

දැනීමේ රාගේ කියත පැටලීම පිළිබඳ ක්‍රියාකාරකම

ඉගෙනීමේ අරමුණ

දැනීමේ රාගේ කෙතරම් පහසුවෙන් මාළුදැල්වල පැටලේ දැයි නිරූපණය කිරීම.

පසුබිම

මසුන් ඇල්ලීමේ ක්‍රියාකාරකම් ලෝකය පුරා සිටින දැනීමේ රාගේ ගහනය විශාල වශයෙන් අඩු වීමට හේතු වී තිබේ. දැනීමේ රාගේ දත් සහිත දැනීමේ රාගේ ඇති රොස්ට්ම්” හෙවත් දත් සහිත කියතක් වැනි කොටස නිසා නිසා ඔවුන් මාළුදැල්, විනෝදයට මසුන් ඇල්ලීමට භාවිත කරන බිලි කොකු, ඉවතලන ධීවර ආම්පන්න සහ වෙනත් ඉවතලන අපද්‍රව්‍ය ආදී දේවල්වල පහසුවෙන් පැටලීම සිදු වේ. මෙම ක්‍රියාකාරකමෙන් සිදු වන්නේ ක්‍රීඩකයින් තම ඇඟිලිවල දැනීමේ රා ගේ දැනීම පැළඳගෙන, මාළුදැලෙහි පැටලීමෙන් වැළකෙමින් මසුන් ඇල්ලීමට උත්සාහ කිරීම යි. මෙහි අරමුණ වන්නේ දැලට හසු නොවී හැකිතාක් මසුන් ප්‍රමාණයක් ඇල්ලීම යි.

සෑදීමට අවශ්‍ය ද්‍රව්‍ය

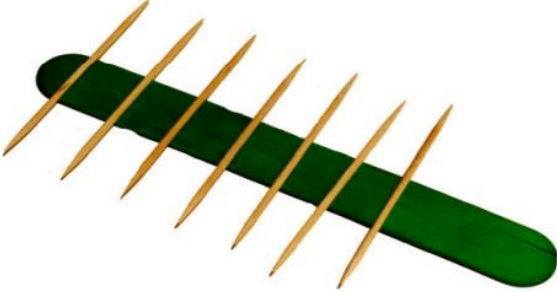
- ‘සාගරය’ නිරූපණය කිරීමට භාජනයක් (කුඩයක් හෝ පෙට්ටියක්)
- සන නූලක්
- අයිස් පලම් කුරු (දැත්තකට 2 බැගින්)
- ට්‍රැන්සිස් (දැත්තකට 3 සිට 7 බැගින්)
- කුඩා සෙල්ලම් මාළු
- ඉක්මනින් වියලෙන මැලියම්
- කතුරක්
- රබර් බැන්ඩ් (දැත්තකට 2 බැගින්)



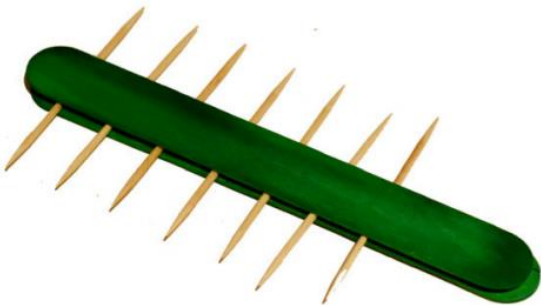
දැනීමේ රාගේ කියත පැටලීම පිළිබඳ ක්‍රියාකාරකම

සාදාගන්නා ආකාරය

1. දැනීමේ රාගේ දැන්ව සාදා ගැනීමට ඔබට අයිස් පලම් කුරු දෙකක්, ට්‍රැන්සික් සහ මැලියම් අවශ්‍ය වේ. අවශ්‍ය නම් දැන්ව කෙටි කිරීම සඳහා ඔබට අයිස් පලම් කුරු දෙක කපා ගත හැකියි. දැන්ව සඳහා වඩාත්ම ගැලපෙන දිග වන්නේ ක්‍රීඩකයාගේ ඇඟිලිවලට වඩා මදක් වැඩි දිගකින් එය සැකසීම යි. විකල්ප: විවිධ වයස් කාණ්ඩවල ක්‍රීඩකයින් සිටි නම්, ඔබට දිගින් එකිනෙකට වෙනස් දැනි කිහිපයක් සාදාගත හැකිය.
2. එක් අයිස් පලම් කුරක් මත ට්‍රැන්සික් 3 සිට 7 දක්වා ගණනක් (එක් එක් ට්‍රැන්සික් එක අතර පරතරයක් තබමින්) අතුරන්න. ඔබ භාවිත කරන අයිස් පලම් කුරු ගණන වැඩිවන තරමට, පැටලීමකින් තොරව ගොදුර අල්ලා ගැනීම වඩාත් අපහසු වන අතර, එමගින් අවශ්‍ය කාරණය වඩාත් හොඳින් නිරූපණය වේ. ට්‍රැන්සික් ඒකාකාර දුරකින් අතුරාගත් පසු, ඉක්මනින් වියලෙන මැලියම් භාවිතයෙන් ඒවා අලවා ගන්න. මෙය වියලෙන තෙක් මිනිත්තු කිහිපයක් රැඳී සිටින්න. විකල්ප: ක්‍රීඩකයන්ට විවිධ දුෂ්කරතා මට්ටම් අත්හදා බැලීමට හැකි වන පරිදි විවිධ ට්‍රැන්සික් ගණන් සහිත දැනි කිහිපයක් සාදා ගන්න.



