සියලු හිමිකම් ඇවිරිණි / All Rights reserved

වයඹ පළාත් අධ්‍යාපන දෙපාර්තමේන්තුව
Provincial Department of Education - NWP

28 S I

තෙවන වාර පරීක්ෂණය - 13 ශ්‍රේණිය - 2019

Third Term Test - Grade 13 - 2019

විභාග අංකය ....

ගෘහ ආර්ථික විද්‍යාව I

කාලය පැය දෙකයි

- **සියලුම ප්‍රශ්න සඳහා පිළිතුරු සපයන්න.**
- **අංක 01 සිට 50 තෙක් එක් එක් ප්‍රශ්නයට අදාළ පිළිතුරු වලින් වඩාත් නිවැරදි පිළිතුර තෝරන්න.**

01. මහනුවර නගරයේ නිර්මාණ ඉදිකිරීමේ දී දළඳා මාලිගාවේ සංස්කෘතික ලක්ෂණවලට හානි නොවීමට නිර්මාණ ශිල්පියා වග බලා ගත යුතුය. මින් කියැවෙන්නේ එහි,
    1. ප්‍රමාණය හා සමානුපාතික බවයි.
    2. වර්ිනාකම් පද්ධතියයි.
    3. සැකැස්ම හා පිහිටීමයි.
    4. කලාත්මක බවයි.
    5. අනුකූලත්වයයි.

02. යම් සැකැස්මක් තුල නිශ්චිතවම තෝරාගත් උපාංගයක් හෝ කිහිපයක් අනෙක් උපාංගයන්ගේ සහයෝගීතාවයෙන් වඩාත් ඉස්මතු වී පෙන්වීම.
    1. අවධාරණයයි.
    2. සමමිතික තුලනයයි.
    3. සමෝධානයයි.
    4. සමානුපාතික බවයි.
    5. රිද්මයයි.

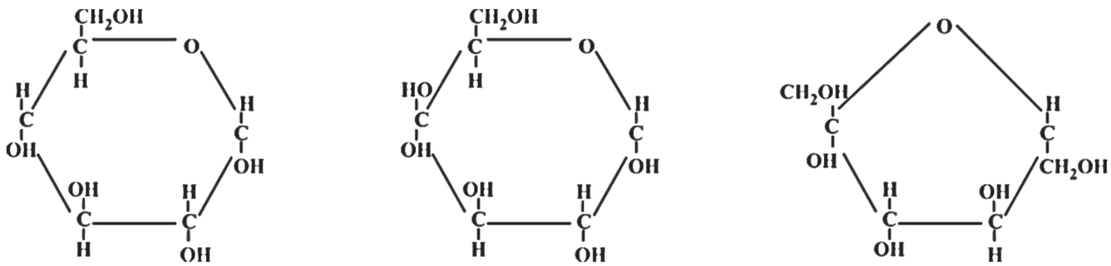
03. පරිසරයට කාබන් මුදා හැරීම, ජල භාවිතය, ශක්ති පරිභෝජනය හා මුදාහරින අපද්‍රව්‍ය ප්‍රමාණය අවම කිරීම මඟින් ඉදි වූ ගොඩනැගිලි හඳුන්වන්නේ,
    1. නූතන සංකල්පයේ ගොඩනැගිලි ලෙස
    2. පශ්චාත් නූතන සංකල්පයේ ගොඩනැගිලි ලෙස
    3. අනුකූලත්වයට ඉදි වූ ගොඩනැගිලි ලෙස
    4. හරිත සංකල්පයේ ගොඩනැගිලි ලෙස
    5. සන්දර්භය යටතේ ඉදි වූ ගොඩනැගිලි ලෙස

04. පහත වැකි අතරින් සාවද්‍ය වැකිය තෝරන්න.
    1. පැරණි ශිෂ්ටාචාරවල ජීවත් වූ මිනිසා ස්වභාවික පරිසරය සමඟ සහසම්බන්ධව සිටියහ.
    2. ඕනෑම නිර්මාණයක් පවතින කාලය හා අවකාශයට ගැලපිය යුතුය.
    3. යම් නිර්මාණයක් කිරීමේදී නිර්මාණ ශිල්පියාගේ මනසේ ඇඳෙන අදහස සංකල්පය ලෙස හඳුන්වයි.
    4. ප්‍රශස්ත ජීවන පරිසරයක් නිර්මාණයේ දී ඒ වෙනුවෙන් වැයවන මුදල් ප්‍රමාණය ගැන අවධානයට ලක් විය යුතුය.
    5. ග්‍රාමීය නිවාස ඉදිවීමේ දී එක් පැත්තක මුවා බිත්ති (Blind Wall) බහුලව දැකිය හැකිය.

05. තෘතීක වර්ණ ගැලපුමකට උදාහරණයකි.

1. කහ සහ දම් සම ප්‍රමාණවලින් මිශ්‍ර කිරීම.
2. නිල් සහ තැඹිලි සම ප්‍රමාණවලින් මිශ්‍ර කිරීම.
3. කොළ සහ තැඹිලි සම ප්‍රමාණවලින් මිශ්‍ර කිරීම.
4. කළු සහ අළු සම ප්‍රමාණවලින් මිශ්‍ර කිරීම.
5. කොළ, රතු සහ කහ සම ප්‍රමාණවලින් මිශ්‍ර කිරීම.

06. පහත දැක්වෙන්නේ සරල සීනි අණු තුනක ව්‍යුහයන්ය. සරල සීනි අනුපිළිවෙලින් දක්වා ඇති පිලිතුර තෝරන්න.



1. ග්ලූකෝස්, ෆෘක්ටෝස්, ග්ලැක්ටෝස්
2. ග්ලැක්ටෝස්, ග්ලූකෝස්, ෆෘක්ටෝස්
3. ෆෘක්ටෝස්, ග්ලූකෝස්, ග්ලැක්ටොස්
4. ග්ලූකෝස්, ග්ලැක්ටෝස්, ෆෘක්ටෝස්
5. ෆෘක්ටෝස්, ග්ලැක්ටෝස්, ග්ලූකෝස්

07. ඔමේගා 6 මේද අම්ලයට උදාහරණයකි.

1. ඇල්ෆා ලිනොලෙනික් අම්ලය
2. ඇරකිඩොනික් අම්ලය
3. ලිනොලෙයික් අම්ලය
4. ඔලෙයික් අම්ලය
5. පාමටික් අම්ලය

08. ආහාර ජීර්ණයේදී අග්න්‍යාශයෙන් සිදුවන කාර්යයක් වනුයේ,

1. ප්‍රෝටීන් ජීර්ණය ආරම්භ කිරීම
2. ආහාර ජීර්ණය උත්තේජනය සඳහා හෝමෝන ස්‍රාවය වීම.
3. පිෂ්ටය තවදුරටත් ජල විච්ඡේදනය කිරීම.
4. ආන්ත්‍රික යුෂ ස්‍රාවය වීමෙන් ආහාර ජීර්ණය වීම.
5. ජීර්ණය වෙමින් පවතින ආහාරවල ආම්ලික බව උදාසීන කිරීම.

09. ''නව යොවුන් දරුවන්ගේ, කාන්තාවන්ගේ සහ ගර්භනී මව්වරුන්ගේ සිරුරේ අවශ්‍යතාවට'' අනුව කැල්සියම් ලබා නොගතහොත් ඇතිවෙන තත්වය හඳුන්වන්නේ,

1. ඔස්ටියෝපොරෝසිස්
2. ඔස්ටියෝ මැලේෂියා
3. ඇසිඩෝසිස්
4. ඇල්කොලෝසිස්
5. කෙරෙටෝ මැලේෂියා

10. ''ආහාරයේ ගුණාත්මක ප්‍රෝටීන් අවශ්‍ය ප්‍රමාණයට නොතිබීම මුහුණ උදරය හා පාද ඉදිමීම.''
මෙවැනි ලක්ෂණ මගින් හඳුනාගත හැකි ඌනතා රෝගය කුමක් ද ?

