සියලුම හිමිකම් ඇවිරිණි
முழுப் பதிப்புரிமையுடையது
All Rights Reserved

85 | S | I, II

දකුණු පළාත් අධ්‍යාපන දෙපාර්තමේන්තුව / தென் மாகாணக் கல்வித் திணைக்களம்

DEPARTMENT OF EDUCATION-SOUTHERN PROVINCE

අවසාන වාර පරීක්ෂණය - 2021 (2022 මාර්තු)

10 ශ්‍රේණිය

ගෘහ ආර්ථික විද්‍යාව I, II

කාලය පැය තුනයි

අමතර කියවීම් කාලය මි. 10 යි

ගෘහ ආර්ථික විද්‍යාව I

සැලකිය යුතුයි

- සියලුම ප්‍රශ්නවලට පිළිතුරු සපයන්න.
- මෙම පත්‍රය සඳහා ලකුණු 40 ක් හිමි වේ.
- 1 සිට 40 තෙක් ප්‍රශ්නවල දී ඇති 1, 2, 3, 4 පිළිතුරුවලින් නිවැරදි හෝ වඩාත් ගැළපෙන පිළිතුර තෝරන්න
- ඔබට සැපයෙන පිළිතුරු පත්‍රයේ ඔබ තෝරාගත් අංකයට ගැළපෙන කවය තුළ (×) තුළ ලකුණු යොදන්න.
- එම පිළිතුරු පත්‍රයේ පිටුපස දී ඇති අනෙක් උපදෙස් ද සැලකිල්ලෙන් කියවා, ඒවාද පිළිපදින්න.

---

(1) මිදි සීනි හා මී පැණිවල අඩංගු කාබෝහයිඩ්‍රේට් වර්ගය වනුයේ,

(1) මෝල්ටෝස් (2) ග්ලූකෝස් (3) ලැක්ටෝස් (4) සුක්රෝස්

(2) විටමින් B_1 ලෙස හඳුන්වන්නේ,

(1) නයසීන්ය (2) පිරිඩොක්සීන්ය
(3) රයිබොප්ලේවින් (4) තයමින්

(3) කිරිවල හා මස් වල අඩංගු ප්‍රෝටීන් වනුයේ පිළිවෙළින්,

(1) ග්ලූටන් හා ඉලාස්ටීන්ය (2) ග්ලොබියුලින් හා ඇල්බියුමින්ය
(3) කේසීන් හා මයොසීන්ය (4) ඇවිඩින් හා කොලැජන්ය

(4) සංතෘප්ත මේද අම්ලයකි.

(1) ඔලෙයික් අම්ලය (2) ඇරකිඩොනික් අම්ලය
(2) ලිනොලෙනික් අම්ලය (4) බියුටරික් අම්ලය

(5) ජල ද්‍රාව්‍ය විටමින් කාණ්ඩය වන්නේ මින් කුමක්ද?

(1) විටමින් A හා විටමින් B (2) විටමින් B හා විටමින් D
(3) විටමින් B හා විටමින් C (4) විටමින් C හා විටමින් E

(6) ක්ෂුද්‍ර ඛනිජයක් හා මහා ඛනිජයක් ඇතුළත් පිළිතුර වන්නේ,

(1) යකඩ හා කැල්සියම් (2) සෝඩියම් හා කොපර්
(2) කැල්සියම් හා සින්ක් (4) කැල්සියම් හා අයඩින්

EXAMRESULTS.LK

(7) පෝෂණය හා සම්බන්ධ නිවැරදි ප්‍රකාශය තෝරන්න.

(1) විටමින් B_1 හිඟවීමෙන් පෙලග්‍රා රෝගය ඇති වේ.

(2) රුධිරයේ හිමොග්ලොබින් නිෂ්පාදනයට කැල්සියම් උපකාරී වේ.

(3) ඔමේගා 3 මේද අම්ලය මාළුවල අඩංගුය

(4) විටමින් A හා D ප්‍රතිඔක්සිකාරක විටමින් වේ.

(8) යකඩ අවශෝෂණය සඳහා උපකාරී වන විටමිනය කුමක්ද?

