

බස්නාහිර පළාත් අධ්‍යාපන දෙපාර්තමේන්තුව மேல் மாகாணக் கல்வித் திணைக்களம் Department of Education - Western Province			
වර්ෂ අවසාන ඇගයීම ஆண்டிறுதி மதிப்பீடு - 2022 (2023 මාර්තු) Year End Evaluation			
ශ්‍රේණිය } 10 தரம் } Grade	විෂයය } பாடம் } Subject	පත්‍රය } வினாத்தாள் } I Paper	කාලය } පැය 01 காலம் }

- සියළුම ප්‍රශ්නවලට පිළිතුරු සපයන්න.
- අංක 1 සිට 40 දක්වා ප්‍රශ්නවල දී ඇති 1, 2, 3, 4 පිළිතුරු වලින් නිවැරදි හෝ වඩාත් ගැළපෙන පිළිතුර තෝරා ගන්න.
- ඔබට සැපයෙන පිළිතුරු පත්‍රයේ එක් එක් ප්‍රශ්නය සඳහා දී ඇති කව අතුරෙන් ඔබ තෝරාගත් පිළිතුරෙහි අංකයට සැසඳෙන කවය තුළ (x) ලකුණ යොදන්න.

- (01) කාබොහයිඩ්‍රේට් වර්ගයක් වන ඩයිසැකරයිඩ්වල රසායනික සූත්‍රය වනුයේ,
- (1) $C_6H_{12}O_6$ ය. (2) $C_{12}H_{24}O_{12}$ ය. (3) $C_{12}H_{22}O_{11}$ ය. (4) $C_6H_{10}O_5$ ය.
- (02) ලෙගියුමින් නම් ප්‍රෝටීනය අඩංගු ආහාර වර්ග කිහිපයක් වනුයේ,
- (1) පරිප්පු, සහල් හා මුං ඇට ය. (2) මුං ඇට කවිපි හා පරිප්පු ය.
(3) මුං ඇට, තල හා කවිපි ය. (4) කවිපි, සහල් හා තල ය.
- (03) උක්සීනි, ඉදුනු පළතුරු හා බතල යන ආහාර ද්‍රව්‍යවල අඩංගු කාබෝහයිඩ්‍රේට් වර්ග පිළිවෙලින්,
- (1) සුක්රෝස්, ඩෙක්ස්ට්‍රීන් හා ඇල්බියුමින් ය.
(2) ඇල්බියුමින්, ලැක්ටෝස් හා මෝල්ටෝස් ය.
(3) ලැක්ටෝස්, පිෂ්ටය හා පෙක්ටීන් ය.
(4) සුක්රෝස්, පෘක්ටෝස් හා පිෂ්ටය ය.
- (04) මිනිසාගේ දේහ ක්‍රියාකාරීත්වයට අවශ්‍ය වන මහා ඛනිජවලට අයත්වන ඛනිජ වර්ග දෙකකි,
- (1) මැග්නීසියම් හා පොටෑසියම්. (2) යකඩ හා සල්ෆර්.
(3) අයඩීන් හා කැල්සියම්. (4) සෙලෙනියම් හා සෝඩියම්.
- (05) පහත සඳහන් පිළිතුරු අතුරෙන් ඛනිජ වර්ගය හා එයට අදාළ උෞෂධ රෝගය නිවැරදිව දක්වා ඇති පිළිතුර තෝරන්න.
- (1) අයඩීන් - අස්ථි විකෘතිතාව (2) යකඩ - රක්තහීනතාව
(3) සෙලෙනියම් - රාත්‍රී අන්ධතාව (4) සින්ක් - ගලගණ්ඩය
- (06) ලයිසින් හා මෙතියොනීන් යන අත්‍යවශ්‍ය ඇමයිනෝ අම්ල වර්ග දෙකම බහුල ආහාර වර්ගය කුමක් ද?
- (1) බත් (2) කඩල (3) තෝස් (4) කිරි
- (07) ග්‍රෑම් එකකින් ආසන්න වශයෙන් ශක්තිය කිලෝ කැලරි 9 ක් හා කිලෝ කැලරි 4 ක් ලබාදෙන පෝෂක වර්ග දෙක පිළිවෙලින් වනුයේ,
- (1) ප්‍රෝටීන් හා කාබොහයිඩ්‍රේට් ය. (2) කාබොහයිඩ්‍රේට් හා මේදය ය.
(3) ප්‍රෝටීන් හා මේදය ය. (4) මේදය හා ප්‍රෝටීන් ය.
- (08) තිරිඟු හා කඩලවල අඩංගු ප්‍රෝටීන් පිළිවෙලින් දැක්වෙන පිළිතුර තෝරන්න.
- (1) ග්ලූටනින් හා ලෙගියුමින් (2) කේසීන් හා මයොසීන්
(3) ලෙගියුමින් හා ඉලාස්ටික් (4) සෙරින් හා ඉලාස්ටික්

- 9 හා 10 ප්‍රශ්නවලට පිළිතුරු සැපයීමට පහත තොරතුරු උපයෝගී කර ගන්න.
- තයමින් හා රයිබොල්ප්ලේවින් යන විටමින් වර්ග දෙක උෞන වීමෙන් ඇති වන රෝග ලක්ෂණ කිහිපයක් පහත දැක්වේ.

- | | |
|----------------------|----------------------------|
| A. ආහාර අරුවිය | B. කට දෙකෙළවර තුවාල වීම |
| C. ස්නායු දුර්වල වීම | D. තොල් රත්පැහැ වී පිපිරීම |
| E. ශ්වසන ආබාධ | |

(09) මින් තයමින් උෞන වීම නිසා ඇතිවන රෝග ලක්ෂණ වනුයේ,

- (1) A, C හා E ය. (2) B, C හා D ය. (3) B, D හා E ය. (4) A, B හා D ය.

