42657

OL/2016/85/S-I, II (NEW)

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

නව නිර්දේශය/புதிய பாடத்திட்டம்/New Syllabus

NEW

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

85 | S | I, II

අධ්‍යයන පොදු සහතික පත්‍ර (සාමාන්‍ය පෙළ) විභාගය, 2016 දෙසැම්බර්
கல்விப் பொதுத் தராதரப் பத்திர (சாதாரண தர)ப் பரீட்சை, 2016 டிசெம்பர்
General Certificate of Education (Ord. Level) Examination, December 2016

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

පැය තුනයි
மூன்று மணித்தியாலம்
Three hours

ගෘහ ආර්ථික විද්‍යාව I

සැලකිය යුතුයි :

(i) **සියලු ම ප්‍රශ්නවලට පිළිතුරු සපයන්න.**

(ii) අංක **1** සිට **40** තෙක් ප්‍රශ්නවල, දී ඇති (1), (2), (3), (4) යන පිළිතුරුවලින් **නිවැරදි හෝ වඩාත් ගැළපෙන හෝ පිළිතුර** තෝරා ගන්න.

(iii) **ඔබට සැපයෙන පිළිතුරු පත්‍රයේ එක් එක් ප්‍රශ්නය සඳහා දී ඇති කව අතුරෙන් ඔබ තෝරාගත් පිළිතුරෙහි අංකයට සැසඳෙන කවය තුළ (X) ලකුණ යොදන්න.**

(iv) එම පිළිතුරු පත්‍රයේ පිටුපස දී ඇති අනෙක් උපදෙස් ද සැලකිල්ලෙන් කියවා, ඒවා ද පිළිපදින්න.

1. ග්ලූකෝස් අණු දෙකක් සංයෝජනය වී සෑදෙනුයේ,
(1) මෝල්ටෝස් ය. (2) සුක්‍රෝස් ය. (3) ලැක්ටෝස් ය. (4) ඇමයිලෝස් ය.

2. පලතුරුවල අඩංගු කාබොහයිඩ්‍රේට දෙකකි.
(1) සුක්‍රෝස් සහ මෝල්ටෝස්. (2) ෆ්‍රැක්ටෝස් සහ ග්ලූකෝස්.
(3) ග්ලූකෝස් සහ මෝල්ටෝස්. (4) ෆ්‍රැක්ටෝස් සහ ගැලැක්ටෝස්.

3. තන්තුමය ආහාරවල ප්‍රධාන වශයෙන් අඩංගු කාබොහයිඩ්‍රේටය වනුයේ,
(1) සෙලියුලෝස් ය. (2) පිෂ්ටය ය. (3) පෙක්ටින් ය. (4) ඩෙක්ස්ට්‍රින් ය.

4. ධාන්‍යවල බහුලව අඩංගුවන පෝෂක දෙකකි,
(1) පිෂ්ටය සහ විටමින් B_1. (2) යකඩ සහ විටමින් E.
(3) කැල්සියම් සහ විටමින් A. (4) පිෂ්ටය සහ විටමින් K.

5. මේදය අඩංගු පලතුරකි,
(1) බෙලි. (2) දොඩම්. (3) දිවුල්. (4) අලිගැටපේර.

6. සන්තෘප්ත මේද අම්ල දෙකකි,
(1) මිරිස්ටික් අම්ලය සහ ඇරකිඩොනික් අම්ලය.
(2) බියුටිරික් අම්ලය සහ ඔලෙයික් අම්ලය.
(3) ලිනොලෙයික් අම්ලය සහ ලිනොලෙනික් අම්ලය.
(4) පාමිටික් අම්ලය සහ ස්ටියරික් අම්ලය.

7. විටමින් B_3 හි රසායනික නාමය වනුයේ,
(1) නිකොටිනික් අම්ලය ය. (2) ඇස්කෝබික් අම්ලය ය.
(3) පැන්ටොතෙනික් අම්ලය ය. (4) ෆෝලික් අම්ලය ය.

8. මුත්‍රා සමග සිරුරෙන් බැහැර වන විටමිනයකි,
(1) විටමින් A. (2) විටමින් C. (3) විටමින් D. (4) විටමින් E.