(1) විටමින් A (2) විටමින් B (3) විටමින් C (4) විටමින් D

(9) පහත සඳහන් ආහාර කාණ්ඩ අතුරෙන්, දියාරු පිටි මෝලියෙන් සකස් කරනු ලබන්නේ,

(1) මාළුපාන්, කේක්, පෑන්කේක්, පාන්

(2) කේක්, පේස්ට්‍රි, මාළුපාන්, පෑන්කේක්

(3) බනිස්, මාළුපාන්, කොකිස්, ආප්ප

(4) පෑන්කේක්, තෝසේ, ආප්ප, කොකිස්

(10) ආහාර කැපීම සම්බන්ධව වැරදි ප්‍රකාශය තෝරන්න.

(1) පළතුරු විශාල කැබලිවලට කැපීම

(2) පලා වර්ග ඉතා සිහින්ව කැපීම

(3) මස්, මාළු මුවහත් පිහියකින් නොතැලෙන ලෙස කැපීම

(4) එළවළු අවශ්‍යතාවයට ගැලපෙන පරිදි මුවහත් පිහියකින් කැපීම.

(11) පෑන්කේක් සකස් කිරීමේදී සිදුවන තාප සංක්‍රමන ක්‍රමය වනුයේ,

(1) සන්නයනය (2) සංවහනය (3) විකිරණය (4) මෙම සියල්ලම

(12) පියනකින් වසන ලද ජල බඳුනක ආහාර බඳුන මත තබා නටන ජලයේ උෂ්ණත්වය මඟින් ආහාර පිස ගැනීමේ ක්‍රමය වන්නේ,

(1) ජලය මත බහා තැබීම ය.

(2) උඳුවාෂ්පයෙන් තැම්බීම ය.

(3) ස්ටූ කිරීම ය.

(4) වක් වාෂ්පයෙන් තැම්බීම ය.

(13) ප්‍රෝටීන් පරිපූරක ආහාරයක් වන්නේ මින් කුමක්ද?

(1) හැලප (2) පිට්ටු (3) කැවුම් (4) මුං කිරිබත්

(14) ක්‍රෙටිනතාව ඇතිවෙන්නේ කුමන පෝෂකය ඌන වීමෙන්ද?

(1) විටමින් A (2) යකඩ

(3) අයඩීන් (4) විටමින් C

(15) ක්ෂුද්‍ර ජීවී වර්ධනය සඳහා බලපාන අභ්‍යන්තර සාධකයක් වනුයේ

(1) උෂ්ණත්වය (2) ඔක්සිජන් (3) PH අගය (4) නයිට්‍රජන්

(16) ආහාර පරිරක්ෂණය සඳහා භාවිතා වන කාරකයක් නොවන්නේ

(1) තෙල් (2) විනාකිරි (3) සීනි (4) ලුණු

(17) මුඛයේ කොන්වල පැලීමක් සහිතව තොල්වල සහ දිවෙහි, දිලිසෙන සුළු පැල්ලම් ඇතිවීම සිදුවන්නේ

(1) තයමින් ඌන වීමෙනි (2) රයිබොප්ලෙවින් ඌනවීමෙනි

(3) පිරිඩොක්සීන් ඌනවීමෙනි (4) සයනොකොබොලමින් ඌනවීමෙනි

(18) වෘෂණ මඟින් සිදුවන කාර්යයකි.

(1) වෘෂණයට ආරක්ෂාව සැපයීම (2) වෘෂණ දරා සිටීම

(3) ශුකානු නිපදවීම සඳහා ගබඩා කිරීම (4) පරිණත ශුක්‍රාණු ශිෂ්ණය වෙත යොමු කිරීම

(19) පුරුෂ ලිංගික හෝර්මෝනයක් වන්නේ,

(1) ඉන්සියුලින් (2) තයිරොක්සීන්

(3) ඊස්ට්‍රජන් (4) ටෙස්ටස්ටෙරෝන්

(20) ගර්භනීභාවය සඳහා ඉතා සුදුසු වයස් සීමාව වන්නේ,

(1) අවුරුදු 14 - 20 (2) අවුරුදු 16 -20

(3) අවුරුදු 20 - 30 (4) අවුරුදු 18 - 20

(21) ඊස්ට්‍රජන් හොර්මෝනය නිෂ්පාදනය වනුයේ,

(1) ඩිම්භ කෝෂ තුළයි (2) පැලෝපීය නාළය තුළයි

(2) වෘෂණ තුළයි (3) ගර්භාෂය තුළයි

(22) ස්ත්‍රී ප්‍රජනක පද්ධතිය තුළ පරිණත ඩිම්භයක් සංසේචනය වන්නේ,

(1) ගර්භාෂයේදීය (2) යෝනි මාර්ගයේදීය

(3) පැලෝපීය නාලයේදීය (4) ගැබ් ගෙලේදීය

(23) අධිරෝපනය යනු,

(1) ඩිම්භයක් හා ශුක්‍රාණුවක් එකතු වීමයි.