1. නීරක්තිය
2. ගලගණ්ඩය
3. ක්වෝෂියොකෝර්
4. කෘෂ වීම
5. රිකට්ස්සය

11. පැළ වූ මුං ඇටවල අඩංගු පෝෂක දෙකකි.

1. ප්‍රෝටීන්, මේදය
2. යකඩ, විටමින් C
3. යකඩ, විටමින් A
4. අයඩීන්, විටමින් C
5. සල්ෆර්, යකඩ

12. අධි රුධිර පීඩනයෙන් පෙළෙන පුද්ගලයකු සඳහා ආහාර වේලකි.
    1. එළවළු මිශ්‍ර පිට්ටු, හරක් මස් කරිය, කිරි හොදි, ඉදුණු කෙසෙල්
    2. රතු සහල් බත්, මාළු ඇඹුල් තියල්, මුං ඇට හොදි, මුගුණුවැන්න මැල්ලුම, ඉදුණු කෙසෙල්
    3. කැකුළු බත්, බිත්තර, ඇඹරැල්ලා ව්‍යංජනය, එළු කොළ තෙල් දමා, ඉදුණු පැපොල්
    4. තම්බපු සහල් බත්, කුකුළුමස් කරිය, අල තෙල් දමා, එළවළු සලාද, ජෙලි
    5. නිවුඩු සහල් බත්, කුකුළුමස් ඩෙවල්, පරිප්පු හොදි, ගොටුකොළ සම්බෝල, අයිස් ක්‍රීම්

13. ලඩ්ඩු, ඉට්ලි, කේසරි, මසාල වඩේ යන ආහාර මූලික කරගත් සංස්කෘතික උත්සවය කුමක් ද ?
    1. තෛපොංගල් 2. රාමසාන් 3. හජ්ජි 4. නත්තල් 5. පාස්කු

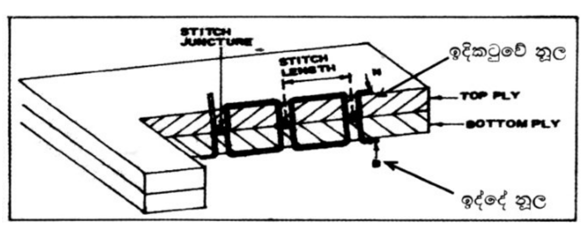
14. ඇතැම් පුද්ගලයින්හට ආසාත්මිකතාව හා අධි සංවේදී බව පෙන්නුම් කරන ආහාර වර්ග තෝරන්න.
    1. අමු අඹ, ඇඹරැල්ලා 2. අන්නාසි, තක්කාලි 3. පැෂන්, කජු පුහුලන්
    4. කුකුල් මස්, ඌරු මස් 5. තෝර මාළු, හුරුල්ලන්

15. ගෑස් උදුනක් ක්‍රියාත්මක කිරීමේදී මුලින්ම කළ යුත්තේ,
    1. පරිහරණය කරන භාජන ගැන අවධානය යොමු කිරීමයි.
    2. ගෑස් ටැංකිය පිරී ඇද්දැයි පරීක්‍ෂා කර බැලීමයි.
    3. ගෑස් උදුන තබා ඇති මේසයේ දිග පළල නිරීක්‍ෂණය කිරීමයි.
    4. ගෑස් උදුන තබා ඇති කාමරයේ දොර ජනේල විවෘතකර වාතාශ්‍රය හොඳින් පිටවීමට සැලැස්වීමයි.
    5. ගෑස් උදුනේ ඇති සිදුරු විවෘත වී ඇති දැයි සොයා බැලීමයි.

16. අමු කරි කුඩු සකස් කිරීමේ දී භාවිතයට **නොගන්නා** කුළුබඩු වර්ගය තෝරන්න.
    1. කොත්තමල්ලි 2. මාදුරු 3. කහ 4. එනසාල් 5. කරපිංචා

17. පේෂකර්ම රෙදිපිළි නිෂ්පාදනයට අයත් පියවර දක්වා ඇති වරණය කුමක් ද ?
    1. කෙඳි නිෂ්පාදනය, රෙදි නිෂ්පාදනය, මසර කිරීම, විරංජනය
    2. කෙඳි නිෂ්පාදනය, නූල් නිෂ්පාදනය, විරංජනය, මලහරණය
    3. කෙඳි නිෂ්පාදනය, නූල් නිෂ්පාදනය, රෙදි නිෂ්පාදනය, නිමාවන් ක්‍රම යෙදීම.
    4. නූල් නිෂ්පාදනය, රෙදි නිෂ්පාදනය, කැඳහරණය, විරංජනය
    5. නූල් නිෂ්පාදනය, රෙදි නිෂ්පාදනය, කැඳහරණය, නිමාවන් ක්‍රම යෙදීම.

18. ඉහත දක්වා ඇති සමාංගක පෙනුම ඇති මැහුම් ක්‍රමය කුමක් ද ?
    1. අත් මැස්ම
    2. අඟුළු මැස්ම
    3. නොපෙනෙන මැස්ම
    4. තනි නූලේ දම්වැල් මැස්ම
    5. ඕවර්ලෝක් මැස්ම



19. බ්‍රසීලියන් මැහුම් ක්‍රම ඇතුලත් වරණය කුමක් ද ?
    1. ප්‍රංශ ගැට, දිග කොට, සැටින්, දම්වැල් 2. ප්‍රංශ ගැට, පිස්ටල්, කොස්ට්ඩින්, බූලියන්
    3. බුලියන්, ප්‍රංශගැට, සැටින්, ලේසිඩේසි 4. සැටින්, බූලියන්, දිගකොට, පිස්ටල්
    5. ප්‍රංශගැට, බුලියන්, පිස්ටල්, කාස්ට්ඩින්

20. රෙයෝන් කෙඳි හා ඇරමිඩ් කෙඳි අයත් වන්නේ,

1. කෘතීම කෙඳි හා විශේෂික කෙඳි කාණ්ඩයටය.
2. විශේෂිත කෙඳි හා පුනර්ජනිත කෙඳි කාණ්ඩයටය.
3. පුනර්ජනිත කෙඳි හා විශේෂිත කෙඳි කාණ්ඩයටය.
4. සෙලියුලෝස් කෙඳි හා ප්‍රෝටීන් කෙඳි කාණ්ඩයටය.
5. විශේෂිත කෙඳි හා කාබනික පොලිමර් කෙඳි කාණ්ඩයටය.

21. කෙඳි සැකසීමේදී රොවිනය (ROVIN) ලෙස හඳුන්වනු ලබන්නේ,

1. කෙඳි එක් දිසාවකට සිටින සේ සකස් කර ගැනීමයි.
2. කෙඳි ඇදීමකට ලක් කර සිහින් කර ගැනීමයි.
3. කෙඳි පිරිසිදු කර එක් එක් වර්ගයෙන් ලිහිල් කර ගැනීමයි.
4. කෙඳි තට්ටු වශයෙන් සකස් කර ගැනීමයි.
5. කෙඳි ඇදීමකට ලක්කර සිහින් කර ඉතා සුළු දඟයක් දමා ගැනීමයි.

22. ඩෙනිම් කලිසම් සඳහා භාවිතා කරනු ලබන නිමාවකි.

