සියලු ම හිමිකම් ඇවිරිණි.

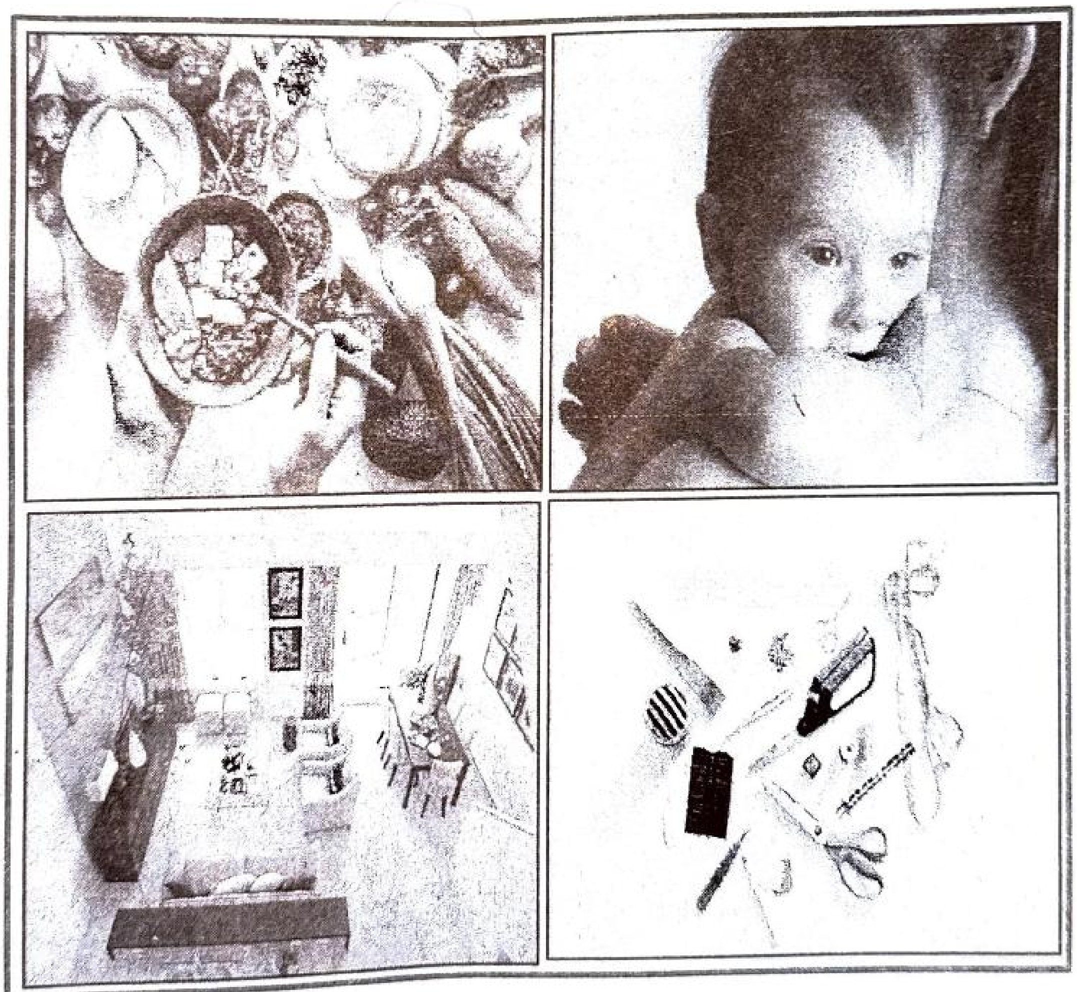
රහස්‍ය ලේඛනයකි.

ශ්‍රී ලංකා විභාග දෙපාර්තමේන්තුව

අ.පො.ස. (සා.පෙළ) විභාගය - 2024 (2025)

85 - ගෘහ ආර්ථික විද්‍යාව

ලකුණු දීමේ පටිපාටිය



මෙය උත්තරපත්‍ර පරීක්ෂකවරුන්ගේ ප්‍රයෝජනය සඳහා සකස් කෙරිණි.
ප්‍රධාන පරීක්ෂක රැස්වීමේ දී ඉදිරිපත්වන අදහස් අනුව මෙහි වෙනස්කම් කරනු ලැබේ.

අවසන් සංශෝධන ඇතුළත් කළ යුතුව ඇත.

ශ්‍රී ලංකා විභාග දෙපාර්තමේන්තුව
இலங்கைப் பரீட்சைத் திணைக்களம்

අ.පො.ස. (සා.පෙළ) විභාගය - 2024 (2025)
க.பொ.த. (சா.தர)ப் பரீட்சை - 2024 (2025)

විෂය අංකය / பாட இலக்கம்: **85**

විෂයය / பாடம்: **ගෘහ ආර්ථික විද්‍යාව**

I පත්‍රය - පිළිතුරු
I பத்திரம் - விடைகள்

ප්‍රශ්න අංකය வினா இல.	පිළිතුරෙහි අංකය விடை இல.	ප්‍රශ්න අංකය வினா இல.	පිළිතුරෙහි අංකය விடை இல.	ප්‍රශ්න අංකය வினா இல.	පිළිතුරෙහි අංකය விடை இல.	ප්‍රශ්න අංකය வினா இல.	පිළිතුරෙහි අංකය விடை இல.
01.	1	11.	1	21.	1	31.	3
02.	1	12.	2	22.	4	32.	1
03.	4	13.	2	23.	2	33.	3
04.	2	14.	3	24.	3	34.	1
05.	1	15.	4	25.	2	35.	4
06.	3	16.	4	26.	3	36.	3
07.	2	17.	2	27.	4	37.	4
08.	2	18.	4	28.	4	38.	2
09.	3	19.	1	29.	3	39.	1
10.	3	20.	2	30.	2	40.	1

විශේෂ උපදෙස් / விசேட அறிவுறுத்தல் } එක් පිළිතුරකට ලකුණු / ஒரு சரியான விடைக்கு **01** බැගින் / புள்ளி வீதம்

මුළු ලකුණු / மொத்தப் புள்ளிகள் **01 × 40 = 40**

පහත නිදසුනෙහි දැක්වෙන පරිදි බහුවරණ උත්තරපත්‍රයේ අවසාන තීරුවේ ලකුණු ඇතුළත් කරන්න.
கீழ் குறிப்பிடப்பட்டிருக்கும் உதாரணத்திற்கு அமைய பல்தேர்வு வினாக்களுக்குரிய புள்ளிகளை பல்தேர்வு வினாப்பத்திரத்தின் இறுதியில் பதிக.

නිවැරදි පිළිතුරු සංඛ්‍යාව / சரியான விடைகளின் தொகை: $\frac{25}{40}$

I පත්‍රයේ මුළු ලකුණු / பத்திரம் I இன் மொத்தப்புள்ளி: $\frac{25}{40}$

අ.පො.ස සාමාන්‍ය පෙළ සියලුම විෂයන්හි අදාල ප්‍රශ්න පත්‍ර/පිළිතුරු පත්‍ර/සටහන් ලබා ගැනීමට Past Papers Wiki වෙත පිවිසෙන්න

අ.පො.ස. (සා.පෙළ) විභාගය - 2024 (2025)

85 - ගෘහ ආර්ථික විද්‍යාව

1. පහත සඳහන් සිද්ධිය අධ්‍යයනය කර, දී ඇති ප්‍රශ්නවලට කෙටි පිළිතුරු සපයන්න.

විද්‍යාලයීය ශාලාවේ පැවැත්වීමට නියමිත සාහිත්‍ය දිනය හා එහි ත්‍යාග ප්‍රදානෝත්සවය සංවිධානය කිරීම 11 ශ්‍රේණියේ සිසුන්ට පැවරී ඇත. ඊට සමගාමීව අලංකරණය සහ සංග්‍රහ කටයුතු ද ඔවුන් විසින් සිදුකිරීමට නියමිත ය. ආරාධිත අමුත්තන් සඳහා වන සංග්‍රහ කටයුතු ගෘහ විද්‍යාගාරයේ පැවැත්වෙනු ඇත. මේ සඳහා වන මේස ඇතිරිල්ල සහ අත්පිස්නා නිර්මාණය කිරීමට සිසුන් එකඟ වූහ.

මෙම උත්සවය ඉතා උත්කර්ෂවත් අන්දමින් පැවැත්වීම ඔවුන්ගේ බලාපොරොත්තුවයි.

(i) මෙම සිසුන්ගේ විශේෂ පෝෂණ අවශ්‍යතා **දෙකක්** ලියන්න.

(ii) සාහිත්‍ය දිනයේ සංග්‍රහය සඳහා පේස්ට්‍රි භාවිතයෙන් සකස් කළ හැකි ආහාර වර්ග **දෙකක්** නම් කරන්න.

(iii) මෙම අවස්ථාව සඳහා පිපුම් කාරකයක් යොදා සකස් කළ හැකි ආහාර වර්ගයක් සඳහන් කර, ඊට අදාළ පිපුම් කාරකය නම් කරන්න.

(iv) අමුත්තන් හට නැවුම් අඹ පානයක් පිළිගැන්වීමට තීරණය කර ඇත. එහි අඩංගුවන පෝෂක **දෙකක්** ලියන්න.

(v) ගෘහ විද්‍යාගාරයේ සංග්‍රහ මේසයෙහි ඇතිරිල්ල අලංකාර කිරීමට යොදාගත හැකි ක්‍රම **දෙකක්** සඳහන් කරන්න.

(vi) මෙහි දී භාවිත කරන අත්පිස්නා අලංකාර කිරීම සඳහා සුදුසු එම්බ්‍රොයිඩර් මෝස්තරයක් අඳින්න.

(vii) මෙම උත්සවය සංවිධානය කිරීම සිසුන්ගේ සමාජයීය වර්ධනයට ඉවහල් වේ. මෙයට හේතු **දෙකක්** ඉදිරිපත් කරන්න.

(viii) මෙම සිසුන් සඳහා ජාතික ප්‍රතිශක්තිකරණ වැඩසටහන මගින් ලබා දෙන එන්නත නම් කරන්න.

(ix) විද්‍යාලයීය ශාලාව සකස් කිරීමේ දී 'අවධාරණය' සහ 'විධිමත් තුලනය' පිළිබිඹු කරන ආකාරය බැගින් සඳහන් කරන්න.

(x) මෙම උත්සවය හා සම්බන්ධ 'කළමනාකරණ ක්‍රියාවලිය' යන්න අර්ථ දක්වන්න.

