වයවහාරික තාක්ෂණවේදය

පොල් කර්මාන්තය

සුරකිමු පොල් තුරු මිතුරු

6 ශ්‍රේණිය

තාක්ෂණ අධ්‍යාපන දෙපාර්තමේන්තුව
විද්‍යා හා තාක්ෂණ පීඨය
ජාතික අධ්‍යාපන ආයතනය
ශ්‍රී ලංකාව
www.nie.ac.lk

ව්‍යවහාරික තාක්ෂණවේදය

පොල් කර්මාන්තය

සුරකිමු පොල් තුරු මිතුරු

6 ශ්‍රේණිය

තාක්ෂණ අධ්‍යාපන දෙපාර්තමේන්තුව

විද්‍යා හා තාක්ෂණ පීඨය

ජාතික අධ්‍යාපන ආයතනය

ශ්‍රී ලංකාව

www.nie.ac.lk

වෘත්තීය තාක්ෂණවේදය 6 ශ්‍රේණිය

පොල් කර්මාන්තය

සුරකිමු පොල් තුරු මිතුරු

ප්‍රථම මුද්‍රණය ඃ 2025

© ජාතික අධ්‍යාපන ආයතනය

සියලු ම හිමිකම් ඇවිරිණි

ප්‍රකාශනය ජාතික අධ්‍යාපන ආයතනය

ISBN-

තාක්ෂණ අධ්‍යාපන දෙපාර්තමේන්තුව

විද්‍යා හා තාක්ෂණ පීඨය

ජාතික අධ්‍යාපන ආයතනය

ශ්‍රී ලංකාව

වෙබ් අඩවිය ඃ www.nie.ac.lk

අධ්‍යාපන අමාත්‍යාංශය විසින්
දෙල්ගොඩ, කඳුබොඩ, කැරගල පාර, අංක 35/3 දරන ස්ථානයෙහි පිහිටි
සැන්වින් පුද්ගලික සමාගමෙහි
මුද්‍රණය කරවා බෙදා හරින ලදි.

Published by : National Institute of Education
Printed by : Sanvin (Pvt) Ltd.
No. 35/3, Keragala Road, Kanduboda, Delgoda.

අධ්‍යක්ෂ ජනරාල් ගේ පණිවුඩය

ශ්‍රී ලංකාවේ සාමාන්‍ය අධ්‍යාපන පරිවර්තනීය ප්‍රතිසංස්කරණ ප්‍රයත්නය සෑම ඉගෙනුම් ලාභියකුගේ ම අවශ්‍යතා සපුරාලීම සඳහා තීරණාත්මක මාවතක් අරමුණු කර ඇත.

නිපුණතා පාදක ඉගෙනුම, විචාරාත්මක චින්තනය, නිර්මාණශීලීත්වය, 21වන සියවසේ කුසලතා, තාක්ෂණික නැඹුරුව, සදාචාරාත්මක පුරවැසිභාවය වැනි බොහෝ අංශ අවධාරණය කිරීමට හැකි වන පරිදි විෂය මාලාව, ඉගෙනුම්-ඉගැන්වීම් ක්‍රම සහ තක්සේරු පිළිවෙත් යනාදිය නවීකරණය මෙම ප්‍රතිසංස්කරණ ක්‍රියාවලියෙහි පදනම විය.

අධ්‍යාපනඥයින්, අන්තර්වෛෂයික විද්වතුන්, ගුරුවරුන් සහ විවිධ පාර්ශ්ව කරුවන් සමග සහයෝගී සංවාදයක් හරහා ජාතික අධ්‍යාපන ආයතනය විසින් 2026 වර්ෂයේ සිට 1 හා 6 ශ්‍රේණිවල ක්‍රියාත්මක කිරීමට යෝජිත විෂයමාලා හා අදාළ ඉගෙනුම් ද්‍රව්‍යවල ගුණාත්මක බව සහතික කිරීම සඳහා විශේෂ උනන්දුවක් ගෙන කටයුතු කළ ගරු අග්‍රාමාත්‍යතුමිය, අධ්‍යාපන ලේකම්තුමා, අධ්‍යාපන අමාත්‍යාංශයේ අතිරේක ලේකම්වරුන්, විෂය භාර නිලධාරීන්, විභාග කොමසාරිස් ජනරාල් හා කාර්ය මණ්ඩලය, අධ්‍යාපන ප්‍රකාශන කොමසාරිස් ජනරාල් හා කාර්ය මණ්ඩලය දැක්වූ දායකත්වය අති මහත් ය.

එමෙන්ම, මෙම කාර්යයේ දී සුවිශේෂ කැපවීමක් සිදු කළ ජාතික අධ්‍යාපන ආයතනයේ පාලක සභාවේ හා ශාස්ත්‍රීය කටයුතු මණ්ඩලයේ කැපවීම ද ගෞරව පූර්වක ස්තුතියෙන් සිහිපත් කරමි.

මෙම කාර්යය සාක්ෂාත් කර ගැනීමට ඉමහත් ලෙස කැප වූ ජාතික අධ්‍යාපන ආයතනයේ සියලු කාර්ය මණ්ඩලයට ජාතියේ ගෞරවය හිමි විය යුතු බව සඳහන් කරමි.

මහාචාර්ය මංජුලා විතානපතිරණ
අධ්‍යක්ෂ ජනරාල්
ජාතික අධ්‍යාපන ආයතනය

පෙරවදන

සමස්ත පාසල් විෂයමාලාව සඳහා හඳුනාගෙන ඇති පුළුල් ඉගෙනුම් ක්ෂේත්‍ර, නිරන්තරයෙන් වෙනස් වන රටක සහ ලෝකයක, තිරසර සංවර්ධනය කෙරෙහි වන අභියෝග ජය ගැනීමට එම ජාතියට ඇති හැකියාව පිළිබිඹු කරයි. එමෙන් ම කලින් කලට වෙනස් වන ඉල්ලුම්වලට ගැළපෙන සේ පුළුල් ඉගෙනුම් ක්ෂේත්‍ර ද හඳුනාගෙන ඇත. එසේම පවතින පාසල් විෂයමාලාවෙහි විෂයන් නවීකරණය වන අතර ම නව විෂයන් පාසල් විෂයමාලාවට හඳුන්වා දීම සිදු කරයි. මෙම සිදු වන වෙනස්කම්වලට අනුරූප ව ඉගෙනුම්-ඉගැන්වීම් ක්‍රියාවලිය ද කාලානුරූප ව සංවර්ධනය විය යුතු ය. ඒ අනුව 2026 වර්ෂයේ සිට ක්‍රියාත්මක වන නව විෂයමාලාවට අදාළ ව සෑම විෂයක් සඳහා ම ඉගෙනුම පාදක ව මොඩියුල හඳුන්වා දී ඇත.

2026 වර්ෂයේ දී 1 සහ 6 ශ්‍රේණි සඳහාත්, 2027 වර්ෂයේ දී 2 සහ 7 ශ්‍රේණි සඳහාත්, 2028 වර්ෂයේ දී 3 සහ 8 ශ්‍රේණි සඳහාත්, 2029 වර්ෂයේ දී 4 සහ 9 ශ්‍රේණි සඳහාත්, 2030 වර්ෂයේ දී 5 ශ්‍රේණිය සඳහාත් ප්‍රාථමික අධ්‍යාපන ශ්‍රේණි සහ කනිෂ්ඨ ද්විතීයික ශ්‍රේණි සඳහා නව විෂයමාලා හඳුන්වා දීමට නියමිත ය. කනිෂ්ඨ ද්විතීයික අධ්‍යාපන අවධියේ සිට නව ඉගෙනුම් ක්‍රමවේද ඇතුළත් මොඩියුල සකස් කර ඇති අතර ඉගෙනුම්ලාභියාට අවශ්‍ය මගපෙන්වීම ගුරුවරයාගෙන් බලාපොරොත්තු වන අතර ස්වයං ඉගෙනුම සඳහා අවශ්‍ය පරිසරය මෙම මොඩියුලවලින් සලසා ඇත. ශිෂ්‍යයන්ට අවශ්‍ය සංකල්ප පිළිබඳ දැනුම මෙන් ම ලබා ගත් දැනුම භාවිත අවස්ථාවන්ට යොමු කර ශිෂ්‍ය හැකියා සංවර්ධනයට මෙම මොඩියුල බෙහෙවින් උපකාරී වන බව අපගේ විශ්වාසයයි. 21 වන සියවසේ කුසලතා වන සාක්ෂරතා, අන්තර්පුද්ගල හැකියා සහ අගයන් ආදිය මනා ලෙස ශක්තිමත් කිරීමට මෙම මොඩියුලවලින් ලැබෙන ඉගෙනුම ඉවහල් වනු ඇත.

නව තාක්ෂණය භාවිතයට අවශ්‍ය මග පෙන්වීම සෑම මොඩියුලයක ම දක්වා ඇත. තව ද ශිෂ්‍යයන්ට තමා ළඟා කර ගත් කාර්ය සාධන සහ අධ්‍යාපන අරමුණු පිළිබඳ ව විනිවිදභාවයෙන් ඇගයීමට අවශ්‍ය තක්සේරු උපකරණ ලබා දෙනු ඇත. සෑම විට ම නව හැකියා, දැනුම භාවිත අවස්ථාවන් සඳහා යොදවමින් යථාර්ථවාදී ඉගෙනුමකට අවශ්‍ය මග පෙන්වීම ලැබෙන ආකාරයෙන් මොඩියුල නිර්මාණය කර ඇත. විශේෂයෙන් ම මොඩියුල පාදක ඉගෙනුම් ක්‍රමවේද සකස් කිරීමට මූලික කටයුතු කළ අධ්‍යාපන රාජ්‍ය අමාත්‍යාංශයේ හිටපු ලේකම් ආචාර්ය උපාලි සේදර, ජාතික අධ්‍යාපන ආයතනයේ හිටපු අධ්‍යක්ෂ ජනරාල් ආචාර්ය සුනිල් ජයන්ත නවරත්න හා මහාචාර්ය ප්‍රසාද් සේතුංග යන මහත්වරුන්ගේ සේවාව ඉතා අගය කරමි. තව ද මෙම මොඩියුල සකස් කිරීමේ දී දායක වූ ආයතනයේ සියලු ම කාර්ය මණ්ඩලයට ද ගුරුවරුන්, ගුරු උපදේශකවරුන්, අධ්‍යක්ෂවරුන් මෙන් ම රාජ්‍ය සහ පෞද්ගලික ආයතනවල විවිධ ක්ෂේත්‍ර ඔස්සේ ලබා දෙන ලද දායකත්වය මොඩියුල ගුණාත්මක ව ඉහළ මට්ටමකට සංවර්ධනය වීමට ඉවහල් වූ බව ඉතා සතුටින් සිහිපත් කරමි. මෙම මොඩියුල පරිහරණය කිරීමේ දී ඔබ ලබන අද්දැකීම් සහ යෝජනා අපහට ඉතාමත් වැදගත් වන බැවින් ඉදිරි මොඩියුල සංවර්ධනය කිරීමට ඔබගේ අදහස් හා යෝජනා අප වෙත ලබා දෙන ලෙස ද ඉල්ලා සිටිමි.