1. වැලි ඉසීම.
2. වැලි කඩදාසි භාවිතය.
3. ක්ලෝරීන් යෙදීම.
4. ටෙන්ටරින් කිරීම.
5. සැන්ෆරයිස් කිරීම.

23. කෙටි සාය නිර්මාණයේ දී පිටුපස පතරොමේ ආර වාසි සඳහා ඉණ මිනුමට එකතු කළ යුතු ප්‍රමාණය වන්නේ,

1. 4.5 cm 2. 4.8 cm 3. 5 cm 4. 4 cm 5. 3.5 cm

24. පහත සඳහන් කරුණු අතරින් රෝලර් මුද්‍රණයට අයත් ප්‍රකාශ තෝරන්න.

A - රෙද්දමත සිදුරු තහඩුව තබා සිදුරු තුලින් වර්ණ පතිතවීමට සැලැස්වීම.
B - වර්ණ සංඛ්‍යාව අනුව වෙන වෙනම අච්චු භාවිතා කළ යුතු වීම.
C - රෝලය තුලින් රෙද්ද ගමන් කිරීමට සැලැස්වීම.
D - රෝලයන් තුලින් තීන්ත ආලේප කිරීම.
E - රෝලරය මත මෝස්තර සටහන් කර ඇත.

1. A හා D 2. B හා C 3. A හා C 4. D හා E 5. C හා E

25. නිවැරදි සන්නිවේදනයක් සඳහා අනිවාර්යයෙන්ම තිබිය යුතු ගුණාංගය වන්නේ,

1. භාෂා දැනුම 2. පණිවිඩ හා ප්‍රතිචාර 3. භාවිතකරන මාධ්‍ය
4. හසුරු කුසලතා 5. සන්නිවේදන කුසලතා

26. එදිනෙදා ජීවිතයේ දී විවිධ වූ අදහස් කෙටියෙන් ප්‍රකාශ කිරීමේදී ඉංග්‍රීසි V අකුරේ හැඩය මඟින් පෙන්වා දෙන සංඥා ක්‍රමය වන්නේ,

1. එකඟතාව දැක්වීමටයි. 2. ජයග්‍රහණය පෙන්වීමයි. 3. පරාජිත බව පෙන්වීම.
4. සරල ආකල්ප දරන බව පෙන්වීම.
5. සාර්ථක බව පෙන්වීම.

27. විවිධ සංස්කෘතීන් ආගම් හා සමාජතත්ත්ව නියෝජනය කරන කණ්ඩායම් සමඟ සංවාද ගොඩනැඟීමේ දී භාවිතා කලහැකි මාතෘකාවකි.

1. දේශපාලනමය ගැටලු 2. සෞඛ්‍ය ගැටලු 3. ආගමික ගැටලු
4. කාලගුණය 5. ඕපාදූප

28. දී ඇති තොරතුරු අතරින් සමාජ ආචාර ධර්ම ඇතුලත් කාණ්ඩය තෝරන්න.

A - ගණුදෙනු කිරීමේ පාරදෘෂ්‍ය බව.
B - වැඩිහිටියන්ට හා කුඩා දරුවන්ට පළමුව ආහාර පිළිගැන්වීම.
C - සංවාද ගොඩ නැගීම.
D - තොරතුරුවල රහස්‍ය බව සුරකීම.
E - වැඩිහිටියන්ට ගරු කිරීම.

1. AC 2. AE 3. CE 4. AB 5. BE

29. ක්ෂුද්‍ර ජීවී වර්ධනය සඳහා බලපාන බාහිර සාධකයකි.

1. PH අගය 2. සාපේක්ෂ ආර්ද්‍රතාව 3. පෝෂ්‍ය ද්‍රව්‍ය ප්‍රමාණය
4. ඔක්සිකරණ විභවය 5. තෙතමනය

30. ආහාර වියලීමේ ක්‍රම කීපයක් හා සම්බන්ධ වගන්ති අතරින් රික්ත වියළනය හා සම්බන්ධ වගන්තිය කුමක් ද ?

1. ආහාරය තුලින් වායුධාරා ගමන් කිරීම.
2. අඩු උෂ්ණත්ව හා අඩු පීඩන තත්ව යටතේ සිදු කිරීම.
3. ද්‍රව ආහාර පමණක් භාවිතා කිරීම.
4. ඉතා උණුසුම් වායුධාරා උපකරණය තුලින් ගමන් කිරීම.
5. සියුම් ද්‍රව බිංදුවල අන්තර්ගත ජලය ඉතා ඉක්මනින් ඉවත්වී ඝන අංශු බවට පත්වීම.

31. සෝයා සෝස්, ටෙම්පේ වැනි ආහාර නිෂ්පාදනය සඳහා යොදාගන්නා දිලීර විශේෂයකි.

1. රිසෝෆස් (Rhizopus) 2. ඇස්පගිලස් (Aspergillus) 3. පෙනිසිලියම් (Penicilliom)
4. මියුකෝර් (Mucar) 5. යීස්ට් (Saccharomyces Cerevisiac)

32. නිර්මාණාත්මක විවේකී ක්‍රියාකාරකමකි.

1. ගෙවතු වගාව 2. පින්තාරු කිරීම 3. චාරිකායාම 4. චෙස් ක්‍රීඩාව 5. සිංදු ඇසීම

33. සංස්කෘතිකමය, අධ්‍යාපනික සහ කලාත්මක ප්‍රතිමෝදක ක්‍රියාවක් වනුයේ,

1. චාරිකා 2. ජිම්නාස්ටික් 3. ප්‍රදර්ශන 4. ප්‍රිය සම්භාෂණ 5. දුනු ශිල්ප

34. චීන ජාතිකයකු ශ්‍රී ලංකාවේ සංචාරයක් සඳහා පැමිණීම හැඳින්විය හැක්කේ,

1. අභ්‍යන්තර යොමුගත සංචරණය 2. බාහිර යොමුගත සංචරණය
3. කලාප අභ්‍යන්තර සංචරණය 4. කාලාපාන්තර සංචරණය
5. අභ්‍යන්තර සංචරණය

35. සංචාරකයන් වැඩිම පිරිසක් ශ්‍රී ලංකාවට පැමිණි වසර,

1. 2015 2. 2016 3. 2017 4. 2018 5. 2019

36. පහත දක්වා ඇති උපකරණ අතරින් විද්‍යුත් ශක්තිය, තාප ශක්තිය බවට පරිවර්තනය වන උපකරණ තෝරන්න.

1. විදුලි උදුන, මයික්‍රොවේව් උදුන, විදුලි පෝරණුව
2. හීටරය, බ්ලෙන්ඩරය, බත් පිසින උදුන
3. ස්ත්‍රික්කය, හීටරය, විදුලි පෝරණුව
4. බත් පිසින උදුන, රෙදි සෝදනය යන්ත්‍රය, වතුර මෝටරය
5. වතුර මෝටරය, බ්ලෙන්ඩරය, විදුලි උදුන

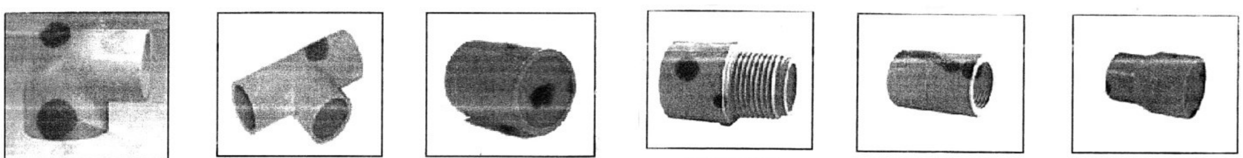
37. වැසි ජලය භාවිතයට හුරුවීම නිසා,

1. ප්‍රදේශයේ ජල ගැනීම් වර්ධනය වේ.
2. භූගත ජලය සංරක්ෂණය වේ.
3. වැසි ජලය මෘදු බැවින් සබන් ප්‍රමාණය වැඩියෙන් වැයවේ.
4. ජල සම්පාදන හා ජලාප්‍රවාහන මණ්ඩවල කාර්යය වැඩිවේ.
5. නල ජල ඉල්ලුම වැඩිවේ.

