G.C.E. O/L ICT · 11 ශ්‍රේණිය · පාඩම 3

3.2 අන්තර්ජාල සන්නිවේදනය: ඊ-මේල්, CC සහ BCC, ක්ෂණික පණිවිඩ, වීඩියෝ ඇමතුම් සහ සමාජ මාධ්‍ය

විෂය නිර්දේශය 12.2. ඔබ ගුරුවරයෙකුට ඊ-මේල් යවයි, WhatsApp හි මිතුරන් සමඟ chat කරයි, Zoom පන්තියකට සම්බන්ධ වෙයි, සමාජ මාධ්‍යයේ ඡායාරූප බෙදා ගනී. මෙම සටහනෙන් **ඊ-මේල් ලිපිනයක්** සැදී ඇති ආකාරය, **To, CC, BCC, Subject, ඇමුණුම්, Reply, Reply All සහ Forward** භාවිතය, මාර්ගගත යහපත් පැවැත්ම (**netiquette**), **spam සහ phishing** හඳුනා ගන්නා ආකාරය, සහ **2FA** සහ ශ්‍රී ලංකාවේ **පුද්ගලික දත්ත ආරක්ෂණ පනත** ඇතුළුව යහපත් **ඩිජිටල් පුරවැසියෙකු** ලෙස **ක්ෂණික පණිවිඩ**, **වීඩියෝ ඇමතුම්** සහ **සමාජ මාධ්‍ය** ආරක්ෂිතව භාවිත කරන ආකාරය ඉගෙන ගනිමු.