(10) රයිබොල්ප්ලේවින් උෞන වීම නිසා ඇති වන රෝග ලක්ෂණ වනුයේ,

- (1) A හා B ය. (2) B හා D ය. (3) D හා E ය. (4) A හා E ය.

(11) පහත සඳහන් ආහාර වේලේ අතුරෙන් මහා පෝෂක තුනට අමතරව යකඩ හා විටමින් C වැඩිපුර සපයන ආහාර වේල තෝරන්න.

- (1) බත්, හාල්මැස්සන් බැඳුම, දෙල් වැංජනය, මුතුණුවැන්න මැල්ලුම සහ අතුරුපස ලෙස අලිගැටපේර ක්‍රීම්.
- (2) බත්, සෝයා තෙම්පරාදුව, වට්ටක්කා මාළුව, මාළු මිරිස් වැංජනය සහ අතුරුපස ලෙස කෙසෙල් ගෙඩි.
- (3) බත්, බිත්තර හොඳි, පරිප්පු වැංජනය, අල බැඳුම, සහ අතුරුපස ලෙස අයිස්ක්‍රීම්.
- (4) බත්, ඉස්සෝ බැඳුම, කඩල වැංජනය, ගොටුකොළ සම්බෝලය, සහ අතුරුපස ලෙස පළතුරු සලාදය.

(12) තෙල් ආලේපයෙන් පිසීම, යොදා ගන්නා ආහාර දෙකක් වනුයේ,

- | | |
|---------------------------|---|
| (1) වඩේ හා කට්ලට් ය. | (2) පපඩම් හා කොකිස් ය. |
| (3) ඔම්ලට් හා පැන්කේක් ය. | (4) අල තෙල් දැමීම හා මාළු පෙති බැඳීම ය. |

(13) ආහාර පරිරක්ෂණය සඳහා විනාකිරි යොදා ගැනීමේ දී,

- | | |
|-----------------------------------|--------------------------------------|
| (1) ආහාරයේ ජල සක්‍රීයතාව වැඩි වේ. | (2) මාධ්‍යයේ pH අගය වැඩි වේ. |
| (3) මාධ්‍යයේ pH අගය අඩු වේ. | (4) ආහාරය තුළ පෝෂක ප්‍රතිගතය අඩු වේ. |

(14) තයිරොක්සීන් උෞනතාව හා සම්බන්ධ රෝගී තත්ත්ව දෙකකි,

- | | |
|--|--------------------------------------|
| (1) මළ දරු උපන් හා ප්‍රාග් පරිණත දරු උපන්. | (2) ගලගණ්ඩය හා ඉදිමාව. |
| (3) පාවනය හා සම වියළීම. | (4) දත් දිරායාම හා අස්ථි විකෘති වීම. |

(15) පියන වසා අඩු උෂ්ණත්වයක් යටතේ, වැඩි වේලාවක් ආහාර පිසීමේ ක්‍රමය හැඳින්වෙනුයේ,

- | | |
|-----------------------------|------------------------------|
| (1) ජලයේ බහා තැම්බීම ලෙස ය. | (2) වාෂ්පයෙන් තැම්බීම ලෙස ය. |
| (3) ස්ටූ කිරීම ලෙස ය. | (4) පීඩනයෙන් පිසීම ලෙස ය. |

(16) ආහාර පරිරක්ෂණය සඳහා ඉවහල් වන කරුණු කිහිපයක් පහත දැක්වේ.

- | | |
|--------------------------------|--------------------------|
| • pH අගය අඩු වීම | • බාහිර ආසූරිතය සිදු වීම |
| • ස්වභාවික පරිරක්ෂකකාරක භාවිතය | • තාපයට ලක් කිරීම |

පරිරක්ෂණ ක්‍රියාවලියේ දී ඉහත සඳහන් කරුණු සියල්ල ම සිදු වූ ආහාරය මින් කුමක් ද?

- | | |
|------------------|---------------------|
| (1) අල ටොෆි | (2) මාළු ඇඹුල්තියල් |
| (3) අන්නාසි ජෑම් | (4) කරවල |