38. ගෘහයට විදුලිය ලබා ගැනීමේදී විදුලි සැපයුම් ආයතනයකට අයත් දේපල වන්නේ,

1. වෙන්කරණය/ විදුලි මීටරය හා සිගිති පරිපත බිඳිනයයි.
2. ප්‍රධාන ස්විචය /විදුලි මීටරය හා අධිධාරා පරිපත බිඳිනයයි.
3. විදුලි මීටරය / සේවා විලායකය හා වෙන්කරණයයි.
4. සේවා විලායකය / විදුලි මීටරය හා සිගිති පරිපථ බිඳිනයයි.
5. අධි ධාරා පරිපථ බිඳිනය / සේවා විලායකය හා විදුලි මීටරයයි.

39.



Elbow	T socket	Plain socket	Valve Socket	Faucet Socket	Reducing Socket
A	**B**	**C**	**D**	**E**	**F**

ජලනල පද්ධතියක් සවිකිරීමට අවශ්‍ය උපාංග කිහිපයක් ඉහත රූප සටහනේ දැක්වේ. නලයකින් ගලා එන ජලය බෙදා හැරීමට අවශ්‍ය වූ විට, ඒ සඳහා භාවිතා වන්නේ,

1. A උපාංගය 2. B උපාංගය 3. D උපාංගය 4. A හා E උපාංගය 5. F උපාංගය

40. පුනර්ජනනීය නොවන සම්පත්වලට උදාහරණයකි.

1. ජලය 2. හිරු එළිය 3. ගල් අඟුරු 4. වනාන්තර 5. ඔක්සිජන්

41. යම් ප්‍රදේශයක හෝ රටක කාලගුණික සාධක කාලය සමඟ නිශ්චිත රටාවකට වෙනස් වේ. මෙම ක්‍රියාවලිය හඳුන්වන්නේ,

1. කාලගුණය ලෙසය. 2. දේශගුණය ලෙසය.
3. ආර්ද්‍රතාව ලෙසය. 4. දේශගුණික විපර්යාස ලෙසය.
5. උෂ්ණත්ව විපර්යාස ලෙසය.

42. ආහාර පා සළකුණු සංකල්පයට අනුව පා සළකුණු අගය වැඩිම ආහාර වර්ගය තෝරන්න.

1. කිරි හා ධාන්‍ය 2. පළතුරු හා එළවළු 3. කිරි හා පාන්
4. තෙල් තැවරුම් හා බීම 5. ගවමස් හා ඌරු මස්

43. පරිසරයේ ඇති ඖෂධීය ශාක අතුරින් රූපලාවන්‍ය කටයුතු සඳහා යොදා ගන්නා ශාකයකි.

1. ගොටුකොළ, මුගුණුවැන්න 2. කහ, කෝමාරිකා 3. උදුපියලිය, තිප්පලි
4. පාවට්ටා, කොහොඹ 5. කොහොඹ, ගම්මාළු

44. ''ස්ටොට්ට'' අනුව මධ්‍ය නව යොවුන් විය තීරණය වන වයස් සීමාව දක්වන්නේ,

1. අවුරුදු 15 - 16
2. අවුරුදු 13 - 16
3. අවුරුදු 13 - 18
4. අවුරුදු 14 - 20
5. අවුරුදු 10 - 16

45. යොවුන්වියේ චිත්තවේග සංවර්ධනය වේගත්වීම සඳහා බලපාන සාධක වන්නේ,

1. පවුල් පරිසරය
2. පාසල
3. සමාජ අත්දැකීම්
4. සම වයස් කණ්ඩායම්
5. උසස් අධ්‍යාපනය

46. දී ඇති චිත්තවේග අතරින් සමබර පෞරුෂයක් සඳහා බලපාන චිත්තවේග කාණ්ඩය තෝරන්න.

1. ආදරය, ප්‍රීතිය, ශෝකය, බිය
2. ශෝකය, කෝපය, බිය, සතුට
3. ශෝකය, බිය, කෝපය, වෛරය
4. ලජ්ජාව, බිය, ආදරය, ප්‍රීතිය
5. ආදරය, ප්‍රීතිය, සතුට, සිනහව

47. පහත දක්වා ඇති ලක්ෂණ අතරින් නිරෝගී මනසක් ඇති පුද්ගලයකු තුළ තිබිය යුතු ලක්ෂණයක් වන්නේ,

1. පවුල තුල මනා හැසිරීම් රටාවක් තිබීම.
2. අන්මත විශ්වාස නොකිරීම.
3. පාසලේ හා නිවසේ වතාවරණය හා සුසංයෝගී නොවීම.
4. අන්‍යන්ට උපකාර කිරීමේ මැලිකම.
5. චිත්තවේග හා හැඟීම් හමුවේ බිඳ වැටීම.

48. ව්‍යාපාරයක සාර්ථක පැවැත්ම සඳහා අවශ්‍ය කළමනාකරණ ක්‍රියාවලියේ පියවර වන්නේ,

1. සැලසුම්කරණය, සංවිධානය, මෙහෙයවීම, පාලනය
2. සැලසුම්කරණය, සම්බන්ධීකරණය, සංවිධානය, මෙහෙයවීම
3. පෙළඹවීම, සැලසුම්කරණය, සංවිධානය, මෙහෙයුම
4. පෙළඹවීම, සංවිධානය, සැලසුම්කරණය, පාලනය
5. සැලසුම්කරණය, සංවිධානය, සන්නිවේදනය, පාලනය

49. ඵලදායිතාවය දැක්වෙන සමීකරණය කුමක් ද ?

1. ඵලදායිතාව $= \frac{\text{යෙදවුම්}}{\text{නිමැවුම්}}$
2. ඵලදායිතාව $= \frac{\text{නිමැවුම්}}{\text{පිරිවැය}}$
3. ඵලදායිතාව $= \frac{\text{නිමැවුම්}}{\text{යෙදවුම්}}$
4. ඵලදායිතාව $= \frac{\text{නිමැවුම්}}{\text{විදේශ විනිමය}}$
5. ඵලදායිතාව $= \frac{\text{විදේශ විනිමය}}{\text{නිමැවුම්}}$

50. ව්‍යාපාරයක සාර්ථක පැවැත්ම සඳහා අවශ්‍ය කළමණාකරන ක්‍රියාවලියේ පියවර වන්නේ,

1. සැලසුම්කරණය, සම්බන්ධීකරණය, සංවිධානය, මෙහෙයවීම.
2. පෙළඹවීම, සැලසුම්කරණය, සංවිධානය, මෙහෙයවීම
3. පෙළඹවීම, සංවිධානය, සැලසුම්කරණය, පාලනය
4. සැලසුම්කරණය, සංවිධානය, සන්නිවේදනය, පාලනය
5. සැලසුම්කරණය, සංවිධානය, මෙහෙයවීම, පාලනය

සියලු හිමිකම් ඇවිරිණි / All Rights reserved

වයඹ පළාත් අධ්‍යාපන දෙපාර්තමේන්තුව
Provincial Department of Education - NWP

28 S II

තෙවන වාර පරීක්ෂණය - 13 ශ්‍රේණිය - 2019
Third Term Test - Grade 13 - 2019

විභාග අංකය .... ගෘහ ආර්ථික විද්‍යාව II කාලය පැය තුනයි

- පළමු ප්‍රශ්නය ඇතුළුව ප්‍රශ්න හයකට පිළිතුරු සපයන්න.

