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

- 07 ශ්‍රේණිය

(07 ශ්‍රේණියේ පළමු වාරයේ කාලච්ඡේද 13ක් ද දෙවන හා තෙවන වාරවල කාලච්ඡේද 18ක් ද බැගින් කාලච්ඡේද 49ක් සඳහා ඉගෙනුම් ඉගැන්වීම් ක්‍රියාවලිය පවත්වාගෙන යාමට මෙම සැලැස්ම සකස් කර ඇත.)

නිපුණතාව	නිපුණතා මට්ටම	විෂය අන්තර්ගතය	ඉගෙනුම් පල	ගුරු මාර්ගෝපදේශයේ ක්‍රියාකාරකම් අංකය	පෙළ පොතේ පාඩමේ අංකය සහ නම	කාලච්ඡේද ගණන
07 ශ්‍රේණිය තුන්වන වාරයෙන් තෝරා ගත් ඉගෙනුම් පල සහ පාඩම්						
	අන් අයගේ දේපළ ආරක්ෂා කරයි.	• 07 වන පනතේ ඉගැන්වීම් • වස්තුව ඉපැයීමේ සාධාරණ ක්‍රම • ප්‍රයොග, වංචනික ක්‍රියා හා අල්ලස් ගැනීම් මගින් සොරකම් සිදුවන බව	• 07 වන පනතට අනුව ජීවත් විය යුතු ආකාරය පිළිබඳව තොරතුරු ගොනුකරයි. • අවංක මාර්ග වලින් පමණක් වස්තුව ඉපැයිය හැකි බව පිළිගනියි. • ගොනු කරගත් කරුණු නිර්මාණාත්මක ව ඉදිරිපත් කරයි. • සොරකම් කිරීමෙන් වැළකී සිටියි. • අන් අයගේ දේපල ආරක්ෂා කරයි.		17 පාඩම **සොරකම් නොකරව**	2
	ලද දෙයාන් සතුටට පත් වෙයි.	• 07 වන පනතට බාහිර ක්‍රියා ගැන • 10 වන පනතට අනුව තන්හාව උපදවා ගැනීම පාපයකි	• 10 වන පනතට අනුව ජීවත් විය යුතු ආකාරය පිළිබඳ තොරතුරු ගොනුකරයි.		18 පාඩම **අන් වස්තු ආශා නොකරව**	2

නිපුණතාව	නිපුණතා මට්ටම	විෂය අන්තර්ගතය	ඉගෙනුම් පල	ගුරු මාර්ගෝපදේශයේ ක්‍රියාකාරකම් අංකය	පෙළ පොතේ පාඩමේ අංකය සහ නම	කාලච්ඡේද ගණන
		• තන්හාව සිතුවිලි ක්‍රියාවට පෙරලයි (මීකා 2/1-2) • තණ්හාව මුල් අගුණ පාපයකි (ක.ස.ධ. 2534-2540)	• තණ්හා සිතුවිලි ක්‍රියාවට පෙරලෙන බව පිළිගනියි. • ගොනු කරගත් කරුණු නිර්මාණාත්මක ව ඉදිරිපත් කරයි. • ලද දෙයින් සතුටු වෙයි. • අන් අයගේ දේපළ ආරක්ෂා කරයි.			
යාච්ඤාවෙන් පෝෂණය ලබා දෙවියන් වහන්සේ හා මනුෂ්‍යයා සමග ගැඹුරු සම්බන්ධතාවක් ගොඩනගා ගනියි.	නිවැරදි බැතියෙන් ජපමාලය උච්චාරණය කරයි.	• ඉතිහාසය • අභිරහස් 20 • ජපමාලය කියන අනුපිළිවෙල • මළවුන්ගේ ජපමාලය • විවිධ ප්‍රාර්ථනා හඳුන්වා දීම	• ජපමාලය පිළිබඳව තොරතුරු ගොනු කරයි. • ජපමාල බැතිය අප ජීවිත ආරක්ෂා කරන බව පිළිගනියි. • ගොනු කරගත් කරුණු නිර්මාණාත්මක ව ඉදිරිපත් කරයි. • පවුලක් ලෙස දිනපතා ජපමාලය උච්චාරණය කරයි. • ජපමාල බැතිය සම්බන්ධයෙන් මීසමේ ඇති වැඩ සටහන්වලට උද්යෝගයෙන් සහභාගී වෙයි.		19 පාඩම **ජපමාල බැතිය**	2
	එළඳියී ලෙස දේවස්ථානයේ වාර්ෂික මංගල්‍යය සමරයි.	• දින 10 ක රාමුවේ පසුබිම • දේවස්ථාන කැප කළ ශුද්ධ වන්තයා පිළිබඳ අවබෝධය	• දේවස්ථානයේ වාර්ශික මංගල්‍යය පිළිබඳව තොරතුරු ගොනු කරයි. • දේවස්ථානයේ මංගල්‍යය සමය සැබෑ අධ්‍යාත්මික නවෝදයක් ඇති කර ගත		20 පාඩම **නුවාන හා මංගල්‍යය**	2

