තෙවන කලාපය

ඌව පළාතේ මුල් ළමාවිය සංවර්ධන මධ්‍යස්ථානවල දරුවන් සඳහා

මුල් ගුරුතුමිය

උපදේශකත්වය
ඌව පළාත් ගරු ආණ්ඩුකාරවර
ඒ.ජේ.එම්. මුසම්මිල් මැතිතුමා

විධායක අධීක්ෂණය
පී.බී. විජයරත්න මහතා,
ඌව පළාත් ප්‍රධාන ලේකම්

පී.ඒ.එම්.එස්.පී. අඹන්වල මිය
ලේකම්, ඌව පළාත් අධ්‍යාපන අමාත්‍යාංශය

මෙහෙයවීම හා තාක්ෂණික සහය
ඩී. එම්. චන්ද්‍රසිරි දිසානායක
අධ්‍යක්ෂ
ඌව පළාත් මුල් ළමාවිය සංවර්ධන අධිකාරිය

සංස්කරණ මණ්ඩලය

ඩබ්. එම්. ජයන්තා ගුණවර්ධන
විදුහල්පති
ආදර්ශ පෙර පාසල,
මුල් ළමාවිය සංවර්ධන අධිකාරිය - බදුල්ල

පී. ශ්‍රී දේවි
ප්‍රාථමික ගුරු උපදේශක
කොට්ඨාස අධ්‍යාපන කාර්යාලය - බදුල්ල

කේ.පී.පී. අමරනී
ගුරු උපදේශක
කොට්ඨාස අධ්‍යාපන කාර්යාලය - සොරණාතොට

ඈන් වික්‍රමසිංහ
කිංග්ස්ටඩ් පෙර පාසල - බදුල්ල

ශෂී අමරකෝන්
දේදුණු ගෙදර පෙර පාසල - දෙමෝදර

පරිගණක අක්ෂර සංයෝජනය හා කවර නිර්මාණය
Bee Studio
We Create your Dream
Photography
Web & Software Development
Creative Designing
071 33 9 44 71 | 0713 574 374

මුද්‍රණය
ඌව පළාත් සභා මුද්‍රණාලය - බදුල්ල

අධ්‍යක්ෂතුමාගේ පණිවුඩය

කොරෝනා වසංගතය නිසා වර්තමානයේ පෙර පාසල් ළමයින් සඳහා නිවාඩු ලබාදී ඇති අතර, පෙර පාසල් වයසේ ළමයින් 29005 දෙනෙකු පමණ ක්‍රමවත් නිවස පදනම් කරගත් අධ්‍යාපනයකින් තොරව නිවසට වී සිටිති. මෙය 2022 වර්ෂයේ පළමු ශ්‍රේණියට ඇතුලත්වන ළමයින්ගේ ප්‍රවේශ නිපුණතා සංවර්ධනයට බාධාවක් වනු ඇත. එම නිසා මෙම නිවාඩු කාලයේ අතපසුවන ක්‍රියාකාරකම් පදනම් කරගනිමින් ක්‍රියාකාරකම් සහිත පුවත් පතක් මුල් ගුරුතුමිය නමින් සකසා ළමයින් සඳහා ඉදිරිපත් කර ඇත.

මේ සඳහා ඌව පළාත් ගරු ආණ්ඩුකාරතුමන්, ප්‍රධාන ලේකම්තුමන් හා අධ්‍යාපන අමාත්‍යාංශයේ ලේකම්තුමිය මෙන්ම අධ්‍යාපනය පිළිබඳ කාර්යය සාධක බලකායේ උපදෙස් හා මඟපෙන්වීම් ලැබෙන අතර, අවශ්‍ය තාක්ෂණික කටයුතු හා බෙදා හැරීම් මෙන්ම මූල්‍ය සහය ඌව පළාත් අධ්‍යාපන අමාත්‍යාංශය විසින් සපයා ඇති අතර, මුද්‍රණ වියදම් පමණක් ළමයින්ගේ භාරකරුවන්ගෙන් අය කරනු ඇත. මෙම පුවත්පත මඟින් කිසිඳු ආර්ථික වාසියක් අපේක්ෂා නොකරන අතර, හුදෙක් ළමයින්ගේ හැකියාවන් සංවර්ධනය සඳහා පමණක් මෙම පුවත්පත සපයනු ඇත.

