සියලුම හිමිකම් ඇවිරිණි.
All Rights Reserved

අධ්‍යයන පොදු සහතික පත්‍ර (උ/පෙළ) විභාගය

ගෘහ ආර්ථික විද්‍යාව - I

13 ශ්‍රේණිය

කාලය පැය 01 යි.

උපදෙස්:-

- ප්‍රශ්න සියල්ලටම පිළිතුරු මෙම ප්‍රශ්න පත්‍රයේම සපයන්න.
- එක් එක් ප්‍රශ්නයට නිවැරදි පිළිතුර තෝරා එහි අංකය ඉදිරියෙන් ඇති වරහන් තුළ වූ තිත් ඉරි මත

(01) වර්ණ චක්‍රයේ එක ළඟ ඇති වර්ණ 2 සමඟ යොදාගන්නා වූ වර්ණ ගැලපුමකි.
(1) ද්විත්ව අනුපූරක වර්ණ ගැලපුම (2) ඒක වර්ණ ගැලපුම
(3) බද්ධ වර්ණ ගැලපුම (4) ත්‍රිත්ව වර්ණ ගැලපුම (........)

(02) ත්‍රිත්ව වර්ණ ගැලපුමට උදාහරණයකි,
(1) කහ, රතු, දම් (2) කොළ, නිල් දම්, රතු
(3) කහ තැඹිලි, රතු තැඹිලි, රතු දම් (4) කහ කොළ, නිල් දම්, රතු තැඹිලි (........)

(03) ගෘහ අලංකරණයේදී යොදාගන්නා රේඛාවලින් නිර්මාණය වන හැඩතල සම්බන්ධ නිවැරදි ප්‍රකාශය වන්නේ,
(1) විකර්ණ හා වක්‍ර රේඛා මගින් ත්‍රිකෝණ හැඩ ඇති වේ.
(2) තිරස්, සිරස් හා විකර්ණ රේඛා මිශ්‍රවීමෙන් ත්‍රිමාන හැඩ ඇති වේ.
(3) තිරස්, වක්‍ර රේඛා මිශ්‍රවීමෙන් ඕවලාකාර හැඩ ඇති වේ.
(4) වක්‍ර හා අක්වක් රේඛා මිශ්‍රවීමෙන් ද්විමාන හැඩ ඇති වේ. (........)

(04) ගෘහයේ බාහිර අලංකරණය සඳහා පොකුණක් නිර්මාණය කිරීමේදී එහි සාර්ථකත්වය කෙරෙහි බලපාන කරුණු නම්,
(1) අලංකාරය, රිද්මය, ප්‍රායෝගික බව (2) ස්වභාවිකත්වය, නවීනත්වය, ක්‍රියානුරූපී බව
(3) ප්‍රායෝගික බව, රිද්මය, තුලනය (4) නිර්මාණශීලී බව, අවධාරණය, එකඟත්වය (........)

(05) කළමනාකරණ තීරණ රඳාපවතින කරුණු නම්,
(1) ආකල්ප, අරමුණු, ප්‍රමිතීන්, අගයන් (2) ශ්‍රමය, ආකල්ප, දැනුම, කුසලතා
(3) ඉඩකඩ, මුදල්, දේපල, ප්‍රජා පහසුකම් (4) ආකල්ප, කුසලතා, අගයන්, මුදල් (........)

(06) නිවසක බාහිර අලංකරණයේදී අවධාරණය කළ යුත්තේ,
(1) මුදල් වැය කිරීම හා නඩත්තුව (2) ජලය සැපයීම හා මුදල් වැයකිරීම.
(3) මනා සංවිධානය හා නඩත්තුව (4) ගෘහ භාණ්ඩ හා උපකරණ යොදාගැනිම. (........)

(07) විදුලි උපකරණයක 750w හා 230v ලෙසින් සඳහන් කර ඇති ධාරාව වන්නේ,
(1) 0.47 AMP (2) 3.2 AMP (3) 4.7 AMP (4) 0.32 AMP (........)