කේ. රංජිත් පත්මසිරි
නියෝජ්‍ය අධ්‍යක්ෂ ජනරාල්
විද්‍යා හා තාක්ෂණ පීඨය

උපදේශනය, රචනය හා සංස්කරණය

උපදේශකත්වය :	**මහාචාර්ය මංජුලා විතානපතිරණ (PhD)** අධ්‍යක්ෂ ජනරාල්, ජාතික අධ්‍යාපන ආයතනය.
	කේ. රංජිත් පත්මසිරි නියෝජ්‍ය අධ්‍යක්ෂ ජනරාල්, විද්‍යා හා තාක්ෂණ පීඨය ජාතික අධ්‍යාපන ආයතනය.
අධීක්ෂණය:	**ආචාර්ය කේ ජී. වසන්ත කටුකුරුන්ද** අධ්‍යක්ෂ, තාක්ෂණ අධ්‍යාපන දෙපාර්තමේන්තුව ජාතික අධ්‍යාපන ආයතනය.
සම්බන්ධීකරණය:	**ජේ. එච්. ඒ. ටී. රත්නායක** සහකාර කථිකාචාර්ය, තාක්ෂණ අධ්‍යාපන දෙපාර්තමේන්තුව ජාතික අධ්‍යාපන ආයතනය.
	කේ. එම්. එන්. ටී. කේ. බණ්ඩාර සහකාර කථිකාචාර්ය, තාක්ෂණ අධ්‍යාපන දෙපාර්තමේන්තුව ජාතික අධ්‍යාපන ආයතනය.
ලේඛක මණ්ඩලය :	
අභ්‍යන්තර:	**ආචාර්ය රන්සිකා ද අල්විස්,** ජ්‍යෙෂ්ඨ කථිකාචාර්ය(විශ්‍රාමික), තාක්ෂණ අධ්‍යාපන දෙපාර්තමේන්තුව, ජාතික අධ්‍යාපන ආයතනය
බාහිර:	**ගීතානි චන්ද්‍රදාස** ගුරු උපදේශිකා, කලාප අධ්‍යාපන කාර්යාලය, හෝමාගම. **එන්. ටී. කේ. ද කොස්තා** ගුරු සේවය, මිද්දෙණිය මහා විද්‍යාලය, මිද්දෙණිය.
	කේ. පී. අයි. මධුශානි, ගුරු සේවය, ශ්‍රීපාලි විද්‍යාලය, හොරණ.
සංස්කාරක මණ්ඩලය:	**ආචාර්ය එච්. ඒ. ඩබ්. එස්. ගුණතිලක** ජ්‍යෙෂ්ඨ කථිකාචාර්ය, කෘෂිකර්ම හා වැවිලි කළමනාකරණ පීඨය වයඹ විශ්ව විද්‍යාලය.
	ඩබ්. එම්. රත්නායක සහකාර සාමාන්‍යාධිකාරී, පොල් සංවර්ධන මණ්ඩලය, ලුණුවිල.
	ආචාර්ය නයනි එස්. ආරච්චිගේ කීට විද්‍යාඥ, පොල් පර්යේෂණ ආයතනය, ලුණුවිල.
භාෂා සංස්කරණය:	**එම්.ඒ.පී. මුණසිංහ,** ප්‍රධාන ව්‍යාපෘති නිලධාරී (විශ්‍රාමික), ජාතික අධ්‍යාපන ආයතනය
පරිගණක සැකසුම:	**කාන්ති ඒකනායක,** ජාතික අධ්‍යාපන ආයතනය

හැඳින්වීම

විසි එක්වන සියවසේ අභියෝග හමුවේ අපි තාක්ෂණයේ විවිධ පරිණාමන අවධි පසු කරමින් පස්වන කාර්මික විප්ලවයට ද ළඟා වෙමින් සිටිමු. තාක්ෂණික නවෝත්පාදන මිනිසාගේ විවිධ අවශ්‍යතා හා උවමනා සපුරාලීමට උපකාරී වන අතර එය රටක ආර්ථික හා සමාජයීය සන්දර්භයට සෘජු බලපෑමක් ඇති කරයි. ඒ අනුව, වර්තමාන සහ අනාගත තාක්ෂණික අභියෝගවලට මුහුණ දිය හැකි වැඩ ලෝකයට ගැළපෙන පුරවැසියකු බිහි කිරීම කාලීන අවශ්‍යතාවක් වී ඇත. ඊට අදාළ ව සිසුන් තුළ දැනුම, ආකල්ප, කුසලතා සහ මානසිකත්වය වර්ධනය කළ යුතු ය. ඒ අනුව, නව අධ්‍යාපන ප්‍රතිසංස්කරණ ක්‍රියාවලිය තුළ තාක්ෂණ අධ්‍යාපනය විෂයමාලාව ද වෙනස්කම්වලට ලක් කර ඇත.

කනිෂ්ඨ ද්විතීයික (6-9 ශ්‍රේණි) අධ්‍යාපන අවධියේ දී සෑම සිසුවකු විසින් ම අනිවාර්යයෙන් හැදෑරිය යුතු සමෝධානිත තාක්ෂණ විෂයයක් වන "ජීවිතය සඳහා තාක්ෂණවේදය" හඳුන්වා දී ඇති අතර එමගින් සිසුන් තුළ මූලික ලෙස තාක්ෂණ කුසලතා සංවර්ධනය සඳහා පදනමක් මෙන් ම ප්‍රාරම්භක වෘත්තීය කුසලතා සංවර්ධනයට පුළුල් ඉඩකඩක් ද ලබා දෙයි. ජ්‍යෙෂ්ඨ ද්විතීයික ශ්‍රේණි (10-11 ශ්‍රේණි) සඳහා තාක්ෂණවේදය විෂය ක්ෂේත්‍රය හා වෘත්තීය අධ්‍යයනය යන විෂය ක්ෂේත්‍ර දෙක හඳුන්වා දී ඇත.

තව ද, ගෝලීය රැකියා වෙළෙඳපොළට අවශ්‍ය විවිධ වෘත්තීය කුසලතා සංවර්ධනය කිරීමේ කාලීන අවශ්‍යතාව හඳුනා ගනිමින් 6 සිට 9 ශ්‍රේණි තෙක් "ව්‍යවහාරික තාක්ෂණවේදය" විෂයය කාණ්ඩය යටතේ ප්‍රාදේශීය සම්පත් කෙරෙහි ද අවධානය යොමු කරමින් වැඩිදුර ඉගෙනුම් මොඩියුල තාක්ෂණ අධ්‍යාපන දෙපාර්තමේන්තුව විසින් හඳුන්වා දී ඇත. ප්‍රාදේශීය සම්පත් හා ස්වකීය ලැදියා අනුව මෙම වැඩිදුර ඉගෙනුම් මොඩියුල සිසුන්ට තෝරා ගැනීමේ අවකාශ ඇත. ඊට අමතර ව වෘත්තීය අධ්‍යයනයට යොමු වීමට අදාළ මොඩියුල ද හඳුන්වා දෙනු ලැබේ.

ඉහත අරමුණු පෙරදැරි ව සකස් කරන ලද "පොල් කර්මාන්තය" විෂයයට අදාළ "සුරකිමු පොල් තුරු මිතුරු" වැඩිදුර අධ්‍යයන මොඩියුලය සකසා ඇත.

මෙම මොඩියුල සකස් කිරීමේ ජාතික කර්තව්‍යයට සම්පත් දායකත්වයෙන් සහ නන් අයුරින් සහාය දැක් වූ සියලු දෙනාට ද, අන්තර්ජාල වෙබ් අඩවි, විවිධ ග්‍රන්ථ, You Tube නාලිකා, QR කේත ආදී පරිශීලන මූලාශ්‍රවල බුද්ධිමය දේපළවල හිමිකාරීත්වයට ද මාගේ ගෞරවනීය ස්තුතිය පුද කරමි.

ආචාර්ය වසන්ත කටුකුරුන්ද
අධ්‍යක්ෂ
තාක්ෂණ අධ්‍යාපන දෙපාර්තමේන්තුව
ජාතික අධ්‍යාපන ආයතනය

පටුන

මාතෘකාව	පිටුව
ඉගෙනුම් පල හා කාර්යසාධන ප්‍රමිති	01
මොඩියුලයට ප්‍රවේශයක්	02
මොඩියුලය පරිශීලනය සඳහා උපදෙස්	03
1.0 පෙර පරීක්ෂණය	04
2.0 තොරතුරු විමසුම	05
2.1 වදන් සහ විවරණ	05
2.2 පරිශීලන මූලාශ්‍ර	05
3.0 ස්වයං තක්සේරුව	05
4.0 ඉගෙනුම් ක්‍රියාවලිය	07
4.1 පොල් ගසෙන් ලබාගන්නා ප්‍රයෝජන විමසමු	07
4.2 නිවසේ පොල් අවශ්‍යතාව	10
4.3 පොල් ආශ්‍රිත නොපෙනෙන සම්පත් සොයමු	14
4.4 පොල් ශාක නඩත්තු කිරීම	17
4.5 පොල් වගාවට පොහොර යෙදීම	22
4.6 පොල් කොළ භාවිතයෙන් විසිතුරු නිර්මාණ	26
5.0 පසු පරීක්ෂණය	31
වැඩිදුර අධ්‍යයනය	32
සාරාංශය	33
පිළිතුරු	33

විමසමු අප පොල් තුරු මිතුරු.......

ඉගෙනුම් පල

- ගෙවත්තේ ඇති පොල් ගස්වලින් උපරිම ප්‍රයෝජන ලබා ගන්නා ආකාරය විමර්ශනය කරයි.
- පොල් ශාක නිසි ලෙස රැක බලා ගනිමින් පොල් ශාකයේ කොටස් භාවිතයෙන් නිර්මාණකරණයේ නියැළෙයි.

කාර්යසාධන ප්‍රමිති

	කාර්යසාධන ප්‍රමිතිය	ආවරණය වන ක්‍රියාකාරකම
1	පොල් ගසේ විවිධ කොටස්වලින් ලබා ගන්නා ප්‍රයෝජන විස්තර කරයි.	1
2	ගෙවත්තේ ඇති පොල් ගස්වලින් ලැබෙන ආර්ථික ප්‍රතිලාභ ගණනය කරයි.	2
3	පොල් ශාකයේ ඉවත ලන කොටස් ප්‍රයෝජනයට ගන්නා ආකාරය අත්හදා බලයි.	3
4	ගෙවත්තේ ඇති පොල් ගස් නිසි ලෙස රැක බලා ගනියි.	4-5
5	පොල් ආශ්‍රිත සුලභ අමුද්‍රව්‍ය භාවිතයෙන් නිර්මාණකරණයේ නිරත වෙයි.	6

මොඩියුලයට ප්‍රවේශයක්

මෙම මොඩියුලය ඔබේ ගෙවත්තේ ඇති පොල් ගස්වලින් උපරිම ප්‍රයෝජන ලබා ගැනීමට මග පෙන්වනු ඇත. අපේ එදිනෙදා ජීවිතයට පොල් නැතුවම බැරි නිසාත්, ශ්‍රී ලංකාවේ බොහෝ ගෙවතුවල පොල් වගා කළ හැකි නිසාත්, ගෙවත්තේ ඇති පොල් ගස් හොඳින් නඩත්තු කර ඒවායින් උපරිම ප්‍රයෝජන ලබා ගැනීමට කුඩා කාලයේ සිට ම අදිටන් කර ගනිමු. ශ්‍රී ලංකාවේ ප්‍රධාන වැවිලි බෝගයක් වන පොල්, අපේ රටට විදේශ විනිමය උපයා දෙයි. මෙම ගෙවත්තෙන් ආරම්භ කරන පොල් වගාව පිළිබඳ අධ්‍යයනය, අනාගතයේ දී ඔබ පොල් කර්මාන්තය ආශ්‍රිත ව ලොව දිනූ ව්‍යවසායකයෙකු බවට පත් වීමට පිටුවහලක් වනු ඇත.

මෙම මොඩියුලය ක්‍රියාකාරකම් කිහිපයකින් යුතු ය. එමගින් ගෙවත්තේ ඇති පොල් ශාක හොඳින් නඩත්තු කර ආර්ථික වාසි ලබා ගන්නා ආකාරය අධ්‍යයනය කිරීමටත්, ගෙවත්තේ සුලභ සම්පතක් වන පොල් කොළ භාවිත කර විසිතුරු නිර්මාණයක් කිරීමටත් ඔබට අවස්ථාව ලැබේ. ඔබ පාසලේ පහසුකම් ඇත්නම්, අන්තර්ජාලය පරිශීලනය කරමින්, ගුරුවරයාගේ මගපෙන්වීම අනුව මෙහි සඳහන් ක්‍රියාකාරකම්වල උනන්දුවෙන් හා ක්‍රියාශීලී ව නිරත වනු ඇතැයි අපේක්ෂා කරමු.