- (17) විවිධ ආහාර ද්‍රව්‍යවල පෝෂණ අගය හා සම්බන්ධ ප්‍රකාශ කිහිපයක් පහත දක්වා ඇත. මින් නිවැරදි ප්‍රකාශය කුමක් ද?
- (1) කිරි, කැල්සියම් හා විටමින් C බහුල ආහාරයකි.
 - (2) තිරිඟු පිටිවල අඩංගු මෙතියොනින් ප්‍රෝටීනය නිසා සකස් කරන ලද ආහාරවලට අවශ්‍ය මෘදු ව්‍යනය ලැබේ.
 - (3) පොල් තෙල්වල සංකෘප්ත මේද අම්ල අඩංගු වේ.
 - (4) මාෂ බෝගවල බහුලව ග්ලූටමික් ප්‍රෝටීනය අඩංගු වේ.
- (18) පුරුෂ ප්‍රජනක පද්ධතියේ වෘක්ක කෝෂ මගින් සිදුවන කාර්යයක් වනුයේ,
- (1) ශුක්‍රාණු නිපදවීම.
 - (2) පුරුෂ ප්‍රජනක හෝර්මෝන නිපදවීම.
 - (3) ශුක්‍රාණු ගබඩා කිරීම.
 - (4) වෘක්කයට ආරක්ෂාව සැපයීම.
- (19) නව යොවුන් වියේ දරුවන් තුළින් පිළිඹිබු වන ලක්ෂණ කිහිපයක් පහත දැක්වේ.
- A. සමහර පුද්ගලයන් වීරත්වයෙන් සළකනු ලැබීම.
 - B. නායකත්වය දරමින් ක්‍රියා කිරීම.
 - C. ක්ෂණිකව තම අදහස් ප්‍රකාශ කිරීම.
 - D. කණ්ඩායම තුළ සහයෝගයෙන් ක්‍රියා කිරීම.
- මින් සමාජයීය වර්ධනය පිළිඹිබු කරන ලක්ෂණය වනුයේ,
- (1) A හා C ය. (2) B හා D ය. (3) C හා D ය. (4) A හා D ය.
- (20) යොවුන් වියෙහි දරුවන් තුළ දක්නට ලැබෙන, බුද්ධිමය හැකියා හා නිර්මාණ කුසලතා හඳුන්වනු ලබන්නේ,
- (1) සමාජයීය වර්ධනය ලෙස ය. (2) මානසික වර්ධනය ලෙස ය.
 - (3) කායික වර්ධනය ලෙස ය. (4) භාවික වර්ධනය ලෙස ය.
- (21) ගර්භාෂය තුළ,
- (1) කලල බන්ධය සැකසීම සිදු වේ. (2) ඩිම්බ පරිණතිය සිදු වේ.
 - (3) ඩිම්බ මෝචනය සිදු වේ. (4) ඩිම්බ සංසේචනය සිදු වේ.
- (22) ගර්භණීභාවය නිසා ඇතිවන ප්‍රධාන ලක්ෂණ දෙකකි,
- (1) පාද වේදනාව හා ආහාර අරුචිය.
 - (2) පාද වේදනාව හා උදැසන හිසරදය.
 - (3) මුත්‍රා පිට කිරීමේ දී වේදනාවක් ඇතිවීම හා පාද ඉදිමීම.
 - (4) ආර්ථවය නතර වීම හා උදැසන ඔක්කාරය.
- (23) යොවුන් වියේ දරුවෙකුගේ චිත්තවේගී ස්වභාවයක් වන්නේ,
- (1) සාමකාමී හා ත්‍රිවඛවයි. (2) කළහකාරී හා ත්‍රිවඛවයි.
 - (3) ක්ෂණික හා ත්‍රිවඛවයි. (4) කළහකාරී හා නිර්මාණශීලීවයි.
- (24) මාතෘ සායනයක දී, මුල් දිනයේ දී පමණක් සිදු කෙරෙන පරීක්ෂා හා පරීක්ෂණ වනුයේ,
- (1) බර හා උස මැනීම සහ රුධිර පීඩනය මැනීම ය.
 - (2) මුත්‍රා පරීක්ෂණ හා බර මැනීම ය.
 - (3) උස මැනීම සහ රුධිරයේ හිමෝග්ලොබින් ප්‍රමාණය, රුධිර සනය හා Rh සාධකය බැලීම ය.
 - (4) රුධිර පීඩනය මැනීම හා රුධිර පරීක්ෂණයක් වන VDRL පරීක්ෂණය ය.

(25) පහත දැක්වෙනුයේ පූර්ව ප්‍රසව සංවර්ධනය හා සම්බන්ධව සිසුවියක විසින් ලියන ලද වැකි කිහිපයකි. මින් නිවැරදි වැකිය තෝරන්න.

- (1) කලල අවධිය ලෙස හඳුන්වනුයේ මාස 0 - 3 දක්වා කාලසීමාව ය.
- (2) පූර්ව ප්‍රසව අවධියේ මුල් මාස තුන තුළ දී මවගේ බර වැඩි වීම වේගවත් ය.
- (3) කලලය අධිරෝපණයෙන් පසුව, සංසේචිත ඩිම්බයෙහි සෛල විභාජනය ආරම්භ වේ.
- (4) පූර්ව ප්‍රසව අවධිය සති 40 කි.

(26) ගර්භණී අවධියේ දී ඇති විය හැකි අවදානම් සාධකයකි,

- (1) උදැසන ඔක්කාරය.
- (2) දියවැඩියාව.
- (3) මළ බද්ධය.
- (4) පාද ඉදිමුම.

(27) පරිණත ඩිම්බයක් මෝචනයෙන් පසු සාමාන්‍යයෙන් සජීවීව පවතින්නේ,

- (1) පැය 48 ක් පමණි.
- (2) පැය 36 ක් පමණි.
- (3) පැය 24 ක් පමණි.
- (4) පැය 12 ක් පමණි.

(28) මැසීමේ ශිල්පීය ක්‍රමයකි,

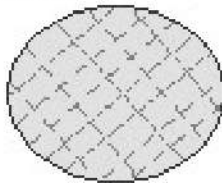
- (1) බොරු නූල් ඇදීම.
- (2) ගැටපිස්මේන්තු මැස්ම.
- (3) නැටි මැස්ම.
- (4) ටේප් ඇල්ලීම.

(29) ළඳුරු ඇඳුමක අත වටා, කර හා පහල වාටිය අලංකාරවත්ව මැසීමට සුදුසු මැහුම් ක්‍රමයකි,

- (1) සිප්පි වාටිය යෙදීම.
- (2) දැති කතුරෙන් කැපීම.
- (3) පයිපිං කිරීම.
- (4) වාටි මැස්මෙන් මැසීම.

(30) මෙම රූප සටහනෙහි දක්වා ඇත්තේ,

- (1) නූල් ඇදීම ය.
- (2) දම්වැල් මැස්ම ය.
- (3) ක්විල්ට් කිරීම ය.
- (4) කතිර මැස්ම ය.



(31) ඔබගේ ඇඳුමක විවර පියවීමට යොදා ගත හැකි ක්‍රම දෙකක් වන්නේ,

- (1) සැනගාංවු හා දෙපෙති ජන්තු මැසීම ය.
- (2) බඳන යෙදීම හා පයිපිං කිරීම ය.
- (3) රේන්ද පටි හා රැළි පටි ඇල්ලීම ය.
- (4) වෙල්කෝ ටේප් ඇල්ලීම සහ පයිපිං කිරීම ය.