නිපුණතාව	නිපුණතා මට්ටම	විෂය අන්තර්ගතය	ඉගෙනුම් පල	ගුරු මාර්ගෝපදේශයේ ක්‍රියාකාරකම් අංකය	පෙළ පොතේ පාඩමේ අංකය සහ නම	කාලච්ඡේද ගණන
		• දේවස්ථාන මංගල්‍ය සැමරීමේ අර්ථය • මංගල්‍යය සමයේ අධ්‍යාත්මික දේවලට මුල්තැන දීම • කොඩිගස • නුවාන • පෙරහැර • මංගල්‍යය සමයේ දී කරන දානමය ක්‍රියා ඉතා අර්ථවත් ව කළ යුතු බව • සැබෑ පසුතැවිලක් සඳහා මෙම කාලය භාවිතා කළ යුතු බව • ශුද්ධවන්තයාගේ මැදිහත්කම තුළ අපට වරප්‍රසාද ලැබෙන බව	යුතු කාලවකවානුවක් ලෙස පිළිගනියි. • ගොනු කරගත් කරුණු නිර්මාණාත්මක ව ඉදිරිපත් කරයි. • මංගල්‍ය සමයේ තම ජීවිතයේ අධ්‍යාත්මික වර්ධනය ඇති කර ගනියි. • මංගල්‍යය සමයේ මීසමේ පොදු කටයුතුවල දී සහයෝගය ලබා දෙයි.			
	ගෞරවයෙන් සන්ධ්‍යා මෙහෙයට සහභාගී වෙයි.	• යාම යැදුම පිළිබඳව කෙටි හැඳින්වීමක් • සන්ධ්‍යා මෙහෙයේ සැලැස්ම • දිව්‍ය සත්ප්‍රසාද ආශිර්වාදය පවත්වන අවස්ථා	• සන්ධ්‍යා මෙහෙය පිළිබඳ තොරතුරු ගොනු කරයි. • ගෞරවාන්විත ව සන්ධ්‍යා මෙහෙයට සහභාගි විය යුතු බව පිළිගනියි. • සන්ධ්‍යා මෙහෙයේ සැලැස්ම නිර්මාණාත්මකව ඉදිරිපත් කරයි. • දිව්‍ය සත්ප්‍රසාද ආශිර්වාදය ලබා ගනිමින් දෙවිඳුන් හා		21 පාඩම **සන්ධ්‍යා මෙහෙය හා දිව්‍ය සත්ප්‍රසාද ආශිර්වාදය**	2

නිපුණතාව	නිපුණතා මට්ටම	විෂය අන්තර්ගතය	ඉගෙනුම් පල	ගුරු මාර්ගෝපදේශයේ ක්‍රියාකාරකම් අංකය	පෙළ පොතේ පාඩමේ අංකය සහ නම	කාලච්ඡේද ගණන
			ගැඹුරු සබඳතාවක් ගොඩනගා ගනියි. • සන්ධ්‍යා මෙහෙයේ කටයුතු සංවිධානයේ දී මීසම් වාසීන් හා සහයෝගයෙන් ක්‍රියා කරයි.			
	පැමිණෙන දුක්වේදනා දරා ගැනීමට ජේසුස් වහන්සේගේ දුක්ප්‍රාප්තිය පිටිවහලක් කර ගනියි.	• ඉතිහාසය කෙටියෙන් • ස්ථාන 14 • එක් එක් ස්ථානයේ අනුපිළිවෙල • පාදනමස්කාරය භක්ති අභ්‍යාසය	• පාද නමස්කාරය පිළිබඳ තොරතුරු ගොනු කරයි. • පාද නමස්කාරයට සහභාගිවීම තුළ ජේසුස් වහන්සේගේ දුක්ප්‍රාප්තියට සහභාගිවිය හැකි බව පිළිගනියි. • ගොනුකරගත් තොරතුරු නිර්මාණාත්මකව ඉදිරිපත් කරයි. • චතාරික සමය තුළ හැකි සෑමවිට ම පාදනමස්කායට භක්තියෙන් සහභාගි වෙයි. • පාද නමස්කාරය සංවිධානය කිරීමට දායක වෙයි.		22 පාඩම **පාද නමස්කාරය**	2
	ශුද්ධ වූ පැයට භක්තියෙන් සහභාගී වෙයි.	• ඉතිහාසය • කළ යුතු අවස්ථා	• ශුද්ධ වූ පැය පිළිබඳව තොරතුරු ගොනු කරයි.		23 පාඩම **ශුද්ධ වූ පැය**	2