දෙමව්පියන් සඳහා උපදෙස්

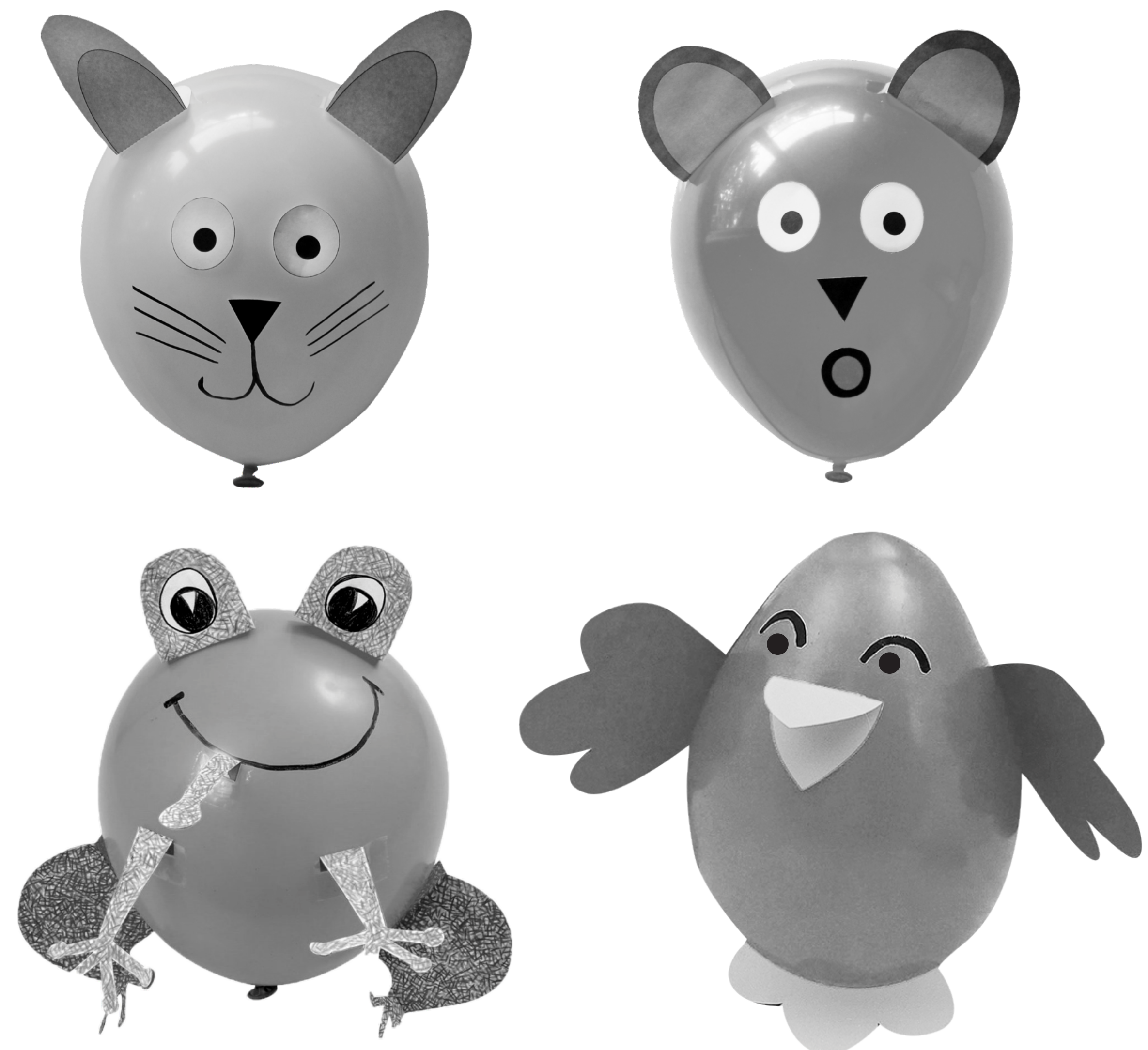
- මෙම පුවත්පත මඟින් සපයා ඇති ක්‍රියාකාරකම්වලට අමතරව තවත් එවැනි ක්‍රියාකාරකම් කිරීමට දරුවා යොමු කරන්න.
- මෙම පුවත්පතේ ඇති ක්‍රියාකාරකම් කර අවසන්වූ පසු ඇගයීම සඳහා පුවත්පත නැවත මුල් ළමාවිය සංවර්ධන මධ්‍යස්ථානයේ ගුරුතුමියට/ ගුරුතුමාට භාර දෙන්න.
- ගුරුවරයා සහ දරුවා සමඟ මෙම පුවත්පත භාවිතා කිරීමේදී සෞඛ්‍යාරක්ෂිත ක්‍රම පිළිපදින්න.
- දරුවා සමඟ සතුටින් හා ප්‍රියමනාප ලෙස දී ඇති ක්‍රියාකාරකම්වල යෙදෙන්න.
- මෙම ක්‍රියාකාරකම් දරුවා ලවා කරවීමට වෙනම කාලයක් හා සුදුසු ස්ථානයක් වෙන් කරවා ගන්න.
- දරුවාට සහය අවශ්‍ය අවස්ථාවලදී පමණක් ඔබගේ සහය ලබා දෙන්න
- ඔබ සහය දිය යුතු ආකාරය පිළිබඳ අදාල උපදෙස් ක්‍රියාකාරකම තුළ සටහන් කර ඇත.

ප්‍රකාශනය හා බෙදාහැරීම
මුල් ළමාවිය සංවර්ධන අධිකාරිය
ඌව පළාත් සභාව
දුරකථන අංකය 055 2229518 | 077 0150561
ෆැක්ස් 055 222 9522
e-mail:- ecda.uva@gmail.com
Web:- uvaecda.up.gov.lk

ක්‍රියාකාරකම් 17

බැලූන් සුරතල්ලු

- පාට 4කින් බැලූන් ගනිමු
- රූපයේ ආකාරයට සත්තු සාදා ගනිමු (ඇස්, කන්, කට කපා අලවා ගනිමු)
- වරකට එක සතෙකු අතට ගෙන සතාගේ හඬින් කෑ ගසමු, එම සතා මෙන් ගමන් කර පෙන්වමු.
- දරුවා සමඟ පහත කවිය ගායනා කරමු.



ඤාව් ඤාව් ඤාව් කියන පූස් හාමි මං
බව් බව් බව් බව් කියනා බලු රාළයි මං
බක බක බක හඬ නගනා ගෙඹි පැටියා මං
කාක් කාක් කාක් කියන කපුටු හාමි මං

අතුරු මිතුරු

ක්‍රියාකාරකම් 16

- නිදහස් වේලාවක සුදුසු තැනක් යොදාගන්න.
- පැදුරක් මත සියලු දෙනා රවුමට ඉඳ ගන්න.
- පහත දී ඇති ගීතය සියලු දෙනා එක්ව තාලයට ගායනා කරන්න.