(32) නිවසේ බහුලව භාවිත කෙරෙන උපාංගයක් වන අත්පිස්නා රඳවනයක් සැකසීමේ දී අවධානය යොමු විය යුතු ප්‍රධාන ලක්ෂණ තුනකි,

- (1) අලංකාරය, නිර්මාණාත්මක බව සහ උපාංගයේ කල් පැවැත්ම.
- (2) සජීවීබව, නිර්මාණාත්මක බව සහ ක්‍රියානුරූපීබව
- (3) අලංකාරය, ක්‍රියානුරූපීබව සහ නිර්මාණාත්මකබව.
- (4) අලංකාරය, සජීවීබව සහ යෙදා ගන්නා අමුද්‍රව්‍යවල ස්වභාවය

(33) ශිෂ්‍යයෙකුගේ සටහනකින් උපුටාගත් වැකි කිහිපයක් පහත දැක්වේ. මින් නිවැරදි වැකිය තෝරන්න.

- (1) සෙවනැලි මැස්ම සඳහා කතිර මැස්ම භාවිත කෙරේ.
- (2) ආරෝපණ යෙදීම සඳහා නැටි මැස්ම භාවිත කෙරේ.
- (3) සැටින් රෙදිවල සියළුම මැහුම් සඳහා සැටින් මැස්ම භාවිත කෙරේ.
- (4) ක්විල්ට් කිරීමට සිහින් නූල් දූවවීම භාවිත කෙරේ.

(34) විවිධ මැහුම් ක්‍රම භාවිතයෙන් උපාංග නිර්මාණය කෙරේ. ලිපි රඳවනයක් සෑදීමට ගත හැකි අවම මිනිත් මේ අතරින් කුමක් ද?

- (1) උස සෙ.මී. 30 ක් හා පළල සෙ.මී. 20 කි.
- (2) උස සෙ.මී. 36 ක් හා පළල සෙ.මී. 15 කි.
- (3) උස සෙ.මී. 25 ක් හා පළල සෙ.මී. 20 කි.
- (4) උස සෙ.මී. 25ක් හා පළල සෙ.මී. 25 කි.

(35) ළදරු ඇඳුමේ වක්‍රාකාර මිමි දෙකක් වනුයේ,

- (1) ඇඳුමේ උස හා කර පළල ය.
- (2) කර පළල හා කර ගැඹුර ය.
- (3) උරහිස පළල හා ඇඳුමේ උස ය.
- (4) කර වටා සහ අත්කට හැඩය ය.

(36) පවුලක් තුළ ජීවත්වීමේ දී, එහි සාමාජිකයන් තුළ ගොඩනැගෙන ලක්ෂණ කිහිපයක් පහත දැක්වේ.

- | | |
|--------------------|---|
| A. පරාර්ථකාමීඛව. | D. ස්වාධීන මත ඉටුකර ගැනීමට ඇති කැමැත්ත. |
| B. ඉසිලිවත්තඛව. | E. ආරක්ෂිතඛව පිළිබඳ විශ්වාසය. |
| C. ආත්මාර්ථකාමීඛව. | |

ඉහත ලක්ෂණ අතුරෙන්, විස්තෘත පවුලක් තුළ ජීවත්වීම නිසා ගොඩනැගෙන ලක්ෂණ වන්නේ,

- (1) A , B , C හා D ය.
- (2) B , C , D හා E ය.
- (3) C , D හා E ය.
- (4) A , B හා E ය.

(37) ගෘහ කාර්යයන් එලදායී ලෙස ඉටුකර ගැනීම සඳහා ගෘහීය සම්පත් වැදගත් වේ. "භෞතික නොවන සම්පත්" වනුයේ,

- (1) කාලය හා දේපළයි.
- (2) ජලය හා විදුලියයි.
- (3) කාලය හා විදුලියයි.
- (4) ජලය හා දේපළයි.

(38) බිම් සැලැස්මක් ඇඳීමේ දී අවධාරණය කළ යුතු කරුණු කිහිපයක් ශිෂ්‍යාවක විසින් සඳහන් කළ ආකාරය පහත දැක්වේ.

- A. සැලැස්ම නිශ්චිත පරිමාණයකට ඇඳීම.
 - B. ප්‍රධාන නිදන කාමරය අවම වශයෙන් වර්ග අඩි 100 ක් ලෙස යෙදීම.
 - C. අදාළ සංකේත භාවිත කිරීම.
 - D. කාමරවල වර්ග ප්‍රමාණයෙන් 1/15 ක් ජනේල සඳහා යොදා ගැනීම.
 - E. නිදන කාමරයක් තවත් නිදන කාමරයකට විවෘත නොවීම.
- මෙම කරුණු අතරින් නිවැරදි වන්නේ,

- (1) A , C හා E ය.
- (2) B , C හා D ය.
- (3) C , D හා E ය.
- (4) A , C හා D ය.

(39) නාෂ්ටික පවුලක ජීවත්වීමේ වාසියකි,

- (1) ශ්‍රම විභජනය මැනවින් සිදු වීම.
- (2) පරාර්ථකාමීඛව වර්ධනය වීම.
- (3) තීරණ ගැනීම පහසුවීම.
- (4) ආරක්ෂිතඛව.

(40) පහත සඳහන් ගෘහභාණ්ඩ අතරින් ඉඩකඩ පිරිමසන ගෘහභාණ්ඩ වනුයේ,

- (1) තට්ටු ඇඳ හා හකුලන පුටුව ය.
- (2) ඩිවෘනය හා හකුලන මේසය ය.
- (3) බිත්ති අල්මාරිය හා ඩිවෘනය ය.
- (4) තට්ටු ඇඳ හා කබඩ සහිත ඇඳ ය.