01. (i)

- ප්‍රෝටීන්
- කැල්සියම්
- යකඩ
- ශක්තිය
- සින්ක්
- විටමින් A — B කාණ්ඩයේ ඇත් නම් ල: 1
- B කාණ්ඩයේ විටමින් — ඒක කරුණට ලකුණු 1

කරුණු 2ට ලකුණු 02

(ii)

- පැටිස්
- පේස්ට්‍රි රෝල්ස් — රෝල්ස් වශයෙන් ලියා තිබුණොත් ලකුණු නැත
- පේස්ට්‍රි බාස්කට්
- ඉක්ලෙයාර්ස්
- අනෝදා මල්
- ජැම් බන්
- කරි බන්
- සොසේජස් බන්
- ෆිෂ් බන්

කරුණු 2ට ලකුණු 02

(iii)
- සැන්ඩ්විච්
- මාළු පාන්
- බනිස්
- පීසා
- හොට් ඩෝග්
- බනිස් / මාළු බනිස්
- බර්ගර් බන්ස් - යීස්ට්
- කේක් / ස්පොන්ජ් කේක් / රිබන් කේක් / බටර් කේක් - බේකින් පවුඩර්

නිවැරදි පිපුම් කාරකයට ල: 1
ආහාරයට ල: 1

ලකුණු 02

(iv)
- විටමින් C
- විටමින් A/ බීටා කැරොටින්
- කාබොහයිඩ්‍රේට/ ශක්තිය / ෆෲක්ටෝස්
- තන්තු
- කැල්සියම්
- පොටෑසියම්

අංගය මතු අඟ සෝමන අැටවූ නොවේ

කරුණු 2ට ලකුණු 02

(v)
- රැලිපටි ඇල්ලීම / ෆ්‍රිල්
- රේන්ද ඇල්ලීම
- ටසල් කිරීම
- ඇප්ලික් කිරීම / ආරෝපණය
- එම්බ්‍රොයිඩර් කිරීම / චිත්‍ර මැහුම් ක්‍රම / ගැට විස්මේන්තුව
- රිබන් ඇල්ලීම
- මුද්‍රණය / ස්ටෙන්සිල්
- පැච් වර්ක්
- බතික් / ටයි ඇන්ඩ් ඩයි
- පෝරුවාටිය
- බඳන වාටියක් යෙදීම / බයින්ඩින්
- පින්තාරු කිරීම
- බූට්සිනු රෙන්ද්‍රය

කරුණු 2 කට ලකුණු 02

(vi) (එම්බ්‍රොයිඩර් මෝස්තරයක් අඳින්න.) සුදුසු රූපසටහනකට ලකුණු 02

(vii)
- සහයෝගයෙන් වැඩ කිරීම
- නායකත්වය ගැනීම
- ඉවසීම
- බෙදා හදා ගැනීම
- එකමුතු බව
- ස්වීයත්වය / ස්ව ආත්මාභිමානය
- අන්මතවලට ගරු කිරීම / නම්‍යශීලීබව
- වගකීම් සහගතව කටයුතු කිරීම
- සමාජය තුළ මනා සම්බන්ධතා ගොඩ නගා ගැනීම

කරුණු 2 කට ලකුණු 02

(viii) M.M.R. එන්නත / රුබෙල්ලා එන්නත ලකුණු 02

(සම්මල් ගාය , සරම්ප , රුබෙල්ලා) .

අ.පො.ස සාමාන්‍ය පෙළ සියලුම විෂයන්ට අදාල ප්‍රශ්න පත්‍ර/පිළිතුරු පත්‍ර/සටහන් ලබා ගැනීමට Past Papers Wiki වෙත පිවිසෙන්න

Past Papers Wiki

(ix)

අවධාරණය
- පෝඩියම් එක මතට අලංකාර මල් සැරසිල්ලක් තැබීම
- වේදිකාවේ පිටුපස බිත්තියට අලංකාර මල් සැරසිල්ලක් තැබීම
- වේදිකාවේ තිරය මත මල් මෝස්තර නිර්මාණය කිරීම
- ශාලාවේ දෙපස බිත්තිවල අලංකාර මල් සැරසිලි නිර්මාණය කර තැබීම

විධිමත් තුලනය
- ශාලාවේ දෙපස එක සමානව පුටු තබා තිබීම
- ශාලාවේ දෙපස බිත්ති දෙකෙහි එක හා සමාන සැරසිලි නිර්මාණය කර තිබීම
- ශාලාව තුළ දෙපස විදුලි පංකා සමානව තිබීම
- ශාලාව තුළ දෙපස විදුලි බුබුලු සමානව තිබීම

කරුණු 2 කට ලකුණු 02

(x) අපේක්ෂිත අරමුණු ඉටු කර ගැනීම සඳහා සීමිත සම්පත් කාර්යක්ෂම ලෙස උපයෝගි කර ගැනීමේදී අනුගමනය කරන ක්‍රියාවලිය කළමනාකරණය ක්‍රියාවලියයි.

හෝ

අපේක්ෂිත අරමුණු කරා යාම සඳහා නිශ්චිත පියවර ඔස්සේ ක්‍රියාත්මක වන ක්‍රියාවලිය කළමනාකරණ ක්‍රියාවලියයි.

ලකුණු 02

මුළු ලකුණු 20

2. (i) ළමා ඇඳුම්වල ගුණාත්මකබවට හේතු වන ලක්ෂණ **තුනක්** ලියන්න.
(ii) ඇඳුම් නිර්මාණයේ දී පතරොම භාවිත කිරීමෙන් සැලසෙන වාසි **තුනක්** සඳහන් කරන්න.
(iii) සටහන් ලියන්න.
(a) ළදරු ඇඳුම්වල වාටිය අද්දර අලංකාර කරගැනීම සඳහා යොදාගත හැකි විවිධ මැස්ම
(b) ඇඳුම් නිර්මාණයේ දී භාවිත වන සැඟිවාටි මැස්ම

(i)
- උචිත රෙදි වර්ග වීම
- දරුවාගේ ක්‍රියාකාරකම්වලට බාධා ඇති නොවන ආකාරයට මසා තිබීම
- වයසට උචිත මෝස්තර ඇතුළත් වීම
- මෝස්තර අලංකාර වීම
- දරුවාගේ වයසට සරිලන පන්න (Style) වලින් යුක්ත වීම
- පහසුවෙන් ඇඟලෑමට හා ගැලවීමට හැකි වීම
- මනා නිමාවන්ගෙන් යුක්ත වීම
  - මුට්ටු
  - කරහැඩය
  - විවරය
- මැසීමේ ක්‍රමවත් බව
- නිවැරදි මැහුම් ක්‍රම
- නිවැරදි වර්ණ ගැලපීම

කරුණු 3 කට ලකුණු 03

(ii)

- ඇඳුම් කැපීමේ කාර්යය ක්‍රමවත්ව කළ හැකි වීම
- රෙදි පිරිමසා ගත හැකි වීම
- මූලික පතරොම භාවිතයෙන් වෙනත් පන්න ගොඩනගා ගත හැකිවීම
- එකම පන්නය වාර කිහිපයක් මැසීමේදී රෙදි කපා ගැනීමේ පහසුව
- විවිධ හැඩයන්ට අනුව (දිගටි/ විකර්ණකාරව) කොටස් කපා ගත හැකි වීම
- එකවර ඇඳුම් තට්ටු කිහිපයක් කපා ගත හැකි වීම

කරුණු 3 කට ලකුණු 03

(iii)

(a) ඇඳුමක වාටිය අලංකාර කර ගැනීම සඳහා
- සිප්පි මැස්ම යෙදීම
- ඉඳිකටු රේන්ද්‍රය මැසීම
- බ්ලැන්කට් මැස්ම යෙදීම
- ඇඹරුම් මැස්ම යෙදීම
- බීක්කු මැස්ම (නූලක් එය මත තබා බීක්කු හැඩයට මැස්ම යෙදීම)

කරුණු 2 කට ලකුණු 02

(b) සැඟි වාටි මැස්ම

හැඳින්වීම - • වාටි මැසීමේ දී යොදාගනු ලබන මැහුම් ක්‍රමයකි.
- මූලික මැහුම් ක්‍රමයකි • ස්ථිර මැහුම් ක්‍රමයකි. කරුණු 2 ලකුණු 1.
- දකුණේ සිට වමට මසනු ලබන මැස්මකි.

මැසීමේදී (මතුපිටින් නොපෙනෙන සේ) රෙදි දෙපොට අතරින් නූලයවා 1/2" පමණ දුරින් නැමූ වාටියෙහි ඉඳිකටුව මතු කර වාටි මැස්මක් යොදන්න. ලකුණු 1.

(රූප සටහන පමණක්නම් ලකුණු නැත.)

ලකුණු 02

මුළු ලකුණු 10

3. අවුරුදු 8ක් වයසැති පිරිමි දරුවන් දෙදෙනකුට පාසලට රැගෙන යාම සඳහා A සහ B ලෙස නම් කරන ලද ආහාරවේල් දෙකක් මව්වරුන් ලබා දී ඇත.

A – බටර් තැවරූ බර්ගර් බන්
බිත්තර ඔම්ලට්

B – එළවළු හා බිත්තර මිශ්‍ර නූඩ්ල්ස්
තක්කාලි සහ ලූනු මිශ්‍ර සලාදය

(i) ඉහත ආහාර වේල් දෙක අතුරෙන් ස්ථූලතාවයෙන් පෙළෙන දරුවකු සඳහා සුදුසු ආහාරවේල නම් කරන්න. එසේ තෝරා ගැනීමට හේතු දෙකක් දක්වන්න.

(ii) ඉහත සඳහන් කර ඇති බිත්තර ඔම්ලට් සාදාගන්නා ආකාරය ලියන්න.

(iii) තෝරාගත් ආහාර වේලෙහි ගුණාත්මකබව රැකගැනීම සඳහා පිළියෙල කිරීමේ දී සහ පිසීමේ දී අනුගමනය කළ යුතු ක්‍රියාමාර්ග දෙක බැගින් ලියන්න.

(i) B ආහාර වේල ලකුණු 1.

- පෝෂණ අවශ්‍යතා සපුරාලයි (කාබොහයිඩ්‍රේට්, ප්‍රෝටීන්, විටමින් ඛනිජ යන පෝෂක කොටස් සියල්ල අඩංගුය)
- තන්තු බහුල වීම
- සමබල ආහාර වේලක් වීම
- ශක්තිය අඩු, වැඩි පෝෂණයක් සැපයීම / කැලරි අඩු.
- B ආහාර වේලෙහි මේද ප්‍රමාණය සහ කාබෝහයිඩ්‍රේට් ප්‍රමාණය ~~A ආහාර වේලට~~ වඩා අඩු වීම

කරුණු 2 ලකුණු 2.

ලකුණු 03

අ.පො.ස සාමාන්‍ය පෙළ සියලුම විෂයන්ට අදාළ ප්‍රශ්න පත්‍ර/පිළිතුරු පත්‍ර/සටහන් ලබා ගැනීමට Past Papers Wiki වෙත පිවිසෙන්න

(ii) බිත්තර ඔම්ලට්

- බිත්තර ගැසීම
- ලියා ගත් රතුළූණු, අමු මිරිස්, තක්කාලි, ලූණු, ගම්මිරිස් එක් කර මිශ්‍ර කිරීම
- තැටියක් ලිප මත තබා රත් කර තෙල් ආලේප කිරීම
- රත්වූ තැටියට ගසා ගත් මිශ්‍රණය දමා කරකවා මඳ ගින්නේ පිසීම
- පියන වසා පිස සුලු වේලාවකින් අනෙක් පැත්ත හරවා පිසීම

ලකුණු 03

(iii) පිළියෙල කිරීමේදී

- එළවලු කැපීමට පෙර සේදීම
- ලුණු මිශ්‍ර ජලයෙන්/ ක්ලෝරින් මිශ්‍ර ජලයෙන් සේදීම
- කැපීම - මුවහත් පිහියකින් අඩු වේලාවක් තුළ
- සාමාන්‍ය කැබලිවලට කපා ගැනීම (විටමින් විනාශ නොවන ලෙස)
- රසගැන්වීමට ස්වාභාවික රසකාරක / කුළුබඩු භාවිතය
- මිශ්‍ර කිරීම - ක්ෂුද්‍ර ජීවීන් ඇතුලුවීම අවම වන ලෙස පිරිසිදු හැඳිවලින් මිශ්‍ර කිරීම/ ආහාරය සමඟ ප්‍රතික්‍රියා නොකරන මිශ්‍ර කිරීමේ උපකරණ (හැඳි) භාවිතය.

