසික සිද්ධස්ථාන වන්දනා කිරීම	10. ශ්‍රී ලංකාවේ ඓතිහාසික සිද්ධස්ථාන හැඳින ඒවා සුරකිමින් හා අගයමින් වන්දනා කරයි.	10.1 • අනුරාධපුර ථූපාරාම චෛත්‍යය • අනුරාධපුර සමාධි බුද්ධ ප්‍රතිමාව

ඉගෙනුම් - ඉගැන්වීම් අනුක්‍රමය

වාරය		තේමාව	පිටු අංකය
1	3	බෞද්ධ දරුවකුගේ අනන්‍යතාව ප්‍රදර්ශනය කිරීම	
	7	හිතකර දෛනික චර්යා රටාවක් ගොඩනඟා ගනිමින් සෞඛ්‍යවත් ජීවිතයක් ගත කිරීම	
2	1	බුදුරජාණන් වහන්සේගේ ශ්‍රේෂ්ඨත්වය හැඳින ගනිමින් චරිතායනය කිරීම	
	2	සුවිශේෂ බෞද්ධ චරිත හා ජාතක කථා හැඳින ආදර්ශයට ගෙන කටයුතු කිරීම	
	8	ත්‍රිවිධ පුණ්‍ය ක්‍රියාවල යෙදෙමින් දැහැමි හා සැපවත් ජීවිතයක් ගත කිරීම	
	4	ප්‍රායෝගික ක්‍රියාකාරකම් ඇසුරෙන් අපේ සංස්කෘතික උරුමය රැක ගැනීම	
3	6	බෞද්ධ උපදේශ කාව්‍ය වනපොත් කර ගනිමින් ආදර්ශවත් ජීවිතයක් ගොඩනඟා ගැනීම	
	5	බෞද්ධ ගුණධර්ම ඇසුරින් තමන්ටත්, අනුන්ටත් හිත පිණිස වන පෞරුෂයක් ගොඩනඟා ගැනීම	
	9	සුවිශේෂ බුදු වදන් හදාරමින් ධම්මචාරී ජීවිතයක් ගත කිරීම	
	10	ශ්‍රී ලංකාවේ ඓතිහාසික සිද්ධස්ථාන වන්දනා කිරීම	

බුද්ධ ධර්මය

ගුරු මාර්ගෝපදේශය

දෙවන ශ්‍රේණිය

(2017 වර්ෂයේ සිට ක්‍රියාත්මක වේ.)

මුල් ළමාවිය සංවර්ධන හා ප්‍රාථමික අධ්‍යාපන දෙපාර්තමේන්තුව
ජාතික අධ්‍යාපන ආයතනය
මහරගම
ශ්‍රී ලංකාව

විද්‍යුත් තැපැල : info@nie.lk
වෙබ් අඩවිය : www.nie.lk

1.0 තේමාව : බුදු රජාණන් වහන්සේගේ ශ්‍රේෂ්ඨත්වය

නිපුණතාව : බුදු රජාණන් වහන්සේගේ ශ්‍රේෂ්ඨත්වය හැඳිනගෙන චරිතායනය කරයි.

1.1 අසිරිමත් බෝසත් උපත

ඉගෙනුම් පල :
- මහාමායා දේවිය දුටු සිහිනය විස්තර කරයි.
- බෝසත් උපතේ අසිරිමත් සිදුවීම් පෙළගස්වයි.
- බෝසත් කුමරුන්හට නම් තැබීමේ උලෙළේ විශේෂ සිදුවීම් ප්‍රකාශ කරයි.
- බෝසත් උපතේ අසිරිමත් භාවය පිළිබඳ හැඟීමෙන් යුතු ව අදහස් දක්වයි.
- බෝසතුන් වහන්සේගේ නමෙහි අර්ථය පිළිබඳ හැඟීමෙන් යුතු ව කටයුතු කරයි.

ඉගෙනුම් සම්පත් :
- අලංකාරවත් ලෙස අඳින ලද චිත්‍ර/ඡායාරූප
- සංයුක්ත තැටි

ඉගෙනුම් - ඉගැන්වීම් ක්‍රමෝපාය

පියවර 1 :
- මහාමායා දේවිය දුටු සිහිනය දක්වෙන පින්තූරයක්/චිත්‍රයක්/දෘශ්‍ය සංයුක්ත තැටියක් ප්‍රදර්ශනය කර දරුවන්ට හොඳින් නිරීක්ෂණය කරන්නට අවස්ථාව දෙන්න.
- ඒ ඔස්සේ මහාමායා දේවිය දුටු සිහිනය පිළිබඳ ව දරුවන් ද සහභාගි කර ගනිමින් සාකච්ඡා කරන්න.
- විහාරස්ථානවල දී දක ඇති මහාමායා දේවිය දුටු සිහිනය දක්වෙන චිත්‍ර/මූර්ති/කැටයම් මතකයට නංවමින් දරුවන්ට කතා කිරීමට අවස්ථාව ලබා දෙන්න.

පියවර 2 :
- මහාමායා දේවිය තම දෙමාපියන් බැලීම සඳහා දෙව්දහ නුවරට යෑමත්, අතරමඟ දී හමු වූ අලංකාරවත් ලුම්බිණි සල් උයන දක සිරි නැරඹීම සඳහා නැවතීමත් පිළිබඳ තොරතුරු කතන්දරයක් ලෙස කියා දෙන්න.

පියවර 3 :
- ලුම්බිණි සල් උයනේ දී සිදු වූ අසිරිමත් සිදුවීම් වන බෝසතාණන් වහන්සේගේ ඉපදීමත්, සත් පියුම් මත වැඩම කරවීමත්, අභීත සිංහ නාද පැවැත්වීමත් පිළිබඳ ව පහත සඳහන් ප්‍රකාශය ද යොදා ගනිමින් පැහැදිලි කරන්න.

'අග්ගෝ හමස්මි ලෝකස්ස
ජෙට්ඨෝ හමස්මි ලෝකස්ස
සෙට්ඨෝ හමස්මි ලෝකස්ස
අයමන්තිමා ජාති නත්ථිදානි පුනබ්භවෝ '

(ලෝකයට අග්‍ර බව දරුවන්ට සුදුසු වාං මාලාවකින් පැහැදිලි කරන්න.)

1.2 නම් තැබීම

පියවර 1 :
- නම් තැබීමේ උලෙළ හා සම්බන්ධ පින්තූර යොදා ගනිමින් සුද්ධෝදන රජතුමාගේ ගුරුවරයා වූ අසිත තාපසතුමන්ට බෝසත් කුමරුන් පෙන්වීම හා සම්බන්ධ සිදුවීම විස්තර කරන්න. අසිත තවුසාණන් බෝසත් පුත් කුමරුනට වන්දනා කිරීමත්, පියරජතුමන් බෝසත් පුත් කුමරුනට පළමු වරට වැඳීමත් සිදු වූ අසිරිමත් අවස්ථාව පිළිබඳ ව සිසුන්ට පැහැදිලි කරන්න.

පියවර 5 :
- පහත කරුණු ද අවධාරණය කරමින් සිසුන් හා සාකච්ඡාවක නිරත වන්න.
- බෝසත් කුමරුනට නම් තැබීම සඳහා රජ මාළිගාවට බමුණු පඬිවරුන් 108 දෙනකු කැඳවීම.

- ඔවුන්ගෙන් බොහෝ දෙනකු කුමරුන් ගිහිගෙයි විසුවොත් සක්විති රජ වන බවත්, පැවිදි වුවහොත් බුදු වන බවත් ප්‍රකාශ කිරීම.
- කොණ්ඩඤ්ඤ බමුණා කුමරු ඒකාන්තයෙන් ම බුදු වන බව ප්‍රකාශ කිරීම.
- මේ අනුව ලොවට යහපතක් ම සිදු කරන්නා යන අර්ථයෙන් 'සිද්ධාර්ථ' යන නම කුමරුනට තැබූ බව පැහැදිලි කර දෙන්න.
- ශ්‍රේෂ්ඨ බුදු රජාණන් වහන්සේට ගරු කිරීම සඳහා අන් අයට යහපතක් කිරීමේ වැදගත්කම ගැන කතාබහ කරන්න. එලෙස කළ හැකි දේ ගැන සිසුන් සමඟ තීරණවලට එන්න.

1.2 මහා කරුණා ගුණය

- මට්ටකුණ්ඩලී කතාව
- ගැරඬියකු පෙළූ ළමයින්ගේ කතාව

ඉගෙනුම් පල :
- බුදු රජාණන් වහන්සේ සතු වූ මහා කරුණා ගුණය පිළිබඳ ව විස්තර කරයි.
- බුදු රජාණන් වහන්සේගේ මහා කරුණා ගුණය ප්‍රකට වන බුදු සිරිතේ වූ කතා දැන ගැනීමට කැමැත්තක් දක්වයි.
- බුදු සිරිත හා බැඳි කතා ඇසුරින් මහා කරුණා ගුණය ප්‍රදර්ශනය වන අවස්ථා සුදුසු අයුරින් ඉදිරිපත් කරයි.
- අන් අය කෙරෙහි කාරුණික ව හැසිරෙයි.

