Path to Success – Study Pack

තෙවන පාසල් වාරය සඳහා ඉගෙනුම් අත්වැල

පුරවැසි අධ්‍යාපනය - 8 ශ්‍රේණිය

අධ්‍යාපන සංවර්ධන අංශය

කලාප අධ්‍යාපන කාර්යාලය - කැලණිය

උපදේශනය හා අධීක්ෂණය

පී.ඩී.ඉරෝෂිනී කේ. පරණගම මිය

කලාප අධ්‍යාපන අධ්‍යක්ෂ

මෙහෙයවීම හා සංවිධානය

එෆ්.එච්.ජේ. පී. සිල්වා මයා

නියෝජ්‍ය කලාප අධ්‍යාපන අධ්‍යක්ෂ (අධ්‍යාපන සංවර්ධන)

විෂය සම්බන්ධීකරණය

කේ.එල් නිල්මිණී පෙරේරා මෙය - නියෝජ්‍ය අධ්‍යාපන අධ්‍යක්ෂ (සමාජ විද්‍යා)

සම්පත් දායකත්වය

- සෝමා දීගල්ල මිය - ගුරු උපදේශක (සමාජ විද්‍යා - කැලණිය කොට්ඨාසය)
- දිනූෂා ලක්මාලි මිය - හුණුපිටිය බණ්ඩාරනායක ම.වි.