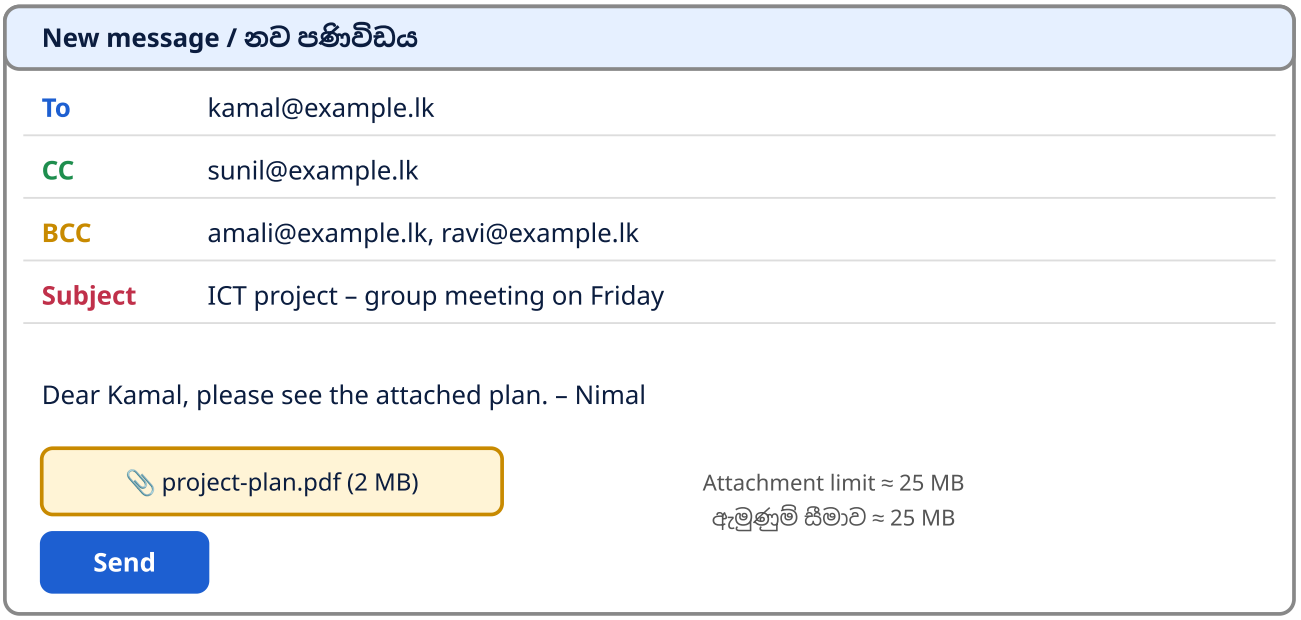
1. ඊ-මේල් ගිණුම් සහ ලිපින

ඊ-මේල් (විද්‍යුත් තැපෑල) mail server එකක ඇති පුද්ගලයෙකුගේ තැපැල් පෙට්ටියට පණිවිඩ සහ ගොනු යවයි. පළමුව Gmail, Outlook හෝ ඔබේ පාසල වැනි සපයන්නෙකු සමඟ **ගිණුමක්** සාදයි. ඊ-මේල් ලිපිනයක ආකාරය **user@domain** වේ: **පරිශීලක නාමය**, **@** ලකුණ සහ mail server හි **වසම**. උදා: **nimal.perera@gmail.com**. **හිස්තැන් නැත**, **@ එකක්** පමණි, වසමේ තිතක් ඇත, උදා: gmail.com.

කොටස	උදාහරණය
පරිශීලක නාමය	nimal.perera
@ (at)	@
වසම	gmail.com

ලිපිනය	වලංගුද?	හේතුව
nimal.perera@gmail.com	ඔව්	වසමේ තිතක් සහිත user@domain
kamala@school.edu.lk	ඔව්	වසමේ තිතක් සහිත user@domain
nimal.gmail.com	නැත	@ නැත
nimal@@gmail.com	නැත	@ ලකුණු දෙකකි
nimal perera@gmail.com	නැත	හිස්තැනක් ඇත
nimal@gmail	නැත	වසමේ තිතක් හෝ අවසානයක් නැත

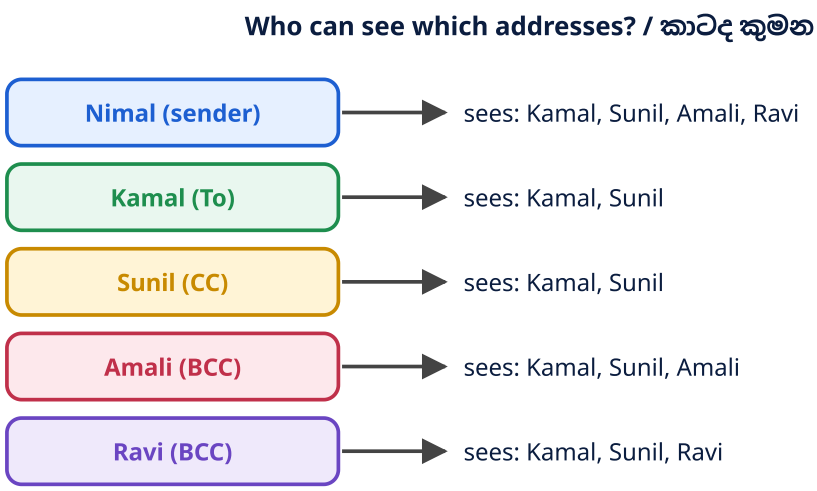
2. ඊ-මේල් එකක් යැවීම



රූපය 3.4 – ඊ-මේල් ලියන කවුළුවක ආකෘතියක්.

ක්ෂේත්‍රය	භාවිතය
යවන්නා	ඔබගේ ලිපිනය (ස්වයංක්‍රීයව)
ලබන්නා (To)	ප්‍රධාන ලබන්නන්
CC	පිටපත – දැනගත යුතු අනෙක් අය; සැමට මෙම ලිපින පෙනේ
BCC	සැඟවුණු පිටපත – වෙනත් කිසිවෙකුට මෙම ලිපින නොපෙනේ
මාතෘකාව	කියවන්නාට අදහස දැනගැනීමට කෙටි මාතෘකාවක්
ඇමුණුම	තැපෑල සමඟ යවන ගොනුවක් (Gmail සීමාව 25 MB)

CC යනු “carbon copy” වේ: දැනගත යුතු අයට පිටපතක් යවයි; CC කළ අය කවුදැයි **සැමට පෙනේ**. **BCC** යනු “blind carbon copy” වේ: ලිපින **සැඟවේ**. එකිනෙකා නොදන්නා බොහෝ දෙනෙකුට, උදා: සියලු දෙමාපියන්ට ලියන විට ඔවුන්ගේ **පෞද්ගලිකත්වය** ආරක්ෂා කිරීමට BCC භාවිත කරන්න.



රූපය 3.5 – නිමල් To, CC සහ BCC භාවිත කරන විට කාටද කුමන ලිපින පෙනෙන්නේ.