ඉගෙනුම් සම්පත් :
- මට්ටකුණ්ඩලී කතාවට අදාළ රූප රාමු
- ගැරඬියකු පෙළූ ළමයින්ගේ කතාවට අදාළ රූප රාමු

ඉගෙනුම් - ඉගැන්වීම් ක්‍රමෝපාය

පියවර 1 :
- පහත සඳහන් විරිදුව ගායනා කරමින් රූප රාමු භාවිත කොට පිළිවෙළට මට්ටකුණ්ඩලී කතා වස්තුව ගොඩනගන්න.

'අදින්න පුබ්බක ය කියා
ලෝබ පියෙක් වී ය එදා
පිය සෙනෙහස සැඟවීලා
ලෝබකම ම රජ වීලා

කාසි පණම් ඇතත් යසට
සැප සම්පත් නොදී පුතුට
නෙතට කඳුළු උනයි නුඹට
ඇසුවොත් මේ කඳුළු පුවත'

- බුදු රජාණන් වහන්සේගේ මහා කරුණා ගුණය පිළිබඳ ව මට්ටකුණ්ඩලී කතාව ද ඇසුරෙන් සිසුන්ට පහදා දෙන්න.

පියවර 2 :
- තමන්ගේ පවුලේ කෙනකුට/මිතුරකුට අසනීප වූ අවස්ථාවක දී තමා උදවු කළ අයුරු ප්‍රකාශ කරන්නට අවස්ථාව ලබා දෙන්න. ඒ ඇසුරින් කරුණා ගුණය මතු කරන්න.

බොහෝ කුමාරවරුන්ගේ කතා පුවත

පියවර 1 :
- ගැරඬියකු පෙළූ ළමයින්ගේ කතාව රූපරාමු භාවිත කරමින් සිසුන්ට කියා දෙන්න.
- විනෝදය සඳහා වත් තමන්ගේ සතුට පහසුව සඳහා වත් කිසිදු සතකුට හිංසා කිරීම නුසුදුසු බව ගැරඬියකු පෙළූ ළමයින්ගේ කතාව ඇසුරින් අවධාරණය කරන්න.
- සිසුන් සමඟ කතාබහ කරමින් අනෙක් අයට ද, සතුන්ට ද, කාරුණික ව සැලකිය හැකි ආකාර සිසුන්ගෙන් විමසන්න. සිසු අදහස් අනුව හැකි තරම් කාරුණික ව කළ හැකි කටයුතු මතු කරන්න.

පියවර 2 :
- පීඩාවට පත් වූ අන් අයට, කිසියම් සතකුට පිහිට වූ අවස්ථාවක්/අත්දැකීමක් පන්තියට ඉදිරිපත් කිරීමට සිසුන්ට අවස්ථාව ලබා දෙන්න.
- 'සතුන්ට කරුණාව දක්වමු' වැනි පාඨ පන්තියේ ප්‍රදර්ශනය කරන්න.
- ඉහත අවස්ථා දෙක ම මතු කරමින් අප සතු ව කරුණා ගුණය ඇතත් බුදු රජාණන් වහන්සේ තුළ ඇත්තේ මහා කරුණා ගුණය බව තහවුරු කරන්න.

ප්‍රායෝගික ජීවිතයේ භාවිතය සඳහා

- පන්තියේ අන් සිසුන්ට කාරුණික ව කතාබහ කිරීම හා කාරුණික ව උදවු උපකාර කිරීම
- ලෙඩ වී අසරණව සිටින අයට බේත්හේත් දීම, ළමා රෝහලකට හෝ පිළිකා රෝහලට හෝ අත්‍යවශ්‍ය බෙහෙත් සපයා දීම
- ගෙදර දොර ඇති කරන සුරතල් සතුන්ට කරුණාවෙන් සැලකීම

2.0 තේමාව : සුවිශේෂ බෞද්ධ චරිත හා ජාතක කථා ආදර්ශයට ගැනීම

නිපුණතාව : සුවිශේෂ බෞද්ධ චරිත හා ජාතක කථා හැඳින ආදර්ශයට ගෙන කටයුතු කරයි.

2.1 සුවිශේෂ බෞද්ධ චරිත

- අනේපිඬු සිටුතුමා
- මිහිඳු මහරහතන් වහන්සේ

ඉගෙනුම් පල :
- අනේපිඬු සිටුතුමාගේ ජීවිතයෙන් ගත හැකි ආදර්ශ පැහැදිලි කරයි.
- ලක්දිව බුදු සසුන බැබැළවූ මිහිඳු මහරහතන් වහන්සේ පිළිබඳ ව අගය කරමින් කතා කරයි.
- තම ජීවිතයට වැදගත් චරිත කථාවලින් පිළිබිඹු වන ආදර්ශ අනුව කටයුතු කරයි.

ඉගෙනුම් සම්පත් :
- අනේපිඬු සිටුතුමාගේ පින්තූරයක්, ජේතවනාරාමයේ පින්තූරයක්
- මිහිඳු මහරහතන් වහන්සේ ලක්දිවට බුදු සසුන ගෙන ඒමේ සිද්ධිය ඇතුළත් පින්තූරයක්

ඉගෙනුම් - ඉගැන්වීම් ක්‍රමෝපාය

අනේපිඬු සිටුතුමා

පියවර 1 :
- අනේපිඬු සිටුතුමා පිළිබඳ ව පහත සඳහන් කරුණු ද ඇතුළත් කර ගනිමින් සාකච්ඡා කරන්න.
  * සැවැත් නුවර සුදත්ත නමින් සිටුවරයකු සිටීම.
  * අසරණ අයට පිඬු දුන් බැවින් 'අනේපිඬු' නම් වීම.
  * දිනක් රජගහ නුවර සිටුතුමා හමු වීමට යාම.
  * එදින කලබල සහිත දිනයක් වීම.
  * පසු දින බුදුපාමොක් මහ සඟනට දානය පිළියෙළ කරමින් සිටීම.
  * එහි දී බුදු රජාණන් වහන්සේ මුණ ගැසීම හා දානය පිළිගැන්වීම.
  * බුදු රජාණන් වහන්සේ කෙරෙහි පැහැදී ජේතවන උයනේ සත්මහල් පායක් සාදා පූජා කිරීම.
  * එය ජේතවනාරාමය වශයෙන් හැඳින්වීම.
  * දිනකට දෙවරක් බුදු රජාණන් වහන්සේ බැහැදකින්නට යාම.
  * බුදුන් ප්‍රමුඛ මහා සංඝරත්නයට දින පතා දානය පිළිගැන්වීම.
  * බුදු රජාණන් වහන්සේගේ අග්‍ර දායකයා වීම.
  * බණ අසා සෝවාන් පලයට පත්වීම.

පියවර 2 :
- අනේපිඬු සිටුතුමාගේ චරිතයෙන් ගත හැකි ආදර්ශ මතු කරමින් කතා කරන්න.
- දිනපතා බුදු රජාණන් වහන්සේට වන්දනා කිරීමේ වැදගත්කම අවධාරණය කරන්න.
- ආහාර අවශ්‍ය අයට හැකි හැම විට ම ආහාර ලබා දීමේ වැදගත්කම පිළිබඳ ව සිසුන් සමඟ කතාබහ කරන්න.

මිහිඳු මහරහතන් වහන්සේ (පොසොන් පොහොය හා මේ පාඩම සම්බන්ධ කර ගන්න.)

පියවර 1 :
- මහින්දාගමනය ආශ්‍රිත චිත්‍ර ඉදිරිපත් කරමින් මිහිඳු මහරහතන් වහන්සේ වැඩම කිරීමේ ඓතිහාසික කතාව දරුවන්ට කෙටියෙන් මතක් කරන්න.
- උන් වහන්සේ සමඟ ඉට්ඨිය, උත්තිය, සම්බල, භද්දසාල, සුමන සාමණේර, භණ්ඩුක උපාසක ඇතුළු පිරිස පැමිණි බව රූප රාමු ඔස්සේ පහදා දෙන්න.

පියවර 2 :
- එකල ලංකාවේ රජ කළ තිස්ස රජතුමාට අම්බස්තලයේ දී (අඹගස්වලින් වට වූ ගල්තලාව) මිහිඳු මහරහතන් වහන්සේ හමු වූ අවස්ථාව මතකයට නඟන්න.
- තිස්ස රජතුමා හඳුනා ගැනීම සඳහා මිහිඳු මහරහතන් වහන්සේ විමැසූ 'අඹ පැනය' හා 'නෑ පැනය' පිළිබඳ ව දෙබසක් ඇසුරින් පහදා දෙන්න.
- මිහිඳු මහරහතන් වහන්සේ පොසොන් පොහොය දිනයේ දී ප්‍රථම ධර්ම දේශනාව වූ චුල්ලහත්ථි පදෝපම සූත්‍රය මිහින්තලාවේ දී දේශනා කළ බව පැහැදිලි කරන්න.
- එදින පටන් ලංකාවේ දස දෙස බුදු දහම ව්‍යාප්ත වූ බවත්, රටේ ජනයා දැහැමි වූ බවත්, ගමක් ගමක් පාසා වෙහෙර විහාර ගොඩනැගුණු බවත්, අප සැවොම ධාර්මික වූ බවත් දරුවන් සමඟ සාකච්ඡා කරන්න.
- ලක්දිවට බුදු දහම දායාද කරන ලද්දේ මිහිඳු මහරහතන් වහන්සේ බව දරුවන්ට හොඳින් තහවුරු කරන්න. උන් වහන්සේගේ ගුණ සැමරීම සඳහා පොසොන් උත්සවය පවත්වන බවත් පැහැදිලි කරන්න.
- අප රටට බුදු දහම හඳුන්වා දුන් මිහිඳු මහරහතන් වහන්සේට 'අනුබුදු මිහිඳු හාමුදුරුවෝ' යන නාමය භාවිත කරන බව කියා දෙන්න.