(2) ඩිම්භ කෝෂයෙන් පරිණත ඩිම්භයක් මුදා හැරීමයි.

(3) සංසේචනය වූ සෛල බෙදීමට ලක්වීමයි.

(4) කලලය එන්ඩොමෙට්‍රියම තුළ ගිලී සවි වීමයි.

(24) ගර්භණී සමයේදී X නැමැති පෝෂකය ඌණ වීමෙන් පහත සඳහන් තත්ව ඇති විය හැකිය.

- ගබ්සා වීම
- ප්‍රාග් පරිණත දරු උපත් ඇතිවීම
- මළදරු උපත් ඇති වීම
- මන්ද මානසික දරු උපත් ඇති වීම

X නැමැති පෝෂකය වනුයේ,

(1) යකඩ (2) අයඩීන්
(3) සින්ක් (4) කැල්සියම්

(25) ගර්භණී අවධියේ බලපෑම් ඇති කළ හැකි අවධානම් සාධකයකි.

(1) අධිරුධිර පීඩනය (2) පාද ඉදිමුම
(3) මළ බද්ධය (4) වමනය

(26) මාතෘ සායනයකදී ගර්භනී මවකට නිතිපතා සිදුකෙරෙන පරීක්ෂා සහ පරීක්ෂණයක් නොවන්නේ,

(1) බර මැනීම (2) මුත්‍රා පරීක්ෂණය
(3) රුධිර පීඩනය මැනීම (4) උස මැනීම

(27) පූර්ව ප්‍රසව සංවර්ධනය තුළ කලල අවධියට අයත් කාල සීමාව වන්නේ,

(1) ඩිම්බ පරිණතියේ සිට දින 14 ක කාලය
(2) සංසේචනයේ සිට මාස 02 වන තෙක් කාලය
(3) දින 14 සිට මාස 02 දක්වා කාලයයි
(4) මාස 02 සිට ප්‍රසූතිය දක්වා කාලයයි

(28) උපාංග නිර්මාණය සඳහා භාවිතා කෙරෙන උපකරණ වන්නේ,

(1) මහන යන්ත්‍රය හා කතුරු වර්ග (2) මහන යන්ත්‍රය හා දූති රෝදය
(3) ස්ත්‍රික්කය හා කතුරු වර්ග (4) ස්ත්‍රික්කය හා මහන යන්ත්‍රය

(29) ගැටයක් යොදා ආරම්භ කරනු ලබන එකම මැහුම් ක්‍රමය වන්නේ,

(1) නූල් ඇදීම (2) සිහින් නූල් දුවවීම
(3) පිස්මේන්තු මැස්ම (4) වාටි මැස්ම

(30) මෝස්තරයක රේඛා මැසීම සඳහා හෝ පිරවීම සඳහා යොදාගන්නා විසිතුරු මැහුම් ක්‍රමයකි,

(1) ලේසි ඩේසි මැස්ම (2) බුලියන් මැස්ම
(3) දම්වැල් මැස්ම (4) ප්‍රංශ ගැට මැස්ම

(31) ශිල්පීය මැහුම් ක්‍රමයකි,

(1) වාටි මැස්ම (2) පිස්මේන්තු මැස්ම

(3) සැටින් මැස්ම (4) බඳන විවරය

(32) ළදරු ඇඳුම සඳහා යොදාගන්නා මූට්ටුව වන්නේ,

(1) පැතලි මූට්ටුව (2) අතිච්ඡාදන මූට්ටුව

(3) වාම් මූට්ටුව (4) ප්‍රංශ මූට්ටුව

(33) කඩදාසි පිළිස්සෙන ගන්ධයක් නිකුත්කරමින් කහපාට දූල්ලක් සහිතව පිළිස්සෙන කෙඳි වර්ගය වනුයේ,