බොත්තම	**යවන්නේ**
පිළිතුරු	යැව්වාට පමණි
සැමට පිළිතුරු	යැව්වාට සහ To, CC හි සැමට (BCC නොවේ)
ඉදිරියට යැවීම	තැපෑල (සහ ඇමුණුම්) අලුත් කෙනෙකුට යැවීම

💡 විශාල ගොනු? Gmail ඇමුණුම් **25 MB** පමණ ඉඩ දෙයි. විශාල ගොනු Google Drive හෝ OneDrive වෙත upload කර **share link** එකක් යවන්න.

3. Netiquette – මාර්ගගත යහපත් පැවැත්ම

- පැහැදිලි **මාතෘකාවක්** ලියා කියවන්නාට ආචාර කරන්න.
- සියල්ල කැපිටල් අකුරින් නොලියන්න – එය කෑගැසීමක් ලෙස පෙනේ.
- ආචාරශීලී සහ කෙටි වන්න; යැවීමට පෙර අක්ෂර පරීක්ෂා කරන්න.
- සැමට ඔබේ පිළිතුර අවශ්‍ය විට පමණක් Reply All භාවිත කරන්න.
- දාම පණිවිඩ හෝ අන් අයගේ පෞද්ගලික තැපෑල forward නොකරන්න.

4. Spam සහ phishing

Spam යනු දැන්වීම් වැනි අනවශ්‍ය තොග තැපෑලයි. **Phishing** යනු ඔබගේ **මුරපදය, PIN හෝ OTP** සොරකම් කිරීමට බැංකුවක්, පාසලක් හෝ සමාගමක් ලෙස පෙනී සිටින ව්‍යාජ පණිවිඩයකි. Phishing ලකුණු:

- හදිසි හෝ බිය ගන්වන වචන: “ඔබගේ ගිණුම අද වසා දමයි!”
- යවන්නාගේ ලිපිනය සැබෑ ආයතනයට නොගැළපේ (උදා: bank-lk-secure@gmail.com).
- මුරපදය, PIN හෝ OTP ඉල්ලයි – සැබෑ බැංකු කිසිවිටෙක නොඅසයි.
- පෙන්වන පෙළට වඩා වෙනස් සැබෑ ලිපිනයක් ඇති link එකක් (mouse තබා පරීක්ෂා කරන්න).
- ඔබ සහභාගී නොවූ තෑග්ග, අක්ෂර වැරදි, බලාපොරොත්තු නොවූ ඇමුණුම්.

💡 link එක ක්ලික් නොකරන්න. සැබෑ වෙබ් අඩවිය ඔබම විවෘත කර ගුරුවරයෙකුට හෝ දෙමාපියෙකුට කියන්න. තැපෑල spam ලෙස වාර්තා කරන්න.

5. ක්ෂණික පණිවිඩ සහ වීඩියෝ සන්නිවේදනය

Real-time text, voice notes, photos and groups: WhatsApp, Viber, Telegram, Messenger.
තත්‍ය කාලීන පෙළ, හඬ සටහන්, ඡායාරූප සහ කණ්ඩායම්: WhatsApp, Viber, Telegram, Messenger.

See and hear people live, share the screen: Zoom, Microsoft Teams, Google Meet.
සජීවීව දැකීම සහ ඇසීම, තිරය බෙදා ගැනීම: Zoom, Microsoft Teams, Google Meet.

Online lessons and resources, e.g. e-thaksalawa and online classes run by schools.
මාර්ගගත පාඩම් සහ සම්පත්, උදා: ඊ-තක්සලාව සහ පාසල් පවත්වන මාර්ගගත පන්ති.

ශ්‍රී ලාංකේය පාසල් පන්ති නිවේදන සඳහා WhatsApp කණ්ඩායම් ද, විශේෂයෙන් 2020 සිට මාර්ගගත පාඩම් සඳහා Zoom හෝ Teams ද භාවිත කරයි. වීඩියෝ ඇමතුම්වලට හොඳ සම්බන්ධතාවක් අවශ්‍යයි; සංඥාව දුර්වල නම් කැමරාව නවත්වන්න, කතා නොකරන විට microphone mute කරන්න, meeting links ප්‍රසිද්ධියේ බෙදා නොගන්න.

