

- (iv) වැඩ ලෝකයට සුදානම් වීමේ නිපුණතා
ආර්ථික සංවර්ධනයට දායක වීම.
තම වෘත්තීය ළදියා සහ අභියෝගතා හඳුනා ගැනීම.
හැකියාවන්ට සරිලන අයුරින් රැකියාවක් තෝරා ගැනීම සහ වාසිදායක හා තිරසාර ජීවනෝපායයක නිරත වීම යන හැකියාවන් උපරිම කිරීමට හා ධාරිතාව වැඩි කිරීමට අදාළ සේවා නියුක්තිය හා සම්බන්ධ කුසලතා.
- (v) ආගමට සහ ආචාර ධර්මයන්ට අදාළ නිපුණතා
පුද්ගලයන් තම දෛනික ජීවිතයේ දී ආචාරධර්ම, සදාචාරාත්මක හා ආගමානුකූල හැසිරීම් රටාවන්ට අනුගත වෙමින් වඩාත් උචිත දේ තෝරා එයට සරිලන සේ කටයුතු කිරීම සඳහා අගයයන් උකහා ගැනීම හා ස්වීයකරණය.
- (vi) ක්‍රීඩාව සහ විවේකය ප්‍රයෝජනයට ගැනීමේ නිපුණතා
සෞන්දර්යය, සාහිත්‍යය, සෙල්ලම් කිරීම, ක්‍රීඩා හා මලල ක්‍රීඩා, විනෝදාංශ හා වෙනත් නිර්මාණාත්මක ජීවන රටාවන් මගින් ප්‍රකාශ වන විනෝදය, සතුට, ආවේග සහ එවන් මානුෂික අත්දැකීම්.
- (vii) "ඉගෙනීමට ඉගෙනීම" පිළිබඳ නිපුණතා
ශිෂ්‍යයන් වෙනස් වන, සංකීර්ණ හා එකිනෙකා මත යැපෙන ලෝකයක පරිවර්තන ක්‍රියාවලියක් හරහා වෙනස් වීම් හසුරුවා ගැනීමේ දී ඊට සංවේදී ව හා සාර්ථක ව ප්‍රතිචාර දැක්වීමත් ස්වාධීනව ඉගෙන ගැනීමත් සඳහා පුද්ගලයන් හට ශක්තිය ලබාදීම.

සෞඛ්‍යය හා ශාරීරික අධ්‍යාපන විෂයයේ අරමුණු

සෞඛ්‍යය හා ශාරීරික අධ්‍යාපන විෂයයේ අරමුණ වන්නේ ක්‍රියාශීලී, නිරෝග හා තෘප්තිමත් බවින් යුතු ජීවිතයක් ගත කිරීම සඳහා අවශ්‍ය දැනුම, ආකල්ප, කුසලතා හා සමාජ සම්බන්ධතා සමෝධානය කෙරෙන නිපුණතා පෙළක් සංවර්ධනය කර ගැනීමට ශිෂ්‍යයාට සහාය වීම ය.

මෙහි දී ශිෂ්‍යයා යොමු කරනු ලබන මූලික ක්ෂේත්‍ර වන්නේ

- අසිරිමත් සිරුර පිළිබඳ අධ්‍යයනය කිරීම හා එය රැක ගැනීම.
- සතුට හා තෘප්තිය ලබා ගැනීම.
- අවශ්‍යතා තේරුම් ගැනීම.
- පෙනුම වර්ධනය කර ගැනීම.
- පෞද්ගලික ස්වස්ථතාව ආරක්ෂා කර ගැනීම.
- සහෘදයත් සමඟ සහයෝගයෙන් කටයුතු කිරීම.
- ජීවිත අභියෝගවලට ධනාත්මක ව හා සාර්ථක ව මුහුණ දීම.
- ආචාර ධර්මවලට ගරු කරමින් යහපැවැත්ම ඇති කර ගැනීම.
- විවේකය ඵලදායී ව ගත කිරීම හා ජීවිතය ඵලදායී සහ කාර්යක්ෂම කර ගැනීම යනාදී නිපුණතා සංවර්ධනය කර ගැනීම යි.

