முழுப் பதிப்புரிமையுடையது / All Rights Reserved

வடமேல் மாகாணக் கல்வித் திணைக்களம்
Provincial Education Department (NWP)

85 | T | I

තෙවන වාර විභාගය 2023(2024)
மூன்றாம் தவணைப் பரீட்சை 2023(2024)
Third Term Examination 2023(2024)

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

10 වන ශ්‍රේණිය
தரம் 10
Grade 10

පැය තුනයි
மூன்று மணித்தியாலம்
Three hours

අමතර කියවීම් කාලය — මිනිත්තු 10 යි
மேலதிக வாசிப்பு நேரம் — 10 நிமிடம்
Additional Reading time — 10 minutes

வினாப்பத்திரத்தை வாசித்து வினாக்களை தெரிவு செய்வதற்கும் முன்னுரிமை வழங்கும் வினாக்களை ஒழுங்கமைத்துக் கொள்வதற்கும் மேலதிக வாசிப்பு நேரத்தை பயன்படுத்துக.

மனைப் பொருளியல் I

கவனிக்க :
1. **எல்லா வினாக்கக்குக்கும் விடை எழுதுக.**
2. **இலக்கம் 01 - 40 வரையுள்ள வினாக்கள் ஒவ்வொன்றிலும் (1), (2), (3), (4) என இலக்கமிடப்பட்ட விடைகளில் சரியான அல்லது மிகப் பொருத்தமான விடையினைத் தெரிவு செய்க.**
3. **உமக்கு வழங்கப்பட்டுள்ள விடைத்தாளில் ஒவ்வொரு வினாவிற்கும் உரிய வட்டங்களில் சரியான விடையின் இலக்கத்தை ஒத்த வட்டத்தினுள்ளே (X) அடையாளமிடுக.**
4. **அவ்விடைத்தாளில் மறுபக்கத்தில் தரப்பட்டுள்ள மற்றைய அறிவுறுத்தல்களையும் கவனமாக வாசித்து, அவற்றை பின்பற்றுக.**

01. பழங்களில் காணப்படும் காபோவைதரேற்று வகையானது.
1. மோஸ்றோசு 2. கலற்றோசு 3. இனியுலின் 4. பெக்டீன்

02. இவற்றுள் குறைந்தளவிலான புரதத்தினைக் கொண்ட உணவு வகையானது.
1. இறைச்சி 2. பருப்பு 3. சோயா 4. பால்

03. சமைக்காத 100g உணவில் அடங்கியுள்ள போசணைப் பெறுமானத்தைக் காட்டும் மூலாதாரம் ஒன்று.
1. உணவுக் கூம்பகம் 2. போசணை அட்டவணை
3. நாளாந்த போசணைத் தேவை அட்டவணை. 4. உணவுத் தொகுதி அட்டவணை.

04. நிரம்பாத கொழுப்பமில வகைகள் இரண்டு.
1. லோரிக்கமிலம், லினோலெயிக்கமிலம் 2. ஒலேயிக்கமிலம், மிஸ்ரிக்கமிலம்
3. ஒலேயிக்கமிலம், லினோலெயிக்கமிலம் 4. லினோலெயிக்கமிலம், பியூத்திரிக்கமிலம்

05. குருதிச் சோகை ஏற்படுவதில் செல்வாக்குச் செலுத்தும் போசணைத் தேவைகள் இரண்டாவது.
1. இரும்பு, விற்றமின் B 2. இரும்பு, அயடீன்
3. இரும்பு, விற்றமின் K 4. விற்றமின் C, கல்சியம்

06. லாவுலு மற்றும் மஞ்சள் நிற வற்றாளை ஆகியவற்றில் காணப்படும் நிறப்பொருளானது.
1. பிளேவோன் 2. குளோரபீல்
3. கரோட்டினொயிட் 4. அந்தோசயனின்

07. செலனியம் எனும் கனிப்பொருள் குறைப்பாட்டு விளைவின் அறிகுறியாவது.
1. தோல் சொர சொரப்பாதல் / கரடு முரடாதல்
2. நகம் வெளிறல்
3. பாலியல் முதிர்ச்சி தாமதமடைதல்
4. விரைவில் களைப்படைதல்

08. ஒரு உணவின் முழு சக்திப் பெறுமானம் 130 கிலோ கலோரியாகும். அவ்வுணவில் 05g புரதமும், 05g காபோவைதரேற்றும் காணப்படுவதுடன் இவ்வுணவில் காணப்படும் கொழுப்பின் பெறுமானம் யாது?
1. 04g ஆகும் 2. 08g ஆகும் 3. 06g ஆகும் 4. 10g ஆகும்

09. அனுமதிக்கப்பட்ட நாளாந்த போசணைத் தேவை அட்டவணையில் இரும்பு மற்றும் புரதத் தேவைகளைக் காட்டும் சரியான அளவீடாவது.
1. கிராம், மில்லி கிராம் 2. மில்லி கிராம், கிராம்
3. கிராம், மைக்ரோ கிராம் 4. மைக்ரோ கிராம், மில்லி கிராம்

10. உணவை உட்கொண்ட உடனே தேநீர் அருந்துவதனால் எக்கனிப் பொருளின் அகத்துறிஞ்சலுக்குத் தடையாக அமைகிறது?
1. நாகம் 2. சோடியம் 3. இரும்பு 4. அயடீன்