මොඩියුලය පරිශීලනය සඳහා උපදෙස්

- ☑ මෙම මොඩියුලය හදාරන ඔබ පන්ති කාමරය තුළ දී මෙන් ම පන්ති කාමරයෙන් පිටත දී ත් විවිධ ක්‍රියාකාරකම්වල නිරත වෙමින් ස්වයං ඉගෙනීමට යොමු විය යුතු ය.

- ☑ මෙහි සඳහන් වෙනත් පොත පත මෙන් ම අදාළ වෙබ් අඩවි පරිශීලනය කිරීමෙන් ඔබේ දැනුම තව දුරටත් වර්ධනය කර ගත හැකි ය.

- ☑ කේවල ක්‍රියාකාරකම් මෙන් ම කණ්ඩායම් ක්‍රියාකාරකම්වල නිරත වෙමින් එකිනෙකා අතර තොරතුරු හුවමාරු කර ගැනීම වැදගත් ය.

- ☑ ක්‍රියාකාරකම්වල නිරත වීමේ දී ගුරුවරයාගේ මගපෙන්වීම අනුව කටයුතු කිරීම අවශ්‍ය වේ.

- ☑ මෙහි සඳහන් ක්‍රියාකාරකම්වලට සීමා නොවී ඔබ ප්‍රදේශයට විශේෂිත වූ පොල් ශාක පිළිබඳ ව සොයා බලා ඒවායේ නඩත්තුව හා ඒවායින් ලැබෙන විවිධ නිෂ්පාදන සම්බන්ධ තාක්ෂණික ක්‍රමෝපාය පිළිබඳ තොරතුරු රැස් කිරීම ඔබේ නිපුණතා සංවර්ධනයට වැදගත් වනු ඇත.

- ☑ මෙම මොඩියුලය සඳහා කාලය පැය 10 කි.

1.0 පෙර පරීක්ෂණය

	ප්‍රකාශය	☺	☹
1.	පොල් තාල වර්ගයට අයත් ශාකයකි.		
2.	පොල් ශාකයේ කඳෙහි අතු බෙදී ඇත.		
3.	පොල් ශාකයේ සියලු ම කොටස් ප්‍රයෝජනවත් ය.		
4.	අපේ රටේ බොහෝ ප්‍රදේශවල පොල් වගා කළ හැකි ය.		
5.	පොල් අවුරුද්ද පුරා ම මල් පිපෙන ශාකයකි.		

- පොල් ගසේ විවිධ කොටස්වල ප්‍රයෝජන සඳහන් කරන්න.

2.0 තොරතුරු විමසුම

2.1 වදන් සහ විවරණ:

- ☑ පළිබෝධ (Pest) : මිනිසාට හෝ බෝගවලට හානි කරන ජීවියෙකි
- ☑ කෘමියා (Insect) : සන්ධි සහිත පාද ඇති කුඩා සත්ත්ව වර්ගයකි
- ☑ ශාක රෝග (Plant disease) : ශාකයක වර්ධනය, අස්වැන්න, ගුණාත්මකභාවය හා ජීවිත කාලය අහිමි වීමට හේතු වන හානිදායක තත්වයකි.
- ☑ පශ්චාත් සාත්තු (Aftercare operation) : බීජ හෝ පැළ ක්ෂේත්‍රයේ සිටුවීමෙන් පසු කරනු ලබන සාත්තු

2.2 පරිශීලන මූලාශ්‍ර

https://www.youtube.com/watch?v=I4ORZcRMs1E

https://www.youtube.com/watch?v=giLmmV-yHig

https://youtu.be/LtZ4Vsv1qVw

https://www.youtube.com/watch?v=mt_vIFivrcc

https://www.youtube.com/watch?v=2h-Eb_51l_A

https://youtu.be/aEvTPO2J2Ps

පොල් පිළිබඳ ඔබේ දැනුම හා කුසලතා මනිමු

3. ස්වයං තක්සේරුව

වැවිලි බෝගයක් වන පොල් පිළිබඳ ඔබේ දැනුම වර්ධනය කර ගැනීමට මෙම මොඩියුලය ඔබට උපකාරී වනු නොඅනුමානයි. මේ වන විටත් පොල් පිළිබඳ ව ඔබ දන්නා දේ නැවත ආවර්ජනය කරමු.

මෙම ප්‍රකාශ පිළිබඳ ඔබේ දැනුවත් බව තරු ලකුණුවල වර්ණය අනුව දක්වන්න.

හොඳින් දැනුවත් *
දැනුවත් *
මඳක් දැනුවත් *
දැනුවත් නැත *

මට පොල් ශාකයේ විවිධ කොටස් මගින් ලබා ගත හැකි ප්‍රයෝජන විස්තර කළ හැකි ය.

මුහුදුබඩ ප්‍රදේශවල පොල් හොඳින් වැවීමට හේතුව ගැන මා දැනුවත් ය.

නිවසේ දී පොල් අපතේ යෑම වළක්වා ගැනීමට කටයුතු කළ යුතු ආකාරය ගැන මා දැනුවත් ය.

නිවසේ ආහාර හා වෙනත් අවශ්‍යතා සඳහා පොල් භාවිත කරන විවිධ ආකාර පිළිබඳ ව මට දැනුමක් ඇත.

නිවසේ පොල් අවශ්‍යතාව සැපිරීමට තව කොතරම් පොල් ගස් අප ගෙවත්තේ තිබිය යුතු දැයි ගණනය කළ හැකි ය.

වැඩි පොල් අස්වැන්නක් ලබාගැනීමට පොල් ශාකවලට සාත්තු කළ යුතු ආකාරය පිළිබඳ ව මා දැනුවත් ය.

4.0 ඉගෙනුම් ක්‍රියාවලිය

4.1 පොල් ගසෙන් ලබා ගන්නා ප්‍රයෝජන විමසා බලමු.

ඔබ නිවසේ පොල් ශාකයේ කොටස් භාවිත කරන විවිධ අවස්ථා සිහිපත් කරන්න. සතියක් තුළ දී අප ආහාර ලෙස පොල් භාවිත කරන අවස්ථා ලැයිස්තු ගත කරමු. එසේ සිහිපත් කිරීමේ දී අපේ ආහාර පිළියෙල කිරීම සඳහා පොල් නැතුව ම බැරි බව ඔබට වැටහෙනු ඇති.

4.1 ක්‍රියාකාරකම

උදය ආහාර සඳහා යොදා ගත හැකි පොල් ආශ්‍රිත ව සකස් කරන ආහාර වර්ග සොයා බලමු

උදය ආහාරය සඳහා යොදාගත හැකි පොල් ආශ්‍රිත ව සාදා ඇති ආහාර වර්ගවල පින්තූර පුවත්පත්/පොත්පත්/ සඟරා/අන්තර්ජාලයෙන් රැගෙන පහත දක්වා ඇති සටහනේ ඇතුළත් කරන්න. එසේ නැත්නම් අඳින්න. එයට යටින් එම ආහාරය සඳහා පොල් භාවිත කර ඇති ආකාරය සටහන් කරන්න.

ලැවරියා

කිරිබත්

පැණි පොල්

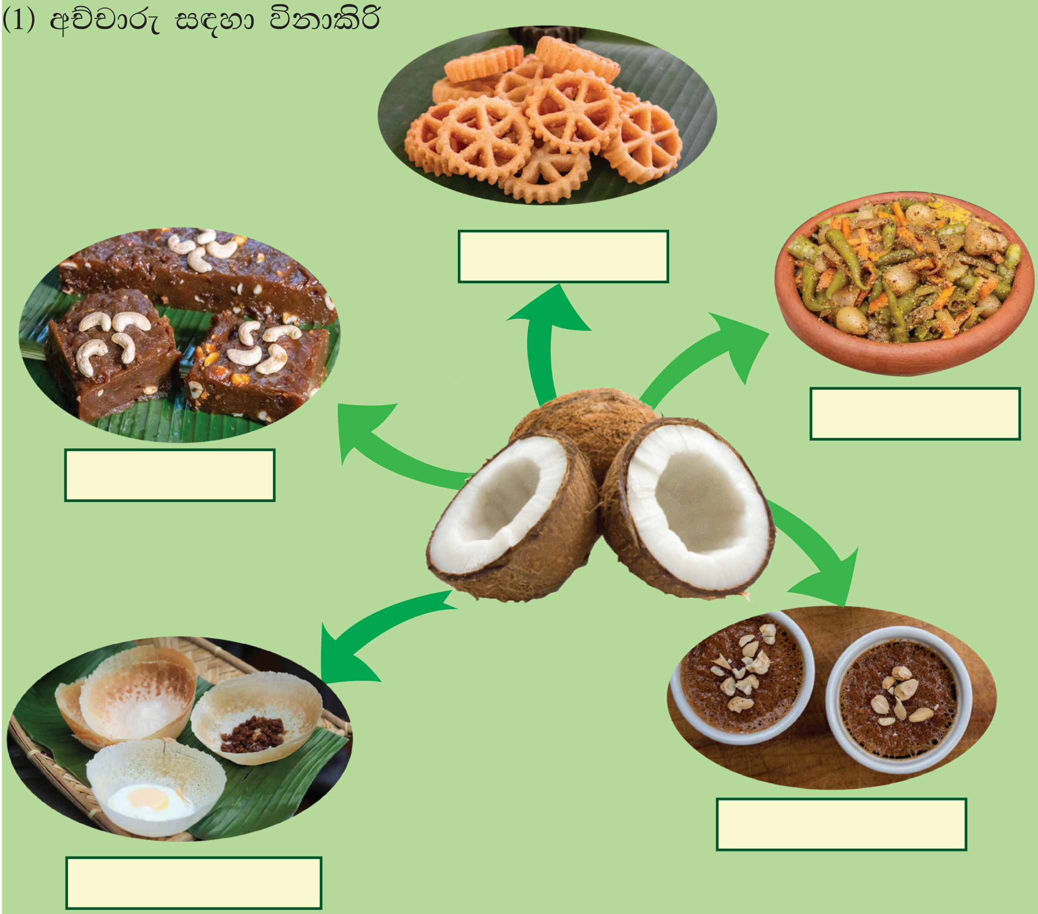
පොල් කිරි

ආහාර සඳහා පොල් භාවිත කරන අවස්ථා

සමහර ආහාර සකස් කිරීමේ දී පොල් භාවිත කර ඇති බව සෘජුව ම නොපෙනුන ද ඒ සඳහා පොල් ගස ආශ්‍රිත නිෂ්පාදන භාවිත කර ඇති බව ඔබට අවබෝධ වුණා ද?

ඒ සඳහා උදාහරණ මොනවා ද?

(1) අච්චාරු සඳහා විනාකිරි



ආහාර සැකසීමට අමතරව පොල් ශාකයේ කොටස් ප්‍රයෝජනවත් ලෙස භාවිත කරන අවස්ථා සටහන් කරන්න. ඒවායේ රූප සටහන් අඳින්න.

පොල් ශාකයේ ප්‍රයෝජනයක් ගත නොහැකි කොටසක් ඔබට හමු වූයේ ද?

එසේ නම් පොල් ගස කප් රුකක් බව ගුරුතුමා කිව්වේ ඇයි යන්න දැන් ඔබට පැහැදිලි ඇත. පොල් ගසේ විවිධ කොටස්වලින් ලබා ගන්නා ප්‍රයෝජන ගැන දැන් ඔබ දැනුවත්.