පිසීමේදී

- පෝෂණ ගුණය ආරක්ෂා වන ලෙස අවම වේලාවක් තුළ පිස ගැනීම
- වර්ණය ආරක්ෂා වන ලෙස (එළවළු) පිස ගැනීම
- ප්‍රතික්‍රියා නොකරන මෙවලම් භාවිතය (මල නොබැඳෙන බඳුන් සුදුසුය)
- ආහාරය අමු වීම හෝ අධික ලෙස තැම්බීම සිදු නොවන ලෙස සැකසීම

ලකුණු 04

මුළු ලකුණු 10

4. රාත්‍රී ආහාර වේලක් සඳහා යොදාගත් බොජුන්පත පහත දැක්වේ.
   - ආටා රොටි
   - ග්‍රිල් කරන ලද මාළු
   - ග්‍රීන් පීස් සහ අල ව්‍යංජනය

   (i) ඉහත ආහාර වේලෙහි පෝෂණ අගය සඳහන් කරන්න.
   (ii) මෙම ආහාර වර්ග සකස් කිරීමේ දී සිදුවන ප්‍රධාන තාප සංක්‍රමණ ක්‍රම පිළිවෙළින් ලියන්න.
   (iii) ඉහත ආහාර වේල සඳහා තෝරාගත් මාළු, ඇඹුල් තියල් ලෙස පිළියෙල කර ඇසුරුම් කිරීම සඳහා අනුගමනය කළ යුතු පියවර ගැලීම් සටහනක් ඇසුරෙන් දක්වන්න.

(i) ආටා රොටී

- කාබොහයිඩ්‍රේට
- විටමින් B_1
- යකඩ
- තන්තු බහුල වීම

ග්‍රිල් කරන ලද මාළු

- සම්පූර්ණ ප්‍රෝටීන
- ඔමේගා 3 මේද අම්ලය
- B කාණ්ඩයේ විටමින් - උදා : ෆෝලික් අම්ලය, B_{12}
- කැල්සියම්
- යකඩ අඩංගු වීම
- විටමින් A, D

ශ්‍රීන් පීස් හා අල ව්‍යංජනය

- ප්‍රෝටීන්
- කාබෝහයිඩ්‍රේට
- කැල්සියම්
- විටමින් A / බීටා කැරොටීන්
- යකඩ
- මේදය
- ආහාරමය තන්තු

කරුණු 3 කට ලකුණු 03

(ii) ආටා රොටී - සන්නයනය (ල.01)

ග්‍රිල් කරන ලද මාළු - විකිරණය (ල.01)

ග්‍රීන් පීස් හා අලව්‍යංජනය - සංවහනය (ල.01)

කරුණු 3 කට ලකුණු 03

(iii) මාළු ඇඹුල් තියල්

- තෝරාගත් මාළු අවශ්‍ය ප්‍රමාණයේ කැබලිවලට කපා සෝදා ගැනීම.
- ගම්මිරිස්, ගොරකා සහ ලුණු එකට අඹරා කපා සෝදාගත් මාලු කැබලි හා මිශ්‍ර කර ගැනීම.
- සාදාගත් මිශ්‍රණය මැටි බඳුනක අතුරා ජලය ඉවත්වන තුරු මැඩගින්නේ පිස ගැනීම.
- නිවෙන්නට තබා අසුරා ගැනීම.

ලකුණු 04

මුළු ලකුණු 10

5. (i) ගෘහීය අයවැය ලේඛනයක් සකස් කිරීමෙන් අත්වන වාසි තුනක් සඳහන් කරන්න.
(ii) ඒක වර්ණ ගැළපුමක් ඇසුරෙන් නිදන කාමරයක් අලංකාර කරගත හැකි අයුරු පැහැදිලි කරන්න.
(iii) සටහන් ලියන්න.
(a) නිවසක ශ්‍රම විභජනය
(b) රාශීකරණය

(i)

- වියදම් සඳහා වැයවන මුදල් ප්‍රමාණය දැනගත හැකිවීම
- අත්‍යවශ්‍ය වියදම්වලට ප්‍රමුඛතාව ලබා ගත හැකි වීම
- ආදායමට සරිලන ලෙස වියදම් කිරීමට මග පෙන්වීම
- ඉතිරි කිරීමට පෙලඹීම

කරුණු 3 කට ලකුණු 03

අ.පො.ස සාමාන්‍ය පෙළ සියලුම විෂයන්ට අදාල ප්‍රශ්න පත්‍ර/පිළිතුරු පත්‍ර/සටහන් ලබා ගැනීමට Past Papers Wiki වෙත පිවිසෙන්න

(ii) එකම වර්ණයේ විවිධ අගයයන් හා තීව්‍රතාවයන් යොදාගනිමින් විවිධ ස්ථාන කාමරය තුළ වර්ණ ගැන්වීම

උදා :-

- ලා නිල් බිත්ති, දුඹුරු වර්ණ දොර ජනෙල්, නිල් සුදු මිශ්‍ර ජනෙල් රෙදි යෙදීම.
- නිල් හා සුදු වර්ණ ඇඳ වැස්ම යෙදීම
- දුඹුරු වර්ණ මල් බඳුනක නිල් වර්ණ මල් යෙදීම
- කළු, තද නිල්, සුදු මිශ්‍ර බිත්ති සැරසිලි යෙදීම

ලකුණු 03

(iii)

(a) ශ්‍රම විභජනය

එක් එක් පුද්ගලයාට කළ හැකි කාර්ය ප්‍රමාණය අනුව කාර්ය භාරය වෙන් කිරීමයි. පවුලේ විවිධ සාමාජිකයන් එක්ව කාර්ය නිම කරයි. ඒ තුළින් වාසි සැලසේ.

එනම්,

- කාර්ය මනාව ඉටුවීමෙන් තෘප්තියක් ලැබේ.
- විවිධ ගුණාංග පවුල තුළ වර්ධනය වේ.
- තමා කළ යුතු වැඩ කොටස් නොපිරිහෙලා ඉටු කිරීමට පෙළඹීම.
- කුඩා දරුවන් ද වැඩ කිරීමට පෙළඹීම තුළින් වගකීම් දැරීමට පුහුණු වීම.
- විවේකය හා විනෝදය සඳහා කාලය යොදා ගැනීමට හැකි වීම
- පවුලේ සමාජිකයින් සියලු දෙනාගේ ම සහයෝගය හා සහභාගිත්වය ලබා ගැනීමට හැකි වීම
- ඉවසීම හා පරාර්ථකාමී බව ආදි ගුණාංග වර්ධනය වීම.

ලකුණු 02

(b) රාශිකරණය

නිවසක විවිධ කාර්යයන් අවම ශ්‍රමයකින් උපරිම පහසුකම් සපයා ගත හැකි ආකාරයට විවිධ කොටස් එකිනෙකට යාබදව ගොනු කිරීමයි.

උදා :-

- නිදන කාමරයට යාබදව නාන කාමරය හා වැසිකිළිය තිබීම
- විසිත්ත කාමරය තුළ කෑම කාමරය යොදා ගැනීම
- ආලින්දය විසිත්ත කාමරයට යාබදව තිබීම

ලකුණු 02

මුළු ලකුණු 10

---

6. (i) පූර්ව ප්‍රසව සංවර්ධනයේ අවධි තුන ලියන්න.
   (ii) ගර්භිණී අවධියෙහි අවදානම් සාධක ලෙස හඳුන්වන සංජානනීය රෝග දෙකක් නම් කරන්න. මින් ඇතිවන අහිතකර බලපෑම් දෙකක් සඳහන් කරන්න.
   (iii) ළදරු අවධිය තුළ සීඝ්‍ර චාලක වර්ධනයක් පෙන්නුම් කරයි. උදාහරණ හතරක් මගින් පැහැදිලි කරන්න.

(i)

- ඩිම්බ අවධිය
- කලල අවධිය
- භ්‍රෑණ අවධිය

ලකුණු 03

(ii)

- තැලසීමියාව
- හිමොෆීලියාව

❖ මෙම තත්ත්වය නිසා ගර්භනි මවට මෙන්ම වැඩෙන භ්‍රෑණයාටද හානි කර විය හැකිය
❖ භ්‍රෑණයේ විකෘතිතා ඇති විය හැකිය
❖ ප්‍රසූතියේදී මවට අපහසුතා ඇති විය හැකිය

ලකුණු 03

(iii)

- මුනින් අතට හැරීමෙන් පසුව හිස ඔසවයි
- අත් පා චලනය කරයි
- ගෙල ඔසවයි
- මුනින් අතට සිටින විට අත් දෙක තබා පපුව ඔසවයි
- වාඩි වීමට හැකියාව ලබයි
- යමක් ගැනීමට අත දිගු කරයි
- උදව් ඇතිව වාඩි වෙයි
- අත්ලෙන් අල්ලයි
- තනිව වාඩි වෙයි
- අතින් අතට යම් යම් දේ මාරු කරයි
- උඩු අතට සිට මුනින් අතටත් මුනින් අතට සිට උඩු අතටත් හැරෙයි
- ඇඟිලි තුඩුවලින් අල්ලයි
- දනගායි
- උදව් ඇතිව නැගිටියි
- උදව් ඇතිව ඇවිදියි
- උදව් නැතිව නැගිටියි
- තනිව ඇවිදියි
- ක්‍රීඩා භාණ්ඩ දෙකක් එකට ගසමින් සෙල්ලම් කරයි

ලකුණු 04

මුළු ලකුණු 10

7. (i) 'දුස්සමාහිතබව' හඳුන්වන්න.
(ii) 'යොවුන් වියේ චිත්තවේග ප්‍රකාශනය ක්ෂණික හා තීව්‍රබවක් පෙන්නුම් කරයි.' උදාහරණ තුනක් ඉදිරිපත් කරන්න.
(iii) යොවුන් දරුවන්ගේ මානසික වර්ධනය පිළිබිඹු කරන ලක්ෂණ හතරක් පැහැදිලි කරන්න.

(i)

- ඒ ඒ වයසට අනුව සමාජයේ අනුමත හැසිරීම් රටාවලට අනුගත වීමේ නොහැකියාවයි.

ලකුණු 03

අ.පො.ස සාමාන්‍ය පෙළ සියලුම විෂයන්ට අදාළ ප්‍රශ්න පත්‍ර/පිළිතුරු පත්‍ර/සටහන් ලබා ගැනීමට Past Papers Wiki වෙත පිවිසෙන්න

Past Papers Wiki

(ii)

- දඩබ්බර ලෙස හැසිරීම
- කථා නොකර සිටීම
- බැන වදියි
- මුරන්ඩු චර්යා පෙන්වයි
- කෝපාවේගය පෙන්නුම් කරයි
- තනිව සිටීමට පෙළඹේ
- එකට එක කථා කරයි
- කලහකාරී වේ.

ලකුණු 03

(iii)

- පැහැදිලිව අදහස් ප්‍රකාශ කරයි
- වාග්මාලාව පුළුල් වේ.
- කථන හැකියාව වර්ධනය වේ.
- නිරීක්ෂණයට පෙළඹේ.
- මතකය තීව්‍ර වේ.
- චින්තන හැකියාව දියුණු වේ.
- අවධානය වර්ධනය වේ.
- තර්කන හැකියා පෙන්වයි.
- සංජානන හැකියාව ලබයි.
- නිර්මාණාත්මක හැකියාවන් සඳහා යොමු වේ.
- ගැටලු විසඳීමේ හැකියාව ලබයි.

