

# අධ්‍යාපන අමාත්‍යාංශය, තාක්ෂණ අධ්‍යාපන ශාඛාව

## 85 - ගෘහ ආර්ථික විද්‍යාව

2024 අ.පො.ස (සා. පෙළ) පෙරහුරු ප්‍රශ්න පත්‍රය.

කාලය පැය 3 යි

- අමතර කියවීම් කාලය, ප්‍රශ්න පත්‍රය කියවා ප්‍රශ්න තෝරා ගැනීමටත්, පිළිතුරු ලිවීමේදී ප්‍රමුඛතාව දෙන ප්‍රශ්න සංවිධානය කර ගැනීමටත්, යොදා ගන්න. අමතර කියවීම් කාලය මිනිත්තු 10 යි.

### I පත්‍රය

#### උපදෙස්

- සියලු ම ප්‍රශ්නවලට පිළිතුරු සපයන්න.
- උත්තර පත්‍රයේ පිටුපස දී ඇති උපදෙස් ද සැලකිල්ලෙන් කියවා පිළිපදින්න.
- 1 සිට 40 තෙක් එක් එක් ප්‍රශ්නයට (1) , (2) , (3) , (4) යන පිළිතුරු වලින් නිවැරදි හෝ ඉතාමත් ගැළපෙන හෝ පිළිතුර තෝරාගෙන, එය උත්තර පත්‍රයේ පසුපස දැක්වෙන උපදෙස් පරිදි කතිරයක් ( × ) යොදා දක්වන්න.

1. සත්ත්වමය කිරීමේ අඩංගු ඛනිජාකාරකයකි.

- (1) සුක්‍රෝස් (2) ලැක්ටෝස් (3) මෝල්ටෝස් (4) ගැලැක්ටෝස්

2. පහත දැක්වෙන්නේ මේද අම්ලයක් පිළිබඳ තොරතුරු ය.

- සංතෘප්ත මේද අම්ලයකි.
- පරිසර උෂ්ණත්වයේදී ද්‍රව ස්වභාවයෙන් පවතී.
- ඉහළ උෂ්ණත්වයට පත් කළ හැකි ය.
- වැඩියෙන් පරිභෝජනය කිරීම සිරුරට අහිතකර ය.

මෙම මේද අම්ලය අඩංගු ආහාරය වන්නේ,

- (1) සෝයා තෙල් ය. (2) ඔලීව් තෙල් ය. (3) පොල් තෙල් ය. (4) තල තෙල් ය.

3. ආහාරවල පෝෂ්‍යද්‍රායි බව තීරණය කරන සාධක දෙක කි.

- (1) ආහාරයේ අඩංගු පෝෂ්‍ය පදාර්ථ සහ එහි පෝෂක සිරුරට අවශෝෂණය වන ප්‍රමාණ ය,  
(2) ආහාර පීරිණය වීමේ හැකියාව සහ අවශෝෂණය වන ප්‍රමාණ ය.  
(3) ආහාරවල අඩංගු පෝෂක ප්‍රමාණය සහ පරිවෘත්තීය ශීඝ්‍රතාවයට ද්‍රායක වන ප්‍රමාණ ය.  
(4) ආහාරවල අඩංගු පෝෂ්‍ය පදාර්ථ සහ ක්ෂුද්‍ර පෝෂක අඩංගු වන ප්‍රමාණ ය.

4. ප්‍රධාන පෝෂ්‍ය පදාර්ථ මගින් සිදු කරන කාර්යයන් කිහිපයක් පහත දැක්වේ.

A සිරුරට අවශ්‍ය ශක්තිය ලබා දෙයි.

B හෝමෝන නිෂ්පාදනය සිදුකරයි.

C මොළයට සිදුවන කම්පන අවශෝෂණය කරයි.

