බුද්ධ ධර්මය - 1 ශ්‍රේණිය
பௌத்த சமயம் - தரம் 1
SC01AC1S-2026/59-SPC/261,400

# බුද්ධ ධර්මය

පළමු වාරය

## 1 ශ්‍රේණිය

මුල් ළමාවිය සංවර්ධන හා ප්‍රාථමික අධ්‍යාපන දෙපාර්තමේන්තුව
භාෂා, මානව ශාස්ත්‍ර හා සමාජ විද්‍යා පීඨය
ජාතික අධ්‍යාපන ආයතනය
ශ්‍රී ලංකාව
www.nie.ac.lk
මුද්‍රණය හා බෙදාහැරීම - අධ්‍යාපන ප්‍රකාශන දෙපාර්තමේන්තුව

# ශ්‍රී ලංකා ජාතික ගීය

ශ්‍රී ලංකා මාතා
අප ශ්‍රී ලංකා, නමෝ නමෝ නමෝ නමෝ මාතා
සුන්දර සිරිබරිනී, සුරැඳි අති සෝබමාන ලංකා
ධාන්‍ය ධනය නෙක මල් පලතුරු පිරි ජය භූමිය රම්‍යා
අපහට සැප සිරි සෙත සදනා ජීවනයේ මාතා
පිළිගනු මැන අප භක්ති පූජා
නමෝ නමෝ මාතා
අප ශ්‍රී ලංකා, නමෝ නමෝ නමෝ නමෝ මාතා
ඔබ වේ අප විද්‍යා
ඔබ ම ය අප සත්‍යා
ඔබ වේ අප ශක්ති
අප හද තුළ භක්ති
ඔබ අප ආලෝකේ
අපගේ අනුප්‍රාණේ
ඔබ අප ජීවන වේ
අප මුක්තිය ඔබ වේ
නව ජීවන දෙමිනේ නිතින අප පුබුදු කරන් මාතා
ඥාන වීර්ය වඩවමින රැගෙන යනු මැන ජය භූමි කරා
එක මවකගෙ දරු කැල බැවිනා
යමු යමු වී නොපමා
ප්‍රේම වඩා සැම භේද දුරැර ද නමෝ නමෝ මාතා
අප ශ්‍රී ලංකා, නමෝ නමෝ නමෝ නමෝ මාතා


අධ්‍යාපන ප්‍රකාශන දෙපාර්තමේන්තුව විසින් සකස් කරන ලද වීඩියෝ ඊ - තක්සලාව වෙබ් අඩවිය හා යූටියුබ් චැනලය මඟින් නැරඹිය හැකිය.
கல்வி வெளியீட்டுத் திணைக்களத்தினால் ஆக்கப்பட்ட வீடியோக்களை e- Thaksalawa இன் இணையத்தளம் மற்றும் youtube அலைவரிசைகளினூடாகப் பார்வையிட முடியும்.
Videos produced by the Educational Publications Department can be viewed via the website and the YouTube channel of e – thaksalawa.

The National e-learning Portal for The General Education

https://www.e-thaksalawa.moe.gov.lk/

https://youtube.com/c/ethaksalawa-official

නැණස TV நெனச TV

https://moe.gov.lk/students/nenasa-tv/

අන්තර්ක්‍රියාකාරී පාඩම්, වීඩියෝ පාඩම්, ශ්‍රව්‍ය ඉගෙනුම් ආධාරක, ක්‍රියාකාරකම් පත්‍රිකා, මාර්ගගත ප්‍රශ්නාවලි, පෙළපොත, අධ්‍යාපනික විනෝදාත්මක වැඩසටහන්, මාර්ගගත පාඨමාලා ඇතුළු තවත් අධ්‍යාපනික වැඩසටහන් සඳහා පිවිසෙන්න.
ஊடாடும் பாடங்கள், வீடியோப் பாடங்கள், செவிப்புல கற்றல் உதவிகள், செயலட்டைகள், நிகழ்நிலை வினாக்கள், பாடநூல்கள், கல்விசார் பொழுதுபோக்கு நிகழ்ச்சிகள், நிகழ்நிலை பாடநெறிகள் உட்பட மேலும் கல்விசார் நிகழ்ச்சிகளின் நிமித்தம் பிரவேசியுங்கள்.
Access for interactive lessons, video lessons, audio learning aids, activity sheets, online quizzes, textbooks, educational entertainment programs, online courses and more educational programs.

National Institute of Education
ChannelNIE
ජාතික අධ්‍යාපන ආයතනය
தேசிய கல்வி நிறுவகம்

වීඩියෝ වැඩසටහන්, පෙරහුරු ප්‍රශ්න පත්‍ර, ප්‍රායෝගික පරීක්ෂණ සහ සම්පත් පොත් යනාදී වටිනා අධ්‍යාපනික සම්පත් සඳහා පිවිසෙන්න
வீடியோ நிகழ்ச்சிகள், பயிற்சி வினாத்தாள்கள், செய்முறைச் சோதனைகள், வளநூல்கள் போன்ற பெறுமதியான கல்விவளங்களுக்காக பிரவேசியுங்கள்
Visit us for valuable educational resources; video programs, practice question papers, practical tests and resource books

# බුද්ධ ධර්මය

පළමු වාරය

## 1 ශ්‍රේණිය

මුල් ළමාවිය සංවර්ධන හා ප්‍රාථමික අධ්‍යාපන දෙපාර්තමේන්තුව
භාෂා, මානව ශාස්ත්‍ර හා සමාජ විද්‍යා පීඨය
ජාතික අධ්‍යාපන ආයතනය
ශ්‍රී ලංකාව
www.nie.ac.lk

මුද්‍රණය හා බෙදාහැරීම - අධ්‍යාපන ප්‍රකාශන දෙපාර්තමේන්තුව

බුද්ධ ධර්මය
1 ශ්‍රේණිය
ක්‍රියාකාරකම් පොත
පළමු වාරය

ප්‍රථම මුද්‍රණය - 2025

©ජාතික අධ්‍යාපන ආයතනය
සියලු ම හිමිකම් ඇවිරිණි.
**ISBN 978-624-5729-43-2**

මුල් ළමාවිය සංවර්ධන හා ප්‍රාථමික අධ්‍යාපන දෙපාර්තමේන්තුව
භාෂා, මානව ශාස්ත්‍ර හා සමාජ විද්‍යා පීඨය
ජාතික අධ්‍යාපන ආයතනය
ශ්‍රී ලංකාව
වෙබ් අඩවිය : **www.nie.ac.lk**

අධ්‍යාපන ප්‍රකාශන දෙපාර්තමේන්තුව විසින්
පානළුව, පාදුක්ක පිහිටි රජයේ මුද්‍රණ නීතිගත සංස්ථාවේ
මුද්‍රණය කරවන ලදි.

Published by : National Instititue of Education
Printed by : State Printing Corporation, Panaluwa, Padukka.

