සියලු ම හිමිකම් ඇවිරිණි / All Rights Reserved

වයඹ පළාත් අධ්‍යාපන දෙපාර්තමේන්තුව
Provincial Department of Education - NWP

දෙවන වාර පරීක්ෂණය - 10 ශ්‍රේණිය - 2023
Second Term Test - Grade 10 - 2023

ගෘහ ආර්ථික විද්‍යාව - I

කාලය පැය 01 යි

නම/ විභාග අංකය:

සැලකිය යුතුයි :

i. සියලු ම ප්‍රශ්නවලට පිළිතුරු සපයන්න. මෙම ප්‍රශ්න පත්‍රය සඳහා ලකුණු 40 ක් ලැබේ.
ii. අංක 01 සිට 40 තෙක් ප්‍රශ්නවල දී ඇති (1), (2), (3), (4) පිළිතුරුවලින් නිවැරදි හෝ වඩාත් ගැළපෙන හෝ පිළිතුර තෝරන්න.
iii. ඔබට සැපයෙන පිළිතුරු පත්‍රයේ එක් එක් ප්‍රශ්නය සඳහා දී ඇති කව අතුරෙන්, ඔබ තෝරාගත් පිළිතුරෙහි අංකයට සැසඳෙන කවය තුළ (x) ලකුණ යොදන්න.

---

01. ධාන්‍ය වර්ගවලට උදාහරණ කීපයකි.
(1) කඩල, කව්පි, මෑ (2) සහල්, කුරක්කන්, මෙනේරි
(3) මුං ඇට, බෝංචි, සහල් (4) උඳු, කඩල, සෝයා

02. පලතුරුවල අඩංගු කාබෝහයිඩ්‍රේට් වර්ග දෙකකි,
(1) සුක්‍රෝස් හා මෝල්ටෝස් (2) ෆෲක්ටෝස් හා ගැලැක්ටෝස්
(3) ග්ලූකෝස් හා මෝල්ටෝස් (4) ෆෲක්ටෝස් හා ග්ලූකෝස්

03. මුත්‍රා සමඟ සිරුරෙන් බැහැර වන විටමිනයකි.
(1) විටමින් A (2) විටමින් D (3) විටමින් C (4) විටමින් E

04. ඇස්කෝබික් අම්ලය අඩංගු ආහාරයකි.
(1) නෙල්ලි (2) කජු පුහුලන් (3) රටඉඳි (4) කෙසෙල්

05. මස්, කිරි සහ සහල්වල අඩංගු ප්‍රෝටීන් පිළිවෙලින් දැක්වෙනුයේ,
(1) කේසීන්, මයොසීන්, ග්ලූටනින් (2) මයොසීන්, කේසීන්, ඕරයිසින්
(3) මයොසීන්, ඇල්බියුමින්, සෙයින් (4) කේසීන්, මයොසීන්, ග්ලූටනින්

06. පහත දැක්වෙන ආහාර වේල් අතුරින් උත්සව අවස්ථාවක් සඳහා වඩාත් ම සුදුසු දිවා ආහාර වේල කුමක්ද?
(1) බිරියානි, මාළු කිරට, බෝංචි ව්‍යංජනය, ගොටුකොළ සම්බලය, කස්ටඩ් පුඩිම.
(2) එළවළු බත්, මාළු ව්‍යංජනය, මිශ්‍ර එළවළු ස්ටූ, මුකුණුවැන්න මැල්ලුම, වටලප්පන්
(3) නූඩ්ල්ස්, පරිප්පු ව්‍යංජනය, මාළු ඇඹුල්තියල්, එළු සම්බලය, පලතුරු සලාදය
(4) කහබත්, අල බැදුම, මස් කරිය, එළවළු සලාදය, අයිස්ක්‍රීම්

07. මේදයේ දියවන විටමින් වනුයේ,
(1) විටමින් A, C, D, K (2) විටමින් A, D, E, K
(3) විටමින් A, B, C, D (4) විටමින් K, B, C, A

08. පෝෂණ වගුව ලෙස සැලකෙන්නේ,

(1) නොපිසූ ආහාර ද්‍රව්‍ය 100 g ක අඩංගු පෝෂක ප්‍රමාණය දැක්වෙන සටහනයි.

(2) පිසූ ආහාර ද්‍රව්‍ය 100 g ක අඩංගු පෝෂක ප්‍රමාණය දැක්වෙන සටහනයි.