සියලු හිමිකම් ඇවිරිණි

පුරවැසි අධ්‍යාපනය කෙටි සටහන්

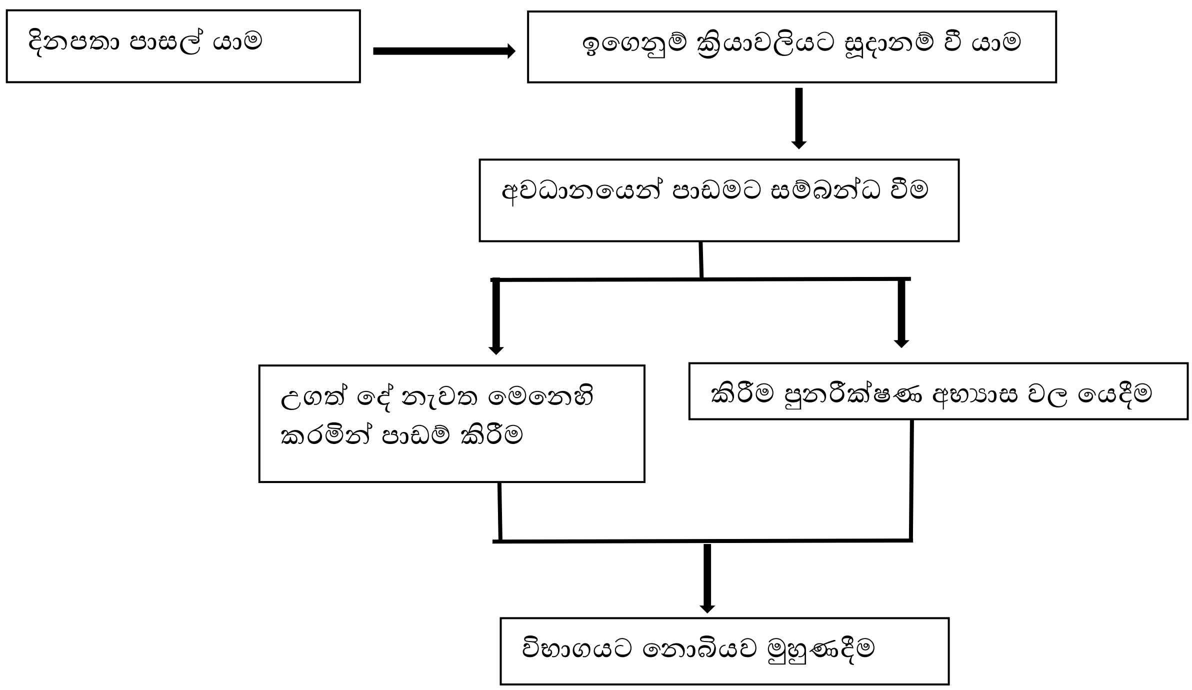
8 ශ්‍රේණිය - තෙවන වාරය

5 පාඩම - ගැටලු විසඳමින් අභියෝග ජයගනිමු

- ගැටලුවක් යනු යම් කාර්යයක්, තත්ත්වයක්, අවස්ථාවක් කරා ළඟා වීමට ඇති බාධාවයි.ගැටලුව මිනිස් ජීවිතය තුළ සාමාන්‍ය සංසිද්ධියක් වන අතර තමා අපේක්ෂා කරන දෙය එලෙසින්ම ඉටු කර ගැනීමට නොහැකි වීම තුළ ගැටලු නිර්මාණය වේ.
- විවිධ මාදිලියේ ගැටළු :-
    - කායික ගැටලු
    - මානසික ගැටලු
    - සමාජ ගැටලු
    - භෞතික ගැටලු
- **සිසුන් මුහුණ දෙන ගැටලු:-**
    - ආහාර හා පෝෂණ ගැටලු
    - ආර්ථික ගැටලු
    - විභාගවලින් අසමත්වීම
    - ආදරය නොලැබීම
- **ගැටලුවලට හේතු සෙවීම;-**

ගැටලුව	විභාගය අසමත් වීම.
ගැටළුවට හේතුව	පාසලට පැමිණීම දුර්වල වීම. හා විෂය කරුණු පිළිබඳ අවබෝධය අඩුවීම .
ගැටලුව නිසා ඇතිවන බලපෑම	තමන්ට නොගැළපෙන කටයුතුවල යෙදීම අලසකම

- ඉහත ගැටළු සඳහා විසඳුම් සෙවීම



- පුද්ගල ජීවිතයේ දී මෙන්ම සමාජ ජීවිතයේ දී පුද්ගලයාට විවිධ අභියෝග වලට හා ගැටලුවලට මුහුණ දීමට සිදුවේ ගැටලුවක් යනු පවත්නා තත්ත්වය හා අභියෝග තත්ත්වය අතර ඇති වෙනසයි.

පවත්නා තත්ත්වය	අපේක්ෂිත තත්ත්වය
අධ්‍යාපන කටයුතු සාර්ථකව ඉටුකර ගැනීම සඳහා ගැනීමට ආර්ථික දුෂ්කරතා	අධ්‍යාපන කටයුතු සාර්ථක ඉලක්ක කරා යොමු කර ගැනීම

පවත්නා තත්ත්වය ← ගැටලුව → අපේක්ෂිත තත්ත්වය විසඳුම්

↓

විසඳුම්

ගැටළු විසඳීමෙන් ලැබෙන ප්‍රයෝජන:-

- අරමුණ ඉටු වීම
- අසහනය දුරු වීම
- සාමය ඇති වීම
- සුහදත්වය වර්ධනය
- සහයෝගය වර්ධනය
- නිවැරදි වීම
- ගැටුම් අවම වීම

ගැටලු විසඳීමේදී එය විශ්ලේෂණය කර විචාරශීලීව නිර්මාණශීලීව කටයුතු කළ යුතුයි

අපේ ජීවිතයට ලැබෙන අභියෝග:-

- ජීවිත ඉලක්ක ජය ගැනීම
- විභාගයෙන් ජය විභාගය
- ක්‍රීඩාව
- දිළිඳුකම ජයගැනීම
- ස්වභාව ධර්මය ජය ගැනිම

අභ්‍යාස

1. ගැටලුව පිළිබඳව සරල නිර්වචනයක් ගොඩනගන්න.
2. ඔබ හෝ ඔබගේ මිතුරෙකුට ඇති වූ ගැටළුවක් තෝරාගෙන එම ගැටලු ඇති වීමට බලපෑ හේතු රූපසටහනේ ආකාරයට සටහන් කරන්න.
3. මෙම ගැටළු සඳහා යොදාගත හැකි විකල්ප සොයා ලියන්න.
4. සමාජය තුළ පවතින විවිධ මාදිලියේ ගැටලු මොනවා ද?
5. වත්මන් සමාජයේ සිසුන් මුහුණ දෙන ගැටලු කීපයක් සඳහන් කරන්න.

