COMPLETED

BY

6099

සියලු ම හිමිකම් ඇවිරිණි / முழுப் பதிப்புரிமையுடையது / All Rights Reserved]

ශ්‍රී ලංකා විභාග දෙපාර්තමේන්තුව
இலங்கைப் பரீட்சைத் திணைக்களம்
Department of Examinations, Sri Lanka

අධ්‍යයන පොදු සහතික පත්‍ර (උසස් පෙළ) විභාගය, 2013 අගෝස්තු
கல்விப் பொதுத் தராதரப் பத்திர(உயர் தர)ப் பரீட்சை, 2013 ஓகஸ்ற்
General Certificate of Education (Adv. Level) Examination, August 2013

නව නිර්දේශය
புதிய பாடத்திட்டம்
New Syllabus

ගෘහ ආර්ථික විද්‍යාව I
மனைப் பொருளியல் I
Home Economics I

28 S I

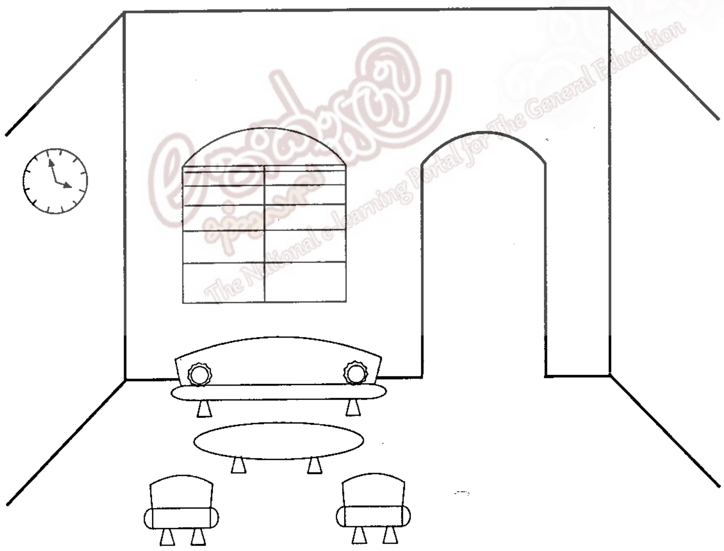
පැය දෙකයි
இரண்டு மணித்தியாலம்
Two hours

උපදෙස්:

- ✻ සියලු ම ප්‍රශ්නවලට පිළිතුරු සපයන්න.
- ✻ උත්තර පත්‍රයේ නියමිත ස්ථානයේ **ඔබේ විභාග අංකය** ලියන්න.
- ✻ ගණක යන්ත්‍ර භාවිතයට ඉඩ දෙනු **නොලැබේ.**
- ✻ උත්තර පත්‍රයේ පිටුපස දී ඇති උපදෙස් ද සැලකිල්ලෙන් කියවා පිළිපදින්න.
- ✻ **1** සිට **50** තෙක් එක් එක් ප්‍රශ්නයට (1), (2), (3), (4), (5) යන පිළිතුරුවලින් **නිවැරදි හෝ ඉතාමත් ගැළපෙන හෝ** පිළිතුර තෝරාගෙන එය **උත්තර පත්‍රයේ පසුපස දක්වෙන උපදෙස් පරිදි කතිරයක්** (X) යොද දක්වන්න.

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

2. පහත දක්වෙන රූප සටහනෙහි රිද්මය පෙන්වන ආකාර දෙකක් දක්වා ඇත.



   මෙම රිද්මය පෙන්නුම් කරන ආකාර දෙක වනුයේ
   (1) සංක්‍රමණය හා අනුක්‍රමණයයි.
   (2) ප්‍රතියෝගය හා විකිරණයයි.
   (3) පුනරුක්තිය හා සංක්‍රමණයයි.
   (4) විකිරණය හා අනුක්‍රමණයයි.
   (5) පුනරුක්තිය හා ප්‍රතියෝගයයි.