9. නිරක්තය ඇතිවීම කෙරෙහි බලපාන පෝෂණ ඌනතා දෙකකි,
(1) යකඩ සහ විටමින් K. (2) යකඩ සහ කැල්සියම්.
(3) යකඩ සහ ෆෝලික් අම්ලය. (4) යකඩ සහ අයඩින්.

[දෙවැනි පිටුව බලන්න.

10. 'X' නමැති පෝෂකය මගින් ඉටුවන කෘත්‍ය කිහිපයක් පහත දැක්වේ.
- ශක්තිය සැපයීම
- ප්‍රතිශක්තිය ඇති කිරීම
- හෝර්මෝන නිපදවීමට අවශ්‍ය වීම
- රුධිරය නිෂ්පාදනයට අවශ්‍ය වීම

'X' වනුයේ,
(1) කාබොහයිඩ්‍රේට ය. (2) මේදය ය. (3) විටමින් A ය. (4) ප්‍රෝටීන් ය.

11. වඩාත් ම පෝෂ්‍යදායී උදේ ආහාරවේල මින් කුමක් ද?
(1) ඉඳිආප්ප, මාළු කරිය, පොල්මැල්ලුම, කෙසෙල් ගෙඩියක්
(2) පාන්, බටර්, ජෑම්, ගස්ලබු කැබැල්ලක්
(3) පිට්ටු, කිරිහොදි, ලුණුමිරිස්, අඹ කැබැල්ලක්
(4) ආප්ප, සෝයාමීට් ව්‍යංජනය, සීනිසම්බල, පේර ගෙඩියක්

12. ප්‍රෝටීන් පරිපූරක ආහාරයක් **නො වනුයේ** මින් කුමක් ද?
(1) මුං කිරිබත් (2) තෝසෙ (3) මුං කැවුම් (4) හැලප

13. ආහාර සකස් කිරීමේ ක්‍රියාවලියේ දී අනුගමනය කළ යුතු නිවැරදි අනුපිළිවෙළ වනුයේ,
(1) පිරිසිදු කිරීම, කැපීම, සේදීම, කුළුබඩු යෙදීම සහ පිසීමයි.
(2) කැපීම, පිරිසිදු කිරීම, සේදීම, කුළුබඩු යෙදීම සහ පිසීමයි.
(3) සේදීම, පිරිසිදු කිරීම, කැපීම, කුළුබඩු යෙදීම සහ පිසීමයි.
(4) පිරිසිදු කිරීම, සේදීම, කැපීම, කුළුබඩු යෙදීම සහ පිසීමයි.

14. ජෙලටිනීකරණය සිදුවන්නේ මින් කුමන අවස්ථාවේ දී ද?
(1) කේක් බේක් කිරීමේ දී (2) බතල තැම්බීමේ දී
(3) පාන් පෙත්තක් කර කිරීමේ දී (4) මාළු ස්ටූ කිරීමේ දී

15. ග්‍රහණිය තුළ සිදුවන ජීරණ ක්‍රියාවක් වන්නේ මින් කුමක් ද?
(1) ප්‍රෝටීන $\rightarrow$ පෙප්ටෝන (2) සුක්රෝස් $\rightarrow$ ග්ලූකෝස් සහ ෆ්‍රුක්ටෝස්
(3) ඩයිපෙප්ටයිඩ $\rightarrow$ ඇමයිනෝ අම්ල (4) පිෂ්ටය $\rightarrow$ මෝල්ටෝස්

16. කාබොහයිඩ්‍රේට ජීර්ණක එන්සයිම පමණක් ඇතුළත් කාණ්ඩය වනුයේ මින් කුමක් ද?
(1) බේටමය ඇමයිලේස්, ලයිපේස් (2) මෝල්ටේස්, සුක්‍රේස්
(3) ලැක්ටේස්, ලයිපේස් (4) සුක්‍රේස්, පෙප්ටිඩේස්

17. බැක්ටීරියා වර්ධනයට වඩාත් හිතකර උපස්තරයක් වනුයේ,
(1) තෙල් ය. (2) කිරි ය. (3) ජලය ය. (4) පලතුරු යුෂ ය.