2.2 ජාතක කතා

සාලිකේදාර ජාතකය

ඉගෙනුම් පල :
- සාලිකේදාර ජාතකයේ සුවිශේෂ අවස්ථා මතකයෙන් කියයි.
- දෙමාපිය පෝෂණය හා සම්බන්ධ අවස්ථාවක් සාලිකේදාර ජාතකය ඇසුරින් භූමිකා රංගනයෙන් ඉදිරිපත් කරයි.
- සතුන් පවා දෙමාපියන් පෝෂණය කිරීමට කැප වී කටයුතු කළ ආකාරය පිළිබඳ ව අගය කරමින් කතා කරයි.

ඉගෙනුම් සම්පත් :
- ජාතක කථාවට අදාළ රූප රාමු

ඉගෙනුම් - ඉගැන්වීම් ක්‍රමෝපාය

පියවර 1 :
- ජාතක කථා සඳහා නියමිත ශෛලිය භාවිත කරමින් සාලිකේදාර ජාතක කථාව සිසුන්ට ඇසෙන්නට කියන්න. මේ සඳහා රූප රාමු යොදා ගන්න.

පියවර 2 :
- බෝසත් ගිරවා වී අනුභව කොට වී කරල් කිහිපයක් අරගෙන යන්නේ යුතුකම් ඉටු කිරීම සඳහා බව කතාව ඇසුරින් තහවුරු කරන්න.
  * පියාපත් වැඩී නැති පුංචි ගිරවුන්ට ආහාර ලබා දීම අවශ්‍ය බව
  * කුඩා කල සිට තමා රැකබලා ගෙන පෝෂණය කළ, දැන් මහලු ව සිටින දෙමාපියන්ට ආහාර ලබාදීම කළ යුතු බව
  * මහලු ව පියාඹා යාමට නොහැකි ව සිටින වැඩිහිටි ගිරවුන්ට ආහාර ලබා දී ඔවුන් පෝෂණය කළ යුතු බව

පියවර 3 : • සාලිකේදාර ජාතක කථාව ඇසුරින් භූමිකා රංගනයකට සිසුන් යොමු කරවන්න.

පියවර 4 : • සාලිකේදාර ජාතක කථාවේ සිත් ගත් අවස්ථාවක් චිත්‍රයට නඟන්නට අවස්ථාව ලබා දෙන්න.

ප්‍රායෝගික ජීවිතයේ භාවිතය සඳහා

- පොසොන් උත්සවය සම්බන්ධ කර ගනිමින් මිහිඳු පෙරහැර, සීල සමාදාන වැඩසටහන්, දන්සැල් දීම ආදි කටයුතුවල සුදුසු පරිදි දරුවන් නිරත කරවන්න.
- දෙමාපියන්ට වැඩිහිටියන්ට හා කුඩා සහෝදර - සහෝදරියන්ට උදවු කිරීම.
- සිසුන් ද සහභාගි කරවා ගනිමින් ළමා නිවාසයකට හෝ වැඩිහිටි නිවාසයකට හෝ කෑම වේලක් ලබා දීම.

3.0 තේමාව : බෞද්ධ දරුවකුගේ අනන්‍යතාව ප්‍රදර්ශනය කිරීම

නිපුණතාව : බෞද්ධ දරුවකුගේ අනන්‍යතාව තම චර්යාවෙන් ප්‍රදර්ශනය වෙයි.

ඉගෙනුම් පල :
- තිසරණ සහිත පන්සිල් සමාදන් වීමේ දී නිවැරදි ඉරියවු ප්‍රදර්ශනය කරයි.
- විහාරස්ථානයක දී අනුගමනය කළ යුතු වත් පිළිවෙත් පිළිබඳ ව සාකච්ඡා කරයි.
- ආගමික කටයුතු හා සම්බන්ධ සුදුසු වචන අවස්ථෝචිත ව භාවිත කරයි.
- විහාරස්ථානයක දී අනුගමනය කළ යුතු වත්පිළිවෙත්වල ශ්‍රද්ධාවෙන් නිරත වෙයි.
- සැදැහැ සිතින් යුක්ත ව නිවැරදි ඉරියවු ප්‍රදර්ශනය කරමින් මහා සංඝරත්නය නමදියි.

ඉගෙනුම් සම්පත් :
- පන්සිල් සමාදන් වීමේ නිවැරදි ඉරියවු දැක්වෙන පින්තූර
- පන්සල් යාමට අවශ්‍ය ද්‍රව්‍ය

ඉගෙනුම් - ඉගැන්වීම් ක්‍රමෝපාය

අපි බොදු දරුවෝ වෙමු.

පියවර 1 :
- තිසරණ සහිත පන්සිල් සමාදන් වීමේ නිවැරදි ඉරියවු ආදර්ශනය කර පෙන්වන්න. (රූප රාමු භාවිතය/අනුකරණය යොදාගත හැකි ය.)
- එහි දී නමස්කාර පාඨය කියන විට දොහොත් මුදුනේ තබා තිසරණ සරණ යන ආකාරය ආදර්ශනය කර පෙන්වන්න.

පියවර 2 :
- දරුවන් විහාරස්ථානයකට කැඳවාගෙන යන්න.
- විහාරස්ථානයකට ඇතුල් වීමේ දී අනුගමනය කළ යුතු වත්පිළිවෙත් හා විහාරභූමිය තුළ කායික වාචසික සංවරය පවත්වා ගත යුතු ආකාරය දරුවන් තුළ තහවුරු කරන්න.
- පහත සඳහන් වන අන්දමට කටයුතු කිරීමට යොමු කරන්න.
    * පළමු ව වෙහෙර වහන්සේ අවට ඇමදීම හා පිරිසිදු කිරීම
    * දෙවනු ව බෝධීන් වහන්සේ අවට බෝපත් අහුලා ඉවත් කිරීම
    * අනතුරු ව මළුව ඇමදීම හා පිරිසිදු කිරීම
    * තෙවනු ව විහාර ගෙය පිරිසිදු කිරීම
- අත් සෝදා පිරිසිදු වීම.
- රැගෙන ගිය සියලු පූජා ද්‍රව්‍ය පූජාවට සුදුසු පරිදි සැකසීම.
- සාධුකාර දෙමින් සැදැහැ සිතින් පූජා ද්‍රව්‍ය අත ගස්වා අනුපිළිවෙළින් ත්‍රිවිධ චෛත්‍ය අසල තැන්පත් කිරීම.

පියවර 3 :
- නියමිත ඉරියව්වේ පිහිටා (ගැහැනු ළමයින් අර්ධ පර්යංකයෙන් ද පිරිමි ළමයින් බද්ධ පර්යංකයෙන් ද වාඩි වී) බුද්ධ වන්දනාවේ යෙදී පහත සඳහන් ගාථාව භාවිත කොට ත්‍රිවිධ චෛත්‍ය වන්දනා කරන්න.

    වන්දාමිචේතියං සබ්බං
    සබ්බඨානේසු පතිට්ඨිතං
    සාරීරික ධාතු මහාබෝධිං
    බුද්ධරූපං සකලං සදා

- සුදුසු පරිදි වන්දනා කිරීම අවසන් කරන්න.

පියවර 4 : • ස්වාමීන් වහන්සේ බැහැදක උන් වහන්සේට ගරු කිරීමටත්, පිරිකර පූජා කිරීමටත් පසඟ පිහිටුවා වැඳීමටත් යොමු වී දරුවන් ද ඒ සඳහා යොමු කරවන්න.

පියවර 5 : • දින පතා පාසල අවසන් වී නිවස බලා පිටත් වීමට පෙර ගුරු වන්දනා ගාථාව මතකයෙන් කියා ගුරුවරයාගෙන් ආශීර්වාද ලබා ගැනීමට හුරු කරන්න.

පියවර 6 : • අනුන්ට උපකාර කිරීමට සිසුන් යොමු කිරීම සඳහා පහත සඳහන් අවස්ථා ද අවධානයට යොමු කරමින් සුදුසු ක්‍රියාකාරකමක් සැලසුම් කරන්න.

උදා : * පන්ති කාමරයේ ඉගෙන ගත් තමා සිත් ගත් දෙයක් එය නොතේරුණු යහළුවකුට කියාදීම.

* පැන්සලක්/මකනයක් ගෙන ඒමට අමතක වූ යහළුවකුට එය ලබා දී උදවු කිරීම.

* රෝගී වී සිට පැමිණි යහළුවකුට අවශ්‍ය උදවු කිරීම.