3. උසින් අඩු කාමරයක උස් බව වැඩිකර හැඟවීමට ගත හැකි ක්‍රියාමාර්ගයක් වනුයේ
   (1) ජනේල රෙදි සඳහා ලා වර්ණ යෙදීම ය.
   (2) සිවිලිම සඳහා ලා වර්ණ යෙදීම ය.
   (3) ගෘහ භාණ්ඩවලට ලා වර්ණ පොරාදු යෙදීම ය.
   (4) යාබද බිත්තිවලට ලා වර්ණ යෙදීම ය.
   (5) ලා වර්ණයෙන් යුත් බුමුතුරුණක් යෙදීම ය.

4. පහත සඳහන්ව ඇත්තේ ගෘහයක විවිධ ස්ථාන අලංකරණය සඳහා යොද ගන්නා ලද මල් සැකසුම් කිහිපයකි. ඒ අතුරෙන් යෝග්‍යතම මල් සැකසුම කුමක් ද?
   (1) ආලින්දයට පිවිසෙන ස්ථානයට කෘත්‍රිම මල් සැකසුමක්
   (2) නිදන කාමරයේ කණ්නාඩි මේසය මතට වියළි මල් සැකසුමක්
   (3) කෑම මේසය මැදට කොළ සහ ඉති පමණක් යෙදූ උසින් වැඩි මල් සැකසුමක්
   (4) කොරිඩෝවෙහි අඳුරු මුල්ලකට වියළි මල් සැකසුමක්
   (5) විසිත්ත කාමර කට්ටලයේ ටීපෝව මතට උසින් අඩු පැතිරුනු මල් සැකසුමක්

[දෙවෙනි පිටුව බලන්න.

5. නිවසකට ස්වාභාවිකත්වය හා ක්‍රියානුරූපීබව ළඟාකර ගැනීමට ගත හැකි ක්‍රියාමාර්ගයකි
   (1) විසිත්ත කාමරයේ බිත්තියකට වීදුරු ගල් සවි කිරීම.
   (2) තරප්පු පෙළට කැටයම් සහිත ලෝහමය අත් වැටක් යෙදීම.
   (3) වතුර මලක් සහිත ගෘහස්ථ පොකුණක් විසිත්ත කාමරයේ නිර්මාණය කිරීම.
   (4) ගෙමිදුලට අලංකාර බිම් ගඩොල් ඇල්ලීම.
   (5) කඩා වැටුණු ගසක කඳ කොටස ගෙමිදුලෙහි ආසනයක් ලෙස සකස් කරගැනීම.

6. නිවසේ දෛනිකව ඇති විය හැකි ගැටලුමය අවස්ථා කළමනාකරණය පිළිබඳ සාකච්ඡාවකට සිසු කණ්ඩායමක් සහභාගි වූහ. ඔවුන් ඉදිරිපත් කළ පහත දක්වෙන කරුණු අතුරෙන් නිවැරදි වනුයේ කුමක් ද?
   (1) පියා ගන්නා තීරණවලට සැමවිටම එකඟ විය යුතු ය.
   (2) ක්ෂණික තීරණ ගැනීම වඩාත් සුදුසු ය.
   (3) පවුලේ සාමාජිකයින් සමඟ ගැටලු පිළිබඳ ව සාකච්ඡා කළ යුතු ය.
   (4) කිසිවිටෙක ගැටලු ඇති නොවන සේ ක්‍රියා කළ යුතු ය.
   (5) ගැටලු ඇතිවන සැමවිටකම වැඩිහිටියන්ගේ අදහස් විමසිය යුතු ය.

7. විදුලි ස්ත්‍රික්කයකින් රෙදි මැදීමේ දී අනුගමනය කළ යුතු ක්‍රියාමාර්ගයක් වනුයේ
   (1) කුසන්නායකයක් මත ස්ත්‍රික්කය සිරස්ව තැබීම ය.
   (2) සුසන්නායකයක් මත ස්ත්‍රික්කය සිරස්ව තැබීම ය.
   (3) කුසන්නායකයක් මත ස්ත්‍රික්කය තිරස්ව තැබීම ය.
   (4) සුසන්නායකයක් මත ස්ත්‍රික්කය තිරස්ව තැබීම ය.
   (5) සියලු ම රෙදි අඩු උෂ්ණත්වයක මැද ගැනීම ය.