**උපදේශකත්වය**

**මහාචාර්ය මංජුලා විතානපතිරණ**
අධ්‍යක්ෂ ජනරාල්, ජාතික අධ්‍යාපන ආයතනය

**ආචාර්ය දර්ශන සමරවීර**
නියෝජ්‍ය අධ්‍යක්ෂ ජනරාල්, භාෂා, මානව ශාස්ත්‍ර හා සමාජ විද්‍යා පීඨය
ජාතික අධ්‍යාපන ආයතනය.

**පූජ්‍ය උඩුගම සුදස්සි ස්වාමින් වහන්සේ**
අධ්‍යක්ෂ, ආගම් හා සාරධර්ම අධ්‍යාපන දෙපාර්තමේන්තුව
ජාතික අධ්‍යාපන ආයතනය

**අධීක්ෂණය**

**ආර්. එම්. කුමුදුමලී ද සිල්වා**
අධ්‍යක්ෂ, මුල් ළමාවිය සංවර්ධන හා ප්‍රාථමික අධ්‍යාපන දෙපාර්තමේන්තුව
ජාතික අධ්‍යාපන ආයතනය

**විෂය සම්බන්ධීකරණය**

**කේ. ආර්. එම්. සකුන්තලා රණසිංහ**
කථිකාචාර්ය, මුල් ළමාවිය සංවර්ධන හා ප්‍රාථමික අධ්‍යාපන දෙපාර්තමේන්තුව
ජාතික අධ්‍යාපන ආයතනය

**ලේඛක මණ්ඩලය**

**ආචාර්ය දමන සුගතධම්ම ස්වාමීන් වහන්සේ**
ජ්‍යෙෂ්ඨ කථිකාචාර්ය, හාපිටිගම් ජාතික අධ්‍යාපන විද්‍යාපීඨය, මීරිගම.
**කේ. ආර්. එම්. සකුන්තලා රණසිංහ**
කථිකාචාර්ය, මුල් ළමාවිය සංවර්ධන හා ප්‍රාථමික අධ්‍යාපන දෙපාර්තමේන්තුව
ජාතික අධ්‍යාපන ආයතනය
**ආචාර්ය ටී. චන්ද්‍රිකා පීරිස්**
කථිකාචාර්ය, මුල් ළමාවිය සංවර්ධන හා ප්‍රාථමික අධ්‍යාපන දෙපාර්තමේන්තුව
ජාතික අධ්‍යාපන ආයතනය
**වයි. ඒ. ඩී. ගර්ට් විජේරත්න**
ගුරු උපදේශිකා, ඇඹිලිපිටිය අධ්‍යාපන කලාපය
**ආර්. එච්. දීපිකා පෙරේරා**
ගුරු සේවය, බප/ජය/ධර්මාශෝක කනිටු විදුහල, මහරගම.

**භාෂා සංස්කරණය**

**ඩබ්ලිව්. කරුණාරත්න**
ජ්‍යෙෂ්ඨ කථිකාචාර්ය, ගුරු වෘත්තිය සංවර්ධන මධ්‍යස්ථානය, ගිරාගම.

**පිටකවරය හා චිත්‍ර නිර්මාණය**

**කේ. ඒ. සමන් කළුබෝවිල**
කථිකාචාර්ය, හාපිටිගම් ජාතික අධ්‍යාපන විද්‍යා පීඨය, මීරිගම.

**පරිගණක අක්ෂර සංයෝජනය**

**ආර්. එම්. රජිත සම්පත්**
ජාතික අධ්‍යාපන ආයතනය, මහරගම.

## ආදරණීය දුවේ, පුතේ,

මෙලොව ඇති වටිනා ම සම්පත වන ඔබට
ලබා දෙන මෙම පොත
හොඳින් පරිහරණය කර,
සෙල්ලමෙන් හා විනෝදයෙන්
සමගියෙන් හා සහයෝගයෙන්
හොඳින් ඉගෙනුම ලබා ගෙන
ගුණ නැණ බෙලෙන් යුතු
රටට වැඩදායි බොදු දරුවෙකු වන්න.

# පටුන


| | |
|---|---|
| | පිටු අංකය |
| 01. අපේ බුදුහාමුදුරුවෝ | 1 |
| 02. තෙරුවන් සරණ යමු | 2 |
| 03. පන්සල් යමු | 5 |
| 04. අපූරු සිහිනය | 16 |
| 05. අසිරිමත් උපත | 18 |
| 06. මව්පිය ආශීර්වාද ලබමු | 19 |
| 07. ගුරු උතුමන් නමදිමු | 21 |
| 08. දන් දී පින් පුරමු | 23 |
| 09. පුංචි සිතක සතිමත්බව | 27 |

# 01. අපේ බුදු හාමුදුරුවෝ

**සාදු ! සාදු ! සාදු !**

# 02. තෙරුවන් සරණ යමු

**බුද්ධං සරණං ගච්ඡාමි.**

**මම බුද්ධ රත්නය සරණ යමි.**

ධම්මං සරණං ගච්ඡාමි.