11. பாலும், பாலுற்பத்திகளும் பெருமளவில் காணப்படுகின்றது.
எழும்புகளினதும், பற்களினதும் விருத்திக்கு உதவுகிறது.
குறைப்பாட்டினால் நரம்புகள் பலவீனம் அடைகிறது.
மேலே குறிப்பிடப்பட்டுள்ள கூற்றுகளுக்குப் பொருத்தமான கனிப்பொருள் வகையானது.
1. இரும்பு 2. பொசுபரசு 3. அயடீன் 4. மக்னீசியம்

12. ரெடினோல் காணப்படும் உணவு வகையொன்று.
1. அகத்தியிலை 2. வல்லாரை 3. முட்டை 4. மாம்பழம்

13. நாளாந்த போசணைத் தேவை அட்டவணையுடன் தொடர்பான சரியான கூற்றாக அமைவது.
1. பின் பிள்ளை, கட்டிளமைப் மற்றும் வயோதிப பருவங்களில் போசணைத் தேவைகள் ஆண் பெண் என்ற வகையில் காட்டப்பட்டுள்ளது.
2. பெரும் போசணை, நுண் போசணை மில்லி கிராம், மைக்ரோ கிராம்களில் காட்டப்பட்டுள்ளது.
3. 16- 18 வயதுடைய பெண் பிள்ளைகளுக்கான கலோரி தேவை 3375 ஆக காட்டப்பட்டுள்ளது.
4. ஒரு வேளை உணவில் நாளாந்தம் உள்ளடக்க வேண்டிய உணவின் அளவுகள் காட்டப்பட்டுள்ளது.

14. உணவு தயாரிக்கும் போது தரப்பண்புகளை அதிகரித்து கொள்வதற்காக மேலதிகமாக சேர்க்கப்படும் பொருட்கள் சேர்மானங்கள் எனப்படும். சுவையை அதிகரிப்பதற்காக சேர்க்கப்படும் சேர்மானமாவது.
1. E 100 Curcumin 2. E 133 3. E 210 4. E 451

15. மா மற்றும் எண்ணெயை 2:1 எனும் விகிதத்தின் அடிப்படையில் கலந்து தயாரிக்கப்பட்ட பேஸ்ட்ரி வகையாவது.
1. பப் பேஸ்ட்ரி 2. சோட் க்ரஸ்ட் பேஸ்ட்ரி 3. ஷு பேஸ்ட்ரி 4. பெடி பேஸ்ட்ரி

16. உணவின் சுவை, இழையமைப்பு வாசனை மற்றும் சுவையும் மணமும் என்பவற்றை அதிகரிப்பதற்காக முன் ஆயத்தம் செய்யும் முறையொன்றாவது.
1. பதப்படுத்தல் 2. அடித்தல் 3. கலத்தல் 4. பிசைதல்

17. நுண்ணங்கிகளின் வளர்ச்சிக்கு சாதகமான PH பெறுமானமாவது.
1. PH பெறுமானம் 13 – 14 வரை 2. PH பெறுமானம் 1 – 4 வரை
3. PH பெறுமானம் 6.6 – 7.5 வரை 4. PH பெறுமானம் 1.4 – 13.4 வரை

18. உக்கிர தீவிர குறைப்போசணை நிலைமைகள் இரண்டு.
1. மரஸ்மஸ், குவாசியோகோரா 2. தேய்வடைதல்
3. உடற்பருமனும் நிறை அதிகரிப்பும் 4. குறளாதலும், குள்ளமாதலும்

19. கடத்தல், மேற்காவுகை, கதிர்ப்பு ஆகிய வெப்பக்கடத்தல் முறை மூன்றிற்கும் உரிய சமையல் முறையொன்றாவது.
1. மீன் புளித்தீயல் தயாரிக்கும் போது 2. கேக் தயாரிக்கும் போது
3. சோறு சமைக்கும் போது 4. முட்டை ஓம்லெட் தயாரிக்கும் போது

20. நொதியங்களின் தொழிற்பாடு காரணமாக உணவில் நிறமாற்றமடைவதைக் காட்டும் செயற்பாடாவது.
1. அரிசியை தட்டில் வறுக்கும் போது கபில நிறமாதல்.
2. கத்தரிக்காயை வெட்டி காற்றுபடுமாறு திறந்து வைத்தல்.
3. மீன் பாண் மேற்பகுதியில் கபில நிறமாதல்.
4. பால் டொபி தயாரிக்கும் போது கபில நிறமாதல்.

21. உணவு நற்காப்பின் போது உணவின் PH பெறுமானத்தை குறைத்துக் கொள்வதற்காக பயன்படுத்தப்படும் பொருளாவது.
1. உப்பு 2. தேன் பாணி 3. சீனி 4. வினாகிரி

22. தேய்வடைந்த உடல், தோல் உலர்தலும், சுருங்குதலும் வாந்தியும், வயிற்றோட்டமும் ஏற்படல் ஆகிய அறிகுறிகளைக் காட்டும் நோய் நிலைமை எது?
1. குருதிச் சோகை 2. மரஸ்மஸ்
3. இரும்பு குறைபாடு 4. குவாசியக்கோர்