නිපුණතාව	නිපුණතා මට්ටම	විෂය අන්තර්ගතය	ඉගෙනුම් ඵල	කාලච්ඡේද
1. සෞඛ්‍යවත් සමාජයක් ගොඩනැගීමට දායක වෙයි.	1.1 සමාජීය සෞඛ්‍ය ගැටලු අවම කර ගැනීමට දායක වෙයි.	- සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධනය - සමාජීය සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධනය සංකල්පය - තමා ජීවත් වන ප්‍රදේශයේ සෞඛ්‍ය ගැටලු - වායු දූෂණය - ජල දූෂණය - භූමි දූෂණය - ශබ්ද දූෂණය - බෝවන රෝග - දුම්පානය, මද්‍යසාර, මත්ද්‍රව්‍ය, අනතුරු, අපවාර, අපයෝජන සහ හිංසනය - තමා ජීවත් වන ප්‍රදේශයේ සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධනය සඳහා තමා ගේ දායකත්වය - සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධනය සඳහා අත්‍යවශ්‍ය ප්‍රවේශ - සෞඛ්‍ය ප්‍රතිපත්ති - සෞඛ්‍යයට හිතකර පරිසරය - කුසලතා වර්ධනය - ප්‍රජා සහභාගිත්වය - සේවා ප්‍රතිසංවිධානය - සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධනයේ වාසි	- සමාජීය සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන සංකල්පය පැහැදිලි කරයි. - තමා ජීවත් වන ප්‍රදේශයේ සෞඛ්‍ය ගැටලු පෙළ ගස්වයි. - සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධනය සඳහා අත්‍යවශ්‍ය ප්‍රවේශ විස්තර කරයි. - සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධනයේ වාසි පැහැදිලි කරයි. - තමා ජීවත් වන ප්‍රදේශයේ සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධනය සඳහා තමා ගේ දායකත්වය ලබා දෙයි.	05

නිපුණතාව	නිපුණතා මට්ටම	විෂය අන්තර්ගතය	ඉගෙනුම් ඵල	කාලච්ඡේද
2. සෞඛ්‍යවත් ජීවිතයක් සඳහා මානව අවශ්‍යතා සපුරා ගනියි.	2.1 ආත්ම සාක්ෂාත්කරණය සඳහා පෞරුෂය ගොඩනඟා ගනියි.	- ආත්ම සාක්ෂාත්කරණය හැඳින්වීම - ආත්ම සාක්ෂාත්කරණයෙහි වැදගත්කම - ආත්ම සාක්ෂාත්කරණ ප්‍රවේශ	- ආත්ම සාක්ෂාත්කරණය පැහැදිලි කරයි. - ආත්ම සාක්ෂාත්කරණයෙහි වැදගත්කම ප්‍රකාශ කරයි. - ආත්ම සාක්ෂාත්කරණය සඳහා ඉලක්ක පිහිටුවා ගනිමින් කටයුතු කරයි.	02
3. සෞඛ්‍යවත් ජීවිතයක් ගත කිරීම සඳහා නිවැරදි ඉරියව්‍ව ප්‍රදර්ශනය කරයි.	3.1 ශාරීරික ඉරියව්‍වල වැරදි පිළිබඳ විමසිලිමත් වෙමින් නිවැරදි ඉරියව්‍ව පවත්වා ගනියි.	- වැරදි ඉරියව්‍වලට බලපෑම් කරන තත්ත්ව/සාධක - සංජානීය සාධක - පාරිසරික තත්ත්ව - නිදන්ගත තත්ත්ව - උපතේ දී හා පාරිසරික ව ඇති වන තත්ත්ව - ඔටු කුදය - පසු කුදය - පැති කුදය - කශේරුවේ විෂම පිහිටීම මත වන කුදය - පැතැලි පිට - බකල දෙපා - පූට්ටු දණහිස - වැරදි ඉරියව්‍ව නිවැරදි කිරීමේ ක්‍රම - ප්‍රතිකාර ලබා ගත හැකි ස්ථාන සහ සේවා	- වැරදි ඉරියව්‍වලට බලපෑම් කරන තත්ත්ව/සාධක නම් කරයි. - වැරදි ඉරියව්‍ව විස්තර කරයි. - වැරදි ඉරියව්‍ව නිවැරදි කර ගනියි. - නිවැරදි ඉරියව්‍ව ඇති කර ගැනීම සඳහා අන් අය යොමු කරයි.	02