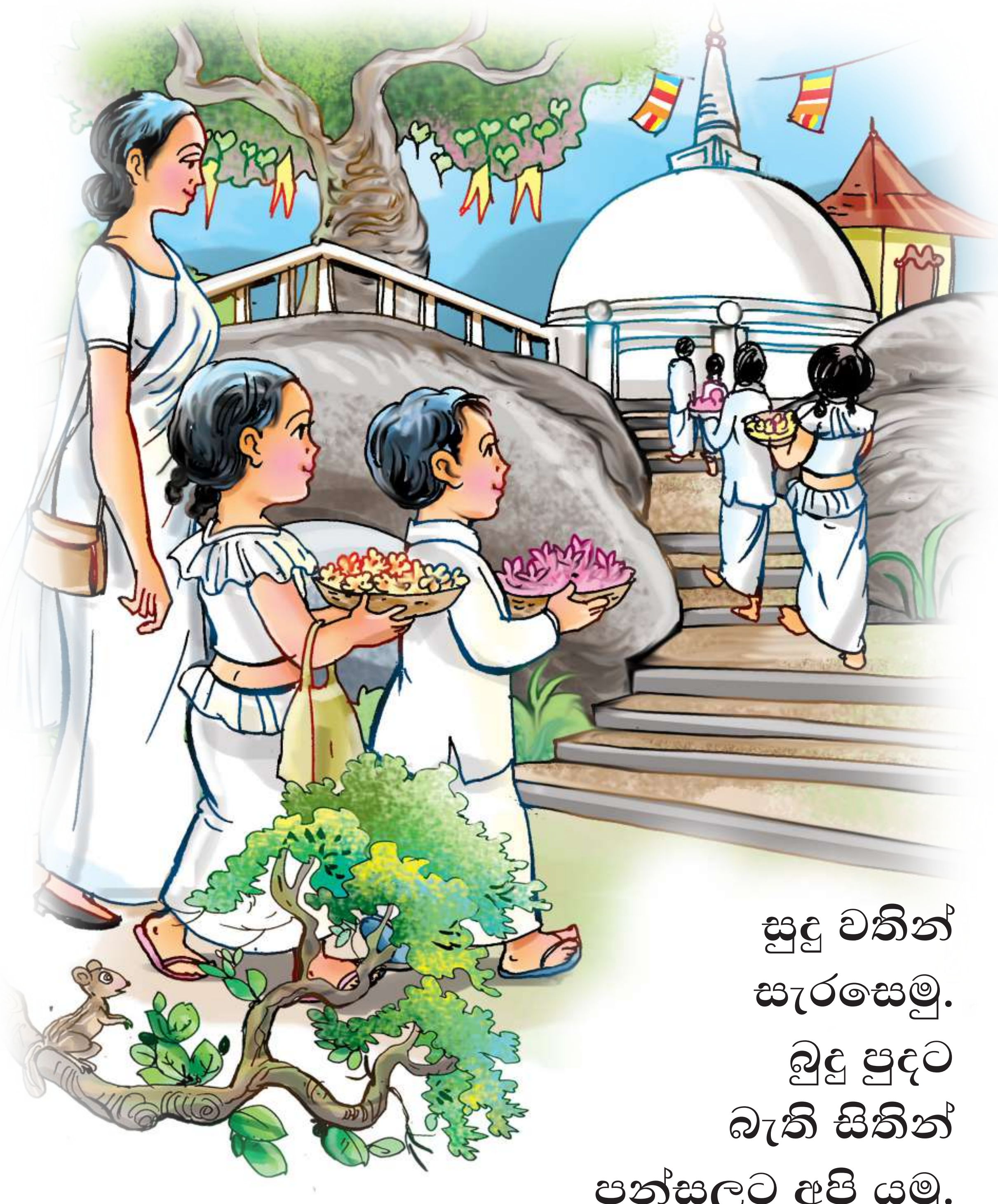
මම ධර්ම රත්නය සරණ යමි.

සංඝං සරණං ගච්ඡාමි.

මම සංඝ රත්නය සරණ යමි.

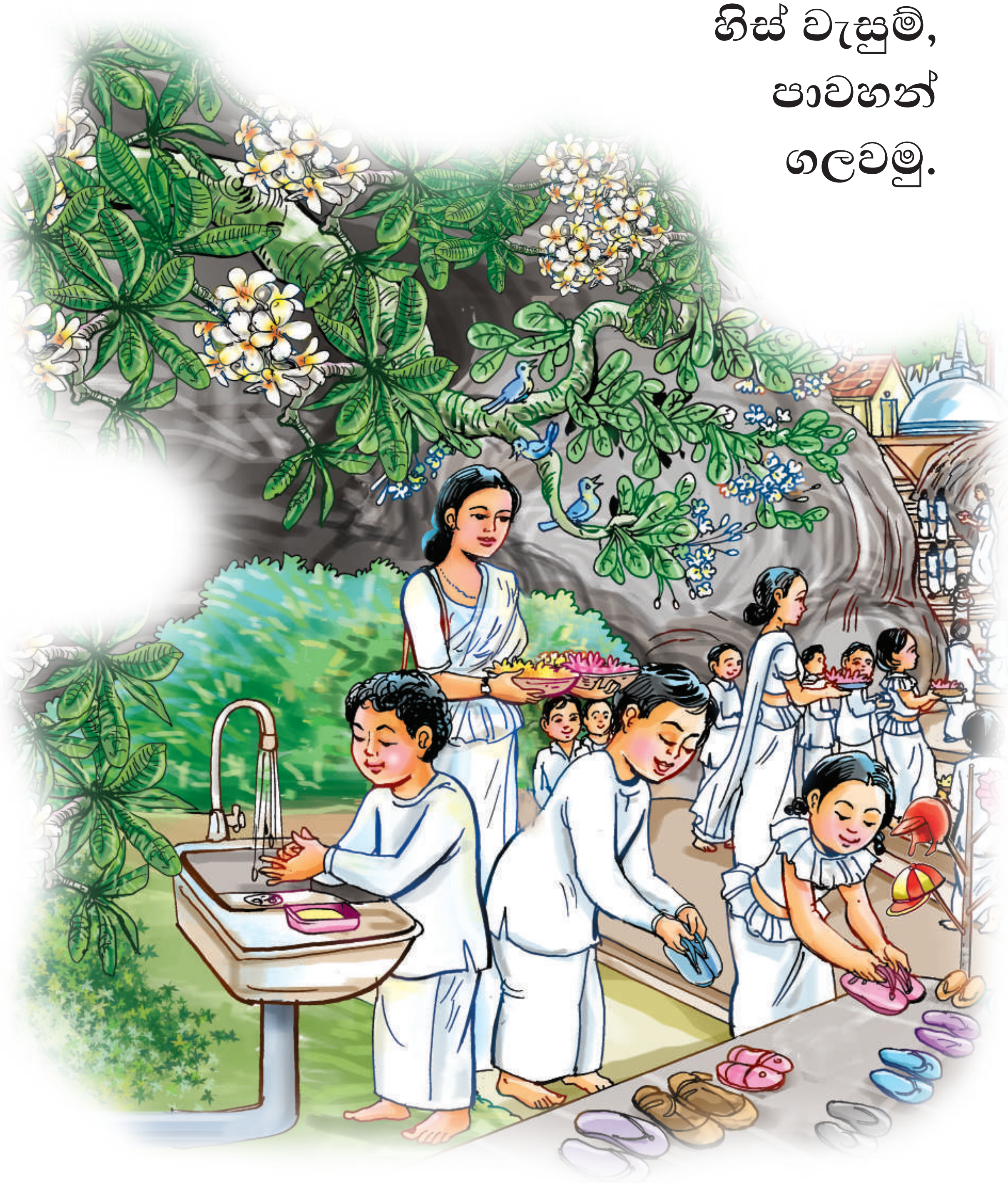
# 03. පන්සල් යමු

දෙඅත් සෝදා ගනිමු.
මල් නෙළා සකසමු.