23. அயடீன் குறைப்பாட்டினால் குள்ளமாதல் (சோர்வு) நிலைமை அதிகளவில் காணப்படுவது.
1. பிள்ளைப் பருவத்தினரிடம் 2. வயோதிப பருவத்தினரிடம்
3. கர்ப்பிணித் தாய்மார்களிடம் 4. கட்டிளமை பருவத்தினரிடம்

24. முதல் பாலியல் இயல்புகளிலொன்றாவது.
1. உயரமும், நிறையும் அதிகர்த்தல் 2. பாலியலுறுப்புக்கள் முதிர்ச்சியடைதல்
3. சூலகம், கருப்பை ஆகியவற்றின் விருத்தி 4. உடலமைப்பில் மாற்றம் ஏற்படல்

25. a) சுதந்திரமாக செயற்படுதல். b) குழுக்களாக இருத்தலில் ஆர்வம்.
c) பிரச்சினைகளை தீர்க்கும் திறன். d) தலைமைத் →துவத்தை →ஏற்கக் கூடிய ஆற்றல்.
மேலே காணப்படும் கூற்றுக்களுள் கட்டிளமைப் பருவத்தினரின் உள விருத்தி, தொடர்பான பண்புகளை குறிக்கும் விடையாவது.
1. a யும், c யும் 2. c யும், d யும் 3. a யும், d யும் 4. a யும், b யும்

26. கர்ப்ப காலத்தில் பாதிப்பை ஏற்படுத்தக் கூடிய சமூக நோய் நிலைமையாவது.
1. நீரிழிவு நோய் 2. குருதி அமுக்கம் 3. சிபிலிசு 4. புற்று நோய்

27. பிணியாய்வு நிலையமொன்றில் ஒரு தடவை மாத்திரம் மேற்கொள்ளப்படும் பரிசோதனையாவது.
1. நிறையளத்தல் 2. குருதிப் பரிசோதனை
3. குருதி அமுக்கம் 4. சிறுநீர் பரிசோதனை

28. கர்ப்பக் காலத்தில் கருக்கட்டல், தொப்புள் நாண் என்பவற்றின் உருவாக்கம் என்பன நடைபெறுவது முற் பிரசவத்தின் எப் பருவத்திலாகும்.
1. முதிர் மூலவுருப் பருவம் 2. வித்தகப் பருவம்
3. சூல் பருவம் 4. முளையப்பருவம்

29.
- தாயின் உடலில் புரதம் கடத்தப்படல்.
- முதிர்மூலவுருவின் விருத்திக்கு.
- கர்ப்பிணிப் பருவத்தில்.

மேலேயுள்ள தேவைகளுக்காக அவசியமாகும் விற்றமின் வகையாகும்.
1. விற்றமின் A 2. விற்றமின் B 3. விற்றமின் D 4. விற்றமின் E

30. கர்பிணி மற்றும் சாதாரண பெண் ஒருவரினதும் சமமான அளவில் பெறவேண்டிய போசணைக் கூறாவது.
1. புரதம் 2. இரும்பு 3. விற்றமின் A 4. அயடீன்

31. கீழே காணப்படுவது முற்பிரசவ விருத்தி தொடர்பாக ஒரு மாணவியால் எழுதப்பட்ட குறிப்பிலிருந்து பெறப்பட்ட கருத்துக்கள் சிலவாகும். இவற்றுள் சரியான கூற்றாக அமைவது.
1. முதிர் மூலவுரு பருவமானது ஒரு சூல் விந்துடன் இணையும் காலகட்டமாகும்.
2. மாதவிடாயின் பின் சூலகத்தில் கலப் பிரிகை அடைதலாகும்.
3. முற்பிரசவப் பருவத்தின் 40வது வாரமாகும்.
4. முற்பிரசவ பருவத்தில் வாந்தி எடுத்தலானது பாதிப்பை ஏற்படுத்தும் காரணியாகும்.

32. ஆடை நிர்மாணிப்பின் போது பல்வேறு உபகரணங்களும், கருவிகளும் பயன்படுத்தப்படுகின்றன. தீதாள், பல்லுரு கத்தரிக் கோல், அளவு மானி, சுவடுவரைச் சில்லு என்பன எவ்வகையில் அடங்கும்.
1. அளத்தல் உபகரணங்கள் 2. பொருட்கள் 3. கருவிகள் 4. உபகரணங்கள்

33. குழந்தைச் சட்டையில் மாதிரியுருவை நிர்மாணிக்கும் போது வளைவான அளவீடுகளை குறித்துக் கொள்வது அவசியமாகும். இச் செயற்பாட்டிற்காக பயன் படுத்தும் சரியான முறையாவது.
1. அளவு நாடாவை கிடையாக வைத்தல். 2. அளவு நாடாவை நேராக வைத்தல்.
3. அளவு நாடாவை குறுக்காக வைத்தல். 4. அளவு நாடாவை வளைவாக வைத்தல்.

34. குழந்தை ஆடைகள் மற்றும் பெண்கள் உள்ளாடைகள், இராவுடை போன்றவற்றை தைக்கும் போது மிகவும் பொருத்தமான பொருத்து வகையாகும்.
1. பிரான்சியப் பொருத்து 2. மேற்செறிப் பொருத்து
3. தட்டைப் பொருத்து 4. பிறையோரத் தையல்

35.
- துணியின் தவறான இரண்டு பக்கங்களையும் ஒன்றோடு ஒன்று பொருந்துமாறு வைத்து விஸ்பத்தையல்.
- தைக்கப்படாத ஓரங்களை வெட்டி அப்புறப்படுத்தல்.
- பொருத்து வெளியே தெரியாதவாறு துணியை மறுபக்கம் திருப்பி, விளிம்புகளை சரிப்படுத்தி முதலாவது பொருத்தின் 0.5cm கீழ் நிரந்தரதையலிடல்.