(08) කාමරයක් විශාලකර පෙන්වීම සඳහා වර්ණ යොදාගත හැකි ආකාරයකි.
(1) සිවිලිමට, ගෙබිමට, තද වර්ණ ආලේපය (2) සමාන්තර බිත්ති 2 ට ලා වර්ණ ආලේපය
(3) බිත්ති හතරටම දීප්තිමත් වර්ණ ආලේපය (4) බිත්ති හතරටම ලා වර්ණ ආලේපය (........)

(09) නිවසකට ස්වභාවිකත්වය හා ක්‍රියානුරූපිබව ළඟාකර ගැනීමට,

(1) කැටයම් සහිත ලෝහමය අත්වැටක් තරප්පුපෙළට යෙදීම.

(2) බිමට අලංකාර ගඩොල් ඇල්ලීම.

(3) කඩා වැටුණු ගසක කඳ කොටස ගෙමිදුලේ ආසනයක් ලෙස සැකසීම.

(4) බිත්තියකට වීදුරු ගල් සවි කිරීම. (........)

(10) කළමනාකරණ ක්‍රියාවලියේදී සැලසුම් ඉටුකර ගැනීමේ ක්‍රියාකාරී අවස්ථා ලෙස සැලකෙන්නේ,

(1) ක්‍රියාත්මක කිරීම. (2) පාලනය

(3) සැලසුම් කිරිම. (4) සංවිධානය කිරීම (........)

(11) ප්‍රතිඔක්සිකාරක විටමිනයකි.

(1) නැප්තාක්විනෝන් (2) ටොකොෆෙරෝල්

(3) කැල්සිෆෝරෝල් (4) තයමීන් (........)

(12) ලැන්ගහැන් ද්වීපිකා (අන්න්‍යාශය) මගින් නිපදවන හෝමෝනය නම්,

(1) ප්‍රොජෙස්ටරෝන්, ඊස්ට්‍රජන් (2) ඉන්සියුලීන්, ග්ලූකෝස්

(3) ගැස්ට්‍රින්, ඊස්ට්‍රජන් (4) තයිරොක්සින්, ඉන්සියුලින් (........)

(13) ප්‍රෝටීන් පරිවෘත්තියේ ප්‍රධාන නයිට්‍රජන් නිෂ්පාදනයකි,

(1) කීටෝන් දේහ (2) ඇඩිපෝස් පටක (3) පයිරුවික් අම්ල (4) යූරියා (........)

(14) පහත ආහාර අතරින් වැඩිම ප්‍රෝටීන් ප්‍රතිශතයක් ඇත්තේ,

(1) කරවලවල (2) සැමන්වල (3) රටකජුවල (4) මාළුවල (........)

(15) මෝල්ටෝස් අණුවක් සෑදීම ඇත්තේ කුමන මොනොසැකරයිඩ සංයෝගයෙන්ද?

(1) ග්ලූකෝස් හා ග්ලැක්ටෝස් (2) ග්ලූකෝස් හා ග්ලූකෝස්

(3) ෆෘක්ටෝස් හා ග්ලූකෝස් (4) ග්ලැක්ටෝස් හා ෆෘක්ටෝස් (........)

(16) විටමින් B_3 හඳුන්වන රසායනික නාමය වන්නේ,

(1) රයිබොෆෙලේවින් (2) නයසීන්

(3) තයිමීන් (4) පිරිඩොක්සීන් (........)

(17) විටමින් A හා යකඩ බහුලව අඩංගු වන්නේ,

(1) බිත්තර (2) කිරි (3) නිවිති (4) නෙල්ලි (........)

(18) ශරීරයට අවශ්‍ය ඛනිජ ලවනයක් ලෙස සින්ක් හැඳින්වීමට හේතුවකි,

(1) ඉන්සියුලීන් සංඝටකයක් වීම. (2) ප්‍රෝටීන් සංස්ලේෂණයට අවශ්‍ය වීම.

(3) යකඩ අවශෝෂණයට උපකාරී වීම. (4) ජල තුලනය පාලනය කිරීම. (........)