බස්නාහිර පළාත් අධ්‍යාපන දෙපාර්තමේන්තුව மேல் மாகாணக் கல்வித் திணைக்களம் Department of Education - Western Province			
වර්ෂ අවසාන ඇගයීම ஆண்டிறுதி மதிப்பீடு - 2022 (2023 මාර්තු) Year End Evaluation			
ශ්‍රේණිය } 10 தரம் } Grade	විෂය } பாடம் } Subject	පත්‍ර } வினாத்தாள் } II Paper	කාලය } පැය 02 காலம் } Time

- පළමුවන ප්‍රශ්නය හා තවත් ප්‍රශ්න හතරක් ඇතුළුව ප්‍රශ්න පහකට පමණක් පිළිතුරු සපයන්න.

(01) මනාකොට සැලසුම් කර සකස් කරන ලද නිවසක මවක්, පියෙක්, දරුවන් දෙදෙනෙකු හා මිත්තණියක් පදිංචිව සිටී. දරුවන්ගේ පාසල් අධ්‍යාපන කටයුතු, ක්‍රීඩා කටයුතු, ලෙඩ රෝග, ආහාර පාන මෙන්ම තම බිරිඳගේ හා මවගේ අවශ්‍යතා ද ඉටුකරන මෙම පවුලේ ස්වාමිපුරුෂයා සිය පවුලේ සාමාජිකයින් සමඟ එක්ව පෝෂණ උපායවලින් හෙබි දරුවන්ට ආහාර පානවලින් සංග්‍රහ කිරීමට ද අමතක නොකරයි.

මෙම පවුලේ සාමාජිකයින් දිනක් දුර බැහැර ප්‍රදේශයක විනෝද වාරිකාවක් යෑමට සූදානම් ව සිටිය දී මව පළතුරු රැගෙන ඒම සඳහා වෙළඳපොළට ගිය අතර මිත්තණිය, මව එතෙක් මෝපුවක් සකස් කිරීමට අවශ්‍ය වම්බටු කපා තබන ලදී. මව පැමිණෙද්දී වම්බටු කහට පිපී තිබුණු නමුත් ඇය වම්බටු මෝපුව සකස් කළා ය.

- ඉහත සිද්ධියෙහි සඳහන් පවුල කුමන පවුල් ස්වරූපයට අයත් වේ ද?
- මෙම පවුලේ සාමාජිකයින්ගේ සබඳතා තුළින් ඉටුවන මානසික අවශ්‍යතා දෙකක් ලියන්න.
- මෙම පවුලේ දෙමාපියන්ගෙන් දරුවන්ට ඉටුවන යුතුකම් හතරක් ලියන්න.
- නිවසක් ගොඩනැගීමේ දී මූලිකව අවධානය යොමුකළ යුතු කරුණු දෙකක් ලියන්න.
- නිවාස සැලසුම් ඇඳීමේ දී ජනේලය හා ෆැන්ලයිට් සඳහා භාවිත වන සංකේත අඳින්න.
- පවුලේ දෛනික ආහාරවේල් සැලසුම් කිරීමේ දී සැලකිලිමත් විය යුතු කරුණු හතරක් ලියන්න.
- පළතුරු තෝරාගැනීමේ දී මව සැලකිල්ලට ගත යුතු කරුණු මොනවාද?
- පෝෂණ උපායවලින් යන්න හඳුන්වන්න.
- වම්බටු අවපැහැ ගැන්වීමට හේතු වූ කරුණු මොනවාද?
- වම්බටු මෝපුව සඳහා යොදාගන්නා පරිරක්ෂකකාරක දෙකක් නම් කරන්න.

(ලකුණු 2×10=20)

(02) ගෘහීය අවශ්‍යතා සඳහා අලංකාර වූ විවිධ නිර්මාණ භාවිත කරනු ලබේ.

- ගෘහ උපාංග භාවිතයෙන් නිවසකට ඇති ප්‍රයෝජන තුනක් ලියා දක්වන්න. (ලකුණු 03)
- a. අක් සැරසිලි යන්න හඳුන්වා, ඒ සඳහා උදාහරණ දෙකක් ලියන්න.
b. උපාංගයක් නිර්මාණය කිරීමට ප්‍රථම තීරණය කළ යුතු කරුණු තුනක් ලියන්න. (ලකුණු 03)
- උපාංග නිර්මාණය කිරීමට උපකාරීවන මැහුම් ක්‍රම දෙකක් සඳහන් කර, ඒ සඳහා උදාහරණ දෙක බැගින් ලියන්න. (ලකුණු 04)

(03) i. a. පහත සඳහන් ආහාර වර්ග සකස් කිරීමේ දී භාවිත වන පිසීමේ ක්‍රම මොනවා ද?

බනිස් -
කට්ලට් -
ලැවරියා -

b. ආහාර පිළියෙල කිරීමේ ශිල්පීය ක්‍රම තුනක් ලියන්න.

(ලකුණු 03)

ii. ආහාර පිසීමේ දී ගුණාත්මක බව ආරක්ෂාකර ගැනීමට සැලකිලිමත් විය යුතු කරුණු තුනක් ලියන්න.

(ලකුණු 03)

iii. සන පිටි මෝලි යන්න හඳුන්වා ඒ සඳහා උදාහරණ දෙකක් සඳහන් කරන්න.

(ලකුණු 04)

(04) i. a. ආහාර නරක් වීම යන්න හඳුන්වන්න.

b. කිරි නරක් වීම කෙරෙහි බලපාන බැක්ටීරියා වර්ග දෙකක් නම් කරන්න.