D අභ්‍යන්තර ඉන්ද්‍රියන්ට ආරක්ෂාව සපයයි. මින් මේදවල කෘත්‍යයන් වනුයේ,

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

5. නොපිසූ ආහාර ග්‍රෑම් 100 ක හිමි යකඩ බහුලව අඩංගු ආහාර වන්නේ,

- |                                  |                                           |
|----------------------------------|-------------------------------------------|
| (1) ගොටුකොළ, නිවිති සහ තම්පලා ය. | (2) පිකුදු, කුකුල් මස් සහ ගොටුකොළ ය.      |
| (3) පිකුදු, බිත්තර සහ චීස් ය.    | (4) කෙළවල්ලා මාළු, පිකුදු සහ දියර කිරි ය. |

6. ප්‍රාථමික ශ්‍රේණියේ දරුවෙකුට පාසැල මගින් ලබා දුන් ආහාර වේලක් පහත දැක්වේ.

- එළවළු බත්
- සෝයා ඩෙවල්
- තක්කාලි සලාදය
- යෝගට්

ඉහත ආහාර වේල අනුව ඔහුට නොලැබී ඇති ආහාර කාණ්ඩ වන්නේ,

- |                                     |                                     |
|-------------------------------------|-------------------------------------|
| (1) සත්ත්වමය ආහාර හා පලතුරු ය.      | (2) මාෂ හෝග සහ සත්ත්වමය ආහාර ය.     |
| (3) කිරි හා කිරි ආහාර හා මාෂ හෝග ය. | (4) සත්ත්වමය ආහාර සහ තෙල් හා බීජ ය. |

7. මිනිස් සිරුරේ කාර්යයන් සඳහා අත්‍යවශ්‍ය ක්ෂුද්‍ර ඛනිජ ඇතුළත් කාණ්ඩය තෝරන්න.

- |                                    |                                     |
|------------------------------------|-------------------------------------|
| (1) කැල්සියම්, පොස්පරස් සහ සෝඩියම් | (2) යකඩ, අයඩින් සහ සින්ක්           |
| (3) යකඩ, කැල්සියම් සහ පොස්පරස්     | (4) සෝඩියම්, පොටෑසියම් සහ සෙලෙනියම් |

8. ප්‍රෝටීන් පිරිණක එන්සයිම ඇතුළත් වර්ණය වන්නේ,

- |                                                   |                                                   |
|---------------------------------------------------|---------------------------------------------------|
| (1) පෙප්සින්, ලයිපේස් හා ඇමයිලේස් ය.              | (2) පෙප්සින්, ට්‍රිප්සින් සහ ඇමයිනොපෙප්ටයිඩේස් ය. |
| (3) ඇමයිනෝ පෙප්ටයිඩේස්, ට්‍රිප්සින් සහ ලයිපේස් ය. | (4) පෙප්ටයිඩේස්, ට්‍රිප්සින් සහ පෙප්ටෝන් ය.       |

9. ගුණාත්මක ලෙස ආහාර පරිභෝජනය කිරීම පිළිබඳ නිවැරදි ප්‍රකාශය තෝරන්න.

- (1) සිරුරේ වර්ධනය සඳහා සත්ත්ව ආහාර වැඩි ප්‍රමාණයක් පරිභෝජනය කළ යුතු ය.
- (2) සෞඛ්‍ය සම්පන්නව සිරුර පවත්වා ගැනීම සඳහා ජලය ලීටර් තුනක්වත් පානය කළ යුතු ය.
- (3) පිරි සැකසූ සමහර ආහාරවල පෝෂ්‍ය පදාර්ථ එකතු කර ඇති බැවින් වැඩි පෝෂණයක් ලබාගත හැකි ය.
- (4) විවිධ වර්ණයෙන් යුතු එළවළු, පලතුරු වර්ග පහක් වත් දෛනිකව අවම ලෙස පරිභෝජනය කළ යුතු ය.