18. යොවුන්විය තුළ ශීඝ්‍ර කායික වර්ධනයක් සිදු වේ. යොවුන්වියේ පිරිමි දරුවකුගේ වර්ධන නැග්ම පෙන්වන වයස් පරාසය සාමාන්‍යයෙන්,
(1) අවුරුදු 10 - 12 ය. (2) අවුරුදු 12 - 14 ය. (3) අවුරුදු 14 - 16 ය. (4) අවුරුදු 16 - 18 ය.

19. ටෙස්ටොස්ටෙරෝන් හෝර්මෝනය ස්‍රාවය වනුයේ,
(1) පිටියුටරි ග්‍රන්ථියෙනි. (2) අධිවෘක්ක ග්‍රන්ථියෙනි. (3) වෘෂණ මගිනි. (4) පුරස්ථ ග්‍රන්ථි මගිනි.

20. පරිණත ඩිම්බයක් සංසේචනය වනුයේ,
(1) ෆැලෝපීය නාලයේ ඩිම්බකෝෂයට ආසන්න කොටස තුළ ය.
(2) ෆැලෝපීය නාලයේ ගර්භාෂයට ආසන්න කොටස තුළ ය.
(3) ෆැලෝපීය නාලයේ මැද කොටස තුළ ය.
(4) ගර්භාෂය තුළ ය.

21. පහත දැක්වෙනුයේ පූර්ව ප්‍රසව සංවර්ධනය හා සම්බන්ධව සිසුවියක විසින් ලියන ලද සටහනකින් උපුටා ගත් වැකි කිහිපයකි. මින් නිවැරදි වැකිය තෝරන්න.
(1) කලල අවධිය ලෙස හඳුන්වනුයේ මාස 0-3 දක්වා කාල සීමාව ය.
(2) අධිරෝපණයෙන් පසුව සංසේචිත ඩිම්බයෙහි සෛල විභාජනය සිදු වේ.
(3) පූර්ව ප්‍රසව අවධිය සති 40 කි.
(4) පූර්ව ප්‍රසව අවධිය තුළ මවගේ බර වැඩිවීම, මුල් මාස තුන තුළ දී වැඩි ය.

[තුන්වැනි පිටුව බලන්න.

22. ගර්භිණී අවධියේ අවදානම් සාධකයකි,
(1) ඔක්කාරය. (2) මල බද්ධය. (3) දියවැඩියාව. (4) පාද ඉදිමුම.

23. මාතෘ සායනයකට පැමිණි මුල් දිනයේ දී පමණක් කරනු ලබන පරීක්ෂණයකි/පරීක්ෂාවකි,
(1) මවගේ බර මැනීම. (2) මවගේ උස මැනීම. (3) රුධිර පීඩනය මැනීම. (4) මූත්‍ර පරීක්ෂණය.

24. ශ්‍රී ලංකාවේ අඩු බර උපතක් ලෙස හඳුන්වනුයේ දරුවාගේ උපත් බර,
(1) කිලෝ ග්‍රෑම් 1.5 ට වඩා අඩු වීම ය. (2) කිලෝ ග්‍රෑම් 2.0 ට වඩා අඩු වීම ය.
(3) කිලෝ ග්‍රෑම් 2.5 ට වඩා අඩු වීම ය. (4) කිලෝ ග්‍රෑම් 3.0 ට වඩා අඩු වීම ය.

25. නවජ දරුවා ලෙස හඳුන්වනුයේ,
(1) උපතේ සිට මුල් දින දෙක තුළ දරුවා ය.
(2) උපතේ සිට මුල් සති දෙක තුළ දරුවා ය.
(3) උපතේ සිට මුල් සති හතර තුළ දරුවා ය.
(4) උපතේ සිට මුල් මාස දෙක තුළ දරුවා ය.