(19) අයඩීන් ඉවහල්ව නිපදවන හෝමෝනයකි,

(1) ඉන්සියුලීන් (2) ඊස්ට්‍රජන්

(3) ටෙස්ටෙස්ටරෝන් (4) තයිරොක්සීන් (........)

(20) ඔමේගා 3 බහුලව අඩංගු මාළු වර්ග නම්,

(1) බලයා, තලපත්, ඉස්සන් (2) සැමන්, සාලයා, හුරුල්ලා

(3) හුරුල්ලා, ගල්මාළු, පොකිරිස්සා (4) මෝරු, කකුළුවන්, තලපත් (........)

(21) රුධිර කොලෙස්ටරෝල් පිළිබඳ නිවැරදි ප්‍රකාශය නම්,

(1) විටමින් D නිෂ්පාදනයේ පුරෝගාමී ද්‍රව්‍යයකි.

(2) රුධිර නාලිකා තුළ අධිකව තැන්පත්ව රුධිර සංසරණය අපහසු කරයි.

(3) රුධිරයේ අන්තර්ගත ලිපිඩ වර්ගයකි.

(4) පිත නිෂ්පාදනට අවශ්‍ය මූලික ද්‍රව්‍යයකි. (........)

(22) ආහාර නිෂ්පාදනය, සැකසීම, ගබඩා කිරීම හෝ ඇසිරීමේදී ප්‍රධාන ආහාර ද්‍රව්‍යවලට අමතරව එක් කරනුයේ,

(1) ආකලන (2) පරිපූරක (3) ඇසුරුම් වායු (4) ද්‍රාවක (........)

(23) ආහාර පිළිගැන්වීමේදී "පිළිගැන්වීමේ ක්‍රමය" තීරණය කිරීම සඳහා අවධානය යොමු කළ යුත්තේ,

(1) සංඛ්‍යාව හා වයස (2) රසය හා ගැලපීම

(3) ආලෝකනය හා පිසීමේ ක්‍රම (4) සංඛ්‍යාව හා ස්ථානය (........)

(24) රෙදිවල පැල්ලම් ඉවත්කිරීමේදී යොදාගන්නා විරංජකයකි.

(1) කැල්සියම් ක්ලෝරයිඩ් (2) සෝඩියම් හයිඩ්‍රොසල්ෆේට්

(3) හයිඩ්‍රජන් පෙරොක්සයිඩ් (4) කැල්සියම් කාබනේට් (........)

(25) රෙදි සේදීමට ගන්නා ජලයට ක්ෂාලකයක් එක් කිරීමෙන්,

(1) ජලයේ පෘෂ්ඨීක ආතතිය වැඩි වේ. (2) කුණු ඉවත් කිරීම අපහසු වේ.

(3) ජලයේ පෘෂ්ඨීක ආතතිය අඩු වේ. (4) කුණු ඉවත් කිරීම පහසු වේ. (........)

(26) සබන්වල TFM ප්‍රතිශතය අනුව,

(1) ක්ෂර වර්ග අඩංගු නොවීම. (2) මේද ප්‍රතිශතය අඩු වීම.

(3) ක්ෂාර ප්‍රතිශතය වැඩි වීම. (4) මේද වර්ග අඩංගු නොවීම. (........)

(27) සරල වියමන්වලට අයත්වන්නේ,

(1) තට්ටු, මීවද හා කාක්ක වියමන් (2) මීවද දාර හා පැහි වියමන්

(3) චාම් දාර හා පැහි වියමන් (4) තුඩු කීරි, දික්දාර හා හාක්ක වියමන් (........)

(28) මූලික පතරොම ඇසුරින් සාරි හැට්ටයේ පතරොම නිර්මාණය කිරීමේදී,

(1) උරහිස මිම්මෙන් 2cm අඩු කිරීම.

(2) ඉන ආරය, ආරමුදුනේ සිට පහත් කර වක්‍ර කළ යුතුය.

(3) පතරොමේ පිටුපස උසින් 1.5 cm අඩු කිරීම.