01. I. විසිත්ත කාමරයක් සඳහා තිර රෙදි යෙදීමේදී සැලකිලිමත් විය යුතු කරුණු දෙකක් දක්වන්න.
   I. චිත්‍ර ශිල්පීන් සමානුපාතය ගොඩනැගීම සඳහා යොදා ගන්නා සංකල්ප දෙකක් නම් කරන්න.
   III. පෙප්ටයිඩ බන්ධනයක් යනු කුමක් ද ?
   IV. යකඩ හැර මත්ස්‍ය (මාළු) ආහාර මඟින් ශරීරයට ලැබෙන ඛනිජ වර්ග දෙකක් නම් කරන්න.
   V. අඩු බර දරු උපතක් යන්න හඳුන්වා ශ්‍රී ලංකාවේ අඩු බර දරු උපත් දක්නට ලැබෙන දිස්ත්‍රික්කය නම් කරන්න.
   VI. කාලීන මන්ද පෝෂණය යනු කුමක් ද ?
   VII. අන්තර් පුද්ගල සබඳතා වර්ධනය කර ගැනීමට ඉවහල්වන කුසලතා දෙකක් නම් කරන්න.
   VIII.ලෝකයේ දැනට නිපදවා ඇති ජාන විකරණය කළ ආහාර වර්ග හතරක් නම් කරන්න.
   IX. විවිධ ජාතීන් ආගමික සංචරණ සඳහා තෝරා ගන්නා ලොව සුපතල ස්ථාන දෙකක් නම් කරන්න.
   X. නව යෞවන වියේ දැඩි පාලනය හා තහංචි පැනවීම නිසා ඇතිවන අයහපත් ප්‍රතිඵල දෙකක් ලියන්න.

02. I. බාහිර අවකාශය නිර්මාණය කිරීමේදී සලකා බලන කරුණු සඳහන් කරන්න.
   II. හරිත ගොඩනැගිලි තාක්ෂණය ජනප්‍රියවීමට හේතු සාකච්ඡා කරන්න.
   III. B කාණ්ඩයේ විටමිනයක් වන රයිබෝෆ්ලේවින් වලින් සිරුරට ඉටුවන කෘත්‍යයන් හතරක් සඳහන් කරන්න.
   IV. ක්ෂුද්‍ර පෝෂකයක්වන ඛනිජ ප්‍රධාන කාණ්ඩ දෙකක් යටතේ වර්ග කර ඇත. ඒවා නම් කර එකිනෙකට උදාහරණ දෙක බැගින් ලියන්න.

03. I. ලිපිඩ යන්න හඳුන්වන්න.
   II. නීරෝගී ජීවිතයක් සඳහා තන්තුමය ආහාර පරිභෝජනයට ගැනීමේ වැදගත්කම පහදන්න.
   III. පෝෂණ ඌනතාවයක් යන්න හඳුන්වන්න.
   IV. ස්ථුලතාවය දැක්වෙන BMI දර්ශක දක්වා එම තත්වය පාලනය කිරීමට ගතයුතු පියවර තුනක් ලියන්න. ද

04. I. ළමා වියේදී දක්නට ලැබෙන කැල්සියම් ඌණතා රෝගය නම් කර එහි දක්නට ලැබෙන ලක්ෂණ දෙකක් ලියන්න.

II. දුෂ්පෝෂණයෙන් වැලකීමට ගතහැකි පියවර අතර නිවැරදි ආහාර පුරුදු වැදගත්වේ. ඒවායින් හතරක් සඳහන් කරන්න.

III. ආහාර මුඩුවීමට බලපාන ඔක්සිකරණය ආකාර දෙකකින් සිදුවේ. එම ආකාර දෙක නම්කර පැහැදිලි කරන්න.

IV. බ්ලාන්චිකරණයේ අරමුණු මොනවා ද ?

05. I. ඇගලුම් කර්මාන්තය නිසා ශ්‍රී ලංකාවට අත්වී ඇති වාසි හතරක් දක්වන්න.

II. නිමි ඇඳුම් නිෂ්පාදනයේ දී රෙදි තත්ත්ව පරීක්ෂාවට යොමු කිරීමේදී සලකා බැලිය යුතු කරුණු පැහැදිලි කරන්න.

III. නිෂ්පාදන ක්‍රියාවලිය හා ව්‍යුහය අනුව රෙදි වර්ගීකරණය උදාහරණ සහිතව දක්වන්න.

IV. පෙර පිරියම් කිරීමේ ක්‍රමයක්වන කැඳහරණය පැහැදිලි කරන්න.

06. I. ප්‍රතිමෝදන ක්‍රියාකාරකම් තුලින් සමාජයට ලැබෙන ප්‍රතිලාභ සඳහන් කරන්න.

II. සංචරණයේ ප්‍රධාන ධාරාවක් වන රාශිගත සංචරණය පැහැදිලි කරන්න.

III. හරිතාගාර ආවරණය වේගවත් කිරීමට බලපාන මානව ක්‍රියාකාරකම් උදාහරණ සහිතව පැහැදිලි කරන්න.

IV. ඵලදායිතාව විග්‍රහ කිරීමේදී සලකා බලන උපමාන දක්වන්න.

07. I. ඵලදායී සන්නිවේදනයේ ප්‍රබලතා හතරක් දක්වන්න.

II. විවිධ අවස්ථාවන්ට උචිත ලෙස පෙනී සිටීමේදී පුද්ගල සනීපාරක්ෂාව පවත්වා ගැනීම සඳහා සැලකිලිමත් විය යුතු කරුණු හතරක් දක්වා ඉන් එකක් විස්තර කරන්න.

III. නව යොෟවනයා විසින් මුහුණ දෙන ගැටලු අතරින් අධ්‍යාපන ගැටලු හතරක් දක්වා එම ගැටලු ඇතිවීම කෙරෙහි බලපාන සාධක ලියන්න.

IV. පාසල තුළදී නව යොෟවනයා හට පෞරුෂ වර්ධනය කරගැනීමට ඉවහල්වන සාධක හතරක් දක්වන්න.

08. පහත සඳහන් මාතෘකා අතුරෙන් හතරක් පිළිබඳව කෙටි සටහන් ලියන්න.

I. අභ්‍යන්තර අවකාශ නිර්මාණය

II. ප්‍රතිඔක්සිකාරක

III. සූර්ය පැනල

IV. ෆෙල්ට් කිරීම

V. කාබනික ගොවිතැන

තෙවන වාර පරීක්ෂණය - 2019
ගෘහ ආර්ථික විද්‍යාව - 13 ශ්‍රේණිය

පිළිතුරු පත්‍රය

I කොටස

01. -	2	**11. -**	2	**21. -**	5	**31. -**	1	**41. -**	2
02. -	1	**12. -**	2	**22. -**	2	**32. -**	2	**42. -**	5
03. -	4	**13. -**	1	**23. -**	4	**33. -**	3	**43. -**	2
04. -	5	**14. -**	2	**24. -**	5	**34. -**	1	**44. -**	2
05. -	3	**15. -**	4	**25. -**	5	**35. -**	4	**45. -**	3
06. -	2	**16. -**	4	**26. -**	2	**36. -**	3	**46. -**	5
07. -	3	**17. -**	3	**27. -**	4	**37. -**	2	**47. -**	1
08. -	5	**18. -**	2	**28. -**	3	**38. -**	5	**48. -**	1
09. -	2	**19. -**	5	**29. -**	2	**39. -**	2	**49. -**	3
10 -	3	**20. -**	3	**30. -**	2	**40. -**	3	**50. -**	5