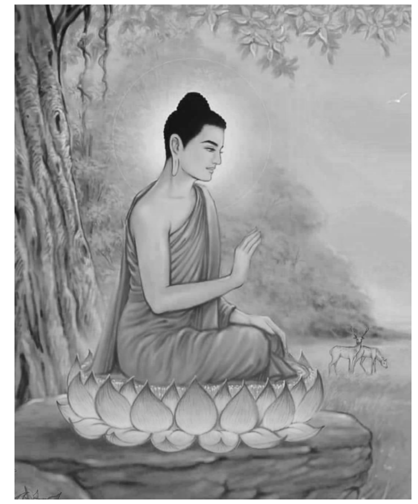
අතුරු මිතුරු දඹදිව තුරු
උදේට හිරු පායන තුරු
කුරුලු රෑන් ඉගිළෙන තුරු
සතුටින් ඉමු යාළුවේ
මල් අහුරක් ගෙනල්ලා
මල් මාලය සාදලා
කරට දමමු යාළුවේ
අතක් ගනින් යාළුවේ
එකයි දෙකයි තුනයි

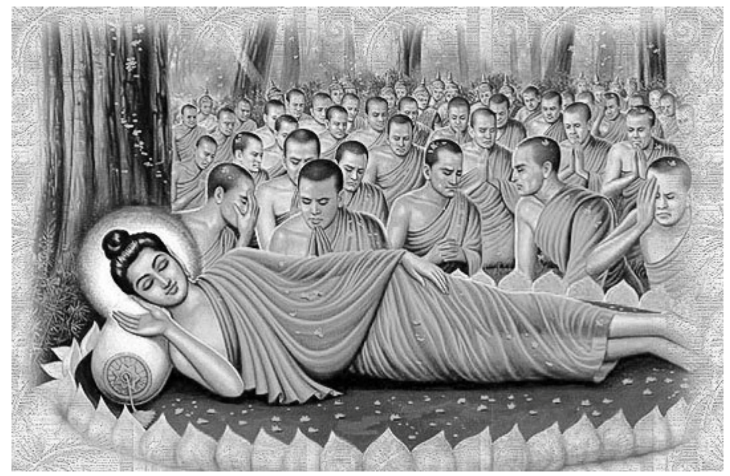
- සියලු දෙනාම අත්දෙක රවුම මැද බිම තබන්න.
- වැඩිහිටියෙක් ඉදිරිපත් වී ඉහත කවිය තාලයට ගායනා කරමින් අතින් අතට අත ගෙනයමින් (රවුමේ පිළිවෙළකට) ක්‍රීඩාවේ යෙදෙන්න.
- ගීතයේ අවසන් වචනය අයිති කෙනා මීළඟ නායකයා වී පෙර පරිදි ම ක්‍රියාකාරකමෙහි යෙදෙන්න.

ක්‍රියාකාරකම් 01

වෙසක් පොහොය දා

- පින්තූර පෙන්වමින් තෙමඟුල පිළිබඳ ව දරුවාට කියා දෙන්න.
- දරුවා සමඟ පහත දැක්වෙන ගීතය ගායනා කරන්න.
- පන්සලට ගෙන යන දේවල් පිළිබඳ ව කියා දෙන්න.





සිදුහත් බෝසතුන් උපන් වෙසක් පෝය දා
බෝසත් හිමි බුදුවූවා වෙසක් පෝය දා
බුදුහිමි පිරිනිවන් පෑවේ වෙසක් පෝය දා
සතුටින් තෙමඟුල සමරමු වෙසක් පෝය දා

තෙල් මල් ගෙන පන්සල් යමු වෙසක් පෝය දා
සිල් අරගෙන සැදැහැ සිතින් වෙසක් පෝය දා
කූඩු සදා සරසමු අපි වෙසක් පෝය දා
සාදු කියා සමරමු අපි වෙසක් පෝය දා

පින්තූර බලමු කතාව කියමු

ක්‍රියාකාරකම් 02

- එක් එක් පින්තූරය පිළිවෙලින් බලමු.
- එහි ඇති දේ විස්තර කරමු.
- පින්තූර හතරම එකතු කරගෙන කතන්දරය කියමු.

1 වන රූපය

2 වන රූපය

3 වන රූපය

4 වන රූපය

පහත දී ඇති ප්‍රශ්න දරුවාගෙන් අසන්න

- ගැහැනු ළමයා අතේ තිබෙන්නේ කුමක්ද ?
- කුඩේ රැගෙන පියාඹා ගියේ කවුද ?
- කපුටු පැටව් කී දෙනාද ?

පහතින් කපුටෙක් ඇඳ පාට කරන්න.

මුල් ගුරුතුමිය

ක්‍රියාකාරකම් 15

අපි පන්සල් යමු

- පින්තූරවලින් පෙන්වන දේවල් නම් කරමු.
- චෛත්‍යය තුළ සව් ඇට හෝ සුදු සහල් අලවමු.
- පන්සලට ගෙන යන දේවල් තෝරා ඒ වටා රවුමක් අඳිමු .

මල් මෝස්තරයක් හදමු

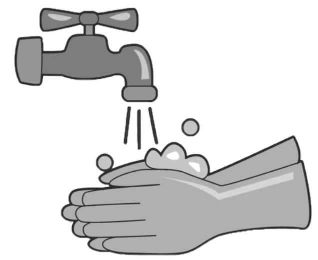
ක්‍රියාකාරකම් 14

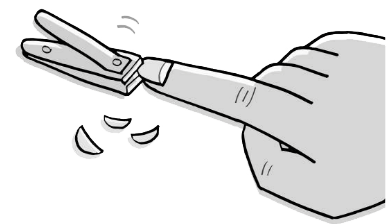
- කාඩ්බෝඩ් කැබැල්ලකින් පහත පරිදි මලක් කපා ගැනීමට දරුවාට උදව් කරන්න.
- මලේ පෙතිවල අයින් දිගේ පාට කරමු.
- එය පහත දී ඇති හිස් කොටුව තුළ තබමු. ඇඟිලි තුඩින් පෙති වටේ ඇති පාට, කොලය දෙසට අතුල්ලමු.
- කොටුව පිරෙන සේ කැමති තැන්වල තබා මල් මෝස්තරය හදමු.
- කැමති ආකාරයට මල් ලස්සන කර ගනිමු.

ක්‍රියාකාරකම් 03

පිරිසිදු වෙමු සතුටින් ඉමු

- පින්තූරවල ඇති දේ විස්තර කරමු.
- පිරිසිදුව සිටීමට කළ යුතු දෑ දරුවාට කියාදෙන්න.
- දරුවා මෙම යහ පුරුදුවල යොදවන්න.
- පහත ගීතය දරුවා සමඟ ගායනා කරන්න.



