චක්‍රලේඛ අංක 94/01

මගේ අංකය 2/ක්‍රීවිබා/1/14
අධ්‍යාපන හා සංස්කෘතික කටයුතු අමාත්‍යාංශය,
ඉසුරුපාය,
බත්තරමුල්ල.

1994 ජනවාරි මස 03 වන දින.

සියළුම
පළාත් අධ්‍යාපන ලේකම්වරුන්,
පළාත් අධ්‍යාපන අධ්‍යක්ෂවරුන්,
කලාපීය අධ්‍යාපන අධ්‍යක්ෂවරුන්,
කොට්ඨාශ භාර නියෝජ්‍ය අධ්‍යාපන අධ්‍යක්ෂවරුන්.

පාසැල් සඳහා ක්‍රීඩා තරග

1994 වර්ෂයේ සිට පාසල් ක්‍රීඩා තරග පැවැත්වීම පිළිබඳව පහත සඳහන් අයුරින් ක්‍රියා කිරීමට අධ්‍යාපන හා සංස්කෘතික කටයුතු අමාත්‍යාංශය විසින් තීරණය කර ඇත.

ජාතික මට්ටම දක්වා සියලුම තරගවලට ක්‍රීඩක-ක්‍රීඩිකාවන් සහ ක්‍රීඩා කණ්ඩායම් තේරීමේ සියලුම අදියරයන් ඔබ පළාත් සභාවේ අභිමතය පරිදි පවත්වා ජාතික මට්ටම දක්වා ක්‍රීඩකක්‍රීඩිකාවන්/ක්‍රීඩා කණ්ඩායම් සහභාගි කරවීමට ඔබ විසින් කටයුතු කළ යුතු වේ.

මතු ප්‍රයෝජනය සඳහා මෙම චක්‍රලේඛය ලේඛනගත කොට තැබිය යුතු වේ.

පාසල් ක්‍රීඩා සම්බන්ධයෙන් මීට පෙර නිකුත් කර ඇති සියලුම චක්‍රලේඛ අභිබවා මෙම චක්‍රලේඛයේ අඩංගු උපදෙස් ක්‍රියාත්මක වන බව දන්වමි.

ජාතික මට්ටමේ ක්‍රීඩා තරග සැප්තැම්බර්/ඔක්තෝබර් මාසවල දී පැවැත්වෙනු ඇත. මෙම තරග පැවැත්වීමේ දිනයන් යථා කාලයේ දී ඔබ වෙත දන්වනු ලැබේ.

ආර්. අයි. ටී. අලස්
අධ්‍යාපන කටයුතු පිළිබඳ රාජ්‍ය ඇමතිතුමියගේ
ලේකම්.

පිටපත් :

1. ශාරීරික අධ්‍යාපනය පිළිබඳ නියෝජ්‍ය අධ්‍යාපන අධ්‍යක්ෂවරුන්/
සහකාර අධ්‍යාපන අධ්‍යක්ෂවරුන්

2. කොට්ඨාශ ක්‍රීඩා සම්බන්ධීකරණ නිලධාරීන්.

පාසල් සඳහා ක්‍රීඩා තරග

1. ක්‍රීඩා වර්ගීකරණය

පාසල් ක්‍රීඩා තරග පැවැත්වීමේ දී අධ්‍යාපන හා සංස්කෘතික කටයුතු අමාත්‍යාංශය මගින් පහත සඳහන් අයුරින් ක්‍රීඩා වර්ගීකරණය කර ඇත.

අනිවාර්ය ක්‍රීඩා	වෛකල්පික ක්‍රීඩා
මලල ක්‍රීඩා (බාලක/බාලිකා)	වොලිබෝල් (බාලිකා)
වොලිබෝල් (බාලක)	එල්ලේ (බාලක/බාලිකා)
නෙට්බෝල් (බාලිකා)	ශාරීරික අභ්‍යාස (බාලක/බාලිකා)
පාපන්දු (බාලක)	ජිම්නාස්ටික් (බාලක/බාලිකා)
	බැඩ්මින්ටන් (බාලක/බාලිකා)
	ටේබල් ටෙනිස් (බාලක/බාලිකා)
	බාස්කට් බෝල් (බාලක/බාලිකා)
	හොකී (බාලක/බාලිකා)
	පිහිනුම් (බාලක/බාලිකා)
	සැහැල්ලු පන්දු ක්‍රිකට් (බාලක)
	බොක්සිං (බාලක)
	පාපැදි තරග (බාලක/බාලිකා)
	කායවර්ධන තරග (බාලක)
	ටෙනිස් (බාලක/බාලිකා)
	මල්ලව පොර (බාලක)
	චෙස් (බාලක/බාලිකා)

2. ජාතික පාසල් ක්‍රීඩා තරග සඳහා අවුරුදු 13ට වැඩි සහ අවුරුදු 21ට අඩු ක්‍රීඩක-ක්‍රීඩිකාවන්ට පමණක් සහභාගි විය හැකිය. (අවුරුදු 19ට වැඩි හා අවුරුදු 21ට අඩු වයස් සීමාවට අයත් සිසුන් සඳහා පවත්වනු ලබන්නේ මලල ක්‍රීඩා තරග පමණකි.)

අවුරුදු 9ට වැඩි හා අවුරුදු 13ට අඩු වයස් සීමාවට අයත් සිසුන් සඳහා ජාතික මට්ටමින් මලල ක්‍රීඩා තරගාවලියක් පැවැත්වේ.

එක් එක් ක්‍රීඩාව යටතේ තරග පවත්වනු ලබන වයස් සීමා පිළිබඳ විස්තර මෙම චක්‍රලේඛයේ දක්වා ඇත.

3. තරග සඳහා ඉදිරිපත් කිරීම

3.1 මලල ක්‍රීඩා:

3.1.1 පළාත් මට්ටමේ මලල ක්‍රීඩා තරගයේ දී ප්‍රථම, දෙවන හා තෙවන ස්ථාන දිනාගනු ලබන ක්‍රීඩක ක්‍රීඩිකාවන් හා මෙම අමාත්‍යාංශය මගින් ඉදිරිපත් කර ඇති ජාතික මලල ක්‍රීඩා පරිසාධන මට්ටම සම කරන හෝ ඉක්මවන ක්‍රීඩක ක්‍රීඩිකාවන් ජාතික මට්ටමේ තරග සඳහා සහභාගි විය යුතුය.

3.1.2 පළාත් මලල ක්‍රීඩා තරගයේ දී ප්‍රථම, දෙවන හා තෙවන ස්ථාන දිනා ගනු ලබන සහාය තරග කණ්ඩායම් ජාතික මට්ටමට ඉදිරිපත් කළ යුතුය. (සහාය තරග සඳහා ජාතික පාරිසාධන මට්ටමක් ඉදිරිපත් නොකෙරේ.)

3.1.3 ජාතික මට්ටමින් පවත්වනු ලබන අර්ධ මැරතන් ධාවන තරගය සඳහා එක් පළාතකින් ක්‍රීඩකයින් 50 දෙනෙකු ඉදිරිපත් කළ යුතුය.

3.2 කණ්ඩායම් ක්‍රීඩා:

3.2.1 පළාත් මට්ටමේ තරගවල දී ප්‍රථම, දෙවන හා තෙවන ස්ථාන දිනා ගනු ලබන කණ්ඩායම් ජාතික මට්ටමේ තරග සඳහා සහභාගි කළ යුතු වන අතර, එම ක්‍රීඩාවන් මෙසේ ය.

වොලිබෝල්	(බාලක/බාලිකා)
නෙට්බෝල්	(බාලිකා)
පාපන්දු	(බාලක)
එල්ලේ	(බාලක/බාලිකා)
සැහැල්ලු පන්දු ක්‍රිකට්	(බාලක)
ශාරීරික අභ්‍යාස	(බාලක/බාලිකා)

3.2.2 ජාතික මට්ටමේ දී පවත්වනු ලබන පහත දැක්වෙන ක්‍රීඩා තරග සඳහා පළාතකින් ඕනෑම කණ්ඩායම් සංඛ්‍යාවක් සහභාගි කළ හැකිය.