26. ළදරුවකුට මාස හයක් වන විට අතිරේක ආහාරවලට හුරු කිරීමේ දී පළමුවෙන් ම දිය යුත්තේ,
(1) පලතුරු යුෂ ය. (2) සහල් කැඳ ය. (3) එළවළු සුප් ය. (4) ත්‍රිපෝෂ ය.

27. ජාතික ප්‍රතිශක්තිකරණ වැඩසටහනට අනුව ළදරුවකුට මාස නවය සම්පූර්ණවත් ම දිය යුතු එන්නත වනුයේ,
(1) පෝලියෝ මුඛ එන්නත ය. (2) ජැපනීස් එන්සෙෆලයිටිස් (JE) එන්නත ය.
(3) සරම්ප එන්නත ය. (4) BCG එන්නත ය.

28. විවෘත පැතලි මූට්ටුවක් මැසීමේ දී,
(1) මූට්ටුවට හසු වූ රෙදි දෙපොට එක් පැත්තකට හරවා නිමාවක් දිය යුතු ය.
(2) මූට්ටුවට හසු වූ රෙදි දෙපොට දෙපසට හරවා නිමාවක් දිය යුතු ය.
(3) මූට්ටුවෙහි රෙදි දෙපොටින් එකක් අඩක් කපා අනෙක ඒ මත නවා මැසිය යුතු ය.
(4) මූට්ටුව නොපෙනෙන සේ රෙදි දෙපොට අනෙක් පස හරවා මැසිය යුතු ය.

29. නූල ඉඳිකටුවෙහි වාර කිහිපයක් පටලවා, ඉඳිකටුව ඇද, මැස්ම අවශ්‍ය ස්ථානයට ගෙන මසනුයේ,
(1) බුලියන් මැස්ම ය. (2) දිගකොට මැස්ම ය. (3) ප්‍රංශ ගැට මැස්ම ය. (4) සැටින් මැස්ම ය.

30. කපු කෙඳි හා සම්බන්ධ නිවැරදි ප්‍රකාශය මින් කුමක් ද?
(1) පිළිස්සීමේ දී හිසකෙස් පිළිස්සෙන ගඳක් නිකුත් වේ.
(2) දිගින් වැඩි ම ස්වාභාවික කෙඳි විශේෂය වේ.
(3) ඉක්මනින් ජලය උරා ගනියි.
(4) මැදීමේ දී අඩු උෂ්ණත්වයක් භාවිත කළ යුතු ය.

31. කෘත්‍රිම කෙඳි කාණ්ඩයට අයත් පොලිමයිඩ කෙන්දකි,
(1) ටෙරිලින්. (2) ඕර්ලෝන්. (3) රෙයෝන්. (4) නයිලෝන්.

32. උපාංග නිර්මාණය සඳහා අවශ්‍ය වන මෙවලම් දෙකක් වන්නේ,
(1) මිනුම් පටිය සහ එම්බ්‍රොයිඩරි රාමුව ය. (2) මහන යන්ත්‍රය සහ දුඹුරු කඩදාසි ය.
(3) දැතිරෝදය සහ කෝඩ් ය. (4) සන්නාලි හුණු සහ බොත්තම් ය.

33. ඇඳුම් නිර්මාණයේ දී සිසුන් විසින් අනුගමනය කරන ලද පියවර කිහිපයක් පහත දැක්වේ. මින් නිවැරදි පියවර කුමක් ද?
(1) පතරොමෙහි නිර්මාණ රේඛා සහ මැසීමේ රේඛා (දක්කු රේඛා) එකම වර්ණයකින් දැක්වීම
(2) පතරොමෙහි දිගත් රේඛාව, රෙද්දෙහි බලවාටියට සමාන්තරව තැබීම
(3) පතරොමෙහි කුඩා කොටස් පළමුව රෙද්ද මත අතුරා, ඉන් පසුව විශාල කොටස් ඇතිරීම
(4) රෙද්ද මත පතරොම අතුරා දක්කු රේඛා සටහන් කර කොටස් කපා වෙන් කිරීම

34. ළමා ගවුමක කඳ කොටස මැසීමේ නිවැරදි අනුපිළිවෙළ වනුයේ,
(1) උරහිස, විවරය, ආර, අංශය සහ කර මැසීම ය.
(2) ආර, උරහිස, විවරය, කර සහ අංශය මැසීම ය.
(3) උරහිස, කර, විවරය, අංශය සහ ආර මැසීම ය.
(4) ආර, විවරය, උරහිස, අංශය සහ කර මැසීම ය.