10. ශීතකරණය තුළ එළවළු හා පලා වර්ග ගබඩා කළ යුතු උෂ්ණත්ව පරාසය වනුයේ,

- |                       |                     |                       |                 |
|-----------------------|---------------------|-----------------------|-----------------|
| (1) - 4°C සිට 8°C අතර | (2) 4°C සිට 8°C අතර | (3) 7°C සිට 10 °C අතර | (4) -18°C ට අඩු |
|-----------------------|---------------------|-----------------------|-----------------|

11. ආහාර පිසීමේ ක්‍රම පිළිබඳ නිවැරදි ප්‍රකාශය වන්නේ,

- (1) ස්ටූ කිරීමේදී අඩු උෂ්ණත්වයක් හා කෙටි කාලයක් ගත වේ.
- (2) උදු වාෂ්පයෙන් තැම්බීමේදී තුමාලය සෘජුව ආහාර සමඟ ගැටෙයි.
- (3) පිඩනයෙන් පිසීමේදී උෂ්ණත්වය 100°C කි.
- (4) රෝස්ට් කිරීම උණු මේදයෙන් පිසීමේ ක්‍රමය කි.

12. අපරදිග ක්‍රමයට ආහාර පිළිගැන්වීමේදී, පෞද්ගලික කවරය මත වමේ සිට උපකරණ තැන්පත් කර ඇති නිවැරදි

අනුපිළිවෙල වන්නේ,

- |                                                  |                                                  |
|--------------------------------------------------|--------------------------------------------------|
| (1) ගැරුප්පුව, පිඟාන, සුප් හැන්ද, පිහිය සහ හැන්ද | (2) ගැරුප්පුව, පිඟාන, හැන්ද, පිහිය සහ සුප් හැන්ද |
| (3) සුප් හැන්ද, හැන්ද, පිහිය, පිඟාන සහ ගැරුප්පුව | (4) සුප් හැන්ද, පිහිය, හැන්ද, පිඟාන සහ ගැරුප්පුව |

13. ක්ෂුද්‍රජීවී වර්ධනය ට සුදුසුම උෂ්ණත්වය හඳුන්වනු ලබන්නේ,

- (1) කාමර උෂ්ණත්වය ලෙස ය. (2) සාමාන්‍ය උෂ්ණත්වය ලෙස ය.  
(3) ප්‍රශස්ත උෂ්ණත්වය ලෙස ය. (4) ඉහළ උෂ්ණත්වය ලෙස ය.

14. පහත දක්වා ඇත්තේ රෝග ලක්ෂණ කිහිපයකි.

A මතක තබා ගැනීමේ අපහසුතාව

B සුදු මැලි බව

C කෘෂ වූ ශරීරයක් පැවතීම

D හිස කෙස් අඩුවීම හා සිහි දු වීම

මින් නිරීක්ෂණය කිරීමේදී රෝග ලක්ෂණ දක්වා ඇති ප්‍රකාශ වනුයේ,

- (1) A සහ B පමණි. (2) A සහ C පමණි. (3) C සහ D පමණි (4) B සහ D පමණි

15. ශරීර ස්කන්ධ දර්ශකය නිවැරදිව දක්වා ඇති වරණය වන්නේ,

- (1) BMI =  $\frac{\text{බර (g)}}{\text{උස (m}^2\text{)}}$  (2) BMI =  $\frac{\text{බර (Kg)}}{\text{උස (cm}^2\text{)}}$  (3) BMI =  $\frac{\text{බර (Kg)}}{\text{උස (cm)}}$  (4) BMI =  $\frac{\text{බර (Kg)}}{\text{උස (m}^2\text{)}}$

16. ළදරු අවධියේදී මොළය වර්ධනයට අවශ්‍ය ක්ෂුද්‍ර පෝෂක වන්නේ,

- (1) නයමින් සහ නයසින් ය. (2) පිරිසෝස්සන් සහ සින්ක් ය.  
(3) ෆෝලික් අම්ලය සහ සින්ක් ය. (4) නයසින් හා ෆෝලික් අම්ලය ය.