6. ගැටලුවක් විශ්ලේෂණය කර එයට බලපා ඇති හේතු හා එයින් සිදුවන බලපෑම කෙසේදැයි දක්වන්න.
7. ගැටලු විසඳීමෙන් ලැබෙන ප්‍රයෝජන මොනවා ද?
8. ගැටලු සඳහා විසඳුම් සොයගනු ලබන්නේ කෙසේද

අභියෝග ජයගනිමු

අභියෝගයක් යනු :-

ජීවිත ඉලක්ක ජය ගැනීමේ දී සිදුවන බාධා අභියෝග නම් වේ. පුද්ගලයාට ජීවිතයේ යම් අවස්ථාවක දී අභියෝග ඇතිවීම ස්වභාවයකි. ජීවිතයට ඇති අභියෝග ජයගත් පුද්ගලයන් ප්‍රකටය.

උදාහරණ ; තෝමස් අල්වා එඩිසන් ⟶ විදුලි බුබුල සොයා ගැනීම

සුසන්තිකා ජයසිංහ ⟶ ලොවට ප්‍රකට ධාවන ශූරී

- එදිනෙදා ජීවිතයේ දී මුහුණ දෙන අභියෝග :-
  - ආර්ථික දුෂ්කරතා හමුවේ අධ්‍යාපනය සාර්ථක කර ගැනීම.
  - බාධක ජයගැනීම අභියෝගය
  - වැරදි නිවැරදි කර ගැනීමේ අභියෝගය
  - අරමුණු ජයගැනීමේ අභියෝගය

- අභියෝග ජය ගැනීමට අවශ්‍ය ගුණාංග :-
  - ආත්ම විශ්වාසය
  - උනන්දුව
  - කැපවීම
  - අධිෂ්ඨානය
  - වීර්යය
  - ඉවසීම
  - උද්යෝගය

අපට ඇතිවන ඕනෑම ගැටලුවක්, අභියෝගයක් සඳහා විසඳුම් පවතී. අප කළ යුත්තේ මනා අවබෝධයකින් නිවැරදි තීරණ ගනිමින් ගැටලුව හා අභියෝග ජයගැනීමයි.

අභ්‍යාස;

1. අභියෝග යනු කුමක්දැයි අර්ථ දක්වන්න
2. ඔබට මුහුණ දීමට සිදු වූ අභියෝග කීපයක් ලියන්න

3. අභියෝග ජයගත හැක්කේ කෙසේද
4. අභියෝග ජය ගැනීම සඳහා අවශ්‍ය ගුණාංග මොනවාද
5. එදිනෙදා ජීවිතයේ දී මුහුණ පෑමට සිදුවන අභියෝග මොනවා ද?
6. අභියෝග වලට මුහුණ දී ජීවිතය ජය ගත් පුද්ගලයන් පිළිබඳ තොරතුරු එකතු කර කථාන්දරයක් නිර්මාණය කරන්න.
7. එයින් ඔබට ලබා ගත හැකි ආදර්ශ පැහැදිලි කරන්න.
8. ජීවිතයේදී ඔබට මුහුණ දීමට සිදු වූ අභියෝගයක් ලියා දක්වා එය සාර්ථක ලෙස විසඳා ගැනීමට ගත් ක්‍රියාමාර්ග නම් කරන්න.
9. මිනිසා විසින් විවිධ ගැටලු හා අභියෝග ජය ගැනීම සඳහා නිපදවා ඇති නිර්මාණ ඇසුරෙන් පහත වගුව සම්පූර්ණ කරන්න.