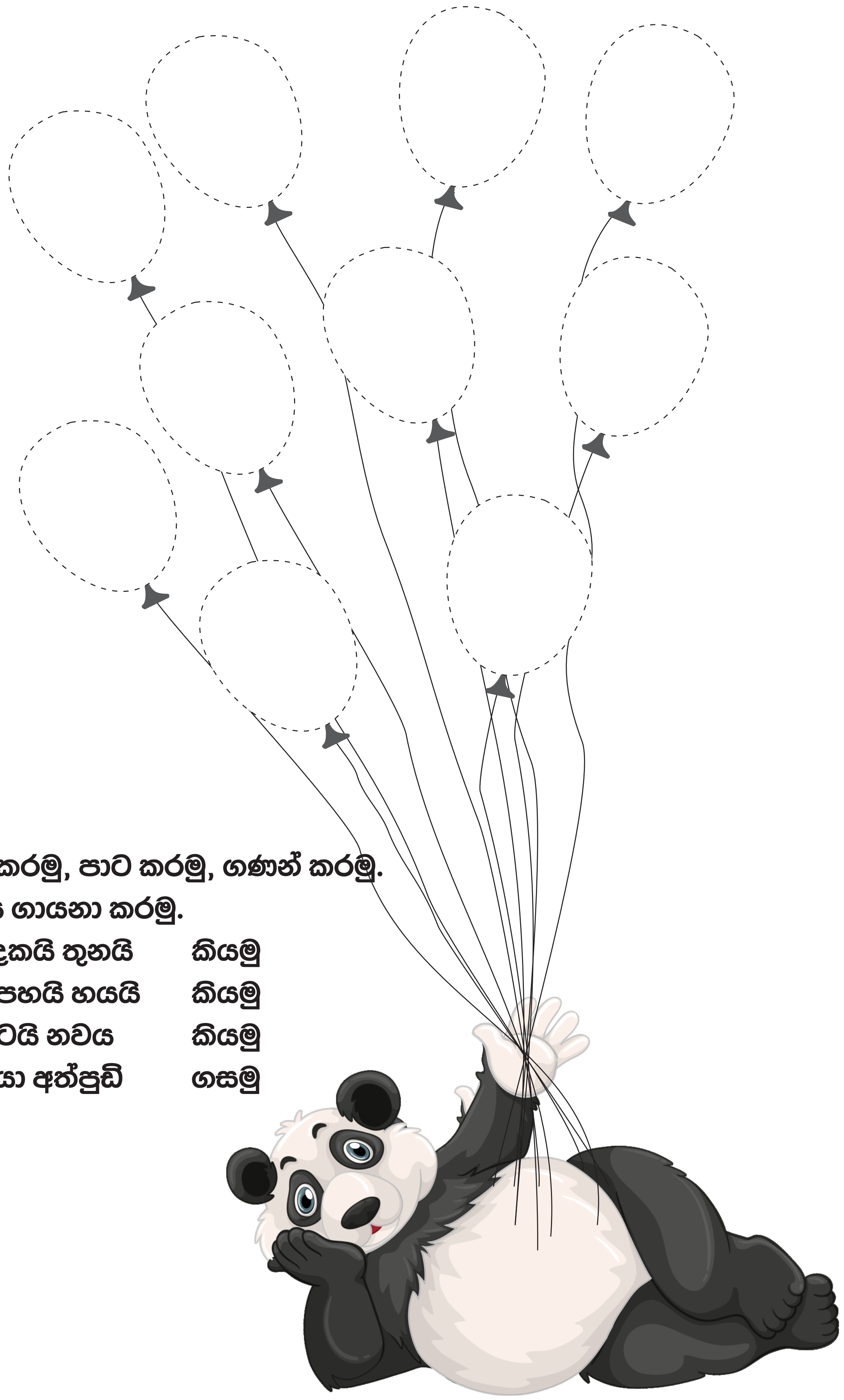


දිනකට දෙවරක් දත් මදිමු
මුව දෝවා හිස පීරගමු
හැකි හැම විට නෑමට සිතමු
පිරිසිදු ඇඳුමක් ඇඳ ගනිමු

නියපොතු කපන්න පුරුදුවෙමු
සබන් දමා අත් සෝදගමු
හොඳ පුරුදුයි මේ පිළිපදිමු
සුවෙන් සිටීමට පුරුදුවෙමු