(ලකුණු 2 බැගින් 100)

II කොටස

01. i. * ආලේපිත වර්ණයට ගැලපීම. * ආලෝකය හා වාතාශ්‍රය ලැබීමේ හැකියාව.
* අලංකාරය හා ක්‍රියාරූපී බව. * දැරිය හැකි මුදල් ප්‍රමාණය. * තිර රෙදි දැමිය හැකි ක්‍රම. (ල. 2)

ii. * ස්වර්ණමය අනුපාතය (Golden Rule) * ෆයබොන්සි චක්‍රය (Fibonacci Sequence) (ල. 2)

iii. ඇමයිනෝ අම්ල දෙකක් එකට සම්බන්ධ වී සංයුක්ත අණුවක් සෑදීමේදී එක් ඇමයිනෝ අම්ලයක කාබොක්සිල් කාණ්ඩය හා අනෙක් ඇමයිනෝ අම්ලයේ ඇමයිනෝ කාණ්ඩය අතර ඇතිවන බන්ධනයයි. (ල. 2)

iv. * අයඩීන් * සින්ක් * සෙලේනියම් (ල. 2)

v. * උපත් බර 2500g (2.5kg) අඩු දරුවන්ය.
* නුවරඑළිය දිස්ත්‍රික්කය. (ල. 2)

vi. * දීර්ඝ කාලයක් පුරා ශරීරයට අවශ්‍ය පෝෂක නිසි ප්‍රමාණයෙන් නොලැබීම නිසා සම්මත උස මට්ටම හා සැසඳීමේදී වයසට සරිලන උස නොමැතිවීමයි. (ල. 2)

vii. * වාචික සන්නිවේදනය * ගැටළු විසඳීමට හා නිවැරදි තීරණ ගැනීමට ඇති හැකියාව.
* අවාචික සන්නිවේදනය * ඇහුම්කම් දීම * සසන්ධි කථිකාව (ල. 2)

viii. * විටමින් ඇතුළු කර නිපද වූ රන් සහල් * කෘමි ප්‍රතිරෝධී බීජ
* වල් නාශක, කෘමි නාශක ප්‍රතිරෝධි සෝයා බෝංචි ශාක, ඉරිඟු, කැනෝලා
* ජාන විකරණය කළ බීට්වලින් සෑදූ සීනි. (ල. 2)

ix. * දඹදිව * වතිකානුව, මක්කම (ල. 2)

x. * දෙමාපියන් හා ගැටීම * ප්‍රතිවිරුද්ධව කටයුතු කිරීම * නූරුස්සනා ගතිය
* මානසික රෝගී තත්ත්ව * දඩබ්බර වීම * අපචාරී වීම * නිවස අතහැර යෑම (ල. 2)

(මුළු ලකුණු 20)

02. i. * පරිසරය
භූමියේ ප්‍රමාණය එම ඉඩකඩ උපරිම අයුරින් කලමනාකරණය කළහැකි ආකාරය.
* හැඩතල නිර්මාණය
භූමියේ හැඩය, ප්‍රමාණය හා උච්චත්වය පිළිබඳව සලකා බැලීම හා විවිධ හැඩතල ඔස්සේ නිර්මාණය කිරීම.
* ධාරිතාවය
ඉඩකඩ ප්‍රමාණයට ගැලපෙන ශාක තෝරා ගැනීම ඉදිරියේදී ඒ අවට ගොඩනැගිලි ඉදිවේද යන්න සැලකීම.
* ශාක වර්ග තේරීම.
අඩු වියදමක් යටතේ අලංකාරය හා නඩත්තු කළ හැකි ශාක තේරීම. එළවළු පළතුරු මෙන්ම විසිතුරු මල් ශාක වර්ග යොදා ගැනීම. (ල. 4)

ii. * හරිත ගොඩනැගිලි ඉදිකිරීම මඟින් පරිසරයට කාබන් මුදා හැරීම අවම වීම.
* ශක්ති පරිභෝජනය අවම වීම.
* ජල භාවිතය අවම වීම.
* පරිසරයට මුදා හරින අපද්‍රව්‍ය ප්‍රමාණය අවමවීම. (ල. 4)

iii. * සම, නිය හා හිසකෙස්වල මනා පැවැත්මට අවශ්‍ය වේ. * ශරීර වර්ධනයට හා ප්‍රජනනයට අවශ්‍ය වේ.
* ඇස්වල පෙනීම වර්ධනය කරයි. * ප්‍රෝටීන්, මේද හා කාබෝහයිඩ්‍රේට් පරිවෘත්තියට අවශ්‍ය වේ.
* එන්සයිමවල සංඝටකයක් ලෙස ක්‍රියා කිරීම. (ල. 4)

iv. * මහා ඛනිජ - කැල්සියම්, පොස්පරස්, සෝඩියම්, පොටෑසියම්, ක්ලෝරයිඩ්, මැග්නීසියම්
* ක්ෂුද්‍ර ඛනිජ - යකඩ, සින්ක්, අයඩීන්, තඹ, කෝබෝල්ට්, සෙලෙනියම්, මැංගනීස් (ල. 4)

(මුළු ලකුණු 16)

03. i. ලිපිඩ යනු ජලයේ අද්‍රාව්‍ය, එහෙත් ඊතර්, ක්ලොරෝෆෝම් වැනි ද්‍රාවකවල ද්‍රාව්‍ය වන පරිවෘත්තිය ක්‍රියාවලියේදී අධික ශක්ති ප්‍රමාණයක් නිපදවනු ලබන කාබනික සංයෝග කාණ්ඩයකි. කාබන්, හයිඩ්‍රජන්, ඔක්සිජන් ප්‍රධාන මූලද්‍රව්‍ය ලෙස අඩංගුවන අතර ඇතැම් ලිපිඩවල නයිට්‍රජන් හා පොස්පරස් ද තිබිය හැකිය. මේවායේ හයිඩ්‍රජන් හා ඔක්සිජන් අතර අනුපාතය 2 : 1 ට වඩා වැඩිය. (ල. 4)

ii. * හෘද රෝග දියවැඩියාව, අධිබර සහ සමහර පිළිකා සෑදීම අවම කිරීම.
* මලබද්ධය ඇතිවීම වැළැක්වීම.
* අන්ත්‍රයේ ඇති බැක්ටීරියා තන්තු මත ක්‍රියාකර එය පැසවීම සිදුකර කෙටිදාම මේද අම්ල සාදයි.
* මහා අන්ත්‍රයේ පිලිකා සෑදීම අවම කරයි.
* ආහාර ජීර්ණයෙන් පසු රුධිරයට එකතුවන සීනි මට්ටම අඩු කරයි.
* රුධිරයේ කොලොස්ටරෝල් ප්‍රමාණය පාලනය කිරීම.
* ශරීරයේ බර පාලනය කිරීම. (ල. 4)

iii. සිරුරට දෛනිකව අවශ්‍යවන මහා පෝෂක හෝ ක්ෂුද්‍ර පෝෂක සංඝටක දිගුකාලීනව නිසි ප්‍රමාණයන්ගෙන් ශරීරයට නොලැබී යාම නිසා පෝෂණ ඌනතා ඇතිවේ. (ල. 4)

iv. BMI අගය 30ට වඩා වැඩිවීම. (ල. 1)
* දෛනික පෝෂතා අවශ්‍යතා සටහනට අනුව නිවැරදි ආහාර රටාවකට හුරුවීම.
* සීනි හා මේදය අඩු ආහාර ගැනීම.
* ව්‍යායාමවල නිරතවීම.
* සැකසූ ආහාර හා ක්ෂණික ආහාරවලින් වැලකීම. (ල. 3)