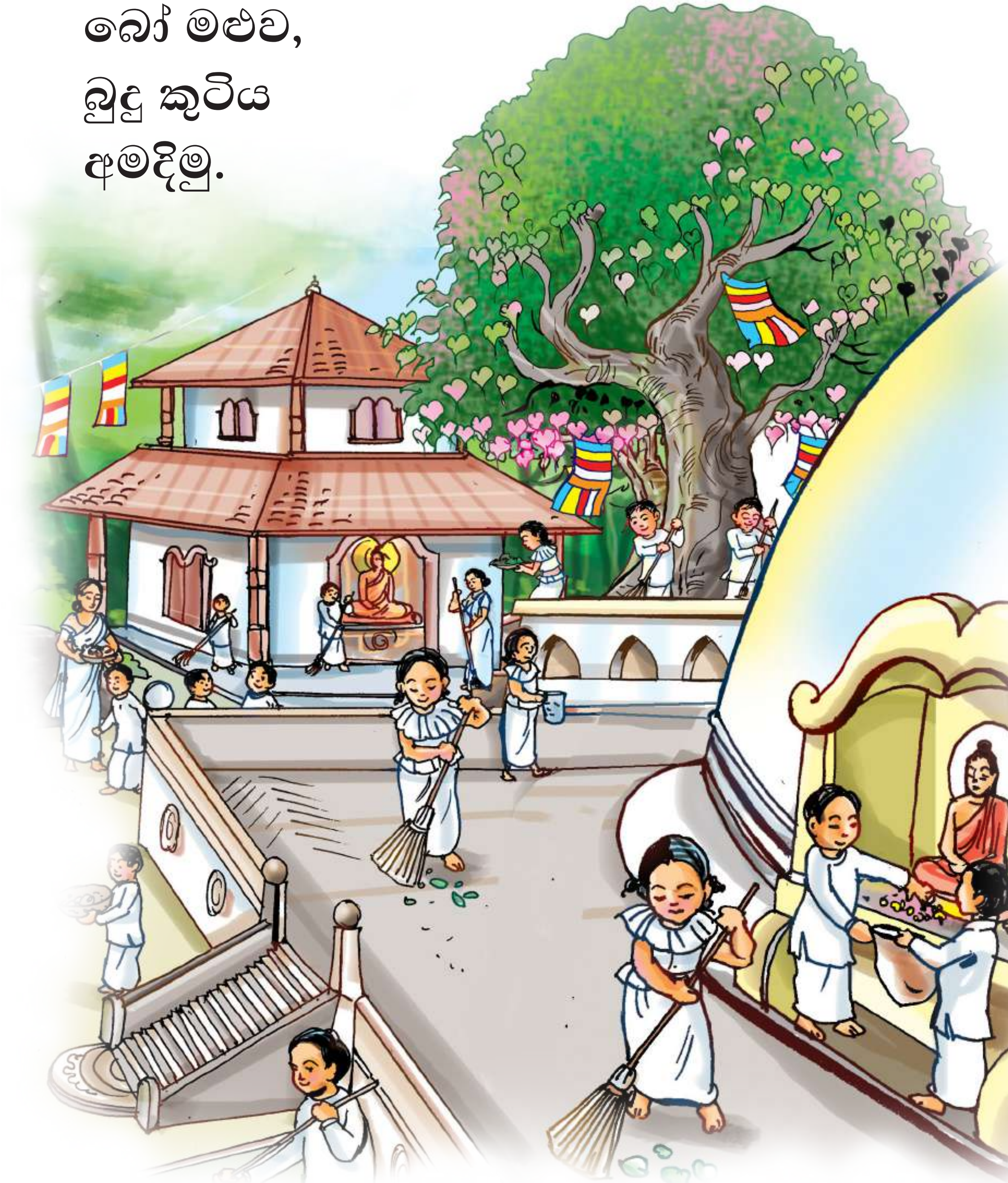


සුදු වතින්
සැරසෙමු.
බුදු පුදට
බැති සිතින්
පන්සලට අපි යමු.

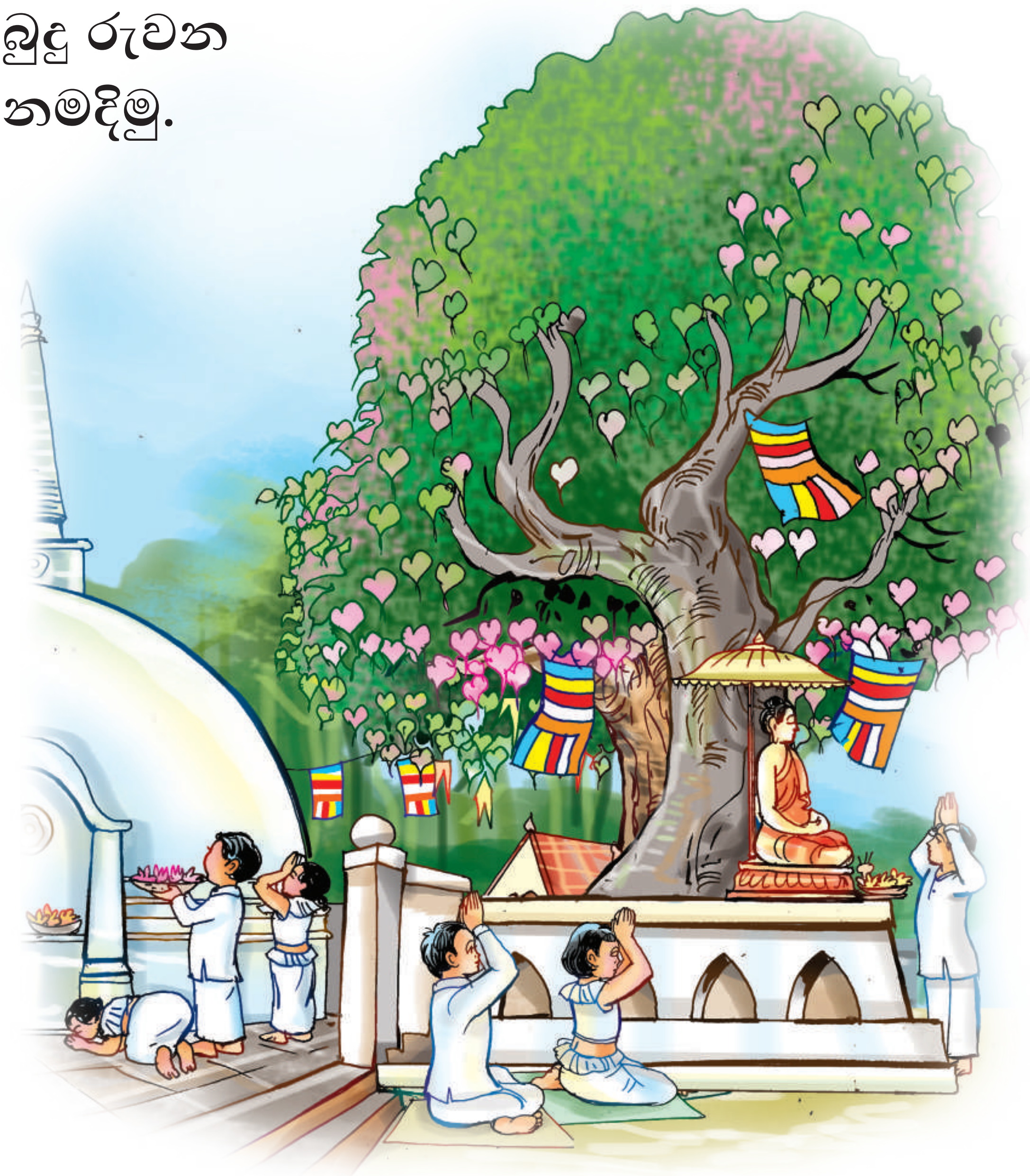
හිස් වැසුම්,
පාවහන්
ගලවමු.