(1) සේද කෙඳි (2) කපු කෙඳි

(3) ලෝම කෙඳි (4) නයිලෝන් කෙඳි

(34) ළදරු ඇඳුම් මැසීම සඳහා පතරොම නිර්මාණය සම්බන්ධ සාවද්‍ය ප්‍රකාශය වන්නේ,

(1) නිර්මාණ රේඛා දක්කු රේඛා වර්ණ දෙකකින් යෙදීම

(2) දුඹුරු කඩදාසියේ සිනිඳු පෘෂ්ඨය මත ඇඳීම

(3) මිමි සටහන් කිරීමේදී මිනුම් පටිය යොදා ගැනීම

(4) පතරොම ඇඳීමේදී පැන්සල භාවිතා කිරීම

(35) මූට්ටුවක නොපිට නොමැසූ අද්දර නිම කිරීම සඳහා භාවිතා කෙරෙන මැහුම් ක්‍රමයක් නොවන්නේ,

(1) මෝවිටි මැස්ම (2) වාටි මැස්ම

(3) ඕවර්ලොක් කිරීම (4) දූති කතුරෙන් කැපීම

(36) න්‍යෂ්ටික පවුලක ජීවත් වීමේ වාසිය වන්නේ,

(1) පෞද්ගලිකත්වය ආරක්ෂා වීම (2) පරාර්ථකාමී බව වැඩි වීම

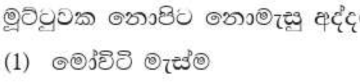
(3) ආරක්ෂාව වැඩිය (4) ත්‍යාගශීලී බව වැඩිය

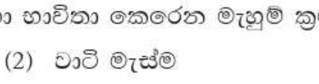
(37) නිවසක් සැලසුම් කිරීමේදී සැළකිය යුතු කරුණක් වන්නේ

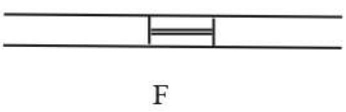
(1) භූමියට අදාල ඔප්පුවෙහි නිරවුල් බව (2) භූමියේ ස්වභාවය

(3) භූමියේ පිහිටීම හා ප්‍රමාණය (4) යටිතල පහසුකම්

(38) පහත දක්වා දූක්වේ ඇත්තේ නිවාස සැලසුම් ඇඳීමේදී ජාත්‍යන්තරව පිළිගත් සංකේත කිහිපයකි.

(1) 

(2) 

(3) 

(4)

ඉහත සංකේත පිළිවෙලින් දැක්වෙන පිළිතුර තෝරන්න.

(1) බිත්තිය, දොර, ෆෑන්ලයිට්, ජනේලය (2) දොර, ෆෑන්ලයිට්, ජනේලය, බිත්තිය

(3) බිත්තිය, දොර, ජනේලය, ෆෑන්ලයිට් (4) දොර, ජනේල්, ෆෑන්ලයිට්, බිත්තිය

(39) බහුකාර්ය්‍ය ගෘහ භාණ්ඩයක් හා ඉඩකඩ පිරිමසින ගෘහ භාණ්ඩයක් පිළිවෙලින් ඇතුළත් පිළිතුරු කාණ්ඩය වනුයේ,

(1) තට්ටු ඇඳන්, හකුලන ඇඳ (2) ලාච්චු සහිත ඇඳන්, තට්ටු ඇඳන්

(3) ලාච්චු සහිත ඇඳන්, ඩිවානය (4) තට්ටු ඇඳන්, ඩිවානය

(40) භෞතික නොවන සම්පත් ලෙස ගැනෙනුයේ,

(1) කාලය හා විදුලිය (2) කාලය හා ඉන්ධන

(3) විදුලිය හා මුදල් (4) කාලය හා මුදල්

සියලුම හිමිකම් ඇවිරිණි
முழுப் பதிப்புரிமையுடையது
All Rights Reserved

85 | S | I, II

දකුණු පළාත් අධ්‍යාපන දෙපාර්තමේන්තුව / தென் மாகாணக் கல்வித் திணைக்களம்

DEPARTMENT OF EDUCATION-SOUTHERN PROVINCE

අවසාන වාර පරීක්ෂණය - 2021 (2022 මාර්තු)

10 ශ්‍රේණිය

ගෘහ ආර්ථික විද්‍යාව I,II

ගෘහ ආර්ථික විද්‍යාව II

- පළමු ප්‍රශ්නය හා තවත් ප්‍රශ්න **හතරක්** තෝරාගෙන ප්‍රශ්න **පහකට** පමණක් පිළිතුරු ලියන්න.
- පළමු ප්‍රශ්නයට ලකුණු 20යි. අනික් ප්‍රශ්නයට ලකුණු 10 බැගින් හිමිවේ.

