

Course Number and Name	SUPE 003 Āyurveda, Society, and Cultural Practice
Intended Learning Outcomes	At the end of the course students will be able to identify concepts of good habits as explained in Āyurveda and practice them
Course Contents	History of Āyurveda; basic knowledge of Āyurvedic literature; content of Vṛddhatrayi (CarakaSamhitā, SuśrutaSamhitā and Aṣṭāṅgahṛdaya); content of Laghutrayi (Bhāvaprakāśa, Mādhavanidāna and ŚāraṅgadharaSamhitā); Āyurveda and Buddhism; philosophy and Āyurveda; duty of a physician according to Āyurveda; characteristics of a healthy person according to the Āyurveda; daily routine of a person according to Āyurveda; important habits of daily life according to Āyurveda.
Assessment Strategy	<p>i. Time of Assessment - End of the Year</p> <p>ii. Assessment Method - Written examination</p> <p>Assigned Percentage for each Component – 100%</p>
Recommended References	<ul style="list-style-type: none"> • වරක සංහිතා, 1960, අනුවාදක- ආර්. බුද්ධදාස , ලංකාණ්ඩු මුද්‍රණාලයේ මුද්‍රණය. • සුග්‍රහ සංහිතා, 1962, අනුවාදක- ආර්. බුද්ධදාස, ලංකාණ්ඩු මුද්‍රණාලයේ මුද්‍රණය. • කුමාරසිංහ ආර්යදාස, විවේචන සහිත සංක්ෂිප්ත ආයුර්වේද ඉතිහාසය, 1982, ශ්‍රී ලංකා ආයුර්වේද දෙපාර්තමේන්තුවේ ප්‍රකාශනය. • ගල්මංගොඩ සුමනපාල, ආයුර්වේද අධ්‍යයන, 2003, ගම්පහ වික්‍රමාරච්චි ආයුර්වේද ආයතනය, යක්කල. • පඤ්ඤකිත්ති හිමි, කොටහේනේ ආයුර්වේද ශාස්ත්‍රය, 1962, ගුණසේන සමාගම, කොළඹ. • පෙරේරා, එල්. ඩැනිස්ටර්, ආයුර්වේද ගවේෂණ, 2003, ඉඳුරු මුද්‍රණ, පන්නිපිටිය. • කුමාරසිංහ, ආර්යදාස, ආයුර්වේද සෞඛ්‍ය සංරක්ෂණ විධි, 1984, ආයුර්වේද දෙපාර්තමේන්තුව. • ආයුර්වේද සමීක්ෂා 01, 1998, සංස්: ලීලා රාමනායක ආදීහු, ආයුර්වේද දෙපාර්තමේන්තුවේ ප්‍රකාශනය. <p>වික්‍රමාරච්චි අභිනන්දන ග්‍රන්ථය, 1968, ඩබ්. ඇස්. කරුණාරත්න, රාම රාක්ෂ පාඨක් ශර්මා ආදීන්ගේ සංස්කරණය, සිද්ධායුර්වේද විද්‍යාලයීය ප්‍රකාශනය, ගම්පහ.</p>