



04 ශ්‍රේණිය

විශාකා විද්‍යාලය - කොළඹ 5

ශාස්ත්‍රානු ඇගයීම - 2019

පරීක්ෂණය

කාලය: පැය 1යි, මි. 30

- අංකය :
- 01) වඩාත් නිවැරදි පිළිතුර තෝරා යටින් ඉරක් අඳින්න.
- 1) සතුන්ගේ විවිධ වර්ගවන් ගැන කියවේ,
 1. මේ සිංහල අපගේ රටයි ගීතයෙන් 2. ගිරෙන් ගිරට පැන කවි වලින්
 3. සිරිමත් මගෙ සකි කවි වලින්
 - 2) වාණිජයෙන් කම්බාගත හැකි ආහාර ඇතුළත් පිළිතුර වන්නේ,
 1. පිට්ටු, ආපේප, බතල 2. පිට්ටු, රොට්, හැලප 3. ලැවරියා, ඉඳිආපේප, පිට්ටු
 - 3) අයිස් කැටයක් ඉක්මනින් දියවන්නේ,
 1. සිසිල් ජලයේ 2. උණු ජලයේ 3. සාමාන්‍ය ජලයේ
 - 4) කැඳ සැදීමට යොදා නොගන්නා කොළවර්ගයකි.
 1. ගොටුකොළ 2. කෝප්ප කොළ 3. යකි නාරං
 - 5) ශරීර වර්ධනය සඳහා වැඩි බලපෑමක් ඇති කරන ආහාරයකි.
 1. මුං ඇට 2. නිවිති 3. කුරක්කන් රොට්
 - 6) වයර පූරාම මල් පිපෙන ශාකයකි.
 1. ඇහැළ 2. එරබදු 3. අරලිය
 - 7) සෙක්කුව භාවිත කරන්නේ.
 1. සි සැමටය 2. වී හුළං කිරීමටය 3. තෙල් සිඳීමටය
 - 8) ලේන්සුවක වාර්ගයක් මැසීමට වඩාත් සුදුසු මැහුම් ක්‍රමය වන්නේ,
 1. තැටි මැස්මය 2. බලැත්කටි මැස්මය 3. පිස්මෙන්තු මැස්මය
 (1×8=8)
- 02) පහත වැකි හරිනම් ✓ ලකුණ ද වැරදි නම් ✗ ලකුණ ද වරහන් තුළ යොදන්න.
- 1) ගැබවිල් පණුවා ගොවියාගේ මිතුරෙකි. ()
 - 2) අනාරක්ෂිත ආහාරපාන ගැනීමෙන් ලෙඩ රෝග නොසෑදේ. ()
 - 3) ශ්‍රී ලංකාවේ උසම දිය ඇල්ල බඹර කන්දය. ()
 - 4) ගෙමැස්සා පාවන රෝගය ඇති කරයි. ()
 - 5) සුළු පිළිස්සීමකදී භාවිතා කළ හැකි ඖෂධීය පැළෑටියකි. කෝමාරිකා. ()
 - 6) නොදන්නා මංමාවත්වල ගමන් කිරීමෙන් අනතුරු සිදු නොවේ. ()
 - 7) මිරිස් තවාන් මගින් පැළ ලබා ගන්නා බෝගයකි. ()
 - 8) පිළිහුරු මස් මාංශයක් ආහාරයට ගනියි. ()
 (1×8=8)

04) නිවැරදි පිළිතුර තෝරා යා කරන්න.

1)



තෙල් සිඳීමේ කර්මාන්තය

2)



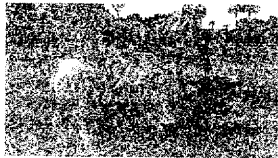
වඩු කර්මාන්තය

3)



කෘෂි කර්මාන්තය

4)



මැටි කර්මාන්තය

5)



කම්හල් කර්මාන්තය

(2×5=10)

02) නිවැරදි පිළිතුර කොටුව තුළින් තෝරා එක් ඉර මත ලියන්න.

