



රිච්මන්ඩ් විද්‍යාලය Richmond College

දෙවන වාර වැඩ පැවරුම අංක 09 - 2020

පරිසර ආශ්‍රිත ක්‍රියාකාරකම්

Name / Index No :

Grade 3

2020.06.08 සිට 2020.06.14 සතිය දක්වා
පරිසරය වැඩ පොතේ කරවන්න.

❖ දෙමාපියන් සඳහා උපදෙස්,

- හැකි අය මෙම අභ්‍යාස තනි පැත්තට මුද්‍රණය කර ගැලපෙන ලෙස කොටස් කපා පරිසරය පොතේ අලවන්න.
- හැකි ලෙස දරුවාට පාඩමේ කොටස් පැහැදිලි කර දෙන්න.
- පිළිතුරු පමණක් දරුවාට ලියන්න දෙන්න.
- පාඩමට අදාළ Whatsapp මගින් Video Clips, Audio Clips එවා ඇත්නම් පෙන්වා දී පැහැදිලි කර දෙන්න.

07- ආරක්ෂාව හා පරිස්සම්

2020.06.08 දින පරිසරය වැඩ පොතේ කරවන්න.

01. අපි එදිනෙදා මුහුණදෙන විවිධාකාර අනතුරු ලයිස්තුගත කරමු.

අනතුර	අනතුර සිදු වූ ස්ථානය	සිදු වූ හානිය
1. පය ලිස්සා වැටීම	ක්‍රීඩා පිටිය	පාදය තුවාල වීම
2. පාපැදියෙන් වැටීම	මාර්ගයේ දී	අත පය තුවාල වීම
3. උණු වතුර ඇඟට වටීම	නිවසේ දී	අත පය පිවිටීම
4. බල්ලෙකු සපා කෑම	නිවසේ දී	පාදය තුවාල වීම
5. රතිඤ්ඤා අතේ පත්තු කිරීම	නිවසේ දී	ඇස් තුවාල වීම
6. ගසකින් වැටීම	ගෙවත්තේ දී	අත කැඩීම
7. විදුලි සැර වැදීම	නිවසේ දී	මිය යාම
8. ක්‍රීඩකයන් දෙදෙනෙකු එකිනෙකා ගැටීම	ක්‍රීඩා පිටියේ දී	සිහිය නැති වීම

02. ඉහත වගුවේ සඳහන් තොරතුරු අනුව පහත අසා ඇති ප්‍රශ්නවලට පිළිතුරු සපයන්න.

1) වැඩියෙන් ම සිදු වී ඇත්තේ කුමන අනතුරු ද?

.....

2) අනතුරු සිදුවීමට හේතු මොනවාද?

.....

3) අනතුරු සිදුවූ ස්ථාන 4ක් ලියන්න.

.....

.....

.....

.....

4) අනතුරුවලින් සිදුවිය හැකි හානි 4 ක් ලියන්න.

.....

.....

.....

.....

5) ඉහත සටහනට අනුව සිදුවී ඇති බරපතල ම අනතුර කුමක් ද?

.....

අනතුරක් සිදු වීමෙන් පසු ඊට ප්‍රතිකාර කිරීමට වඩා එම අනතුරෙන් ආරක්ෂා වීම වඩා වැදගත් ය.

03. ඔබේ නිවසේ ආරක්ෂාව සම්බන්ධයෙන් පහත ප්‍රශ්නවලට කෙටි පිළිතුරු සපයන්න.

- 1) ඔබේ නිවසේ ආරක්ෂාවට වැටක් ඉසිකර තිබේ ද?
- 2) වත්ත වට තාප්පයක් ඉදිකර තිබේ ද?
- 3) නිවසට ඇතුළුවීමට අගුළු දැමිය හැකි ගේට්ටුවක් තිබේ ද?
- 4) නිවසේ දොරවල්වලට ඉබ් යතුරු තිබේ ද?
- 5) නිවසේ ආරක්ෂාවට බල්ලෙක් ඇති කරනවා ද?

04. නිවසේදී සිදුවිය හැකි අනතුරු ලියන්න.

- 1) විදුලි සැර වැදීම
- 2) ගෑස් කාන්දු වීම නිසා ශරීරයට ගිනි ඇවිලීම
- 3) භූමිතෙල් කුප්පි ලාම්පු පෙරළීමෙන් ගිනි ඇවිලීම
- 4) වැරදි අයුරින් හා නොසැලකිල්ලෙන් ආයුධ භාවිතය නිසා තුවාල සිදුවීම
- 5) දිය නෑමට යාමේ දී ලිංවලින් ජලය ලබා ගැනීමේ දී අනතුරු සිදු වීම
- 6) නොසැලකිලිමත් ව බෙහෙත් ද්‍රව්‍ය පානය කිරීම
- 7) සුරතල් සතුන් සපා කෑම (බල්ලන්, පූසන්, ලේනුන්)
- 8) මේසයක් මත බඩු තබා තිබිය දී ඒ මත ඇති රෙද්ද ඇදීම නිසා බඩු පෙරළී විවිධ අනතුරු සිදුවීම (මේසය මත ඇති කුප්පි ලාම්පු වැනි දේ පෙරළීම, උණු වතුර භාජන පෙරළීම)
- 9) නිවස තුළ එහා මෙහා යාමේදී එකිනෙකා ගැටීම.
- 10) ඉතිමගකින් වැටීම.

❖ ඉහත අනතුරු ගැන පලවූ පුවත්පත් වාර්තාවල පිංතූර දෙකක් අලවන්න.

05) අනතුරු පිළිබඳව අප දැනගත යුතු දෑ.

- 1) අනතුරක් සිදුවන්නේ අප කිසිවිටෙක කන් නොසිතන විටදී ය.
- 2) විවිධ හේතු නිසා අනතුරු සිදු වේ.
- 3) අනතුරක් සිදුවීමෙන් පසු ඊට ප්‍රතිකාර කරනවාට වඩා එම අනතුරෙන් ආරක්ෂාවීම වඩා වැදගත් වීම.
- 4) අනතුරකදී පළමුව ක්‍රියාකළ යුතු ආකාරය දැක්වෙන ප්‍රථමාධාර පිළිබඳ දැනුමවත් වීම.
- 5) සෑම විටම තමා මෙන්ම අනුන් ද සත්ත්වයින් ද ආරක්ෂා විය යුතු බව.

06) අනතුරු පිළිබඳව තොරතුරු දැන්වීමට හා සහාය ලබා ගැනීමට කළ හැකි දේ.

1) 119 පොලීස් හදිසි ඇමතුම් අංකයට කතා කිරීම.



2) 1990 සුවසැරිය ගිලන්රථසේවාවට කතා කිරීම.



3) 1929 ළමා උපකාරක සේවයට කතා කිරීම.



4) ශ්‍රී ලංකා පොලීසියට කතා කිරීම.



5) රතු තුරුස සංවිධානයට කතා කිරීම.



07) හදිසි අවස්ථාවකදී ප්‍රයෝජනයට ගතහැකි ප්‍රථමාධාර පෙට්ටියක තිබිය යුතු දේවල් කීපයක් ලියන්න.

- 1) පුළුන්
- 2) ගෝස්
- 3) කතුරක්
- 4) ජලාස්ථර
- 5) සර්ජිකල් ස්ප්‍රිතු
- 6) බෙටර්ඩීන් වැනි දෙයක්
- 7) පැරසිටමෝල් වැනි දේවල්.



❖ ප්‍රථමාධාර පෙට්ටියක වික්‍රයක් අදින්න.