<u>ලෝක ආයුර්වේද දිනයට සමගාමීව කොළඹ විශ්ව විද්‍යාලයේ දේශීය වෛද්‍යපීඨය මගින් පවත්වනු ලබන කථීක තරගාවලිය-2025</u>

<u>නීතිරීති හා මාර්ගෝපදේශ මාලාව</u>

1. තරගය සඳහා සහභාගී විය හැක්කේ කොළඹ විශ්ව විද්‍යාලයේ දේශීය වෛද්‍ය පීඨයේ ඉගෙනුම ලබන 2025.09.16 වන දිනට ලියාපදිංචි වන ශිෂ්‍ය ශිෂ්‍යාවන්ට පමණි.

2. මූලික වටයේ සියලුම තරඟ පටිගත කරන ලද වීඩියෝ ඉදිරිපත් කිරීම් ලෙස සිදු කරන අතර ඉදිරි වට ගණන සහභාගී වන තරගකරුවන් මත තීරණය කෙරේ.
3. අවසන් වටය හෝ වටයන් භෞතිකව පැවැත්වේ.

<u>මූලික වටයේ නීති රීති</u>

i. තරගාවලියේ මූලික වටයන් වීඩියෝ මාධ්‍ය ඔස්සේ පැවැත්වේ. ***Ayurveda for People and Planet*** යන තේමාව යටතේ ඕනෑම මාතෘකාවකින් ඔබගේ කතාව ඉදිරිපත් කළ හැකිය.

ii. සම්පූර්ණ වීඩියෝ පටය සඳහා ලැබෙනුයේ විනාඩි දෙකක කාලයක් පමණි. කොන්දේසියට පටහැනි සියලුම වීඩියෝ පට තරගාවලියෙන් ඉවත් කෙරේ.

iii. ඔබගේ වීඩියෝව තුළ වෙනත් කිසිදු තාක්ෂණික ප්‍රයෝග සංස්කරණයන් කතාවට ආධාර වන පසුබිම් දර්ශන හෝ විශේෂ සංකේත භාවිතා කළ නොහැකි අතර පැහැදිලි පසුබිමක බාහිර ශබ්ද හැකිතාක් අවම වන පරිදි වීඩියෝව පටිගත කර තිබිය යුතුය.

iv. ඔබ විශ්ව විද්‍යාල විද්‍යාර්තකයකු ලෙස ඊට උචිත ඇඳුමකින් සැරසී සිටීම අපේක්ෂා කෙරේ.

v. ඔබගේ වීඩියෝව ජංගම දුරකථන කැමරාවෙන් හෝ වෙනත් කැමරාවකින් පටිගත කළ හැකිය. 30MB ට නොවැඩි mp4 ආකාරයේ වීඩියෝ පටයක් විය යුතු අතර එය landscape ආකාරකයෙන් (9/16) ඉදිරිපත් කළ යුතුය.

vi. ඔබට හිමිවන google පෝරමය ඔස්සේ අයදුම්කර ඔබගේ වීඩියෝව 2025.09.16 ප.ව 4.00 පෙර අප විසින් ලබාදී ඇති Email ලිපිනයට / whatsapp අංකයට එවිය යුතුය.

vii. මූලික වටය තුළ විනිශ්චය සඳහා විශේෂ ලකුණුලබාදීමේ නිර්ණයක ඇතුළත් නොවන අතර ප්‍රධාන වශයෙන් වාග්විලාෂය අංග චලන කථිකත්වය යන නිර්ණායක මත ලකුණු ලබාදේ.

viii. ඔබගේ කතාව තුළදී ආරම්භය හා අවසානය ප්‍රකාශ කිරීම අත්‍යාවශ්‍ය කාරණයක් නොවන බව සලකන්න.

ix. එක තරගකරුවකුට ඉදිරිපත් කළ හැක්කේ එක පටිගත කිරීමක් පමණි. එක් පටිගත කිරීමකට වඩා තරගකරුවෙකු එවනු ලැබුව හොත් පළමුව එවූ පටිගත කිරීම තරගාවලිය සඳහා සලකා බලනු ලැබේ.

x. ඔබගේ නිර්මාණ දැනුම් දෙනු ලබන නියමිත දිනට හා වේලාවට අප වෙත එවීම මෙම තරගාවලියේ ගුණාත්මක භාවයට ඉවහල් වන බැවින් ඒ පිළිබඳව අවධානය යොමු කිරීම අනිවාර්ය වේ. නියමිත දිනට පසුව ලබා දෙන පටිගත කිරීම් තරගය සඳහා සලකා බලනු නොලැබේ.

xi. සමස්ත තරගාවලියේ ඉදිරි වටයන්ගේ වෙනස් වෙනස්වීම තරගකරුවන්ගේ සහභාගිත්වය මත රඳා පවතින බව කරුණාවෙන් සලකන්න.

xii. වැදගත් දිනයන්

   i. අයදුම්පත ලබා ගැනීමේ අවසන් දිනය - 16.09.2025

      Google Form Link - https://forms.gle/oE178epnoQCD1AAv8

   ii. වීඩියෝ පටිගත කිරීම් ලබා ගැනීමේ අවසන් දිනය - 16.09.2025

      Email – ayurvedadayoratory2025@gmail.com

xiii. වැඩිදුර විස්තර සඳහා

   i. Dr. P.A.S.N. සිල්වා - 0772653123
   ii. Dr. පේෂලා කාරියවසම් - 0756778101
   iii. Dr.W.B.M. මධුෂා - 0716643271
   iv. Dr.R.P.S. භාගයා- 0713079241
   v. Dr.J.P.D.S. ජයසිංහ - 0718996243