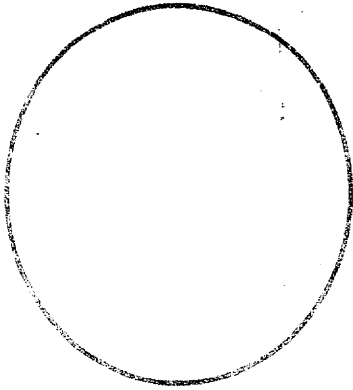
පාත්ත අයුතු භාවිතය , පිලිම , පහසු , නම් බැහැර , ගැහිපිලි , පාල්
ඉතුරුවීමේ, මදුරුවා, කඩුපුල් ,

- 1) _____ පලයෙන් පෝෂණය හානි කර කෘෂි යපෙකි.
- 2) ජාතික කොඩිය වටා ඇති කහපාට තීරුවෙන් කොඩියේ නිමාව හා දැක්වේ.
- 3) _____ රාත්‍රියට පිපෙන මලකි.
- 4) අප නිවසේදී _____ පොද්ගලිකව පරිහරණය කරයි.
- 5) _____ ගාකයේ කඳෙහි ගෙඩි හට ගනියි.
- 6) ඇහැළ මලින් ගස් පිරිලා ගිතය _____ තාට්ටයේ ගිතයකි.
- 7) පස සරුවක් කිරීමට _____ උදව් කරයි.
- 8) ඇසුරුම් කරන භාණ්ඩයක් මිලදී ගැනීමේ දී _____ දිනය පිළිබඳව සැලකිලිමත් විය යුතුය.

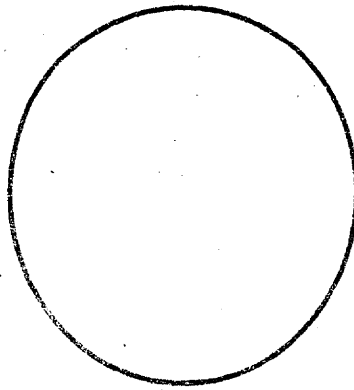
(1×5=5)

05) පහත ආහාර වර්ග අදාළ රවුම තුළ තෝරා ලියන්න.

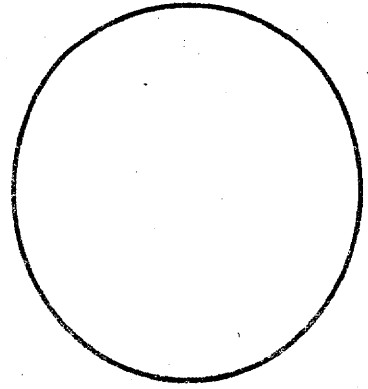
නිව්නි , අඹ , පිට්ටු , බත් , මස් , මුං ඇට , දෙල් , කැරට් , බතල
, කිරි , පරිප්පු , කැඳ



ශක්තිය ලබා දෙයි.



ශරීර වර්ධනය ඇති කරයි.



ශරීරය ලෙඩ රෝගවලින් ධන ගනියි.

(1×12=12)

06) පහත A කොටසට ගැළපෙන වැකිය B කොටසින් තෝරා අදාළ කොටුව තුළ අංකය යොදන්න.

A

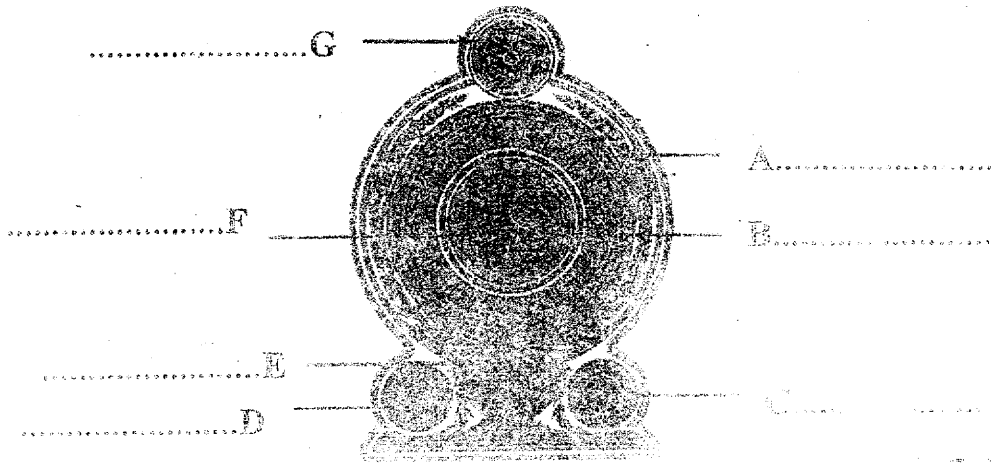
B

- i) නිශ්චිත හැඩයක් නැත.
- ii) ජලයේ පාවෙයි.
- iii) කාන්දමේ වැඩි බලයක් ඇත.
- iv) අනාරක්ෂිත ප්‍රදේශයකි.
- v) ඖෂධීය පානයක් සාදයි.
- vi) සරම්ප රෝගය බෝකරයි.