පහත සඳහන් සිද්ධිය අධ්‍යනය කර දී ඇති ප්‍රශ්නවලට පිළිතුරු සපයන්න.

1. නිමි ඇඳුම් හා අත්කම් නිර්මාණ ව්‍යාපාරයක හිමිකරුවකු වන උපාලි තම බිරිඳ වන නිමාලි හා එක්ව අලුතින් මිළදී ගත් ඉඩමේ ඉදි කළ නිවසට ගෙවදීමේ උත්සවය මාස කිහිපයකට ඉහතදී මහත් උත්සවාකාරයෙන් පැවැත්විණි. නව නිවසේ අභ්‍යන්තර අලංකරණය සඳහා අවශ්‍ය ගෘහ පිළි තම නැන්දනියගේද සහාය ඇතිව ඔවුන් විසින්ම මසා ගන්නා ලදී. උත්සවයට පැමිණි අය ඒවා ඉහළින්ම වර්ණනා කරද්දී නිමාලිට මහත් සතුටක් දැනුණි. මුල් ළමා වියේ දියණියකගේ මවක් වන නිමාලි සිවුමස් ගැබිණියකි. මේ දිනවල ඇය නවජ බිළිදා සඳහා ඇඳුම් ආයිත්තම් පිළියෙල කරමින් සිටියි. උපාලි සමඟ වෙළඳ පලට යන ඇය ගුණාත්මක බවින් යුතුව ආහාර තේරීමට මහත් උනන්දුවක් දක්වන අතර, නිවසට රැගෙන විත් ඒවා නිසි පරිදි ගබඩා කර සකසුරුවමින් පරිභෝජනයට ගැනීමට උත්සුක වෙයි. ප්‍රදේශයේ රැකියා අවස්ථා උදා කරමින් මොවුන් විසින් පළතුරු පරිරක්ෂණය කර අලෙවි කිරීමේ කුඩා පරිමාණ ව්‍යාපාරයක්ද පවත්වා ගෙන යනු ලබයි.

   i. මෙහි සඳහන් පවුල් ස්වරූපය තුළ දැකිය හැකි ලක්ෂණ **දෙකක්** ලියන්න.

   ii. නිවසක් ඉදිකිරීම සඳහා භූමියක් තෝරා ගැනීමේදී සලකා බැලිය යුතු යටිතල පහසුකම් **හතරක්** ලියන්න.

   iii. පළතුරු ආහාරයට ගැනීමේ ප්‍රයෝජන **දෙකක්** ලියන්න.

   iv. රෙටිනෝල් හා බීටා කැරොටීන් අඩංගු ප්‍රභව **දෙක** බැගින් දක්වන්න.

   v. ආහාර මිළදී ගැනීමේදී නිමාලි විසින් සලකා බැලෙන ගුණාත්මක ලක්ෂණ **දෙකක්** ලියන්න.

   vi. පළතුරු පරිරක්ෂණයේදී ඇපල්, අඹ, කෙසෙල් කපා තැබීමේදී දුඹුරු පැහැ ගැන්වුණි. එසේ වීමට හේතු දක්වන්න.

   vii. විසිත්ත කාමරයේ ගෘහ පිළි ඉතා අලංකාරවත්ව මසා තිබූ අතර ඇයට ඒ සඳහා යොදා ගත හැකි වූ අක් සැරසිලි **දෙකක්** ලියන්න.

   viii. ළදරු සමට වඩාත් සුවදායි ඇඳුම් මැසීම සඳහා සුදුසු රෙදි වර්ග **දෙකක්** ලියන්න.

   ix. ගැබිණි මවක් වන ඇයට මාතෘ සායනයේදී නිතිපතා සිදු කෙරෙන පරීක්ෂා හා පරීක්ෂණ **දෙකක්** ලියන්න.

   x. නව ජීවියෙක් හට ගැනීමේදී ගර්භාෂයෙන් ඉටුවන ප්‍රයෝජන **දෙකක්** ලියන්න.