පුද්ගලයන්	අභියෝග හා ගැටලු	නිපදවූ නිර්මාණය

6 පාඩම - වැඩ ලෝකයට පිවිසෙමු

වැඩ ලෝකය ගැන සමාජය පාදන සියලුම රැකියාවන්හි එකතුව වැඩ ලෝකය පිළිබඳ නිර්වචන වැඩ ලෝකය එන දැනට වැඩෙහි නිරතවන හා නිරත වීමට අපේක්ෂා කරන සියළුම පුද්ගලයන් තිබෙන අවස්ථාව මට

ලෝකයේ විවිධ රැකියා :-

කෘෂිකාර්මික	කාර්මික	සේවා	ස්වයං රැකියා
ගොවිතැන	ගුවන් යානා	ප්‍රවාහන	රූපලාවණ්‍ය ශිල්පිනිය
තේ දලු නෙලීම	මෙහෙයවීම	ලෑලි	ආහාර සැකසීම
කොප්පරා සැකසීම	වාහන	සෞඛ්‍ය සේවා	ජංගම දුරකථන
රබර් කිරි කැපීම	ඇඳුම් මැසීම	තැපැල් සේවා	අලුත්වැඩියාව
		වෙළඳාම	

වැඩ ලෝකයේ විවිධත්වයට හේතු

- ප්‍රාදේශීය විෂමතා;
  - ශ්‍රී ලංකාවේ ඇතැම් ප්‍රදේශ අනුව
  - ඒ ඒ ප්‍රදේශයන්ට ආවේණික රැකියා තිබීම

උදාහරණ; නුවරඑළිය - එළවළු හා මල් වැවීම

කජුගම - කජු

ගාල්ල මාතර - ධීවර කර්මාන්තය

අම්පාර - වී ගොවි තැන

වේවැල්දෙණිය - වේවැල් භාණ්ඩ

➢ පාරම්පරිකව පැවත එන රැකියා:-

පිළිමතලාව පිත්තල භාණ්ඩ නිපදවීම.

අම්බලන්ගොඩ වෙස්මුහුණු හා රූකඩ නිපදවීම.

➢ රැකියාව අයත්වන ක්ෂේත්‍ර ;

- රාජ්‍ය අංශය
- පෞද්ගලික අංශය
- ස්වයං රැකියා

වැය කරන ශ්‍රමයේ ප්‍රමාණය අනුව;

මානසික ශ්‍රමය යොදවන රැකියා →

- වෛද්‍ය වෘත්තිය,
- ගුරු වෘත්තිය
- ඉංජිනේරු වෘත්තිය
- පරිපාලන

කායික ශ්‍රමය යොදවන රැකියා →

- ගොවියන්
- කම්කරුවන්
- වඩු කාර්මිකයන්
- පෙදරේරුවන්

ශ්‍රමාභිමානය යනු තමන් කරන රැකියාව පිළිබඳ සතුටින් හා කැමැත්තෙන් නැතුව ඉටුකිරීම ශ්‍රමාභිමානය නැතහොත් රැකියාව පිළිබඳ අභිමානයක් ඇති කර ගැනීමයි.

➢ ශ්‍රම අභිමානයෙන් කටයුතු කිරීම නිසා අත්වන ප්‍රයෝජන;

1. සේවායෝජකයාට
   - තම ආයතනයේ කීර්තිනාමය ඉහළ නැංවීම
   - ආයතනය කෙරෙහි මහජන ප්‍රසාදය හිමිවීම
   - සේවක පෙළඹවීම වැඩිවීම
   - ආයතනයෙන් ලැබෙන ලාභය වැඩිවීම
2. සේවාලාභියාට
   - තම අවශ්‍යතා පහසුවෙන් ඉටුකරගත හැකි වීම
   - විශ්වාසනීයත්වය ගොඩනැගීම
   - චිත්තවේග සමබරතාව ඇතිවීම
   - ආයතනය කෙරෙහි හිතවත් බවක් ඇතිවීම
3. සේවාදායකයන්ට
   - තම රැකියාව ගැන අභිමානයක් ඇති වීම
   - තමන් කරන ලද සේවාව ගැන සතුටක් ඇති වේ.
   - රැකියාව පිළිබඳ ඉගෙනීමට ආසාවක් ඇතිවීම
   - තම ආයතනය කෙරෙහි ඇල්මකින් කටයුතු කිරීම