ප්‍රායෝගික ජීවිතයේ භාවිතය සඳහා

- දින පතා බුද්ධ වන්දනාව සිදු කොට 'සාධු චර්යා' පොතේ ඒ පිළිබඳ සටහන් තැබීමට හුරු කරවීම.
- පසළොස්වක පොහෝ දින දෙමාපියන් සමග විහාරස්ථානයට ගොස් අනුපිළිවෙළින් ත්‍රිවිධ චෛත්‍ය වන්දනා කිරීමට යොමු කර, එදිනට පසු පාසල් දිනයේ අහඹු ලෙස කිහිප දෙනකුට එම අත්දැකීම් විස්තර කිරීමට අවස්ථාව දෙන්න. මෙය සෑම පසළොස්වක පොහොයකට පසු ව පුරුද්දක් ලෙස පවත්වා ගෙන යන්න.

4.0 තේමාව : ප්‍රායෝගික ක්‍රියාකාරකම් ඇසුරෙන් අපේ සංස්කෘතික උරුමය රැක ගැනීම

නිපුණතාව : ප්‍රායෝගික ක්‍රියාකාරකම් ඇසුරෙන් අපේ සංස්කෘතික උරුමය රැක ගැනීමට දායක වෙයි.

ඉගෙනුම් පල : 4.1

- ශ්‍රද්ධාවෙන් යුතු ව දානමය පින්කමක් සඳහා පෙර සූදානමක් ඇති ව කටයුතුවල නිරත වෙයි.
- දාන පින්කමට අවශ්‍ය කටයුතු ක්‍රමානුකූල ව පියවරෙන් පියවර සිදු කරයි.
- දාන පින්කමේ දී නිවැරදි ඉරියවු ප්‍රදර්ශනය කරමින් ආගමික වතාවත්වල යෙදෙයි.
- අවස්ථෝචිත ව ශ්‍රද්ධාව වැඩෙන වචන භාවිත කරයි.
- ශ්‍රද්ධාව වර්ධනය වන අයුරින් දාන පින්කම අවසන් කරයි.

ඉගෙනුම් සම්පත් :

- දානමය පින්කමට අවශ්‍ය ද්‍රව්‍ය (මුතුකුඩය, පාවඩ, කරඬුව තැන්පත් කරන ස්ථානය, දුහැත් වට්ටිය, වියන ලද ගොක් අත්ත, පිරිකර යනාදිය)
- චිත්‍ර ඇඳීමට අවශ්‍ය ද්‍රව්‍ය

ඉගෙනුම් - ඉගැන්වීම් ක්‍රමෝපාය

සැදැහැ සිතින් දන් දෙමු.

පියවර 1 :
- පොහෝ දිනයක් සම්බන්ධ කර ගනිමින් දාන පින්කමක් සංවිධානය කරගන්න.

පියවර 2 :
- දාන පින්කමේ සෑම කටයුත්තකටම සිසුන් ද සහභාගි කරවා ගන්න.
    * ධාතු කරඬුව හා සඟරුවන වැඩම කරවීම
    * සුදු ඇතිරිලි හා ආසන පිළියෙළ කිරීම
    * පා ධෝවනය හා පිසදැමීම
    * වැඳ නමස්කාර කර පිළිගැනීම
    * බුද්ධ පූජාව පැවැත්වීම
    * දන් පැන් හා පිරිකර පූජා කිරීම
    * පැන් වැඩීම ආදි අවස්ථා සඳහා සිසුන්ගේ දායකත්වය ලබා ගන්න.
- අවශ්‍ය අවස්ථාවලි දී ප්‍රාස්තවික ව (ශාසනික) වචන භාවිත කරන්නට සිසුන් දැනුම්වත් කරන්න.
- දාන පින්කමේ කටයුතු අවසන් වූ පසු සිසුන්ගේ ද සහය ඇති ව එම ස්ථානය පිරිසිදු කරන්න.

පියවර 3 :
- පන්තියෙහි සිසුන් කණ්ඩායම්වලට වෙන් කරන්න.
- දානමය පින්කමේ විවිධ අවස්ථා එක් එක් කණ්ඩායමට චිත්‍රයට නැගීමට ලබා දෙන්න.
- චිත්‍ර ඇඳීමට අවශ්‍ය ද්‍රව්‍ය සපයා දෙන්න.
- සිසුන් විසින් අඳින ලද චිත්‍ර ඇසුරින්, සිසුන්ව ද සහභාගි කරවාගෙන දාන පින්කමේ විවිධ අවස්ථා පිළිවෙළින් රඳවමින් 'අපේ වෙසක් දන් පින්කම' මැයෙන් බිත්ති පුවත්පතක් නිර්මාණය කරන්න. (ඔබ දාන පින්කම සඳහා යොදා ගන්නා කාල වකවානුව අනුව නම වෙනස් කරගත හැකි ය.)

අපේ සංස්කෘතික උරුමය

ඉගෙනුම් පල : 4.2

- ගුරු උපදෙස් පිළිගනිමින් සිඟිති පෙරහැර සංවිධානය කරයි.
- පෙරහැරට අවශ්‍ය සංස්කෘතික අංග සාමූහික ව නිර්මාණය කරයි.
- සැමගේ ප්‍රසාදය ඇති වන ආකාරයෙන් පෙරහැර පවත්වයි.
- සැදැහැ සිතින් බොදු බැති ගී ගායනා කරයි.
- තෝරාගත් කලා නිර්මාණ සාමූහික ව සකස් කරයි.
- සියලු දෙනා එකතු වී පන්තිය අසල පින්තාලියක් සකස් කරයි.

ඉගෙනුම් සම්පත් :
- නුවර පෙරහැරේ පින්තූරයක්/සංයුක්ත තැටි (DVD)
- පෙරහැරට අවශ්‍ය අංග නිර්මාණය කිරීමට අවශ්‍ය ද්‍රව්‍ය
- කලා නිර්මාණ කිරීම සඳහා අවශ්‍ය ද්‍රව්‍ය (බ්‍රිස්ටල් බෝඩ්, මැටි, කාඩ්බෝඩ්, පාට A_4 කොළ, ගම්, කතුරු)
- පින්තාලිය සැකසීමට අවශ්‍ය ද්‍රව්‍ය

ඉගෙනුම් - ඉගැන්වීම් ක්‍රමෝපාය

පියවර 1 :
- සිසුන් දන්නා බොදු උත්සව පිළිබඳ ව විමසමින් ඒවා පිළිබඳ ව සාකච්ඡා කරන්න.
- පෙරහැරක පින්තූරයක් හෝ සංයුක්ත තැටි හෝ යොදා ගනිමින් පෙරහැරක දක්නට ලැබෙන අංග මොනවා දැයි සිසුන්ගෙන් විමසමින් පෙරහැරක අංග හඳුන්වා දෙන්න.

පියවර 2 :
- පෙරහැරක් සඳහා අවශ්‍ය ද්‍රව්‍ය සිසුන් ද සහභාගි කර ගනිමින් (අවශ්‍ය නම් දෙමාපියන්ගේ සහයෝගය ද ලබා ගෙන) නිර්මාණය කරන්න.

පියවර 3 :
- සැමගේ ප්‍රසාදය ඇති වන ආකාරයෙන් පාසල් මට්ටමින් සිඟිති පෙරහැරක් පවත්වන්න.

පියවර 4 :
- වෙසක්, පොසොන් නැතහොත් ඇසළ උත්සවය හා සම්බන්ධ කර ගනිමින් සැදැහැ ගී ප්‍රසංගයක් සුදුසු පරිදි සංවිධානය කර ක්‍රියාත්මක කරන්න.

පියවර 5 :
- පහසුවෙන් නිර්මාණය කළ හැකි සුදුසු බෞද්ධ කලා නිර්මාණ සකස් කිරීමට සිසුන් යොමු කරන්න.
- එම නිර්මාණ ප්‍රදර්ශනය කිරීමට අවස්ථාව දෙන්න. නිර්මාණ සකසන ලද ස්ථානය පිරිසිදු කිරීමට සිසුන් යොමු කරන්න.

පියවර 6 :
- පාසලේ සුදුසු ස්ථානයක දෙමවුපියන්ගේ ද උදවු ඇති ව සතුන්ට ජලය බීමට සුදුසු පරිදි පින්තාලියක් සකස් කරන්න.
- දින පතා පින්තාලියට බීමට සුදුසු පිරිසිදු ජලය එකතු කරන්න.
- දින පතා ඒ අවට අලංකාර ව හා පිරිසිදු ව තබාගන්නට සිසුන් යොමු කරන්න.

ප්‍රායෝගික ජීවිතයේ භාවිතය සඳහා

- නිවසේ පැවැත්වෙන දාන පින්කම්වලට දායකත්වය ලබා දීම.
- සතුන්ට බීමට ජල භාජන තැබීම හා පිරිසිදු කිරීම.