(මුළු ලකුණු 16)

04. i. අස්ථි විකෘති රෝගය (ල. 1)
* දත් ඒම ප්‍රමාද වීම.
* ඇවිදීම ප්‍රමාද වීම.
* කකුල් බකල වීම.
* අස්ථි සිහින්වීම හා දුර්වල වීම.
* පාර්ශුවල කැල්සියම් අක්‍රමවත්ව තැන්පත්වීම නිසා පබළු ආකාරයට දිස්වීම. (ල. 3)

ii. * සමබල ආහාර වේලක් ගැනීම.
* විවිධ පලතුරු වර්ග දිනපතා ආහාරවේලට ගැනීම.
* ප්‍රමාණවත් තරම් දෛනිකව ජලය පානය කිරීම.
* උදෑසන ආහාරය අනිවාර්යෙන් ගැනීම.
* අධික සීනි සහිත පැණි බීමවලින් වැළකීම.
* සකසන ලද ආහාර /ක්ෂණික ආහාරවලින් වැළකීම.
* අධික මේදය සහිත ආහාර වලින් වැළකීම.
* ආහාර ලබා ගැනීම වේල් තුනට පමණක් සීමා නොවී කුඩා ආහාර වේල් කීපවරක් ලබා ගැනීම. (ල. 4)

iii. * ස්වයං ඔක්සිකරණය - ලිපිඩ සහිත ආහාර ඔක්සිජන්වලට හෝ ආලෝකයට නිරාවරණයවීම නිසා වියෝජනයට ලක්වී වෙනස් සංයෝග සෑදීමයි.
* එන්සයිමීය ඔක්සිකරණය - ජලය හා ලිපිඩ අතර ප්‍රතික්‍රියාව ශාක, තෙල්වල හා මේදවල එන්සයිම මඟින් උත්ප්‍රේරණය වී වෙනත් සංයෝග සෑදී මුදුවීමයි. (ල. 4)

iv. * ආහාරයේ එන්සයිම අක්‍රීය වීම.
* ආහාරයේ මතුපිට පෘෂ්ඨයේ ඇති ක්ෂුද්‍ර ජීවීන් පාලනය වීම.
* ආහාරයේ වර්ණය නොවෙනස්ව පවත්වා ගැනීම.
* ආහාරයේ අම්හිරි රසයට හා සුවඳට හේතුවන රසායනික සංයෝග ඉවත්වීම.
* ආහාරයේ පරිමාව අඩුවීම නිසා ඇසිරීමට පහසුවීම. (ල. 4)

(මුළු ලකුණු 16)

05. i. * විශාල වශයෙන් රැකියා අවස්ථා ජනිතවීම.
* උසස් අධ්‍යාපන අවස්ථා විවර වීම.
* දළ දේශීය නිෂ්පාදනය ඉහල යාම.
* ඇඟලුම් කර්මාන්තයේ පවතින තරඟකාරිත්වය නිසා පර්යේෂණවලට හා නව නිපැයුම්වලට යොමු වීම.
* තාක්ෂණික ක්‍රම හා නවීන යන්ත්‍ර සූත්‍ර හඳුනා ගැනීම.
* විදේශ විනිමය රටට ගලා ඒම. (ල. 4)

ii. * රෙද්දේ බර
* රෙදිවල අඟලකට යොදා ඇති නූල් ගණන
* රෙදිවල වයනය
* රෙදිවල පළුඳු වීම
* රෙදිවල ස්වභාවය
* සේදීමට හිරු එළියට, දහඩියට, විරංජනයට, මැදීමට රෙදිවල ඇති වර්ණ ඔරොත්තු දීම.
* වියමනේ ඇති අඩු පාඩු ආදිය පරීක්ෂාවට ලක් කිරීම. (ල. 4)

iii. * වියන ලද රෙදි (සරල වියමන, හිරි වියමන්, සැටින් හා සැටීන්)
* ගොතන ලද රෙදි (දික් ගෙතුම, හරස් ගෙතුම)
* නොවියන ලද රෙදි - මැහුම් මඟින් සවි කිරීම, ඉඳි කටු මඟින් සවි කිරීම.
* වෙනත් - බිරළු, ගැට දැමීම. (ල. 4)

iv. විවීමේ ක්‍රියාවලියට පෙර දික් නූල්වල ශක්තිමත්බව වැඩි කිරීම සඳහා කැඳ නමින් හඳුන්වන පිෂ්ඨමය ඇලෙන සුළු ද්‍රාවනයක් ගැල්වීම සිදුවේ. රෙදි වියා අවසන් වූ පසු සිදු කරනු ලබන රසායනික ක්‍රියාවලීන්ට භාජනය කිරීමට පෙර දික් නූල් සඳහා යොදා ඇති කැඳ ඉවත් කිරීමේ ක්‍රියාවලිය කැඳ හරණයයි. මෙය කීප ආකාරයට සිදු කරයි.

* රෙදි පැය 24 ක් ජලයේ බහා තැබීම, මෙහි සරලම ක්‍රමයයි.
* උෂ්ණත්වය 35^0C - 40^0C උෂ්ණත්වය ඇති ජලයේ බහා පැය 24ක් තැබීම.
* ක්ෂණිකව කැඳහරණය කර ගැනීම සඳහා අම්ල වර්ග එන්සයිම වර්ග හෝ ඔක්සිකාරක ජලයට එක් කිරීම කල හැකිය. (ල. 4)

(මුළු ලකුණු 16)

06. i. * ඍජු හා වක්‍ර රැකියා අවස්ථා උදාවීම. * කුඩා පරිමාණ ව්‍යවසායකයින්ට අවස්ථා සැලසීම.
* රජයට අමතර බදු ආදායම් ලැබීම. * සංස්කෘතික හා සමාජ ඒකබද්ධතාව වර්ධනය වීම.
* නගර අලංකරණය සඳහා පෙළඹ වීම. (ල. 4)

ii. * මෙය ප්‍රධාන ධාරාවේ සංචරණය ලෙස හඳුන්වයි. * විශාල කණ්ඩායම් ලෙස සංචරණයේ යෙදෙයි.
* ගතානුගතික සංචරණ ක්‍රමයකි. * සුවිශේෂී ජනප්‍රිය සංචාරක ස්ථානකරා යාම සිදුවේ.
* පුළුල් අත්දැකීම් ලබා ගැනීම සිදු නොවේ. * වන්දනා හා විනෝද චාරිකා මෙයට නිදසුන්ය.
* පරිසරයට හා සමාජයට සිදුවන සෘණාත්මක බලපෑම වැඩිය. (ල. 4)

iii.* පොසිල ඉන්ධන - කාබන්ඩයොක්සයිඩ්
* කාර්මීකරණයේ අතුරුඵල - කාබන්ඩයොක්සයිඩ් නයිට්‍රස් ඔක්සයිඩ්
* සත්තව පාලනය - මීතේන්
* වී වගාව - මීතේන්
* දැව ඉන්ධන දහනය - කාබන්ඩයොක්සයිඩ්
* වනාන්තර හරණය - කාබන්ඩයොක්සයිඩ්
* නාගරික කැලිකසල මඟින් පිටවන මීතෙන් වායුව
* අධික රථ වාහන භාවිතය නිසා විවිධ දූෂක අංශු පරිසරයට එකතුවීම හේතු වේ. (ල. 4)

iv. (අ) * භූමි ඵලදායිතාව * ශ්‍රම ඵලදායිතාව * මූල්‍ය ඵලදායිතාව * යෙදවුම් ඵලදායිතාව (ල. 4)