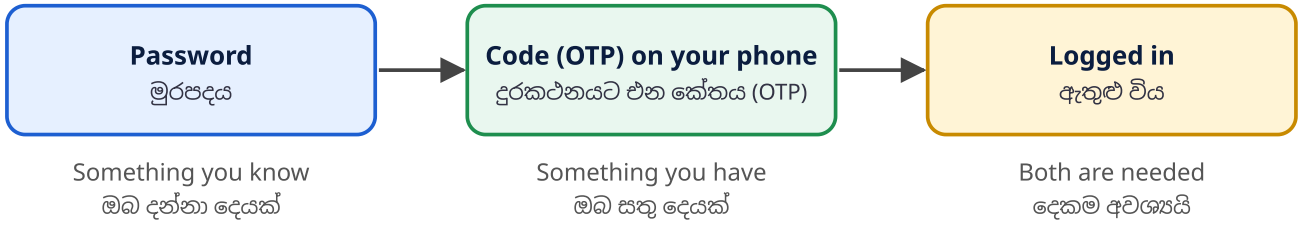
6. සමාජ මාධ්‍ය – වාසි සහ අවදානම්

වාසි	අවදානම්
පවුලේ අය සහ මිතුරන් සමඟ සම්බන්ධව සිටීම	පෞද්ගලිකත්වය නැති වීම – නාඳුනන අයට ඔබේ posts පෙනේ
අධ්‍යාපනික වීඩියෝවලින් ඉගෙනීම (YouTube)	සයිබර් හිරිහැර – රිදවන පණිවිඩ
දක්ෂතා සහ වැඩ බෙදා ගැනීම (වෘත්තීන් සඳහා LinkedIn)	ව්‍යාජ පුවත් වේගයෙන් පැතිරේ
ඉක්මන් පුවත් සහ ප්‍රජා උදව්	ඩිජිටල් පියසටහන – posts සදහටම පවතී
ව්‍යාපාර සහ කුඩා මාර්ගගත වෙළඳසැල්	අධික තිර කාලය, නින්ද අඩු වීම

ජනප්‍රිය වේදිකා **Facebook, YouTube, TikTok, Instagram සහ LinkedIn** වේ. ඔබේ ගිණුම **private** ලෙස සකසන්න, දන්නා අය පමණක් පිළිගන්න, post කිරීමට පෙර සිතන්න, බෙදා ගැනීමට පෙර විශ්වාසදායක මූලාශ්‍ර දෙකකින් පුවත් පරීක්ෂා කරන්න, හිරිහැර ගැන විශ්වාසවන්ත වැඩිහිටියෙකුට කියන්න. දුරකථනයේ screen-time සීමා භාවිත කරන්න.

7. ඩිජිටල් පුරවැසිභාවය, PDPA සහ 2FA

ඩිජිටල් පුරවැසියෙකු තාක්ෂණය ආරක්ෂිතව, ගෞරවයෙන් සහ වගකීමෙන් භාවිත කරයි: අන් අයට ගරු කරන්න, ගෞරවය නොදී වැඩ පිටපත් නොකරන්න, ඔබේ සහ අන් අයගේ දත්ත ආරක්ෂා කරන්න. ශ්‍රී ලංකාවේ **2022 අංක 9 දරන පුද්ගලික දත්ත ආරක්ෂණ පනත (PDPA)** අනුව ආයතන පුද්ගලික දත්ත සාධාරණව එකතු කළ යුතු අතර, එහි අරමුණට පමණක් භාවිත කර ආරක්ෂිතව තබා ගත යුතුය. **ද්වි-සාධක සත්‍යාපනය (2FA)** දෙවන පරීක්ෂාවක් එක් කරයි, සාමාන්‍යයෙන් දුරකථනයට එවන කේතයක්; එබැවින් සොරකම් කළ මුරපදයකින් පමණක් ඔබේ ගිණුම විවෘත කළ නොහැක.



රූපය 3.6 – ද්වි-සාධක සත්‍යාපනයට මුරපදයක් සහ කේතයක් අවශ්‍යයි.

2026 නව **2026:** Gmail, WhatsApp (two-step verification) සහ සමාජ මාධ්‍ය සඳහා **2FA** සක්‍රිය කරන්න. වංචාකරුවන් දැන් **AI මගින් සාදන හඬ සහ වීඩියෝ (deepfakes)** සහ OTP කේත ඉල්ලන ව්‍යාජ WhatsApp පණිවිඩ භාවිත කරයි – "මිතුරෙකුට" වුවද OTP එකක් කිසිවිටෙක නොදෙන්න. බොහෝ apps මුරපද වෙනුවට දුරකථනයේ ඇඟිලි සලකුණ හෝ මුහුණ අගුල භාවිත කරන **passkeys** ලබා දෙයි.