සේවා ස්ථානයේ අපේක්ෂා :-

සේවා යෝජකයා සේවකයාගෙන් අපේක්ෂා කරනුයේ -

- තම සේවාදායකයින්ට උපරිම සේවාවක් ලබාදීම.
- ආයතනයේ කීර්තිනාමය ඉහලට නංවාලීම
- ආයතනයට උපරිම ලාභයක් ලබා දීම

සේවා දායකයාගෙන් බලාපොරොත්තුවන නිපුණතා:

- විවේචනාත්මක චින්තනය හා ගැටලු විසඳීම
- තොරතුරු තාක්ෂණය භාවිතා කිරීම
- කණ්ඩායම් ක්‍රියාකාරිත්වය හා සහයෝගීතාව
- නිෂ්පාදනය විවිධත්වය
- නායකත්වය වර්ධනය කරගැනීම
- වාචික සන්නිවේදනය දියුණු කරගැනීම
- වැඩ ආචාර ධර්ම අනුගමනය කිරීම ආචාරශීලී ව කටයුතු කිරීම
- ලිඛිත සන්නිවේදනය දියුණු කරගැනීම
- යාවජීව ඉගෙනුම
- විදේශ භාෂාව

සේවා ස්ථානයක අපේක්ෂා :

- ආයතනයේ බාහිර පෙනුම නිසි ලෙස පවත්වා ගැනීම
- නියමිත වෙලාවට පැමිණීම
- වෙලාවට වැඩ කිරීම
- සේවා ස්ථානයේ දියුණුවට කැපවීම
- කාර්යක්ෂමතාව
- ලබාගන්නා වැටුපට සරිලන සේවයක් සැලසීම

සේවක අයිතිවාසිකම් ආරක්ෂා කරදීමට ශ්‍රී ලංකාවේ ගෙන ඇති ක්‍රියාමාර්ග:-

- සේවක අර්ථසාධක අරමුදල් පනත
- ස්ත්‍රීන් තරුණයන් හා ළමුන් සේවයේ යෙදවීමේ පනත ස්ත්‍රීන්
- පතල් කර්මාන්තයේ යෙදවීමේ පනත
- පඩිපාලක සභා ප්‍රසූත නිවාඩු විධිවිධාන
- වෘත්තීය සංවිධාන සහ කාර්යාල සේවක පනත
- ශ්‍රී ලංකා විදේශ සේවා පණත

සේවක අයිතිවාසිකම්

- ගරු ගෞරවාන්විතව රැකියාව කිරීම
- මූලික අවශ්‍යතා සපුරා ගැනීම
- සේවා ස්ථානයේ ආරක්ෂා කිරීම
- පිරිසිදු හා ප්‍රසන්න සේවා ස්ථානයක් පවත්වාගැනීම
- රැකියාවට අවශ්‍ය මෙවලම් හා උපකරණ ලබාගැනීම
- රැකියාවට අදාල පුහුණුවීම්
- නිවාඩු ලබාගැනීම වරප්‍රසාද
- වෘත්තීය සමිති ක්‍රියාකාරිත්වය
- සුදුසුකම් මත උසස්වීම් ලබා ගැනීම