8. මස්වල අඩංගු ප්‍රෝටීන වර්ග දෙකකි
   (1) මයොසින් සහ ග්ලූටන්.   (2) කේසින් සහ ලෙගියුමින්.   (3) ඉලාස්ටින් සහ මයොසින්.
   (4) කේසින් සහ කොලැජන්.   (5) ඉලාස්ටින් සහ ලෙගියුමින්.

9. එළකිරිවල පෝෂණ අගය හා සම්බන්ධ නිවැරදි ප්‍රකාශය මින් කුමක් ද?
   (1) අංග සම්පූර්ණ ආහාරයකි.   (2) වැඩි ප්‍රෝටීන් ප්‍රමාණයක් අඩංගු ආහාරයකි.
   (3) විටමින් A හා විටමින් E වලින් සරුය.   (4) ජෛව අගයෙන් ඉහළ ප්‍රෝටීන ඇත.
   (5) සුක්‍රෝස් හා ලැක්ටෝස් අඩංගු වේ.

10. මින් අත්‍යවශ්‍ය මේද අම්ල අඩංගු කාණ්ඩය තෝරන්න.
   (1) ස්ටියරික් අම්ලය, ලිනොලෙනික් අම්ලය.
   (2) ඇරකිඩොනික් අම්ලය, ලිනොලික් අම්ලය.
   (3) ලිනොලික් අම්ලය, ලිනොලෙනික් අම්ලය.
   (4) ලිනොලික් අම්ලය, ලිනොලෙනික් අම්ලය, ඇරකිඩොනික් අම්ලය.
   (5) පාමිටික් අම්ලය, ස්ටියරික් අම්ලය, ලිනොලික් අම්ලය.

11. ව්‍යුහයෙහි කාබොක්සිල් කාණ්ඩයක් (-COOH) අඩංගු වන පෝෂකය / පෝෂක වනුයේ
   (1) ප්‍රෝටීන් ය.   (2) මේද ය.   (3) කාබොහයිඩ්‍රේට් සහ මේද ය
   (4) මේද සහ ප්‍රෝටීන් ය.   (5) කාබොහයිඩ්‍රේට් සහ ප්‍රෝටීන් ය.

12. පහත සඳහන් විටමින් වර්ග අතුරෙන් ආන්ත්‍රික බැක්ටීරියා මගින් සංස්ලේෂණය කළ හැකි විටමිනයකි
   (1) විටමින් A.   (2) විටමින් C.   (3) විටමින් D.   (4) විටමින් E.   (5) විටමින් K.

13. විටමින් B_3 හඳුන්වන රසායනික නාමය වනුයේ
   (1) තයමින් ය.   (2) රයිබොෆ්ලේවින් ය.   (3) නයසීන් ය.
   (4) පිරිඩොක්සින් ය.   (5) කෝලීන් ය.

14. විටමින් A හා යකඩ බහුලව අඩංගු වන ආහාර ප්‍රභවයකි
   (1) නිවිති.   (2) බිත්තර.   (3) තෙල්ලි.   (4) කැරට්.   (5) කිරි.

15. සින්ක් ශරීරයට වැදගත් ඛනිජ ද්‍රව්‍යයක් වීමට එක් හේතුවක් වනුයේ
   (1) යකඩ අවශෝෂණයට උපකාරී වන නිසා ය.
   (2) ප්‍රෝටීන් සංස්ලේෂණයට අවශ්‍ය වන නිසා ය.
   (3) ජල තුලනය පාලනය කිරීමට ක්‍රියා කරන නිසා ය.
   (4) ඉන්සියුලින්වල සංඝටකයක් නිසා ය.
   (5) අස්ථි සංයුතියේ පැවැත්මට අවශ්‍ය වන නිසා ය.