(4) ඉදිරිපස පතරොමේ පපු මිම්මෙන් 2cm එක් කිරීම. (........)

(29) පිරිමි කමිසය නිර්මාණයේදී,

(1) ඇඟේ හැඩයට අනුව මිමි ගැනීම. (2) විවරය පියවීම සඳහා වම් පැත්තට අල්ලයි.

(3) අත යට මූට්ටුව මසා අත අල්ලයි. (4) මිණුම් අඩු ප්‍රමාණයක් අවශ්‍ය වේ. (........)

The National e-learning Portal for the General Education

(30) දුර්වර්ණ වූ සුදු ඇඳුමක් සුදු පැහැ ගැන්වීමේදී භාවිත කරනු ලබන්නේ,

(1) කැල්සියම් සල්ෆේට් (2) කැල්සියම් හයිපොක්ලෝරයිඩ්

(3) කැල්සියම් කාබනේට් (4) ස්ටැනස් ක්ලෝරයිඩ් (........)

(31) මානසික ගැටලුවක් වන "මානසික අසහනයේ" ලක්ෂණයකි.

(1) නින්ද නොයාම හා නොරුස්සනබව (2) නොරුස්සන බව හා තර්ක කිරීම.

(3) හිසරදය හා කුතුහලය. (4) අනාරක්ෂිත බව හා කුතුහලය (........)

(32) අසාමාන්‍ය චර්යාවක් වන "දුස්සමාහිත බව" මග හරවා ගැනීමට ක්‍රමයකි,

(1) නිතර දඬුවම් කිරීම. (2) දරුවා කෙරෙහි සංවේදී නොවීම.

(3) දරුවා තුළ ආත්ම විශ්වාසය ගොඩනැගීම. (4) සම වයස් ඇසුරට ඉඩ නොතැබීම. (........)

(33) මුල් ළමාවිය දරුවන් සම්බන්ධ නිවැරදි ප්‍රකාශය වන්නේ,

(1) ස්ථිර දත් සියල්ල මතුව තිබීම. (2) කැපී පෙනීමට උත්සාහ දරයි.

(3) කුතුහලයෙන් යුක්තය. (4) අස්ථිවල කැල්සිභවනය සම්පූර්ණව ඇත. (........)

(34) මව්කිරි නිපදවීමට අදාළ වන හෝමෝනය නම්,

(1) ප්‍රොලැක්ටින් හා ඊස්ට්‍රජන් (2) ඔක්සිටොසින් හා ප්‍රොලැක්ටින්

(3) ඊස්ට්‍රජන් හා ප්‍රොජෙස්ටරෝන් (4) ප්‍රොලැක්ටින් හා ප්‍රොජෙස්ටරෝන් (........)

(35) ගර්භනී කාලසීමාව නම්,

(1) සති 40 (2) සති 44 (3) සති 36 (4) සති 32 (........)

(36) මාස 4 ඉක්මවූ දරුවෙකුට දෙන එන්නත නම්,

(1) පෙන්ටාවේලන්ට් එන්නත මුල් මාත්‍රාව (2) පෙන්ටාවේලන්ට් එන්නත දෙවන මාත්‍රාව

(3) MMR එන්නත (4) පෝලියෝ එන්නත පළමු මාත්‍රාව (........)

(37) යොවුන් වියේ ඇතිවිය හැකි ගැටලු තත්ත්වයකි.

(1) හීනමානය හා ප්‍රතිශේධනය (2) ක්ලමතය හා හීනමානය

(3) ක්ලමතය හා ඉච්ඡාභංගත්වය (4) ආත්මානුකම්පාව හා කාංසාව (........)

(38) පසු ප්‍රසව අවස්ථාවේ අවදානම් තත්ත්වයක් නොවන්නේ,

(1) ගැබ් ගෙලෙහි ආසාදන (2) ගර්භ වලිප්පුව

(3) අධික රුධිර වහනය (4) අධික නිදිමත (........)