(මුළු ලකුණු 16)

07. i. * තීරණ ගැනීමේ පහසුව. * අන්තර් පුද්ගල සබඳතා වර්ධනය. * ඵලදායිතාව වර්ධනය වීම.
* සම්බන්ධීකරණය පහසු වීම. * ගැටලු හඳුනා ගැනීමේ හැකියාව. (ල. 4)

ii. * දිනපතා ස්නානය. * දිනපතා පිරිසිදු ඇඳුම් භාවිතය.
* හිස සහ හිසකෙස් පිරිසිදුව තබා ගැනීම. * දෙඅත් හා පාදවල පිරිසිදු බව.
* මුහුණ පිරිසිදුව තබා ගැනීම. (ල. 2)
* **දිනපතා ස්නානය**
දිනකට දෙවරක් ඇඟ සේදීම කළ හැකිය.
* **පිරිසිදු ඇඳුම් භාවිතය**
මිල අධික ඇදුම් නොමැති වුවද තමන් සතු කුමන ඇදුමක් වුවද පිරිසිදුව ඇඟලීම.
* **හිස සහ හිස කෙස් පිරිසිදුව තබා ගැනීම.**
පිරිමි අයෙකු සෑමවිටම කොණ්ඩය කොටට කපා තිබීමද කාන්තාවක් නම් දිගු කෙස් සෑම විටම අන් අයට හිරිහැරයක් නොවන පරිදි නිසි ලෙස සකස්කර තබා ගැනීම.
* **මුහුණ පිරිසිදු කර තබා ගැනීම.**
හැමවිටම ස්වභාවික පෙනුමට හානි නොවන ආලේප යොදා ගැනීම. පිරිමි සෑමවිටම කොණ්ඩය මනා ලෙස කපා සිටිය යුතුය. (ල. 2)

iii.* අවධානය රඳවා ගැනීමේ ගැටලු. * මතක තබා ගැනීමේ ගැටලු.
* විෂයයන් තෝරා ගැනීමේ අපහසුතාවය. * ඉගෙනුම් අපහසුතාවය.
* තරගකාරීත්වයට මුහුණ දීමට සිදුවීම. * වැරදි ඉගෙනුම් පුරුදු

ගැටලු ඇතිවීම කෙරෙහි බලපාන සාධක
* පවුල් ප්‍රශ්න, සමාජ ආර්ථික ප්‍රශ්න * දෙමාපිය /වැඩිහිටියන්ගේ නූගත්කම
* දෙමාපිය / වැඩිහිටියන්ගේ වැරදි ආකල්ප * දැඩි තරගකාරී අධ්‍යාපන රටාව
* විවිධාකාරයේ ලිංගික ගැටළු * අහිතකර සම වයස් කණ්ඩායම් ඇසුර (ල. 4)

iv.* විෂය නායක * පන්ති නායක * ශිෂ්‍ය නායක * බාලදක්ෂ / ශිෂ්‍ය බව
* සමිති සමාගම් * වාද විවාද * ක්‍රීඩා හා ශාරීරික අභ්‍යාස (ල. 4)

(මුළු ලකුණු 16)

08. i. **අභ්‍යන්තර අවකාශ නිර්මාණය**

මිනිසා සිය වාසස්ථාන ලෙස වෙන්කර ගන්නා හෝ ඉදිකර ගන්නා සංවෘත අවකාශයන් අභ්‍යන්තර අවකාශයක් ලෙස හඳුනාගත හැකිය. එම පරිසරය තමන්ට සුව පහසු ලෙස සකස් කර ගැනීම අභ්‍යන්තර අවකාශ නිර්මාණය ලෙස හැඳින්විය හැකිය.

අතීතයේ ගල් ගුහා හෝ එබඳු ස්වභාවික සංවෘත අවකාශයන්හි ජීවත් වූ මිනිසා එම අවකාශයන් ජීවත්වීම සඳහා සුවපහසු ලෙස සකස් කරගත් අතර මෙය අභ්‍යන්තර අවකාශ නිර්මාණයේ මූලික පියවර ලෙස හැඳින්විය හැකිය. (ල. 4)

ii. ඔක්සිකරණය වළක්වන ද්‍රව්‍ය ප්‍රතිඔක්සිකාරක ලෙස හැඳින්වේ. මේවා මඟින් පිළිකා සෑදීමේ අවදානම වලක්වයි. ප්‍රතිශක්තිය ඇති කරයි. විටමින් A, C, E, ෆයිටික් අම්ලය ප්‍රතිඔක්සි කාරක සඳහා නිදසුන්ය. (ල. 4)

iii. **සූර්ය පැනල**

වර්තමානයේ බොහෝ නිවෙස්වල වහලය මත සූර්ය පැනල සවිකර ඇත. සූර්ය කෝෂයක් මතට සූර්යාලෝකය පතනය වූ විට එම එම ආලෝක ශක්තිය විද්‍යුත් ශක්තිය බවට පරිවර්තනය වේ. මෙහි දී ලැබෙනුයේ කුඩා විද්‍යුත් ශක්ති ප්‍රමාණයකි. වැඩි විද්‍යුත් ශක්තියක් ලබා ගැනීම සඳහා සූර්ය කෝෂ රාශියක් එකට සම්බන්ධ කර සූර්ය පැනල නිෂ්පාදනය කර ඇත. බලශක්ති අර්බුදයට විසඳුමක් ලෙස සූර්ය පැනල යොදා ගත හැකිය. (ල. 4)

iv. **ෆෙල්ට් කිරීම**

කෙඳි ස්තරයක් තුනී තට්ටුවක් ලෙස සකසා ගෙන එයට උඩින් හා යටින් කටුවකින් ඇනීම නිසා කෙඳි එකිනෙකට බැඳෙයි. කට්ට සහිත ඉදිකටු විශේෂයකින් මෙය සිදු කරයි. බැටළුවා, ඔටුවා, එළුවා සහ හාවා වැනි සතුන්ගේ ලොම් මේ සඳහා භාවිතා කරයි. ෆෙල්ට් ඉතා හොඳ පරිවාරයකි. ශීත දේශගුණයක් ඇති රටවල අඳින ඇඳුම් නිෂ්පාදනයේ දී භාවිතා කරයි. තොප්පි, ඇඳුම්වල කොලරයේ මැදට කබාය ඇතුලත පෝරු සඳහා , පුටු කුෂන් සඳහා ෆෙල්ට් රෙදි භාවිතා කරයි. (ල. 4)

v. රසායනික ද්‍රව්‍යවලින් තොර ගොවිතැන් කාබනික ගොවිතැන ලෙස හැඳින්වේ. මෙහිදී බෝග හා සත්ත්ව නිෂ්පාදනය සඳහා හැකිතාක් දුරට ස්වභාවික යෙදවුම පමණක් යොදා ගනිමින් පරිසරයට (ජලය, පස)වන බලපෑම අවම කරමින් දිගු කාලීන ප්‍රශස්ත අස්වැන්නක් ලබා ගැනීම සඳහා වූ ගොවිතැන් ක්‍රමයක් ලෙස හැඳින්විය හැකිය.

මෙහිදී ස්වාභාවික යෙදවුම් ලෙස කාබනික පොහොර, ජෛව පලිබෝධ නාශක, පරිසර හිතකාමී වගා රටා ආදිය භාවිතා කරයි. එසේම රසායනික පලිබෝධ නාශක, පොහොර, ජාන විකරණය කළ ජීවීන්, ප්‍රති ජීවක, වර්ධක හෝර්මෝන යනාදිය භාවිතා නොකරයි. (ල. 4)

(මුළු ලකුණු 16)