නිපුණතාව	නිපුණතා මට්ටම	විෂය අන්තර්ගතය	ඉගෙනුම් ඵල	කාලවර්ෂේද
4. ක්‍රීඩාවල සහ එළිමහන් ක්‍රියාකාරකම්වල යෙදෙමින් විවේකය ඵලදායී ලෙස ගත කරයි.	4.1 සංවිධානාත්මක හා එළිමහන් ක්‍රියාකාරකම් වර්ගීකරණය කරයි.	- සංවිධානාත්මක ක්‍රීඩා වර්ගීකරණය - එළිමහන් ක්‍රියාකාරකම් වර්ග - සංවිධානාත්මක ක්‍රීඩා හා එළිමහන් ක්‍රියාකාරකම්වල අවශ්‍යතාව - ශාරීරික අවශ්‍යතා - මානසික අවශ්‍යතා - සමාජීය අවශ්‍යතා	- සංවිධානාත්මක ක්‍රීඩා වර්ගීකරණය කරයි. - එළිමහන් ක්‍රියාකාරකම් වර්ග කරයි. - සංවිධානාත්මක ක්‍රීඩාවල හා එළිමහන් ක්‍රියාකාරකම්වල අවශ්‍යතා පැහැදිලි කරයි.	01
	4.2 එළිමහන් ක්‍රියාකාරකම්වල නිරත වීමේ දී අවස්ථානුකූල ව ගැට සහ බැමි යොදා ගනියි.	- ගැට - බැමි	අවස්ථානුකූල ව ගැට සහ බැමි භාවිත කරයි.	03
	4.3 විවේකය ඵලදායී ලෙස ගත කිරීම සඳහා එළිමහනේ ආහාර පිසියි.	- විවිධ ලිප් වර්ග - එළිමහන් ආහාර පිසීමේ ක්‍රම	- එළිමහනේ ආහාර පිසීමට අවශ්‍ය උපකරණ සකස් කරයි. - එළිමහනේ ආහාර පිසීමේ දී භාවිත ලිප් සකස් කරයි. - අවස්ථානුකූල ව එළිමහනේ ආහාර පිසියි.	03
	4.4 විවේකය ඵලදායී ලෙස ගත කිරීම සඳහා ගිනිමැල සන්දර්ශන පවත්වයි.	- ගිනිමැල සන්දර්ශන පැවැත්වීම - ගිනිමැල සැකසීම - ගිනිමැල සන්දර්ශන ගීත හා නාට්‍ය - ගිනිමැල සන්දර්ශනවල ප්‍රයෝජන	- විවිධ ක්‍රම භාවිත කරමින් ගිනිමැල සකසයි. - ගිනිමැල සන්දර්ශනවල දී ගීත හා නාට්‍ය ඉදිරිපත් කරයි. - ගිනිමැල සන්දර්ශනවල ප්‍රයෝජන අගයයි.	03