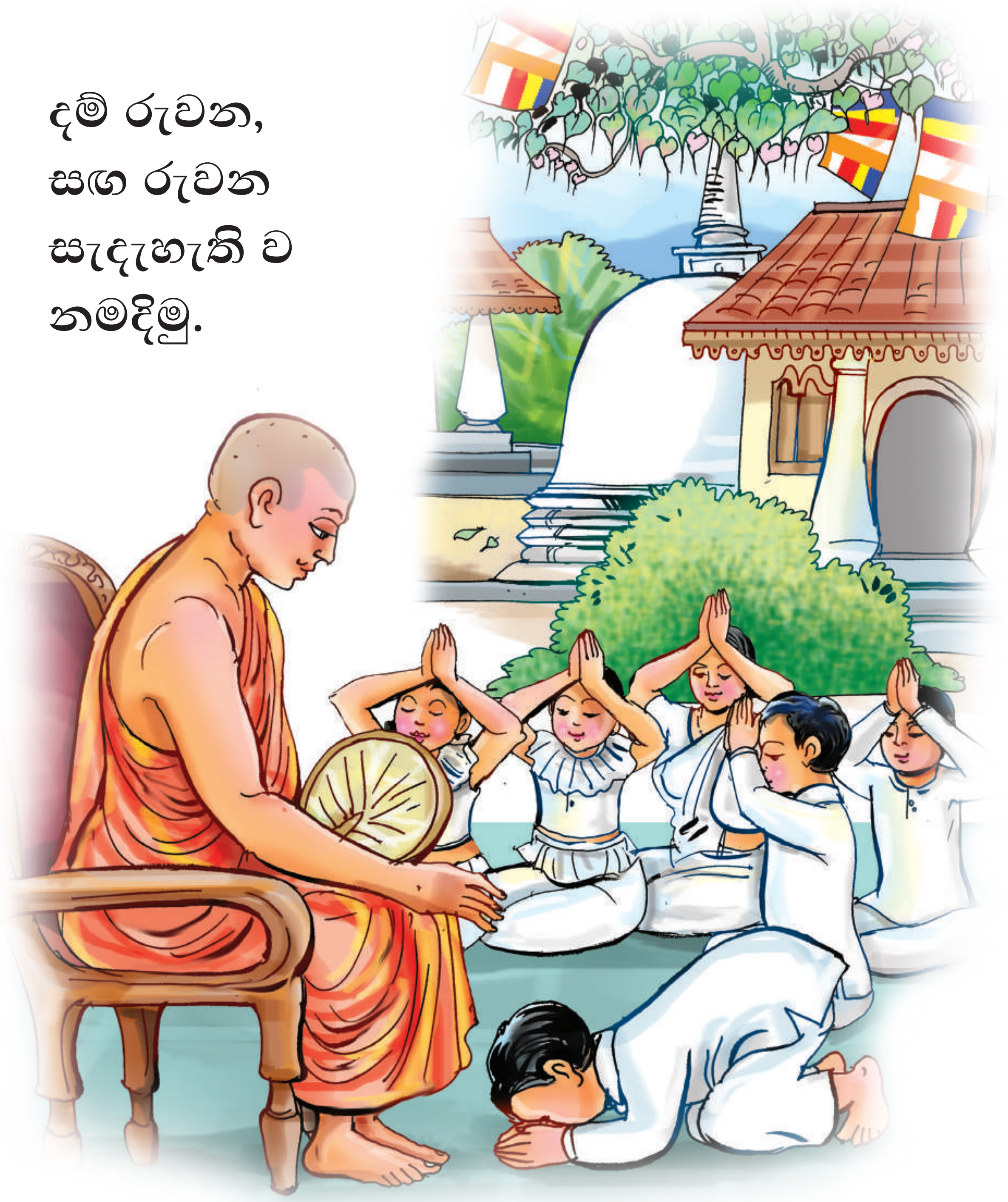
සෑ මළුව,
බෝ මළුව,
බුදු කුටිය
අමදිමු.



වෙහෙර,
බෝධිය,
බුදු රුවන
නමදිමු.



දම් රුවන,
සඟ රුවන
සැදැහැති ව
නමදිමු.