(ලකුණු 03)

ii. ආහාර ගබඩාකර තැබීමේ දී ඒවායේ ගුණාත්මක ලක්ෂණ කෙරෙහි බලපාන සාධක තුනක් නම් කරන්න.

(ලකුණු 03)

iii. ආහාර නරක් වීමට බලපාන හේතු ප්‍රධාන වශයෙන් වර්ග කෙරෙන කාණ්ඩ තුන දක්වා, ඉන් එක් ප්‍රධාන හේතුවක් කෙටියෙන් විස්තර කරන්න.

(ලකුණු 04)

(05) ඉඩකඩ සීමිත අවස්ථාවක නිවසේ විවිධ කොටස් බහුකාර්යය ඒකක ලෙස සංවිධානය කරගත හැකිය.

i. බහුකාර්ය ඒකකයක් යනු කුමක්දැයි ලියා දක්වා ඒ සඳහා උදාහරණ දෙකක් ලියන්න.

(ලකුණු 03)

ii. නිවසක භාවිතවන බහුකාර්ය ගෘහභාණ්ඩ යනු මොනවා දැයි දක්වා, ඒවා නිවසක භාවිත වන ආකාරය පිළිබඳ උදාහරණයක් දක්වන්න.

(ලකුණු 03)

iii. නිවාස සැලසුම් ඇඳීමේ දී අවධානය යොමු කරනු ලබන "රාශිකරණය" යන්න හඳුන්වා එය සිදු කරන ආකාරය උදාහරණයක් ඇසුරින් පැහැදිලි කරන්න.

(ලකුණු 04)

(06) i. ස්ත්‍රී ප්‍රජනක පද්ධතියට අයත් අවයවයක් වන ඩිම්බකෝෂවලින් ඉටු කරන කාර්යයන් තුනක් ලියා දක්වන්න.

(ලකුණු 03)

ii. නිරෝගී දරු උපතක් සඳහා වැදගත්වන සාධක තුනක් දක්වන්න.

(ලකුණු 03)

iii. අයඩින් මගින් මිනිස් සිරුර තුළ සිදුවන කාර්යය සඳහන් කර, ගර්භණී මවකගේ අයඩින් උෞනතාව නිසා ඇතිවිය හැකි තත්ත්ව තුනක් සඳහන් කරන්න.

(ලකුණු 04)

(07) i. ගර්භණී අවධියේ ඇතිවිය හැකි සුළු ආබාධ තුනක් සඳහන් කර, ඒවාට හේතුවන කරුණ බැගින් ලියන්න.

(ලකුණු 03)

ii. මාතෘ සායනයක දී නිතිපතා සිදු කෙරෙන පරීක්ෂා හා පරීක්ෂණ තුනක් සඳහන් කරන්න.

(ලකුණු 03)

iii. ගර්භණීභාවයේ දී පූර්ව ප්‍රසව සංවර්ධනයේ හුණ අවධිය සිදුවන කාලසීමාව සඳහන් කර, හුණ අවධිය පිළිබඳ පැහැදිලි කරන්න.

(ලකුණු 04)

බස්නාහිර පළාත් අධ්‍යාපන දෙපාර්තමේන්තුව மேல் மாகாணக் கல்வித் திணைக்களம் Department of Education - Western Province	
වර්ෂ අවසාන ඇගයීම ஆண்டிறுதி மதிப்பீடு - 2022 (2023 මාර්තු) Year End Evaluation	
පිළිතුරු පත්‍රය Marking Scheme	
ශ්‍රේණිය தரம் } 10 Grade	විෂයය பாடம் } Subject
ගෘහ ආර්ථික විද්‍යාව	
පත්‍රය வினாத்தாள் } I, II Paper	

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

(ලකුණු 1x40=40)

(01)

I. විස්තෘත පවුල

(ලකුණු 02)

ii. ආදරය, සෙනෙහස, රැකවරණය, අන්තෝන්‍ය සහයෝගය

කරුණු 02ට (ලකුණු 02)

iii. දරුවන්ගේ අවශ්‍යතා සපුරාලීම.

- යහපත් පුරුදු හා ආකල්ප ඇතිකිරීම.
- රෝගී අවස්ථාවන් වලදී රැක බලා ගැනීම.

• නිසිපෝෂණය ලබාදීම.

• යහපත් ක්‍රියාවන්හි නිරතවීම.

• සුරක්ෂිතභාවය ලබාදීම.

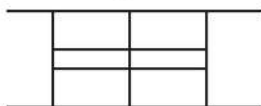
කරුණු 04ට (ලකුණු 02)

iv. භූමිය තෝරා ගැනීම, නිවාස සැලසුම් කිරීම, නිවස සංවිධානය කිරීම.

කරුණු 02ට (ලකුණු 02)

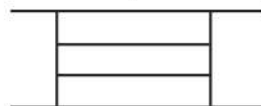
v.

W



ජනේල

F



පැන්ලයිට්

ලකුණු 01 බැගින් (ලකුණු 02)

vi.