16. සිරුරේ තයිරොක්සින් හෝර්මෝනය නිපදවීමට ඉවහල්වන පෝෂකයකි
   (1) අයඩීන්.   (2) කැල්සියම්.   (3) පොස්පරස්.   (4) මැග්නීසියම්.   (5) තඹ.

17. මිනිස් සිරුරේ අම්ල භෂ්ම තුලනය පවත්වා ගැනීමට අවශ්‍ය වන ඛනිජ දෙකකි
   (1) මැන්ගනීස් සහ කැල්සියම්   (2) යකඩ සහ මැන්ගනීස්.
   (3) සෝඩියම් සහ යකඩ.   (4) කැල්සියම් සහ පොටෑසියම්.
   (5) සෝඩියම් සහ පොටෑසියම්.

[තුන්වෙනි පිටුව බලන්න.

- සිරුර තුළ සිදුවන ආහාර ජීර්ණ ක්‍රියාවලිය හා සම්බන්ධ වගුවක් පහත දක්වේ. ඒ ඇසුරෙන් ප්‍රශ්න අංක 18, 19 හා 20 සඳහා පිළිතුරු සපයන්න.

පෝෂකය	ජීර්ණ යුෂය	එන්සයිමය	ජීර්ණ ඵලය/ඵල
ප්‍රෝටීන්	A	පෙප්සින්	පෙප්ටෝන
මේද	අග්න්‍යාශයික යුෂය	B	මේද අම්ල හා ග්ලිසරෝල්
කාබොහයිඩ්‍රේට්	ආන්ත්‍රික යුෂය	මෝල්ටේස්	C

18. මෙහි **A** ලෙස හැඳින්වෙන ජීර්ණ යුෂය වනුයේ
(1) බේටයයි. (2) ආමාශයික යුෂයයි. (3) පිත් යුෂයයි.
(4) අග්න්‍යාශයික යුෂයයි. (5) ආන්ත්‍රික යුෂයයි.

19. මෙහි **B** ලෙස හැඳින්වෙන එන්සයිමය වනුයේ
(1) ඇමයිලේස් ය (2) ලයිපේස් ය. (3) සුක්රේස් ය. (4) පෙප්ටිඩේස් ය. (5) ලැක්ටේස් ය.

20. මෙහි **C** ලෙස හැඳින්වෙන ජීර්ණ ඵලය / ඵල වනුයේ
(1) ග්ලූකෝස් ය. (2) මෝල්ටෝස් ය. (3) ෆෘක්ටෝස් ය.
(4) ග්ලූකෝස් සහ ෆෘක්ටෝස් ය. (5) ග්ලූකෝස් සහ ගැලැක්ටෝස් ය.

21. සිරුරේ පෝෂ්‍ය පදාර්ථ අවශෝෂණය හා සම්බන්ධ නිරවද්‍ය ප්‍රකාශය මින් කුමක් ද?
(1) ඇමයිනෝ අම්ල මහාන්ත්‍රයේ දී රුධිරයට අවශෝෂණය වේ.
(2) ග්ලූකෝස් හා ජලය මහාන්ත්‍රයේ දී රුධිරයට අවශෝෂණය වේ.
(3) යකඩ අවශෝෂණය වීම තන්තු මගින් වේගවත් කරයි.
(4) මේද ද්‍රාව්‍ය විටමින් රුධිර ධාරාවට අවශෝෂණය වේ.
(5) දිග දම සහිත මේද අම්ල වසා තරලයට අවශෝෂණය වේ.

22. සිරුරේ සිදුවන සංවෘත්තීය ක්‍රියාවලියකට උදාහරණයකි
(1) හෝර්මෝන නිෂ්පාදනය.
(2) ශක්තිය නිපදවීම.
(3) සංකීර්ණ පෝෂක සරල තත්ත්වයට පත්කිරීම.
(4) යූරියා සහ යූරික් අම්ලය නිපදවීම.
(5) ශ්වසන ක්‍රියාවලිය.