(3) ආහාර වේලට දෛනිකව ඇතුළත් කළයුතු ආහාර කාණ්ඩය අනුව ප්‍රමාණ දැක්වෙන සටහනයි.

(4) විවිධ ආහාර වර්ග වයස අනුව ගතයුතු ප්‍රමාණය දැක්වෙන සටහනයි.

09. අප ගනු ලබන ආහාර අවසානයේ ශරීර ශක්තිය ලබා ගැනීමට උපකාරි වේ. එම ක්‍රියාවලිය පිළිවෙලින් දැක්වෙන්නේ,

(1) ආහාර ⟶ ජීර්ණය ⟶ පරිභෝජනය ⟶ අවශෝෂණය ⟶ පරිවහනය ⟶ පරිවෘත්තිය

(2) ආහාර ⟶ පරිභෝජනය ⟶ අවශෝෂණය ⟶ ජීර්ණය ⟶ පරිවහනය ⟶ පරිවෘත්තිය

(3) ආහාර ⟶ පරිභෝජනය ⟶ ජීර්ණය ⟶ අවශෝෂණය ⟶ පරිවෘත්තිය ⟶ පරිවහනය

(4) ආහාර ⟶ පරිභෝජනය ⟶ ජීර්ණය ⟶ අවශෝෂණය ⟶ පරිවහනය ⟶ පරිවෘත්තිය

10. ආහාර පිරමීඩයේ පහළින් දැක්වෙන ආහාර කාණ්ඩය වනුයේ,

(1) තෙල් හා සීනි (2) එළවළු හා පලතුරු

(3) ධාන්‍ය හා ධාන්‍ය නිෂ්පාදන (4) කිරි හා කිරි නිෂ්පාදන

11. ප්‍රෝටීනයක අඩංගු නයිට්‍රජන් ප්‍රතිශතය වන්නේ,

(1) 16 % කි. (2) 15 % කි. (3) 14 % කි. (4) 17 % කි.

12. ආහාරවල දක්නට ලැබෙන ගුණාත්මක ලක්ෂණයක් නොවන්නේ,

(1) පෝෂණ අගය (2) වයනය (3) රසය (4) බර

13. වැඩි සාන්ද්‍රණයකින් යුත් මාධ්‍යයක සිට අඩු සාන්ද්‍රණ මාධ්‍යයකට ද්‍රව්‍ය අංශු ගමන් කිරීම හඳුන්වන්නේ,

(1) බාහිර ආසෘැතිය (2) විසරණය (3) සංවහනය (4) විකිරණය

14. සංවහනය මගින් තාපය සංක්‍රමණය වී පිසීම සිදු කරගත හැකි ආහාරයකි.

(1) රොටී (2) පැන් කේක් (3) පිට්ටු (4) කේක්

15. තෙත් තාපයෙන් පිසීමේ ක්‍රමයකි.

(1) උඳු වාෂ්පයෙන් තැම්බීම (2) ටෝස්ට් කිරීම

(3) ග්‍රිල් කිරීම (4) රෝස්ට් කිරීම

16. බැක්ටීරියා වර්ධනයට වඩාත් හිතකර උපස්ථරයක් වනුයේ,

(1) තෙල් ය. (2) කිරි ය. (3) ජලය ය. (4) පලතුරු යුෂ ය.

17. මස්, මාළු ගබඩා කළ යුතු ශිතකරණයේ උෂ්ණත්වය වනුයේ,

(1) 18°C වැඩි ය. (2) -18°C අඩු ය.

(3) 7°C - 10°C අතර ය. (4) 4°C - 8°C අතර ය.

18. දියාරු පිටි මෝලියක් භාවිතා කර සාදා ගතහැකි ආහාරයකි.

(1) බනිස් (2) මාළු පාන් (3) පාන් (4) කොකිස්

19. ආහාරයක මෘදු වයනයක් ලබා ගැනීමට වඩාත් සුදුසු ශිල්පීය ක්‍රමයක් නොවනුයේ,

(1) අත් ගැසීම (2) මිශ්‍ර කිරීම (3) කැපීම (4) ගැසීම

20. පෝෂණ වගුවේ මහා පෝෂක දක්වා ඇත්තේ,

(1) ග්‍රෑම්වලිනි. (2) මයික්‍රො ග්‍රෑම්වලිනි.