- පවුලේ සාමාජිකයින්ගේ විවිධ පෝෂණ අවශ්‍යතා
- විවිධත්වයකින් යුත් ආහාරවේල් සැලසුම් කිරීම
- ආහාර පිළියෙල කිරීමට අවශ්‍ය අමුද්‍රව්‍ය සපයා ගැනීමට පහසුව
- පවුලේ ආදායමට ගැලපෙන පරිදි ආහාරවේල් සැලසුම් කිරීම

කරුණු 04ට (ලකුණු 02)

- vii. වර්ණය - එක් එක් පළතුරුවලට ආවේණික වර්ණයක් තිබීම.
ස්වාභාවිකව ඉදුණු පළතුරුවල වර්ණය ඒකාකාරී නොවේ.
- සුවඳ - පළතුරු හොඳින් ඉදුණුවිට නටුව අසලින් සුවඳ වහනය වේ.
- සංගන්දය - පැහිරි කුලයේ පළතුරු වල පැහිරි සුවඳක් හා පැහිරි රසයක් ඇත.
- රසය - ස්වාභාවිකව ඉදුණු පළතුරු ඉතා රසවත්ය.
- පෝෂණ අගය - නැවුම් පළතුරු වල පෝෂණ අගය ආරක්ෂා වී ඇත.
කරුණු 04ට (ලකුණු 02)
- viii. පෝෂණ උග්‍රණතා යනු කිසියම් පෝෂ්‍ය පදාර්ථයක් හෝ කිහිපයක් දිගුකාලීනව ශරීරයට නොලැබීම නිසා සිරුර තුල ඇතිවන අහිතකර තත්ත්වයන් ය.
පිළිතුරට (ලකුණු 02)
- ix. එන්සයිමීය ක්‍රියාකාරීත්වය නිසා ආහාරවල කැපු පෘෂ්ඨය මත සිදුවන ඔක්සිකරණය හේතුවෙන් වර්ණය දුඹුරු පැහැවීම සිදුවේ. (ලකුණු 02)
- x. ලුණු, සීනි, විනාකිරි (ලකුණු 02)

(මුළු ලකුණු 2x10=20)

(02)

- i. නිවස තුළ සජීවී බව ඇති කිරීමට, ක්‍රියාශීලී බව ඇති කිරීමට, අලංකාරය වැඩි කිරීමට, ක්‍රියානුරූපීබව ඇති කිරීමට කරුණු 03 (ලකුණු 03)
- ii. a. අක්සැරසිලි යනු ගෘහපිළි වල හා ඇඳුම් වල අද්දර අලංකාර කිරීම සඳහා යොදනු ලබන විවිධකුමවේ.
උදා : රේන්ද ඇල්ලීම, බඳන යෙදීම, රැළිපටි ඇල්ලීම,
හැඳින්වීමට ලකුණු 1/2 උදාහරණ 02 ලකුණු 01
- b. ඒ සඳහා පතොරමක් නිර්මාණය කිරීම.
සුදුසු රෙදි වර්ගය හා වර්ණ ගැලපීම.
මැසීම සඳහා ගන්නා නූල් වර්ග හා වර්ණ ගැලපීම. කරුණු 03ට (ලකුණු 1 1/2)
- iii. ● මූලික මැනුම් කුම - විසිතුරු මැනුම් කුම, මැසීමේ ශිල්පීය කුම
● මූලික මැනුම් කුම - නූල් ඇඳීම, සිහින් නූල් දුවවීම, වාටි මැසීම, පිස්මේන්තු මැසීම
● විසිතුරු මැනුම් කුම - දම්වැල් මැස්ම, නැටි මැස්ම, ලේසිඩේසි මැස්ම, බිලැන්කටි මැස්ම
● මැසීමේ ශිල්පීය කුම - මුට්ටු වර්ග, ආර, ඔපනැලි, රැළි
මැනුම් කුම 02 ට ලකුණු 02
උදාහරණ සඳහා ලකුණු 02
(මුළු ලකුණු 10)

- (03) i. a. බනිස් - පෝරණුවේ පිලිස්සීම
කට්ලට් - ගැඹුරු තෙලේ බැඳීම
ලැවරියා - උදු වාෂ්පයෙන් පිසීම ලකුණු 1 1/2

- b. අත්ගැසීම, මිශ්‍ර කිරීම, කවලම් කිරීම, ගැසීම, කැබලි වලට කැපීම, පදම් කිරීම. ලකුණු 1 1/2

ii. ● පිසීමේ නිවැරදි ක්‍රම භාවිතය

● එක් එක් ආහාරයේ පෝෂණගුණ ආරක්ෂාවන අයුරින් පිසීමේ ක්‍රම යොදා ගැනීම.

● ඒ ඒ ආහාරයට අනුව පිසීමේ උෂ්ණත්වය හා කාලය තීරණය කර ගැනීම.

● එළවළු හා පලාවර්ග වර්ණය වෙනස් නොවන ලෙස අඩු කාලයකින් පිස ගැනීම.

● නිවරදි මෙවලම් හා උපකරණ භාවිතය.

(කරුණු 03 ට මුළු ලකුණු 03)

iii. සනපිටි මෝලියනු පිටි, මේද ස්වල්පයක්, මුහුන් වර්ග සීනි හා ජලය අඩංගු සන පිටි මිශ්‍රණයකි.

උදා : මාළු පාන්, පාන්, බනිස්

හැඳින්වීමට ලකුණු 02

උදාහරණ 02 ට ලකුණු 02

(මුළු ලකුණු 10)

(04) i. a. ආහාර නරක් වීම යනු ජීව විද්‍යාත්මක, භෞතික හා රසායනික බලපෑම නිසා ආහාර ද්‍රව්‍ය වල සිදුවන වෙනස්වීම් හේතු කොට ගෙන එම ආහාර වල ලක්ෂණ වෙනස් වී පරිභෝජනයට නුදුසු තත්ත්වයට පත්වීමයි.