නිපුණතාව	නිපුණතා මට්ටම	විෂය අන්තර්ගතය	ඉගෙනුම් ඵල	කාලච්ඡේද
	4.5 දක්ෂතා නිවැරදි ව භාවිත කරමින් වොලිබෝල් ක්‍රීඩාවේ නිරත වෙයි.	- වොලිබෝල් ක්‍රීඩාවේ දක්ෂතා - ප්‍රහාරය - වැළැක්වීම - නීති රීති - වොලිබෝල් ක්‍රීඩාවේ නිරත වීම	- ප්‍රහාරය සහ වැළැක්වීම නිවැරදි ව සිදු කරයි. - නීති රීතිවලට අනුකූල ව වොලිබෝල් ක්‍රීඩාවේ යෙදෙමින් වින්දනයක් ලබයි.	03
	4.6 දක්ෂතා නිවැරදි ව භාවිත කරමින් දෑල්පන්දු ක්‍රීඩාවේ නිරත වෙයි.	- දෑල්පන්දු ක්‍රීඩාවේ දක්ෂතා - ආක්‍රමණය - රැකීම - විදීම - නීති රීති - තෙට්බෝල් ක්‍රීඩාවේ නිරත වීම	- ආක්‍රමණය, රැකීම සහ විදීම නිවැරදි ව සිදු කරයි. - නීති රීතිවලට අනුකූල ව දෑල්පන්දු ක්‍රීඩාවේ යෙදෙමින් වින්දනයක් ලබයි.	03
	4.7 දක්ෂතා නිවැරදි ව භාවිත කරමින් පාපන්දු ක්‍රීඩාවේ නිරත වෙයි.	- පාපන්දු ක්‍රීඩාවේ දක්ෂතා - ගෝල් රැකීම - තුළට විසි කිරීම - නීති රීති - පාපන්දු ක්‍රීඩාවේ නිරත වීම	- ගෝල් රැකීම සහ තුළට විසි කිරීම නිවැරදි ව සිදු කරයි. - නීති රීතිවලට අනුකූල ව පාපන්දු ක්‍රීඩාවේ යෙදෙමින් වින්දනයක් ලබයි.	03

සමුදාය 6 - සාමාන්‍ය ශිෂ්‍යයාගේ

සාමාන්‍ය ශිෂ්‍යයාගේ සාමාන්‍ය

නිපුණතාව	නිපුණතා මට්ටම	විෂය අන්තර්ගතය	ඉගෙනුම් ඵල	කාලච්ඡේද
5. මලල ක්‍රීඩාවේ යෙදීම මගින් දියුණු කර ගත් සුවිශේෂ හැකියා ජීවන කාර්ය සඳහා උපයෝග කර ගනියි.	5.1 යෂ්ටි මාරුව නිවැරදි ව සිදු කරමින් සහාය දිවීමේ නිරත වෙයි.	- සහාය දිවීම - යෂ්ටි මාරු මූලික ක්‍රම - යෂ්ටිය ලබා ගන්නා පැත්ත අනුව - පිටත - ඇතුළත - මිශ්‍ර - යෂ්ටිය ලබා දෙන ආකාරය අනුව - උඩු අත් - යටි අත් - යෂ්ටිය දෙස බැලීම අනුව - දෘශ්‍ය - අදෘශ්‍ය - විවිධ ඉසවුවල දී ඉහත මූලික ක්‍රම භාවිත වන ආකාරය - නීති රීති	- යෂ්ටි මාරු මූලික ක්‍රම විස්තර කරයි. - යෂ්ටි මාරු කිරීමේ නීතිරීති ප්‍රකාශ කරයි. - නිවැරදි යෂ්ටි මාරු ක්‍රම අනුගමනය කරමින් සහාය දිවීම වල නිරත වෙයි.	03
	5.2 එල්ලීමේ ක්‍රමය (Hang Technique) නිවැරදි ව භාවිත කරමින් දුර පනියි.	- තිරස් පැනීම - දුර පැනීම - එල්ලීමේ ක්‍රමය - නීතිරීති	- තිරස් පැනීමේ ක්‍රම විස්තර කරයි. - දුර පැනීමේ නීති රීති ප්‍රකාශ කරයි. - එල්ලීමේ ක්‍රමය භාවිත කරමින් නිවැරදි ව දුර පනියි.	02