ලකුණු 04

මුළු ලකුණු 10

සියලු ම හිමිකම් ඇවිරිණි.

රහස්‍ය ලේඛනයකි.

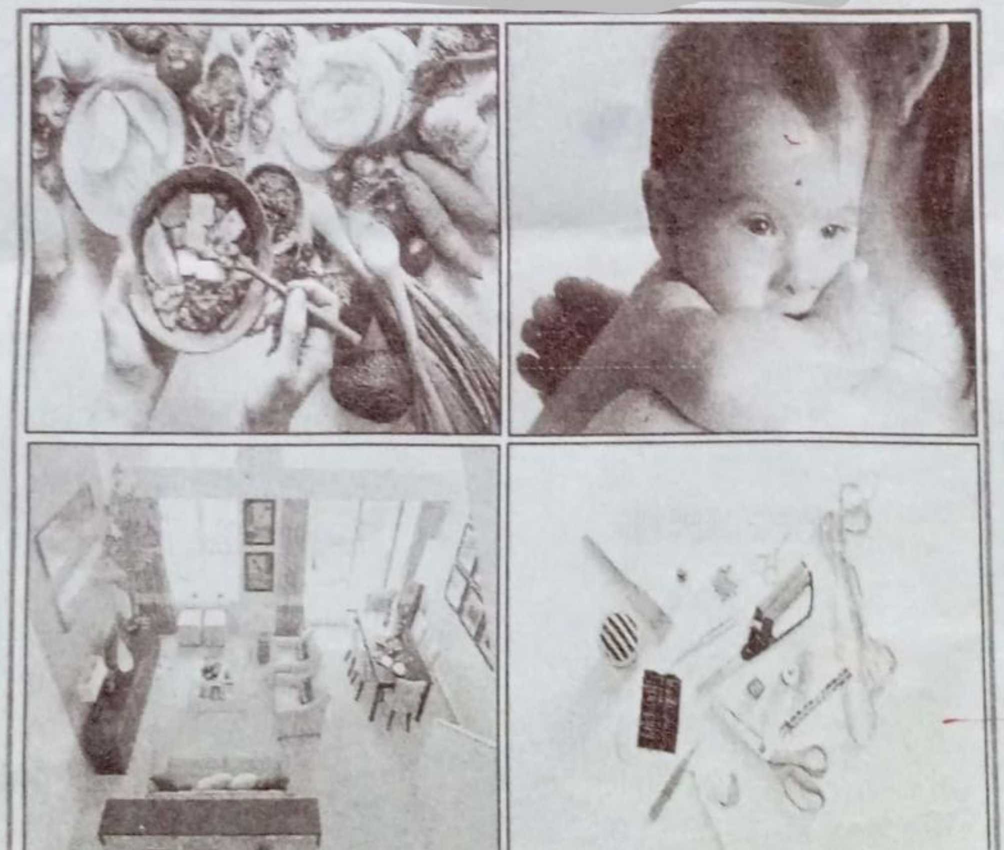
ශ්‍රී ලංකා විභාග දෙපාර්තමේන්තුව

අ.පො.ස. (සා.පෙළ) විභාගය - 2024 (2025)

85 - ගෘහ ආර්ථික විද්‍යාව

ලකුණු දීමේ පටිපාටිය

[redacted]



මෙය උත්තරපත්‍ර පරීක්ෂකවරුන්ගේ ප්‍රයෝජනය සඳහා සකස් කෙරිණි.
ප්‍රධාන පරීක්ෂක රැස්වීමේ දී ඉදිරිපත්වන අදහස් අනුව මෙහි වෙනස්කම් කරනු ලැබේ.

අවසන් සංශෝධන ඇතුළත් කළ යුතුව ඇත.

අ.පො.ස. (සා.පෙළ) විභාගය - 2024 (2025)

85 - ගෘහ ආර්ථික විද්‍යාව

ලකුණු බෙදී යාම

1 පත්‍රය

ලකුණු 01 x 40　　　　ලකුණු 40

11 පත්‍රය

- පළමුවන ප්‍රශ්නය කොටස් 10කින් සමන්විතය. අනිවාර්ය ප්‍රශ්නයකි
  1. (i) - (x) ලකුණු 2 බැගින් 02 X 10　　　　ලකුණු 20
- 2-7 දක්වා ප්‍රශ්න 6න් 4කට පිළිතුරු සැපයිය යුතු ය. එක් ප්‍රශ්නයකට ලකුණු 10 බැගින් හිමිවේ.

10 X 4　　　　ලකුණු 40

ප්‍රශ්නය	කොටස	ලකුණු
2.	(i) -	03
	(ii)-	03
	(iii)-	a-02 b-02
		ලකුණු 10
3.	(i) -	03
	(ii)-	03
	(iii)-	04
		ලකුණු 10
4.	(i)-	03
	(ii)-	03
	(iii)-	04
		ලකුණු 10
5.	(i) -	03
	(ii)-	03
	(iii)-	a-02 b-02
		ලකුණු 10
6.	(i)	03
	(ii)-	03
	(iii)-	04
		ලකුණු 10
7.	(i)-	03
	(ii)-	03
	(iii)-	04
		ලකුණු 10

අ.පො.ස සාමාන්‍ය පෙළ සියලුම විෂයන්ට අදාල ප්‍රශ්න පත්‍ර/පිළිතුරු පත්‍ර/සටහන් ලබා ගැනීමට Past Papers Wiki වෙත පිවිසෙන්න

Past Papers Wiki

සියලු ම හිමිකම් ඇවිරිණි / முழுப் பதிப்புரிமையுடையது /All Rights Reserved]

ශ්‍රී ලංකා විභාග දෙපාර්තමේන්තුව
இலங்கைப் பரீட்சைத் திணைக்களம்
Department of Examinations, Sri Lanka

85 | S | I, II

අධ්‍යයන පොදු සහතික පත්‍ර (සාමාන්‍ය පෙළ) විභාගය, 2024(2025)
கல்விப் பொதுத் தராதரப் பத்திர (சாதாரண தர)ப் பரீட்சை, 2024(2025)
General Certificate of Education (Ord. Level) Examination, 2024(2025)

ගෘහ ආර්ථික විද්‍යාව	I, II
மனைப் பொருளியல்	I, II
Home Economics	I, II

පැය තුනයි
மூன்று மணித்தியாலம்
Three hours

අමතර කියවීම් කාලය - මිනිත්තු 10 යි
மேலதிக வாசிப்பு நேரம் - 10 நிமிடங்கள்
Additional Reading Time - 10 minutes

අමතර කියවීම් කාලය ප්‍රශ්න පත්‍රය කියවා ප්‍රශ්න තෝරා ගැනීමටත් පිළිතුරු ලිවීමේ දී ප්‍රමුඛත්වය දෙන ප්‍රශ්න සංවිධානය කර ගැනීමටත් යොදාගන්න.

ගෘහ ආර්ථික විද්‍යාව I

උපදෙස්:

* **සියලු ම** ප්‍රශ්නවලට පිළිතුරු සපයන්න.
* අංක 1 සිට **40** තෙක් ප්‍රශ්නවල, දී ඇති (1), (2), (3), (4) යන පිළිතුරුවලින් **නිවැරදි හෝ වඩාත් ගැළපෙන** හෝ 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.**
* එම පිළිතුරු පත්‍රයේ පිටුපස දී ඇති අනෙක් උපදෙස් ද සැලකිල්ලෙන් කියවා, ඒවා ද පිළිපදින්න.

1. රසායනික සංයුතියේ නයිට්‍රජන් අඩංගු **නොවන** යුගලය තෝරන්න.
   (1) පෙක්ටින් සහ ඉනියුලින්
   (2) ඉනියුලින් සහ කොලැජන්
   (3) කොලැජන් සහ ලෙසිතින්
   (4) පෙක්ටින් සහ ලෙසිතින්

2. ලයිසින් ඌන ආහාර ද්‍රව්‍යය මින් කුමක් ද?
   (1) ඉරිඟු (2) කව්පි (3) බෝංචි (4) දඹල

3. ප්‍රෝත්‍රොම්බින් නිපදවීමට අවශ්‍ය විටමිනය වන්නේ මින් කුමක් ද?
   (1) විටමින් A (2) විටමින් D (3) විටමින් E (4) විටමින් K

4. ක්ෂුද්‍ර පෝෂක කිහිපයක් පහත දැක්වේ.
   A – විටමින් A
   B – විටමින් K
   C – සෙලේනියම්
   මෙවා අතුරෙන් ප්‍රතිඔක්සිකාරක වන්නේ මොනවා ද?
   (1) *A* හා *B*
   (2) *A* හා *C*
   (3) *B* හා *C*
   (4) *A*, *B* හා *C* යන සියල්ල ම

5. පෝෂකය සමඟ එහි ඌනතාව/ඌනතා ලක්ෂණය නිවැරදිව ගළපා ඇති වරණය තෝරන්න.
   (1) අයඩින් – මිස්සොඩීමාව
   (2) ෆ්ලෝරීන් – දන්තාබාධ
   (3) සල්ෆර් – සුදුමැලි බව
   (4) සින්ක් – කෙණ්ඩා පෙරළීම

6. යකඩ අවශෝෂණය අඩු කරන සාධකය මින් කුමක් ද?
   (1) සිට්‍රික් අම්ලය
   (2) ලයිසින්
   (3) ෆයිටික් අම්ලය
   (4) ඇස්කෝබික් අම්ලය

7. කිරිවල බහුලව අඩංගු වන පෝෂක යුගලය කුමක් ද?
   (1) යකඩ සහ විටමින් D
   (2) විටමින් A සහ විටමින් B_2
   (3) කැල්සියම් සහ විටමින් E
   (4) විටමින් K සහ විටමින් B_1

8. ඇමයිලේස් එන්සයිමය පිළිබඳ **අසත්‍ය** ප්‍රකාශය කුමක් ද?
(1) ලාල ග්‍රන්ථිවලින් ස්‍රාවය කරයි.
(2) මෝල්ටෝස්, ග්ලූකෝස් බවට පත් කරයි.
(3) හයිඩ්‍රොක්ලෝරික් අම්ලය මගින් අක්‍රිය වේ.
(4) අග්න්‍යාශයික යුෂයේ අඩංගු වේ.

9. ජීවන චක්‍රයේ ළමා, යොවුන්, ගර්භිණී සහ මහලු යන අවධිවල දී වැඩිපුර ලබාගත යුතු වන්නේ මින් කුමන වර්ගයේ ආහාර ද?
(1) ශක්තිය සපයන ආහාර
(2) ෆෝලික් අම්ලය අඩංගු ආහාර
(3) කැල්සියම් අඩංගු ආහාර
(4) තන්තු බහුල ආහාර

10. දෛනික පෝෂණ අවශ්‍යතා සටහනෙහි ග්‍රෑම්වලින් දක්වා ඇත්තේ මින් කුමන පෝෂකය ද?
(1) යකඩ
(2) කැල්සියම්
(3) ප්‍රෝටීන්
(4) මැග්නීසියම්

11. රාත්‍රී ආහාර වේලක් සඳහා ලබාගත් ආහාරවල අඩංගු වූ පෝෂක ප්‍රමාණ පහත දැක්වේ.