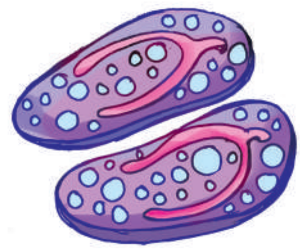


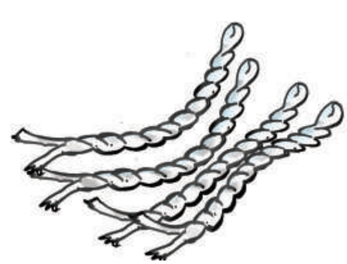
## ක්‍රියාකාරකම 1

### අපි මේ කූඩය මලින් පුරවමු.

# ක්‍රියාකාරකම 2

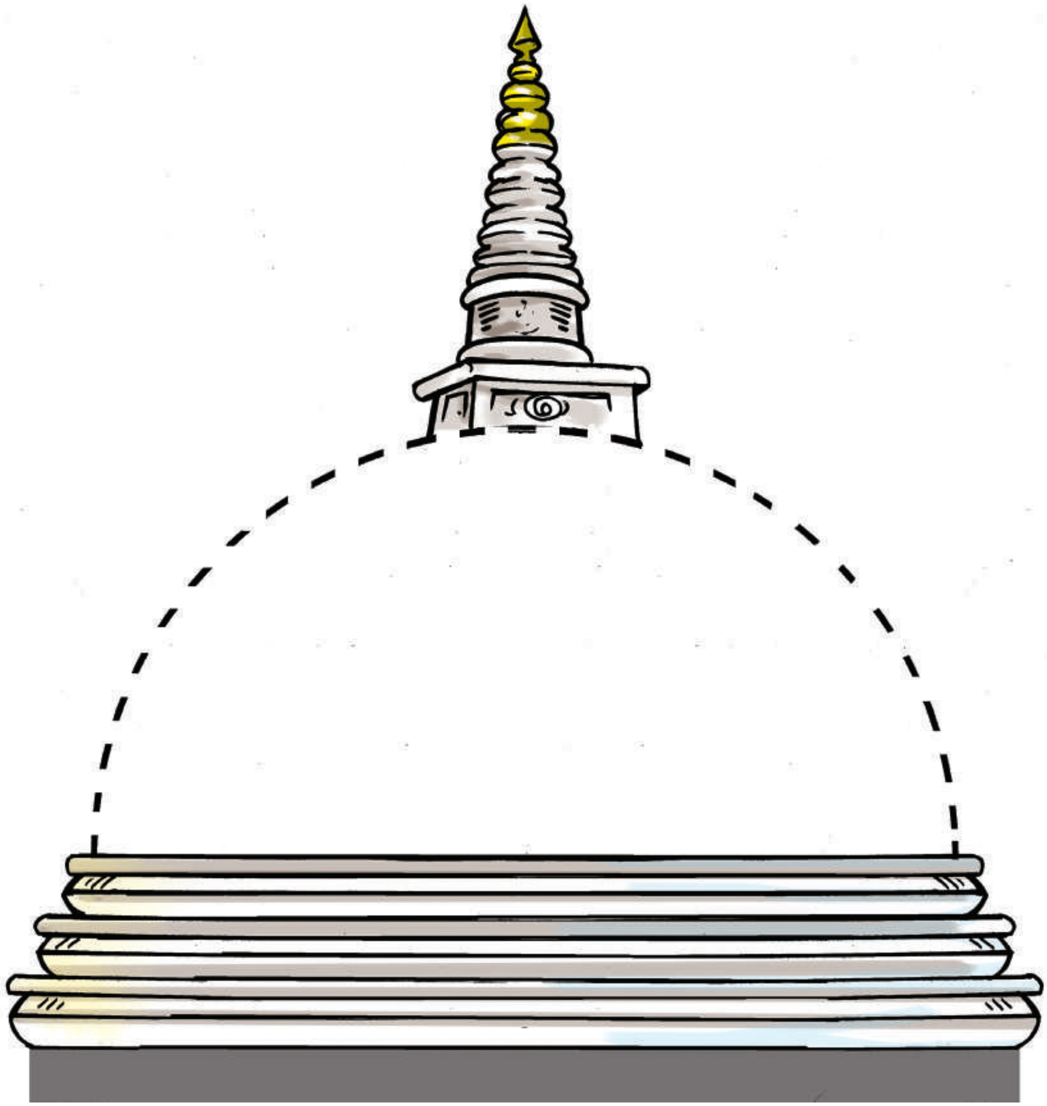
**ත්‍රිවිධ චෛත්‍ය රාජයාණන් වහන්සේට පූජා කිරීමට රැගෙන ගිය දේවල් තෝරා රවුම් කරමු.**





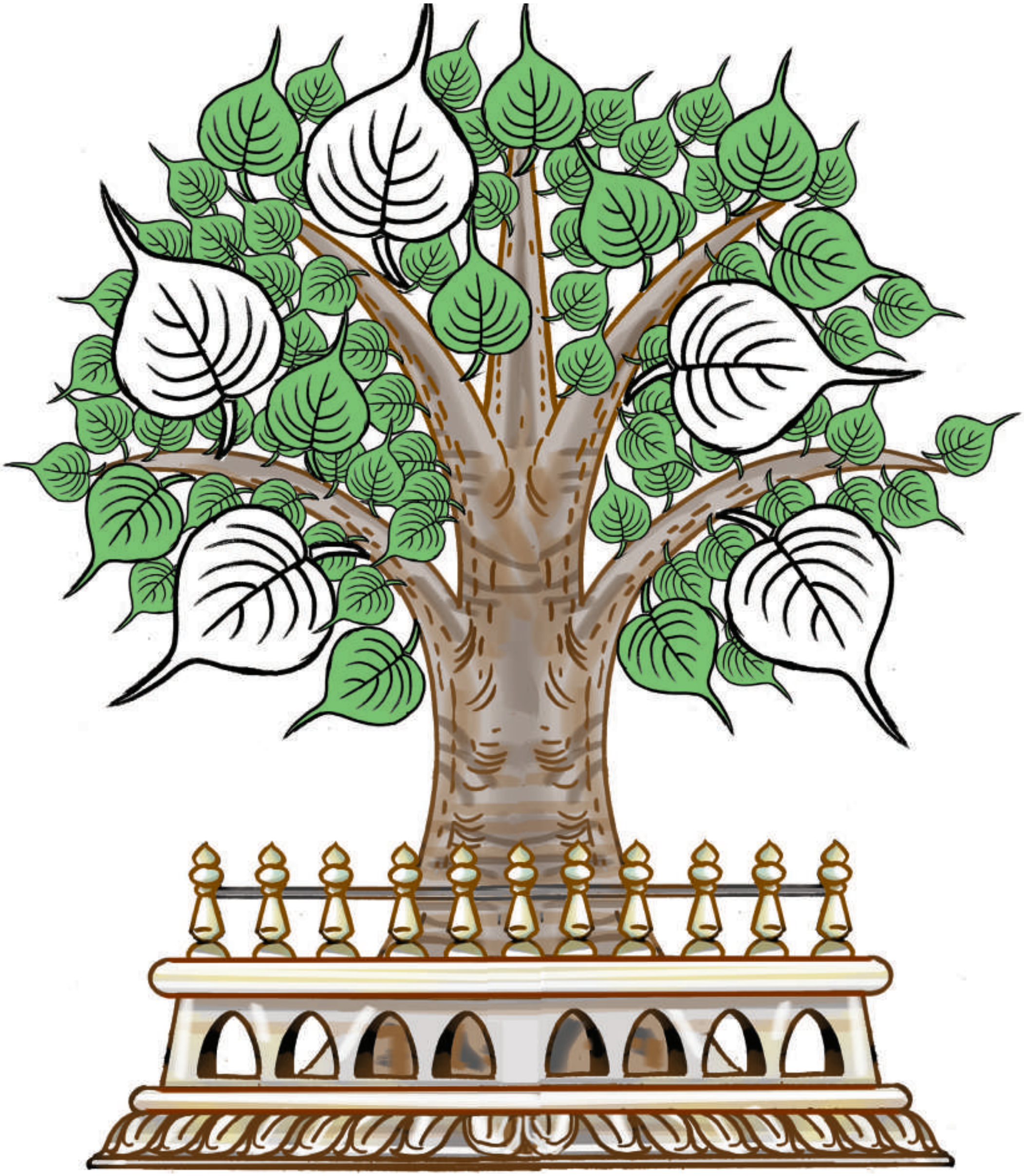
## ක්‍රියාකාරකම 3

# කඩ ඉරි යා කර වෙහෙර වහන්සේ ලස්සනට අඳිමු.



## ක්‍රියාකාරකම 4

# අපි බෝධීන් වහන්සේගේ බෝ පත් පාට කරමු.



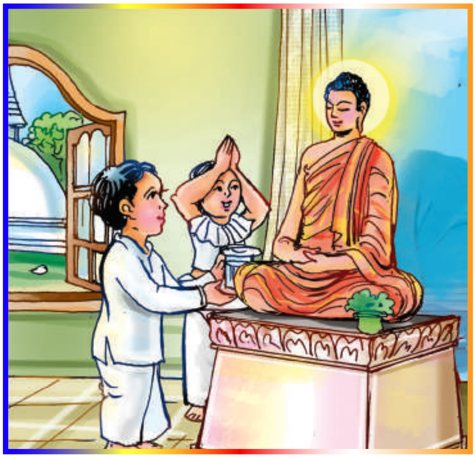
# ක්‍රියාකාරකම 5

## ශබ්ද නඟා කියමු.

මල් නෙළුවා

මළුව ඇමදුවා

අත් දෝවනය කළා



පැන් පූජා කළා

# 04. අපූරු සිහිනය

එදා
ඇසළ පෝය
දවසක්.
සිල් සමාදන් වෙලා
නින්දට ගිය
පින්වත්, සිල්වත්
මහාමායා දේවිය
ලස්සන
හීනයක් දැක්කා.