(2) i. කෙඳි වර්ගීරණයට අනුව ස්වභාවික කෙඳි වර්ග තුන **නම්** කරන්න.

ii. ළඳරු ඇඳුම් නිර්මානයේදී සැලකිලිමත් විය යුතු කරුණු **තුනක්** සඳහන් කරන්න.

iii. a) ළඳරු ඇඳුම සඳහා යොදාගත හැකි විසිතරු මැහුම් ක්‍රම **දෙකක්** ලියන්න.

b) ඇඳුම නිර්මාණය සඳහා උපයෝගී කරගත යුතු මෙවලම් **දෙකක්** ලියන්න.

(3) i. මහා පෝෂකයක් වන කාබෝහයිඩ්‍රේට් වල රසායනික සංයුතිය ලියා දක්වන්න.

ii. ඩයිසැකරයිඩ් වර්ග නම් කර උදාහරණය බැගින් දෙන්න.

iii. වර්තමානයේ ශීඝ්‍රයෙන් පැතිර යන Covid 19 රෝගයෙන් ආරක්ෂා වීම සඳහා ප්‍රෝටීන් අඩංගු ආහාරවලින් මහත් අනුබලයක් සැපයෙන බව ප්‍රචලිතය. ප්‍රෝටීන් වලින් සිරුරට ඉටුවන කෘතයන් **හතරක්** ලියන්න.

(4) i. ආහාර වේල් සැලසුම් කිරීමේ කාර්‍යය සාර්ථකව ඉටුකිරීම සඳහා මඟපෙන්වන මූලාශ්‍ර **තුනක්** නම් කරන්න.

ii. ආහාර පිළියෙල කිරීමේ ශිල්පීය ක්‍රම **තුනක්** ලියන්න.

iii. පිසීමේ වර්ගීකරණය අනුව තෙත් තාපයේ පිසීමේ ක්‍රම **හතර** සඳහන් කරන්න.

(5) i. පවුලකින් සැලසෙන සමාජීය අවශ්‍යතා තුනක් ලියන්න.

ii. නිවසක් ගොඩනැගීමේදී මූලිකව අවධානය යොමු විය යුතු කරුණු **තුන** ලියන්න.

iii. a) නිවසකට ස්වභාවික ආලෝකය හා වාතාශ්‍රය මැනවින් ලබා ගැනීම සඳහා යොදාගත හැකි අනුයෝගී ක්‍රම **දෙකක්** ලියන්න.

b) බහුකාර්ය ඒකක ස්ථාපිත කර ගත හැකි ආකාර සඳහා උදාහරණ **දෙකක්** දෙන්න.

(6) i. මුල් යොවුන් විය තුළ පිළිඹිබු කරන ලක්ෂණ තුනක් ලියන්න.

ii. ස්ත්‍රී හා පුරුෂ යන දෙපක්ෂයටම පොදු වූ ද්විතීක ලිංගික ලක්ෂණ **තුනක්** ලියන්න.

iii. යොවුන් වියේ මානසික වර්ධනය, බාහිරව පෙන්නුම් කරන ලක්ෂණ **හතරක්** දක්වන්න.

(7) කාන්තාවකට ලැබිය හැකි උතුම්ම පදවිය මව් පදවිය වේ. ගර්භණීභාවය කාන්තාවකගේ ජීවිතයේ ඉතා වැදගත්
කාල පරිච්ඡේදයකි.

i. ගර්භණීභාවයට පත් වූ පසු දැකිය හැකි ලක්ෂණ **තුනක්** ලියන්න.

ii. පූර්ව ප්‍රසව සංවර්ධන අවධි **තුන** නම් කරන්න.

iii.සාමාන්‍ය කාන්තාවකට වඩා ගර්භණී මවගේ යකඩ අවශ්‍යතාව වැඩි වීමට හේතු **හතරක්** ලියන්න.