17. නයිට්‍රොජන් නිපදවා ගත නොහැකි වීමෙන් ඇතිවන තත්ත්වයකි.

- (1) ගලගණ්ඩය (2) හයිපොතයිට්‍රොයිඩතාව (3) ක්‍රෙටිනතාව (4) මික්සොඩිමාව

18. ප්‍රජනක සෞඛ්‍යය පිළිබඳ නිවැරදි ප්‍රකාශය තෝරන්න.

- (1) ආර්ථව චක්‍රයේ දින 7 සිට 14 දක්වා කාලය සරු කාලය ලෙස හඳුන්වයි.  
(2) ගොනෝරියා/ක්ලැමීඩියාව ගැබ්නි මවට වැළඳීමෙන් බිහිවන දරුවාගේ ඇස් අන්ධ වේ.  
(3) HIV ආසාදනය වී රෝග ලක්ෂණ මතු වීමෙන් පසු එය වළක්වා ගත හැකි ය.  
(4) ලිංගිකව සම්ප්‍රේෂණය වන සමහර රෝග, බෝ නොවන රෝග ලෙස හඳුන්වයි.

19. නව යොවුන් වියේ දී දැකිය හැකි පොදු ද්විතියික ලිංගික ලක්ෂණ වන්නේ,

- (1) උකුල පළල් වීම සහ උරනිස් පළල් වීම ය. (2) උස වැඩිවීම සහ මස්පිඩු වර්ධනය වීම ය.  
(3) සිරුරේ හැඩය වෙනස් වීම සහ බර වැඩිවීම ය. (4) උරනිස් පළල් වීම සහ කටහඬ මිහිරි වීම ය.

20. බාහිර කම්පන වලින් භ්‍රෂණය ආරක්ෂා කරනුයේ,

- (1) වැදෑමක මගිනි. (2) කලලාචාරික තරලය මගිනි. (3) කලල බන්ධනය මගිනි. (4) ගර්භාෂ බන්ධනය මගිනි.

21. පූර්ව ප්‍රසව අවධියේදී ජීවියා මිනිස් රූපයක හැඩය ගන්නා කාල සීමාව වන්නේ,

- (1) භ්‍රෂණ අවධිය ය. (2) අණ්ඩ අවධිය ය. (3) කලල අවධිය ය. (4) ඩිමබ් අවධිය ය.

22. ශ්‍රී ලංකාවේ අඩු බර දරු උපතක් ලෙස හඳුන්වන්නේ දරුවාගේ උපත් බර,

- (1) කිලෝ ග්‍රෑම් 1.5 ට වඩා අඩු වීම ය. (2) කිලෝග්‍රෑම් 2.0 ට වඩා අඩුවීම ය.  
(3) කිලෝග්‍රෑම් 2.5 ට වඩා අඩුවීම ය. (4) කිලෝග්‍රෑම් 3.0 ට අඩු වීම ය.

23. නවජ දරුවා තුළින් පිළිබිඹු වන ප්‍රතික ක්‍රියා වන්නේ,

- (1) නිගැස්සීම සහ කිරි උරා බීම ය. (2) ශබ්දය සහ දෘෂ්ටිය ය.  
(3) දෘෂ්ටිය සහ ආලෝකයට ඇස් වසා ගැනීම ය. (4) සංවේදනය සහ නිගැස්ම ය.

24. ගර්භනී කාන්තාවකගේ රුධිර නිමොග්ලොබින් ප්‍රමාණය සඳහා කඩඉම් සීමාව ලෙස සැලකෙනුයේ,

- (1) 9 g/dl ය. (2) 11 g/dl ය. (3) 13 g/dl ය. (4) 15 g/dl ය.

25. නව යොවුන් වියෙහි මානසික වර්ධනය හා සම්බන්ධ සාවද්‍ය ප්‍රකාශය වන්නේ,

- (1) පරිසරය වෙනස්වීමට අනුවර්තනය වීමේ හැකියාව ලැබීම ය. (2) නිර්මාණාත්මක කුසලතා පෙන්නුම් කිරීම ය.  
(3) අන් අය සමග තර්ක කිරීමට පෙළඹීම ය. (4) කාලය හා දුර යන සංකල්ප සාධනය ආරම්භ වීම ය.