ගණන් කරමු පාට කරමු

ක්‍රියාකාරකම් 04



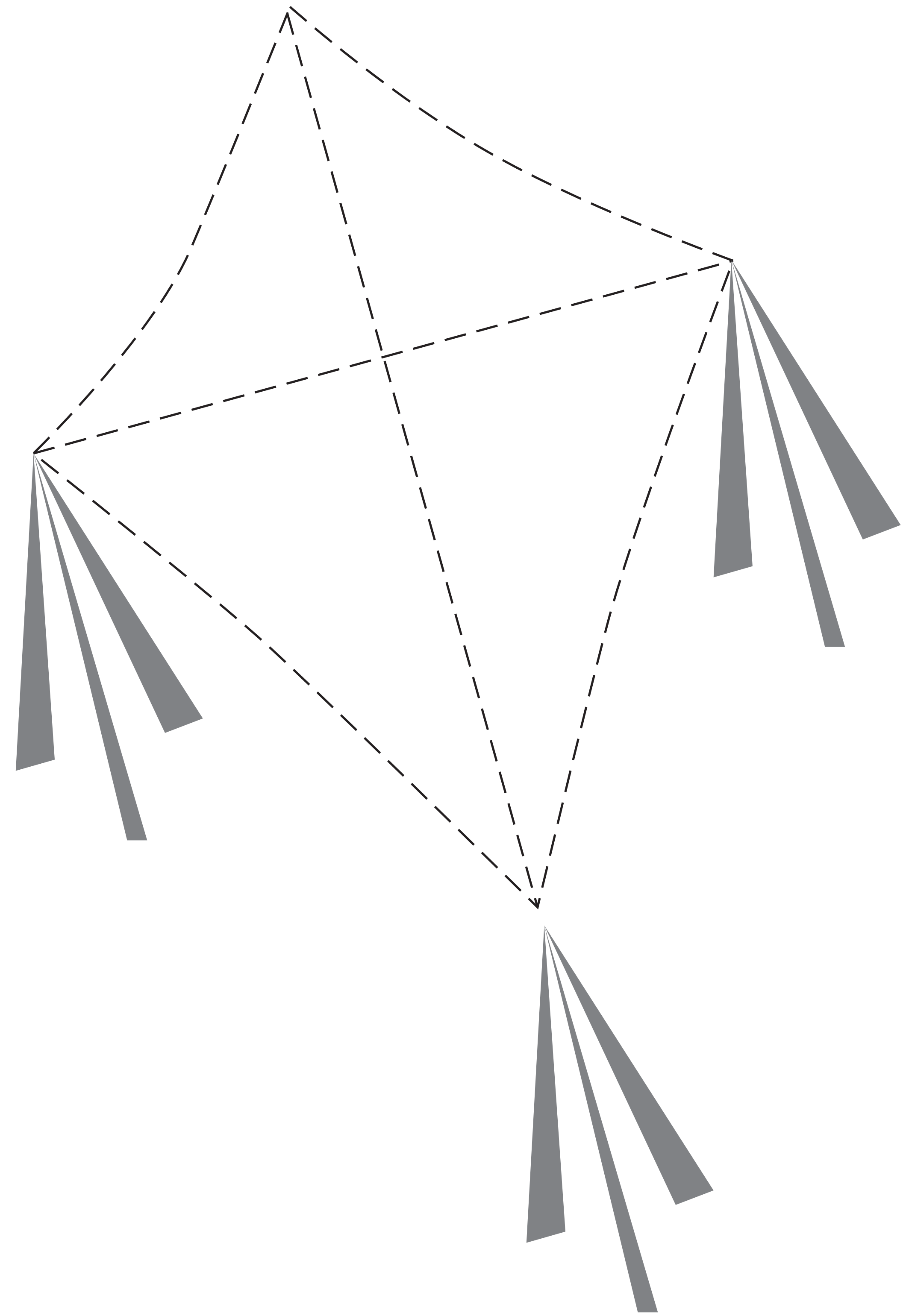
- කඩ ඉරි යා කරමු, පාට කරමු, ගණන් කරමු.
- පහත ගීතය ගායනා කරමු.

එකයි දෙකයි තුනයි කියමු
හතරයි පහයි හයයි කියමු
හතයි අටයි නවය කියමු
දහය කියා අත්පුඩි ගසමු

ක්‍රියාකාරකම් 13

සරුංගලය හැඩ කරමු

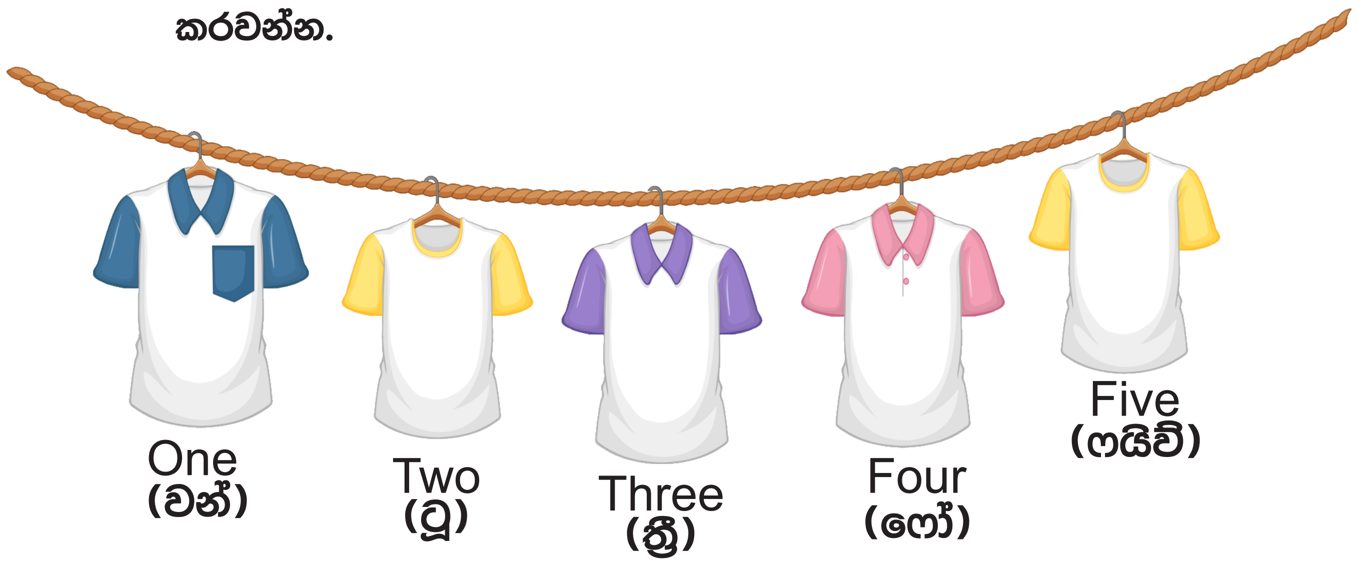
- කඩ ඉරි යා කරමු.
- සරුංගලය පාට කරමු.
- කඩදාසි ගුලි කරමු.
- යා කළ කඩ ඉරි දිගේ කඩදාසි ගුලි අලවමු.