(3) මිලි ග්‍රෑම්වලිනි. (4) කැලරි වලිනි.

21. නිවාස සැලසුම් ඇඳීමේ දී අවධානය යොමු විය යුතු කරුණකි.

(1) ඔප්පුවේ නිරවුල් බව (2) අවට පරිසරය

(3) පරිමාණය (4) මූල්‍යමය පහසුකම්

22. ජීවන චක්‍රය තුළ පවුල් ඒකකයන් පසු කරන අවධීන් පිළිවෙලින්,

(1) වර්ධක අවධිය, සංකෝචක අවධිය, ආරම්භක අවධිය

(2) ආරම්භක අවධිය, වර්ධක අවධිය, සංකෝචක අවධිය

(3) සංකෝචක අවධිය, ආරම්භක අවධිය, වර්ධක අවධිය

(4) ආරම්භක අවධිය, සංකෝචක අවධිය, වර්ධක අවධිය

23. පුද්ගලයකුගේ සිතේ ඇතිවන හිතකර හා අහිතකර හැඟීම් හඳුන්වනු ලබන්නේ,

(1) ආකල්ප (2) ශ්‍රමය (3) කුසලතා (4) දැනුම

24. ඉම්පීරියල් හා මෙට්‍රික් මිනුම් ඒකකයක් යනු,

(1) නිවසක වහලයේ උස දක්වන ඒකකයකි.

(2) නිවසක බිම් සැලැස්මක පරිමාණය දක්වන මිනුම් ඒකකයකි.

(3) නිවසක බිත්ති පළල දක්වන මිනුම් ඒකකයකි.

(4) නිවසක සිවිලිමේ උස දක්වන මිනුම් ඒකකයකි.

25. නාගරීකරණය නිසා වර්තමානයේ වැඩි වශයෙන් දක්නට ලැබෙන පවුල් වර්ගය වනුයේ,

(1) බද්ධ පවුල ය. (2) ව්‍යාප්ත පවුල ය. (3) විස්තෘත පවුල ය. (4) ප්‍රාථමික පවුල ය.

26. ඉඩකඩ පිරිමසින ගෘහ භාණ්ඩයකි.

(1) තට්ටු ඇඳ (2) ඩිවානය (3) බුමුතුරුණු (4) ලාම්පු ආවරණ

27. නිවසක් සඳහා අඳින ලද බිම් සැලැස්මක පහත සංකේතයෙන් දැක්වෙනුයේ,

(1) පැන් ලයිට් (2) ජනේල

(3) බිත්තිය (4) දෙපියන් දොර

28. නිවසේ කොටසක් එකිනෙකට යාබඳව ගොනු කිරීම යනු,

(1) රාශිකරණයයි. (2) සැලසුමයි. (3) පරිමාණයයි. (4) අවකාශ ගැලපුමයි.

29. හරස් සංවාතනය යනු,

(1) නිවස තුළට හරස් අතට වාතය ගලා ඒම ය.

(2) නිවස තුළ සිරස් අතට වාතය ගලා ඒම ය.

(3) එක් පැත්තකින් වාතය ඇතුළු වී නිවස තුළ රඳා පැවතීම ය.

(4) එක් පැත්තකින් වාතය ඇතුළු වී ඊට සමාන්තර පැත්තෙන් වාතය පිට වීම ය.

30. පවුලක භෞතික අවශ්‍යතාවයකි,

(1) අධ්‍යාපනය (2) ඇඳුම් පැළඳුම් (3) ආහාරපාන (4) යහපත් සෞඛ්‍යය

31. විසිතුරු මැහුම් ක්‍රම 2 කි.

(1) පිස්මේන්තු මැස්ම හා කතිර මැස්ම (2) කතිර මැස්ම හා වාටි මැස්ම

(3) සිහින් නූල්දිවවීම හා සිප්පි වාටි මැස්ම (4) දම්වැල් මැස්ම හා කතිර මැස්ම

32. අක් සැරසිලි යනු,

(1) ගෘහපිළි අලංකාර කරන මැසීමේ ක්‍රම වේ. (2) මූලික මැහුම් ක්‍රම වේ.

(3) ඇඳුම්වලට මූට්ටු නිමා කරන ක්‍රම වේ. (4) ඇඳුම්වල අද්දර අලංකාර කරන ක්‍රම වේ.