[හතරවැනි පිටුව බලන්න.

35. ළමා ගවුම හා සම්බන්ධව සිසු සටහනකින් උපුටා ගත් වැකි කිහිපයක් පහත දැක්වේ. මින් නිවැරදි වනුයේ කුමක් ද?
(1) එම්බ්‍රොයිඩරි මගින් ඉදිරිපස කඳ විසිතුරු කළ යුත්තේ, කඳ කොටස මැසීමෙන් පසුව ය.
(2) විවරය පියවීම සඳහා හක් සහ මුදු වඩාත් යෝග්‍ය වේ.
(3) හැඩ පෝරුවක් යෙදීමෙන් මනා කර හැඩයක් ලබා ගත හැකි ය.
(4) විවරය මැසීමේ දී එහි වම් පස, දකුණු පස මත සිටින සේ මැසිය යුතු ය.

36. නිවෙස් කිහිපයක දක්නට ලැබුණු ලක්ෂණ සමහරක් පහත දැක්වේ. මින් යෝග්‍ය **නො වන** ලක්ෂණය කුමක් ද?
(1) ජනේලවලට ඉහළින් වා කවුළු තිබීම
(2) නිදන කාමරයට යාබදව නාන කාමරය හා වැසිකිළිය තිබීම
(3) මුළුතැන්ගෙයට දොර දෙකක් තිබීම
(4) නිදන කාමරයක ජනේල සඳහා පාරදෘශ්‍ය වීදුරු යොදා තිබීම

37. කලා මූලිකාංගයකි,
(1) තුලනය. (2) එකඟත්වය. (3) වයනය. (4) අවධාරණය.

38. මිත් සිසිල් වර්ණ කාණ්ඩය වනුයේ,
(1) කොළ සහ නිල් ය. (2) කහ සහ කොළ ය. (3) දම් සහ කහ ය. (4) නිල් සහ තැඹිලි ය.

39. මෝස්තර මූලධර්මයක් වන රිද්මය පෙන්නුම් කරන අවස්ථාවකි,
(1) නිවසක ඇති තරප්පු පේළිය. (2) සිවිලිමෙහි මැදට සවිකර ඇති විදුලි පහන.
(3) කෑම මේසය මැද ඇති මල් සැකසුම. (4) විසිත්ත කාමරයෙහි තබා ඇති විවිධ උපාංග.

40. විස්තෘත පවුලක ජීවත්වීමේ වාසියකි,
(1) තීරණ ගැනීම පහසුවීම. (2) පෞද්ගලිකත්වය ආරක්ෂා වීම.
(3) ශ්‍රම විභජනය මැනවින් සිදුවීම. (4) මුදල් පාලනය පහසු වීම.

* *

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

නව නිර්දේශය/புதிய பாடத்திட்டம்/New Syllabus

NEW

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

85 S I, II

අධ්‍යයන පොදු සහතික පත්‍ර (සාමාන්‍ය පෙළ) විභාගය, 2016 දෙසැම්බර්
கல்விப் பொதுத் தராதரப் பத்திர (சாதாரண தர)ப் பரீட்சை, 2016 டிசெம்பர்
General Certificate of Education (Ord. Level) Examination, December 2016

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

ගෘහ ආර්ථික විද්‍යාව II

※ **පළමුවන** ප්‍රශ්නය හා තවත් ප්‍රශ්න **හතරක්** තෝරාගෙන, ප්‍රශ්න **පහකට** පමණක් පිළිතුරු සපයන්න.