වෙනත් බසින් ගණන් කරමු

ක්‍රියාකාරකම් 12

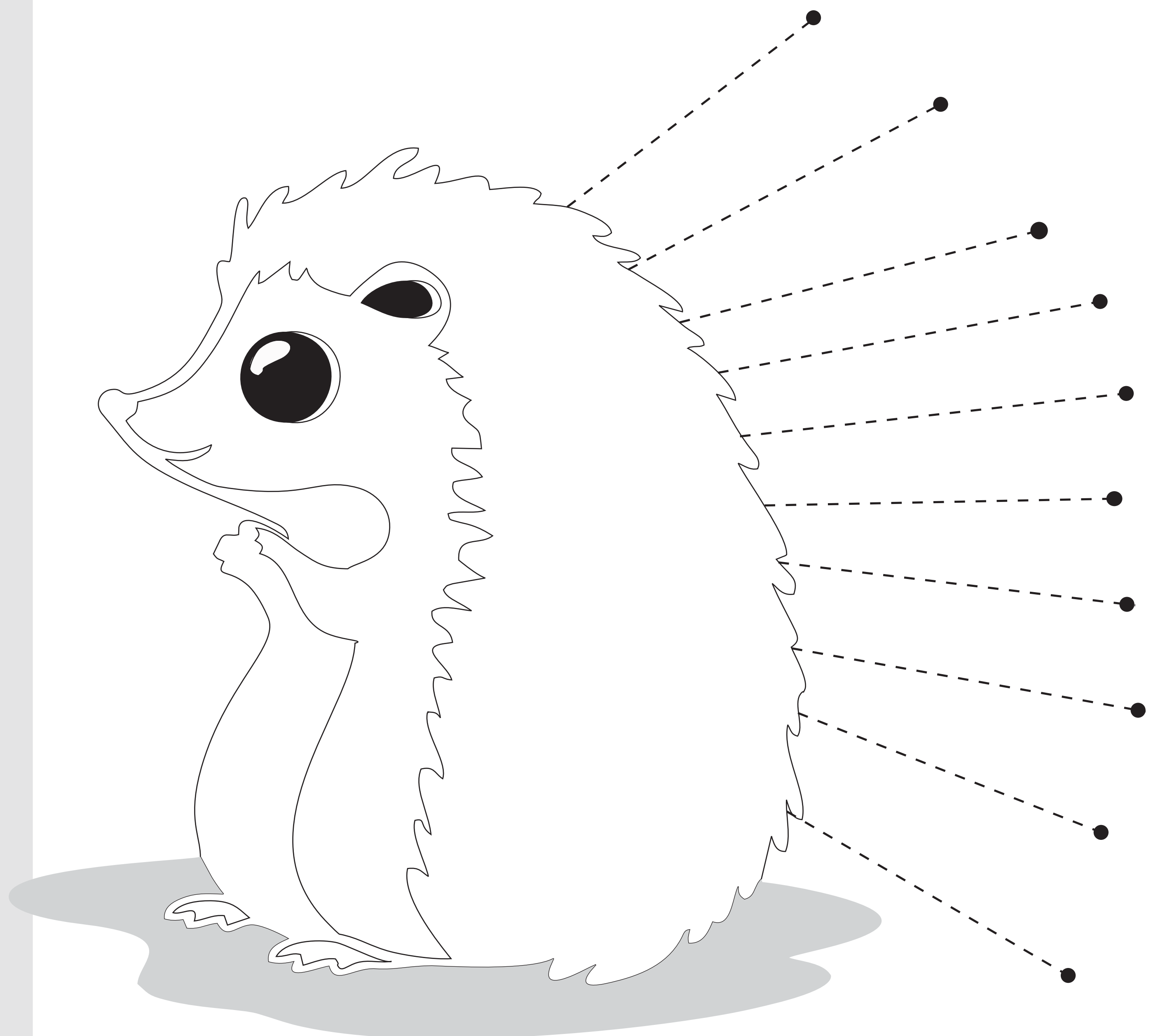
- ඉංග්‍රීසියෙන් හා දෙමළ බසින් 1 - 5 තෙක් ගණන් කරමු.
- පහත දැක්වෙන රූප උදව්කර ගනිමින් ගණන් කිරීමට හුරු කරවන්න.



ක්‍රියාකාරකම් 05

පුංචි ඉත්තෑ යාළුවා

- කඩ ඉරි මත පාට කූරකින් අඳිමු.
- ඉත්තෑවාගේ ඇගේ ලී කුඩු අලවමු. (වැලි/ තේ කුඩු)
- කූරු මත කුඩා ඉරටු කැබලි අලවමු.
- මැටිවලින් ඉත්තෑවෙක් සාදා ගිනිකූරු සවිකර ගනිමු.