ජිම්නාස්ටික්	(බාලක/බාලිකා)
බැඩ්මින්ටන්	(බාලක/බාලිකා)
ටේබල් ටෙනිස්	(බාලක/බාලිකා)
බාස්කට් බෝල්	(බාලක/බාලිකා)
හොකී	(බාලක/බාලිකා)
පිහිනුම්	(බාලක/බාලිකා)
බොක්සිං	(බාලක)
ටෙනිස්	(බාලක/බාලිකා)
මල්ලව පොර	(බාලක)
චෙස්	(බාලක/බාලිකා)

3.2.3 ජාතික මට්ටමේ දී පවත්වනු ලබන ප්‍රාපැදි තරග සඳහා එක් පළාතකින් ක්‍රීඩකයින්/ක්‍රීඩිකාවන් 25 දෙනෙකු ද කායවර්ධන තරග සඳහා ඕනෑම ක්‍රීඩකයින් සංඛ්‍යාවක් ද ඉදිරිපත් කළ හැකිය.

4. පොදු නීති රීති.

4.1 තරගකරුවන්/තරගකාරියන් තරග පැවැත්වෙන වර්ෂයේ දෙසැම්බර් 31 වන දින ද ඇතුළත්ව එදිනට නියමිත වයස් සීමාව තුළ සිටිය යුතුය.

4.2 අ.පො.ස (සා.පෙ.) ඉගෙනුම ලබන ශිෂ්‍ය/ශිෂ්‍යාවන්ට දෙවනවර විභාගයට පෙනී සිටීමෙන් පසුව ප්‍රතිඵල නිකුත් වන තෙක් පාසල් ශිෂ්‍යයකු හෝ ශිෂ්‍යාවක වශයෙන් තරගවලට සහභාගි විය හැකි ය.

එසේ වුව ද විභාග ප්‍රතිඵල නිකුත් කිරීමෙන් පසුව විභාගයෙන් අයමත්ව හෝ උසස් පෙළ විෂය ධාරාවන් හැදෑරීම සඳහා අධ්‍යාපන හා සංස්කෘතික කටයුතු අමාත්‍යාංශය විසින් නිර්දේශිත සුදුසුකම් සපුරා නොමැති ශිෂ්‍ය/ශිෂ්‍යාවන්ට ඉන් ඉදිරියේ පැවැත්වෙන තරග සඳහා සහභාගි විය නොහැක.

අ.පො.ස (සා.පෙ.) දෙවරක් රැදී එක් වරක් පමණක් පෙනී සිටි සිසුන් සඳහා ද මෙම නීතිය බල පැවැත්වේ. අ.පො.ස. (උ.පෙ.) දෙවරක් පෙනී සිටීමෙන් පසුව ශිෂ්‍ය ශිෂ්‍යාවන්ට අනිවාර්යයෙන්ම පාසල් හැර යාමට සිදුවන බැවින් එවැනි සිසුන් තරග සඳහා ඉදිරිපත් කළ නොහැක.

4.3 ක්‍රීඩාවලට සම්බන්ධ ශිෂ්‍ය/ශිෂ්‍යාවන් ට විවිධ හේතූන් මත වෙනත් විද්‍යාලයකට ඇතුළත් වීමෙන් පසු වසරක් ගතවෙන තෙක් එම විද්‍යාලය යටතේ ක්‍රීඩා තරගවලට ඉදිරිපත් විය නොහැක. එසේ ඉදිරිපත් වීමට අවශ්‍ය වන්නේ නම් ඔහු/ඇය තම නව විද්‍යාලය යටතේ ක්‍රීඩාවලට ඉදිරිපත් වීමට විරුද්ධත්වයක් නොමැති බවට තමා කලින් ඉගෙන ගත්

විදුහලේ විදුහල්පතිගෙන් ලිඛිත අවසරයක් ලබාගත යුතුය. නව විද්‍යාලයේ විදුහල්පති විසින් අධ්‍යාපන හා සංස්කෘතික කටයුතු අමාත්‍යාංශයෙන් ලිඛිත අවසරයක් ලබාගෙන ඔහු/ඇය තරගවලට ඉදිරිපත් කළ හැක. 6 වෙනි වසර සහ 12 වෙනි වසර සඳහා අලුතින් ඇතුළත් වන සිසුන්ට මෙම නීතිය බල නොපැවැත් වේ. කෙසේ වුව ද විවිධ හේතූන් මත ඉදිරිපත් කරනු ලබන අභියාචනයන් පිළිබඳව අධ්‍යාපන හා සංස්කෘතික කටයුතු ලේකම් ගේ තීරණය අවසන් තීරණය වේ.

4.4 සෑම තරගකරුවකුගේම වයස සනාථ කිරීම සඳහා විධිමත් උප්පැන්න සහතිකය පමණක් පිළිගනු ලැබේ. (දිස්ත්‍රික් රෙජිස්ට්‍රාර්වරයා විසින් සහතික නොකළ ඡායා පිටපත් පිළිගනු නොලැබේ.) ජාතික මට්ටමේ තරගවල දී ක්‍රීඩකයින්/ ක්‍රීඩිකාවන් විසින් තම උප්පැන්න සහතිකය ඉදිරිපත් කළ යුතු වේ.

4.5 ශාරීරික අභ්‍යාස සඳහා සහභාගි වන තරගකරුවන් / තරගකාරියන් හැර අනෙකුත් සියලුම තරගවලට සහභාගිවන තරගකරුවන් / තරගකාරියන් ජාතික මට්ටමේ තරගවල දී තැපැල් දෙපාර්තමේන්තුවෙන් හෝ පුද්ගලයින් ලියාපදිංචි කිරීමේ දෙපාර්තමේන්තුවෙන් හෝ ලබාගත් හැඳින්වීමේ පතක් ඉදිරිපත් කළ යුතුය. එම හැඳුනුම්පතට අමතර ව විදුහල්පති විසින් සහතික කරන ලද පාස්පෝට් ප්‍රමාණයේ ඡායාරූපයක් ද ඉදිරිපත් කළ යුතුය.

ඡායාරූප සහතික කිරීමේ දී ශිෂ්‍යාගේ / ශිෂ්‍යාවගේ නම, උපන් දිනය, උප්පැන්න සහතික අංකය, ඇතුළත් වීමේ අංකය සහ ඉගෙනුම ලබන පංතිය ඇතුළත් විය යුතුය.

4.6 විවිධ ක්‍රීඩා සඳහා බලපාන සාමාන්‍ය නීති රීතිවලට අනුකූලව හා අධ්‍යාපන අමාත්‍යාංශය මගින් පනවා ඇති නීති රීති අනුව තරග පවත්වනු ලැබේ.

4.7 ජාතික මට්ටමේ තරග සඳහා පළාත් මට්ටමින් ඉදිරිපත් කරනු ලබන අයදුම්පත්‍ර ජූලි මස 15 දිනට පෙර අධ්‍යාපන අමාත්‍යාංශයේ ක්‍රීඩා හා විෂය බාහිර කටයුතු ශාඛාව වෙත එවිය යුතුය.

4.8 සෑම කණ්ඩායම් ඉල්ලුම් පත්‍රයක්ම කණ්ඩායම් භාර ගුරු මහතා/මහත්මිය, විදුහල්පති/පතිනිය, පළාත් භාර ක්‍රීඩා නි.අ.අ./ස.අ.අ. සහ පළාත් අධ්‍යාපන අධ්‍යක්ෂ සහතික කර තිබිය යුතුය. ජාතික මට්ටමේ තරග සඳහා ඉල්ලුම් පත්‍ර බාර ගැනීමෙන් පසු කුමන අන්දමේ හෝ සංශෝධනයක් සිදු කරනු නොලබන බව සැලකිය යුතුය.

5. තරග විස්තර

5.1 අනිවාර්ය ක්‍රීඩා තරග - මලල ක්‍රීඩා:

5.1.1 ජාතික පාසල් ක්‍රීඩා සඳහා වයස් සීමා

අවුරුදු 15න් පහළ බාලක/බාලිකා

අවුරුදු 17න් පහළ බාලක/බාලිකා

අවුරුදු 19න් පහළ බාලක/බාලිකා

අවුරුදු 21න් පහළ බාලක/බාලිකා - මෙම වයස් සීමාව ශූරතාවය සඳහා ලකුණු එකතු කිරීමේ දී සහ දක්ෂතම ක්‍රීඩකයා/ක්‍රීඩිකාව තේරීමේ දී සැලකිල්ලට ගනු නොලැබේ.