33. ළදරු, කාන්තා යට ඇඳුම් හා රාත්‍රී ඇඳුම සඳහා යොදා ගන්නා මූට්ටුවකි.

(1) චාම් මූට්ටුව (2) ප්‍රංශ මූට්ටුව (3) පැතලි මූට්ටුව (4) සරල මූට්ටුව

34. ළදරු ඇඳුමක වාටියකට විසිතුරු බව ගෙන දෙන මැහුම් ක්‍රමයක් වන්නේ,

(1) ඇඹරුම් මැස්ම ය. (2) පිස්මේන්තු මැස්ම ය.

(3) සන්නාලි මැස්ම ය. (4) සැඟි වාටි මැස්ම ය.

35. මැහුම් ක්‍රම වර්ගීකරණයට අනුව ප්‍රධාන මැහුම් ක්‍රම වනුයේ,

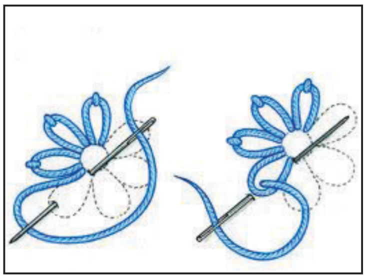
(1) මූලික, විසිතුරු, පොලොව් (2) මූලික, විසිතුරු, ශිල්පීය

(3) විසිතුරු, මූලික, විවර (4) ශිල්පීය, මූට්ටු, වාටි

36. රෙද්දේ මතුපිට ''ඉලිප්පී පෙනීමට'' යොදා ගතහැකි විසිතුරු මැහුම් ක්‍රමයකි.

(1) නැටි මැස්ම (2) කතිර මැස්ම (3) සැටින් මැස්ම (4) දම්වැල් මැස්ම

37. පහත සඳහන් මැහුම් ක්‍රමය හඳුන්වනුයේ,



(1) දම්වැල් මැස්ම (2) නැටි මැස්ම (3) කතිර මැස්ම (4) ලේසි ඩේසි මැස්ම

38. නූල ඉඳිකටුවෙහි වාර කිහිපයක් පටලවා, ඉඳිකටුව ඇද මැස්ම අවශ්‍ය ස්ථානයට ගෙන මසනුයේ,

(1) දිග කොට මැස්ම ය. (2) සැටින් මැස්ම ය.

(3) ප්‍රංශ ගැට මැස්ම ය. (4) හුරුළුකටු මැස්ම ය.

39. නිර්මාණයකින් ඉටුවිය යුතු කාර්යය නිසි පරිදි ඉටුවන සේ සැකසී තිබීම හඳුන්වන්නේ,

(1) ක්‍රියානුරූපී බව (2) නිර්මාණාත්මක බව

(3) අලංකාර බව (4) සජීවී බව

40. විවර පියවීම සඳහා යොදා නොගන්නේ,

(1) බොත්තම් හා කාසය (2) බඳන වාටිය

(3) ජන්තු ඇල්ලීම (4) සැන ගාංචු යෙදීම

සියලු ම හිමිකම් ඇවිරිණි / All Rights Reserved

වයඹ පළාත් අධ්‍යාපන දෙපාර්තමේන්තුව
Provincial Department of Education - NWP

වයඹ පළාත් අධ්‍යාපන දෙපාර්තමේන්තුව Provincial Department of Education - NWP

දෙවන වාර පරීක්ෂණය - 10 ශ්‍රේණිය - 2023
Second Term Test - Grade 10 - 2023

ගෘහ ආර්ථික විද්‍යාව - II

කාලය පැය 02 යි

නම/ විභාග අංකයඃ

- පළමු ප්‍රශ්නය හා තවත් ප්‍රශ්න හතරකට පිළිතුරු සපයන්න.
- පළමු ප්‍රශ්නයට ලකුණු 20 යි. තෝරාගන්නා අනෙක් ප්‍රශ්නයකට ලකුණු 10 බැගින් හිමි වේ.

---

(01) පහත සඳහන් සිද්ධිය අධ්‍යයනය කර දී ඇති ප්‍රශ්නවලට පිළිතුරු සපයන්න.