කාබොහයිඩ්‍රේට් – ග්‍රෑම් 70
ප්‍රෝටීන් – ග්‍රෑම් 30
මේදය – ග්‍රෑම් 5

ඉහත ආහාර වේලෙහි අඩංගු වූ මුළු කැලරි අගය වන්නේ
(1) කිලෝ කැලරි 445 කි.
(2) කිලෝ කැලරි 560 කි.
(3) කිලෝ කැලරි 690 කි.
(4) කිලෝ කැලරි 815 කි.

12. දියාරු පිටිමෝලිය භාවිතයෙන් සකස් කරන ආහාර යුගලය මින් කුමක් ද?
(1) ලැවරියා සහ ආප්ප
(2) කොකිස් සහ පෑන් කේක්
(3) කේක් සහ කිරිටොෆි
(4) තෝසේ සහ මුං කැවුම්

13. වියළි තාපයෙන් පිසීමේ ක්‍රමයක් **නොවන්නේ** මින් කුමක් ද?
(1) කබලේ පිළිස්සීම
(2) බ්‍රේස් කිරීම
(3) රෝස්ට් කිරීම
(4) ටෝස්ට් කිරීම

14. අපරදිග ක්‍රමයට මේසය සකස් කර, විධිමත් ආකාරයට පිළිගැන්වීම සම්බන්ධව **සාවද්‍ය** වරණය තෝරන්න.
(1) වතුර වීදුරුව පිඟානට දකුණු පසින් තැබීම
(2) හැන්ද හා සුප් හැන්ද පිඟානට දකුණු පසින් තැබීම
(3) ගෑරුප්පුව සහ පිහිය පිඟානට වම්පසින් තැබීම
(4) සුප් බඳුන පිඟාන මත තැබීම

15. සත්‍ය ප්‍රකාශය තෝරන්න.
(1) ක්ෂුද්‍ර ජීවී වර්ධනය සඳහා ප්‍රශස්ත උෂ්ණත්වය වන්නේ 20 °C ට ආසන්න උෂ්ණත්වයයි.
(2) ක්ෂුද්‍ර ජීවී ශ්වසනයට ඔක්සිජන් අත්‍යවශ්‍ය වේ.
(3) ජල සක්‍රියතාව වැඩිවන විට ක්ෂුද්‍ර ජීවී වර්ධනය අඩු වේ.
(4) මයිකොබැක්ටීරියම් කිරි උපස්තරයක් ලෙස යොදා ගන්නා ක්ෂුද්‍ර ජීවියෙකි.

16. pH අගය අඩුවීමෙන් පරිරක්ෂණය වනුයේ මින් කුමක් ද?
(1) කරවල
(2) පොල් ටොෆි
(3) අඹ ජෑම්
(4) දේශීය අච්චාරු

17. මැරැස්මස් පිළිබඳ නිවැරදි වරණය කුමක් ද?
(1) ඉදිමාව ඇතිවීම
(2) මහලු පෙනුමක් ඇතිවීම
(3) හිසකෙස් තඹ පැහැවීම
(4) රුධිරයේ හිමොග්ලොබින් අඩුවීම

18. යොවුන් වියේ සංවර්ධනය හා සම්බන්ධ පහත කරුණු අතුරෙන් **සාවද්‍ය** වන්නේ කුමක් ද?
(1) ප්‍රජනක හෝමෝන ස්‍රාවයවීම කෙරෙහි පිටියුටරි ග්‍රන්ථිය බලපායි.
(2) මෙම අවධියේ දී ශරීර කොටස් අතර අනුපාතය අසමාන ය.
(3) වෙනස්වන පරිසරයට අනුගතවීමේ හැකියාව මානසික වර්ධනය තුළින් සිදුවන්නකි.
(4) ලෝක සෞඛ්‍ය සංවිධානයට අනුව යොවුන් විය අවුරුදු 10-19 අතර කාලසීමාවයි.

අ.පො.ස සාමාන්‍ය පෙළ සියලුම විෂයන්ට අදාල ප්‍රශ්න පත්‍ර/පිළිතුරු පත්‍ර/සටහන් ලබා ගැනීමට Past Papers Wiki වෙත පිවිසෙන්න

Past Papers Wiki

19. නව යොවුන් දරුවන් පිළිබිඹු කරන අසාමාන්‍ය චර්යාවක් වන්නේ
(1) හීනමානයෙන් පෙළීමයි. (2) කෝපාවේශයයි.
(3) දවල් හීන මැවීමයි. (4) වීරාභිවන්දනයයි.

20. යොවුන් වියේ ගැහැණු දරුවෙකුගේ කායික වර්ධන නැග්ම ආරම්භ වී අවසන් වන්නේ
(1) අවුරුදු 8 සහ 12 දී ය. (2) අවුරුදු 10 සහ 14 දී ය.
(3) අවුරුදු 12 සහ 16 දී ය. (4) අවුරුදු 13 සහ 17 දී ය.

21. ලිංගික සම්ප්‍රේෂණ ආසාදනයක් වන උපදංශය හා සම්බන්ධ නිවැරදි වැකිය තෝරන්න.
(1) ප්‍රතිකාර නොකළහොත් හෘදයට බලපෑම් ඇති වේ.
(2) ගර්භණී මවකගෙන් දරුවාට සම්ප්‍රේෂණය නොවේ.
(3) මෙහිදී ඇතිවන තුවාල වේදනාව සහිත ය.
(4) ප්‍රතිජීවක මගින් සුවකළ ද නැවත ඇතිවිය හැකි ය.

22. ප්‍රජනනය පිළිබඳ නිවැරදි ප්‍රකාශය කුමක් ද?
(1) වයස අවුරුදු 60 පමණ වන තෙක් ශුක්‍රාණුවල සරු බව පවතී.
(2) ඩිම්බය හා ශුක්‍රාණුව සංසේචනය වීම සිදුවනුයේ ෆැලෝපීය නාලයේ මැද කොටසේ දී ය.
(3) සංසේචනය වීමෙන් පසුව කළලය ගර්භාෂ බිත්තියට අධිරෝපණය වේ.
(4) වෘෂණ තුළ ශුක්‍රාණු නිපදවීම හා ගබඩා කිරීම සිදුවේ.

23. ආර්තව චක්‍රය තුළ සරු කාලය ලෙස හඳුන්වන්නේ
(1) දින 5 සිට 14 දක්වා ය. (2) දින 7 සිට 21 දක්වා ය.
(3) දින 10 සිට 18 දක්වා ය. (4) දින 12 සිට 25 දක්වා ය.

24. පෙකණිවැලෙහි කාර්යය කුමක් ද?
(1) කම්පනවලින් භ්‍රෑණයා ආරක්ෂා කිරීම
(2) භ්‍රෑණ වර්ධනයට අවශ්‍ය හෝමෝන නිපදවීම
(3) භ්‍රෑණයාට අවශ්‍ය පෝෂක සැපයීම
(4) දරු ප්‍රසූතිය පහසු කිරීම

25. නවජ දරුවෙකුගේ හිසෙහි ප්‍රමාණය ශරීරයේ දිගින්
(1) 1/3 කි. (2) 1/4 කි. (3) 1/5 කි. (4) 1/6 කි.

26. පෝලියෝ එන්නතෙහි සිව්වන මාත්‍රාව දරුවකුට දෙනු ලබන්නේ
(1) මාස 9 අවසානයේ දී ය. (2) මාස 12 අවසානයේ දී ය.
(3) මාස 18 අවසානයේ දී ය. (4) අවුරුදු 5 අවසානයේ දී ය.

27. ක්‍රීඩා භාණ්ඩ කිහිපයක ලක්ෂණ පහත දැක්වේ.
A – සැහැල්ලු ය.
B – ගලවා සවිකළ හැකි ය.
C – මුලං මුවවා ඇත.
D – විවිධ වර්ණවලින් යුක්ත ය.
මින් මාස 6 ක ළදරුවෙකුට වඩාත් උචිත ක්‍රීඩා භාණ්ඩ වනුයේ
(1) *A* හා *C* පමණි. (2) *B* හා *C* පමණි.
(3) *B* හා *D* පමණි. (4) *A*, *C* හා *D* පමණි.

28. මූට්ටු වර්ග හා සම්බන්ධ **සාවද්‍ය** කරුණ තෝරන්න.
(1) කුසන් කවර මැසීමේ දී ප්‍රංශ මූට්ටුව යෙදීමෙන් මනා නිමාවක් ලබාගත හැකි ය.
(2) පැතලි මූට්ටුව මැසීමෙන් පසු හොඳපිටින් දිස්වන්නේ වාටි මැස්ම පමණි.
(3) ඇඳුමක රැළි කරන ලද කොටසක් හා රැළි නොකරන ලද කොටසක් සම්බන්ධ කිරීමට අතිච්ඡාදන මූට්ටුව යොදාගනී.
(4) විවෘත පැතලි මූට්ටුව මැසීමේ දී මූට්ටුවට හසුවූ රෙදි දෙපොට එක් පැත්තකට හරවා අද්දර නිමාවක් යොදනු ලැබේ.

29. උපාංගයක් නිර්මාණය කිරීම හා සම්බන්ධ ක්‍රියාමාර්ග කිහිපයක් පහත දැක්වේ.

A – විසිතුරු මැහුම් ක්‍රම යොදා තිබීම

B – මූලික මැහුම් ක්‍රම හා ශිල්පීය ක්‍රම භාවිත කිරීම

C – ක්‍රමවත්ව මැසීම

මේ අතුරෙන් නිර්මාණයෙහි අලංකරණය සහ මනා නිමාව සඳහා වැදගත්වන ක්‍රියාමාර්ගය/ක්‍රියාමාර්ග වන්නේ

(1) *A* පමණි. (2) *B* පමණි.

(3) *A* හා *C* පමණි. (4) *B* හා *C* පමණි.

30. විසිතුරු මැහුම් ක්‍රම කිහිපයක රූපසටහන් පහත දැක්වේ.

මෙම මැහුම් ක්‍රම වනුයේ පිළිවෙළින්

(1) සැටින් මැස්ම, බුලියන් මැස්ම සහ හුරුළුකටු මැස්ම වේ.

(2) බුලියන් මැස්ම, හුරුළුකටු මැස්ම සහ සැටින් මැස්ම වේ.

(3) හුරුළුකටු මැස්ම, සැටින් මැස්ම සහ බුලියන් මැස්ම වේ.

(4) සැටින් මැස්ම, හුරුළුකටු මැස්ම සහ බුලියන් මැස්ම වේ.

31. නිවැරදි ප්‍රකාශය තෝරන්න.

(1) නූල් ඇදීම සහ සිහින් නූල් දුවවීම ස්ථිර මැහුම්වලට අයත් වේ.

(2) නැවීමැස්ම එකිනෙකට ලංව මැසීමෙන් මෝස්තරයකට පිරවුම් ස්වභාවයක් ගෙන දේ.

(3) බොත්තම් ඇල්ලීමේ දී බොත්තමෙහි සිදුරු අතරට අල්පෙනෙත්තක් තබා එය හරහා සිදුරු අතරින් මැසිය යුතු ය.

(4) රබ් ශාකමය කෙඳි විශේෂයක් වන අතර, ඕර්ලෝන් අර්ධ කෘත්‍රිම කෙන්දකි.

32. සෙ.මී. 52 × සෙ.මී. 52 ප්‍රමාණයේ දුඹුරු කඩදාසියකින් ළදරු ඇඳුමෙහි පතරොම නිර්මාණය කිරීමේ නිවැරදි ක්‍රමය කුමක් ද?