5.1.2 තරග ඉසව්:

අවුරුදු 15න් පහළ බාලක/බාලිකා

(අවුරුදු 13ට වැඩි - අවුරුදු 15ට අඩු)

බාලක	බාලිකා
මීටර් 100	මීටර් 100
මීටර් 200	මීටර් 200

මීටර් 400

මීටර් 100 x 4
උස පැනීම
දුර පැනීම
යගුලිය දැමීම(රා.8 අවු.13)
කවපෙත්ත විසි කිරීම (කි.ග්‍රෑ 1.0)
හෙල්ල විසි කිරීම (ග්‍රෑ. 600)

මීටර් 100 x 4
උස පැනීම
දුර පැනීම
යගුලිය දැමීම(රා.8 අවු.13)
කවපෙත්ත විසි කිරීම (කි.ග්‍රෑ 1.0)
හෙල්ල විසි කිරීම (ග්‍රෑ. 600)

අවුරුදු 17න් පහළ බාලක/බාලිකා

(අවුරුදු 15ට වැඩි - අවුරුදු 17ට අඩු)

බාලක

මීටර් 100
මීටර් 200
මීටර් 400
මීටර් 800
මීටර් 1500
මීටර් 110 කඩුලු
(අඩි 3 අඟල් 0)
මීටර් 100 x 4
මීටර් 400 x 4
උස පැනීම
දුර පැනීම
තුන් පිම්ම
රිටි පැනීම
යගුලිය දැමීම (රා. 10)
කවපෙත්ත විසි කිරීම (කි.ග්‍රෑ. 1.0)
හෙල්ල විසි කිරීම (ග්‍රෑ. 600)

බාලිකා

මීටර් 100
මීටර් 200
මීටර් 400
මීටර් 800
මීටර් 1500
මීටර් 100 කඩුලු
(අඩි 2 අහල් 9)
මීටර් 100 x 4
මීටර් 400 x 4
උස පැනීම
දුර පැනීම
යගුලිය දැමීම(රා.8 අවු.13)
කවපෙත්ත විසි කිරීම (කි. ග්‍රෑ. 1 0)
හෙල්ල විසි කිරීම (ග්‍රෑ. 600)

අවුරුදු 19න් පහළ බාලක/බාලිකා

(අවුරුදු 17ට වැඩි - අවුරුදු 19ට අඩු)

බාලක

මීටර් 100
මීටර් 200
මීටර් 400
මීටර් 800
මීටර් 1500
මීටර් 5000
මීටර් 100 කඩුලු (අඩි 3 අඟල් 3)
මීටර් 400 කඩුලු (අඩි 3 අඟල් 0)
මීටර් 100 x 4
මීටර් 400 x 4
උස පැනීම
දුර පැනීම
තුන් පිම්ම
රිටි පැනීම
යගුලිය දැමීම (රා. 12)
කවපෙත්ත විසි කිරීම (කි.ග්‍රෑ. 1.5)
හෙල්ල විසි කිරීම (ග්‍රෑ. 800)

බාලිකා

මීටර් 100
මීටර් 200
මීටර් 400
මීටර් 800
මීටර් 1500
මීටර් 3000
මීටර් 100 කඩුලු (අඩි 2 අඟල් 9)
මීටර් 400 කඩුලු (අඩි 2 අඟල් 6)
මීටර් 100 x 4
මීටර් 400 x 4
උස පැනීම
දුර පැනීම
යගුලිය දැමීම(රා.8 අවු.13)
කවපෙත්ත විසි කිරීම (කි. ග්‍රෑ. 1.0)
හෙල්ල විසි කිරීම (ග්‍රෑ. 600)

අවුරුදු 21න් පහළ බාලක/බාලිකා
(අවුරුදු 19ට වැඩි - අවුරුදු 21ට අඩු)

බාලක	බාලිකා
මීටර් 100	මීටර් 100
මීටර් 200	මීටර් 200
මීටර් 400	මීටර් 400
මීටර් 800	මීටර් 800
මීටර් 1500	මීටර් 1500
මීටර් 5000	මීටර් 3000
මීටර් 110 කඩුලු (අඩි 3 අඟල් 6)	මීටර් 100 කඩුලු (අඩි 2 අඟල් 9)
මීටර් 400 කඩුලු (අඩි 3 අඟල් 0)	මීටර් 400 කඩුලු (අඩි 2 අඟල් 6)
මීටර් 100 x 4	මීටර් 100 x 4
මීටර් 400 x 4	මීටර් 400 x 4
උස පැනීම	උස පැනීම
දුර පැනීම	දුර පැනීම
තුන් පිම්ම	යගුලිය දැමීම(රා.8 අවු.13)
රිටි පැනීම	කවපෙත්ත විසි කිරීම (කි. ග්‍රෑ. 1.0)
යගුලිය දැමීම (රා. 16)	හෙල්ල විසි කිරීම (ග්‍රෑ. 600)
කවපෙත්ත විසි කිරීම (කි.ග්‍රෑ. 2.0)	
හෙල්ල විසි කිරීම (ග්‍රෑ. 800)	

5.1.3 ජාතික පාසල් ක්‍රීඩා ප්‍රධාන තරගාවලියට අමතරව වයස අවුරුදු 11න් පහළ හා 13න් පහළ සිසුන් සඳහා ජාතික පාසල් කනිෂ්ඨ මලල ක්‍රීඩා තරගාවලියක් ද පැවැත්වේ. මෙම තරගාවලිය සඳහා කලාප මට්ටමේ ඉල්ලුම් පත්‍ර මැයි මස 15 වැනි දිනට පෙර අධ්‍යාපන හා සංස්කෘතික කටයුතු අමාත්‍යාංශයේ ක්‍රීඩා හා විෂය බාහිර කටයුතු ශාඛාව වෙත එවිය යුතුය.

5.1.4 තරග ඉසව්
ජාතික පාසල් කනිෂ්ඨ මලල ක්‍රීඩා තරගය

අවුරුදු 11න් පහළ බාලක/බාලිකා
(අවුරුදු 9ට වැඩි - අවුරුදු 11ට අඩු)

බාලක	බාලිකා
මීටර් 75	මීටර් 75
මීටර් 100	මීටර් 100
උස පැනීම	උස පැනීම
දුර පැනීම	දුර පැනීම

අවුරුදු 13න් පහළ බාලක/බාලිකා
(අවුරුදු 11ට වැඩි - අවුරුදු 13ට අඩු)

බාලක	බාලිකා
මීටර් 100	මීටර් 100
මීටර් 200	මීටර් 200
මීටර් 100 x 4	මීටර් 100 x 4
උස පැනීම	උස පැනීම
දුර පැනීම	දුර පැනීම

5.1.5 කලාප මට්ටමේ මලල ක්‍රීඩා තරගයේ දී ප්‍රථම, දෙවන හා තෙවන ස්ථාන දිනාගනු ලබන ක්‍රීඩක ක්‍රීඩිකාවන් හා සහාය කණ්ඩායම් ජාතික පාසල් කනිෂ්ඨ මලල ක්‍රීඩා තරග සඳහා ඉදිරිපත් කළ හැකිය. (කලාප ක්‍රමය ක්‍රියාත්මක නොවන පළාත්වල දිස්ත්‍රික්ක මට්ටම පිළිගැනේ.)

5.1.6 සෑම තරගකරුවෙක්ම තරගකාරියක්ම වයස සනාථ කිරීම සඳහා තම උප්පැන්න සහතිකය ජාතික පාසල් කනිෂ්ඨ මලල ක්‍රීඩා තරගයේ දී ඉදිරිපත් කළ යුතුය. (4.3 ඡේදය බලන්න.)

5.1.7 ජාතික පාසල් කණිෂ්ඨ මලල ක්‍රීඩා තරග සඳහා සහභාගි වන තරගකරුවන්ගේ/ තරගකාරියන්ගේ අනන්‍යතාවය සහතික කිරීම සඳහා ඔහු හෝ ඇය ඉගෙනුම ලබන විද්‍යාලයේ විදුහල්පති විසින් සහතික කළ ඡායාරූපය පිළිගනු ලැබේ.

5.1.8 ඡායාරූප සහතික කිරීමේදී, ශිෂ්‍යයාගේ/ ශිෂ්‍යාවගේ නම, උපන්දිනය, උප්පැන්න සහතික අංකය, ඇතුළත්වීමේ අංකය සහ ඉගෙනුම ලබන පංතිය ඇතුළත් කළ යුතුය.