இங்கே கூறப்படும் பொருத்து வகையானது.
1. பிரான்சியப் பொருத்து 2. தட்டைப் பொருத்து
3. திறந்த தட்டைப் பொருத்து 4. எளிய பொருத்து

36. கைத்துடைப்பந் தாங்கி ஒன்றை தைத்து பூரணப்படுத்தும் போது துணியின் இரு பகுதிகளை நடுவில் நீளப் பக்கமாக மடித்து சரிவுக் கோட்டுத் துண்டினால் மடிக்கப்பட்ட விளிம்புகளை புறப்பக்கம் தெரியுமாறு இரு துணிகளுக்கிடையில் வைத்து பிழையான பக்கத்திற்கு தைத்து முடிக்கப்பட்டிருந்தது. இத்தையல் நுட்ப முறையாவது.
1. பைண்டிங் செய்தல் 2. பைப்பிங் செய்தல் 3. ரேந்தை பிடித்தல் 4. இணைப்பி பிடித்தல்

37. நூல்களின் எண்ணிக்கையை அறிந்துக் கொள்ளக் கூடிய எயர்டெக்ஸ், ஜாவா, கன்வஸ் அய்டா போன்ற துணிகளில் அல்லது சிறிய சமமான சதுரங்களைக் கொண்ட துணிகளில் தைக்கக் கூடிய தையல் முறையாகும்.
1. சுற்றின் தையல் 2. மீன் முள்ளுத் தையல்
3. லேசிடேசித் தையல் 4. வெட்டுக் குத்துத் தையல்

38. துணியைச் சிக்கனப் படுத்தும் முறையில் குழந்தை ஆடையின் மாதிரியுருவைத் துணியின் மேல் வரைந்து வெட்டும் போது.
1. முக்கோண வடிவின் வழியே மாதிரியுருவை வைத்து வெட்டும் விதமாக அமைதல்.
2. கோட்டின் வழியே மாதிரியுருவை வைத்து வெட்டப்படும் விதத்தில் அமையும்.
3. குறுக்குக் கோட்டின் வழியாக மாதிரியுருவை வைத்து வெட்டப்படும் விதத்தில் அமையும்.
4. வளை கோட்டினூடாக மாதிரியுருவின் வளைந்த பகுதியை வெட்டும் விதமாகும்.

39. "குறைந்த செலவில் கூடிய தேவைகளை நிறைவேற்றிக் கொள்ளக் கூடியவாறு மனையின் பகுதிகளை ஒழுங்குபடுத்திக் கொள்ள முடியும்." என ஆசிரியை கூறினார். அதன்படி இக் கூற்றினை உறுதிப்படுத்தக் கூடிய பொருத்தமான விடயமாக அமைவது.
1. வரவேற்பறையின் ஒரு பகுதியை படுக்கையறையாக பயன்படுத்துதல்.
2. படுக்கையறையிலிருந்து இலகுவில் செல்லக் கூடிய வகையில் அருகில் குளியலறையும், மலசலகூடமும் அமைத்தல்.
3. சமையலறையின் ஒருபகுதியை குளியலறைக்காக ஒதுக்குதல்.
4. விறாந்தையை சமையலறையுடன் இணைந்து மைத்தல்.

40. இயற்கையான ஒளியும், காற்றோட்டமும் கிடைப்பதற்கு பயன்படுத்தக் கூடிய வேறு முறைகளைக் காட்டும் தொகுதியாவது.
1. நிலா முற்றம், பிரதான கதவு, காற்றிடைவெளி
2. கூரையின் அமைப்பிற்கேற்ப பாவு அமைத்தல், ஒளியோ:கள், கண்ணாடிக் கற்கள்
3. ஒளியூடு பரவக் கூடிய பிளாஸ்டிக் கதவு, பைபர் கதவு, ஓடுகள்
4. கண்ணாடி ஓடுகள், யன்னல், நிலா முற்றம்.

முழுப் பதிப்புரிமையுடையது / All Rights Reserved

வடமேல் மாகாணக் கல்வித் திணைக்களம்
Provincial Education Department (NWP)

85 T II

තෙවන වාර විභාගය 2023 (2024)
மூன்றாம் தவணைப் பரீட்சை 2023 (2024)
Third Term Examination 2023 (2024)

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

10 වන ශ්‍රේණිය
தரம் 10
Grade 10

மனைப் பொருளியல் II

- முதலாம் வினா உட்பட மேலும் நான்கு வினாக்களைத் தெரிந்து மொத்தம் ஐந்து வினாக்களுக்கு விடை தருக.

01. கட்டிளமைப் பருவத்தை மகிழ்ச்சியுடன் கடக்கும் சமரி பல்வேறு திறன்களைக் கொண்டிருந்தாள். அதற்காக அவளது தாய், தந்தை மற்றும் பாட்டி ஆகியோர் ஒத்துழைப்பை நல்கினார்கள். மூவரும் ஒன்று சேர்ந்து தனது வீட்டையும் வீட்டுத் தோட்டத்தையும் பயனுள்ளவாறு அலங்கரித்தனர்.