හැඳින්වීමට ලකුණු 01

b. බැසිල්ස් හා ස්ට්‍රෙප්ටොකොකස් විශේෂ වලට අයත් බැක්ටීරියා වර්ග

නම් කිරීමට ලකුණු 02

ii. ● උෂ්ණත්වය

● ආර්ද්‍රතාවය

● ක්ෂුද්‍රජීවීන්

● ආහාර තුළ සිදුවන අන්තර්ක්‍රියා

● ඔක්සිකරණය

සාධක 03 ට ලකුණු 03

iii. ජෛව විද්‍යාත්මක, භෞතික, රසායනික හේතු

(ලකුණු $1/2 \times 3 = 1\ 1/2$)

නිවරදි මෙවලම් හා උපකරණ භාවිතය

එක් හේතුවක් පැහැදිලි කිරීමට

(ලකුණු 2 $1/2$)

(මුළු ලකුණු 10)

(05)

i. කාර්යයන් කිහිපයක් ඉටුකර ගැනීම සඳහා එක් ස්ථානයක් යොදා ගැනීම බහුකාර්ය ඒකකයක් ලෙස හැඳින්වේ. එම ස්ථානයෙන් සිදු කෙරෙන ප්‍රධාන කාර්යයට බාධාවක් නොවන සේ වෙනත් කාර්යයක් ඉටු කර ගැනීමට හැකිවීම මෙහි ඇති ප්‍රයෝජන වේ.

හැඳින්වීමට ලකුණු 01

උදා : ● මුළුතැන්ගෙයි කොටසක් ගබඩා කාමරය හෝ කෑම කාමරය සඳහා වෙන් කර ගැනීම.

● විසිත්ත කාමරයේ කොටසක් කෑම කාමරය සඳහා යොදා ගැනීම.

● නිදන කාමරයේ කොටසක් පාඩම් කිරීම සඳහා වෙන් කිරීම.

උදාහරණ 02ක් සඳහා ලකුණු 02

ii. නිවසක ඉඩකඩ සීමිත අවස්ථාවලදී මෙන්ම කාලය ශ්‍රමය හා මුදල් පිරිමැසීම පිණිස බහුකාර්ය ගෘහභාණ්ඩ භාවිත වේ.

- මෙහිදී • විසිත්ත කාමරයේ ඩිවෘනය රාත්‍රී කාලයේ නිදා ගැනීමට භාවිත කළ හැක.
ඇඳ ඇතිරිලි හා කොට්ට උර අසුරා තැබීම සඳහා ලාවිඩු සහිත ඇඳන්වල ඇති ලාවිඩු භාවිතා කළ හැක.

හැඳින්වීමට ලකුණු 02
උදාහරණ සඳහා ලකුණු 01

iii. විවිධ කාර්යයන් අවම ශ්‍රමයකින් හා උපරිම පහසුකම් සලසාගත හැකි ආකාරයට නිවසේ කොටස් එකිනෙකට ගොනු කිරීම රාශීකරණය ලෙස හැඳින්වේ.

- නිදන කාමරවල සිට පහසුවෙන් යාමට හැකිවන සේ ඒ අසලින්ම නාන කාමරය හා වැසිකිලිය පිහිටුවීම.
- ආලින්දය විසිත්ත කාමරයට යාබදව පිහිටුවීම.
- විසිත්ත කාමරයේ කොටසක් කෑම කාමරය ලෙස යොදා ගැනීම.

හැඳින්වීමට ලකුණු 02
උදාහරණ සඳහා ලකුණු 02
(මුළු ලකුණු 10)

(06) i. ඩිම්බ පරිණත වීම, පරිණත ඩිම්බ මුදා හැරීම, ස්ත්‍රී ප්‍රජනක හෝමෝන නිෂ්පාදනය කාර්යයන් 03ට මුළු ලකුණු 03

- ii. • මවගේ වයස අවුරුදු 35 ට වඩා අඩු වීම.
• මවගේ උස හා බර යෝග්‍ය ආකාරයෙන් තිබීම.
• අස්ථි ශක්තිමත් වීම හා අස්ථි සනත්වය උපරිම මට්ටමක තිබීම.

සාධක 03මුළු ලකුණු 03

iii. තෙයිරොක්සින් හෝමෝනය නිෂ්පාදනය සඳහා අයඩින් අවශ්‍ය වේ.

ලකුණු 01

- ගබ්සා වීම
- ප්‍රාග්පරිණත දරු උපන් බිහිවීම
- මළදරු උපන් ඇතිවීම
- මන්ද මානසික දරුඋපන් ඇතිවීම

තත්ත්වයන් නම් කිරීමට ලකුණු 03
(මුළු ලකුණු 10)

- (07) i
- වමනය හා ඔක්කාරය - හෝමෝන අසමතුලිත බව
 - මල බද්ධය - ගර්භාෂය විශාල වන විට එය අන්ත්‍රමත කෙරෙන තෙරපීම නිසා
 - පාද ඉදිමීම - කලලය වැඩෙත්ම, ගර්භාෂය පාදවල රුධිර නාල මත සිදු කෙරෙන තෙරපීම නිසා
 - ආහාර අරුචිය - ආමාශයේ වැඩි වේලාවක් ආහාර රැඳීම නිසා 03 ක්

නම් කිරීමට ලකුණු 1 1/2
හේතුව සඳහන් කිරීමට ලකුණු 1 1/2

- ii. • මුත්‍රා පරීක්ෂණය • රුධිර පීඩනය මැනීම • බර මැනීම

පරීක්ෂණ හා පරීක්ෂණ 03 ක් සඳහා මුළු ලකුණු 03

iii. කාලසීමාව - මාස දෙකේ සිට ප්‍රසවය සිදුවන තෙක්
හූණ අවධිය
කලල අවධියෙන් පසු අවයව සකස්වෙමින් මිනිස් රූපයක හැඩය ගන්නා කාලසීමාව
හූණ අවධිය ලෙස හැඳින්වේ. සියළු ඉන්ද්‍රියන් හා වර්ධනය අවසන් වී මිනිස් ජීවියෙකු ලෙස උපත ලබන තෙක්ම හූණය ලෙස හැඳින්වේ.

කාල සීමාව සඳහන් කිරීමට ලකුණු 01
පැහැදිලි කිරීමට ලකුණු 03
(මුළු ලකුණු 10)