නිපුණතාව	නිපුණතා මට්ටම	විෂය අන්තර්ගතය	ඉගෙනුම් පල	ගුරු මාර්ගෝපදේශයේ ක්‍රියාකාරකම් අංකය	පෙළ පොතේ පාඩමේ අංකය සහ නම	කාලච්ඡේද ගණන
		• කළ හැකි ආකාර • කිරීමේ පරමාර්ථ • සාම්ප්‍රදායික ශුද්ධ වූ පැයේ අනුපිළිවෙල	• භක්තියෙන් යුතුව ශුද්ධ වූ පැය කිරීමෙන් ජේසුස් වහන්සේගේ වේදනාවට අපට ද පංගුකාර විය හැකි බව පිළිගනියි. • ශුද්ධ වූ පැය පිළිබඳ පොත් පිංචක් සකස් කරයි. • හැකි සෑම විටම ශුද්ධ වූ පැයට සහභාගි වෙයි. • ශුද්ධ වූ පැයට අන් අය සහභාගි කරවා ගනියි.			
	දිව්‍ය සත්ප්‍රසාද වහන්සේට නිසි ගෞරවය දක්වයි.	• දිව්‍ය සත්ප්‍රසාද වහන්සේ බැහැදැකීමේ පරමාර්ථ • අවස්ථා • දිව්‍ය සත්ප්‍රසාද පෙරහැරේ - පරමාර්ථ - අවස්ථා - සහභාගි වියයුතු අන්දම - පූර්ව සූදානම • දිව්‍ය සත්ප්‍රසාද වහන්සේ වැඩම කර ඇති දෙව්මැදුරක හැසිරිය යුතු ආකාරය	• දිව්‍ය සත්ප්‍රසාද වහන්සේ බැහැදැකීම හා පෙරහැර පැවැත්වීම පිළිබඳ තොරතුරු ගොනුකරයි • හැකි සෑම අවස්ථාවකදීම දිව්‍ය සත්ප්‍රසාද වහන්සේ බැහැදැකිය යුතු බව පිළිගනියි • දිව්‍ය සත්ප්‍රසාද වන්දනාව පිළිබඳ නිර්මාණාත්මක ඉදිරිපත් කිරීමක් කරයි. • දිව්‍ය සත්ප්‍රසාද වහන්සේ බැහැදැකීම තුළින් අධ්‍යාත්මික නවෝදයක් ඇති කර ගනියි • දිව්‍ය සත්ප්‍රසාද පෙරහැර සංවිධාන කටයුතුවල දී සහයෝගය ලබා දෙයි.		24 පාඩම **දිව්‍ය සත්ප්‍රසාද වහන්සේ බැහැදැකීම හා දිව්‍ය සත්ප්‍රසාද පෙරහැර**	2

නිපුණතාව	නිපුණතා මට්ටම	විෂය අන්තර්ගතය	ඉගෙනුම් පල	ගුරු මාර්ගෝපදේශයේ ක්‍රියාකාරකම් අංකය	පෙළ පොතේ පාඩමේ අංකය සහ නම	කාලච්ඡේද ගණන
	යෝග්‍යය ලෙස වන්දනා ගමන් වළ නිරත වෙයි.	• වන්දනා ගමන් යාමේ පරමාර්ථය • හැසිරිය යුතු ආකාරය • ලංකාවේ ප්‍රධාන වන්දනා ස්ථාන හා ඒවා පිළිබඳ තොරතුරු • විදේශීය ප්‍රධාන වන්දනා ස්ථාන හා ඒවා පිළිබඳ තොරතුරු	• වන්දනා ගමන් පිළිබඳව තොරතුරු ගොනු කරයි • සංයමයකින් වන්දනා ගමන තුළ හැසිරිය යුතු බව පිළිගනියි • වන්දනා ස්ථාන කිහිපයක තොරතුරු ඇතුළත් පොත් පිංචක් සකස් කරයි • දිව්‍ය පූජාවන් හා භක්ති අභ්‍යාස වල නිරත වෙමින් අධ්‍යාත්මික නවෝදයක් ඇති කර ගනියි • වන්දනා ස්ථානයනවල දී සහයෝගයෙන් කටයුතු කරයි		25 පාඩම **වන්දනා ගමන්**	2
එකතුව						**18**