1. சமரியின் குடும்ப அலகானது எப்பருவத்திற்குரியதாகும்.
2. வீட்டுத் தோட்டத்திலிருந்து பெறக் கூடிய கல்சியம் அதிகமாகக் காணப்படும் கீரை வகைகள் இரண்டு தருக.
3. சமரியின் குடும்பத்தில் அவளுக்குக் கிடைக்கக் கூடிய உளவில் ரீதியான தேவைகள் 02 எழுதுக.
4. தமது மனையினுள் ஒளியையும் காற்றோட்டத்தையும் பெற்றுக் கொள்வதற்காக பயன்படுத்தப்படும் வேறு முறைகள் 02 குறிப்பிடுக.
5. சமரிக்கு உணவு சமைப்பதற்காகப் பயன்படக் கூடிய பௌதீக வளங்கள் 02 தருக.
6. பழங்கள் பழுதடைவதற்கு ஏதுவான காரணிகள் 02 தருக.
7. குடும்ப அங்கத்தவர்கள் ஒன்றாக அமர்ந்து உணவு உட்கொள்வதால் கிடைக்கும் பயன்கள் 02 தருக.
8. குழந்தைச் சட்டையை அலங்கரிப்பதற்காக பயன்படுத்தக் கூடிய அலங்காரத் தையல் முறைகள் 02 குறிப்பிடுக.
9. புதிய கட்டிளமைப் பருவத்தில் உளவியல் விருத்தியை வெளிக் காட்டும் இயல்புகள் 02 எழுதுக.
10. புதிய கட்டிளமைப் பருவத்தினரிடையே ஏற்படக் மூடிய துணைப் பாலியல் பண்புகள் 02 குறிப்பிடுக.

02. i. நீங்கள் கற்ற தையல் முறைகளுள் பொய் நூலோடல் (தற்காலிகத் தையல்) மற்றும் விஸ்பத் தையல் ஆகிய இரண்டிற்குமிடையிலான வேறுபாடுகளைக் குறிப்பிடுக.
(03 புள்ளிகள்)

ii. பிள்ளைச் சட்டையின் மாதிரியுருவொன்றை வரையும் விதத்தை வரிபடம் மூலம் விளக்குக.
(03 புள்ளிகள்)

iii. A) ஆடையணிகள் (துணிமணிகள்) தயாரிப்பதற்காகப் பயன்படுத்தக் கூடிய தாவர நார் வகை 02 தருக.

B) நார்களை இனங் காண்பதற்காகப் பயன்படுத்தக் கூடிய பரிசோதனைகளைக் குறிப்பிட்டு ஒரு நார் வகையை இனங்காணும் முறையினை எழுதுக.
(04 புள்ளிகள்)

03. i. புரதத்தின் தொழிற்பாடுகள் 03 எழுதுக.
(03 புள்ளிகள்)

ii. விலங்கு மற்றும் தாவர கொழுப்புகளுக்கிடையிலுள்ள வேறுபாடுகள் 03 எழுதுக.
(03 புள்ளிகள்)

iii. இரும்புக் குறைப்பாட்டினால் அவதியுறும் கட்டிளமைப் பருவ பெண் பிள்ளையொன்றிற்காக பகல் வேளையுணவைத் திட்டமிடுக.
(04 புள்ளிகள்)

(6) WWW.PastPapers.WiKi (5)

Download Term Test Papers, Short Notes From One Place!

04. i. உணவு சமைத்தலின் போது அதன் தரப் பண்புகளைப் பாதுகாத்துக் கொள்ளவதற்காக கவனிக்க வேண்டிய விடயங்கள் 03 குறிப்பிடுக.

(03 புள்ளிகள்)

ii. கீழைத்தேய சிங்கள் கலாசார முறையில் ஒரு நபருக்காக உணவு மேசையை ஒழுங்கு செய்ய வேண்டிய முறையினை வரிப்படம் மூலம் விளக்குக.

(03 புள்ளிகள்)

iii. அ) உணவு பழுதடைதல் என்றால் என்ன?

ஆ) உணவு பழுதடைதலில் செல்வாக்குச் செலுத்தும் பௌதீக காரணிகள் 04 இனைக் குறிப்பிடுக.

(04 புள்ளிகள்)

05. i. கருக் குடும்பத்தில் பாதுகாப்புத் தொடர்பான பிரச்சினை ஏற்படலாம். அவ்வாறான சந்தர்ப்பங்கள் மூன்று தருக. (03 புள்ளிகள்)

ii. மனையில் சகல செயற்பாடுகளையும் இலகுவாக செய்து கொள்வதற்கு சரியான முறையில் இடவசதியைத் திட்டமிட்டுக் கொள்வது முக்கியமானதாகும். மனையின் ஒவ்வொரு அறைக்கும் தீர்மானிக்கப்பட்ட அளவுகள் உள்ளன. எனவே தளத்திட்டதை வரையும் போது கவனத்தில் கொள்ள வேண்டிய அளவுகளைக் குறிப்பிடுக. (03 புள்ளிகள்)

iii. A மின்சாரம் அடங்கும் வள வகை யாது?