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

මව, පියා, යොවුන්වියේ පසුවන දියණියකගෙන් හා පුතකුගෙන් සමන්විත වූ පවුලකි. ඔවුහු යහපත් පවුල් ජීවිතයක් ගත කරති. පියා රැකියාවක නිරතවන අතර මව ගෘහීය වැඩ කටයුතුවල නියැළෙන්නී ය. සකසුරුවම්කම මෙම පවුලේ අය තුළ දක්නට ඇත. ඔවුහු තම ආහාර පරිභෝජන රටාව පිළිබඳව විශේෂ අවධානයකින් කටයුතු කරති. දරුවන්ගේ හා සැමියාගේ අවශ්‍යතා තමා විසින් ම ඉටු කර දීමට මව උත්සුක වන්නී ය.

(i) තම පවුල සඳහා ආහාර සකස් කිරීමේ දී මව විසින් සැලකිල්ලට ගන්නා කරුණු **දෙකක්** සඳහන් කරන්න.

(ii) යොවුන් වියේ පසුවන පිරිමි දරුවාගේ විශේෂ පෝෂණ අවශ්‍යතා **දෙකක්** සඳහන් කරන්න.

(iii) රැකියාවට යන සැමියාට රැගෙන යාමට දිවා ආහාර වේල සකස් කිරීමේ දී අවධානය යොමු කළ යුතු කරුණු **දෙකක්** සඳහන් කරන්න.

(iv) මෙම දරුවන් අනුගමනය කරන හොඳ ආහාර පුරුදු **හතරක්** දක්වන්න.

(v) මෙම පවුල් පරිසරය යහපත් එකක් වීමට හේතුවිය හැකි කරුණු මොනවා ද?

(vi) ඔවුන්ගේ නිවසෙහි නිදන කාමරයක ජනේල තිරරෙදි සඳහා රෙදි තෝරා ගැනීමේ දී අවධානය යොමු කළ යුතු කරුණු **දෙකක්** සඳහන් කරන්න.

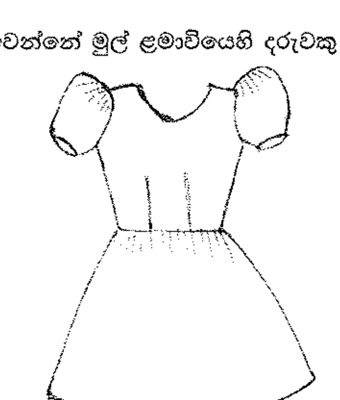
(vii) මොවුන්ගේ විසිත්ත කාමරයෙහි තබා ඇති රවුම් හැඩැති කුෂන් එක සඳහා යොදන කුෂන් කවරයට සුදුසු මෝස්තරයක් අඳින්න.

(viii) විකර්ණාකාර පටි භාවිත කර, මෙම කුෂන් කවරයෙහි අද්දර නිම කරන ක්‍රම **දෙකක්** සඳහන් කරන්න.

(ix) යොවුන් වියෙහි පසුවන දරුවන්ගේ කායික වර්ධනයේ දී පෙන්වන සුවිශේෂී ලක්ෂණ **දෙකක්** ලියන්න.

(x) යොවුන් දියණියගේ රැකවරණය සැලසීම සඳහා මව විසින් ගනු ලබන ක්‍රියාමාර්ග **දෙකක්** සඳහන් කරන්න.

2. පහත රූප සටහනෙන් දැක්වෙන්නේ මුල් ළමාවියෙහි දරුවකු සඳහා නිර්මාණය කරන ලද ගවුමකි.



(i) මෙම ළමා ගවුම විසිතුරු කිරීමට යොදා ගත හැකි ක්‍රම **තුනක්** දක්වන්න.

(ii) මෙහි සාය කොටස කඳට ඇල්ලීම සඳහා සකස් කිරීමේ දී අනුගමනය කරන පියවර ලියන්න.

(iii) මෙම රූපයෙහි ළමා ගවුම සඳහා ඉහළට පමණක් රැළි සහිත බෝරිච්චි අත් පන්නයක් යොදා ඇත. එම අත් පන්නය සඳහා පතරොම නිර්මාණය කිරීමේ දී අනුගමනය කරන පියවර රූප සටහන් ඇසුරින් පෙන්වන්න.

[හයවැනි පිටුව බලන්න.

