

පිළිතුරු පත්‍රය - I කොටස

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

(ල. 40)

II කොටස

- 01 (1) ප්‍රධාන පෝෂක කාබෝහයිඩ්‍රේට් / ප්‍රෝටීන් / මේදය
 ඝෘෂ්ට පෝෂක බණිජ ලවන / විටමින්
 (2) යකඩ උෞෂධ / අයඩින් උෞෂධ / විටමින් උෞෂධ / කැල්සියම් උෞෂධ / සින්ක්
 උෞෂධය.
 (3) පෝෂණ ගුණය ආරක්ෂා වන පරිදි ආහාර පිළියෙල කිරීම.
 පෝෂණ ගුණය වර්ධනය වන පරිදි ආහාර පිළියෙල කිරීම.
 (4) අලුත් ස්වාභාවික ආහාර තෝරා ගැනීම / අඩුවෙන් ආහාරයට ගත හැකි දේවල් සැමවිටම අඩුවෙන්
 ගැනීම / මේද ද්‍රාවණ විටමින් අඩංගු ආහාර පිළියෙල කිරීමේ දී මේදය එක් කිරීම. / හැකි තරම්
 ස්වාභාවික රසකාරක එක් කිරීම.
 (5) ආහාර පරිභෝජනයට නුසුදුසු තත්වයට පත්වීම.
 (6) ඝෘෂ්ට ජීවීන් / මහා ජීවීන් / කෘත්‍රීම රසකාරක හා වර්ණ කාරක / අක්‍රමවත් ලෙස හැසිරීම / අඩංගු ද්‍රව්‍ය
 වල අන්තර් ක්‍රියා / ආහාර යන පරිසරය අතර අන්තර් ක්‍රියා / අපවිත්‍ර ලෙස පිළියෙල කිරීම / ආහාර
 ආකලනය / කල්තබා ගැනීමේ දුර්වලතා / මුළු තැන් ගෙයි නුසුදුසු උපකරණ
 (7) මිශ්‍ර කිරීම හෝ ආදේශක යෙදීම හේතුවෙන් අවම ප්‍රමිතිවලට අනුකූල නොවන ආහාර
 (8) මිරිස් කුඩුවලට නිරිගු පිටි හා ඩයි වර්ණ එකතු කිරීම.
 කහවලට නිරිගු පිටි මිශ්‍ර කිරීම.
 ගම්මිරිස් වලට පැපොල් ඇට එකතු කිරීම.
 අබවලට කුරක්කන් මිශ්‍ර කිරීම.
 (9) පිළිකාමය තත්ත්වයන් / දියවැඩියාව / බඩවැල් ආශ්‍රිත රෝගාබාධ / හර්ද ස්ප්‍රලතාවය.
 (10) සමබල ආහාර වේලක් ගැනීම / ක්‍රියාකාරී දිවි පැවැත්ම / එළවළු පළතුරු ආහාරයට ගැනීම / මේද
 අඩංගු ඝෘණික ආහාර නොගැනීම / අධික තෙල් සහිත හා ලුණු, සීනි අඩංගු ආහාර ගැනීමෙන්
 වැළකීම. (ල. 2 x 10 = 20)