තව ද ඔබ සොයා ගත් තොරතුරු මේ මොඩියුලය ආශ්‍රිත ඉදිරි ක්‍රියාකාරකම්වල දී ඔබට උපකාරී වේවි.

පොල් ශාකයේ කොටස් භාවිත වන විවිධ අවස්ථා පිළිබඳ ව ඔබේ මිතුරන් රැස් කළ තොරතුරු තක්සේරු කිරීමට පහත දක්වා ඇති වගුව උපයෝගී කර ගන්න. රැස් කළ තොරතුරු ප්‍රමාණයට අනුව අදාළ තීරුවේ ලකුණු යොදන්න.

	6 ට වැඩි ලකුණු 5	4 ට වැඩි ලකුණු 3	4 ට අඩු ලකුණු 2
1. පොල් භාවිතය සෘජුව ම පෙනෙන ආහාර			
2. පොල් භාවිත කර ඇති බව සෘජුව ම නොපෙනෙන ආහාර			
3. ආහාර හැර පොල් ශාකයේ කොටස් භාවිත කර ඇති වෙනත් අවස්ථා			

ලකුණු : ☐ /15

නිවසේ පොල් භාවිත කරන විවිධ අවස්ථා පිළිබඳ ව දැන් ඔබ හොඳින් දන්නවා. ඒ නිසා ඔබේ නිවසට අවශ්‍ය පොල් ප්‍රමාණය කොතරම් දැයි දැන ගැනීම වැදගත්. ඒ නිසා අපි නිවසේ පොල් අවශ්‍යතාව ගණනය කරමු.

4.2 නිවසේ පොල් අවශ්‍යතාව

ඔබගේ මීළඟ පාඩම සඳහා පහත දී ඇති සංවාදය හොඳින් කියවන්න.

දිනිඳු, ඔබ වැනි පාසල් ශිෂ්‍යයෙකි. දිනිඳු තම මව, පියා, අක්කා, ආච්චී සහ සීයා සමග කෑම ගනිමින් සුහද සංවාදයේ යෙදේ.

අක්කා : මේ පොල් සම්බෝලය හරිම රසයි.

මව : අපේ ගෙදර ගසෙන් ඊයේ කැඩුව අලුත් පොල්වලින් පොල් සම්බෝලය හැදුව නිසා වෙන්න ඇති වැඩිපුර රස ඇත්තේ.

දිනිඳු : තාත්තේ, ඊයේ පොල් ගසෙන් ගෙඩි කීයක් කැඩුව ද?

පියා : ගෙඩි 20ක් කැඩුවා.

දිනිඳු : සාමාන්‍යයෙන් එක වරකට පොල් ගෙඩි කීයක් කැඩෙනවා ද?

පියා : සාමාන්‍යයෙන් පොල් ගෙඩි 20ක්-25ක් කැඩෙනවා.

දිනිඳු : අම්මේ අපේ ගෙදරට එක දවසකට පොල් ගෙඩි කීයක් විතර උවමනා වෙනවා ද ?

මව : සාමාන්‍යයෙන් දවසකට පොල් ගෙඩියක් පමණ අවශ්‍ය වෙනවා.

දිනිඳු : ඒ කියන්නේ ඊයේ කැඩුව පොල් තව දවස් 20කට ඇති. ඊළගට පොල් කඩන්නේ කොතරම් කාලයකින් ද ?

පියා : තව මාස දෙකකින්

දිනිඳු	:	ඒ කියන්නේ තව දවස් 60කින්, ඉතිරි දවස් 40ට පොල් කඩෙන් ගෙනෙනවා ද?
පියා	:	ඔව්, මේ දවස්වල පොල් මිලත් වැඩි නිසා පොල්වලට ලොකු වියදමක් යනවා.
දිනිඳු	:	අපි පොල් ගසට හොඳට සාත්තු කරලා පොල්වලට යන වියදම අඩු කර ගනිමු. පොල් ගස කියන්නේ කප් රුකක්.
අක්කා	:	පොල් අර පරිස්සමෙන් පාවිච්චි කරන ක්‍රම සොයා ගනිමු.
අම්මා	:	තව පොල් ගස් දෙකක් තිබුණොත් අපිට පොල් කඩෙන් ගේන්න වෙන්නේ නැහැනේ.
පියා	:	අපි ළඟ දී එන අලුත් අවුරුද්දේ පැළ සිටුවීමේ නැකතට පොල් පැළ දෙකක් සිටවමු.
දිනිඳු	:	අපි හැමෝ ම එකතු වෙලා සිටවමු. මමත් පොල් ගසට සාත්තු කරන්න තාත්තට උදව් වෙන්නම්.

මෙම නිවසේ මෙන් ඔබගේ නිවසේත් වෙළෙඳපොළෙන් පොල් මිල දී ගන්නවා ද? ඒ සඳහා යන වියදම ඉතිරි කර ගැනීමට දෙමාපියන්ට සහාය වීමට ඔබට පුළුවන්.

4.2 ක්‍රියාකාරකම

නිවසේ පොල් අවශ්‍යතාව සපුරා ගැනීමට අවශ්‍ය පොල් ගස් ගණන සොයමු.

මෙම ක්‍රියාකාරකම අවසානයේ දී ඔබට,

- මාසයක කාලයක් සඳහා නිවසේ පොල් අවශ්‍යතාව ගණනය කිරීමට
- මාසයක කාලයක් සඳහා පොල් සඳහා වැය වන මුදල ගණනය කිරීමට
- ගෙවත්තෙන් ලැබෙන පොල් අස්වැන්න නිසා ඉතිරි වන මුදල ගණනය කිරීමට
- නිවසේ පොල් අවශ්‍යතාව සපුරා ගැනීමට අවශ්‍ය පොල් ගස් ගණන තීරණය කිරීමට හැකියාව ලැබෙනු ඇත.

නිවසේ පොල් භාවිතය පිළිබඳ සමීක්ෂණය

ඔබ නිවසේ සිටින සාමාජිකයන් සංඛ්‍යාව : ....

සාමාන්‍යයෙන් දිනකට අවශ්‍ය වන පොල් ගෙඩි ප්‍රමාණය: ....

(මෙය ගණනය කිරීම සඳහා මෙම සටහන උපයෝගී කරගන්න)

දිනය	භාවිත වූ ගෙඩි ප්‍රමාණය
සඳුදා	a
අඟහරුවාදා	b
බදාදා	c
බ්‍රහස්පතින්දා	d
සිකුරාදා	e
සෙනසුරාදා	f
ඉරිදා	g
දිනකට අවශ්‍ය පොල් ගෙඩි ගණන =	$\frac{a+b+c+d+e+f+g}{7}$ ☐

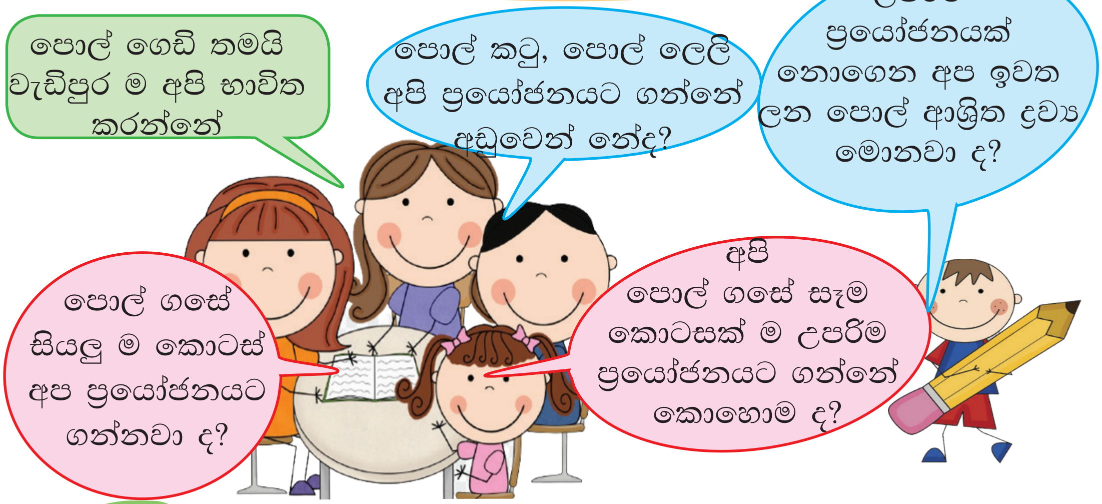
- ගෙවත්තේ ඇති පොල් ගස් ප්‍රමාණය : ....
- ආසන්නතම වාරයේ එම ගස්වලින් කැඩූ මුළු පොල් ගෙඩි ගණන : ....
- එම පොල් ප්‍රමාණය භාවිත කළ හැකි දින ගණන : ....
- පොල් කැඩූ දිනයේ සිට ඊළඟ පොල් කැඩීමේ වාරය දක්වා මිල දී ගැනීමට සිදු වන පොල් ගෙඩි ගණන (ඔබේ ගෙවත්තේ පොල් ගස් නොමැති නම් එම කාලය තුළ දී මිල දී ගත් පොල් ප්‍රමාණය දක්වන්න.) ....
- නැතහොත් නිවසේ භාවිතයෙන් පසු ඉතිරි වන පොල්වලින් අලෙවි කළ හැකි හෝ පොල්තෙල් සාදා ගැනීමට යොදා ගත හැකි ගෙඩි ගණන :
- ඒ අනුව ඔබේ නිවසට මාසයක කාලයක් සඳහා පොල් මිල දී ගැනීමට වැය වන මුදල : ....
- පොල් තිබීම නිසා මාසයක කාලයක් තුළ ඉතිරි වන මුදල : ....

මෙම ක්‍රියාකාරකම මගින් ගෙවත්තේ පොල් වගා කර තිබීම ඔබ නිවසේ ආර්ථික තත්ත්වය ඉහළ නැංවීම සඳහා කොතරම් ප්‍රයෝජනවත් දැයි ඔබට වැටහෙනු ඇත.

මෙම ක්‍රියාකාරකම සඳහා ගුරුවරයා විසින් කරනු ලබන තක්සේරුවේ දී පහත වගුවේ සඳහන් තක්සේරු නිර්ණායක අනුව ඔබට ලකුණු හිමි වේ.

නිර්ණායකය	ඉතා හොඳයි (ලකුණු 5)	හොඳයි (ලකුණු 3)	සංවර්ධනය විය යුතුයි (ලකුණු 1)	ලබා ගත් ලකුණු
පවතින තත්ත්වය හඳුනා ගැනීම	පවුලේ පොල් අවශ්‍යතාව සහ ඒ සඳහා මසකට වන වියදම හෝ පොල් මගින් ලැබෙන ආදායම නිවැරදි ව ගණනය කරයි.	පවුලේ පොල් අවශ්‍යතාව ගණනය කරයි.	තව දුරටත් සංවර්ධනය විය යුතු ය.	/5
අවශ්‍ය තොරතුරු රැස් කිරීම (ගෙවත්තේ ඇති පොල් ගස් ගණන ආදී)	නිවැරදි විසඳුමක් යෝජනා කිරීමට අවශ්‍ය සියලු ම තොරතුරු රැස් කරයි.	නිවැරදි විසඳුමක් යෝජනා කිරීමට අවශ්‍ය බොහෝ තොරතුරු (4-6) රැස් කරයි.	තොරතුරු රැස් කිරීමට උත්සාහ කළ යුතු ය.	/5
නිවැරදි පියවර අනුගමනය කරමින් ගණනය කිරීම	ගණනය කිරීමේ සියලුම පියවර ඇතුළත් ය. ඒවා නිවැරදි ය.	ගණනය කිරීමේ බොහෝ පියවර ඇතුළත් ය. ඒවා නිවැරදි ය.	ගණනය කිරීමේ බොහෝ පියවර වැරදි ය.	/5
සන්නිවේදනය සහ සහයෝගීතාව	හැමවිට ම සම වයසේ මිතුරන් හා වැඩිහිටිය-න් සමග අදහස් හුවමාරු කර ගනිමින් ඒවාට ගරු කරමින් සහයෝගයෙන් කටයුතු කරයි.	බොහෝ විට සම වයසේ මිතුරන් හා වැඩිහිටියන් සමග අදහස් හුවමාරු කර ගනිමින් ඒවාට ගරු කරමින් සහයෝගයෙන් කටයුතු කරයි.	සම වයසේ මිතුරන් හා වැඩිහිටියන් සමග අදහස් හුවමාරු කර නො ගනියි.	/5
නියමිත කාල රාමුව තුළ කාර්යය නිම කිරීම	නියමිත දින හෝ ඊට පෙර කාර්යය නිම කරයි.	නියමිත දිනට දිනක් ප්‍රමාද වී කාර්යය නිම කරයි.	නියමිත දිනට දිනකටත් වඩා ප්‍රමාද වී කාර්යය නිම කරයි.	/5
මුළු ලකුණු				/25

දිනිඳුගේ අක්කා සඳහන් කළ ආකාරයට අපේ නිවසේ පොල් සඳහා වන වියදම තව අඩු කර ගත හැක්කේ කෙසේ දැයි විමසා බලමු.