සියලුම හිමිකම් ඇවිරිණි
முழுப் பதிப்புரிமையுடையது
All Rights Reserved

85 S I, II

දකුණු පළාත් අධ්‍යාපන දෙපාර්තමේන්තුව / தென் மாகாணக் கல்வித் திணைக்களம்

DEPARTMENT OF EDUCATION-SOUTHERN PROVINCE

අවසාන වාර පරීක්ෂණය - 2021 (2022 මාර්තු)

10 ශ්‍රේණිය | ගෘහ ආර්ථික විද්‍යාව | කාලය පැය 1

පිළිතුරු පත්‍රය

I පත්‍රය

(1) 2	(11) 1	(21) 1	(31) 4
(2) 4	(12) 4	(22) 3	(32) 1
(3) 3	(13) 4	(23) 4	(33) 2
(4) 4	(14) 3	(24) 2	(34) 2
(5) 3	(15) 3	(25) 1	(35) 2
(6) 1	(16) 1	(26) 4	(36) 1
(7) 3	(17) 2	(27) 2	(37) 3
(8) 3	(18) 3	(28) 4	(38) 4
(9) 4	(19) 4	(29) 1	(39) 2
(10) 2	(20) 3	(30) 3	(40) 1

II පත්‍රය

(1) i. 1. බෙදා හදා ගැනීම
2. ත්‍යාගශීලී බව
3. පරාර්ථකාමී බව
4. ඉවසිලිවන්ත බව
5. ආරක්ෂිත බව

ii. 1. නළ ජලය
2. විදුලි බලය
3. පොදු ප්‍රවාහන පහසුකම්
4. අපද්‍රව්‍ය බැහැර කරලීම
5. සෞඛ්‍ය සේවා
6. සමාජ සම්බන්ධතා ගොඩනගා ගැනීම

iii. 1. පළතුරුවල තන්තු බහුවීම
2. කහ පැහැති පළතුරු බීටා කැරොටීන් වීම
3. පොටෑසියම් කැල්සියම් වැනි ඛනිජ වර්ග ලැබීම.
4. විටමින් C ලබා දෙයි.
5. පළතුරු අඩංගු විටමින් A හා C ප්‍රතිඔක්සිකාරක ලෙස ක්‍රියාකිරීම.

iv. රෙටිනොල් - මාළු මස් ආදී සත්ව ආහාර
බීටා කැරොටීන් - කැරට්, වට්ටක්කා, කෙසෙල් ආදී කහ පැහැති එළවළු හා පළතුරු

v. මිළදී ගැනීමේදී

පෝෂණ අගය	වර්ණය
සගන්ධය	වයනය
සුවඳ	සෞඛ්‍යාරක්ෂිත බව
රසය	

vi. කපා තැබීමේදී ආහාරවල ඇති එන්සයිම ඔක්සිජන් සමග ක්‍රියාකාරී වී ආහාර දුඹුරු පැහැ ගන්වයි.
(එන්සයිමීය දුඹුරු පැහැ ගැන්වීම යන පිළිතුරද නිවැරදිය)

vii. අක් සැරසිලි :- 1. රේන්ද ඇල්ලීම
2. බඳන යෙදීම
3. රළි පටි යෙදීම

viii. මල් පීස් (මල් රෙදි)
තෙන්සුක්
ලෝන්
වොයිල්
බැන්ඩේජ්

ix. 1. මුත්‍රා පරීක්ෂණය
2. රුධිර පීඩනය
3. බර මැනීම

x. 1. කලලය අධිරෝපනය වීම
2. කලල බන්ධය හා පෙකිණි වැල සැකසීම

ලකුණු 2x10 = 20

(2) i. ශාඛමය කෙඳි
සත්වමය කෙඳි
ඛනිජමය කෙඳි

ii. ඇඳුම් ඇගලෑමට හා ගැලවීමට පහසු වීම.
ඇඳුම් සඳහා උචිත පියවීමේ ක්‍රම යොදා තිබීම.
ඇඳුම ලිහිල්ව මසා තිබීම.
ඇඳුමෙහි මූට්ටු හා නිමාව දරුවාගේ සමට සුව පහසු වීම.
ඇඳුම විසිතුරු හා අලංකාර බවකින් යුක්ත වීම.

iii. a) දම්වැල් මැස්ම / නැටි මැස්ම
කතිර මැස්ම / ලේසි ඩේසි මැස්ම
බැලැන්කට් මැස්ම / බූලියන් මැස්ම
ප්‍රංශ ගැට මැස්ම / හුරුළු කටු මැස්ම

b) ඉඳිකටු / අඩිකෝදුව
ඇල්පෙනෙති / මිනුම්පටිය
කතුරු වර්ග / මිනුම් ධාවනය
දිදාලය / දූති රෝදය
පැන්සල / එම්බොයිඩර් රාමුව