26. නව ප්‍රතිශක්තිකරණ වැඩසටහන යටතේ, MMR එන්නත ළදරුවාට දෙනු ලබන්නේ කවර වයසේදීද?

- (1) මාස 06 දී ය. (2) මාස 08 දී ය. (3) මාස 09 දී ය. (4) මාස 12 දී ය.

27. වයස මාස හතර, පහ ළදරුවෙකු පෙන්නුම් කරන වාලක හැකියාවක් වන්නේ,

- (1) උදව් ඇතිව වාඩිවීම ය. (2) අත්ලෙන් යමක් ඇල්ලීම ය.  
(3) අත් එකිනෙක පටලවා ගනිමින් සෙල්ලම් කිරීම ය. (4) ක්‍රීඩා භාණ්ඩ දෙකක් එකට ගසමින් සෙල්ලම් කිරීම ය.

28. ඇඟලුමක් හෝ උපාංගයක් නිර්මාණය කිරීමට උපකරණ, මෙවලම් සහ ද්‍රව්‍ය අවශ්‍ය වේ. මෙවලම් පමණක් සඳහන්ව ඇති පිළිතුර තෝරන්න.

- (1) බොත්තම්, වෙල්කොට්ස් සහ මිනුම් පටිය ය. (2) දැතිරෝදය, එම්බ්‍රොයිඩ් රාමුව සහ මිනුම් මාපකය ය.  
(3) රේන්ද්‍ර පටිය, මහන යන්ත්‍රය සහ රිබන් පටි ය. (4) රේන්ද්‍ර පටිය, වෙල්කෝට්ස් සහ මිනුම් පටිය ය.

29. ඇඳුමක් වඩාත් අලංකාරව හා ක්‍රමවත්ව මසා ගැනීමට විවිධ ශිල්පීය ක්‍රම භාවිත කරයි. මැසීමේ ශිල්පීය ක්‍රම පමණක් ඇතුළත් පිළිතුර කුමක්ද?

- (1) සැනගාංචු ඇල්ලීම, පොලොව් යෙදීම සහ ආර යෙදීම ය. (2) වාටි මැස්ම, ලේසිඩේසි මැස්ම සහ සිහින් නූල් දුවවීම ය.  
(3) දම්වැල් මැස්ම, සැනගාංචු ඇල්ලීම සහ ආර යෙදීම ය. (4) ලේසි ඩේසි මැස්ම, වාටි මැස්ම සහ සිහින් නූල් දුවවීම ය.

30. දක්කු රේඛා සලකුණු කරන ලද ඇඳුමක් මැසීමේදී සැලසෙන වාසියක් වනුයේ,

- (1) රෙදි පිරිමැසිය හැකි ය. (2) සිරුරේ හැඩයට අනුව ඇඳුම මසා ගත හැකි ය.  
(3) පතරොමට අනුව ඇඳුම මසා ගත හැකි ය. (4) රෙද්දේ දිගත් රේඛාව සොයාගත හැකි ය.

31. සත්ත්ව කෙඳි වලට අයත් වේ.

- (1) සේද සහ ලෝම (2) සේද සහ හණ (3) ලිහන් සහ කපු (4) කපු සහ සේද

32. ඇඳුමක වාටියක් නිම කිරීමට හා විසිතුරු කිරීමට යෙදිය හැකි වඩාත් සුදුසු මැස්ම කි.