4.3 පොල් ආශ්‍රිත නොපෙනෙන සම්පත්

නිවසේ අපතේ යන පොල් ආශ්‍රිත ද්‍රව්‍ය ප්‍රයෝජනවත් ලෙස භාවිත කරමු.

මෙම පාඩම අවසානයේ දී ඔබට,

- පොල් කුඩු ප්‍රයෝජනවත් ලෙස භාවිත කළ හැකි විවිධ ක්‍රම යෝජනා කිරීමට
- ගෙවත්තේ ඇති පොල් ශාකයේ විවිධ කොටස් ප්‍රයෝජනවත් ලෙස භාවිත කිරීමට
- පොල් ශාකයේ කොටස් නිසා විය හැකි පාරිසරික හානිය අවම කිරීමට

හැකි වේ.

4.3.1 රූපය: පොල් ආශ්‍රිත නිෂ්පාදන

4.3.2 රූපයඃ පොල් පිටි

මෙයින් පැහැදිලි වන්නේ අප ඉවත ලන පොල් කුඩුවල පෝෂක අන්තර්ගත බවයි. පොල් කිරි වෙන් කර ගැනීමේ දී එම පෝෂකවලින් කොටසක් ඉවත් වුව ද තවත් කොටසක් තව දුරටත් පොල්කුඩුවල රැඳී පවතී.

4.3.3 රූපයඃපුන්නක්කු

ඒ අයුරින් සැලකීමේ දී පොල් කුඩුවල තවත් පෝෂක කොටස් බොහෝමයක් ඉතිරි ව ඇති බව පෙනේ. මේවා තව දුරටත් අපේ ආහාරයට එකතු කර ගත හැකි ය. නැතහොත් සත්ත්ව ආහාර නිපදවීම සඳහා යොදා ගත හැකි ය. (උදාඃ පුන්නක්කු).

4.3 ක්‍රියාකාරකම පොල් කුඩු භාවිතයෙන් පොල් පිටි සාදමු

පොල් කුඩු භාවිත කර පොල් පිටි සාදන ආකාරය මෙම වීඩියෝ පටයෙන් අධ්‍යයනය කරන්න.

https://www.youtube.com/watch?v=I4ORZcRMs1E

ඔබේ වැඩිහිටි අයෙකුගේ අධීක්ෂණය යටතේ පොල් පිටි සෑදීම අත්හදා බලන්න. ඔබ සාදා ගත් පොල් පිටි භාවිතයෙන් රසවත් අතුරුපසක් සාදන්න.

- වැඩිහිටියන්ගේ ද සහාය ඇති ව පොල් ශාකයෙන් ඉවත ලන කොටස් ලැයිස්තුගත කර ඒවා ප්‍රයෝජනවත් ව භාවිත කළ හැකි ආකාර සොයන්න.
- පොල් ශාකයෙන් ඉවත ලන කොටස් ප්‍රයෝජනයට ගැනීම පරිසර හිතකාමී වන්නේ කෙසේ දැයි සාකච්ඡා කරන්න.

ඔබ සොයා ගත් තොරතුරු පහත වගුවේ සටහන් කරන්න.

පොල් ශාකයෙන් ඉවත ලන කොටස	ප්‍රයෝජනයට ගත හැකි ආකාරය	පරිසර හිතකාමී වන්නේ කෙසේ ද?
1.	....	....
2.	....	....
3.	....	....

මෙම ක්‍රියාකාරකම සඳහා ගුරුවරයා විසින් කරනු ලබන තක්සේරුවේ දී පහත වගුවේ සඳහන් තක්සේරු නිර්ණායක අනුව ඔබට ලකුණු හිමි වේ.

නිර්ණායකය	ඉතා හොඳයි (ලකුණු 5)	හොඳයි (ලකුණු 3)	සංවර්ධනය විය යුතුයි (ලකුණු 1)	ලබා ගත් ලකුණු
පොල් ගසේ ඉවත ලන කොටස් හඳුනා ගැනීම	පොල් ගසේ ඉවත ලන කොටස් පහකට වඩා සඳහන් කරයි.	පොල් ගසේ ඉවත ලන කොටස් තුනකට වඩා සඳහන් කරයි.	පොල් ගසේ ඉවත ලන කොටස් 1-2ක් සඳහන් කරයි.	/5
ඉවත ලන කොටස් ප්‍රයෝජනයට ගත හැකි ආකාර	පොල් ගසේ ඉවත ලන කොටස් ප්‍රයෝජනයට ගත හැකි ආකාර පහකට වඩා සඳහන් කරයි.	පොල් ගසේ ඉවත ලන කොටස් ප්‍රයෝජනයට ගත හැකි ආකාර තුනකට වඩා සඳහන් කරයි.	පොල් ගසේ ඉවත ලන කොටස් ප්‍රයෝජනයට ගත හැකි ආකාර 1-2ක් සඳහන් කරයි.	/5
සන්නිවේදනය සහ සහයෝගීතාව	සම වයසේ මිතුරන්ගේ, වැඩිහිටියන්ගේ සහ වෙනත් මාධ්‍යවල සහාය ඇති ව බොහෝ උනන්දුවෙන් තොරතුරු රැස් කරයි.	සම වයසේ මිතුරන්ගේ සහ වැඩිහිටියන්ගේ සහාය ඇති ව තොරතුරු රැස් කරයි.	තොරතුරු රැස් කිරීමට උනන්දු නො වේ.	/5
ඉවත ලන කොටසක් ප්‍රයෝජනයට ගත හැකි ආකාරය අත් හදා බැලීම	ඉවත ලන කොටසක් ප්‍රයෝජනයට ගැනීම වැඩිහිටියන්ගේ සහාය ඇති ව සාර්ථක ව අත්හදා බලයි.	ඉවත ලන කොටසක් ප්‍රයෝජනයට ගැනීම වැඩිහිටියන්ගේ සහාය ඇති ව අත්හදා බලයි.	ඉවත ලන කොටසක් ප්‍රයෝජනයට ගැනීම පිළිබඳ උනන්දුවක් නැත.	/5
නියමිත කාල රාමුව තුළ කාර්යය නිම කිරීම	නියමිත දින හෝ ඊට පෙර කාර්යය නිම කරයි.	නියමිත දිනට දිනක් ප්‍රමාද වී කාර්යය නිම කරයි.	නියමිත දිනට දිනකට වඩා ප්‍රමාද වී කාර්යය නිම කරයි.	/5
මුළු ලකුණු				/25

පොල් සඳහා වන වියදම අඩු කර ගැනීමට ගෙවත්තේ ඇති පොල් ගස්වල අස්වැන්න වැඩි කර ගත හැක්කේ කෙසේ දැයි විමසා බලමු.

4.4 පොල් ශාක නඩත්තු කිරීම

ගෙවත්තේ/පාසලේ ඇති පොල් ශාකවලට සාත්තු කර ඒවා හොඳින් නඩත්තු කිරීම.

මෙම පාඩම අවසාන වන විට ඔබට,

- පොල් ශාකයේ විවිධ ලක්ෂණ හොඳින් නිරීක්ෂණය කිරීමට
- පොල් ශාකයේ අස්වනු අඩු වීමට හේතු වන කෘමි පළිබෝධ පාලනයට
- පොල් ශාකවලට ජලය සැපයීමට හා ජල සංරක්ෂණයට උපක්‍රම යෙදීමට
- පොල් ශාකවල අස්වනු ඉහළ නැංවීම සඳහා පශ්චාත් සාත්තු සිදු කළ යුතු ආකාරය පිළිබඳ යෝජනා ඉදිරිපත් කිරීමට හැකි වේ.

ඔබේ නිවසේ කටයුතු සඳහා පොල් ශාකයේ කොටස් විවිධාකාරයෙන් භාවිත කරන බව දැන් ඔබට පැහැදිලි ඇති. ආහාර සඳහා මෙන් ම වෙනත් බොහෝ කටයුතු සඳහා පොල් ශාකය නැතුව ම බැරි අංගයක් බවට පත් වී ඇත.

එවැනි වටිනාකමක් ඇති පොල් ශාක පිළිබඳ ඔබ මෙතෙක් දක්වා ඇති උනන්දුව ප්‍රමාණවත් ද?

ඔබේ ගෙවත්තේ පොල් ශාක තිබෙනවා ද?

තිබෙනවා නම් කීයක් ද ? නැත්නම් එයට හේතු මොනවා ද?

අපි මේ පිළිබඳ ව විමසිලිමත් වෙමු.

අප අවට පරිසරයේ බොහෝ විට අපේ නෙත ගැටෙන පොල් ගස් අප හොඳින් නිරීක්ෂණය කර තිබේ ද? මේ ඒ සඳහා සුදුසු ම අවස්ථාවයි. අපි පොල්ගස් අසලට ම ගොස් ඒවා පිළිබඳ ව තොරතුරු රැස් කරමු.

- ඔබේ ගෙවත්තේ හෝ යාබද ගෙවත්තක පොල් ශාක පහක් නිරීක්ෂණය කර, එක් එක් ශාකය පිළිබඳ ව තොරතුරු පහත දක්වා ඇති වගුවේ සටහන් කරන්න.
- ශාකය වඩාත් උස නම් ඉහළ කොටස නිරීක්ෂණය සඳහා ප්‍රායෝගික ව ක්‍රියාත්මක කළ හැකි වඩාත් උචිත ක්‍රමයක් යෝජනා කරන්න. (තොරතුරු දැනගැනීමට වැඩිහිටියන්ගේ සහාය ලබා ගන්න.)

	පොල් ශාකයේ ලක්ෂණය	පොල් ශාකය				
		1	2	3	4	5
1.	වයස (ආසන්න වශයෙන්) අවුරුදු					
2.	වරකට ලැබෙන ගෙඩි සංඛ්‍යාව (එක් අස්වනු නෙළීමක දී)					
3.	ගෙඩිවල ස්වභාවය (විශේෂ ලක්ෂණ ඇත්නම්)					
4.	පත්‍රවල ස්වභාවය (විශේෂ ලක්ෂණ ඇත්නම්)					
5.	කඳෙහි ස්වභාවය (විශේෂ ලක්ෂණ ඇත්නම්)					
6.	මුලෙහි ස්වභාවය (විශේෂ ලක්ෂණ ඇත්නම්)					
7.	ශාකයේ කෘමි සතුන් හෝ වෙනත් හානිකර සතුන් සිටිත් නම් ඒ පිළිබඳ තොරතුරු					
8.	ශාකය අවට පසේ හා කුණු ගොඩවල් ආශ්‍රිත ව හානිකර සතුන් වෙත් නම් ඒ පිළිබඳ තොරතුරු					
9.	ශාකයට සිදු කර ඇති පශ්චාත් සාත්තු (ජලය, පොහොර යෙදීම)					

ඔබ නිරීක්ෂණය කළ පොල් ශාකවල කළු පොල් කුරුමිණියාගේ හානිය දුටුවෙහි ද?