I කොටස

02. (1) පරමාර්ථ නිබ්ම / පරමාර්ථ සඵල කර ගැනීම සඳහා උපාය මාර්ග නිබ්ම / කළමනාකරුවෙකු සිටීම. (ල. 03)
 (2) බුද්ධිමත් බව / ස්වයං විනයක් ඇති බව / ආත්ම විශ්වාසය හා දෘඩ අධීක්ෂණය / අත් අය පොළඹවා
 ගැනීමේ හැකියාව / ආවේග පාලනය කර ගැනීමේ හැකියාව / ගැටලු විසඳීමේ හැකියාව / නිවැරදි
 තීරණ ගැනීමේ හැකියාව / කළමනාකරනය ... පිළිබඳ දැනුම / ඵලදායී සන්නිවේදන ශික්ෂණය (ල. 1 1/2)
 (3) ශරීර සුවතා වැඩසටහන / සන්ධ්‍යා කාලීන ක්‍රීඩා පුහුණුව / එළිමහන් ක්‍රියාකාරකම් / කඳවුරු /
 පාගමන් / ගවේෂණ / නිවාසාන්තර ක්‍රීඩා තරග / ක්‍රීඩා හා ශාරීරික අධ්‍යාපනය තරගාවලි / ක්‍රීඩා
 සංගම් / සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන වැඩසටහන්. (ල. 02)
 (4) නම්‍යතාව / සමායෝජනය / රිද්මය වර්ධනය වීම. (ල. 02)
 (5) (i) A.T.P. - (ල. 1/2)
 (ii) ස්වායු හා නිර්වායු ශක්ති සැපයුම් ක්‍රම. (ල. 1/2 x 2 = 1)
 03. (1) මෙහිදී මාගේ යහළුවාගේ ඇඳුම් බුරුල් කර පහසු ඉරියව්වක වැනිසි සිටීමට සලස්වා පාද දෙක ඉහළ
 උස්සා රුධිර ගමනාගමනයට පහසුකම් සපයන අතර මඳක් සිහිය ආ පසු හිඳ ගැනීමට සලස්වා
 වෙනත් අනතුරු ඇත් දැයි සොයා බැලීම.
 මෙම ප්‍රශ්න වලට පිළිතුරු ලෙස අභියෝග හඳුනා ගෙන එයට ලබාදෙන පිළිතුර අනුව ලකුණු ලබා
 දෙන්න. (ල. 2 x 5 = 10)
 04. (1) සුදු බිංදුව / ලිංගික හර්පිස් / ලිංගික ඉන්ෆන් / උපදංශය/ගොතෝරියා/ක්ලැම්ඩියා / AIDS (ල. 02)
 (2) ලිංගික ප්‍රදේශයේ ඇතිවන අසාමාන්‍ය කැසීම. / ලිංගික ප්‍රදේශයේ හට ගනු ලබන බිබිලි, තුවාල,
 සැරවගෙඩි, දද, ඉන්ෆන්. (ල. 03)
 යෝනි මාර්ගයෙන් / ශිෂ්ණයෙන් සැරව පිට වීම. / මුත්‍ර පිට කිරීමේ දී වේදනාවක් හා දැවිල්ලක් හට
 ගැනීම. / ලිංගික ව එක් වීමේ දී ඇති වන වේදනාව / වෘෂණ කෝෂවල ඉදිමුම හා වේදනාව / යටි
 බඩ කොටසේ ඇති වන වේදනාව
 (3) එක් අයෙකුට වඩා ලිංගික සහකාරියන් හෝ සහකරුවන් සිටීම. / අන්තඃශිරා මගින් මත් ද්‍රව්‍ය ශරීර
 ගත කිරීම. / අවදානම් ලිංගික හැසිරීම්වල යෙදීම / ගණිකාවන් සමඟ ලිංගික ඇසුර / සමලිංගික
 සේවනයේ යෙදීම. / ලිංගික රෝග තිබෙන අය සමඟ ලිංගිකව හැසිරීම. (ල. 03)
 (4) ඵලදායීතා පරීක්ෂණය / වෙස්ටන් බ්ලොට් පරීක්ෂණය (ල. 01)
 (5) සිරුරේ බර අඩුවීම / මසකට වඩා පවතින උණ (ල. 01) මසකට වඩා පවතින පාචනය.