5.1.9 අර්ධ මැරතන් ධාවන තරගය (බාලක)
දුර ප්‍රමාණය - කි.මී. 21.0975

5.1.9.1 ජාතික මට්ටමේ දී මලල ක්‍රීඩා විශේෂ ඉසව්වක් වශයෙන් අර්ධ මැරතන් ධාවන තරගයක් පවත්වනු ලැබේ.

5.1.9.2 වයස් සීමාව
අවුරුදු 15ට වැඩි - අවුරුදු 19ට අඩු

5.1.9.3 පළාත් මට්ටමේ සුදුසු පරිදි තේරීම් තරග පවත්වා තෝරාගත් ක්‍රීඩකයින් 50 දෙනෙකු ජාතික මට්ටමේ තරගය සඳහා ඉදිරිපත් කළ යුතුය.

5.1.10 මලල ක්‍රීඩා පොදු නීති රීති

5.1.10.1 ජාත්‍යන්තර ආධුනික මලල ක්‍රීඩා සංගමයේ සහ ශ්‍රී ලංකා ආධුනික මලල ක්‍රීඩා සංගමයේ නීති රීතිවලට අනුකූලව තරග පවත්වනු ලැබේ.

5.1.10.2 ක්‍රීඩක ක්‍රීඩිකාවන්ට සහභාගි විය හැක්කේ සහාය තරග හා අර්ධ මැරතන් ධාවන තරගය හැර මලල ක්‍රීඩා තනි ඉසව් තුනකට පමණි.

5.1.10.3 ක්‍රීඩකයෙකුට හෝ ක්‍රීඩිකාවකට තම අභිමතය පරිදි ඕනෑම ඉසව් තුනකට ඉදිරිපත් විය හැකිය.

5.1.10.4 මලල ක්‍රීඩා සහාය තරග සඳහා අතිරේක ක්‍රීඩකයින් දෙදෙනෙකු ඇතුළුව හය දෙනෙකු ලියා පදිංචි කළ යුතුය.

5.1.11 සප්ත ප්‍රයාම සහ දස ප්‍රයාම තරග

5.1.11.1 අවුරුදු 21න් පහළ (අවුරුදු 17ට වැඩි සහ 21ට අඩු) වයස් සීමාව යටතේ ජාතික මට්ටමින් පමණක් තරග පැවැත්වේ.

5.1.11.2 සප්ත ප්‍රයාම (බාලිකා ඉසව්)
පළමුවන දිනය - මීටර් 100 කඩුලු දිවීම, උස පැනීම
යගුලිය දැමීම, මීටර් 200
දෙවන දිනය - දුර පැනීම, හෙල්ල විසි කිරීම, මීටර් 800

5.1.11.3 දස ප්‍රයාම (බාලක ඉසව්)
පළමුවන දිනය - මීටර් 100, දුර පැනීම, යගුලිය දැමීම, උස පැනීම, මීටර් 800
දෙවන දිනය - මීටර් 110 කඩුලු දිවීම, කවපෙත්ත විසි කිරීම, රිටි පැනීම, හෙල්ල විසි කිරීම, මීටර් 1,500

5.1.11.4 ඉහත සඳහන් ඉසව් අනු පිළිවෙලින් දින දෙකක් තුළදී පැවැත්වේ.

5.1.11.5 ජාත්‍යන්තර ලකුණු ක්‍රමය අනුව වැඩිම ලකුණු හිමි කරගත් ක්‍රීඩකයාට/ ක්‍රීඩිකාවට ජයග්‍රහණය හිමි වේ.

5.1.11.6 ආධුනික මලල ක්‍රීඩා සංගමයේ නීති රීතිවලට අනුකූලව තරග පැවැත්වෙන අතර, පහත සඳහන් විශේෂ අවස්ථා කෙරෙහි අවධානය යොමු කරවමි.

(අ) දුර පැනීම සහ විසිකිරීමේ ඉසව් වලදී එක් තරගකරුවෙකුට/ තරගකාරියකට හිමිවනුයේ තරග වට තුනක් පමණි.

(ආ) ආරම්භක විධානයට අනුකූල නොවන අවස්ථා තුනකින් පසු ඔහු/ඇය එම ඉසව්වෙන් ඉවත් කෙරේ.

5.1.11.7 ක්‍රීඩකයින්/ක්‍රීඩිකාවන් සියලුම ඉසව් සඳහා අනිවාර්යයෙන් සහභාගි විය යුතුය.

5.1.11.8 මෙම තරග සඳහා එක් පාසලකින් ඉදිරිපත් කළ හැක්කේ තරගකරුවන්/තරගකාරියන් දෙදෙනෙකු පමණකි.

5.1.11.9 විසි කිරීමේ ඉසව් සඳහා වන බර ප්‍රමාණයන් මෙසේය.

බාලිකා	-	යගුලිය(රා.8 අවු.13)
	-	හෙල්ල (ග්‍රෑම් 600)
බාලක	-	යගුලිය (රා. 10)
	-	කවපෙත්ත (කි.ග්‍රෑ. 2.0)
	-	හෙල්ල (ග්‍රෑ. 800)

5.1.11.10 කඩුලු දිවීම සඳහා වන කඩුලුවල උස

බාලිකා	-	මීටර් 100 කඩුලු - අඩි 2 අඟල් 9
බාලක	-	මීටර් 110 කඩුලු - අඩි 3 අඟල් 6

5.1.12 ජාතික පාසල් සහාය දිවීමේ තරගාවලිය

5.1.12.1 වයස් සීමා:

ජාතික මට්ටමින් පමණක් පැවැත්වෙන මෙම තරග පහත සඳහන් වයස් සීමා යටතේ පැවැත්වේ.

අවුරුදු 15 න් පහළ	බාලක/බාලිකා
අවුරුදු 17 න් පහළ	බාලක/බාලිකා
අවුරුදු 19 න් පහළ	බාලක/බාලිකා
අවුරුදු 21 න් පහළ	බාලක/බාලිකා

5.1.12.2 තරග ඉසව්

අවුරුදු 15 ත් පහළ බාලක/බාලිකා
(අවුරුදු 13ට වැඩි - අවුරුදු 15ට අඩු)

බාලක	බාලිකා
මීටර් 100 x 4	මීටර් 100 x 4
මීටර් 200 x 4	මීටර් 200 x 4
මීටර් 400 x 4	මීටර් 400 x 4

අවුරුදු 17 ත් පහළ බාලක/බාලිකා
(අවුරුදු 15ට වැඩි - අවුරුදු 17ට අඩු)

බාලක	බාලිකා
මීටර් 100 x 4	මීටර් 100 x 4
මීටර් 200 x 4	මීටර් 200 x 4
මීටර් 400 x 4	මීටර් 400 x 4
මීටර් 800 x 4	මීටර් 800 x 4
මීටර් 1500 x 4	

අවුරුදු 19ත් පහළ බාලක/බාලිකා
(අවුරුදු 17ට වැඩි - අවුරුදු 19ට අඩු)

බාලක	බාලිකා
මීටර් 100 x 4	මීටර් 100 x 4
මීටර් 200 x 4	මීටර් 200 x 4
මීටර් 400 x 4	මීටර් 400 x 4
මීටර් 800 x 4	මීටර් 800 x 4
මීටර් 1500 x 4	මීටර් 1500 x 4
මෙඩ්ලි සහාය- (මීටර් 100, 200, 400, 800)	මෙඩ්ලි සහාය- (මීටර් 100, 200, 400, 800)

අවුරුදු 21ත් පහළ බාලක/බාලිකා
(අවුරුදු 19ට වැඩි - අවුරුදු 21ට අඩු)

බාලක	බාලිකා
මීටර් 100 x 4	මීටර් 100 x 4
මීටර් 200 x 4	මීටර් 200 x 4
මීටර් 400 x 4	මීටර් 400 x 4
මීටර් 800 x 4	මීටර් 800 x 4
මීටර් 1500 x 4	මීටර් 1500 x 4
මෙඩ්ලි සහාය- (මීටර් 100, 200, 400, 800)	මෙඩ්ලි සහාය- (මීටර් 100, 200, 400, 800)

5.1.12.3 එක් සහාය ඉසව්වක් සඳහා එක් පාසලකින් ඉදිරිපත් කළ හැක්කේ එක් කණ්ඩායමක් පමණි.