- | | |
|--------------------------|-----------------------|
| ☐ | 1. රෝග වාහක පුද්ගලයන් |
| ☐ | 2. නාය යන ප්‍රදේශයක් |
| ☐ | 3. දෙකෙළවර |
| ☐ | 4. ජලයට |
| ☐ | 5. භූමිතෙල් |
| ☐ | 6. බෙලිමල් |

(2×6=12)

07) පහත රාජ්‍ය ලාංඡනයේ කොටස් නම් කරන්න.



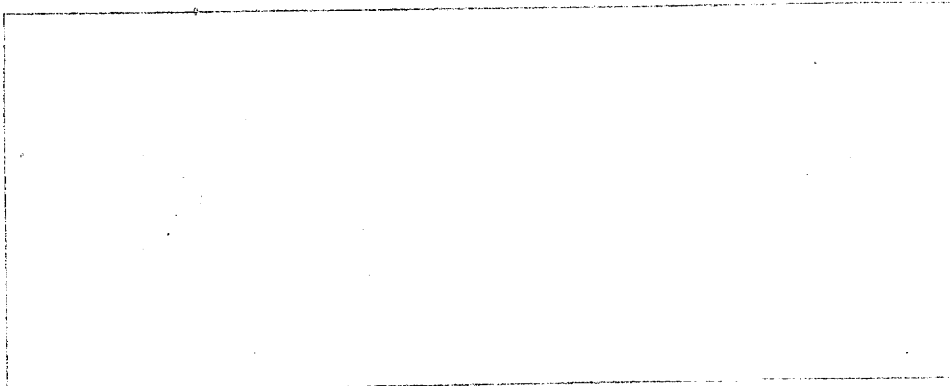
(1×7=7)

08) පහත කොරනරු දැක්වෙන්නේ රාජ්‍ය ලාංඡනයේ කුමන කොටසින් ද යන්න ඉදිරියෙන් ලියන්න.

- i) ධර්මය :-
- ii) ස්වයං පෝෂිත බව හා සශ්‍රේෂ්ඨත්වය :-
- iii) සෞභාග්‍ය හා පරිපූර්ණ බව :-
- iv) සභානත පැවැත්ම :-

(2×4=8)

09) වියළි කෝපයක්, බල්බයක්, වයර් කැබලිලක් හා වීතයේ බල්බයක් ඉල්විය හැකි ආකාරය අඳින්න.



(1×1=1)

10) ආගමික උත්සව 4ක් නම් කර ඒවා සමරන ආගම ඉදිරියෙන් ලියන්න.

- 1)
- 2)
- 3)
- 4)

11) මෝ නොවන රෝග දෙකක් හා ඒවා හට ගැනීමට හේතුව ඉදිරියේ ලියන්න.

- 1)
- 2)

12) යම්කිසිවක් භික්ෂු විය හැකි අනතුරු තුනක් ලියන්න.

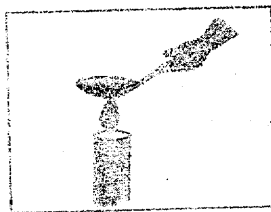
- 1)
- 2)
- 3)

13) පලය ප්‍රභේදය වන ආකාර තුනක් ලියන්න.

- 1)
- 2)
- 3)

(2×6=12)

14) අග්‍රහ පරික්ෂණය දෙස බලා පිළිතුරු ලියන්න.



- 1) අලුමුඩ ඇත්දේ ඇති පලයට කුමක් වේද ?
.....
- 2) විෂ වේලාවකින් පල මට්ටමට සිදුවන්නේ කුමක් ද ?
.....
- 3) පලය හැකිවී යාමට හේතුව කුමක් ද ?
.....

15) ආකාර අනුභවයේදී පවත්වාගත යුතු යහපුරුදු දෙකක් ලියන්න.

- 1)
- 2)

(2×5=10)