ඉවත දමන දෙයින් හැඩ වැඩ

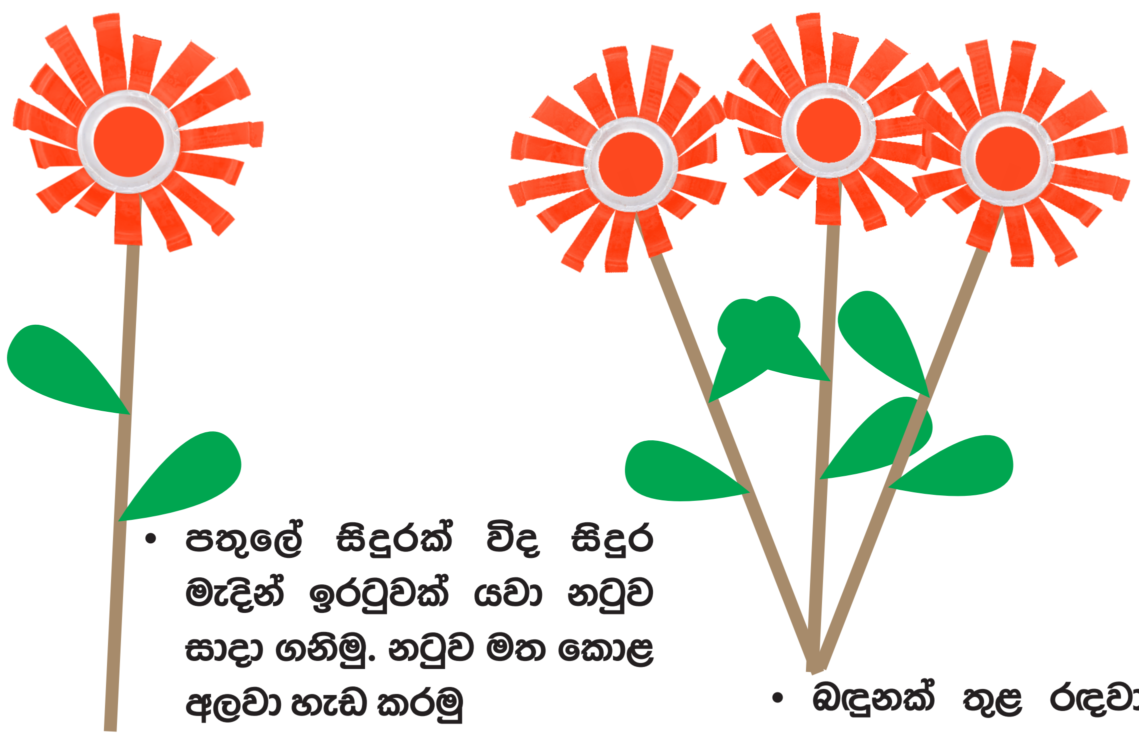
ක්‍රියාකාරකම් 06

- පහත දැක්වෙන පින්තූර අනුව මල් සාදා ගැනීමට දරුවාට උදව් කරන්න.

- යෝගට් කෝප්ප කිහිපයක් ගනිමු

- පතුල ඉතුරුවන සේ තීරු කපා ගනිමු

- පෙති දිග හැර පාට කර ගනිමු



- පතුලේ සිදුරක් විද සිදුර මැදින් ඉරටුවක් යවා නටුව සාදා ගනිමු. නටුව මත කොළ අලවා හැඩ කරමු

- බඳුනක් තුළ රඳවා හැඩ බලමු

ක්‍රියාකාරකම් 11

කඩිසරයි එකමුතුයි

එදා නිවාඩු දවසක්, තාරකයි සුමුදුයි උදෙන්ම නැගිටලා මිදුලට ආවා.
" මෙන්න කූඹි පේළියක් " තාරක කිවුවා.
" උන් කෑම අරගෙන යනවා අයියේ " සුමුදු කිවුවා.
දෙන්නා ම කූඹි යන පැත්තට ඇවිදගෙන ගියා.
" කූඹි හරි කඩිසරයි. ඒ වගේ ම එකමුතුයි නේද නංගී? " තාරක කිවුවා.
" එකමුතු වුණොත් අපිටත් ගොඩාක් වැඩ කරන්න පුළුවන් නේද අයියේ? " සුමුදු කිව්වා.

- එකමුතු ව වැඩ කරන වෙනත් සතුන් ගැන සොයමු.
- එම සතුන්ගේ පින්තූර එකතු කර පොතක අලවමු.

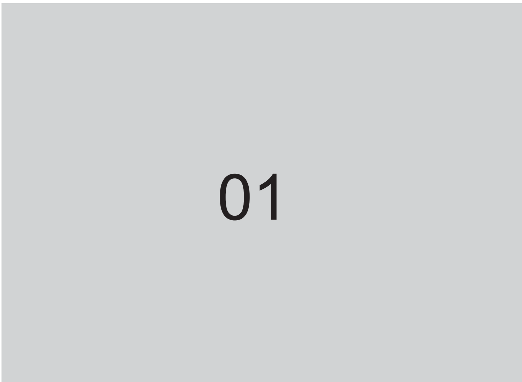
- මෙම කතන්දරය දරුවාට කියා දෙන්න. දරුවා සමඟ පහත ගීතය ගායනා කරන්න.

කූඹි කූඹි යාළු
මිදුලේ යනවාලු
එකමුතු වී යාළු
කෑම ගෙනෙන වාලු

වෙසක් සැරසිල්ලක් හදමු

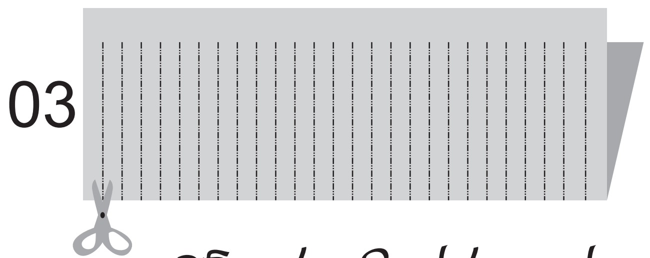
ක්‍රියාකාරකම් 10

- පහත දැක්වෙන පින්තූර අනුව වෙසක් සැරසිල්ලක් සාදා ගැනීමට දරුවාට උදව් කරන්න.

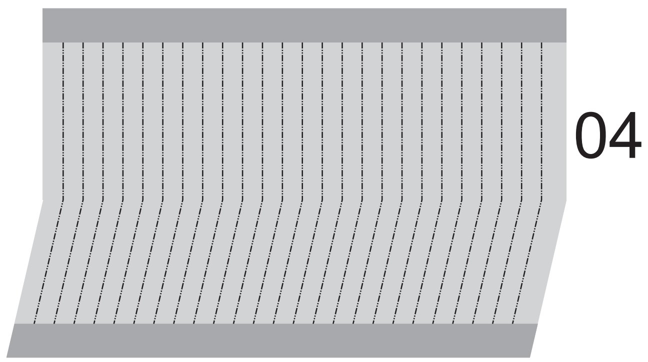


A 4 කඩදාසියක් ගෙන එය පාට පාටින් පාට කරන්න.

කඩදාසිය තිත් ඉර දිගේ දෙකට නමන්න

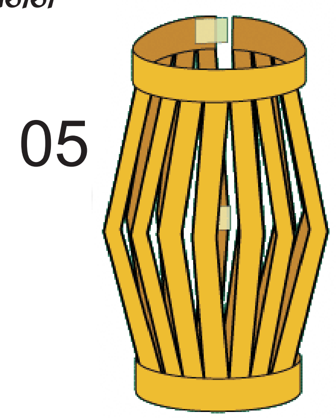


නැමුම් දාරය දිගේ රූපයේ ආකාරයට කපන්න



කඩදාසිය දිග හැර උඩ සහ යට කෙළවරේ ඇතුළු පැත්ත (පාට නොකළ) කාඩ්බෝඩ් පටි දෙක්ක අලවා ගන්න

යටින් විසූ රිලි අලවා ලස්සන කර ගන්න. රැදවුම සකස් කර ගන්න.