42657

3. (i) ශීතකරණය තුළ ආහාර ගබඩා කිරීමේ දී අනුගමනය කළ යුතු කරුණු **තුනක්** දක්වන්න.

(ii) පහත දක්වා ඇත්තේ ආහාර සහ පෝෂණයට අදාළ ප්‍රායෝගික ක්‍රියාකාරකම් කිහිපයක දී සිසුන්ට මුහුණපෑමට සිදුවූ ගැටලු තුනකි. ඒ එක් එක් ගැටලුව ඇතිවීමට හේතු විය හැකි කරුණු සඳහන් කරන්න.

(a) කට්ලට් බැදීමේ දී විසිරී යාම

(b) පලතුරු සලාදයෙහි කෙසෙල් කැබලි දුඹුරු පැහැ ගැන්වීම

(c) කිරිටොෆි සන නොවීම

(iii) දරුවකුට පාසලට ගෙනයාම සඳහා සැමන් සැන්ඩ්විච්ස් සහ අඹ බීම සකස් කර දෙන ලදී.

(a) සැමන් සැන්ඩ්විච්ස්වලට අදාළව දී ඇති වගුවෙහි කරුණු ගොනුකර දක්වන්න.

ආහාරයේ අන්තර්ගත ආහාර ද්‍රව්‍ය	**මහා පෝෂකය**	**සංයුතියෙහි, අඩංගු මූලද්‍රව්‍ය**	**ජීරණයෙහි අවසාන ඵල**
● පාන්			ග්ලූකෝස්
● සැමන්		C, H, O, N	
● බටර්	මේදය		

(b) ඉහත ආහාර වේලෙහි අඹ බීම අඩංගු කිරීමේ වැදගත්කම ලියන්න.

4. (i) සත්ත්ව හා ශාක මේද අතර ඇති වෙනස්කම් දක්වන්න.

(ii) මේදවලින් සිරුරට ඉටු වන කෘත්‍ය **තුනක්** සඳහන් කරන්න.

(iii) විනාකිරි භාවිත කර පරිරක්ෂණය කරනු ලබන ආහාර වර්ග **දෙකක්** නම් කරන්න. ඉන් එකක් සැකසීමේ දී අනුගමනය කරනු ලබන පියවර ගැලීම් සටහනක් ඇසුරින් දක්වන්න.

5. (i) ගෘහීය සම්පත් කළමනාකරණය තුළින් සැලසෙන වාසි **තුනක්** සඳහන් කරන්න.

(ii) ගෘහීය අයවැය ලේඛනයක, ආදායම් මාර්ග, වියදම් ශීර්ෂ හා ඉතිරි කිරීම් ඇතුළත් කර ඇත. මේ එකිනෙකට උදාහරණ **දෙක** බැගින් ලියන්න.

(iii) නිල්, නිල් කොළ, කොළ යන බද්ධ වර්ණ භාවිතයෙන් කාමරයක් අලංකාර කර ගන්නා අයුරු පැහැදිලි කරන්න.

6. (i) ගර්භිණීභාවයෙහි ලක්ෂණ **තුනක්** සඳහන් කරන්න.

(ii) වයස මාස 6-12 ළදරුවන් පෙන්වන චාලක හැකියා **තුනක්** ලියන්න.

(iii) පහත සඳහන් දෑ පිළිබඳ ව සටහන් ලියන්න.

(a) ඩිම්බමෝචනය

(b) එන්ඩොමෙට්‍රියම (අන්තඃඡදය)

7. (i) ලිංගික සම්ප්‍රේෂණ ආසාදන **තුනක්** නම් කරන්න.

(ii) යොවුන්වියෙහි දරුවන්ගේ මානසික වර්ධනය පිළිබිඹු කරන ලක්ෂණ **තුනක්** ලියන්න.

(iii) "යොවුන්වියෙහි දරුවකුගේ සංවර්ධනය කෙරෙහි සමවයස් කණ්ඩායම වැදගත් වේ." මෙම ප්‍රකාශය සනාථ කිරීම සඳහා කරුණු **හතරක්** ඉදිරිපත් කරන්න.

* * *