මෙම වීඩියෝ දර්ශන නැරඹීමෙන් කළු පොල් කුරුමිණි හානිය පිළිබඳ ව තොරතුරු සොයා ගත හැකියි.

www.cri.gov.lk
https://youtu.be/eJ_APjzXCV8
https://youtu.be/Vd-dnsFnwwc
https://youtu.be/n7Y1it9LE00

ඔබ නිරීක්ෂණය කළ පොල් ශාකවල රතු පොල් කුරුමිණියාගේ හානිය දුටුවෙහි ද?

මෙම වීඩියෝ දර්ශන නැරඹීමෙන් රතු පොල් කුරුමිණි හානිය පිළිබඳ තොරතුරු සොයා ගත හැකියි.

www.cri.gov.lk
https://youtu.be/LtZ4Vsv1qVw
https://youtu.be/tla0yJojYGU

- ☑ ඉහත දක්වා ඇති හානි සිදු කළේ පොල් කුරුමිණි ආකාර දෙකක් බව ඔබ දැන් දන්නවා.
- ☑ මෙම කෘමීන් ඔබේ ගෙවත්තේ සිටියි නම් ඔවුන් කුඩා බෝතලයකට දමා පාසලට ගෙන යන්න.
- ☑ ඔබේ මිතුරන්ටත් ඔවුන් හඳුනා ගැනීමට සහාය වන්න. මේ සඳහා ගුරුතුමියගේ සහාය ලබා ගන්න.
- ☑ ඔබට දැන් ඔවුන් හඳුනා ගන්න පුළුවන්.

මෙම කෘමීන්ගෙන් පොල් ගස් ආරක්ෂා කර ගන්නේ කෙසේ ද ? ඒ පිළිබඳ ව තොරතුරු සොයා බලන්න.

කළු පොල් කුරුමිණියා පාලනයට

උදා : උල් කළ ලෝහ කොක්කකින් කෘමියා ඉවත් කිරීම, පොල් පැළය මුල හිරු එළිය වැටෙන සේ පිරිසිදු කිරීම

....

රතු පොල් කුරුමිණියා පාලනයට

උදා : පොල් ගස් පිරිසිදු කිරීම
පොල් ගසේ කඳේ ඇති තුවාලවල දියතාර තැවරීම

....

රතු පොල් කුරුමිණි හානිය පාලනයට අප රටේ ඉංජිනේරුවන් දෙදෙනෙකු සොයාගත් තාක්ෂණික නිර්මාණයක් පිළිබඳ ව පුවතක් පහත වෙබ් අඩවියෙන් ඔබට දැක ගත හැකියි.

https://www.youtube.com/watch?v=2h-Eb_51l_A

ඔබටත් එවැනි නව නිර්මාණයක් කළ හැකි දැයි උත්සාහ කර බලන්න.

මෙවැනි හානි සහිත පොල් ගෙඩි ඔබ නිරීක්ෂණය කළා ද?

4.4.1 රූපය: පොල් මයිටාවාගෙන් සිදු වූ හානි

මයිටා හානිය සහිත පොල් ගස් හඳුනා ගන්න දැන් ඔබට පුළුවන්.
ගෙවත්තේ ඇති පොල් ගස්වල මෙවැනි හානි දක්නට ලැබුණොත් එම හානි වැළැක්වීම සඳහා ඔබට ගත හැකි ක්‍රියාමාර්ග මොනවා ද?
ඒ සඳහා ඔබ නැරඹූ වීඩියෝ දර්ශන හා පහත දැක්වෙන වෙබ් අඩවිය සහාය වේවි.

https://www.youtube.com/watch?v=mt_vIFivrcc

බොහෝ විට පොල් මයිටා හානිය පාලනයට පොල් වලු කපා පුලුස්සා දැමීම සිදු කරනවා. ඊට අමතර ව තවත් කළ හැකි දේ මොනවා ද?

පොල් ශාකයේ මුල අවට තෙතමනය පවත්වා ගැනීමට විවිධ ක්‍රම අනුගමනය කරනවා. පසේ තෙතමනය පොල් අස්වැන්න කෙරෙහි බෙහෙවින් ම බලපානවා. ඒ නිසා මුල අවට පසේ තෙතමනය ආරක්ෂා කිරීම ඉතා ම වැදගත්.

ඒ නිසා දෙමාපියන්ගේ සහයෝගය ලබාගෙන ඔබේ ගෙවත්තේ ඇති පොල් ශාකයකට ජලය යෙදීමටත් තෙතමනය සංරක්ෂණය කිරීමටත් ක්‍රමයක් නිර්මාණය කළ හැකියි.

උදා: https://www.youtube.com/watch?v=giLmmV-yHig

4.4 ක්‍රියාකාරකම

පොල් ශාක රැක බලා ගනිමු.

ඔබගේ නිරීක්ෂණ සහ රැස් කළ තොරතුරු ඇසුරින් පහත සඳහන් කරුණු ඇතුළත් වන සේ පොත් පිංචක් නිර්මාණය කරන්න.

- ☑ ශාකවල ස්වභාවය - විශේෂිත ලක්ෂණ
- ☑ සතුන්ගෙන් සිදු වී ඇති හානි
- ☑ පොල් මුල අවට තෙතමන සංරක්ෂණය කර ඇති ආකාරය

ඔබගේ පොත් පිංච තක්සේරු කිරීමේ දී පහත සඳහන් තක්සේරු නිර්ණායක හෝ ගුරුවරයා විසින් සැකසූ නිර්ණායක මත පදනම් ව ඔබට ලකුණු හිමි වේ.

නිර්ණායකය	ඉතා හොඳයි (ලකුණු 5)	හොඳයි (ලකුණු 3)	සංවර්ධනය විය යුතුයි (ලකුණු 1)	ලබා ගත් ලකුණු
ක්ෂේත්‍රය නිරීක්ෂණය	වැඩිහිටියන්ගේ සහාය ඇති ව පොල් ශාක පහක් තෝරා ගෙන ක්‍රියාකාරකමේ සඳහන් කරුණු 3 නිරීක්ෂණය කර වාර්තා කරයි.	වැඩිහිටියන්ගේ සහාය ඇති ව පොල් ශාක පහක් තෝරා ගෙන ක්‍රියාකාරකමේ සඳහන් කරුණු 2ක් නිරීක්ෂණය කර වාර්තා කරයි	පොල් ශාක පහට අඩු ගණනක සමහර තොරතුරු වාර්තා කරයි.	/5
තොරතුරු රැස් කිරීම	වැඩිහිටියන්ගේ අදහස්, පොල් වගාව පිළිබඳ අත් පත්‍රිකා සහ වෙනත් මාධ්‍යවල සහාය ඇති ව උනන්දුවෙන් විමසා ඇති සියලු කරුණු පිළිබඳ තොරතුරු රැස් කරයි.	වැඩිහිටියන්ගේ අදහස් සහ වෙනත් මාධ්‍යවල සහාය ඇති ව විමසා ඇති බොහෝ කරුණු පිළිබඳ තොරතුරු රැස් කරයි.	තොරතුරු රැස් කිරීමට උත්සාහ කරයි.	/5
කාර්යයයේ නිරත වීම	පොල් ශාක නඩත්තු කිරීමට අදාළ පියවර 3කට වඩා අනුගමනය කරයි	පොල් ශාක නඩත්තු කිරීමේ පියවර 3ක් අනුගමනය කරයි.	පොල් ශාක නඩත්තු කිරීමට උත්සාහ කරයි.	/5
පිළිවෙල, නිම කිරීම හා නිර්මාණශීලී බව	පොත් පිංචෙහි පිරිසැලසුම හා පිළිවෙළ ඉතාමත් නිර්මාණශීලී වේ. අපේක්ෂිත තොරතුරු 3 ට වඩා අන්තර්ගත ය.	පොත් පිංචෙහි පිරිසැලසුම හා පිළිවෙළ නිර්මාණශීලී වේ. අපේක්ෂිත තොරතුරු 3ක් අන්තර්ගත ය.	පොත් පිංචක් නිර්මාණය කිරීමට කිරීමට උත්සාහ කරයි.	/5
ව්‍යාකරණ හා අක්ෂර වින්‍යාසය	ව්‍යාකරණ හා අක්ෂර වින්‍යාසයේ වැරදි කිසිවක් නැත.	ව්‍යාකරණ හා අක්ෂර වින්‍යාසයේ වැරදි 2-4 ක් ඇත.	ව්‍යාකරණ හා අක්ෂර වින්‍යාසයේ වැරදි 4 කට වඩා ඇත.	/5
මුළු ලකුණු				/25

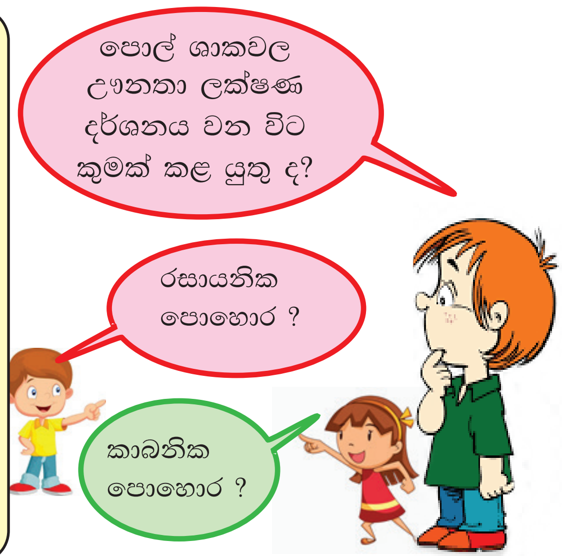
ඔබ ගෙවත්තේ පහත දැක්වෙන ආකාරයේ පත්‍ර සහිත පොල් ශාක නිරීක්ෂණය කළෙහි ද?

පොල් ශාකයේ පත්‍රවල මෙවන් ලක්ෂණ ඇති වීමට හේතුව සොයා බලන්න. ඒ සඳහා පොල් සංවර්ධන මණ්ඩලයේ අත් පත්‍රිකාවලින් හෝ අන්තර්ජාලයට පිවිසීමෙන් තොරතුරු සොයා බලන්න.

4.5 පොල් වගාවට පොහොර යෙදීම

☞ ශාකවල වර්ධනයට අවශ්‍ය පෝෂක අඩු වූ විට මෙසේ ශාකවල වෙනස් ලක්ෂණ ඇති වෙනවා.

- එම ලක්ෂණ ඌනතා ලක්ෂණ ලෙස හඳුන්වනවා.
- ගෙවත්තේ පොල් වගාවේ ඌනතා ලක්ෂණ දර්ශනය වූ විට පොහොර යෙදිය යුතුයි.
- පොහොර ආකාර දෙකක් තිබෙනවා.
    - රසායනික පොහොර හා කාබනික පොහොර



☞ ගෙවත්තේ ශාකවලට කාබනික පොහොර භාවිතය වඩාත් සුදුසු වන්නේ ඇයි දැයි ඔබ දන්නවා ද?

☑ ශාකයට ප්‍රමිතියෙන් තොර රසායනික පොහොර අක්‍රමවත් ව යෙදීමෙන් අහිතකර රසායන ද්‍රව්‍ය පසට හා ශරීරයට එකතු විය හැකි බැවින් ගෙවත්තේ දී කාබනික පොහොර භාවිතය වඩා සුදුසු වෙනවා.