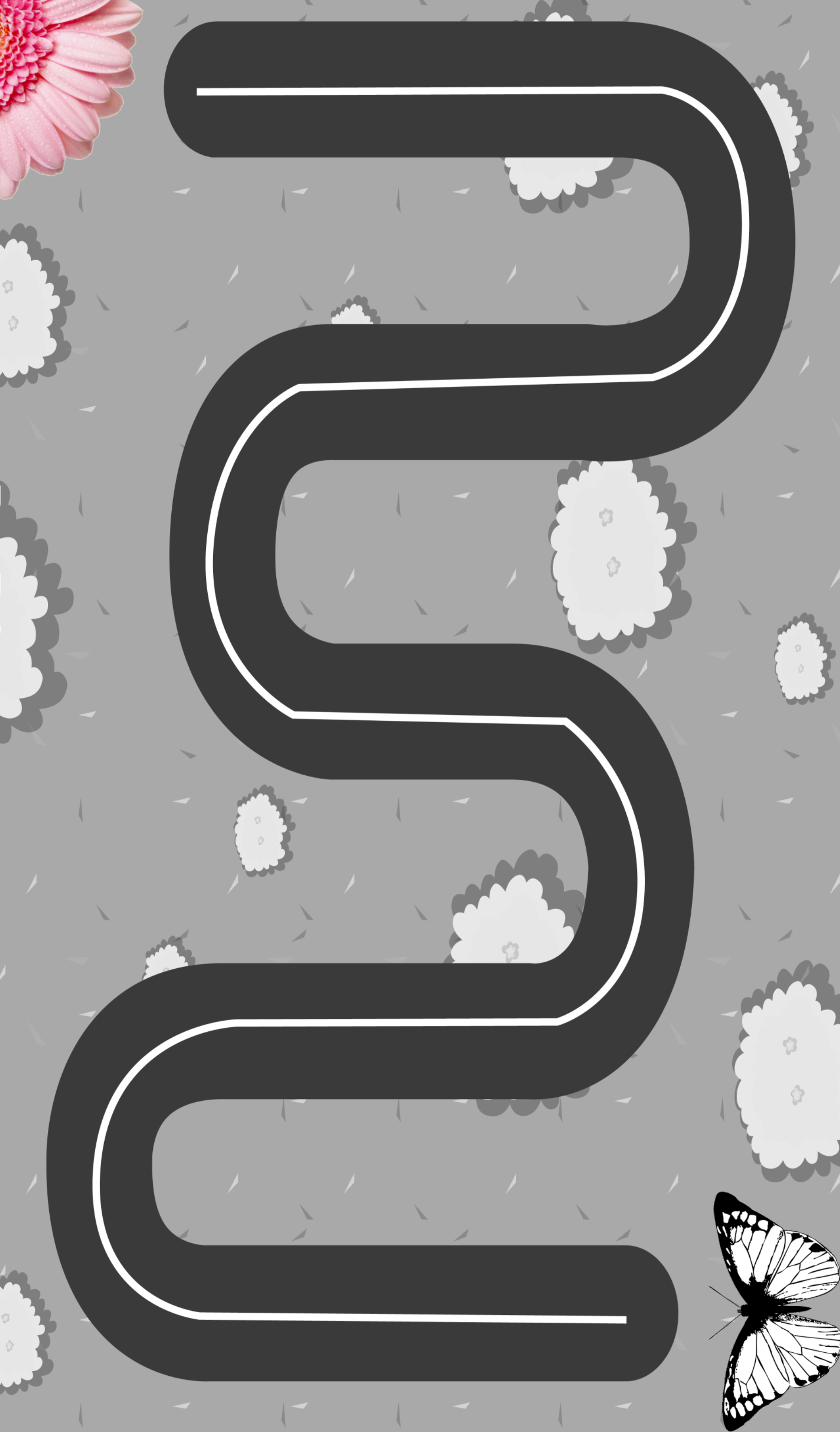


කොලය රවුම්කර දෙපස රූපයේ පරිදි ඇමුණුම් කටු ගසා ගන්න

සමනලයාට උදව් කරමු

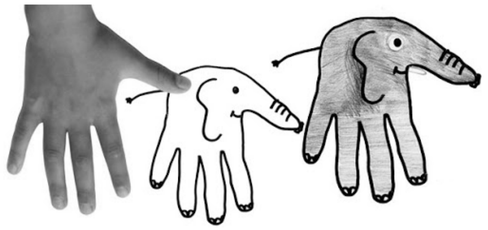
ක්‍රියාකාරකම් 07

- කාඩ්බෝඩ් කැබැල්ලකින් සමනලයෙකුගේ රූපයක් කපා ගනිමු.
- සමනල රූපය යටින් හැට්ට කටුවක් /ඇමුණුම් කටුවක් නොගැලවෙන සේ අමුණා ගනිමු.
- කාන්දම් කැබැල්ලක් සොයා ගනිමු.
- කපාගත් සමනලයා පහත රූපයේ ඇති සමනලයා මත තබමු.
- කාන්දම් කැබැල්ල සමනලයා සිටින තැන කඩදාසියට යටින් තබමු.
- පාර දිගේ කාන්දම ගෙන යමින් මල වෙත යාමට සමනලයාට උදවු කරමු.



අලියෙක් අඳිමු

ක්‍රියාකාරකම් 08



- අත දිග හැර කොලය මත තබන්න.
  (ඉහත රූපය පරිදි අත වටේ ඇඳ ගන්න.)
- අලියාගේ ඇස්, කන්, වලිගය ඇඳ පාට කරන්න.

මුල් ගුරුතුමිය

යා කරමු

ක්‍රියාකාරකම් 09

- ගැළපෙන රූප එකිනෙක යා කරමු.