නිපුණතාව	නිපුණතා මට්ටම	විෂය අන්තර්ගතය	ඉගෙනුම් ඵල	කාලවර්ෂයේද
	5.3 ෆ්ලොප් ක්‍රමයේ මූලික පැනීමවල නිරත වෙයි.	- සිරස් පැනීම් - උස පැනීම - ෆ්ලොප් ක්‍රමය - නිති රීති	- සිරස් පැනීම් ක්‍රම විස්තර කරයි. - උස පැනීමේ නිති රීති ප්‍රකාශ කරයි. - ෆ්ලොප්, ක්‍රමයේ ක්‍රියාකාරකම්වල නිරත වෙයි.	02
	5.4 ජව ඉරියව්ව භාවිත කරමින් නිවැරදි ව විසි කරයි.	- විසි කිරීම - ජව ඉරියව්වේ සිට විසි කිරීම - යගුලිය - කවපෙත්ත - හෙල්ල - නිති රීති	- ජව ඉරියව්වේ හිඳ යගුලිය දමයි. - ජව ඉරියව්වේ හිඳිමින් කවපෙත්ත විසි කරයි. - ජව ඉරියව්වේ හිඳිමින් හෙල්ල විසි කරයි. - විසි කිරීමේ මූලික නිති රීති ප්‍රකාශ කරයි.	02
6. ක්‍රීඩා නීති රීතිවල හා ආචාර ධර්මවලට අනුගත වෙමින් සමාජානුයෝගී ව කටයුතු කරයි.	6.1 ක්‍රීඩා නීති රීති පිළිපදිමින් ආචාරධර්මවලට හා සමාජ අගයවලට අනුගත වෙයි.	- ක්‍රීඩා නීති රීති හා ආචාර ධර්ම අතර සම්බන්ධතාව - ක්‍රීඩා නීති රීතිවල හා ආචාර ධර්මවල සමාජීය වටිනාකම් - කණ්ඩායමේ සාමාජිකයන් සමඟ - ප්‍රතිමල්ලවයන් සමඟ - නිලධාරීන් සමඟ - නරඹන්නකු ලෙස	- ක්‍රීඩා නීති රීති හා ආචාරධර්ම අතර සම්බන්ධතා පැහැදිලි කරයි. - ක්‍රීඩා නීති රීති හා ආචාර ධර්මවල සමාජීය වටිනාකම් ප්‍රකාශ කරයි. - ක්‍රීඩා නීති රීති හා ආචාර ධර්මවලට අනුගත වීමේ සුදානම ප්‍රදර්ශනය කරයි.	01

නිපුණතාව	නිපුණතා මට්ටම	විෂය අන්තර්ගතය	ඉගෙනුම් ඵල	කාලච්ඡේද
7. සෞඛ්‍යවත් ජීවිතයක් සඳහා සුදුසු ආහාර පරිභෝජනය කරයි.	7.1 පෝෂණ අවශ්‍යතාවලට අනුව ආහාර පරිභෝජනය කරයි.	- පෝෂණ අවශ්‍යතා - ජීවන චක්‍රය සහ ස්ත්‍රීපුරුෂ භාවය අනුව පෝෂණ අවශ්‍යතා - ලිදරු - ළමා - යොවුන් - වැඩිහිටි - මහලු - විශේෂ අවස්ථාවලට අනුකූල වූ පෝෂණ විවිධතා - ගර්භණී මවුවරු - කිරි දෙන මවුවරු - ක්‍රීඩකයෝ - කය වෙහෙසන්නෝ - රෝගීහු - ශාකමය ආහාර පමණක් ගන්නා අය - පෝෂණය පිළිබඳ මිථ්‍යා මත සහ විශ්වාස - ප්‍රාදේශීය විශ්වාස, පුරුදු සහ ආකල්ප - විවිධ මාධ්‍ය මගින් කෙරෙන ප්‍රචාර විමසුමට ලක් කිරීම - පෝෂ්‍යදායී ආහාර තෝරා ගැනීමේ දී තමාගේ දායකත්වය - පෝෂණය පිළිබඳ යහ පණිවිඩ සන්නිවේදනය	- ජීවන චක්‍රය සහ ස්ත්‍රීපුරුෂ භාවය අනුව පෝෂණ අවශ්‍යතා වෙනස් වන ආකාරය පහදයි. - විශේෂ අවස්ථාවලට අනුකූල වූ පෝෂණ විවිධතා පහදයි. - පෝෂණ අවශ්‍යතා අනුව ආහාර පරිභෝජනය කිරීමේ සුදානම ප්‍රදර්ශනය කරයි. - පෝෂණය පිළිබඳ මිථ්‍යා මතවලින් බැහැර වෙයි. - විවිධ මාධ්‍ය මගින් කෙරෙන ප්‍රචාර විමසා බලා ප්‍රතිචාර දක්වයි. - පෝෂණය පිළිබඳ යහපණිවිඩ සන්නිවේදනය කරයි.	06