පොල් ගසට කාබනික පොහොර ලෙස යෙදිය හැකි ද්‍රව්‍ය පිළිබඳ ව පහත දැක්වෙන වගුව සම්පූර්ණ කරන්න. ඒ සඳහා ඔබේ වැඩිහිටියෙකු, පොල් සංවර්ධන මණ්ඩලයේ වෙබ් අඩවිය හෝ පොල් සංවර්ධන මණ්ඩලය මගින් නිකුත් කර ඇති අත් පත්‍රිකා සහාය කර ගන්න.

සත්ත්ව පොහොර	කොළ පොහොර	වෙනත් ද්‍රව්‍ය
උදා : ගොම	උදා : වැටමාර	උදා : දර අළු
....	....	....
....	....	....

1. කාබනික පොහොර යෙදීම සඳහා සකස් කළ පාත්තිය

....

2. පාත්තියට කාබනික පොහොර යෙදීම

....

3. කාබනික පොහොර පස සමග මිශ්‍ර කිරීම

....

4. පොහොර කවය වසුන් කිරීම

....

පොල් ගසට පොහොර යෙදීම සිදු කරන ආකාරය පිළිබඳ ව කරුණු විමසා සටහන් කරන්න. ඒ සඳහා අන්තර්ජාලය හෝ අත් පත්‍රිකාවල සහාය ලබා ගන්න.

4.5 ක්‍රියාකාරකම

පොල් වගාවට කාබනික පොහොර යොදමු

කාබනික පොහොර භාවිතයේ ඉහත සඳහන් වාසියට අමතර ව ඇති වෙනත් වාසි පිළිබඳ ව පොල් සංවර්ධන මණ්ඩලයේ වෙබ් අඩවියෙන් හෝ අදාළ අත් පත්‍රිකා මගින් සොයාගෙන **'පොල් වගාවට කාබනික පොහොර යොදා ගැනීම'** මැයෙන් නිර්මාණයක් සකස් කර පන්තියට ඉදිරිපත් කර පාසලේ බිත්ති පුවත්පතේ ප්‍රදර්ශනය කරන්න.

මෙම වන විට ඔබට,

- විවිධ පොල් ශාකවල අස්වනු වෙනස් වීමට හේතු විමසීමට
- පොල් ශාකයේ අස්වනු අඩු වීමට හේතු වන කෘමින් හඳුනා ගැනීමට
- ගෙවත්තේ පොල් ශාකවලට සිදු කරන පශ්චාත් සාත්තු කටයුතු පිළිබඳ ගවේෂණය කිරීමට
- ගෙවත්තේ පොල් ශාකවල අස්වනු ඉහළ නැංවීම සඳහා පශ්චාත් සාත්තු කටයුතු සිදු කළ යුතු ආකාරය පිළිබඳ යෝජනා කිරීමට හැකියාව ලැබී ඇත.

මෙම ක්‍රියාකාරකම අවසානයේ දී, ඔබේ ගුරුතුමිය හෝ ගුරුතුමාගේ මඟපෙන්වීම අනුව ඔබ සොයා ගත් තොරතුරු ඔබේ පන්තියේ අනෙකුත් සිසුන් සමඟ සාකච්ඡා කරන්න.

ඒ අනුව අස්වනු ඉහළ නැංවීම සඳහා ශාකයට පශ්චාත් සාත්තු සිදු කළ යුතු ආකාරය පිළිබඳ යෝජනා ඉදිරිපත් කරන්න.

බිත්ති පුවත් පත නිර්මාණය සඳහා ගුරුවරයා විසින් කරනු ලබන තක්සේරුවේ දී පහත වගුවේ සඳහන් තක්සේරු නිර්ණායක අනුව ඔබට ලකුණු හිමි වේ.

නිර්ණායකය	ඉතා හොඳයි (ලකුණු 5)	හොඳයි (ලකුණු 3)	සංවර්ධනය විය යුතුයි (ලකුණු 1)	ලබා ගත් ලකුණු
තොරතුරු රැස් කිරීම	වැඩිහිටියන්ගේ අදහස්, පොල් වගාව පිළිබඳ අත් පත්‍රිකා සහ වෙනත් මාධ්‍යවල සහාය ඇතිව උනන්දුවෙන් කාබනික පොහොර භාවිතය පිළිබඳ තොරතුරු රැස් කරයි.	වැඩිහිටියන්ගේ අදහස් සහ වෙනත් මාධ්‍යවල සහාය ඇතිව පොල් වගාවේ කාබනික පොහොර භාවිතය පිළිබඳ තොරතුරු රැස් කරයි.	තොරතුරු රැස් කිරීමට ඇති උනන්දුව අඩු ය.	/5
අන්තර්ගතය	නිර්මාණයේ සඳහන් කළ යුතු කරුණු සියල්ල පැහැදිලි ව දක්වා ඇත.	නිර්මාණයේ සඳහන් කළ යුතු බොහෝ කරුණු දක්වා ඇත.	බොහෝමයක් කරුණු මග හැරී ඇත.	/5
පිළිවෙළ හා නිම කිරීම	සෑම අයිතමයක් ම පිළිවෙළට හා පැහැදිලි ව නිරූපණය කර ඇත.	අයිතම පිළිවෙළට නිරූපණය කර ඇත.	අයිතම නිරූපණය සතුටුදායක නො වේ.	/5
බිත්ති පුවත් පත සඳහා කළ නිර්මාණයේ නිර්මාණශීලී බව	නිර්මාණයේ ඇති සියලු ම පින්තූර, වර්ණ සහ අක්ෂර සිසුන්ගේ නිර්මාණාත්මක බව පිළිබිඹු කරයි.	නිර්මාණයේ ඇති බොහෝ පින්තූර, වර්ණ සහ අක්ෂර සිසුන්ගේ නිර්මාණාත්මක බව පිළිබිඹු කරයි.	නිර්මාණයේ නිර්මාණාත්මක අංග කිහිපයක් පමණක් ඇත.	/5
පංති කාමරයේ ක්‍රියාකාරිත්වය	ශිෂ්‍යයා හැම විට ම පන්තිකාමර කාලය හොඳින් භාවිත කරයි. පැවරුම කෙරෙහි අවධානය යොමු කරයි. අන් අයට බාධා නො කරයි.	ශිෂ්‍යයා බොහෝ විට පන්ති කාමර කාලය හොඳින් භාවිත කරයි. අන් අයට බාධා නොකරයි.	ශිෂ්‍යයා ඉඳ හිට පන්ති කාමර කාලය හොඳින් භාවිත කළ ද අන් අයට බාධා කරයි.	/5
මුළු ලකුණු				/25

4.6 පොල් කොළ භාවිතයෙන් විසිතුරු නිර්මාණ

මෙම ක්‍රියාකාරකම අවසානයේ දී ඔබට,

- ☑ පොල් කොළ ආශ්‍රිත නිර්මාණ සඳහා සුදුසු අමුද්‍රව්‍ය තේරීමට
- ☑ නිසි පරිදි පොල් කොළ හැසිරවීමට
- ☑ විවිධ වර්ණ හා උපක්‍රම යොදාගෙන විසිතුරු නිර්මාණ සැකසීමට

හැකි වේ.

පොල් කොළ භාවිතයෙන් නිර්මාණකරණයේ යෙදීම

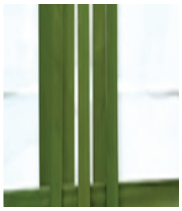
මෙවන් නිර්මාණයක් කිරීමට ඔබ කැමතියි නේද ?

පොල් කොළවලින් බෑගයක් සාදමු

අවශ්‍ය ද්‍රව්‍ය:

- පොල් කොළ හයක්
- කතුරක්
- ස්ටෙප්ලරයක්
- කැපුම් තලයක්

පොල් කොළ තුනක ඉරටු ඉවත් කර දෙපැත්ත කපා, කොළ භාග හයක් මේසය මත සමාන්තර ව තබන්න.



ඉතිරි කොළ භාග, රූපයේ දැක්වෙන ආකාරයට එකක් යටින් එකක් යවා වියමනක් ආකාරයට සකසා ගන්න.

කොළ හොඳින් තද කර ගන්න.

එක් පැත්තක කොළ හයෙන් කොළ 3, 4 මැදින් නවා ගන්න.

රූපසටහනේ දැක්වෙන ආකාරයට දෙපැත්තේ කොළ වියමන සිදු කර, මුල්ල සකසා ගන්න.

වියමන සකස් කිරීමෙන් පසු ඉහළ කෙළවර ස්ටෙප්ලර් කර ගන්න.

වියමන හොඳින් තද කරමින් මුල්ල සකසා ගන්න.

අනෙක් පැතිවල ද මුලු මෙසේ සකසා ගන්න.

මුලු සකස් කළ පසු බඳෙහි ඇති කොළ වියමන් කර ගන්න.

බඳෙහි ඇති කොළ වියමන් කළ පසු මෙසේ දිස් වේ.

මල්ලේ උඩ දාරය සැක සීමට කොළ නමා බෑගය තුළට වියමන් කරන්න.

එහි දී සෑදෙන සිදුරුවලට ඉතිරි කොළ අගිස් ඇතුළු කරන්න.

https://youtu.be/aEvTPO2J2Ps

පොල් කොළ භාවිතයෙන් මේස රඳවනයක් (TABLE MAT) සකසමු

අවශ්‍ය ද්‍රව්‍ය:

- මේරූ පොල් කොළ
- කතුරක්
- කැපුම් තලයක්

1. පොල් කොළ අත්තෙන් කපා ගන්න.

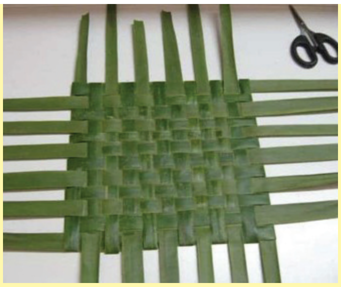
2. පොල් කොළයේ අනෙක් කෙළවර කතුරෙන් කපා ගන්න.

3. පොල් කොළ සමාන්තර ව තබා ගන්න.

4. පොල් කොළ දෙපසට සමාන ප්‍රමාණයක් තබා වියා ගන්න.

5. වැඩි දිගකින් යුතු පොල් කොළ කපා ගන්න.

6. වියමනේ එක් දාරයක පේළි ඇතුළට නමන්න.



7. නැමූ පේළියේ ඇති පොල් කොළ අගිසි ඇතුළට වියා ගන්න.

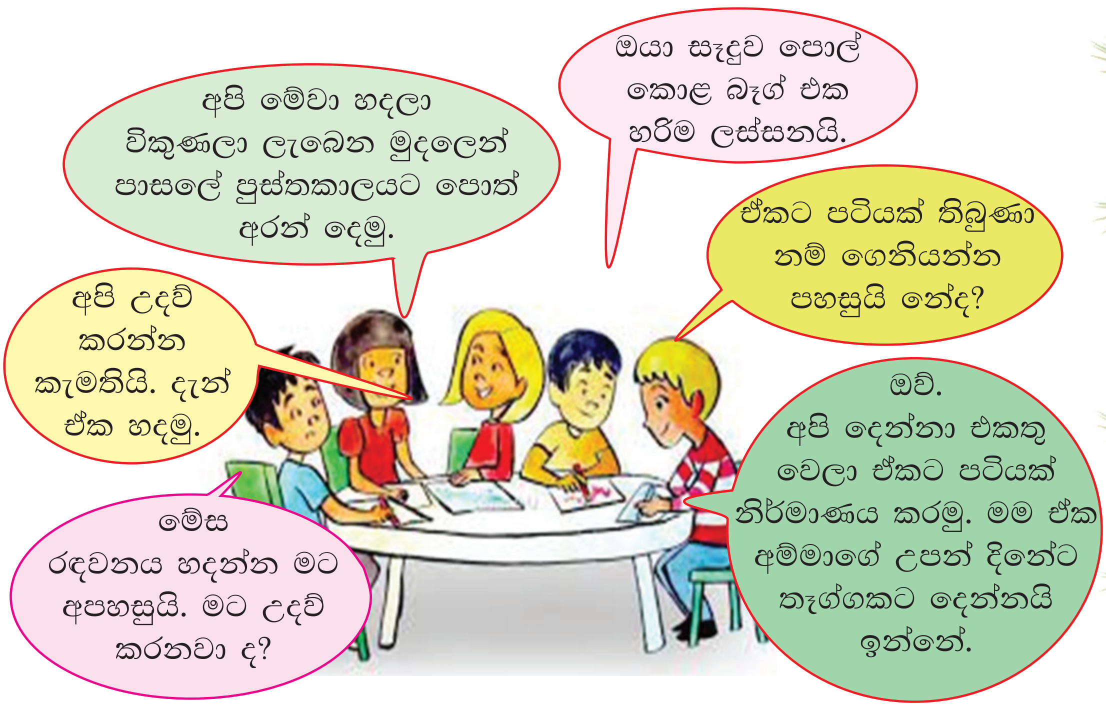
8. සියලු ම දාරවල පොල් කොළ අගිසි ඇතුළට වියා ගන්න.