(1) විකර්ණය ඔස්සේ නවාගත යුතු ය.

(2) සිරස්ව දෙකට නවාගත යුතු ය.

(3) තිරස්ව දෙකට නවාගත යුතු ය.

(4) සෙ.මී. 2 ක් සිරස්ව මැන දෙකට නවාගත යුතු ය.

33. ළමා ඇඳුමෙහි පතරොම නිර්මාණය කිරීම හා සම්බන්ධ නිවැරදි වැකිය තෝරන්න.

(1) අත්කට මිනුම ගනු ලබන්නේ උරහිස සිට ඉණ දක්වා උස හතරෙන් බෙදීමෙනි.

(2) ගණනය කරගත් ඉදිරිපස ඉණ මිනුම සහ පිටුපස ඉණ මිනුම සමාන වේ.

(3) ආර අතර පළල දෙකෙන් බෙදිය යුතු ය.

(4) ඉදිරිපස සහ පිටුපස හරස් මිනුම ගනු ලබන්නේ කර ගැඹුරේ සිට සෙ.මී. 7 ක් පහළිනි.

34. කර හැඩයකට හැඩපෝරුව මැසීම යනු

(1) කර හැඩයේ පටියක් අල්ලා එය සම්පූර්ණයෙන් හරවා මැසීමයි.

(2) විකර්ණාකාර පටියක් අල්ලා එය නොපිට හරවා, අඩක් නවා මැසීමයි.

(3) විකර්ණාකාර පටියක් අල්ලා එය සම්පූර්ණයෙන් නොපිට හරවා මැසීමයි.

(4) ඍජු පටියක් අල්ලා එය නොපිට හරවා අඩක් නවා මැසීමයි.

අ.පො.ස සාමාන්‍ය පෙළ සියලුම විෂයන්ට අදාල ප්‍රශ්න පත්‍ර/පිළිතුරු පත්‍ර/සටහන් ලබා ගැනීමට Past Papers Wiki වෙත පිවිසෙන්න

35. නිවැරදි වරණය තෝරන්න.
(1) ළමා ගවුම මැසීමේ දී කඳ කොටසෙහි අංශ මූට්ටු දෙපසට හැරවිය යුතු ය.
(2) ළමා ගවුමෙහි පිටුපස විවරය මසා නිමකළ පසු වම්පස උඩට සිටින සේ තිබිය යුතු ය.
(3) තිරස් බොත්තම් කාසය මැසිය යුත්තේ සෘජු අද්දර දෙකක් සහිතව ය.
(4) ළමා ගවුමෙහි බොරිච්චි අත මැසීමේ දී අත යට මූට්ටුව මැසීමෙන් පසු අත් කට හා අත අග රැළි කළ යුතු ය.

36. 'පවුල' හා සම්බන්ධ වැකි කිහිපයක් පහත දැක්වේ. නිවැරදි වැකිය තෝරන්න.
(1) වර්ධන අවධිය පසුකරන පවුලක මව, පියා, දරුවන් හා ඥාතීන් සිටිය හැකි ය.
(2) න්‍යෂ්ටික පවුලක සිටිනුයේ මව සහ පියා පමණි.
(3) සංකෝචන අවධිය පසුකරන පවුලක මව, පියා යන දෙදෙනා ම හෝ එක් අයෙකු පමණක් සිටිය හැකි ය.
(4) විස්තෘත පවුලක සිටිනුයේ මව, පියා සහ දරුවන් පමණි.

37. නිවසක බහුකාර්ය ඒකකයක් වනුයේ මින් කුමක් ද?
(1) කෑම කාමරය තුළ සේදුම් බේසමක් තිබීම
(2) විසිත්ත කාමරය තුළ රූපවාහිනියක් තිබීම
(3) නිදන කාමරය තුළ කණ්ණාඩි මේසයක් තිබීම
(4) මුළුතැන්ගෙය තුළ මේසයක් හා පුටු හතරක් තිබීම

38. කලබලකාරීබව, චලනය සහ රිද්මයානුකූලබව යන හැඟීම් දනවන රේඛා වර්ගය වන්නේ
(1) තිරස් රේඛා ය.
(2) අක්වක් රේඛා ය.
(3) වක්‍ර රේඛා ය.
(4) විකර්ණාකාර රේඛා ය.

39. තෘතියික වර්ණයක් සෑදෙනුයේ මින් කුමන වර්ණ යුගලය සංයෝග වීමෙන් ද?
(1) දම් සහ තැඹිලි
(2) රතු සහ කොළ
(3) තැඹිලි සහ නිල්
(4) කහ සහ දම්

40. භෞතික නොවන සම්පත් පමණක් ඇතුළත් වරණය තෝරන්න.
(1) කාලය සහ විදුලිය
(2) මුදල් සහ ජලය
(3) ඉඩකඩ සහ ශ්‍රමය
(4) ඉන්ධන සහ ප්‍රජා පහසුකම්

* *

ශ්‍රී ලංකා විභාග දෙපාර්තමේන්තුව
இலங்கைப் பரீட்சைத் திணைக்களம்

රහස්‍යයි

අ.පො.ස. (සා.පෙළ) විභාගය - 2024 (2025)
க.பொ.த. (சா.தர)ப் பரீட்சை - 2024 (2025)

විෂය අංකය / பாட இலக்கம் **85** | විෂයය / பாடம் **ගෘහ ආර්ථික විද්‍යාව**

I පත්‍රය - පිළිතුරු
I பத்திரம் - விடைகள்

ප්‍රශ්න අංකය வினா இல.	පිළිතුරෙහි අංකය விடை இல.	ප්‍රශ්න අංකය வினா இல.	පිළිතුරෙහි අංකය விடை இல.	ප්‍රශ්න අංකය வினா இல.	පිළිතුරෙහි අංකය விடை இல.	ප්‍රශ්න අංකය வினா இல.	පිළිතුරෙහි අංකය விடை இல.
01.	1	11.	1	21.	1	31.	3
02.	1	12.	2	22.	4	32.	1
03.	4	13.	2	23.	2	33.	3
04.	2	14.	3	24.	3	34.	1
05.	1	15.	4	25.	2	35.	4
06.	3	16.	4	26.	3	36.	3
07.	2	17.	2	27.	4	37.	4
08.	2	18.	4	28.	4	38.	2
09.	3	19.	1	29.	3	39.	1
10.	3	20.	2	30.	2	40.	1

විශේෂ උපදෙස් / விசேட அறிவுறுத்தல் } එක් පිළිතුරකට ලකුණු / ஒரு சரியான விடைக்கு **01** බැගින් / புள்ளி வீதம்

මුළු ලකුණු / மொத்தப் புள்ளிகள் **01 × 40 = 40**

පහත නිදසුනෙහි දක්වෙන පරිදි බහුවරණ උත්තරපත්‍රයේ අවසාන තීරුවේ ලකුණු ඇතුළත් කරන්න.
கீழ் குறிப்பிடப்பட்டிருக்கும் உதாரணத்திற்கு அமைய பல்தேர்வு வினாக்களுக்குரிய புள்ளிகளை பல்தேர்வு வினாப்பத்திரத்தின் இறுதியில் பதிக.

නිවැරදි පිළිතුරු සංඛ්‍යාව / சரியான விடைகளின் தொகை: $\frac{25}{40}$

I පත්‍රයේ මුළු ලකුණු / பத்திரம் I இன் மொத்தப்புள்ளி: $\frac{25}{40}$

අ.පො.ස සාමාන්‍ය පෙළ සියලුම විෂයන්ට අදාල ප්‍රශ්න පත්‍ර/පිළිතුරු පත්‍ර/සටහන් ලබා ගැනීමට Past Papers Wiki වෙත පිවිසෙන්න

අ.පො.ස. (සා.පෙළ) විභාගය - 2024 (2025)

85 - ගෘහ ආර්ථික විද්‍යාව

1. පහත සඳහන් සිද්ධිය අධ්‍යයනය කර, දී ඇති ප්‍රශ්නවලට කෙටි පිළිතුරු සපයන්න.

විද්‍යාලයීය ශාලාවේ පැවැත්වීමට නියමිත සාහිත්‍ය දිනය හා එහි නාට්‍ය ප්‍රදර්ශනය සංවිධානය කිරීම 11 ශ්‍රේණියේ සිසුන්ට පැවරී ඇත. ඊට සමගාමීව අලංකරණය සහ සංග්‍රහ කටයුතු ද ඔවුන් විසින් සිදුකිරීමට නියමිත ය. ආරාධිත අමුත්තන් සඳහා වන සංග්‍රහ කටයුතු ගෘහ විද්‍යාගාරයේ පැවැත්වෙනු ඇත. මේ සඳහා වන මේස ඇතිරිලි සහ අත්පිස්නා නිර්මාණය කිරීමට සිසුන් එකඟ වූහ.

මෙම උත්සවය ඉතා උත්කර්ෂවත් අන්දමින් පැවැත්වීම ඔවුන්ගේ බලාපොරොත්තුවයි.

(i) මෙම සිසුන්ගේ විශේෂ පෝෂණ අවශ්‍යතා **දෙකක්** ලියන්න.

(ii) සාහිත්‍ය දිනයේ සංග්‍රහය සඳහා පේස්ට්‍රි භාවිතයෙන් සකස් කළ හැකි ආහාර වර්ග **දෙකක්** නම් කරන්න.

(iii) මෙම අවස්ථාව සඳහා පිසුම් ක්‍රමයක් යොදා සකස් කළ හැකි ආහාර වර්ගයක් සඳහන් කර, ඊට අදාළ පිසුම් ක්‍රමය නම් කරන්න.

(iv) අමුත්තන් හට තැඹිලි අබ පානයක් පිළිගැන්වීමට තීරණය කර ඇත. එහි අඩංගුවන පෝෂක **දෙකක්** ලියන්න.

(v) ගෘහ විද්‍යාගාරයේ සංග්‍රහ මේසයෙහි ඇතිරිලි අලංකාර කිරීමට යොදාගත හැකි ක්‍රම **දෙකක්** සඳහන් කරන්න.

(vi) මෙහි දී භාවිත කරන අත්පිස්නා අලංකාර කිරීම සඳහා සුදුසු එම්බ්‍රොයිඩර් මෝස්තරයක් අඳින්න.

(vii) මෙම උත්සවය සංවිධානය කිරීම සිසුන්ගේ සමාජශීලී වර්ධනයට ඉවහල් වේ. මෙයට හේතු **දෙකක්** ඉදිරිපත් කරන්න.

(viii) මෙම සිසුන් සඳහා ජාතික ප්‍රතිශක්තිකරණ වැඩසටහන මගින් ලබා දෙන එන්නත නම් කරන්න.

(ix) විද්‍යාලයීය ශාලාව සකස් කිරීමේ දී 'අවධාරණය' සහ 'විචිත්‍ර තුලනය' පිළිබිඹු කරන ආකාරය බැගින් සඳහන් කරන්න.

(x) මෙම උත්සවය හා සම්බන්ධ 'කළමනාකරණ ක්‍රියාවලිය' යන්න අර්ථ දක්වන්න.