5.0 තේමාව : බෞද්ධ ගුණධර්ම ඇසුරින් තමන්ටත් අනුන්ටත් හිත පිණිස වන පෞරුෂයක් ගොඩනඟා ගැනීම

පුංචි අපේ දන්සල

නිපුණතාව : **බෞද්ධ ගුණධර්ම ඇසුරින් තමන්ටත් අනුන්ටත් හිත පිණිස වන පෞරුෂයක් ගොඩනඟා ගනියි.**

ඉගෙනුම් පල :
- බොදු දරුවකුගේ යහපත් ගුණාංග ප්‍රදර්ශනය වන අයුරින් අනලස් ව කටයුතු කරයි.
- බොදු දරුවකු ලෙස දෙමාපියන්ට උදවු කිරීමේ වටිනාකම පිළිගනිමින් කතා කරයි.
- තමන්ටත්, අනුන්ටත්, හිතසුව පිණිස එකිනෙකා ගැන සැලකිලිමත් වෙමින් කටයුතු කරයි.
- පන්තියේ ප්‍රදර්ශනය වන නිතර භාවිත කළ හැකි සුභාෂිත වචන දී පන්තියේ භාවිත කරයි.
- තම අවට පරිසරය පිරිසිදු කරමින් අලංකාර කිරීම සඳහා කැමැත්තෙන් ඉදිරිපත් වෙයි.

ඉගෙනුම් සම්පත් :
- දන්සලට අවශ්‍ය ද්‍රව්‍ය (*උදා* : ඔසුපැන්/කැඳ/ධාන්‍ය)
- පිළිගැන්වීම සඳහා අවශ්‍ය භාජන (*උදා* : පොල්කටු/නෙළුම් කොළ/කෙසෙල් කොළ/ කැන්ද කොළ)

ඉගෙනුම් - ඉගැන්වීම් ක්‍රමෝපාය

පියවර 1 :
- සුදුසු දිනයක් සම්බන්ධ කර ගනිමින් දෙමාපිය සහය ඇති ව දන්සල සංවිධානය කරගන්න.
- දන්සලට සුදුසු ස්ථානයක් වෙන්කර ගන්න.
- අවශ්‍ය ද්‍රව්‍ය සුදුසු පරිදි පිරිසිදු කර සකසා ගන්න.

පියවර 2 :
- දෙමාපිය සහය ඇති ව සිසුන් ද සහභාගි කර ගනිමින් ඔසු පැන් හෝ ආහාර හෝ පරිත්‍යාග කිරීමට සුදුසු පරිදි සකස් කරන්න.

පියවර 3 :
- දන්සල පවත්වන්න. එහි දී පහත සඳහන් කරුණු කෙරෙහි සැලකිලිමත් වන්න.
  - * සැම සිසුවකු ම ක්‍රියාකාරකම්වල නිරත වීමට පොලඹවන්න.
  - * දෙමාපියන්ට උදවු කරමින් භාජන පිරිසිදු කිරීම්වල දරුවන් නිරත කරවන්න.
  - * බුදු සරණ යි !, පින්සිදු වේ වා !, තෙරුවන් සරණ යි !, වාඩි වෙන්න ආදි සුභාෂිත වචන පන්තියේ ප්‍රදර්ශනය කර සුදුසු පරිදි භාවිතයට යොමු කරන්න.
  - * අනුන්ගේ සිත නොරිදෙන පරිදි හැම දෙනාට ම ආචාරශීලී ව කතා කිරීමට ආදර්ශ සම්පන්න වන්න. එසේ කතා කිරීමට දරුවන් යොමු කරන්න.

පියවර 4 :
- දන්සල පැවැත්වූ ස්ථානය සිසු සහභාගිත්වය ඇති ව පිරිසිදු කරන්න.
- පොලිතීන්, ප්ලාස්ටික්, පොල්කටු ආදිය නිසි ලෙස බැහැර කරවීමට කටයුතු කරන්න.
- සැරසිලි යොදා ගත්තේ නම් ඒවා ඉවත් කරවන්න.

පියවර 5 : • දන්සල පවත්වන අවස්ථාවේ දී භාවිත කළ සුභාෂිත වචන සිසුන් ලවා කාඩ්පත්වල ලියා පන්තියේ ප්‍රදර්ශනය කරවන්න.

ප්‍රායෝගික ජීවිතයේ භාවිතය සඳහා

- ඔසුපැන් භාවිතයට හුරු කිරීම
- යම් කටයුත්තක් අවසානයේ දී එම ස්ථානය නිසි පරිදි සකස් කිරීමට පුරුදු වීම
- කණ්ඩායම් වශයෙන් කටයුතු කිරීමේ පුරුද්ද ඇති කර ගැනීම
- ආචාරශීලී ව අන් අයට කතා කිරීම පිළිබඳ නිතර විමසිලිමත් වෙමින් පාසලෙන් බැහැර එවැනි අවස්ථා ගැන සිසුන්ගෙන් විමසීම.

6.0 තේමාව : බෞද්ධ උපදේශ කාව්‍ය වනපොත් කර ගනිමින් ආදර්ශවත් ජීවිතයක් ගොඩනඟා ගැනීම

නිපුණතාව : බෞද්ධ උපදේශ කාව්‍ය වනපොත් කර ගනිමින් ආදර්ශවත් ජීවිතයක් ගොඩනඟා ගනියි.

ඉගෙනුම් පල :
- බෞද්ධ උපදේශ කාව්‍ය/කවි ගායනා කරමින් වින්දනයක් ලබයි.
- බෞද්ධ උපදේශ කවි මතකයෙන් ගායනා කරයි.
- බෞද්ධ උපදේශ කාව්‍යවල අන්තර්ගත උපදෙස් පිළිබඳ සාකච්ඡා කරයි.
- සාමූහික ව එකතු වී සාරධර්ම ගසක් නිර්මාණය කර ප්‍රදර්ශනය කරයි.

ඉගෙනුම් සම්පත් :
- කවියට අදාළ ව සකස් කරගත් පින්තූරය
- සාරධර්ම ගස නිර්මාණයට අවශ්‍ය ද්‍රව්‍ය
- සාරධර්ම ලිවීමට කාඩ්බෝඩ් පටි

ඉගෙනුම් - ඉගැන්වීම් ක්‍රමෝපාය

බෞද්ධ උපදේශ කාව්‍ය හඳුනාගනිමු.

පියවර 1 :
- ’යන්තම් පොඩි බඩුවකුත් පුතේ
  අන් සන්තකයක් ගන්න එපා
  මගේ දෙයක් වත් නුදුන් එකක්
  මට නොකියා අරගන්න එපා
- හොඳින් සවන් දීමට සිසුන් යොමු කරමින් කවිය රසවත් ව ගායනා කරන්න.
- කවියේ අදහස සිසුන්ට පැහැදිලි කර දෙන්න.
  * කුඩා දෙයක් වුවත්, අනුන් සතු දෙයක් නම් නොගත යුතු බව
  * තමන් දන්නා ම කෙනෙකුගේ වුවත් තමාට නුදුන් දෙයක් නම් නොකියා ගැනීම නරක බව
- දෙවන පන්සිල් පදය මතකයට නංවමින් කතාබහ කරන්න.

පියවර 2 :
- ගුරුන් ගුණ මහත ය
  දෙගුරුන් ගුණ ද මහත ය
  මෙකී ගුණ මහත ය
  සැලකූ අය හට මහත් සැපත ය
- සිසුන් සවන් දීමට යොමු කරමින් කවිය තාලයට ගායනා කරන්න.
- සිසුන් ලවා තාලයට ගායනා කරවන්න.
- කවියේ අදහස මතු කර සිසුන් සමඟ කතාබහ කරන්න.
  * ගුරුවරු බොහෝ හොඳ ම කරති.
  * දෙමවුපියෝ බොහෝ හොඳ දේ ම කරති.
  * එබඳු ගුරුවරුන්ට, මවුපියන්ට සැලකූ අයට යහපතක් ම, සතුටක් ම ලැබෙන්නේ ය යන කරුණු
- [අපි ගුරුවරුන්ට සලකමු] [අපි මවුපියන්ට සලකමු] වැනි ආදර්ශ පාඨ ලියා පන්තියේ ප්‍රදර්ශනය කරන්න.

පියවර 3 :
- ගෙදොර සැම කටයුතු
  හොඳින් සලකා කළ යුතු
  කීවට නොකළ යුතු
  කරනු සතුටින් බලා කටයුතු

  * 'ගෙදර දොරේ සැම දෙයක් ම හොඳින් සොයා බලා කළ යුතු ය. කවුරුන් හෝ කියන නිසා ම වැඩ නොකළ යුතු අතර හොඳින් සොයා බලා කැමැත්තෙන් සතුටින් කළ යුතු ය.'
- කවියේ අදහස තේරුම් කර දී එබඳු අවස්ථා පිළිබඳ සිසු අත්දැකීම් විමසන්න.
- හොඳ ගුණ දම් පුරුදු පුහුණු කර ගෙන ආදර්ශවත් ජීවිතයක් ගොඩනඟා ගැනීමේ අගය පහදා දෙන්න.
- කවිය කටපාඩමෙන් ගායනා කරවන්න.