කමනිගේ මව පෞද්ගලික අංශයේ සේවයේ යෙදෙන අතර, පියා රජයේ සේවකයෙකි. කමනි 10 ශ්‍රේණියේ ඉගෙනුම ලබන අතර, වයස අවුරුදු 4 ක හා අවුරුදු 1 ක සහෝදරියන් දෙදෙනෙකු හා 2 ශ්‍රේණියේ සහෝදරියෙක් සිටියි. මැහුම් ගෙතුම්වල නියැලෙන කමනිගේ මිත්තණිය සහ නැන්දා ඔවුන් සමඟ ජීවත් වෙති. පවුලේ සියලු දෙනා විනෝදාංශයක් ලෙස ගෙවතු වගාව හා ඇඳුම් නිර්මාණය කරනු ලබයි.

(1) මෙම පවුල අයත් වන පවුල් වර්ගය නම් කරන්න. (ල. 02)

(2) එම පවුල හැඳින්විය හැකි වෙනත් නම් 2 ක් ලියන්න. (ල. 02)

(3) මෙම පවුලේ සාමාජිකයන් තුළ දැකිය හැකි යහපත් ගති ලක්ෂණ 2 ක් ලියන්න. (ල. 02)

(4) ගෙවතු වගාවෙන් ලැබෙන ප්‍රයෝජන 2 ක් සඳහන් කරන්න. (ල. 02)

(5) දරුවන්ගේ කාමර සඳහා යොදා ගත හැකි ඉඩකඩ පිරිමසින උපකරණ 2 ක් සඳහන් කරන්න. (ල. 02)

(6) මෙම පවුල සතු මානව සම්පත් 2 ක් ලියන්න. (ල. 02)

(7) කෑම කාමරය සඳහා යොදා ගතහැකි උපාංග 2 ක් නම් කරන්න. (ල. 02)

(8) ගෙවත්තෙන් ලබා ගතහැකි පලා වර්ග 4 ක් නම් කරන්න. (ල. 02)

(9) එම පළා වර්ගවලින් ලබා ගතහැකි විටමිනයක් හා ඛනිජ වර්ගයක් නම් කරන්න. (ල. 02)

(10) දරුවන්ගෙන් දෙමව්පියන්ට ඉටුවිය යුතු යුතුකම් 2 ක් ලියන්න. (ල. 02)

(02) (1) නිවසක් ගොඩනැගීමේ දී මූලික ව අවධානය යොමු කළ යුතු කරුණු 3 ක් ලියන්න. (ල. 03)

(2) යටිතල පහසුකම් 3 ක් නම් කරන්න. (ල. 03)

(3) නිවෙස් තුලට ස්වභාවික ආලෝකය හා වාතාශ්‍රය ලබාදීමෙන් ඇතිවන වාසි 4 ක් සඳහන් කරන්න. (ල. 04)

(03) දෛනිකව අප ලබා ගන්නා ආහාර වේල් මත අපගේ පෝෂණය රැඳී පවතී. එබැවින් ආහාර වේල් සැලසුම් කිරීම අතිශය වැදගත් වේ.

(1) ආහාර වේල් සැලසුම් කිරීමේදී සැලකිලිමත් වියු යුතු කරුණු 3 ක් ලියන්න. (ල. 03)

(2) වෙළඳපලෙන් මාළු මිලදී ගැනීමේදී සලකා බැලිය යුතු ගුණාත්මක ලක්ෂණ 3 ක් ලියන්න. (ල. 03)

(3) පහත සඳහන් එළවළුවල අඩංගු වර්ණක නම් කරන්න.

- රාබු
- කැරට්
- වම්බටු
- බෝංචි

(ල. 04)

(04) (1) පෙරදිග සංස්කෘතියට අනුව ආහාර පිළිගැන්වීමේ ක්‍රම 3 ක් නම් කරන්න. (ල. 03)

(2) ආහාර ගැනීමේදී අනුගමනය කළයුතු සිරිත්විරිත් 3 ක් නම් කරන්න. (ල. 03)

(3) සිංහල සංස්කෘතියට අනුව ආහාර මේසය සැකසීම හා පිළිගැන්වීම රූප සටහනක් මඟින් පෙන්වන්න. (ල. 04)

(05) (1) ළමා වියේදී ඇතිවන කැල්සියම් ඌණතාවය නිසා අස්ථි විකෘති රෝගයට ගොදුරු වේ. මෙම රෝගයේ රෝග ලක්ෂණ 3 ක් ලියන්න. (ල. 03)