B மனையின் செயற்பாடுகளைச் செய்யும் போது மின்சாரத்தைப் பயன்படுத்தக் கூடிய வேறு சக்தி முறைகள் 02 குறிப்பிடுக. (04 புள்ளிகள்)

06. i. புறப்பிரசாரணம் என்றால் என்ன? (03 புள்ளிகள்)

ii. உணவிலுள்ள வெப்பம் கடத்தப்படும் முறைகளைக் குறிப்பிட்டு ஒவ்வோர் உதாரணம் தருக.

(03 புள்ளிகள்)

iii. புதிய கட்டிளமைப் பருவத்தில் ஏற்படக் கூடிய சமூக விருத்திப் பண்புகள் நான்கினைக் குறிப்பிடுக. (04 புள்ளிகள்)

07. i. கர்ப்பிணிப் பருவத்தில் இரண்டாவது மூன்று மாதங்களில் அதிகளவில் அதிகமாக / மேலதிகமாக வழங்கக் கூடிய போசணைச் சத்துக்கள் 03 எழுதுக. (03 புள்ளிகள்)

ii. பிணியாய்வு நிலையத்தில் தாய்க்கு வழங்கக் கூடிய போசணைகள் மற்றும் குறை நிரப்புணவு வெவ்வேறாக குறிப்பிடுக. (03 புள்ளிகள்)

iii. முற்பிரசவ விருத்திப் பருவத்தை சுருக்கமாக விளக்குக. (04 புள்ளிகள்)

PAST PAPERS WIKI

(6) WWW.PastPapers.WiKi (6)

Download Term Test Papers, Short Notes From One Place!

முழுப் பதிப்புரிமையுடையது / All Rights Reserved

வடமேல் மாகாணக் கல்வித் திணைக்களம்
Provincial Education Department (NWP)

85 T I,II

තෙවන වාර විභාගය 2023 (2024)
மூன்றாம் தவணைப் பரீட்சை 2023 (2024)
Third Term Examination 2023 (2024)

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

10 වන ශ්‍රේණිය
தரம் 10
Grade 10

விடைப்பத்திரம்

பகுதி I

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

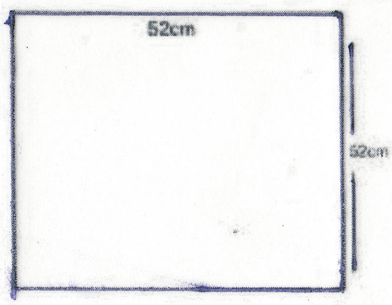
பகுதி II

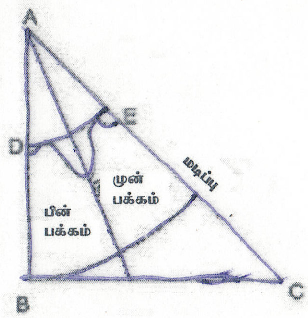
01.
1. வளர்ச்சிப் பருவம்.
2. பொன்னாங்கனி, சிறுகீரை, அகத்தியிலை, வல்லாரை
3. அன்பு, கருணை, பாதுகாப்பு, திருப்தி, தியாகம், பொறுமை
4.
   - நிலா முற்றமும், தடாகமும்.
   - ஒளியூடு பரவக் கூடிய பைபர் சீட்
   - கொங்கிறீற்று கிறில், இரும்பு வலை
   - கண்ணாடிக் கற்கள்
   - கூரையில் பதிக்கக் கூடிய ஒளியோடுகள்
   - கூரையின் உயரத்தை அதிகரித்தல்
   - கூரையின் அமைப்பிற்கேற்ப பாவு அமைத்தல்
5. எரிபொருள், நீர், இடவசதி
6. நசிதல், தகர்தல், நொருங்குதல், வெட்டுப் படல்
7. அந்நியோன்ய தொடர்பு, ஒத்துழைப்பு, மகிழ்ச்சி, உணவு மேசையில் உணவு உட்கொள்ளும் போது பின்பற்றக் கூடிய பழக்க வழக்கங்கள் என்பன.
8. சங்கிலித்தையல், நரம்புத் தையல், கமபளித் தையல், லேசிடேசித் தையல்
9.
   - பிரச்சினையைத் தீர்க்கும் திறன்.
   - தர்க்க ரீதியான திறன்.
   - ஆக்கத் திறன்.
   - முடிவெடுக்கும் திறன்.
   - முரண்பாடற்ற தெளிவான கருத்துக்களை வெளியீடம் திறன்.
   - தலைமைத்துவத்தை ஏற்கக் கூடிய ஆற்றல்.
   - சந்தர்ப்பத்திற்கேற்ப செயற்படும் திறன்.

10.
- உடல் அமைப்பில் மாற்றம்.
- எடை அதிகர்த்தல்
- உயரம் அதிகரித்தல்
- பாலியல் உறுப்புக்களைச் சுற்றி மற்றும் அக்குளில் பாலியல் முளைத்தல்.
- பிள்ளைப் பருவத்தில் காணப்படதா சில விசேட இயல்புகள்.

02. i. பெரு நூலோடல் (தற்காலிகத் தையல்)
- இது தற்காலிகத் தையல் முறையொன்றாகும்.
- இத் தையல் ஆரம்பிக்கும் போது முடிச்சிட்டு ஆரம்பிக்கப்டுகிறது.
- தையலின் முடிவில் விஸ்பத் தையலிட வேண்டும்.
- நிரந்தர தையலிட்டதும் நூலோடியை அகற்றக் கூடியவாறு இறுதியில் நூலின் ஒரு பகுதி விடப்படுகிறது.