යුතුකම්

- නියමිත වේලාවට සේවයට පැමිණීම
- රැකියාවට යෝග්‍ය පෞද්ගලික පෙනුම පවත්වා ගැනීම
- යහපැවැත්ම
- මහන්සි වී වැඩ කිරීම
- කණ්ඩායම් සාමාජිකයෙකු ලෙස වැඩ කිරීම
- සේවා අවශ්‍යතා නොපිරිහෙලා ඉටු කරදීම
- සේවා ස්ථානයේ දේපළ ආරක්ෂා කිරීම
- සේවා ස්ථානය ගෞරවය ආරක්ෂා කිරීම
- සාමූහික වගකීමෙන් කටයුතු කිරීම

ශ්‍රමය

පුහුණු ශ්‍රමය

ඒ ඒ වෘත්තියෙන් ට අනුව අදාළ නිපුණතා හා වෘත්තිය දැනුම ලබාදීම පුහුණුවයි.

නුපුහුණු ශ්‍රමය

යහපත් ශ්‍රමිකයකු ගුණාංග;-

- සාධාරණ බව
- ආචාරශීලී බව
- සමාජශීලීත්වය
- ක්‍රියාශීලීත්වය
- අවංකබව
- පිළිවෙලට වැඩ කිරීම
- සංවිධානාත්මක බව
- වගකීම් සහිත බව
- නිර්මාණාත්මක බව

රැකියාව සඳහා පුද්ගලයන් පුහුණු කිරීම ක්‍රම දෙකකට සිදු වේ.

1. පූර්ව සේවා පුහුණුව - රැකියාව බඳවා ගැනීමට පෙර ලබාදෙන පුහුණුව
2. රැකියාව අතරතුරලබා දෙන පුහුණුව - රැකියාවට බඳවා ගැනීමෙන් පසු ලබාදෙන පුහුණුව

පුහුණු ශ්‍රමයේ වැදගත්කම;

- කාර්යක්ෂමතාව ඉහළ ය.
- ඵලදායිතාව ඉහළ මට්ටම

වෘත්තීය පුහුණුව ලබා දෙන ආයතන

වෘත්තීය පුහුණුව ලබා දෙන ආයතන

* වෘත්තීය පුහුණු අධිකාරිය
* ජාතික ආධුනිකත්ව මණ්ඩලය
* ජාතික තරුණ සේවා සභාව
* කාර්මික විද්‍යාල
* උසස් තාක්ෂණික ආයතන
* විද්‍යාතා මධ්‍යස්ථාන
* නැණසල
* හෝටල් පාසල්

ලබාගත හැකි වෘත්තීය පාඨමාලා

* විදුලි කාර්මික
* ජලනළ ශිල්පී
* දැව ශිල්පී
* සැලසුම් ඇඳීම
* පරිගණක
* ඉංග්‍රීසි හා වෙනත් භාෂා
* ආහාර සැකසීම
* ගෘහ අලංකරණය
* රූපලාවන්‍යය

වෘත්තීය ගුණාංග පුහුණු කර ගැනීමට භාවිතා කළ හැකි ක්‍රම ශිල්ප :-

රැකියා මත අත්දැකීම් ලබා ගැනීම	කම්ටු සම්මන්ත්‍රණ ක්ෂේත්‍ර චාරිකා සිද්ධි අධ්‍යයන දැනුවත් කිරීමේ වැඩ සටහන් සකස් කළ විවිධ පත්‍රිකා
රැකියාවෙන් පසු අතුදැකීම් ලබා ගැනීම	විශ්ව විද්‍යාල මඟින් පවත්වනු ලබන පාඨමාලා වෘත්තීය ආයතන මඟින් පවත්වනු ලබන පාඨමාලා කණ්ඩායම් ලෙස ඉගෙනීම ස්වයං ඉගෙනීම
සම්බන්ධතා පැවැත්වීම හා ප්‍රතිපෝෂණය	පුහුණු කිරීම කාර්ය සාධන ඇගයීම
පන්ති කාමර ඉගෙනීම	විවිධ පාඨමාලා පැවැත්වීම සම්මන්ත්‍රණ වැඩමුළු පැවැත්වීම