II කොටස

05. (1) X - ජේෂ්‍ය (ල.01)
 (2) Y - අසව් සන්ධිය (ල. 02)
 (3) ඉව්ෂානුග වීම (නිතාමතා පාලනය කළ හැකි වීම / අස්ථි සමඟ සම්බන්ධ වී පැවතීම. / විලේඛ (අඳුරු සීමා තිබීම) (ල. 03)
 (4) ඔක්සිකාරක හැකියාව වැඩියි / සංකෝචන කාලය අඩුයි.
 කේශනාලිකා සම්බන්ධ වීම අඩුයි / මේද සංචිත වීම අඩුයි.
 දීර්ඝ කාලීනව ශක්ති සැපයීම අඩුයි. (ල. 04)
06. (1) 1 A
 2 D
 3 F
 (2) ආරම්භක ඉරියව්ව → හුමණ අවස්ථාව → ස්ව ඉරියව්ව → මුදා හැරීම → පශ්චාත් ඉරියව්ව.
 (3) තරගය ආරම්භ වූ පසු පිටියේ කිසිම රේඛාවක් ස්පර්ශ නොකිරීම.
 උපකරණය පතිත වීමට පෙර පිටියෙන් ඉවත් නොවීම.
 පිටියේ අදාළ රේඛාව තුළ උපකරණය පතිත වීම.
 විසිකිරීමෙන් පසු පිටුපස කලාපයෙන් පිටවීම.
07. A (1) පන්දුව පාලනය / පාදහුරුව / වැළක්වීම / විදීම. (ල. 02)
 (2) අතවන ක්‍රමයට බාධක වටා දිවීම / පැත්තෙන් පැත්තට දිවීම / පිටුපසට හා ඉදිරියට දිවීම / පියවර තබන වේගය වෙනස් කරමින් දිවීම / ක්ෂණිකව දිශාව වෙනස් කරමින් දිවීම / වේගය හා දිශාව වෙනස් කරමින් දිවීම. (ල. 03)
 (3) (අ) දඬුවම් යැවුමක් හෝ විදුමක්
 (ආ) පන්දුව උඩ දමීමක්
 (ඇ) දඬුවම් විදුමක්
 (ඈ) විරුද්ධ පිලට පිටියෙන් පිටත සිට නිදහස් යැවුමක් (ල. 05)
 (ඉ) වැරදිද සිදු වූ ස්ථානයේ සිට නිදහස් යැවුමක්
- B (1) පිරිනැමීම / පන්දුව ලබා ගැනීම / එසවීම / වැළැක්වීම / පිටිය රැකීම (ල. 02)
 (2) * තනි අතින් පන්දුව අල්ලා උරහිසට ඉහළින් ගෙන වේගයෙන් පොළවට පහර දීම.
 * පන්දුව දැතින් අල්ලා සිරුර දුන්නක් සේ පිටුපසට නවා වේගයෙන් ඉදිරියට ඒමත් සමඟ පන්දුවෙන් පොළවට පහර දීම.
 දැතින් උඩ දමන ලද පන්දුවට එකතූන සිට ඉපිලෙමින් පහර දීම. උසකින් එල්ලන ලද පන්දුවට නිවැරදි ව ළඟා වී උඩ පැන පහර දීම. (ල. 03)
 (3) අ. ගැමුණු පිළට ලකුණක් සමඟ පිරි නැමීම.
 ආ. ගැමුණු පිළට ලකුණක් සමඟ පිරිනැමීම.
 ඇ. ගැමුණු පිළට ලකුණක් සමඟ පිරි නැමීම.
 ඈ. ගැමුණු පිළට ලකුණක් සමඟ පිරිනැමීම.
 ඉ. විජය පිළට ලකුණක් සමඟ පිරිනැමීම. (ල. 05)
- C (1) පන්දුව පාදයෙන් රැගෙන යාම / පන්දුවට පාදයෙන් පහර දීම.
 පන්දුවට හිසින් පහර දීම / පන්දුව ඇතුළට විසිකිරීම. ගෝල් රැකීම / දූල් රැකීම. (ල.02)
 (2) පන්දුව මත පාදය තබා පැවැත්වීම
 පාදයේ ඇතුළතින් පන්දුව නැවත් වීම
 පපුවෙන් පන්දුව නැවැත්වීම
 උදරයෙන් පන්දුව නැවැත්වීම (ල. 03)
 (3) අ. සෘජු නිදහස් පාරක්
 ආ. ස්ටාර් පිලට පිටියෙන් පිටත සිට ඇතුළු විසිකිරීමක්
 ඇ. දඬුවම් පහරක් සන්රයිස් පිළට ලබාදීම
 ඈ. සෘජු නිදහස් පහරක්
 ඉ. සන්රයිස් පිලට කෝණ පහරක්. (ල. 05)