ප්‍රධාන පද

ඊ-මේල් ලිපිනය – user@domain ආකාරයේ ලිපිනය.	**CC** – සැමට ලිපිනය පෙනෙන පිටපතක්.
BCC – සැඟවුණු පිටපතක්.	**ඇමුණුම** – ඊ-මේල් එකක් සමඟ යවන ගොනුවක්.
Reply All – යැව්වාට සහ To, CC හි සැමට පිළිතුරු.	**Forward** – ලැබුණු තැපෑලක් අලුත් කෙනෙකුට යැවීම.
Netiquette – මාර්ගගතව සන්නිවේදනයේ යහපත් පැවැත්ම.	**Phishing** – මුරපද හෝ OTP සොරකම් කිරීමට තැත් කරන ව්‍යාජ පණිවිඩය.
ක්ෂණික පණිවිඩ – තත්‍ය කාලීන chat, උදා: WhatsApp.	**ඩිජිටල් පියසටහන** – ඔබ මාර්ගගතව කරන සියල්ලේ වාර්තාව.

සයිබර් හිරිහැර – මාර්ගගතව යමෙකුට රිදවීම හෝ තර්ජනය.

2FA – ද්වි-සාධක සත්‍යාපනය: මුරපදය සහ කේතයක්.

ආදර්ශ ප්‍රශ්න සහ පිළිතුරු

1. ඊ-මේල් ලිපිනයක ව්‍යුහය කුමක්ද?

පිළිතුර: පරිශීලක නාමය @ වසම, උදා: nimal.perera@gmail.com.

2. CC සහ BCC අතර වෙනස කුමක්ද?

පිළිතුර: CC ලිපින සැමට පෙනේ; BCC ලිපින සැඟවේ.

3. BCC භාවිත කළ යුත්තේ කවදාද?

පිළිතුර: පෞද්ගලිකත්වය රැකීමට, එකිනෙකා නොදන්නා බොහෝ දෙනෙකුට ලියන විට.

4. phishing ඊ-මේල් එකක ලකුණු දෙකක් දෙන්න.

පිළිතුර: හදිසි තර්ජන, මුරපදය හෝ OTP ඉල්ලීම, වැරදි යවන්නා, අමුතු link.

5. වීඩියෝ ඇමතුම් මෙවලම් දෙකක් නම් කරන්න.

පිළිතුර: Zoom, Microsoft Teams, Google Meet.

6. 2FA මුරපදයකට එක් කරන්නේ කුමක්ද?

පිළිතුර: දුරකථනයට එවන කේතයක් වැනි දෙවන පරීක්ෂාවක්.

බහුවරණ ප්‍රශ්න

1. වලංගු ඊ-මේල් ලිපිනය කුමක්ද?

A. nimal@@gmail.com
B. nimal.perera@gmail.com
C. nimal perera@gmail.com
D. nimal.gmail.com

2. “nimal@gmail” වලංගු ඊ-මේල් ලිපිනයක් නොවන්නේ ඇයි?

A. හිස්තැනක් ඇති නිසා
B. @ නැති නිසා
C. @ දෙකක් ඇති නිසා
D. වසමේ තිතක් සහ අවසානයක් නැති නිසා

3. nimal.perera@gmail.com හි “gmail.com” යනු...

A. වසමයි
B. පරිශීලක නාමයයි
C. මාතෘකාවයි
D. ප්‍රොටෝකෝලයයි

4. නිමල් කමල්ට (To), සුනිල්ට (CC) සහ අමාලිට (BCC) තැපෑලක් යවයි. අමාලිට ලැබුණු බව දැකිය හැක්කේ කාටද?

A. කිසිවෙකුට නැත, නිමල්ටවත් නැත
B. නිමල් සහ අමාලිට පමණි
C. කමල් සහ සුනිල්ට
D. සැමට

5. එම තැපෑලේම කමල්ට (To) සුනිල්ගේ CC ලිපිනය පෙනේද?