ලකුණු 3+3+4 = 10

(3) i. කාබන්, හයිඩ්‍රජන්, ඔක්සිජන්

ii. මෝල්ටෝස්, සුක්රෝස්, ලැක්ටෝස්

iii. 1. සිරුරේ පටක වර්ධනය හා අළුත්වැඩියාව
2. එන්සයිම නිෂ්පාදනය
3. හෝමෝන නිෂ්පාදනය
4. ප්‍රතිදේහ නිෂ්පාදනය
5. ශක්තිය නිපදවීම

ලකුණු 3+3+4 = 10

(4) i. පෝෂණ වගුව
ආහාර පිරමීඩය
නිර්දේශිත දෛනික පෝෂණ අවශ්‍යතා සටහන

ii. අත් ගෑසීම / කැබලිවලට කැපීම
මිශ්‍ර කිරීම / පදම් කිරීම
කලවම් කිරීම / ගෑසීම

iii. ජලයේ බහා තැම්බීම / වාෂ්පයෙන් තැම්බීම
ස්ටූ කිරීම / පීඩනයෙන් පිසීම

ලකුණු 3+3+4 = 10

(5) i. පරිත්‍යාගශීලි බව කරුණාව
සහයෝගය

ii. භූමිය තොරා ගැනීම නිවස සැලසුම් කිරීම
නිවාස සංවිධානය කිරීම

iii. a) මැද මිදුල හා පොකුණු
විනිවිද පෙනෙන ප්ලාස්ටික් පොලිකාබනේට් හෝ ෆයිබර් වැනි ආවරණ තහඩු
කොන්ක්‍රීට් ග්‍රිල්, යකඩ දැල් හා ට්‍රෙලිස්
විදුරු ගඩොල්
වහලේ කවුළු යෙදූ උළුකැට / වීදුරු උළුකැට
වහලේ උස වැඩි කිරීම
වහලේ හැඩයටම සිවිලිම යෙදීම

b) මුලුතැන්ගෙයි කොටසක් ගබඩා කාමරය හෝ කෑම කාමරය සඳහා වෙන් කිරීම
විසිත්ත කාමරයේ කොටසක් කෑම කාමරයේ කෑම කාමරය සඳහා යොදාගැනීම.
නිදන කාමරයේ කොටසක් පාඩම් කිරීම සඳහා වෙන් කිරීම.

ලකුණු 3+3+4 = 10

(6) i. සමවයස් ඇසුර කැපී පෙනීමට උත්සහ ගැනීම
වීරාභිවන්දනය රංචු ලැදියාව
විරුද්ධ ලිංගික ඇසුර

ii. සිරුරේ හැඩය වෙනස් වීම බර වැඩීම
ලිංගේන්ද්‍රිය අවට සහ කිහිලිවල රෝම ඇති වීම උස වැඩි වීම

iii. ගැටලු විසඳීමේ හැකියාව
තර්කානුකූල චින්තනය
නිර්මාණශීලි බව
නිරවුල්ව අදහස් ප්‍රකාශ කිරීමේ හැකියාව
ප්‍රතිඵල ගැන සිතා තීරණ ගැනීමේ හැකියාව
නායකත්වය දැරීමට ඇති හැකියාව
අවස්ථානෝචිතව හැසිරීමේ දක්ෂතාව

ලකුණු 3+3+4 = 10

(7) i. ආර්තවය නැවතීම
කෑම අරුචිය හා උදෑසන ඔක්කාරය
උදරය විශාල වීම
නිතර මුත්‍රා පිට කිරීමේ අවශ්‍යතාව

ii. ඩිම්භ අවධිය කලල අවධිය භ්‍රෑණ අවධිය

iii. මවගේ රුධිර පරිමාව වැඩිවීම
කලලයේ රුධිර නිෂ්පාදනය වැඩි වීම
කලලයේ අක්මාවේ යකඩ තැන්පත් වීම
ප්‍රසූතියේ දී රුධිර වහනය සිදු වීම

ලකුණු 3+3+4 = 10