පියවර 4 :
- 'සාරධර්ම ගසක් නිර්මාණය කරමු.'
- ක්‍රියාකාරකමට ප්‍රවේශ වීම සඳහා මේ කවිය යොදා ගන්න.
- 'කුරුල්ලො අහසේ පියාඹමින්
  අහස ම ලස්සණ කරති පුතේ
  ගහක ඇවිත් වහලා සිටිමින්
  ගහ මත් ලස්සණ කරති පුතේ'

  මේ අර්ථය පැහැදිලි කළ හැකි පරිදි සකස් කරගත් පින්තූර රාමුවක් පන්තියේ සියලු ම සිසුන්ට පෙනෙන සේ සුදුසු ස්ථානයක රඳවන්න.
- පින්තූරයේ අන්තර්ගත දේවල් නිරීක්ෂණයට හා කතා කිරීමට අවස්ථාව ලබා දෙන්න.
- හොඳින් සවන් දීමට සිසුන් යොමු කරමින් කවිය රසවත් ව ගායනා කරන්න.
- අවශ්‍ය නම් දෙතුන් වතාවක් ගායනා කරන්න.

පියවර 5 :
- පන්ති කාමරයේ බිත්තියක කොටසක්/ගසක අත්තක් යොදා ගනිමින් සාරධර්ම ගසක් නිර්මාණයට සූදානම් කර ගන්න.
- අප ඇති කර ගත යුතු සාරධර්ම ලිවීමට කුරුල්ලන්ගේ ආකෘති මෙන් සැදූ කාඩ්පත් ලබා දෙන්න. එක් එක් සාරධර්මය ලියා එය ගසේ රැඳවීමට/ඇලවීමට සිසුන්ට අවස්ථාව ලබා දෙන්න.
- එම ගසට මල් හා ගෙඩි සාදා එල්ලන්නට සිසුන් යොමු කරවන්න.

ප්‍රායෝගික ජීවිතයේ භාවිතය සඳහා

- දෙමවුපියන්, ගුරුවරුන් දෙන උපදෙස් පිළිපැදීම
- නිවසේ කටයුතුවලට තමාට හැකි අයුරින් උදවු කිරීම
- අන් සතු දේවල් නොගැනීම

7.0 තේමාව : හිතකර දෛනික චර්යා රටාවක් ගොඩනඟා ගනිමින් සෞඛ්‍යවත් ජීවිතයක් ගත කරයි.

නිපුණතාව : හිතකර දෛනික චර්යා රටාවක් ගොඩනඟා ගනිමින් සෞඛ්‍යවත් ජීවිතයක් ගත කරයි.

ඉගෙනුම් පල :
- බොදු දරුවකුගේ දින චර්යාව පිළිබඳ ව පන්තිය ඉදිරියට පැමිණ අදහස් දක්වයි.
- දින චර්යාවට අනුව කටයුතු කිරීමේ වැදගත්කම පිළිබඳ ව අගය කරමින් කතා කරයි.
- බොදු දරුවකුගේ දින චර්යාව ලියන ලද පුවරු, පන්තියේ ප්‍රදර්ශනය කරයි.

ඉගෙනුම් සම්පත් :
- සුනිමල්ගේ දින චර්යාව ලියාගත් බ්‍රිස්ටල් බෝඩ් එකක්

ඉගෙනුම් - ඉගැන්වීම් ක්‍රමෝපාය

බොදු දරුවකුගේ දින චර්යාව

පියවර 1 :
- තමා දවස ගත කරන ආකාරය පෙර දින නිවසේ දී ලියාගෙන ඒමට උපදෙස් ලබා දෙන්න.
- තමාගේ දින චර්යාව පන්තියට ඉදිරිපත් කිරීමට අවස්ථාව ලබා දෙන්න.

පියවර 2 :
- 1 ශ්‍රේණිය 'සුව දෙන දින චර්යාව' පාඩම නැවත මතකයට නංවන්න.
- ඊට අදාළ ව සකස් කරගත් දින චර්යාව පැහැදිලි කරන්න.
- 'සුනිමල්ගේ දින චර්යාව' විශාල ව ලියා ඒ ගැන කතාබහ කරන්න.

වේලාව	කළ වැඩය
උදේ 6	* අවදි වුණා * දත් මැද්දා * මූණ සේදුවා * තෙරුවන් වන්දනා කළා
උදේ 6.30	* උදේ ආහාරය ගත්තා * දෙමාපියන්ට වැන්දා * පාසලට ගියා
උදේ 7.30 - දහවල් 12.00	* පාසලේ ඉගෙනීම් කටයුතු කළා
දවල් 1	* පාසල ඇරී ගෙදර ආවා * නෑවා * දහවල් ආහාරය ගත්තා * වාදනයකට සවන් දුන්නා
සවස 2.30	* ගුරුතුමී දුන් ගෙදර වැඩ කළා * සෙල්ලම් කළා
සවස 4	* ගෙදර වැඩට උදවු කළා
සවස 5	* මල් පාත්තිවලට වතුර දැමුවා * බුද්ධ වන්දනාවට මල් නෙළුවා
සවස 6	* වන්දනා කළා * භාවනා කළා

වේලාව	කළ වැඩය
රාත්‍රී 7	* රෑ ආහාර ගත්තා
රාත්‍රී 8	* දත් මැද්දා * දෙමාපියන් වැන්දා
රාත්‍රී 8.30	* නින්දට ගියා

පියවර 3 : • සුනිමල්ගේ දින චර්යාව සහ තමන්ගේ දින චර්යාව සැසඳීමට යොමු කරවන්න.

පියවර 4 : • හොඳ බොදු දරුවකු වීමට තම දින චර්යාවේ කර ගත යුතු වෙනස්කම් සිතීමට අවස්ථාව දෙන්න.

• අභඹු ලෙස කිහිපයක් විමසන්න.

පියවර 5 : • තම දින චර්යාව වෙනස් කර ලිවීමට යොමු කරන්න.

• දින චර්යාවකට අදාළ ව කටයුතු කිරීමෙන් අපට අත්වන වාසි පැහැදිලි කරන්න.

* කාලය ඉතිරි කර ගැනීම
* වැඩ අතපසු නොවීම
* නීරෝග ව සිටීම

පියවර 6 : • දින චර්යා සම්බන්ධයෙන් නිමවුණ කවි ඉදිරිපත් කරන්න. (පෙළ පොත)

* සිරිත් මල්දමේ සඳහන් කවි
* 1 ශ්‍රේණියේ දී ඉගෙන ගත් කවි නැවත මතක් කර දීම

පියවර 7 : • බොදු දරුවකුගේ දින චර්යාව පිළිබඳ ව කණ්ඩායම් වශයෙන් සකස් කළ පුවරු පන්තියේ ප්‍රදර්ශනය කිරීමට සිසුන්ට අවස්ථාව ලබා දෙන්න.

ප්‍රායෝගික ජීවිතයේ භාවිතය සඳහා

• පිරිසිදු ව සිටීමින් හා යහපත් සෞඛ්‍ය පුරුදු අනුගමනය කරමින් තම දින චර්යාවේ හැසිරෙන අයුරු විටින් විට විමසා දිරිමත් කිරීම.

8.0 තේමාව : ත්‍රිවිධ පුණ්‍ය ක්‍රියාවල යෙදෙමින් දැහැමි හා සැපවත් ජීවිතයක් ගත කිරීම

සීල සමාදාන වැඩසටහන

නිපුණතාව : ත්‍රිවිධ පුණ්‍ය ක්‍රියාවල යෙදෙමින් දැහැමි හා සැපවත් ජීවිතයක් ගත කරයි.

ඉගෙනුම් පල :
- සීල සමාදානය පිළිබඳ තම අත්දැකීම් ප්‍රකාශ කරයි.
- සිල් සමාදන් වීමට කැමැත්ත පළ කරයි.
- නියමිත පරිදි සූදානම් වී සිල් සමාදන් වෙයි.
- සීල සමාදානයේ යෙදී ප්‍රායෝගික අත්දැකීම් ලබයි.

ඉගෙනුම් සම්පත් :
- සීල සමාදාන වැඩසටහන සඳහා අවශ්‍ය ද්‍රව්‍ය

ඉගෙනුම් - ඉගැන්වීම් ක්‍රමෝපාය

පියවර 1 :
- වෙසක්/පොසොන් පොහොයක් සුදුසු පරිදි මේ සඳහා යොදා ගන්න. මේ සඳහා විහාරස්ථානයක් යොදා ගන්නේ නම් වඩාත් සුදුසු ය.
- සීල සමාදානය සඳහා සුදුසු වැඩසටහනක් සැලසුම් කරගන්න.

පියවර 2 :
- දෙමාපියන්ගේ ද සහය ඇති ව නියම කරගත් පරිදි සිසුන් සීල සමාදානයේ නිරත කරවන්න. පහත සඳහන් කරුණු කෙරෙහි අවධානය ලබා දෙන්න.
  - * සුදුසු ඇඳුමෙන් සැරසී සිටිය යුතු ය.
  - * නිවැරදි ආකාරයට පූජා ද්‍රව්‍ය අත ගැසීම, තැන්පත් කිරීම හා වන්දනා කිරීම සිදු කරවන්න.
  - * සිල් සමාදන් වූ විට ගන්නා ආහාරය දානය බව තහවුරු කරන්න.
  - * ස්වාමීන් වහන්සේ නමක් ලවා කුඩා දරුවන්ට ගැළපෙන සේ ධර්ම දේශනාවක් පැවැත්වීමට කටයුතු යොදන්න.
  - * සරල භාවනාවක නිරත කරවන්න.