A. ඔව් – CC සැමට පෙනේ
B. කමල් පිළිතුරු දුන්නොත් පමණි
C. නැත – CC සැඟවේ
D. CC පෙනෙන්නේ නිමල්ට පමණි

6. කමල් Reply All ක්ලික් කළහොත් ඔහුගේ පිළිතුර ලැබෙන්නේ කාටද?

A. නිමල්, සුනිල් සහ අමාලිට
B. අමාලිට පමණි
C. නිමල් සහ සුනිල්ට
D. නිමල්ට පමණි

7. ඔබට ලැබුණු තැපෑලක් ගුරුවරයෙකුට යැවීමට භාවිත කරන්න...

A. Forward
B. Reply
C. Spam
D. BCC

8. ඊ-මේල් එකක් සමඟ යවන ගොනුවක් හඳුන්වන්නේ...

A. මාතෘකාවක් ලෙසය
B. අත්සනක් ලෙසය
C. වසමක් ලෙසය
D. ඇමුණුමක් ලෙසය

9. සියල්ල කැපිටල් අකුරින් ඊ-මේල් ලිවීම නරක netiquette වන්නේ එය...

A. වැඩි මතකයක් ගන්නා නිසාය
B. කෑගැසීමක් ලෙස පෙනෙන නිසාය
C. ඇමුණුම් ඉවත් කරන නිසාය
D. යැවිය නොහැකි නිසාය

10. “ඔබේ බැංකු ගිණුම අවහිරයි – දැන්ම OTP එක යවන්න” යනුවෙන් තැපෑලක් එයි. මෙය බොහෝ විට...

A. phishing වේ
B. BCC පිටපතක් වේ
C. netiquette වේ
D. streaming වේ

11. ක්ෂණික පණිවිඩ app එකක් කුමක්ද?

A. FTP
B. Excel
C. WhatsApp
D. Google Drive

12. මාර්ගගත වීඩියෝ පන්ති සඳහා ප්‍රධාන වශයෙන් භාවිත කරන මෙවලම කුමක්ද?

A. Notepad
B. DNS
C. Zoom
D. Spotify

13. ඔබගේ ඩිජිටල් පියසටහන...

A. වයිරස වර්ගයකි
B. ඔබ මාර්ගගතව කරන දේවල වාර්තාවයි
C. ඔබේ සපත්තු ප්‍රමාණයයි
D. ඔබේ IP ලිපිනය පමණි

14. පුද්ගලික දත්ත ආරක්ෂා කරන ශ්‍රී ලංකාවේ නීතිය...

A. මෝටර් වාහන පනතයි
B. අධ්‍යාපන ආඥාපනතයි
C. 1990 ප්‍රකාශන හිමිකම් පනතයි
D. 2022 අංක 9 දරන පුද්ගලික දත්ත ආරක්ෂණ පනතයි

15. ද්වි-සාධක සත්‍යාපනය යනු ඇතුළු වීමයි...

A. මිතුරෙකුගේ OTP එකකින්
B. පරිශීලක නාමයෙන් පමණක්
C. මුරපදයක් සහ දුරකථනයට එන කේතයකින්
D. දෙවරක් ටයිප් කළ මුරපද දෙකකින්

ව්‍යුහගත ප්‍රශ්න

1. (i) ඊ-මේල් ලිපිනයක ව්‍යුහය ලියන්න. (ලකුණු 1)
(ii) එක එකක් වලංගුද යන්න හේතුව සමඟ සඳහන් කරන්න: nimal.gmail.com, kamala@school.edu.lk, nimal perera@gmail.com (ලකුණු 3) *(ලකුණු 4)*

> (i) පරිශීලක නාමය@වසම (1). (ii) nimal.gmail.com – වලංගු නැත, @ නැත (1); kamala@school.edu.lk – වලංගුයි (1); nimal perera@gmail.com – වලංගු නැත, හිස්තැනක් ඇත (1).

2. නිමල් කමල්ට To, සුනිල්ට CC, අමාලි සහ රවිට BCC ලෙස තැපෑලක් යවයි. (i) අමාලිට පෙනෙන ලිපින මොනවාද? (ii) සුනිල්ට පෙනෙන ලිපින මොනවාද? (iii) නිමල් BCC භාවිත කළේ ඇයි? (ලකුණු 4) *(ලකුණු 4)*

> (i) කමල්, සුනිල් සහ ඇයගේම ලිපිනය – රවි නොවේ (2). (ii) කමල් සහ සුනිල් පමණි (1). (iii) ඔවුන්ගේ ලිපින සඟවා පෞද්ගලිකත්වය රැකීමට (1).