නිපුණතාව	නිපුණතා මට්ටම	විෂය අන්තර්ගතය	ඉගෙනුම් ඵල	කාලච්ඡේද
8. සිරුරේ අසිරිය මනාව පවත්වා ගනිමින් කාර්යක්ෂම දිවි පැවැත්මකට අනුගත වෙයි.	8.1 බාහිර පෙනුම පවත්වා ගැනීම සඳහා සෞඛ්‍යවත් පිළිවෙත් අනුගමනය කරයි.	- බාහිර පෙනුම කෙරෙහි අදාළ ශරීර අංගවල අසිරිය - සම, කෙස්, නිය, දත්, ඇස්, කන්, තොල්, ඇඟිලි, පාද - අසිරිය සුරැකෙන සෞඛ්‍යවත් පිළිවෙත්	- බාහිර පෙනුම කෙරෙහි අදාළ ශරීර අංගවල අසිරිය පහදයි. - අසිරිය සුරැකෙන සෞඛ්‍යවත් පිළිවෙත් අනුගමනය කරයි. - බාහිර පෙනුම කෙරෙහි අදාළ ශරීර අංගවල අසිරියට බාධා පමුණුවන වර්තමාන වැළැක්වීම.	02
9. සෞඛ්‍යවත් ජීවිතයක් සඳහා යෝග්‍යතාව පවත්වා ගැනීමට කටයුතු කරයි.	9.1 සෞඛ්‍යය ආශ්‍රිත යෝග්‍යතා සාධක විමසා බලමින් ඒවා වැඩිදියුණු කර ගැනීමට කටයුතු කරයි.	- සෞඛ්‍ය ආශ්‍රිත යෝග්‍යතා පරීක්ෂණ - හෘද් පුෂ්ඨිය දූර්වමේ හැකියාව - බාලක මි.800 හා බාලිකා මි.600 අඛණ්ඩ ධාවන පරීක්ෂණය - බිස් පරීක්ෂණය - පේශිමය දූර්වමේ හැකියාව - සිට්ස් (Sit-ups) පරීක්ෂණය - පුෂ් අප්ස් (Pusups) පරීක්ෂණය - පේශිමය ශක්තිය - හිටි දුර පැනීමේ පරීක්ෂණය - පැනීමෙන් ඉහළ ඇල්ලීමේ පරීක්ෂණය - නම්‍යතාව - නම්‍යතා පරීක්ෂණ - වාඩ්වි ඉදිරියට නැමීමේ පරීක්ෂණය - සිටගෙන ඉදිරියට නැමීමේ පරීක්ෂණය - ශාරීරික සංයුතිය - ශරීර ස්කන්ධ දර්ශකය මැනීම - සෞඛ්‍යය ආශ්‍රිත යෝග්‍යතාව ප්‍රශස්ත මට්ටමට පවත්වා ගැනීම සඳහා ගත යුතු ක්‍රියාමාර්ග	- සෞඛ්‍යය ආශ්‍රිත යෝග්‍යතා පරීක්ෂණ හඳුන්වා දෙයි. - සෞඛ්‍යය ආශ්‍රිත යෝග්‍යතාව ප්‍රශස්ත මට්ටමට පවත්වා ගැනීම සඳහා ගත යුතු ක්‍රියාමාර්ග විස්තර කරයි.	05