5.1.11 සඳහා පාසල් වලින් ඉදිරිපත් කෙරෙන අයදුම්පත්‍ර ඒ ඒ පළාත් අධ්‍යාපන අධ්‍යක්‍ෂකවරුන් මගින් මැයි මස 15 වැනි දිනට පෙර අධ්‍යාපන හා සංස්කෘතික කටයුතු අමාත්‍යාංශයේ ක්‍රීඩා හා විෂය බාහිර ශාඛාව වෙත එවිය යුතුය.

5.2 අනිවාර්ය ක්‍රීඩා - වොලිබොල් (බාලක)

5.2.1 වයස් සීමා - ජාතික මට්ටම
අවුරුදු 15න් පහළ (අවු. 13ට වැඩි අවු. 15ට අඩු)
අවුරුදු 17න් පහළ (අවු. 15ට වැඩි අවු. 17ට අඩු)
අවුරුදු 19න් පහළ (අවු. 17ට වැඩි අවු. 19ට අඩු)

5.2.2 තරග වාර ගණන තීරණය කිරීම සංවිධායකයින් සතුය.

5.2.3 සියළුම ක්‍රීඩකයින් තමන්ට හිමි අංක 1-12 දක්වා උඩුකය වැස්මෙහි පැහැදිළිව පෙනෙන සේ පැළඳ සිටිය යුතුය. අංක නොපැළඳි ක්‍රීඩකයින්ට තරග සඳහා සහභාගිවීමට ඉඩ දෙනු නොලැබේ.

5.2.4 දැලේ උස ප්‍රමාණය
අවුරුදු 15න් පහළ බාලක - අඩි 7 අඟල් 08
අවුරුදු 17න් පහළ බාලක - අඩි 7 අඟල් 10
අවුරුදු 19න් පහළ බාලක - අඩි 7 අඟල් 11 5/8

5.2.5 ක්‍රීඩකයින් දොලොස් දෙනෙකු ලේඛන ගත කර තරග වදින කණ්ඩායම ඒ අයගෙන් තෝරා ගත යුතුය.

5.2.6 පළාත් මට්ටමේ තරගයේදී ප්‍රථම, දෙවන සහ තෙවන ස්ථානය දිනා ගනු ලබන කණ්ඩායම් ජාතික මට්ටමේ තරග සඳහා ඉදිරිපත් කළ හැකිය.

5.2.7 ජාත්‍යන්තර වොලිබෝල් තරග නීති රීති අනුව තරග පවත්වනු ලැබේ.

5.3 අනිවාර්ය ක්‍රීඩා - නෙට්බොල් (බාලිකා)

5.3.1 වයස් සීමාව
අවුරුදු 15න් පහළ (අවු. 13ට වැඩි - අවු. 15ට අඩු)
අවුරුදු 17න් පහළ (අවු. 15ට වැඩි - අවු. 17ට අඩු)
අවුරුදු 19න් පහළ (අවු. 17ට වැඩි - අවු. 19ට අඩු)

5.3.2 තරග කාල සීමා
අවුරුදු 15න් පහළ - විනාඩි 10 - 3 -10
අවුරුදු 17න් පහළ - විනාඩි 15 - 5 -15
අවුරුදු 19න් පහළ - විනාඩි 20 - 5 -20

5.3.3 සියළුම ක්‍රීඩිකාවන් තමන් ක්‍රීඩා කරන ප්‍රදේශයට හිමි ස්ථාන තම උඩුකයෙහි ඉදිරිපස හා පසුපස පැහැදිළිව පෙනෙන සේ පැළඳ සිටිය යුතුය.

5.3.4 ක්‍රීඩිකාවන් 10ක් ලේඛන ගත කර තරග වදින කණ්ඩායම ඒ අයගෙන් තෝරා ගත යුතුය.

5.3.5 පළාත් මට්ටමේ තරගයේදී ප්‍රථම, දෙවන සහ තෙවන ස්ථාන දිනා ගනු ලබන කණ්ඩායම් ජාතික මට්ටමේ තරග සඳහා ඉදිරිපත් කළ හැකිය.

5.3.6 ජාත්‍යන්තර නෙට්බෝල් තරග නීති රීතිවලට අනුව තරග පවත්වනු ලැබේ.

5.4 අනිවාර්ය ක්‍රීඩා - පාපන්දු (බාලක)

5.4.1 වයස් සීමා - ජාතික මට්ටම
අවුරුදු 17න් පහළ (අවු. 13ට වැඩි අවු. 17ට අඩු)
අවුරුදු 19න් පහළ (අවු. 17ට වැඩි අවු. 19ට අඩු)

5.4.2 කණ්ඩායමකට ලියාපදිංචි කළ හැකි උපරිම ක්‍රීඩකයින් සංඛ්‍යාව 15 දෙනෙකි. තරග වැදීම සඳහා එයින් 11 දෙනෙකු තෝරා ගත හැකිය.

5.4.3 ක්‍රීඩකයින් පිටියට පිවිසෙන විට තමන් හඳුනා ගැනීම සඳහා අංක පැළඳ සිටිය යුතුය. එම අංක 1 සිට 15 දක්වා විය යුතු අතර, තරග අංක නොපැළඳ සිටින ක්‍රීඩකයින්ට ක්‍රීඩා කිරීමට අවසර දෙනු නොලැබේ.

5.4.4 තරග කාලය - විනාඩි 25 - 05 -25 වේ.

5.4.5 පළාත් මට්ටමේ තරගවලදී ප්‍රථම, දෙවන හා තෙවන ස්ථාන දිනාගනු ලබන කණ්ඩායම් ජාතික මට්ටමේ තරග සඳහා ඉදිරිපත් කළ හැකිය.

5.4.6 ජාත්‍යන්තර පාපන්දු තරගු නීති අනුව තරග පැවැත්වේ.

6. වෛකල්පික ක්‍රීඩා

6.1 වොලිබෝල් (බාලිකා)

6.1.1 වයස් සීමා - ජාතික මට්ටම
අවුරුදු 15න් පහළ (අවු. 13 වැඩි අවු. 15ට අඩු)
අවුරුදු 17න් පහළ (අවු. 15ට වැඩි අවු. 17ට අඩු)
අවුරුදු 19න් පහළ (අවු. 17ට වැඩි අවු. 19ට අඩු)

6.1.2 දැලේ උස ප්‍රමාණය
අවුරුදු 15න් පහළ - අඩි 7 අඟල් 00
අවුරුදු 17න් පහළ - අඩි 7 අඟල් 02
අවුරුදු 19න් පහළ - අඩි 7 අඟල් 04 1/8

6.1.3 වොලිබෝල් බාලක තරග සඳහා බලපවත්වන නීති රීති මෙම තරගාවලියට ද බල පැවැත්වෙනු ඇත.(5.2 යටතේ දක්වා ඇත.)

6.1.4 පළාත් මට්ටමේ තරගයේ දී ප්‍රථම, දෙවන හා තෙවන ස්ථාන දිනා ගනු ලබන කණ්ඩායම් ජාතික මට්ටමට ඉදිරිපත් කළ හැකිය.

6.2 එල්ලේ (බාලක/බාලිකා)

6.2.1 වයස් සීමා - ජාතික මට්ටම
අවුරුදු 19න් පහළ - (අවු. 13ට වැඩි අවු. 19ට අඩු)

6.2.2 කණ්ඩායමක් ක්‍රීඩකයින්/ක්‍රීඩිකාවන් 16 දෙනෙකුගෙන් සමන්විත විය යුතුය. ක්‍රීඩක/ක්‍රීඩිකාවන් 20 දෙනෙකු ලේඛන ගත කර තරග වදින කණ්ඩායම ඒ අයගෙන් තෝරා ගත යුතුය. කණ්ඩායමකට තරග කළ හැකි අවම ක්‍රීඩකයින්/ක්‍රීඩිකාවන් සංඛ්‍යාව 12 දෙනෙකි.

6.2.3 තරගාවලියේ අවසාන තරග හැර සෙසු සියළුම තරග සඳහා කණ්ඩායමකට හිමි වනුයේ එක් ඉනිමකි.