අභ්‍යාස

වැඩ ලෝකය

1. පාරම්පරිකව පැවත එන රැකියා වලට උදාහරණ දෙකක් ලියන්න.
2. රැකියා ආයතන ප්‍රධාන ක්ෂේත්‍ර මොනවා ද?
3. වැය කරන ශ්‍රමය අනුව ශ්‍රමය බෙදෙන කොටස් දෙක නම් කරන්න.
4. එම කොටස් වලට උදාහරණ ලියන්න
5. ශ්‍රමාභිමානය යනු කුමක්ද?
6. ශ්‍රම අභිමානයෙන් කටයුතු කිරීම නිසා සේවා යෝජකයාට අත්වන ප්‍රයෝජන තුනක් ලියන්න.
7. ශ්‍රම අභිමානයෙන් කටයුතු කිරීම නිසා සේවාලාභියාට අත්වන ප්‍රයෝජන තුනක් ලියන්න.
8. ශ්‍රම අභිමානයෙන් කටයුතු කිරීම නිසා සේවාදායකයාට අයත් වන ප්‍රයෝජන තුනක් ලියන්න.
9. සේවායෝජකයා සේවකයාගෙන් අපේක්ෂා කරන්නේ මොනවා ද?
10. සේවාදායකයා ගෙන් බලාපොරොත්තු වන නිපුණතා තුනක් ලියන්න.
11. සේවා ස්ථානයක අපේක්ෂා තුනක් ලියන්න

12. සේවක අයිතිවාසිකම් අරක්ෂා කර දීමට ශ්‍රී ලංකාව ගෙන ඇති ක්‍රියාමාර්ග තුනක් සඳහන් කරන්න.

13. සේවක අයිතිවාසිකම් දෙකක් හා යුතුකම් දෙකක් ලියන්න.

14. ශ්‍රමය බෙදිය හැකි ප්‍රධාන කොටස් දෙක මොනවා ද?

15. ශ්‍රමිකයෙකු සතු යහපත් ගුණාංග පහක් ලියන්න.

16. රැකියාව සඳහා පුහුණු කිරීම් ලබා දෙන ක්‍රම මොනවා ද?

17. ඔබ පදිංචි ප්‍රදේශයේ පවතින විවිධ රැකියා ඔබේ කැමැත්ත මත පෙළගස්වා ලියන්න.

18. සති අන්ත පුවත්පතක රැකියා ඇබෑර්තු කියවා පහත වගුවේ යොදන්න.

රාජ්‍ය අංශය,	පෞද්ගලික අංශය,	සේවා අංශය

19. ප්‍රදේශයේ දක්නට ලැබෙන ස්වයං රැකියා කීපයක් ගෙන ඉන් සමාජයට සිදුවන සේවාවන් ලයිස්තු ගත කරන්න.

20. විදුලි කාර්මික පරිගණක ජාල ශිල්පී දැව ශිල්පිය රූපලාවණ්‍ය ශිල්පී පාඨමාලා වගුවක දක්වන්න.

ආයතන	පාඨමාලාව
➢ වෘත්තිය පාඨමාලා පුහුණු අධිකාරිය	විදුලි කාර්මික පරිගණක ජාල

21. ඔබ ප්‍රදේශයේ වෘත්තීය පුහුණුව ලබා දෙන ආයතන මොනවා ද?

22. ඔබ ප්‍රදේශයේ තිබෙන එම ආයතන වලින් ලබා දෙන පුහුණුවීම් වර්ග මොනවා ද?

23. පුවත්පත් ඇසුරෙන් වෘත්තිය පුහුණු වීම් ලබා දෙන ආයතන හා ඒවායින් ලබාදෙන පුහුණුවීම් වගුවක සටහන් කරන්න

24. හොඳ සේවකයෙකු සතුව තිබිය යුතු යැයි ඔබ සිතන ගුණාංග 10 ලියන්න.