නිපුණතාව	නිපුණතා මට්ටම	විෂය අන්තර්ගතය	ඉගෙනුම් ඵල	කාලවර්ෂයේදී
	9.2 මනෝසමාජීය යෝග්‍යතා සාධක විමසා බලමින් ඒවා වැඩිදියුණු කර ගැනීමට කටයුතු කරයි.	- මානසික යෝග්‍යතා - චිත්තන හැකියා - ගැටලු විසඳීම - වගකීමෙන් යුතු තීරණ ගැනීම - ආතතියට සාර්ථක ව මුහුණ දීම - චිත්තදායක හැකියාව - මානසික යෝග්‍යතා වර්ධනයට යොදා ගත හැකි ක්‍රියාකාරකම්	- මානසික යෝග්‍යතාව වැඩිදියුණු කර ගැනීම සඳහා කටයුතු කරයි. - මානසික යෝග්‍යතාව වැඩිදියුණු කර ගැනීම සඳහා අන් අයට සහාය වෙයි.	02
10. එදිනෙදා ජීවිතයේ හමු වන බාධකවලට සාර්ථක ව මුහුණ දෙමින් ප්‍රීතිමත් දිවියක් ගත කරයි.	10.1 ලිංගිකත්වය පිළිබඳ වගකීමෙන් යුතු ව කටයුතු කරමින් ඒ හා සබැඳි අභියෝගවලට සාර්ථක ව මුහුණ දෙයි.	- මානව ලිංගිකත්වය - වගකීම් සහිත ලිංගික වර්යා - විවාහය - සංස්කෘතික හා සමාජීය වැදගත්කම - තෛතික වැදගත්කම - ස්ත්‍රීපුරුෂ සමාජ භාවය - ගැබ්නී අවස්ථාවේ දී හා දරුවන් හදාවඩා ගැනීමේ දී පියකු ගේ සහ මවක ගේ වගකීම	- මානව ලිංගිකත්වය යන සංකල්පය පැහැදිලි කරයි. - වගකීම් සහිත ලිංගික වර්යා පිළිබඳව විස්තර කරයි. - ස්ත්‍රීපුරුෂ සමාජ භාවයට අනුකූල ව කටයුතු කරයි. - ගැබ්නී අවස්ථාවේ දී හා දරුවන් හදාවඩා ගැනීමේ දී පියකු ගේ සහ මවක ගේ වගකීම් විස්තර කරයි.	03

නිපුණතාව	නිපුණතා මට්ටම	විෂය අන්තර්ගතය	ඉගෙනුම් ඒල	කාලවර්ෂයේද
	10.2 සමාජීය අභියෝග හඳුනා ගනිමින් විශ්වාසයෙන් යුතු ව මුහුණ දෙයි.	- අනාගත සමාජීය අභියෝග - ආහාර - සකස් කරන ලද ආහාර (Processed foods) - නිෂ්පාදන ආහාර (Junk Foods) - ක්ෂණික ආහාර (Fast Foods) - රෝග - බෝ වන රෝග - (HIV/AIDS ඇතුළු ව) - බෝ නොවන රෝග - කාලගුණය - ආපදා - සංස්කෘතිය - නව තාක්ෂණය - ගැටුම්	අනාගත සමාජීය අභියෝගවලට මුහුණ දීමේ සූදානම් ප්‍රදර්ශනය කරයි.	04