- (1) බුලියන් මැස්ම (2) ලේසි ඩේසි මැස්ම (3) බ්ලැන්කට් මැස්ම (5) දම්වැල් මැස්ම

33. ළමා ගවුමේ සාය කොටස මැසීමේ අනුපිළිවෙල වන්නේ,

- (1) අංශය මුට්ටු කිරීම, වාටිය මැසීම සහ ඉණ රැළි කර කඳට ඇල්ලීම ය.  
(2) ඉණ රැළි කර කඳට ඇල්ලීම, අංශය මුට්ටු කිරීම සහ වාටිය මැසීම ය.  
(3) අංශය මුට්ටු කිරීම, ඉණ රැළිකර කඳට ඇල්ලීම සහ වාටිය මැසීම ය.  
(4) වාටිය මැසීම, ඉණ රැළිකර කඳට ඇල්ලීම හා අංශය මුට්ටු කිරීම ය.

34. පෝරුවක් යොදා ළමා ගවුමේ කඳ කොටස මැසීමේ අරමුණ වන්නේ,

- (1) ඇඳුමේ කල්පැවැත්ම හා පිරිසිදු කිරීමට හැකි වීමට ය.
- (2) ඇඳුම අලංකාර කිරීම හා කුමචත්ව මැසීමට හැකිවීමට ය.
- (3) නිසි ලෙස අද්දර නිම කිරීමට හා විසිතුරු කිරීමට හැකිවීමට ය.
- (4) ඇඳුම කුමචත්ව මැසීමට හා ඇඳුමේ කල්පැවැත්මට ය.

35. දුඹුරු කඩදාසියක් මත (brown paper) පතරොම නිර්මාණය කල යුතු වන්නේ,

- (1) කඩදාසියේ ඔපය රහිත පෘෂ්ඨයේ රේඛා සිරස්ව පිහිටන ලෙස ය.
- (2) කඩදාසියේ ඔපය සහිත පෘෂ්ඨයේ රේඛා තිරස්ව පිහිටන ලෙස ය.
- (3) කඩදාසියේ ඔපය සහිත පෘෂ්ඨයේ රේඛා සිරස්ව පිහිටන ලෙස ය.
- (4) කඩදාසියේ ඔපය රහිත පෘෂ්ඨයේ රේඛා තිරස්ව පිහිටන ලෙස ය.

36. පවුල පිළිබඳව ශිෂ්‍යාවක විසින් ලියන ලද සටහනකින් උපුටා ගත් ප්‍රකාශ කිහිපයක් පහත දැක්වේ.

- A නෂ්ටික පවුලක මෙන්ම ආරම්භක අවධියෙහි පසුවන පවුලක මව පියා සහ දරුවන් සිටිති.
- B වර්ධක අවදියෙහි පසු වන පවුලක මව සහ පියාට අමතරව ශ්‍රෝතිහු ද සිටිති.
- C සංකෝචන අවදියෙහි පසුවන පවුලක මව සහ පියා හෝ ඒ අයගෙන් එක් අයෙක් සිටිති.
- D විස්තෘත පවුලක මව පියා සහ දරුවන් මෙන්ම ශ්‍රෝතින් ද සිටිති.

මින් නිවැරදි ප්‍රකාශ වනුයේ,

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

37. පවුලක් තුළ ජීවත්වීමේදී සුහදත්වය, සහයෝගිතාවය සහ සාමූහිකත්වය මත කටයුතු කිරීමේ දී ඉස්මතු වන අවශ්‍යතාවය වනුයේ,

- (1) කායික අවශ්‍යතාවය යි.    (2) මානසික අවශ්‍යතාවය යි.    (3) සමාජීය අවශ්‍යතාවය යි.    (4) භෞතික අවශ්‍යතාවය යි.



38. ඉහත රූපයෙන් පෙන්නුම් කරන මෝස්තර මූලධර්මය වනුයේ,

- (1) එකඟත්වය ය.                      (2) සමානුපාතය ය.                      (3) අවධාරණය ය.                      (4) ඊදිමය ය.