(39) ආහාර අලෙවියේදී පාරිභෝගිකයා පොළඹවා ගැනීමට යොදෙන උපක්‍රමයකි,

(1) ඇසුරුම (2) ප්‍රචාරණය

(3) වට්ටම් දීම (4) ප්‍රමිති සහතික දීම. (........)

(40) ආහාර ඇසුරුම් කිරීමේදී සම්පූර්ණයෙන්ම මුද්‍රා තැබීම සඳහා ඉතාම සුදුසු වන්නේ,

(1) සෙලෝෆේන් (2) වීදුරු

සියලුම හිමිකම් ඇවිරිණි.
All Rights Reserved

අධ්‍යයන පොදු සහතික පත්‍ර (උ/පෙළ) විභාගය

ගෘහ ආර්ථික විද්‍යාව - II

13 ශ්‍රේණිය

කාලය පැය 03 යි.

01 (1) පෝෂණ ගැටළු ඇතිවීම කෙරෙහි බලපාන සමාජයීය සාධක මොනවා ද?

(2) නිදන්ගත මන්ද පෝෂණය යන්න හඳුන්වන්න.

(3) මලබද්ධයෙන් පෙළෙන්නෙකුට ආහාරවේල් පිළියෙල කිරීමේ දී අවධානය යොමුකළ යුතු කරුණු මොනවා ද?

02 (1) ශරීර ස්කන්ධ දර්ශකය මගින් පුද්ගල පෝෂණ තත්ත්වය නිර්ණය කරයි. මෙම දර්ශකය හඳුන්වන්න.

(2) පරිරක්ෂණකාරක භාවිතයේ දී අනුගමනය කළයුතු වැදගත් කරුණු 2 සඳහන් කරන්න.

(3) ගුණාත්මක බව අනුව ප්‍රෝටීන් වර්ග කර දක්වන්න.

03 (1) යෞවනෝදයට එළඹෙන දරුවෙකුගේ චර්යාවන්හි ඇතිවන තාවකාලික අස්ථායි බවට හේතු මොනවාද?

(2) සමාජානුයෝගී කථනයේ අවස්ථා මොනවා ද?

(3) පසු ළමාවියේ දරුවන් පිළිබිඹු කරන චර්යාමය ගැටළු තත්ත්ව හඳුන්වන්න.

04 (1) දරුවන් තුළ කායික වර්ධනය කෙරෙහි බලපාන සාධක මොනවා ද?

(2) තාක්ෂණ දියුණුවත් සමග සන්නිවේදන මාධ්‍ය පුළුල්වීම නව යෞවනයන් කෙරෙහි බලපාන අයුරු විමසන්න.

(3) යෞවනයෙකුට වෘත්තීය මාර්ගෝපදේශනයෙන් සැලසෙන වාසි මොනවාද?

05 (1) නිවසක ඉඩකඩ පිරිමසා ගැනීමට අනුගමනය කළ යුතු ක්‍රම 4 දක්වන්න.

(2) තිර රෙදි සැකසීමේ ක්‍රම 2 ලියා ඇඳ දක්වන්න.

(3) ගෘහ කාර්යයන් විධිමත්ව කළමනාකරණය කරගැනීමෙන් සැලසෙන වාසි 2 ක් ලියන්න.

06 (1) මිමි ගැනීමෙන් ඇඳුම් නිර්මාණය කරනු ලබයි. මිමි ගැනීමේ දී සැලකිලිමත් විය යුතු කරුණු මොනවා ද?

(2) විදුලිය පිරිමැසීමේ දී අනුගමනය කළ යුතු කරුණු 3 ලියන්න.

(3) මසර කිරීමේ ක්‍රියාවලිය විස්තර කරන්න.

07 (1) රෙදි නිපදවීමට අදාළව ''ෆෙල්ට් කිරීම'' පහදන්න.

(2) මැහුම් ක්‍රම ප්‍රධාන කාණ්ඩ යටතේ වර්ග කර දක්වන්න.

(3) නිවසකට කෘත්‍රිම ආලෝකය සැපයීමේ දී අවධාරණය කළ යුතු කරුණු 5 ලියන්න.