3. එක් එක් ට්‍රැන්සික් එකේ මැදට කුඩා මැලියම් බිංදු කිහිපයක් එක් කර, ඉන්පසු දෙවන අයිස් පලම් කුර එම ට්‍රැන්සික් මත තබන්න. අයිස් පලම් කුරු දෙක අතර ට්‍රැන්සික් තබා, ට්‍රැන්සික්වල අග්‍ර දෙක දෙපැත්තට විහිදී ඒවා දැනීමේ රාගේ දැනිවලට සමානව පෙනෙන පරිදි තබා තද කරන්න. ඉන්පසු දැන්ව සම්පූර්ණයෙන් වියලා ගැනීමට පසෙකින් තබන්න.

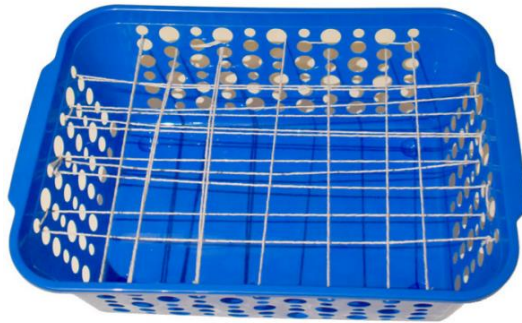


දැනීමේ රාශියේ කියත පැටලීම පිළිබඳ ක්‍රියාකාරකම

4. "සාගරය" සෑදීමට ඔබ ගන්නා භාජනයෙහි "දැල" සාදා ගැනීමට, භාජනයේ දිග පැත්ත හරහා නූල් ඇදීමට සුදුසු දිගකින් යුක්තව නූල් කපා ගන්න. භාජනයේ වගරය අනුව ඔබට එහි නූල් අලවා ගැනීම හෝ භාජනයේ කුඩා සිදුරු සාදා නූල වියා ගැනීම කළ හැක.



5. අනෙක් නූල(නූල්) සමග ඒකාකාර ඉඩ සහිත කොටු සාදා ගැනීම සඳහා, භාජනයේ පළල පැත්ත හරහා ඇදීමට සුදුසු දිගකින් යුත් තවත් නූල් කැබැලි කපා ගන්න. මෙම නූලෙහි පරතරය ඉතා වැදගත් වේ; කොටු විශාලත්වයෙන් වැඩි නම්, ගොදුර අල්ලා ගැනීම වඩාත් පහසු වේ!



6. "දැල" වියා ගැනීමෙන් පසු, භාජනය තුළ සෙල්ලම් මාළු කිහිප දෙනෙකු තබන්න.



දැනීමේ රාගේ කියත පැටලීම පිළිබඳ ක්‍රියාකාරකම

7. දැන්ක සම්පූර්ණයෙන්ම වියලුණු පසු, එය ක්‍රීඩකයාගේ ඇඟිලිවලට සවි කර ගැනීමට ඒ වටා රබර් බැන්ඩ් 2ක් දමන්න. ඔබට එක් එක් රබර් බැන්ඩ් එක දෙවරක් එකිනෙක ද සිදු විය හැකිය.



පාඩම

1. ක්‍රීඩාව කිරීමට, රබර් බැන්ඩ් ආධාරයෙන් දැන්ක ඇඟිලි 2කට තබා බැඳ, දැලට හසු නොවී භාජනයේ සිටින සෙල්ලම් මාළු ඉවත් කිරීමට උත්සාහ කරන්න. විකල්පය: විවිධ ධූන්පික් සංඛ්‍යා සහිත දැනි කිහිපයක් ලබා දී, ක්‍රීඩකයාට දුෂ්කරතා මට්ටම තෝරා ගැනීමට ඉඩ හරින්න.
2. ක්‍රීඩකයා භාජනය තුළ සිටින මාළුවා පිටතට ගැනීමට උත්සාහ කරන විට, පහත දේ පැහැදිලි කරන්න:
 - දැක ගැනීමට අපහසු දැලෙහි දැනීමේ රා බොහෝ විට තම දැන්ක පටලවා ගනී.
 - දැලක පැටලුණු විට, දැනීමේ රා තම ගරීරය ඇඹරවමින් සහ කියත පද්දමින් දැලෙන් මිදී යාමට උත්සාහ කරන අතර, එවිට බොහෝ විට ඔවුන් තව තවත් දැලෙහි පැටලේ.
 - දැල්වලට පැටලුණු දැනීමේ රුන් ඒවායින් මුදා ගැනීමට ධීවරයන්ට පවා අපහසු අතර, සමහර අවස්ථාවල දැලෙන් මුදා ගැනීමට ඔවුන් දැනීමේ රා මරා දැමීම හෝ දැනි කපා දැමීම සිදු කරන නමුත්, දැනීමේ රුන්ට දඩයම් කිරීමට සහ ආරක්ෂා වීමට මෙම දැනි අවශ්‍ය වේ.
 - නිසි මුදා ගැනීමේ ක්‍රියා පටිපාටි අනුගමනය කිරීමෙන් (උදා: දැල කැපීම) ධීවරයන්ට තම දැල්වලින් දැනීමේ රුන් ආරක්ෂිතව ඉවත් කළ හැකිය.
3. කාර්මිකයින්ගෙන් ඔවුන්ට සිතූණු දේ විමසන්න. දැල තුළට ඇතුළු වීම සහ ඉන් පිටවීම පහසු හෝ දුෂ්කර වූවා ද? ඔවුන් දැලකට හසු වූ දැනීමේ රුන් මුදාගන්නේ කෙසේ ද?