(2) දරුවන් තුළ ඇතිවන තීව්‍ර මන්දපෝෂණය නොසලකා හැරීම නිසා මැරස්මස් නම් රෝගී තත්ත්වය ඇති වේ. එහි රෝග ලක්ෂණ 3 ක් ලියන්න. (ල. 03)

(3) පහත සඳහන් ඌණතා රෝග ඇතිවීමට බලපාන ක්ෂුද්‍ර පෝෂක ලියා දක්වන්න.

a) තමස් අන්ධතාවය
b) ගලගණ්ඩය
c) රක්තහීනතාවය
d) ශීතාද රෝගය

(ල. 04)

(06) (1) ප්‍රවිකිරණය යන පරිරක්ෂක ක්‍රමයට අදාළ පරිරක්ෂණ මූලධර්මය සඳහන් කරන්න. (ල. 03)

(2) ක්ෂුද්‍ර ජීවී වර්ධනයට අවශ්‍ය වන අභ්‍යන්තර සාධක 3 ක් නම් කරන්න. (ල. 03)

(3) ආහාර පරිරක්ෂණය කිරීමේ වාසි 4 ක් සඳහන් කරන්න. (ල. 04)

(07) (1) මූලික මැහුම් ක්‍රම 3 ක් හා විසිතුරු මැහුම් ක්‍රම 3 ක් නම් කරන්න. (ල. 6 x½ = 03)

(2) උපාංග නිර්මාණයේදී උපාංගවල ගුණාත්මක අගය වැඩි කිරීමට කළ හැකි උපක්‍රම 3 ක් දක්වන්න. (ල. 03)

(3) අත් පිස්නා රඳවනයක් සඳහා සුදුසු මෝස්තරයක් ඇඳ පෙන්වන්න. (ල. 04)

පිළිතුරු පත්‍රය - I කොටස

1 - (2)	11 - (1)	21 - (3)	31 - (2)
2 - (4)	12 - (4)	22 - (2)	32 - (4)
3 - (3)	13 - (2)	23 - (1)	33 - (3)
4 - (1)	14 - (3)	24 - (2)	34 - (1)
5 - (2)	15 - (1)	25 - (4)	35 - (2)
6 - (4)	16 - (2)	26 - (1)	36 - (3)
7 - (2)	17 - (2)	27 - (3)	37 - (4)
8 - (1)	18 - (4)	28 - (1)	38 - (3)
9 - (4)	19 - (3)	29 - (4)	39 - (1)
10 - (3)	20 - (1)	30 - (1)	40 - (2)

(නිවැරදි පිළිතුරකට ලකුණු 01 බැගින්)

II කොටස

(01)
(1) විස්තෘත පවුල (ල. 02)
(2) සංයුක්ත පවුල / ව්‍යාප්ත පවුල / බද්ධ පවුල / විස්තාරිත පවුල / විස්තීරණ පවුල (ල. 02)
(3) බෙදා හදා ගැනීම / ත්‍යාගශීලී බව / පරාර්ථකාමීබව / ඉවසිලිවන්තබව / ජේවර්ෂිත බව (ල. 02)
(4) නැවුම් එළවළු, පලතුරු ලබා ගැනීම / පෝෂණීය ආහාර ලබාගැනීම / ආර්ථික වාසි සැලසීම. (ල. 02)
(5) හකුලන ඇඳ / හකුලන ඇඳුම් වැට / බිත්ති අල්මාරි (ල. 02)
(6) දැනුම / ආකල්ප / කුසලතා / ශ්‍රමය (ල. 02)
(7) ශීතකරණ දොර අල්ලුව / අත්පිස්නා රදවනය / මේස දරණුව (ල. 02)
(8) ගොටුකොළ / කංකුන් / තම්පලා / මුකුණුවැන්න / කතුරු මුරුංගා (ල. 02)
(9) විටමින් A/ විටමින් C / යකඩ / කැල්සියම් (ල. 02)
(10) පිළිතුර පිටු අංක 10 ඇත. (ල. 02)