6.2.4 කණ්ඩායමකට එක් ඉනිමක් සඳහා හිමිවන පන්දු වාර ගණන 80කි. පන්දු වාර ගණන අවසාන වීමට පෙර කණ්ඩායමේ සියළුම ක්‍රීඩකයින්/ක්‍රීඩිකාවන් දැවී ගියහොත් ඔවුන්ගේ ඉනිම අවසාන වේ.

6.2.5 ප්‍රහාරක පෙලේ ක්‍රීඩකයෙකු/ක්‍රීඩිකාවක විසින්ම පන්දු යැවීම සිදු කළ යුතුය.

6.2.6 පළාත් මට්ටමේ තරගවලදී ප්‍රථම, දෙවන හා තෙවන ස්ථාන දිනා ගනු ලබන කණ්ඩායම් ජාතික මට්ටමට ඉදිරිපත් කළ හැකිය.

6.2.7 ශ්‍රී ලංකා එල්ලේ සම්මේලනය විසින් පාසල් සඳහා සම්මත කර ඇති නීති අනුව තරග පැවැත්වේ.

6.3 ශාරීරික අභ්‍යාස (බාලක/බාලිකා)

6.3.1 වයස් සීමා - ජාතික මට්ටම
අවුරුදු 19න් පහළ (අවු. 13ට වැඩි අවු. 19ට අඩු)

6.3.2 කණ්ඩායමක ළමුන් සංඛ්‍යාව නායකයා සමඟ 25 දෙනෙකු විය යුතු අතර ළමුන් 30ක් ලේඛන ගත කළ හැකිය. තරග වදින කණ්ඩායම ඉන් තෝරා ගත යුතුය.

6.3.3 කාලය විනාඩි 20 කි.

6.3.4 පාඩම් සටහනේ සැලැස්ම සහ යොදා ගන්නා කාලය (දළ වශයෙන්) පහත සඳහන් පරිදි විය යුතුය.

6.3.4.1 ආරම්භක ක්‍රියාකාරකම (විනාඩි 20ක් ඇතුළත)

6.3.4.2 ශාරීරික යෝග්‍යතා ව්‍යායාම් (ශරීරයේ සෑම අංගයක්ම ක්‍රියාකාරී වන ව්‍යායාම් තෝරා ගත යුතුය)
(විනාඩි 03 ක් ඇතුළත)

6.3.4.3 දක්ෂතා පුහුණුව (මේ සඳහා මලල ක්‍රීඩා හෝ ප්‍රධාන ක්‍රීඩා හෝ වෛකල්පික ක්‍රීඩාවලට අදල දක්ෂතා තෝරා ගැනීම කළ යුතුය)
(විනාඩි 04ක් ඇතුළත)

6.3.4.4 කණ්ඩායම් පුහුණුව (පුහුණුව ලබාදුන් දක්ෂතාවයට අදල විය යුතුය)
(විනාඩි 04 ක් ඇතුළත)

6.3.4.5 ක්‍රීඩාව (පුහුණුව ලබාදුන් දක්ෂතාවයට අදළ ක්‍රීඩාවක් තෝරා ගැනීම වඩා සුදුසුය)
(විනාඩි 03ක් ඇතුළත)

6.3.4.6 කල් බැලීම සහ ගමනේ යාම (විවිධ රටාවන්ට අනුකූලව)
(විනාඩි 03ක් ඇතුළත)

6.3.4.7 විසිර යාම
(විනාඩි 01ක් ඇතුළත)

6.3.5 ලකුණු දීමේ පිළිවෙල

පිටියට පිවිසීම සහ ආරම්භක ක්‍රියාකාරකම්	ලකුණු 04
ශාරීරික යෝග්‍යතා ව්‍යායාම්	ලකුණු 15
දක්ෂතා පුහුණුව	ලකුණු 20
කණ්ඩායම් පුහුණුව	ලකුණු 20
ක්‍රීඩාව	ලකුණු 18
කල් බැලීම සහ ගමනේ යාම	ලකුණු 15
විසිරයාම	ලකුණු 03
නායකත්වය	ලකුණු 05
මුළු ලකුණු	100

6.3.6 ලකුණු දීමේදී පහත සඳහන් විශේෂ කරුණු සැලකිල්ලට ගනු ලබන බව සලකන්න.

- පාඩම් සැලසුම - විවිධත්වය පන්ති රටා
- ක්‍රීඩා පිටිය හා උපකරණ ප්‍රයෝජනයට ගැනීම
- පාඩම් සටහනේ අරමුණු සහ අභිමතාර්ථයන් ඉෂ්ට කර ගැනීම
- තෝරාගත් ක්‍රියාකාරකම්වල යෝග්‍යතාවය, නිවැරදිතාවය සහ සහභාගීත්වය
- ඇඳුම් (පාසැල් නිල ඇඳුම හැර)
- විනය පවත්වා ගැනීම සහ වර්ධනය
- නායකත්වය

6.3.7 කණ්ඩායමට සහභාගිවන විසිපස්දෙනා හැර සහාය සඳහා අමතර සිසුන් සහභාගි කර ගත නොහැක.

6.3.8 පළාත් මට්ටමේ තරඟ පවත්වා 1,2 සහ 3 ස්ථාන දිනා ගන්නා කණ්ඩායම් ජාතික මට්ටමට ඉදිරිපත් කළ යුතුය.

6.4 මේබල් ටෙනිස් (බාලක/බාලිකා)

6.4.1 වයස් සීමා - ජාතික මට්ටම
අවු. 19න් පහළ (අවු. 13ට වැඩි සහ 19ට අඩු)

6.4.2 තරඟාවලිය තරඟවට පහකින් සමන්විත වන අතර කේවල තරඟ හතරක් සහ යුගල තරඟයක් ද ඇතුළත් වේ. කේවල තරඟ සඳහා ඉදිරිපත් වන්නන්ට යුගල තරඟ සඳහා ඉදිරිපත් විය නොහැකිය.

6.4.3 කණ්ඩායමකට ක්‍රීඩකයින්/ක්‍රීඩිකාවන් 06 දෙනෙකු ලේඛන ගත කර තරඟකරුවන් ඔවුන් අතරින් තෝරා ගත යුතුය.

6.4.4 පළාත් මට්ටමේ දී ඉදිරිපත් වන සියළුම කණ්ඩායම් ජාතික මට්ටමට ඉදිරිපත් කළ හැකිය.

6.4.5 ජාත්‍යන්තර මේබල් ටෙනිස් තරඟ නීති අනුව තරඟ පැවැත්වේ.

6.5 බැඩ්මින්ටන් (බාලක/බාලිකා)

6.5.1 වයස් සීමා - ජාතික මට්ටම
අවු. 19න් පහළ (අවු. 13ට වැඩි අවු. 19ට අඩු)

6.5.2 මූලික තරඟවට කේවල තරඟ දෙකකින් හා යුගල තරඟයකින් සමන්විතය.

6.5.3 කේවල තරඟ සඳහා ඉදිරිපත් වන්නන්ට යුගල තරඟ සඳහා ඉදිරිපත් විය නොහැක.

6.5.4 අර්ධ අවසාන තරඟ සහ අවසාන තරඟ පමණක් කේවල තරඟ තුනකින් සහ යුගල තරඟ දෙකකින් සමන්විත වන අතර, කේවල තරඟ සඳහා සහභාගිවන ක්‍රීඩකයින්ට යුගල තරඟ සඳහා ද සහභාගි විය හැකිය.

6.5.5 කණ්ඩායමකට 06 දෙනෙකු ලේඛන ගත කර තරඟකරුවන් ඔවුන් අතරින් තෝරා ගත යුතුය.

6.5.6 පළාත් මට්ටමේ දී ඉදිරිපත් වන සියළුම කණ්ඩායම් ජාතික මට්ටමට ඉදිරිපත් කල හැකිය.

6.5.7 ජාත්‍යන්තර බැඩ්මින්ටන් තරඟ නීති අනුව තරඟ පැවැත්වේ.

6.6 හොකී (බාලක/බාලිකා)

6.6.1 වයස් සීමා - ජාතික මට්ටම
අවු. 19න් පහළ (අවු. 13ට වැඩි අවු. 19ට අඩු)

6.6.2 කණ්ඩායමකට ක්‍රීඩකයින්/ක්‍රීඩිකාවන් 15 දෙනෙකු ලේඛන ගත කර එයින් 11 දෙනෙකු තරග කිරීම සඳහා තෝරා ගත යුතුය.