පියවර 3 :
- සකස් කරගත් වැඩසටහනට අනුව සිල් පවාරණ කටයුතු කරන්න.
- සීල සමාදානය සිදු කළ ස්ථානය පෙර තිබූ පරිදි නැවත සකස් කරන්න.
- තැන්පත් කළ පූජා ද්‍රව්‍ය නිසි පරිදි ඉවත් කර පිරිසිදු කරන්න.

ප්‍රායෝගික ජීවිතයේ භාවිතය සඳහා

- දින පතා බුද්ධ වන්දනාවට පසු සරල භාවනාවකට හුරු කරවීම
- එය අවසානයේ
  - * මගෙන් අද සතුන්ට හිංසා වී ද?
  - * අන් සතු දෙයක් නොකියා ලබා ගත්තේ ද ?
  - * බොරු කිවේ ද ? /පරුෂ වචන කීවේ ද? කියා සිතා බැලීමට යොමු කරන්න.
- විටින් විට එසේ සිතා බලන්නේ දැයි විමසන්න. අත්දැකීම් ප්‍රකාශ කිරීමට අවස්ථාව දෙන්න.

9.0 තේමාව : සුවිශේෂ බුදු වදන් හදාරමින් ධර්මචාරී ජීවිතයක් ගොඩනඟා ගැනීමට ක්‍රියා කිරීම

නිපුණතාව : සුවිශේෂ බුදු වදන් හදාරමින් ධර්මචාරී ජීවිතයක් ගොඩනඟා ගැනීමට ක්‍රියා කරයි.

ඉගෙනුම් පල :
- බුදු වදන්වල වටිනාකම පිළිබඳ ව අගය කරමින් කතා කරයි.
- සුවිශේෂ බුදු වදන් මතකයෙන් කියයි.
- බුදු වදන් ලියූ පුවරු පන්තියේ ප්‍රදර්ශනය කරයි.
- බුදු වදන්වලට අනුව තම ජීවිතය සකස් කර ගත යුතු බව පිළිගනිමින් කතා කරයි.

ඉගෙනුම් සම්පත් :
- 'ආරෝග්‍ය පරමාලාභා' පාඨය විශාල ව පැහැදිලි ව ලියූ කාඩ්පතක් හා 'න භජේ පාපකේ මිත්තේ' පාඨය විශාල ව පැහැදිලි ව ලියූ කාඩ්පතක්
- පොත් සලකුණක් (Book mark) සෑදීමට අවශ්‍ය කාඩ්බෝඩ්, වර්ණ කොළ, රිබන්

ඉගෙනුම් - ඉගැන්වීම් ක්‍රමෝපාය

බුදු වදන් ජීවිතයට එකතු කර ගනිමු.

පියවර 1 :
- රෝහලක්/රෝගීන් සිටින පින්තූර ආදිය ප්‍රදර්ශනය කරමින් ඒ පිළිබඳ ව සිසුන්ගෙන් විමසන්න.
- නීරෝගී බව නැති වන කරුණු කිහිපයක් ඔබගේ අත්දැකීම් භාවිත කරමින් සිසු අදහස් ද විමසමින් මතු කර දක්වන්න.

  උදා : * අපිරිසිදු ව සිටීම.
  * ක්‍රීඩා නොකර සිටීම
  * පෝෂ්‍යදායී නොවන ආහාර ගැනීම

පියවර 2 :
- 'ආරෝග්‍ය පරමාලාභා' යන ධම්මපද ගාථා පාඨය පැහැදිලිව ලියා ප්‍රදර්ශනය කරන්න. නිරෝගී බව උතුම් ම ලාභය/සැපත බව දරුවන්ට කියා දෙන්න.

පියවර 3 :
- මෙම ගාථා පාඨයට පසුබිම් කතන්දරය පහත දැක්වෙන කරුණු ද එකතු කරමින් සරල ව සිසුන්ට කියා දෙන්න.

  * මෙම ගාථා පාඨය ධම්මපදයේ සුඛ වග්ගයේ 8 වන ගාථාවෙන් උපුටාගෙන ඇත.
  * මෙම ගාථාව බුදු රජාණන් වහන්සේ විසින් දේශනා කරන ලද්දේ කොසොල් මහරජතුමාට ය.
  * කොසොල් රජතුමා පමණ ඉක්මවා ආහාර ගෙන ඉතා දුකට පත් වූවෙකි.
  * එක් දිනක් පමණ ඉක්මවා ආහාර ගෙන, විවේකයක් නොගෙන බුදු රජාණන් වහන්සේ හමු වීමට ගියේ ය.
  * දහදිය වගුරුවමින් වෙහෙසකර ව සිටින කොසොල් රජු දෙස බලා බුදු රජාණන් වහන්සේ 'කිමෙක් ද මහරජ, පමණ ඉක්මවා ආහාර ගැනීම සිතටත් ගතටත් දුක් ගෙන දෙන්නක් නොවේ ද'යි පවසා මෙම ගාථාව දේශනා කර නීරෝගී බව උතුම් ම ලාභය බව පැහැදිලි කර දුන් සේක.

පියවර 4 :
- නීරෝගී ව සිටීමට කළ යුතු දේ මොනවා දැයි තහවුරු වන සේ සිසුන් සමඟ සාකච්ඡාවක නිරත වන්න.

පියවර 5 :
- 'ආරෝග්‍ය පරමාලාභා' යැයි ලියන ලද පොත් සලකුණක් නිර්මාණය කරන්නට සිසුන් මෙහෙයවන්න. (මේ සඳහා ඔබ කැමති ආකෘතියක් යොදාගන්න.)

පියවර 6 : • විහාරස්ථානයේ දී හෝ දහම් පාසලේ දී හෝ දරුවන්ට ආශීර්වාද කරන්නට සුබ පතන්නට භාවිත කරන වචන කිහිපයක් සිසුන් සමඟ සාකච්ඡාවෙන් මතු කර ගන්න.

පියවර 7 : • 'න භජේ පාපකේ මිත්තේ' පාඨය පැහැදිලි ව ලියා ප්‍රදර්ශනය කරන්න. එමඟින් 'නරක මිතුරන් ඇසුරු නොකරන්න.' 'යහපත් මිතුරන් ඇසුරු කරන්න' යන අදහස පැහැදිලි කරන්න.

* මෙය ධම්මපදට්ඨ කථාවේ ඇතුළත් ගාථා පාඨයකි.
* මෙම ගාථා පාඨය ඇතුළත් ගාථාව බුදු රජාණන් වහන්සේ අකීකරු වූ ඡන්න හිමියන් සුමඟට ගැනීම සඳහා දේශනා කරන ලද්දකි.
* ඡන්න හිමියෝ උතුම් සැරියුත් - මුගලන් අග්‍රශ්‍රාවක දෙනමගේ අවවාද නොපිළිගෙන අකීකරු වූ අයෙකි.
* බුදු රජාණන් වහන්සේ අග්‍රශ්‍රාවකයන් වහන්සේලාට කීකරු ව කටයුතු කරන මෙන් අවස්ථා තුනක දී ම ඡන්න හිමියනට අවවාද කළ හ.
* අවසානයේ දී ඡන්න හිමියන් සුමඟට ගැනීම සඳහා 'බ්‍රහ්ම දණ්ඩනය' (අකීකරු කෙනකු කීකරු වන තෙක් කිසිවකුත් ඔහු සමඟ කතා නොකර සිටීම) පනවන ලදී.
* පාප මිත්‍රයන් ඇසුරු නොකළ යුතු බව තහවුරු කිරීම සඳහා ඉහත ගාථා පාඨය බුදු රජාණන් වහන්සේ විසින් දේශනා කරන ලදි.

පියවර 8 : • යහපත් මිතුරන් ඇසුරු කිරීමේ අගය පිළිබඳ වත්, නරක මිතුරන් ඇසුරු කිරීමෙන් ලැබෙන විපාක පිළිබඳ වත් සිසුන්ගෙන් ද අදහස් විමසමින් සාකච්ඡා කරන්න.

• බුදු වදන් අනුව අපේ ජීවිත ද සකස් කරගත යුතු බව තහවුරු වන උදාහරණ කිහිපයක් ඉදිරිපත් කරන්න.

ප්‍රායෝගික ජීවිතයේ භාවිතය සඳහා

- පිරිසිදු ඇඳුම් ඇඳීම හා නිතර පිරිසිදු ව සිටීම
- ආහාර ගැනීමේ දී සැලකිලිමත් වීම.