## ක්‍රියාකාරකම 1

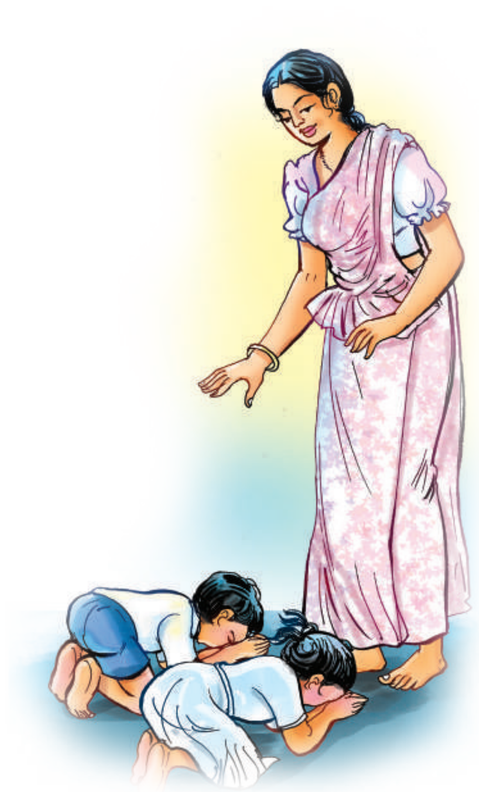
### පින්තූර බලා මහාමායා දේවිය දුටු සිහිනය කියමු.

# 05. අසිරිමත් උපත

එදා වෙසක් පෝය දවසක්.
ලුම්බිණි සල් මල් උයනේදි
පින්වත් බෝසත් කුමරා ඉපදුණා.

# 06. මව්පිය ආශීර්වාද ලබමු

අම්මාත්, තාත්තාත් අපට ආදරෙයි.



අපි අම්මාටත්, තාත්තාටත් වඳිමු.

ආශීර්වාද ලබමු.

තෙරුවන් සරණයි. පුතේ, දුවේ.

# ක්‍රියාකාරකම 1

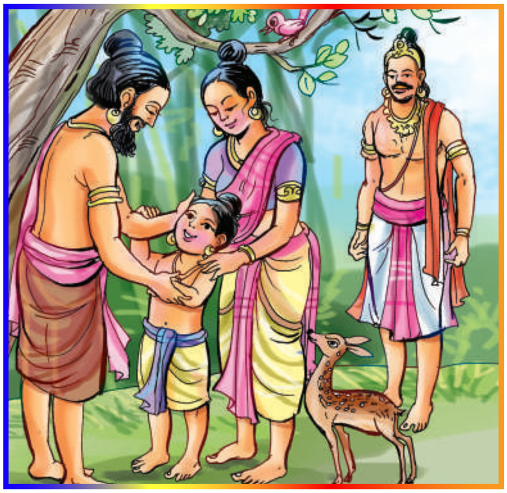
## පින්තූර බලා කතාව කියමු.

1 පින්තූරය

2 පින්තූරය

3 පින්තූරය

4 පින්තූරය



# 07. ගුරු උතුමන් නමදිමු

ඔබා සිප් දීමෙන
මා හික්මවන අදරින
ඇදුරු හද බැතියෙන
වඳිමි ගුරු සිත
පෙරටු කරමින

## ක්‍රියාකාරකම 1

ගුරුතුමා/ගුරුතුමිය සමග ගුරු වන්දනා ගාථාව කියමු.
ගුරු වන්දනා ගාථාව කියා ගුරුතුමාට/ ගුරුතුමියට වඳිමු.

## පුහුණුවට

### ගුරු වන්දනා ගාථාව

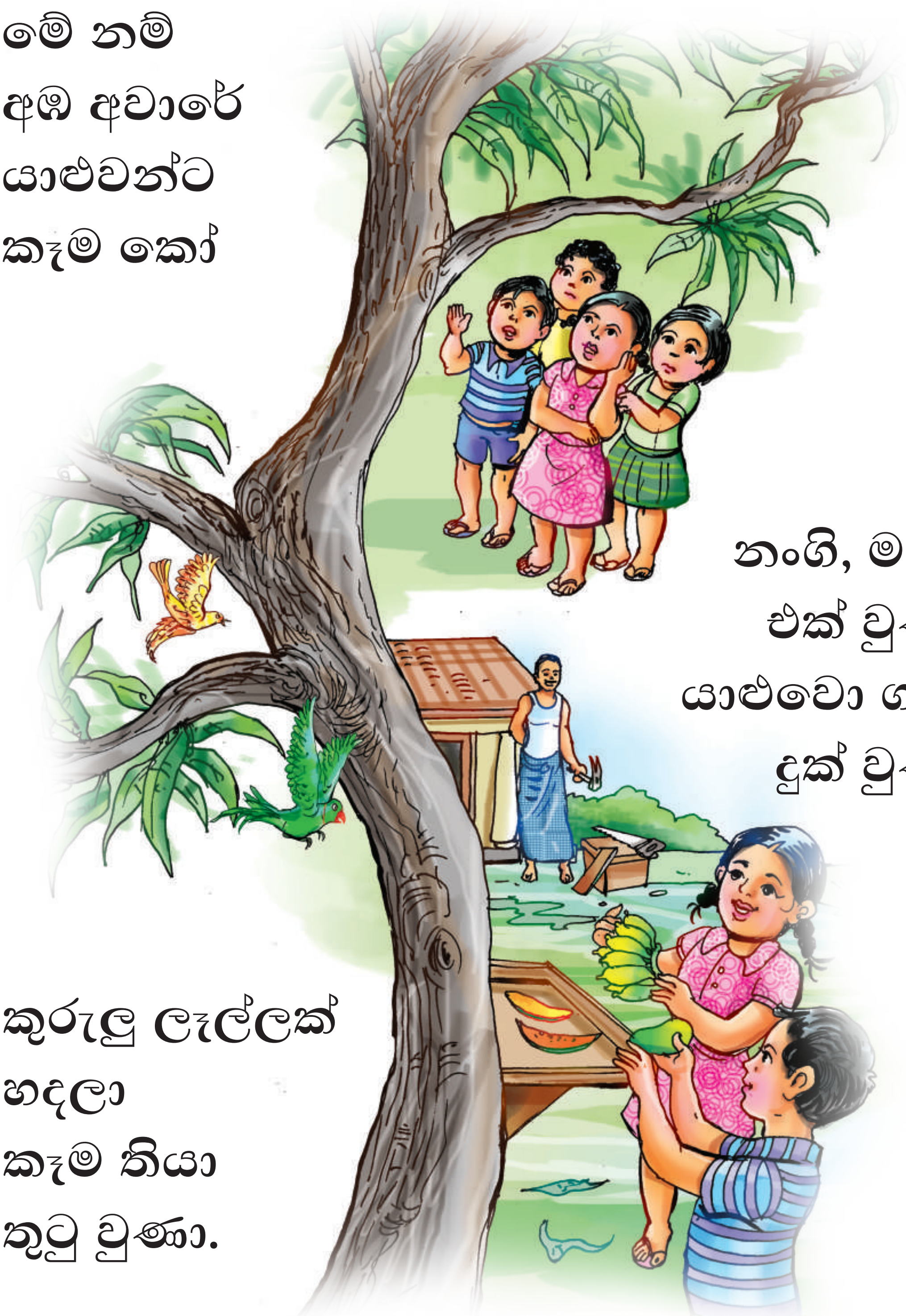
ඕවාද සිප්ප දානේන
සික්ඛාපේති මමං ගරු
සගාරවේන චිත්තේන
අහං වන්දාමි තං ගරුං