9. පිළියෙල කළ මේස රඳවනය

4.6 ක්‍රියාකාරකම

පොල් කොළ භාවිතයෙන් නිර්මාණ කරමු

- ඔබ පොල් කොළ ආශ්‍රිත මෙම නිර්මාණය හෝ ඔබ කැමති වෙනත් නිර්මාණයක් සකස් කරන්න. එය ඔබේ යහළුවන්ටත් පෙන්වා සතුටු වන්න. ඔබේ කණ්ඩායමේ යහළුවන්ගේ හා ගුරුභවතාගේ උපදෙස් ද උපකාර කර ගෙන ඔබේ නිර්මාණය වැඩි දියුණු කර ගැනීමට යෝජනා ලබාගන්න.
- නිර්මාණ සකස් කරගැනීමට අපහසු මිතුරන්ට ඒ සඳහා උදව් කරන්න.



පොල් කොළ නිර්මාණය සඳහා ගුරුවරයා විසින් කරනු ලබන තක්සේරුවේ දී පහත වගුවේ සඳහන් නිර්ණායක අනුව ඔබට ලකුණු හිමි වේ.

නිර්ණායකය	ඉතා හොඳයි (ලකුණු 5)	හොඳයි (ලකුණු 3)	සංවර්ධනය විය යුතුයි (ලකුණු 1)	ලබා ගත් ලකුණු
පෙර සූදානම	සියලු ම උපකරණ, මෙවලම් හා ද්‍රව්‍ය නිසි පරිදි තෝරා ගනියි.	බොහොමයක් උපකරණ, මෙවලම් හා ද්‍රව්‍ය නිසි පරිදි තෝරා ගනියි.	උපකරණ හෝ මෙවලම් හෝ ද්‍රව්‍ය කිහිපයක් පමණක් තෝරා ගනියි.	☐ / 5
ශිල්පීය කුසලතා සංවර්ධනය	සෑම විට ම උපකරණ හා ද්‍රව්‍ය තමන්ට ම අනන්‍ය ආකාරයකට භාවිත කරමින් දෝෂ රහිත ව නිර්මාණය සම්පූර්ණ කරයි.	උපකරණ හා ද්‍රව්‍ය භාවිත කරමින් දෝෂ රහිත ව නිර්මාණය සම්පූර්ණ කරයි.	නිර්මාණය අසම්පූර්ණයි. තව දුරටත් අවධානය යොමු කළ යුතු ය.	☐ / 5
සන්නිවේදනය සහ සහයෝගීතාව	හැම විට ම සම වයසේ මිතුරන් හා වැඩිහිටියන්ගේ අදහස්වලට ගරුකරමින් ඔවුන් සමග සහයෝගයෙන් කටයුතු කරයි.	බොහෝ විට සම වයසේ මිතුරන් හා වැඩිහිටියන් සමග සහයෝග යෙන් කටයුතු කරයි.	සම වයසේ මිතුරන් හා වැඩිහිටියන් සමග සහයෝගයෙන් කටයුතු නො කරයි.	☐ / 5
සකස් කළ නිර්මාණයේ ගුණාත්මක බව	නිර්මාණය විශිෂ්ට ය. කැපී පෙනෙන ශිල්පීය කුසලතා පෙන්නුම් කරයි.	නිර්මාණය හොඳයි. ශිල්පීය කුසලතා පෙන්නුම් කරයි.	නිර්මාණය සතුටුදායකයි. ශිල්පීය කුසලතා දුර්වලයි.	☐ / 5
නියමිත කාල රාමුව තුළ කාර්යය නිම කිරීම	නියමිත දින හෝ ඊට පෙර කාර්යය නිම කරයි.	නියමිත දිනට දිනක් ප්‍රමාද වී කාර්යය නිම කරයි.	නියමිත දිනට දිනකට පසුප්‍රමාද වී කාර්යය නිම කරයි.	☐ / 5
මුළු ලකුණු				☐ / 25

5.0 පසු පරීක්ෂණය

පසු පරීක්ෂණය සඳහා මෙම ප්‍රශ්නවලට අමතරව ඔබේ ගුරුවරයා විසින් සම්මුඛ පරීක්ෂණයක් පැවැත්වීම හෝ ඔබේ කාර්ය සාධන ගොනුව පරීක්ෂා කිරීම හෝ වෙනත් තක්සේරු උපකරණයක් භාවිත කරනු ඇත.

සියලුම ප්‍රශ්නවලට පිළිතුරු සපයන්න.

1. පොල් ශාකය,
   i. සර්ම කලාපයේ හොඳින් වැඩේ.
   ii. සෞම්‍ය කලාපයේ හොඳින් වැඩේ.
   iii. සර්ම කලාපය හා සෞම්‍ය කලාපය යන කලාප දෙකේ ම හොඳින් වැඩේ.

2. පොල් භාවිත කර ඇති බව සෘජුව ම නොපෙනෙන ආහාරයකි.
   i. අල ව්‍යඤ්ජනය ii. මුකුණුවැන්න මැල්ලුම iii. අච්චාරු

3. රූප සටහනේ දැක්වෙන ආකාරයට පොල් ගස්වලට හානි කරන කෘමියා වන්නේ,
   i. රතු පොල් කුරුමිණියා ය.
   ii. කළු පොල් කුරුමිණියා ය.
   iii. මයිටාවා ය.

4. පොල් වගාවේ දී කොළ පොහොර ලෙස යොදා ගැනීමට වඩාත් සුදුසු කොළ පොහොර වර්ගයකි,
   i. පිදුරු ii. වැටමාර iii. තණකොළ

5. පොල් ඉරටුවලින් සෑදිය නොහැකි උපකරණයකි.
   i. හැඳි ii. වට්ටි iii. ඉලපත්

6. මෙම රූප සටහනෙන් දැක්වෙන ශාක පත්‍රයේ පැහැය වෙනස් වීමට හේතුව වන්නේ,
   i. කෘමි හානියකි.
   ii. පෝෂක ඌනතාවකි.
   iii. රෝගයකි.

7. පොල් ඉඩම්වල තෙතමන සංරක්ෂණය සඳහා භාවිත කිරීමට වඩාත් සුදුසු වන්නේ,

i. පොලිතීන් ය. ii. පොල් ලෙලි ය. iii. පොල්කටු ය.

8. පොල් කුඩුවලින් සාදන නිෂ්පාදනයක් වන්නේ,

i. පොල් පිටි ය. ii. සව් ය. iii. දොදොල් ය.

9. මෙම භාණ්ඩය සාදා ඇත්තේ,

i. පොල් කටුවලිනි.
ii. පොල් දැවවලිනි.
iii. පොල් කොළවලිනි.

10. ශ්‍රී ලංකාවේ සාමාන්‍යයෙන් පොල් වගා නොකරන දිස්ත්‍රික්කයකි.

i. කුරුණෑගල
ii. ගාල්ල
iii. නුවරඑළිය

ලකුණු : ☐/10

වැඩිදුර අධ්‍යයනයට

- පොල් ශාකයේ විවිධ කොටස් විවිධ නිෂ්පාදන කාර්ය සඳහා කාර්යක්ෂම ව භාවිත කළ හැකි ආකාරය පිළිබඳ තොරතුරු රැස් කරන්න.
- අන්තර්ජාලය භාවිතයෙන් හෝ පොත්පත් ඇසුරින් අපනයනය කරන පොල් ආශ්‍රිත නිර්මාණ පිළිබඳ තොරතුරු එකතු කරන්න. පොල් කොළ ආශ්‍රිත නිර්මාණ සාදා ගුරුභවතාගේ ද සහාය ඇති ව නිර්මාණ ප්‍රදර්ශනයක් පවත්වන්න. (පාසලේ අලුත් අවුරුදු පොළේ දී මෙම නිර්මාණ ද අලෙවියට තැබීමට හැකි ය).

සාරාංශය

- ☑ නුවරඑළිය දිස්ත්‍රික්කයේ හැර ශ්‍රී ලංකාවේ සැම ප්‍රදේශයක ම පාහේ පොල් වගා කළ හැකියි.
- ☑ ගෙවත්තේ ඇති පොල් ශාකවල සියලු කොටස්වලින් විවිධ ප්‍රයෝජන ලබාගත හැකියි.
- ☑ එපමණක් නොව ආහාර සඳහා විවිධ ආකාරයෙන් ප්‍රයෝජනයට ගැනීමෙන් පසු අපද්‍රව්‍ය ලෙස ඉවත් කරන කොටස්වලින් පවා වෙනත් ප්‍රයෝජන ලබාගත හැකියි.
- ☑ අපගේ නිවෙසේ ජීවත් වන පුද්ගලයන්ගේ පොල් අවශ්‍යතාව සම්පූර්ණ කර ගැනීමට ගෙවත්තේ ඉඩ ප්‍රමාණය ද සලකා බලා පොල් වගා කළ හැකියි.
- ☑ එමෙන් ම ගෙවත්තේ ඇති පොල් ශාකවලට හොඳින් සාත්තු කිරීමෙන් වැඩි පලදාවක් ලබා ගැනීමෙන් ද අපගේ ආර්ථික තත්ත්වය සරු කර ගන්න පුළුවන්.
- ☑ පොල් ශාකයේ කොළ ආශ්‍රිත ව විවිධ නිෂ්පාදන සකස් කර දේශීය මෙන් ම විදේශීය වෙළෙඳපොළට ඉදිරිපත් කළ හැකියි.

පිළිතුරු

ඔබේ පෙර පරීක්ෂණයේ (1.1) පිළිතුරුවල නිවැරදි බව දැන් පරීක්ෂා කරන්න.

	ප්‍රකාශය
1.	පොල් තාල වර්ගයට අයත් ශාකයකි. ....
2.	පොල් ශාකයේ කඳ අතු බෙදී නැත. ....
3.	පොල් ශාකයේ සියලු ම කොටස් ප්‍රයෝජනවත් ය. ....
4.	අපේ රටේ බොහෝ ප්‍රදේශවල පොල් වගා කළ හැකි ය. ....
5.	පොල් අවුරුද්ද පුරා ම මල් පිපෙන ශාකයකි. ....

5 පසු පරීක්ෂණයේ පිළිතුරු

1. iii.	2. iii	3. iii	4. ii	5. i
6. ii	7. ii	8. i	9. i	10. iii

අවසාන ලකුණු ගණනය කිරීම

ක්‍රියාකාරකම	ලකුණු
4.1	/ 15
4.2	/ 25
4.3	/ 25
4.4	/ 25
4.5	/ 25
4.6	/ 25
පසු පරීක්ෂණය	/ 10
මුළු ලකුණු	/ 150
අවසාන ලකුණු	**(/ 150) x 100 =**

ඔබ මොඩියුලය සාර්ථක ව අධ්‍යයනය කළා.

සුබ පැතුම්

ඊළඟ අදියරේ දී නැවත හමු වෙමු.