விஸ்பம் தையல்
- இது நிரந்தரத் தையல் முறையொன்றாகும்.
- தையலை ஆரம்பிக்கும் போது வலமிருந்து இடமாக 03 முறை ஒன்றாக தையலை இட்டு மேல் ஒன்றாக தையலை இட்டு ஆரம்பிக்கப் படுகிறது.
- தையலின் முடிவில் ஒன்றின் மேல் ஒன்றாக மூன்று முறைை தயல்கள் இடப்படுகிறது.
- இறுதியில் நூலை மிகுதியாக இடத் தேவையில்லை.





ii.

iii. A) பருத்தி, இலினன்

B) எரித்துப் பார்த்தல், தொட்டுப் பார்த்தல், நூலை அறுத்துப் பார்த்தல்
எரித்துப் பார்த்தல் (பருத்தி நார்)
- கடதாசி எரியும் மணம்
- சாம்பல் சாம்பல் நிறமாகக் காணப்படல்.
- விரைவில் எரிந்து சாம்பலாதல்.
- மஞ்சள் நிறக் சுவாலையுடன் எரிதல்.

தொட்டுப் பார்த்தல்
- (மென்மை) மிருதுவான தன்மை
- குளிர்ச்சியாக இருத்தல்.
- சிறிய அளவில் மீளுந் தன்மை.

நூலை அறுத்துப் பார்த்தல்
- இலகுவில் அறுந்து விடும்.
- அந்தம் (நூலின்) தூரிகை போல் இருத்தல்.

03. i.

- உடல் இழையங்களின் ஆக்கத்திற்கும், புதுப்பித்தலுக்கும் உதவும்.
- நொதியங்களின் உற்பத்திக்கு
- பிற பொருள் எதிரி உற்பத்திக்கு
- சக்தியை பிரப்பித்தல்

(03 புள்ளிகள்)

விலங்கு கொழுப்பு	தாவரக் கொழுப்பு3
அறை வெப்பத்தில் திண்ம நிலையில் காணப்படும்.	அறை வெப்பத்தில் திரவமாகக் காணப்படல்
நிரம்பிய கொழுப்பமிலம் அதிகமாக காணப்படும்.	நிரம்பாத கொழுப்பமிலம் காணப்படும்.
கோலஸ்திரம் காணப்படும்.	கோலஸ்திரம் காணப்படாது.

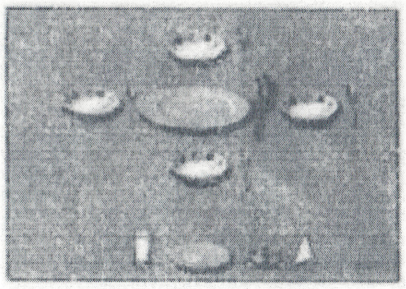
(03 புள்ளிகள்)

iii. இரும்புச் சத்து அதிகமாவுள்ள உணவு வகைகளை உள்ளடக்கியதாக உணவுப் பட்டியல் காணப்படுமாயின் புள்ளி வழங்கவும். (04 புள்ளிகள்)

04. i.

- சரியான சமையல் முறைகளைப் பயன்படுத்துதல்.
- போசணைப் பண்புகளைப் பாதுகாக்கும் வகையில் சமையல் முறையைப் பயன்படுத்தல்.
- உணவைச் சமைப்பதற்குத் தேவையான வெப்பநிலை மற்றும் நமைக்கும் நேர அளவு.
- பொருத்தமான கருவிகளும், உபகரணங்களும்.

(03 புள்ளிகள்)



ii.

1. நீர்க் குவளை
2. உணவுத் தட்டு
3. கைக்க கழுவும் கோப்பை
4. கைத் துடைப்பம்
5. பிரதான உணவுத் தட்டு
6. கறி கோப்பைகள்
7. கரண்டி

தரம் 10 இன் பாடநூலில் 124 ஆம் பக்கத்தில் விடைகளைப் பார்த்து புள்ளி வழங்குக. (124 ம் பக்கம் உரு 7.1)

(03 புள்ளிகள்)

iii. அ) உயிரியல், பௌதிக இரசாயன காரணிகளால் உணவில் ஏற்படும் மாற்றங்கள் காரணமாக அவ்வுணவு நுகர்விற்குப் பொருத்தமற்ற நிலைக்குள்ளாதல் உணவு பழுதடைதல் எனப்படும்.

ஆ) நொருங்குதல், நசிதல், தகர்தல், ஈரப்பற்று மாற்றம், வெப்பநிலை மாற்றம், வெட்டுப் படல்.

(02 புள்ளிகள்)

(4) WWW.PastPapers.WiKi (3)

Download Term Test Papers, Short Notes From One Place!

05. i.

- பெற்றோர்கள் இருவருமே வேலைக்குச் செல்லும் காரத்தினால் குழந்தைகளைப் பிள்ளைப் பராமரிப்பு நிலயங்களில் விடநேரிடல்.
- பெற்றோர்கள் நோய்வாய்ப்பட்டல் மற்றும் வெளியில் செல்லும் சந்தர்ப்பங்களில் பிள்ளைகளைப் பராமரிக்க கடினமானதல், முடியாமை.
- வீட்டில் பிள்ளைகள் தனித்திருக்க வேண்டிய நிலைமை ஏற்படல்.