# 08. දන් දී පින් පුරමු

ටිං ටිං ටිං
ලේන් අප්පු
අඹ සොයනව
ගස පුරා ම.

කීච් බීච්
කුරුලු රංචු
ඉගිළෙනවා
ගස වටේට.

මේ නම්
අඹ අවාරේ
යාළුවන්ට
කෑම කෝ



නංගි, මල්ලි
එක් වුණා.
යාළුවො ගැන
දුක් වුණා.

කුරුලු ලෑල්ලක්
හදලා
කෑම තියා
තුටු වුණා.

කෑම කාලා
බොන්න වතුර
හොයනවා ඒ
යාළුවෝ

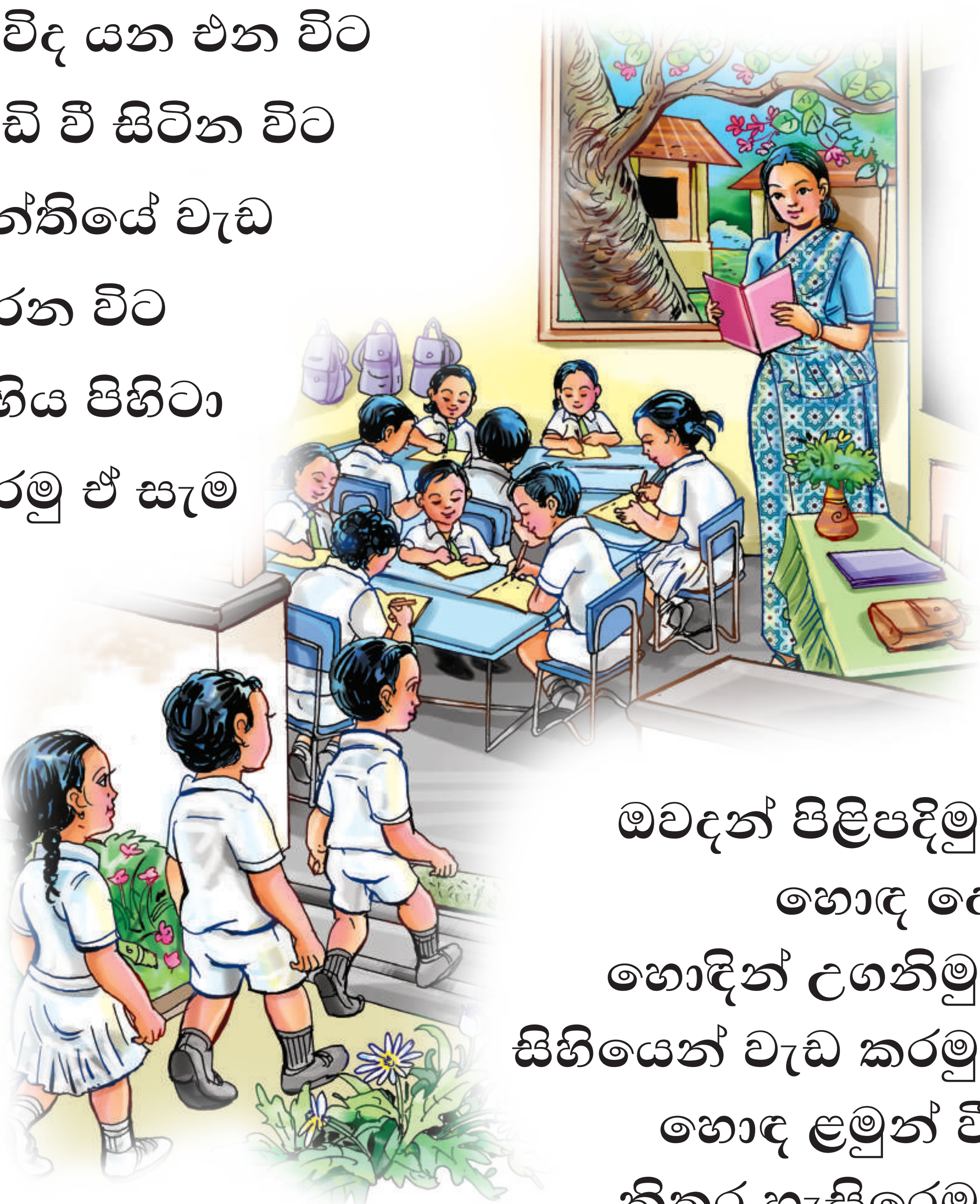
වතුර තියමු.
බොන්න කියමු.
බීලා නාලා
යන්න කියමු.

# ක්‍රියාකාරකම 1

## “අපේ කුරුලු ලෑල්ල” චිත්‍රයට නගමු.

# 09. පුංචි සිතක සතිමත්බව

ඇවිද යන එන විට
වාඩි වී සිටින විට
පන්තියේ වැඩ
කරන විට
සිහිය පිහිටා
කරමු ඒ සැම



ඔවදන් පිළිපදිමු.
හොඳ දේ
හොඳින් උගනිමු.
සිහියෙන් වැඩ කරමු.
හොඳ ළමුන් වී
නිතර හැසිරෙමු.

## ක්‍රියාකාරකම

**සතිමත් ව ඇවිදිමු.**
**අද්දැකීම් පවසමු.**