3. Reply, Reply All සහ Forward අතර වෙනස පැහැදිලි කරන්න. (ලකුණු 3) *(ලකුණු 3)*

> Reply – යැව්වාට පමණි (1); Reply All – යැව්වාට සහ To, CC හි සැමට (1); Forward – තැපෑල අලුත් කෙනෙකුට යවයි (1).

4. (i) phishing පණිවිඩයක ලකුණු තුනක් දෙන්න. (ලකුණු 3)
(ii) එවැන්නක් ලැබුණු විට සිසුවෙකු කළ යුත්තේ කුමක්ද? (ලකුණු 1) *(ලකුණු 4)*

> (i) හදිසි හෝ බිය ගන්වන වචන; මුරපද/PIN/OTP ඉල්ලීම; යවන්නා ආයතනයට නොගැළපීම; අමුතු link; අක්ෂර වැරදි (ඕනෑම තුනක්, 3). (ii) ක්ලික් නොකර spam ලෙස වාර්තා කර වැඩිහිටියෙකුට කියන්න (1).

5. (i) සිසුන්ට සමාජ මාධ්‍යයේ වාසි දෙකක් සහ අවදානම් දෙකක් දෙන්න. (ලකුණු 4)
(ii) 2FA ගිණුමක් ආරක්ෂා කරන්නේ කෙසේද? (ලකුණු 1) *(ලකුණු 5)*

> (i) වාසි: සම්බන්ධව සිටීම, වීඩියෝවලින් ඉගෙනීම, වැඩ බෙදා ගැනීම, ඉක්මන් පුවත් (ඕනෑම දෙකක්, 2). අවදානම්: පෞද්ගලිකත්වය නැති වීම, සයිබර් හිරිහැර, ව්‍යාජ පුවත්, ඩිජිටල් පියසටහන, තිර කාලය (ඕනෑම දෙකක්, 2). (ii) දුරකථනයේ කේතයක්ද අවශ්‍ය නිසා සොරකම් කළ මුරපදය පමණක් ප්‍රමාණවත් නොවේ (1).

සාරාංශය

- ඊ-මේල් ලිපිනය = user@domain; @ එකක්, හිස්තැන් නැත.
- To = ප්‍රධාන; CC = පෙනෙන පිටපත; BCC = සැඟවුණු පිටපත.
- Reply = යැව්වා; Reply All = යැව්වා + To + CC; Forward = අලුත් කෙනෙක්.
- ඇමුණුම් ≈ 25 MB; විශාල ගොනු → cloud link එකක්.
- Netiquette: පැහැදිලි මාතෘකාව, ආචාරශීලී, ALL CAPS නැත.
- Phishing මුරපද/OTP ඉල්ලයි – කිසිවිටෙක නොදෙන්න.

- IM: WhatsApp, Viber, Telegram; වීඩියෝ: Zoom, Teams, Meet.
- සමාජ මාධ්‍ය: private සැකසුම්, post කිරීමට පෙර සිතන්න; PDPA 2022; 2FA සක්‍රිය කරන්න.

MCQ පිළිතුරු – 3.2

1. **B** – @ එකක්, හිස්තැන් නැත, තිතක් සහිත වසම.
2. **D** – gmail.com වැනි විය යුතුය.
3. **A** – @ ට පසුව.
4. **B** – BCC අනෙක් අයගෙන් සැඟවේ.
5. **A** – CC පෙනෙන පිටපතකි.
6. **C** – BCC අය ඇතුළත් නොවේ.
7. **A** – Forward අලුත් කෙනෙකුට යවයි.
8. **D** – 📎 Attach.
9. **B** – මාර්ගගතව ආචාරශීලී වන්න.
10. **A** – බැංකු කිසිවිටෙක OTP නොඅසයි.
11. **C** – තත්‍ය කාලීන chat.
12. **C** – Teams සහ Meet ද.
13. **B** – posts සදහටම පැවතිය හැක.
14. **D** – PDPA 2022.
15. **C** – ඔබ දන්නා දෙයක් + ඔබ සතු දෙයක්.

© 2026 schoolict.net (Ruwan Mangala Suraweera). සියලු හිමිකම් ඇවිරිණි.