39. තිරස් රේඛා හා අක්වක් රේඛා වලින් පිළිබිඹු කරන හැඟීම් පිළිවෙලින් දක්වා ඇති වර්ණය වන්නේ,

- (1) ක්‍රියාශීලී බව සහ උස් බව ය.                      (2) උස් බව සහ කලබලකාරී බව ය.
- (3) ශාන්ත බව සහ ක්‍රියාශීලී බව ය.                      (4) සෘජු බව සහ නොසන්සුන් බව ය.

40. බද්ධ වර්ණ ගැලපුම තෝරන්න.

- |                            |                                  |
|----------------------------|----------------------------------|
| (1) නිල්, කහ සහ රතු වේ.    | (2) දම්, නිල්දම් සහ කහ වේ.       |
| (3) තැඹිලි, කොළ සහ රතු වේ. | (4) කහ, කහ තැඹිලි, සහ තැඹිලි වේ. |

## 85 - ගෘහ ආර්ථික විද්‍යාව

### II පත්‍රය

- පළමුවන ප්‍රශ්නය සහ තවත් ප්‍රශ්න හතරක් තෝරාගෙන ප්‍රශ්න පහකට පමණක් පිළිතුරු සපයන්න.
- පළමුවන ප්‍රශ්නයට ලකුණු 20 ක් හිමිවන අතර අනෙකුත් සෑම ප්‍රශ්නයකටම ලකුණු 10 බැගින් හිමි වේ.

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

මව, පියා හා මුල් යොවුන් වියේ පසුවන දියණියක්ද පෙරපාසල් යන පුතෙකුගෙන්ද සමන්විත, මෙම පවුලේ අධිබර සහිත මිත්තණිය ද ඔවුන් සමග ජීවත් වේ. පියා රැකියාවක නියුතු වන අතර මව පවුලේ කටයුතු මනාව කළමනාකරණය කරගනිමින් පවුලේ සියලු අවශ්‍යතා ඉටු කිරීමට වෙහෙසෙන්නීය. එසේම ඇය ස්වයං රැකියාවක් ලෙස අත්කම් නිර්මාණය කර අලෙවි කරයි. නිවස හා නිවස අවට ප්‍රියමනාපව පවත්වා ගැනීමට ඇය දක්ෂතා දක්වන්නීය.

- (i) මෙම පවුලේ විශේෂ පෝෂණ අවශ්‍යතා ඇති අවධි දෙකක් නම් කරන්න.
- (ii) පෙර පාසල් වියේ පසුවන දරුවාට ආහාර වේලේ සකස් කිරීමේදී සැලකිලිමත් විය යුතු කරුණු දෙකක් ලියන්න.
- (iii) මිත්තණියට යෝග්‍ය රාත්‍රී ප්‍රධාන ආහාර දෙකක් ලියන්න.
- (iv) අධිබර නිසා මිත්තණියට ඇතිවිය හැකි සංකූලතා හතරක් ලියන්න.
- (v) මුල් යොවුන් වියට අදාළ වයස් සීමාව දක්වන්න.
- (vi) යොවුන් වියේ කායික වර්ධනය පෙන්නුම් කරන ලක්ෂණ දෙකක් ලියන්න.
- (vii) රවුම් බන්දේසි කවරයකට සුදුසු මෝස්තරයක් ඇඳ දක්වන්න.
- (viii) අත්කම් නිර්මාණයේදී යොදා ගන්නා මූලික මැනුම් හා ශිල්පීය මැනුම් ක්‍රම දෙක බැගින් ලියන්න.
- (ix) ජේදයේ සඳහන් පවුල් වර්ගය නම්කර එහි යහපත් ලක්ෂණ දෙකක් ලියන්න.
- (x) ගෘහ කළමනාකරණයේ පියවර හතරක් දක්වන්න. (ලකුණු 02x10 = 20)

2.(i) ළමා ගවුමක කර නිම කළ හැකි ක්‍රම තුනක් ලියන්න.