01. (i)

- ප්‍රෝටීන්
- කැල්සියම්
- යකඩ
- ශක්තිය - (කාබෝහයිඩ්‍රේට් කියලා ලියුවට ලකුණු නෑ.)
- සින්ක්
- විටමින් A
- B කාණ්ඩයේ විටමින් (ෆෝලික් අම්ලය, B1, B2)

කරුණු 2ට ලකුණු 02

(ii)

- පැටිස්
- පේස්ට්‍රි රෝල්ස්
- පේස්ට්‍රි බාස්කට්
- ඉක්ලෙයාර්ස්
- කට්ලට්
- මස් ගත් පේස්ට්‍රි
- මාළු ගත් පේස්ට්‍රි
- එළවළු ගත් පේස්ට්‍රි
- කරි ගත් පේස්ට්‍රි
- සොසේජස් ගත් පේස්ට්‍රි

පේස්ට්‍රි වර්ග: පැෆ් පේස්ට්‍රි, ෂූ පේස්ට්‍රි, ගත් පේස්ට්‍රි

කරුණු 2ට ලකුණු 02

(iii)
- හොට් ඩෝග්
- බනිස් } - යීස්ට්
- බර්ගර් බනිස්
- කේක් - බේකින් පවුඩර්

ලකුණු 02

(iv)
- විටමින් C
- විටමින් A/ බීටා කැරොටින්
- කාබොහයිඩ්‍රේට/ ශක්තිය
- තන්තු
- කැල්සියම්
- පොටෑසියම්

කරුණු 2ට ලකුණු 02

(v)
- රේන්ද ඇල්ලීම
- වසල් කිරීම
- ඇප්ලික් කිරීම
- එම්බ්‍රොයිඩර් කිරීම
- රිබන් ඇල්ලීම
- මුද්‍රණය
- පැච් වර්ක්
- බතික්
- පෝරුවාටිය
- බදන වාටියක් යෙදීම
- පින්තාරු කිරීම

කරුණු 2 කට ලකුණු 02

(vi) (එම්බ්‍රොයිඩර් මෝස්තරයක් අඳින්න.) සුදුසු රූපසටහනකට ලකුණු 02

(vii)
- සහයෝගයෙන් වැඩ කිරීම
- නායකත්වය ගැනීම
- ඉවසීම
- බෙදා හදා ගැනීම
- එකමුතු බව — සමගිය
- ස්වියත්වය
- අන්මතවලට ගරු කිරීම
- වගකීම් සහගතව කටයුතු කිරීම
- සමාජය තුළ මනා සම්බන්ධතා ගොඩ නගා ගැනීම

කරුණු 2 කට ලකුණු 02

(viii) M.M.R. එන්නත / රුබෙල්ලා එන්නත ලකුණු 02

අ.පො.ස සාමාන්‍ය පෙළ සියලුම විෂයන්ට අදාල ප්‍රශ්න පත්‍ර/පිළිතුරු පත්‍ර/සටහන් ලබා ගැනීමට Past Papers Wiki වෙත පිවිසෙන්න

(ix)

අවධාරණය

- පෝඩියම් එක මතට අලංකාර මල් සැරසිල්ලක් තැබීම
- වේදිකාවේ පිටුපස බිත්තියට අලංකාර මල් සැරසිල්ලක් තැබීම
- වේදිකාවේ තිරය මත මල් මෝස්තර නිර්මාණය කිරීම
- ශාලාවේ දෙපස බිත්තිවල අලංකාර මල් සැරසිලි නිර්මාණය කර තැබීම

විධිමත් තුලනය

- ශාලාවේ දෙපස එක සමානව පුටු තබා තිබීම
- ශාලාවේ දෙපස බිත්ති දෙකෙහි එක හා සමාන සැරසිලි නිර්මාණය කර තිබීම
- ශාලාව තුළ දෙපස විදුලි පංකා සමානව තිබීම
- ශාලාව තුළ දෙපස විදුලි බුබුලු සමානව තිබීම

කරුණු 2 කට ලකුණු 02

(x) අපේක්ෂිත අරමුනු ඉටු කර ගැනීම සඳහා සීමිත සම්පත් කාර්යක්ෂම ලෙස උපයෝගී කර ගැනීමේදී අනුගමනය කරන ක්‍රියාවලිය කළමනාකරණය ක්‍රියාවලියයි.

අපේක්ෂිත අරමුණු කරා යාම සඳහා නිශ්චිත පියවර ඔස්සේ ක්‍රියාත්මක වන ක්‍රියාවලිය කළමනාකරණ ක්‍රියාවලියයි.

ලකුණු 02

මුළු ලකුණු 20

2. (i) ළමා ඇඳුම්වල ගුණාත්මකබවට හේතු වන ලක්ෂණ **තුනක්** ලියන්න.
   (ii) ඇඳුම් නිර්මාණයේ දී පතරොම භාවිත කිරීමෙන් සැලසෙන වාසි **තුනක්** සඳහන් කරන්න.
   (iii) සටහන් ලියන්න.
   (a) ළදරු ඇඳුම්වල වාටිය අද්දර අලංකාර කරගැනීම සඳහා යොදාගත හැකි විවිධ මැස්ම
   (b) ඇඳුම් නිර්මාණයේ දී භාවිත වන සැඟිවාටි මැස්ම

(i)

- උචිත රෙදි වර්ග වීම
- දරුවාගේ ක්‍රියාකාරකම්වලට බාධා ඇති නොවන ආකාරයට මසා තිබීම
- වයසට උචිත මෝස්තර ඇතුළත් වීම
- මෝස්තර අලංකාර වීම
- දරුවාගේ වයසට සරිලන පන්න (Style) වලින් යුක්ත වීම
- පහසුවෙන් ඇඟලෑමට හා ගැලවීමට හැකි වීම
- මනා නිමාවන්ගෙන් යුක්ත වීම
  - මුට්ටු
  - කරහැඩය
  - විවරය
- මැසීමේ ක්‍රමවත් බව
- නිවැරදි මැහුම් ක්‍රම
- නිවැරදි වර්ණ ගැලපීම

කරුණු 3 කට ලකුණු 03

(ii)

- ඇඳුම් කැපීමේ කාර්යය ක්‍රමවත්ව කළ හැකි වීම
- රෙදි පිරිමසා ගත හැකි වීම
- මූලික පතරොම භාවිතයෙන් වෙනත් පත්‍ර ගොඩනගා ගත හැකිවීම
- එකම පත්‍රය වාර කිහිපයක් මැසීමේදී රෙදි කපා ගැනීමේ පහසුව
- විවිධ හැඩයන්ට අනුව (දිගටී/ විකර්ණකාරව) කොටස් කපා ගත හැකි වීම
- එකවර ඇඳුම් තට්ටු කිහිපයක් කපා ගත හැකි වීම

කරුණු 3 කට ලකුණු 03

(iii)

(a) ඇඳුමක වාටිය අලංකාර කර ගැනීම සඳහා
- සිප්පි මැස්ම යෙදීම
- ඉඳිකටු රේන්දය මැසීම
- බ්ලැන්කට් මැස්ම යෙදීම
- ඇඹරුම් මැස්ම යෙදීම
- බික්කු මැස්ම (නූලක් එය මත තබා බික්කු හැඩයට මැස්ම යෙදීම)

කරුණු 2 කට ලකුණු 02

(b) සැඟි වාටි මැස්ම

හැඳින්වීම - වාටි මැසීමේ දී යොදාගනු ලබන මැහුම් ක්‍රමයකි.
- මූලික මැහුම් ක්‍රමයකි/ ස්ථිර මැහුම් ක්‍රමයකි.
- දකුණේ සිට වමට මසනු ලබන මැස්මකි.

මැසීමේදී (මතුපිටින් නොපෙනෙන සේ) රෙදි දෙපොට අතරින් නූලයවා 1/2" පමණ දුරින් නැමූ වාටියෙහි ඉඳිකටුව මතු කර වාටි මැස්මක් යොදන්න.

ලකුණු 02

මුළු ලකුණු 10

3. අවුරුදු 8ක් වයසැති පිරිමි දරුවන් දෙදෙනකුට පාසලට රැගෙන යාම සඳහා A සහ B ලෙස නම් කරන ලද ආහාරවේල් දෙකක් මව්වරුන් ලබා දී ඇත.

A – බටර් තැවරූ බර්ගර් බත්
බිත්තර ඔම්ලට්

B – එළවළු හා බිත්තර මිශ්‍ර නූඩ්ල්ස්
තක්කාලි සහ පුහුණු මිශ්‍ර සලාදය

(i) ඉහත ආහාර වේල් දෙක අතුරෙන් ස්ථූලතාවයෙන් පෙළෙන දරුවකු සඳහා සුදුසු ආහාරවේල නම් කරන්න. එසේ තෝරා ගැනීමට හේතු **දෙකක්** දක්වන්න.

(ii) ඉහත සඳහන් කර ඇති බිත්තර ඔම්ලට් සාදාගන්නා ආකාරය ලියන්න.

(iii) තෝරාගත් ආහාර වේලෙහි ගුණාත්මකබව රැකගැනීම සඳහා පිළියෙල කිරීමේ දී සහ පිසීමේ දී අනුගමනය කළ යුතු ක්‍රියාමාර්ග **දෙක** බැගින් ලියන්න.

(i) B ආහාර වේල

- පෝෂණ අවශ්‍යතා සපුරාලයි (කාබොහයිඩ්‍රේට්, ප්‍රෝටීන්, විටමින් ඛනිජ යන පෝෂක කොටස් සියල්ල අඩංගුය)
- තන්තු බහුල වීම
- සමබල ආහාර වේලක් වීම
- ශක්තිය අඩු, වැඩි පෝෂණයක් සැපයීම
- ~~මේද ප්‍රමාණය සහ කාබෝහයිඩ්‍රේට් ප්‍රමාණය A ආහාර වේලට වඩා අඩු වීම~~

ලකුණු 03

අ.පො.ස සාමාන්‍ය පෙළ සියලුම විෂයන්ට අදාල ප්‍රශ්න පත්‍ර/පිළිතුරු පත්‍ර/සටහන් ලබා ගැනීමට Past Papers Wiki වෙත පිවිසෙන්න

(ii) බිත්තර ඔම්ලට්

- බිත්තර ගැසීම
- ලියා ගත් රතුළූණු, අමු මිරිස්, තක්කාලි, ලුණු, ගම්මිරිස් එක් කර මිශ්‍ර කිරීම
- තැටියක් ලිප මත තබා රත් කර තෙල් ආලේප කිරීම
- රත්වූ තැටියට ගසා ගත් මිශ්‍රණය දමා කරකවා මද ගින්නේ පිසීම
- පියන වසා පිස සුලු වේලාවකින් අනෙක් පැත්ත හරවා පිසීම

ලකුණු 03

(iii) පිළියෙල කිරීමේදී

- එළවලු කැපීමට පෙර සේදීම
- ලුණු මිශ්‍ර ජලයෙන්/ ක්ලෝරීන් මිශ්‍ර ජලයෙන් සේදීම
- කැපීම - මුවහත් පිහියකින් අඩු වේලාවක් තුළ
- සාමාන්‍ය කැබලිවලට කපා ගැනීම (විටමින් විනාශ නොවන ලෙස)
- රසගැන්වීමට ස්වාභාවික රසකාරක / කුළුබඩු භාවිතය
- මිශ්‍ර කිරීම - ක්ෂුද්‍ර ජීවීන් ඇතුලුවීම අවම වන ලෙස පිරිසිදු හැඳිවලින් මිශ්‍ර කිරීම/ ආහාරය සමඟ ප්‍රතික්‍රියා නොකරන මිශ්‍ර කිරීමේ උපකරණ (හැඳි) භාවිතය.