(03 புள்ளிகள்)

ii.

- ஒரு படுக்கையறை மாத்திரம் இருக்குமிடத்து பிரதான படுக்கையறையானது 120 சதுர அடிகள் கொண்டதாக அமைதல்.
- இரண்டாவது படுக்கையறை குறைந்தது 100 சதுர அடிகள் கொண்டதாக அமைதல்.
- 3 அறையின் மூன்றாவது அறை 90 சதுர அடிகள் கொண்டதாக அமைதல்.

(03 புள்ளிகள்)

iii. A – பௌதிகமல்லாத வளங்களுள் அடங்கும். (01 புள்ளி)

B – ஒளிச் சக்தி, வெப்பச் சக்தி, இயக்கப்பாட்டுச் சக்தி (03 புள்ளிகள்)

06. i. புறப்பிரசாணம் என்பது நீர்த் துணிக்கைகள் அதிக செறிவுள்ள இடத்திலிருந்து குறைந்த செறிவுள்ள இடத்திற்குப் பங்கூடு புகவிடும் மென்சவ்வினூடாகப் பயணம் செய்வதாகும். (03 புள்ளிகள்)

ii. கடத்தல், மேற்காவுகை கதிர்ப்புமையல'முறைகளுக்குப் பொருத்தமான வகை எழுதியிருப்பின் புள்ளி வழங்குக. (03 புள்ளிகள்)

iii.

- சம வயதினருடன் தொடர்பு கொள்வதில் ஈடுபாடு.
- வீர வணக்கம்.
- எதிர் பாலாரிடம் ஆர்வம் காட்டுதல்.
- முன்னிலைமைப்படுவதில் ஆர்வம்.
- குழுக்களாக இருத்தலில் ஆர்வம் காட்டுதல். (04 புள்ளிகள்)

07. i. சக்தி, புரதம், கல்சியம், இரும்பு, நாகம்(Zink), அயடீன், விற்றமின் A (03 புள்ளிகள்)

ii. போசணைகள் - இரும்பு, கல்சியம், போலிக் அமிலம்

குறை நிரப்புப் போசணை – திரிபோஷா (03 புள்ளிகள்)

iii. 1. சூழல் பருவம்

- சூல் விந்துடன் இணையும் பருவமாகும்.
- சூல் முதிர்ச்சியிலிருந்து 14 நாட்கள் வரையான காலப்பகுதியாகும்.
- சூலானது பலோப்பியன் குழாயினுள் இரண்டு நாள் அளவில் ஒயிருடன் காணப்படும்.

2. முளைப் பருவம்
   - கருக்கட்டலுடன் கலங்கள் பிரிகையடைய ஆரம்பிக்கும்.
   - கருக் கூட்டம் பலோப்பியன் குழாயினூடாகக் கருப்பையை அடையும்.
   - எட்ரோ மெட்ரியத்தில் கலக் கூட்டம் உப்பதியும் (மொரியுலா எனப்படும்)
   - உட்பதித்தலில் பின் முளையம் மேலும் வளர்ச்சியடையும்.
   - கருக்கட்டலில் இருந்து 2 மாதம் வரையான காலப்பகுதியே இதுவாகும்.
   - என்ரோ மெற்றிய விருத்தி, சூல் வித்தகம் தொபடபுள் நாண் ஆகியவற்றின் உருவாக்கம் இடம் பெறும்.
3. முதிர் மூலவுருப் பருவம்
   - இக்காலகட்டம் 2 மாதம் முதல் பிரசவம் வரையான காலப் பகுதியாகும்.
   - இதன் போது எல்லா புலன்களினதும் உறுப்புக்களினதும் பூரணமான வளர்ச்சி நிகழும்.
   - வளர்ச்சி நிறைவு பெற்று மனித உயிராக பிறக்கும் வரையான காலமாக இப்பருவம் காணப்படும்.

PAST PAPERS WIKI

(4) WWW.PastPapers.WiKi (4)

Download Term Test Papers, Short Notes From One Place!

LOL.lk
BookStore
විභාග ඉලක්ක
පහසුවෙන් ජයගන්න
ඕනෑම පොතක් ඉක්මනින්
නිවසටම ගෙන්වා ගන්න
| කෙටි සටහන් | පසුගිය ප්‍රශ්න පත්‍ර | වැඩ පොත් | සඟරා | O/L ප්‍රශ්න පත්‍ර
| A/L ප්‍රශ්න පත්‍ර | අනුමාන ප්‍රශ්න පත්‍ර | අතිරේක කියවීම් පොත්
| School Book | ගුරු අත්පොත්
pesuru Prakashana Private Ltd.
Akura Pilot
සමනල දැනුම
පෙර පාසලේ සිට උසස් පෙළ දක්වා සියළුම ප්‍රශ්න පත්‍ර,
කෙටි සටහන්, වැඩ පොත්, අතිරේක කියවීම් පොත්, සඟරා
සිංහල සහ ඉංග්‍රීසි මාධ්‍යයෙන් ගෙදරටම ගෙන්වා ගැනීමට
www.LOL.lk වෙබ් අඩවිය වෙත යන්න