6.6.3 තරග කාලේය
බාලක තරග විනාඩි 25 - 05 - 25
බාලිකා තරග විනාඩි 25 - 05 - 25.

6.6.4 පළාත් මට්ටමේදී ඉදිරිපත්වන සියළුම කණ්ඩායම් ජාතික මට්ටමට ඉදිරිපත් කළ හැකිය.

6.6.5 ජාත්‍යන්තර හොකී තරග නීති අනුව තරග පැවැත්වේ.

6.7 බාස්කට් බෝල් (බාලක/බාලිකා)

6.7.1 වයස් සීමා - ජාතික මට්ටම
අවු. 19න් පහළ (අවු. 13ට වැඩි අවු. 19ට අඩු)

6.7.2 කණ්ඩායමකට ක්‍රීඩකයින්/ක්‍රීඩිකාවන් 15 දෙනෙකු ලේඛන ගත කළ හැකිය.

6.7.3 තරග කාලය
බාලක තරග විනාඩි 20 - 10 - 20
බාලිකා තරග විනාඩි 20 - 10 - 20

6.7.4 පළාත් මට්ටමේදී ඉදිරිපත් වන සියළුම කණ්ඩායම් ජාතික මට්ටමට ඉදිරිපත් කළ හැකිය.

6.7.5 ජාත්‍යන්තර ආධුනික බාස්කට් බෝල් සංගමයේ නීති අනුව තරග පැවැත්වේ.

6.8 පිහිනුම් (බාලක/බාලිකා)

6.8.1 වයස් සීමා - ජාතික මට්ටම
අවු. 17න් පහළ (අවු. 13ට වැඩි අවු. 17ට අඩු)
අවු. 19න් පහළ (අවු. 17ට වැඩි අවු. 19ට අඩු)

6.8.2 පැවැත්වෙන තරග

අවු. 17න් පහළ (බාලක/බාලිකා)

මීටර්	50	ළය ආර
මීටර්	50	අවරට පිහිනීම
මීටර්	50	ඩොල්පින් ආර
මීටර්	200	කේවල මෙඩ්ලි
මීටර්	100	නිදහස් ආර
මීටර්	50 x 4	නිදහස් ආර සහාය
මීටර්	50 x 4	මෙඩ්ලි සහාය

අවු. 19න් පහළ (බාලක/බාලිකා)

මීටර්	50	ළය ආර
මීටර්	50	ඩොල්පින් ආර
මීටර්	50	අවරට පිහිනීම
මීටර්	200	කේවල මෙඩ්ලි
මීටර්	100	නිදහස් ආර
මීටර්	50 x 4	නිදහස් ආර සහාය
මීටර්	50 x 4	මෙඩ්ලි සහාය

6.8.3 එක් ක්‍රීඩකයෙකුට/ක්‍රීඩිකාවකට ඉදිරිපත් විය හැක්කේ සහාය තරග හැර තනි තරග ඉසව් 04ක් සඳහා පමණකි.

6.8.4 එක් තරග ඉසව්වක් සඳහා එක් පාසලකින් ඉදිරිපත් කළ හැක්කේ දෙදෙනෙකු පමණකි. සහාය තරග ඉසව්වක් සඳහා එක් කණ්ඩායමකි.

6.8.5 පළාත් මට්ටමේදී ඉදිරිපත් වන සියළුම කණ්ඩායම් ජාතික මට්ටමට ඉදිරිපත් කළ හැකිය.

6.8.6 ජාත්‍යන්තර පිහිනුම් තරග නීති අනුව තරග පැවැත්වේ.

6.9 ජිම්නාස්ටික් (බාලක/බාලිකා)

6.9.1 වයස් සීමා - ජාතික මට්ටම
අවු. 17න් පහළ (අවු. 13ට වැඩි අවු. 17ට අඩු)
අවු. 19න් පහළ (අවු. 17ට වැඩි අවු. 19ට අඩු)

6.9.2 පැවැත්වෙන තරග
අවු. 17න් පහළ අවු. 19න් පහළ

බාලක	බාලිකා
භූමි ව්‍යායාම	භූමි ව්‍යායාම
පිනුම් අශ්වයා (දිගු)	අසමසම පෝල
ආධාරක අශ්වයා	පිනුම් අශ්වයා (පැති)
නිශ්චල වලලු	සමබර දණ්ඩ
හරස් දණ්ඩ	
සමාන්තර පෝල	

6.9.3 එක් ක්‍රීඩකයෙකුට/ක්‍රීඩිකාවකට කැමති ඉසව් ප්‍රමාණයකට ඉදිරිපත් විය හැකිය.

6.9.4 එක් ඉසව්වක් සඳහා පාසලකින් ඉදිරිපත් කළ හැක්කේ තරගකරුවන්/තරගකාරියන් දෙදෙනෙකු පමණකි.

6.9.5 ජාත්‍යන්තර ජිම්නාස්ටික් තරග නීති රීති හා අධ්‍යාපන අමාත්‍යංශයෙන් පනවා ඇති නීති රීති අනුව තරග පවත්වනු ලැබේ.

6.9.6 පළාත් මට්ටමේ සියළුම පාසල් කණ්ඩායම් ජාතික මට්ටමට ඉදිරිපත් කළ හැකිය.

6.10 සැහැල්ලු පන්දු ක්‍රිකට් (බාලක)

6.10.1 වයස් සීමා - ජාතික මට්ටම
අවු. 19න් පහළ (අවු. 13ට වැඩි අවු. 19ට අඩු)

6.10.2 සීමිත ඕවර තරගයක් ලෙස පැවැත්වේ. එක් කණ්ඩායමකට පන්දු ඕවර 20ක් හිමි වේ.

6.10.3 පළාත් මට්ටමේ දී ප්‍රථම, දෙවන සහ තෙවන ස්ථාන දිනා ගනු ලබන කණ්ඩායම් ජාතික මට්ටමට ඉදිරිපත් කළ හැකිය.

6.10.4 ජාත්‍යන්තර ක්‍රිකට් තරග නීති රීති අනුව තරග පැවැත්වේ.

6.11 පාපැදි තරග (බාලක / බාලිකා)

6.11.1 වයස් සීමා - ජාතික මට්ටම
අවු. 19න් පහළ (අවු. 13ට වැඩි අවු. 19ට අඩු)

6.11.2 දුර ප්‍රමාණය
බාලක - සැතපුම් 40කි.
බාලිකා - සැතපුම් 25කි.

6.11.3 පාපැදියේ පිටුපස ඇති රෝදය (ප්‍රීව්ලය) දැති 18කින් යුක්ත විය යුතුය. ඉදිරිපස දැති රෝදයෙහි දැති 44ක් තිබිය යුතුය.

6.11.4 ජාතික මට්ටමේ තරග සඳහා පළාතකින් තරගකරුවන් / තරගකාරියන් 25 දෙනෙකු ඉදිරිපත් කළ හැකිය.

6.12 කාය වර්ධන ශූරතාවය (බාලක)

6.12.1 වයස් සීමා - ජාතික මට්ටම
අවු. 20න් පහළ (අවු. 13ට වැඩි අවු. 20ට අඩු)

6.12.2 ජාතික මට්ටමේ තරග සඳහා එක් පළාතකින් තරගකරුවන් ඕනෑම සංඛ්‍යාවක් ඉදිරිපත් කළ හැකිය.

6.12.3 ජාත්‍යන්තර කාය වර්ධන නීති රීති අනුව තරග පැවැත්වේ.

6.13 බොක්සිං (බාලක)

6.13.1 ජාතික මට්ටමේ පාසල් බොක්සිං තරගාවලිය ශ්‍රී ලංකා පාසල් බොක්සිං සංගමය සමග ඒකාබද්ධව පැවැත්වේ.

6.13.2 ස්ටබ්ස් ශූරතාවය සඳහා ශ්‍රී ලංකා පාසල් බොක්සිං සංගමය මගින් පනවා ඇති නීති රීති මෙම තරගය සඳහා අදාල වේ.

6.13.3 මෙම තරගයට නවකයින් ඉදිරිපත් කළ නොහැක. තරගකරුවන් අවම වශයෙන් ශ්‍රී ලංකා පාසල් බොක්සිං සංගමය මගින් හෝ ශ්‍රී ලංකා ආධුනික බොක්සිං සංගමය මගින් හෝ පවත්වන ලද තරගයකට සහභාගි වී තිබිය යුතුය.

