

වාරය - තෙවන වාරය

ශ්‍රේණිය : 9 ශ්‍රේණිය	විෂයය : සෞඛ්‍ය හා ශාරීරික අධ්‍යාපනය	පාඩම : ගිනි මැල ගසා සතුටු වෙමු.
-----------------------	-------------------------------------	---------------------------------

ගිනිමැල යොදා ගැනෙන අවස්ථා

- එළිමහන් ක්‍රියාකාරකම්
- රාත්‍රී කඳවුරු
- බාලදක්ෂ කඳවුරු
- විනෝද සවාරි

ගිනිමැල දැල්වීමේදී අවධානයට ලක් විය

යුතු කරුණු

- ගිනිමැලේ දැල්වීමට බලාපොරොත්තු වන භූමියේ හිමිකරුවන්ගෙන් හෝ අදාළ අංශ වලින් අවසර ලබා ගැනීම
- ඒ අවට ප්‍රජාව දැනුවත් කිරීම
- කාලගුණික හෝ දේශගුණික සාධක පිළිබඳ සැලකිලිමත් වීම
- ගිනිමැලේ දල් වන දිනට පෙර අවශ්‍ය දර එක්රැස් කිරීම
- ක් වටිනා දැව වර්ග භාවිතයට නොගැනීම
- දර වල කුඩා කෘමීන් සිටිනම් ඉවත් කිරීම

- ගිනි මැලය දල්වන අවස්ථාවේදී සුළගේ යන අන්දමේ ඇඳුම් පැළඳුම්වලින් සැරසී නොසිටීම
- හදිසි අවස්ථාවක ප්‍රයෝජනයට ගැනීමට තෙත ගෝනියක් ජල බඳුනක් අමු කොළ අතු සුදානම් ව තබා ගැනීම
- සකස් කරන ලද ගිනි මැලය අනවශ්‍ය ලෙස විශාල නොවීමට වග බලා ගැනීම
- ගිනිමැලේ අවසානයේ හොඳින් නිවා දමා අදාළ ස්ථානය සුද්ධ පවිත්‍ර කිරීම
- තමාගේ ආරක්ෂාව මෙන්ම අන් අයගේ ආරක්ෂාව පිළිබඳ සහතික වීම

නිවැරදි ලෙස ගිනි මැලයක් සකස් කරන

ආකාරය

- පළමුව ගිනිමැලය සකස් කිරීමට බලාපොරොත්තු වන ස්ථානය වටේ ශුද්ධ පවිත්‍ර කළ යුතු වේ .
- ගිනිමැලය සකස් කරන ස්ථානයේ තණකොළ ඇත්නම් පස් පිඩලි කපා ඉවත් කර තබා ගන්න
- ඉන්පසු විශාල කොට යොදා ගනිමින් ගිනිමැලේ වටේ ආරක්ෂක පවුර නිර්මාණය කර ගන්න
- ගිනිමැලය ආසන්නයට යාමට දොරටුවක් සකස් කර ගන්න
- නිර්මාණය කරගත් ආරක්ෂක පවුලේ පවුරේ හරි මැදට වන සේ ලී කැබලි කිහිපයක ගෙන බිම අතුරන්න

ගිනිමැල දැල්වීමේ විවිධ ප්‍රයෝජන

- ආලෝකය ලබා ගැනීම
- සිතල අඩු කිරීම හා උණුසුම ලබා ගැනීම
- ආහාර වර්ග පිස ගැනීම හෝ පුළුස්සා ගැනීම
- වන සතුන්ගෙන් ආරක්ෂා වීම හා සතුන් පලවා හැරීම
- සංඥාවක ලෙස භාවිතා කිරීම
- සතුට හා විනෝදය ලබා ගැනීම

විවිධ ගිනිමැල වර්ග

- A හැඩ ගිනි මැල
- පරාවර්තන ගිනි මැලය
- සෘජුකෝණාස්‍ර ගිනිමැල
- පිරමීඩ ගිනි මැලය

- ගිනිමැල සංදර්ශන යක් පැයක් හෝ පැය එකහමාරකින් අවසන් කිරීමට කටයුතු සැලසුම් කළ යුතු අතර එක් එක් අංග සඳහා උපරිම ලෙස විනාඩි 5ක කාලයක් ලබා දීම ප්‍රමාණවත් වේ
- ගිනිමැල සංදර්ශනය මෙහෙයවීම සඳහා නායකයෙකු පත් කළ යුතුය
- අවසානයේදී ජාතික ගීය ගායනා කිරීමෙන් සංදර්ශනය අවසන් කෙරේ.

A හැඩයේ ගිනිමැලය



පහවර්තන ගිනිමැලය



සෘජුකෝණාස්‍රාකාර ගිනිමැලය



පිරමිඩ ගිනිමැලය

ගිනි මැල සංදර්ශන



පැවරුම්

- 1) ගිනිමැල යොදා ගැනෙන අවස්ථා දෙකක් නම් කරන්න.
- 2) ගිනි මැල දැල්වීමේ ප්‍රයෝජන 5 ක් ලියන්න .
- 3) ගිනිමැල දැල්වීමේ දී අවධානය යොමුකළ යුතු කරුණු 3 ක් ලියන්න .
- 4) දර අසුරන ආකාරය අනුව ගිනි මැල වර්ග කීපයකි. ඒ මොනවාද ?
- 5) ඒවාහි රූප සටහන් දක්වන්න.