10.0 තේමාව : ශ්‍රී ලංකාවේ ඓතිහාසික සිද්ධස්ථාන වන්දනා කිරීම

නිපුණතාව : **ශ්‍රී ලංකාවේ ඓතිහාසික සිද්ධස්ථාන හැඳින ඒවා සුරකිමින් හා අගයමින් වන්දනා කරයි.**

ඉගෙනුම් පල :
- අනුරාධපුර ථූපාරාම චෛත්‍ය රාජයාණන් වහන්සේගේ ඇති ඓතිහාසික වටිනාකම අවබෝධයෙන් ප්‍රකාශ කරයි.
- ශ්‍රද්ධාවෙන් යුක්ත ව ථූපාරාම චෛත්‍යය වන්දනා කරයි.
- සමාධි බුද්ධ ප්‍රතිමාවේ කලාත්මක බව අගය කරමින් කතා කරයි.
- නිවැරදි ඉරියව්වල පිහිටා චෛත්‍ය රාජයාණන් වහන්සේත්, පිළිම වහන්සේත් වන්දනා කරයි.

ඉගෙනුම් සම්පත් :
- ථූපාරාම චෛත්‍යරාජයාණන් වහන්සේගේත්, සමාධි බුද්ධ ප්‍රතිමාවේත් විශාල ලෙස සකසා ගත් පින්තූරයක්
- පූජනීය ස්ථාන ඇතුළත් ශ්‍රව්‍ය දෘශ්‍ය තැටි/සංයුක්ත තැටි
- පදම් කළ මැටි, සායම්

ඉගෙනුම් - ඉගැන්වීම් ක්‍රමෝපාය

10.1 ථූපාරාම චෛත්‍යය

ක්‍රියාකාරකම 1

පියවර 1 :
- අනුරාධපුරයේ ඇති සිද්ධස්ථාන පිළිබඳ ව සිසුන් දන්නා තොරතුරු විමසන්න. සිසුන් දැක ඇති චෛත්‍යය පිළිබඳ ව විමසන්න. පසු ව ථූපාරාම චෛත්‍යයෙහි පින්තූරය ප්‍රදර්ශනය කර එහි ඓතිහාසික වටිනාකම පිළිබඳ ව පහත කරුණු ද ඇතුළත් වන සේ සිසුන්ට කියා දෙන්න.
  * ලක්දිවට බුදු දහම ලැබීමෙන් පසු මුලින් ම ඉදි කරන ලද දාගැබ ථූපාරාමය බැවින් ශ්‍රී ලාංකේය අපට එය ඉතා වැදගත් බව.
  * මෙය ඉදි කරන ලද්දේ අනුබුදු මිහිඳු මහරහතන් වහන්සේගේ උපදෙස් පරිදි අනුරාධපුරයේ දේවානම්පිය තිස්ස රජතුමා විසින් බව
  * බුදු රජාණන් වහන්සේගේ උතුම් දකුණු අකු ධාතුව මෙම දාගැබේ තැන්පත් කොට පුද සත්කාර කරන බව
  * ථූපාරාම චෛත්‍යයට වන්දනා කිරීම උතුම් බුදු රජාණන් වහන්සේට වන්දනා කිරීමක් හා සමාන බව

පියවර 2 :
- පදම් කළ මැටි භාවිතයෙන් ථූපාරාම චෛත්‍යයේ අනුරුවක් නිර්මාණය කිරීමට සිසුන්ට අවස්ථාව ලබා දෙන්න.
- නිර්මාණය කරන ලද අනුරූ ප්‍රදර්ශනය කරන්න.

පියවර 3 :
- ථූපාරාම චෛත්‍යයෙහි රූප රාමුවක් භාවිත කරමින් ශ්‍රද්ධාවෙන් යුක්ත ව වන්දනා කරවන්න. එයට පහත කවිය ද අදාළ කරගන්න.

ගල් කණු වට කොට ඇත්තේ
මහමෙවුනා වන උයනේ
ථූපරාම සෑ රදුනේ
සාධු සාධු නමදින්නේ

10.2 සමාධි බුද්ධ ප්‍රතිමාව

පියවර 1 :
- සිසුන් දැක ඇති බුද්ධ ප්‍රතිමා පිළිබඳ ව විමසන්න. හිටි පිළිම, ඉඳි පිළිම, සැතපෙන පිළිම ආදි වශයෙන් විවිධ වර්ගවල බුද්ධ ප්‍රතිමා ඇති බව ඒවායේ පින්තූර හෝ සංයුක්ත තැටි හෝ ඇසුරින් සිසුන්ගෙන් ද අදහස් විමසමින් පහදා දෙන්න.
- බුදු රජාණන් වහන්සේගේ ගුණ සිහි කරමින් උන් වහන්සේ වෙනුවෙන් නිර්මාණය කරන අනුරූ වන පිළිම වහන්සේලාට වන්දනාමාන කරන බව තහවුරු කරන්න.

පියවර 2 :
- අනුරාධපුරයෙහි සමාධි බුද්ධ ප්‍රතිමාවෙහි පින්තූරයක් පෙන්වමින් එය අනුරාධපුර මහමෙවුනා උයනේ පිහිටා ඇති බවත්, කළු ගලෙන් නිර්මාණය කර ඇති බවත්, සමාධියෙන් ගත කරන ඉරියව්ව ප්‍රදර්ශනය කරන බවත්, විදේශිකයන් පවා අප රටට පැමිණ සමාධි බුද්ධ ප්‍රතිමාව වන්දනා කරන බවත්, එහි ඇති කලාත්මක අගයත් පිළිබඳ ව සරල ව සිසුන්ට පහදා දෙන්න.
- නිවැරදි ඉරියව්වෙහි පිහිටා පිළිම වහන්සේ වන්දනා කරන ආකාරය සිසුන්ට කියා දෙන්න. ඒ සඳහා පහත කවිය යොදා ගන්න.

මහමෙවුනා වන උයනේ
සමාධියෙන් වැඩ ඉන්නේ
ජීවමාන සෙල් පිළිමේ
සාධු සාධු නමදින්නේ

- සමාධි බුද්ධ ප්‍රතිමාවෙහි පින්තූරයක් අලවා ඉහත කවිය පිටපත් කරන්නට සිසුන් යොමු කරන්න.

ප්‍රායෝගික ජීවිතයේ භාවිතය සඳහා

- ශ්‍රද්ධාවෙන් යුක්ත ව නිවැරදි ඉරියවු ප්‍රදර්ශනය කරමින් චෛත්‍ය රාජයාණන් වහන්සේත්, පිළිම වහන්සේත් වන්දනා කරයි.
- තම ප්‍රදේශයේ තිබෙන පැරණිතම සිද්ධස්ථානයක් වන්දනා කිරීමට දෙමාපියන් සමඟ ගමනක් සංවිධානය කරන්න. එම සිද්ධස්ථානයේ අගය එම අවස්ථාවේ දී මතු කරන්න.

බුද්ධ ධර්මය තක්සේරු කිරීමේ පත්‍රිකාව

				සිසුන්ගේ නම් ප්‍රවීණතා මට්ටමට පැමිණ ඇත ප්‍රවීණතා මට්ටමට පැමිණ නැත •
				1. මහාමායා දේවිය දුටු සිහිනයේ අවස්ථාවක් ප්‍රකාශ කරයි.
				2. බෝසත් උපතේ අසිරිමත් සිදුවීමක් ප්‍රකාශ කරයි.
				3. නම් තැබීමේ උලෙළේ විශේෂ සිදුවීමක් ප්‍රකාශ කරයි.
				4. අන් අයට පිහිට විය හැකි අවස්ථාවක් ප්‍රකාශ කරයි.
				5. අනේපිඬු සිටුතුමා පිළිබඳ ව කතා කරයි.
				6. පොසොන් පොහොය දිනයේ වැදගත්කම ප්‍රකාශ කරයි.
				7. සාලිකේදාර ජාතක කතාවේ සිත්ගත් අවස්ථාවක් චිත්‍රයට නගයි.
				8. නිවැරදි ඉරියව් ප්‍රදර්ශනය කරමින් බුද්ධ වන්දනාවේ යෙදෙයි.
				9. ත්‍රිවිධ චෛත්‍ය වන්දනා කරන අනුපිළිවෙළ ප්‍රකාශ කරයි.
				10. සාමූහික ව දානමය පිංකමට සහභාගි වෙයි.
				11. දානමය පිංකමේ අවස්ථාවක් චිත්‍රයට නගමින් බිත්ති පුවත්පත නිර්මාණයට දායක වෙයි.
				12. පහසුවෙන් නිර්මාණය කළ හැකි බෞද්ධ කලා නිර්මාණයක් සකසයි.
				13. දිනපතා පිංතාලියට පිරිසිදු ජලය එක් කරයි.
				14. සුභාෂිත වචන භාවිත කරයි.
				15. නිවසේ දී දෙමාපියන්ට උදවු කළ අවස්ථාවක් ප්‍රකාශ කරයි.
				16. බෞද්ධ උපදේශ කාව්‍යයක් කට පාඩමින් ගායනා කරයි.
				17. කණ්ඩායම් වශයෙන් බොදු දරුවෙකුගේ දින චරියාව ලියා ප්‍රදර්ශනය කරයි.
				18. සාරධර්ම ගස නිර්මාණයට දායක වෙයි.
				19. නිරෝගී ව සිටීමට කළ යුතු දේ ප්‍රකාශ කරයි.
				20. පින්තූර අළවා ථූපාරාම දාගැබ සහ සමාධි බුද්ධ ප්‍රතිමාව පිළිබඳ වැකි දෙකක් බැගින් ලියයි.