6.13.4 තරග පන්ති 17ක් මෙම තරගාවලියට අයත්ය. රා. 55 (කි. 25) සිට රා. 95 (කි. 43.2) දක්වා ඇති බර පංති 9 කනිෂ්ඨ පංති ලෙස ද, රා. 100 (කි. 45.5) සිට රා. 135 (කි. 61.4) දක්වා ඇති බර පංති 8 ජ්‍යෙෂ්ඨ පංති ලෙස ද හැඳින්වේ.

6.13.5 තරග බර පංතීන් 17න් 12ක් සඳහා පාසලකට ඉල්ලුම් කළ හැක. තරග පවත්වන මූලික දින බර කිරීමෙන් අනතුරුව තම පාසල වෙනුවෙන් ඉදිරිපත් කරන බර පංති 8 නම් යුතු වේ. ඒ සඳහා විශේෂ ඉල්ලුම් පතක් එවිදී ලැබේ. පාසලකින් තරග කළ හැකි උපරිම ක්‍රීඩකයින් සංඛ්‍යාව 8කි. එක් බර පංතියකට එක් තරග කරුවෙකි.

6.13.6 ඉල්ලුම් පත්‍ර එවන විට ක්‍රීඩකයින් මනා සෞඛ්‍යයෙන් යුතුව සිටිනා බවට පිළිගත් බටහිර වෛද්‍යවරයකුගෙන් ලබාගත් සහතිකයක් ඉදිරිපත් කළ යුතුය. ඉල්ලුම් පතේ සඳහන් ක්‍රීඩකයින්ගේ නම් එම වෛද්‍ය සහතිකයේ තිබිය යුතුය.

6.13.7 බර පංතීන් හා වයස් සීමාවන් මෙසේය.

පින්වේට් ඒ	-	අවුරුදු 13ට අඩු	-	කිලෝ 25 (රා.55)ට අඩු
පින්වේට් බී	-	අවුරුදු 13ට අඩු	-	කිලෝ 27.3 (රා.60)ට අඩු
ලයිට් ප්ලයිවේට්	-	අවුරුදු 14ට අඩු	-	කිලෝ 29.5 (රා.65)ට අඩු
ප්ලයිවේට්	-	අවුරුදු 14ට අඩු	-	කිලෝ 31.8 (රා.70)ට අඩු
බැන්ටම්වේට්	-	අවුරුදු 15ට අඩු	-	කිලෝ 34.1 (රා.75)ට අඩු
ෆෙදර්වේට්	-	අවුරුදු 15ට අඩු	-	කිලෝ 36.4 (රා.80)ට අඩු
ලයිට්වේට්	-	අවුරුදු 16ට අඩු	-	කිලෝ 38.6 (රා.85)ට අඩු
ලයිට් වෙල්ටර්වේට්	-	අවුරුදු 17ට අඩු	-	කිලෝ 40.9 (රා.90)ට අඩු
වෙල්ටර්වේට්	-	අවුරුදු 17ට අඩු	-	කිලෝ 43.2 (රා.95)ට අඩු
ලයිට් මිඩ්ල්වේට්	-	අවුරුදු 17ට අඩු	-	කිලෝ 45.5 (රා.100)ට අඩු
මිඩ්ල්වේට්	-	අවුරුදු 18ට අඩු	-	කිලෝ 47.7 (රා.105)ට අඩු
ලයිට් හෙවිවේට් ඒ	-	අවුරුදු 18ට අඩු	-	කිලෝ 50 (රා.110)ට අඩු

ලයිට් හෙවිවේට් බී	- අවුරුදු 19ට අඩු	-	කිලෝ 52.3 (රා.115)ට අඩු
හෙවිවේට් ඒ	- අවුරුදු 19ට අඩු	-	කිලෝ 54.5 (රා.120)ට අඩු
හෙවිවේට් බී	- අවුරුදු 20ට අඩු	-	කිලෝ 56.8 (රා.125)ට අඩු
සුපර් හෙවිවේට් ඒ	- අවුරුදු 20ට අඩු	-	කිලෝ 54.5 (රා.120)ට අඩු
සුපර් හෙවිවේට් බී	- අවුරුදු 20ට අඩු	-	කිලෝ 61.4 (රා.135)ට අඩු

6.14 ටෙනිස් (බාලක / බාලිකා)

6.14.1 වයස් සීමා - ජාතික මට්ටම
අවු. 19න් පහළ (අවු. 13ට වැඩි අවු. 19ට අඩු)

6.14.2 තේවල තරග දෙකක් සහ යුගල තරගයක් තරගාවලියට අයත් වේ. (වැඩි ලකුණු වට තුනක් සමග සම ලකුණු කඩයිම් 3ක්) "ටයි බ්‍රේක්"

6.14.3 තේවල තරග සඳහා ඉදිරිපත් වන්නන්ට යුගල තරග සඳහා ඉදිරිපත් විය නොහැක.

6.14.4 කණ්ඩායමට 06 දෙනෙකු ලේඛන ගත කර තරගකරුවන් ඔවුන් අතරින් තෝරා ගත යුතුය.

6.14.5 පළාත් මට්ටමේ දී ඉදිරිපත්වන සියළුම කණ්ඩායම් ජාතික මට්ටමට ඉදිරිපත් කළ හැකිය.

6.14.6 ජාත්‍යන්තර ටෙනිස් තරග නීති අනුව තරග පැවැත්වේ.

6.15 චෙස් (බාලක / බාලිකා)

6.15.1 වයස් සීමා - ජාතික මට්ටම
අවුරුදු 15න් පහළ
අවුරුදු 19න් පහළ (අවු. 15ට වැඩි අවු. 19ට අඩු)

6.15.2 කණ්ඩායමක් ක්‍රීඩකයින් / ක්‍රීඩිකාවන් 7 දෙනෙකුගෙන් සමන්විත විය යුතු අතර, 6 දෙනෙකු තරග වදින අතර ඉතිරි ක්‍රීඩකයා / ක්‍රීඩිකාව අතිරේක වශයෙන් සලකනු ලැබේ.

6.15.3 සෑම කණ්ඩායමක්ම තරග වදින අනුපිළිවෙළට (බෝඩ් ඕඩර්) ක්‍රීඩක / ක්‍රීඩිකාවන් ගේ නම් සඳහන් කළ යුතුය.

6.15.4 මොනයම් හේතුවක් නිසා හෝ ඉදිරිපත් කරන කණ්ඩායම්වල ක්‍රීඩක / ක්‍රීඩිකාවන් වෙනස් කිරීමට ඉඩ නොලැබේ.

6.15.5 ජාත්‍යන්තර චෙස් තරග නීති රීති (ෆිඩේ)අනුව තරග පවත්වනු ලැබේ.

6.16 මල්ලව පොර (බාලක)

6.16.1 ජාතික මට්ටමේ පාසල් මල්ලව පොර තරගාවලිය ශ්‍රී ලංකා පාසල් මල්ලව පොර සංගමය සමග ඒකාබද්ධව පැවැත්වේ.

6.16.2 ශ්‍රීමත් එස්. එම්. බැසිල් රුදිගු අනුස්මරණ අභියෝග ශූරතා කුසලානය සඳහා වූ සමස්ත ලංකා පාසල් මල්ලව පොර ශූරතා තරගය සඳහා ශ්‍රී ලංකා පාසල් මල්ලව පොර සංගමය මගින් පනවා ඇති නීති රීති මේ තරගය සඳහා අදාල වේ.

6.16.3 මෙම තරගයට ක්‍රීඩකයින් ඉදිරිපත් කළ හැක්කේ අදාල වර්ෂයේ ශ්‍රී ලංකා මල්ලව පොර සංගමය මගින් පවත්වනු ලබන නවක පාසල් මල්ලව පොර තරගයට ක්‍රීඩකයින් ඉදිරිපත් කරන පාසල්වලට පමණි.

6.16.4 මෙම තරගයට නවකයන් ඉදිරිපත් කළ නොහැක. තරගකරුවන් ශ්‍රී ලංකා පාසල් මල්ලව පොර සංගමය මගින් හෝ ශ්‍රී ලංකා මල්ලව පොර සම්මේලනය මගින් පවත්වන ලද සමස්ත ලංකා මට්ටමේ තරගයකට සහභාගි වී තිබිය යුතුය.