(02)
(1) I භූමිය තෝරා ගැනීම.
II නිවස සැලසුම් කිරීම.
III නිවස සංවිධානය කිරීම. (ල. 03)
(2) නළ ජලය / විදුලි බලය / පොදු ප්‍රවාහන පහසුකම් / අප ද්‍රව්‍ය බැහැර කිරීම / සෞඛ්‍ය සේවා / ක්‍රීඩා පිටි / ප්‍රජා ශාලා (ල. 03)
(3) නිවස තුළ තෙතමනය ඉවත් වීම. / ක්ෂුද්‍ර ජීවී වර්ධනය අවම වීම / ඉක්මනින් වෙහෙසට පත් නොවීම. / හරස් සංවාතනය මගින් නිවස තුළ උණුසුම අඩුවීම. (පිටු අංක 17) (ල. 04)

(03)
(1) I පවුලේ සාමාජිකයන්ගේ පෝෂණ අවශ්‍යතා
II රුචිකත්වය හඳුනාගෙන ආහාර වේල් සැලසුම් කිරීම.
III විවිධත්වයෙන් යුතු ආහර වේල් (පිටු අංක 53) (ල. 03)
(2) මතුපිට තද ගතියෙන් යුක්ත වීම. / එබූවිට නැවත තිබුණු තත්ත්වයට පැමිණීම. / සම සහ වරල් තුවාල වී නොතිබීම. / කොරපොතු දීප්තිමත්ව තිබීම. (ල. 03)
(3) ප්ලේවෝන්, කැරටිනොයිඩ්, ඇන්තෝසයනින්, ක්ලෝරෆිල් (ල. 04)

(04)
(1) සිංහල, ද්‍රවිඩ, මුස්ලිම් (ල. 03)
(2) පිටු අංක 108 (ල. 03)
(3) පිටු අංක 100 (ල. 04)

(05)
(1) ගැටෙන දණහිස් සහිත වීම / ඇවිදීම පමා වීම. / කකුල් බකල වීම. / දත් ඒම පමා වීම / සන්ධි ඉදිමීම. (ල. 03)
(2) කෘෂ වූ ශරීරයක් දක්නට ලැබීම. / සම වියළීම හා රළු වීම. / වමනය හා පාචනය / නිතර කුසගින්නෙන් පෙළීම. / හිසකෙස් සිනිඳු වීම. / මුහුණ මහළු වයසේ අයෙකුගේ මෙන් දිස්වීම. (ල. 03)
(3) (a) විටමින් A (b) අයඩින්
(c) යකඩ (d) විටමින් C (ල. 04)

(06) (1) කිරණවලින් පිටවන අධි ශක්තිය නිසා ක්ෂුද්‍රජීවීන් විනාශ වේ. (ල. 03)

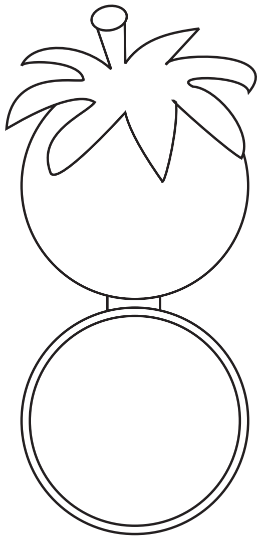
(2) ජල ප්‍රමාණය / ජල සක්‍රියතාවය
pH අගය
උපස්තරය (ල. 03)

(3) අපතේ යාම වළක්වා ගැනීමට / අවාරයේදී ප්‍රයෝජනයට ගැනීමට / විවිධත්වයකින් යුතු ව පරිභෝජනයට ගැනීමට / ආර්ථික වාසි ලබා ගැනීමට / හදිසි අවස්ථාවල දී ප්‍රයෝජනයට ගැනීමට (ල. 04)

(07) (1) මූලික - නූල් ඇදීම / වාටි මැස්ම / සැඟි වාටි මැස්ම / සන්නාලි වාටි මැස්ම / පිස්මේන්තු මැස්ම.
විසිතුරු - දම්වැල් / නැටි / කතිර / ලේසිබේසි / බූලියන් / හුරුළුකටු / සැටින් / බ්ලැන්කට් (ල. 03)

(2)
- නොමැසූ අද්දර නිම කිරීම සඳහා නිමාවක් බෙදීම.
- උපාංගයෙහි ඉතිරි ව ඇති නූල් කැබලි කපා ඉවත් කිරීම.
- උපාංගය නිම කළ පසු හොඳින් ඉස්ත්‍රික්ක කිරීම. (ල. 03)

(3)



ඉහත සඳහන් මෝස්තරයක් වැනි මෝස්තරයක් ඇඳ තිබිය යුතු වේ. (ල. 04)