(ලකුණු 03)

- (ii) ලිපි රඳවනය විසිතුරු කර මැසීමට අදාළව පිරිසැලසුමක ඇතුළත් විය යුතු කරුණු තුනක් සඳහන් කරන්න. (ලකුණු 03)
- (iii) පහත සඳහන් ඇඟලුම් නිර්මාණාවල නිබිය යුතු විශේෂ ලක්ෂණ හතර බැගින් සඳහන් කරන්න.

a ළදරු ගවුම/ කම්සය

b ළමා ගවුම

(ලකුණු 04)

3. (i) මිනිස් සිරුරේ නිරෝගී පැවැත්ම සඳහා ජලයෙහි ඇති වැදගත්කම කරුණු තුනකින් පැහැදිලි කරන්න. (ලකුණු 03)

(ii) යකඩ උෞනාවයෙන් පෙළෙන යොවුන් වියේ දුරුවකු සඳහා දිවා ආහාර වේලක් සැලසුම් කරන්න. එම ආහාර තෝරා ගැනීමට හේතු දක්වන්න (ලකුණු 03)

(iii) පහත සඳහන් කරුණු පැහැදිලි කරන්න.

a) ආහාර ජීරණය

b) ආහාර සකස් කිරීමේදී ගුණාත්මක බව රැකගැනීම (ලකුණු 04)

(මුළු ලකුණු 10)

4. (i) ආහාර පරික්ෂණය කිරීම සඳහා භාවිත කරන උපක්‍රම තුනක් සහ එම උපක්‍රමවලට අදාළ මූලධර්මය බැගින් ලියන්න. (ලකුණු 03)

(ii) ආහාර පිසීමේ ප්‍රධාන ක්‍රම තුනක් නම් කරන්න. ඒ එක් එක් ක්‍රමය සඳහා උදාහරණය බැගින් දක්වන්න. (ලකුණු 03)

(iii) a) උග්‍ර ත්‍රිව්‍ර මන්ද පෝෂණ තත්ත්වය පෙන්නුම් කරන රෝග තත්ත්ව දෙක නම් කරන්න.

b) මන්ද පෝෂණයෙන් වැළකීම සඳහා ගත යුතු පියවර තුනක් ලියන්න. (ලකුණු 04)

(මුළු ලකුණු 10)

5. (i) ගෘහීය සම්පත් කළමනාකරණය තුළින් සැලසෙන වාසි තුනක් සඳහන් කරන්න. (ලකුණු 03)

(ii) වර්ණ වල ගුණාංග දක්වා ඉන් එකක් කෙටියෙන් පහදන්න. (ලකුණු 03)

(iii) නිවෙස් අලංකරණයේදී ගෙවත්ත මනාව සංවිධානය කිරීමේ දී සැලකිලිමත් විය යුතු කරුණු හතරක් දක්වන්න. (ලකුණු 04)

(මුළු ලකුණු 10)

6. (i) ළදරුවාට මාස හයෙන් පසුව අතිරේක ආහාර ලබාදීමේදී සැලකිලිමත් විය යුතු කරුණු තුනක් දක්වන්න. (ලකුණු 03)

(ii) ළදරුවාගේ සමාජීය වර්ධනය සඳහා නිවැසියන්ට සහාය විය හැකි ආකාර තුනක් සඳහන් කරන්න. (ලකුණු 03)

(iii) කෙටි සටහන් ලියන්න.

A ආරය

B පරිසරය

(ලකුණු 04)

(මුළු ලකුණු 10)

7. (i) ගර්භනීභාවයේ ලක්ෂණ තුනක් සඳහන් කරන්න. (ලකුණු 03)

(ii) යොවුන්වියෙහි පසුවන දරුවාට උපදේශනයෙහි වැදගත්කම පැහැදිලි කරන්න. (ලකුණු 03)

(iii) නව යොවුන් විය පරිවර්තන කාල පරිච්ඡේදයක් ලෙස හැඳින්වීම පිළිබඳව ඔබේ අදහස් දක්වන්න. (ලකුණු 04)

(මුළු ලකුණු 10)