පිසීමේදී

- පෝෂණ ගුණය ආරක්ෂා වන ලෙස අවම වේලාවක් තුළ පිස ගැනීම
- වර්ණය ආරක්ෂා වන ලෙස (එළවළු) පිස ගැනීම
- ප්‍රතික්‍රියා නොකරන මෙවලම් භාවිතය (මල නොබැඳෙන බඳුන් සුදුසුය)
- ආහාරය අමු වීම හෝ අධික ලෙස තැම්බීම සිදු නොවන ලෙස සැකසීම

ලකුණු 04

මුළු ලකුණු 10

4. රාත්‍රී ආහාර වේලක් සඳහා යොදාගත් බොජුන්පත පහත දැක්වේ.

- ආටා රොටී
- ග්‍රිල් කරන ලද මාළු
- ග්‍රීන් පීස් සහ අල ව්‍යංජනය

(i) ඉහත ආහාර වේලෙහි පෝෂණ අගය සඳහන් කරන්න.

(ii) මෙම ආහාර වර්ග සකස් කිරීමේ දී සිදුවන ප්‍රධාන තාප සංක්‍රමණ ක්‍රම පිළිවෙළින් ලියන්න.

(iii) ඉහත ආහාර වේල සඳහා තෝරාගත් මාළු, ඇඹුල් තියල් ලෙස පිළියෙල කර ඇසුරුම් කිරීම සඳහා අනුගමනය කළ යුතු පියවර ගැලීම් සටහනක් ඇසුරෙන් දක්වන්න.

(i) ආටා රොටී

- කාබොහයිඩ්‍රේට
- විටමින් B
- යකඩ
- තන්තු බහුල වීම

ග්‍රිල් කරන ලද මාළු

- සම්පූර්ණ ප්‍රෝටීන
- ඔමේගා 3 මේද අම්ලය
- B කාණ්ඩයේ විටමින් - උදා : ෆෝලික් අම්ලය, B_{12}
- කැල්සියම්
- යකඩ අඩංගු වීම
- විටමින් A, D

ග්‍රීන් පීස් හා අල ව්‍යංජනය

- ප්‍රෝටීන්
- කාබෝහයිඩ්‍රේට
- කැල්සියම්
- විටමින් A
- යකඩ
- මේදය
- ආහාරමය තන්තු

කරුණු 3 කට ලකුණු 03

(ii)	ආටා රොටී	-	සන්නයනය (ල.01)
	ග්‍රිල් කරන ලද මාළු	-	විකිරණය (ල.01)
	ග්‍රීන් පීස් හා අලව්‍යංජනය	-	සංවහනය (ල.01)

කරුණු 3 කට ලකුණු 03

(iii) <u>මාළු ඇඹුල් තියල්</u>

- තෝරාගත් මාළු අවශ්‍ය ප්‍රමාණයේ කැබලිවලට කපා සෝදා ගැනීම.

↓

- ගම්මිරිස්, ගොරකා සහ ලුණු එකට අඹරා කපා සෝදාගත් මාලු කැබලි හා මිශ්‍ර කර ගැනීම.

↓

- සාදාගත් මිශ්‍රණය මැටි බඳුනක අතුරා ජලය ඉවත්වන තුරු මදගින්නේ පිස ගැනීම.

↓

- තිවෙන්නට තබා අසුරා ගැනීම.

ලකුණු 04

මුළු ලකුණු 10

5. (i) ගෘහීය අයවැය ලේඛනයක් සකස් කිරීමෙන් අත්වන වාසි **තුනක්** සඳහන් කරන්න.
   (ii) ඒක වර්ණ ගැළපුමක් ඇසුරෙන් නිදන කාමරයක් අලංකාර කරගත හැකි අයුරු පැහැදිලි කරන්න.
   (iii) සටහන් ලියන්න.
      (a) නිවසක ශ්‍රම විභජනය
      (b) රාශිකරණය

(i)

- වියදම් සඳහා වැයවන මුදල් ප්‍රමාණය දැනගත හැකිවීම
- අත්‍යවශ්‍ය වියදම්වලට ප්‍රමුඛතාව ලබා ගත හැකි වීම
- ආදායමට සරිලන ලෙස වියදම් කිරීමට මග පෙන්වීම
- ඉතිරි කිරීමට පෙලඹීම

කරුණු 3 කට ලකුණු 03

අ.පො.ස සාමාන්‍ය පෙළ සියලුම විෂයන්ට අදාල ප්‍රශ්න පත්‍ර/පිළිතුරු පත්‍ර/සටහන් ලබා ගැනීමට Past Papers Wiki වෙත පිවිසෙන්න

(ii) එකම වර්ණයේ විවිධ අගයයන් හා තීව්‍රතාවයන් යොදාගනිමින් විවිධ ස්ථාන කාමරය තුළ වර්ණ ගැන්වීම

උදා :-

- ලා නිල් බිත්ති, දුඹුරු වර්ණ දොර ජනෙල්, නිල් සුදු මිශ්‍ර ජනෙල් රෙදි යෙදීම.
- නිල් හා සුදු වර්ණ ඇඳ වැස්ම යෙදීම
- දුඹුරු වර්ණ මල් බඳුනක නිල් වර්ණ මල් යෙදීම
- කළු, තද නිල්, සුදු මිශ්‍ර බිත්ති සැරසිලි යෙදීම

ලකුණු 03

(iii)

(a) ශ්‍රම විභජනය

එක් එක් පුද්ගලයාට කළ හැකි කාර්ය ප්‍රමාණය අනුව කාර්ය භාරය වෙන් කිරීමයි.

පවුලේ විවිධ සාමාජිකයන් එක්ව කාර්ය නිම කරයි. ඒ තුළින් වාසි සැලසේ.

එනම්,

- කාර්ය මනාව ඉටුවීමෙන් තෘප්තියක් ලැබේ.
- විවිධ ගුණාංග පවුල තුළ වර්ධනය වේ.
- තමා කළ යුතු වැඩ කොටස් නොපිරිහෙලා ඉටු කිරීමට පෙළඹීම.
- කුඩා දරුවන් ද වැඩ කිරීමට පෙළඹීම තුළින් වගකීම් දැරීමට පුහුණු වීම.
- විවේකය හා විනෝදය සඳහා කාලය යොදා ගැනීමට හැකි වීම
- පවුලේ සමාජිකයින් සියලු දෙනාගේ ම සහයෝගය හා සහභාගිත්වය ලබා ගැනීමට හැකි වීම
- ඉවසීම හා පරාර්ථකාමී බව ආදි ගුණාංග වර්ධනය වීම.

ලකුණු 02

(b) රාශිකරණය

නිවසක විවිධ කාර්යයන් අවම ශ්‍රමයකින් උපරිම පහසුකම් සපයා ගත හැකි ආකාරයට විවිධ කොටස් එකිනෙකට යාබදව ගොනු කිරීමයි.

උදා :-

- නිදන කාමරයට යාබදව නාන කාමරය හා වැසිකිළිය තිබීම
- විසිත්ත කාමරය තුළ කෑම කාමරය යොදා ගැනීම
- ආලින්දය විසිත්ත කාමරයට යාබදව තිබීම

ලකුණු 02

මුළු ලකුණු 10

6. (i) පූර්ව ප්‍රසව සංවර්ධනයේ අවධි **තුන** ලියන්න. (ii) ගර්භිණී අවධියෙහි අවදානම් සාධක ලෙස හඳුන්වන සංජානනීය රෝග **දෙකක්** නම් කරන්න. මින් ඇතිවන **අහිතකර** බලපෑම් **දෙකක්** සඳහන් කරන්න. (iii) ළදරු අවධිය තුළ සීඝ්‍ර චාලක වර්ධනයක් පෙන්නුම් කරයි. උදාහරණ **හතරක්** මගින් පැහැදිලි කරන්න.

(i)

- ඩිම්බ අවධිය
- කලල අවධිය
- භ්‍රෑණ අවධිය

ලකුණු 03

(ii)

- හැලසීමියාව
- හිමොෆීලියාව

❖ මෙම තත්ත්වය නිසා ගර්භනී මවට මෙන්ම වැඩෙන භ්‍රෑණයාටද හානි කර විය හැකිය

❖ භ්‍රෑණයේ විකෘතිතා ඇති විය හැකිය

❖ ප්‍රසූතියේදී මවට අපහසුතා ඇති විය හැකිය

ලකුණු 03

(iii)

- මුනින් අතට හැරීමෙන් පසුව හිස ඔසවයි
- අත් පා චලනය කරයි
- ගෙල ඔසවයි
- මුනින් අතට සිටින විට අත් දෙක තබා පපුව ඔසවයි
- වාඩි වීමට හැකියාව ලබයි
- යමක් ගැනීමට අත දිගු කරයි
- උදව් ඇතිව වාඩි වෙයි
- අත්ලෙන් අල්ලයි
- තනිව වාඩි වෙයි
- අතින් අතට යම් යම් දේ මාරු කරයි
- උඩු අතට සිට මුනින් අතටත් මුනින් අතට සිට උඩු අතටත් හැරෙයි
- ඇඟිලි තුඩුවලින් අල්ලයි
- දනගායි
- උදව් ඇතිව නැගිටියි
- උදව් ඇතිව ඇවිදියි
- උදව් නැතිව නැගිටියි
- තනිව ඇවිදියි
- ක්‍රීඩා භාණ්ඩ දෙකක් එකට ගසමින් සෙල්ලම් කරයි

ලකුණු 04

මුළු ලකුණු 10

7. (i) 'දුස්සමාහිතබව' හඳුන්වන්න.
   (ii) 'යොවුන් වියේ චිත්තවේග ප්‍රකාශනය ක්ෂණික හා තීව්‍රබවක් පෙන්නුම් කරයි.' උදාහරණ **තුනක්** ඉදිරිපත් කරන්න.
   (iii) යොවුන් දරුවන්ගේ මානසික වර්ධනය පිළිබිඹු කරන ලක්ෂණ **හතරක්** පැහැදිලි කරන්න.

(i)

- ඒ ඒ වයසට අනුව සමාජයේ අනුමත හැසිරීම් රටාවලට අනුගත වීමේ නොහැකියාවයි.

ලකුණු 03

අ.පො.ස සාමාන්‍ය පෙළ සියලුම විෂයන්ට අදාල ප්‍රශ්න පත්‍ර/පිළිතුරු පත්‍ර/සටහන් ලබා ගැනීමට Past Papers Wiki වෙත පිවිසෙන්න

(ii)

- දඩබ්බර ලෙස හැසිරීම
- කථා නොකර සිටීම
- බැන වදියි
- මුරන්ඩු චර්යා පෙන්වයි
- කෝපාවේගය පෙන්නුම් කරයි
- තනිව සිටීමට පෙළඹේ
- එකට එක කථා කරයි
- කලහකාරී වේ.

ලකුණු 03

(iii)

- පැහැදිලිව අදහස් ප්‍රකාශ කරයි
- වාග්මාලාව පුළුල් වේ.
- කථන හැකියාව වර්ධනය වේ.
- නිරීක්ෂණයට පෙළඹේ.
- මතකය තීව්‍ර වේ.
- චින්තන හැකියාව දියුණු වේ.
- අවධානය වර්ධනය වේ.
- තර්කන හැකියා පෙන්වයි.
- සංජානන හැකියාව ලබයි.
- නිර්මාණාත්මක හැකියාවන් සඳහා යොමු වේ.
- ගැටලු විසඳීමේ හැකියාව ලබයි.

ලකුණු 04

මුළු ලකුණු 10