23. පෝෂ්‍ය පදාර්ථ පරිවෘත්තිය ක්‍රියාවලිය හා සම්බන්ධ නිරවද්‍ය ප්‍රකාශය මින් කුමක් ද?
(1) ක්‍රෙබ් චක්‍රය නිර්වායු ක්‍රියාදමයකි.
(2) ග්ලයිකොලිසිය තුළදී ATP අණු රාශියක් නිපදවේ.
(3) ග්ලයිකොලිසිය අවසානයේ දී පයිරුවික් අම්ලය නිපදවේ.
(4) පරිවෘත්තීය අවසාන ඵල ලෙස ඔක්සිජන් හා ජලය නිපදවේ.
(5) ග්ලයිකොලිසිය ස්වායු ක්‍රියාදමයකි.

24. සිරුරේ නයිට්‍රජන් ඍණ තුලනය ඇති වනුයේ
(1) රෝගයකින් උපසමනය වන අවස්ථාවේ දී ය. (2) වැඩෙන අවධියේ දී ය.
(3) ගර්භණී අවධියේ දී ය. (4) අධික පිළිස්සීමක් සිදු වූ අවස්ථාවක දී ය.
(5) ක්ෂීරණ අවධියේ දී ය.

25. ජීවන චක්‍රයේ විශේෂ පෝෂණ අවශ්‍යතා ඇති අවධි දෙකකි
(1) ගර්භණී සහ මුල් ළමා අවධිය. (2) ක්ෂීරණ සහ වැඩිහිටි අවධිය.
(3) ළදරු සහ මුල් ළමා අවධිය. (4) නව යොවුන් සහ වැඩිහිටි අවධිය.
(5) ගර්භණී සහ ක්ෂීරණ අවධිය.

26. මුං කිරිබත්වල ප්‍රෝටීන් පරිපූරණය වී ඇත. මෙහි අඩංගු ආහාර ද්‍රව්‍ය මගින් පරිපූරණය වන ඇමයිනෝ අම්ල දෙක වනුයේ,
(1) ලයිසීන් සහ ලියුසීන් ය. (2) ලියුසීන් සහ වැලයින් ය.
(3) අයිසොලියුසීන් සහ මෙතයොනීන් ය. (4) ලයිසීන් සහ මෙතයොනීන් ය.
(5) ට්‍රිප්ටොෆේන් සහ ෆීනයිල් ඇලනීන් ය.

27. පරිරක්ෂණය හා සම්බන්ධ පෙර සැකසීමේ ක්‍රියාවලියට අදාළ කරුණු කිහිපයක් පහත දක්වා ඇත.
A. එළවළුවල අඩංගු එන්සයිම අක්‍රිය වේ.
B. එළවළුවල අඩංගු රසය හා සගන්ධය වැඩිවේ.
C. එළවළුවල අඩංගු සියලුම ක්ෂුද්‍ර ජීවීන් විනාශ වේ.
D. එළවළු වැඩි කාලයක් තබා ගත හැකි වේ.
E. එළවළුවල වර්ණය ආරක්ෂා වේ.
මෙම කරුණු අතුරෙන් එළවළු බ්ලාන්ච් කිරීම හා සම්බන්ධ ප්‍රකාශ වනුයේ
(1) A හා E ය. (2) B හා C ය. (3) A, D හා E ය. (4) B, C හා D ය. (5) C, D හා E ය.

[හතරවෙනි පිටුව බලන්න.

28. ශීතකරණයක ආහාර ගබඩා කිරීමේ දී **නො කළ** යුතු ක්‍රියාවකි
(1) ඇසුරුම් බඳුන්වල බහා, වසා තැබීම.
(2) රසය හා සුවඳ මුසු නොවන සේ තැබීම.
(3) මාළු සෝද ජලය බේරා හැර අධිශීතන කොටසේ තැබීම.
(4) එළවළු සිදුරු සහිත පොලිතීන් කවරවල බහා තැබීම.
(5) බිත්තර සෝද, දෙරෙහි තැන්පත් කර තැබීම.

29. ස්ථූලතාවයෙන් පෙළෙන පුද්ගලයකු සඳහා මින් වඩාත් සුදුසු ආහාර වේල වනුයේ
(1) නිවුඩු හාලේ බත්, වැටකොළු කරිය, මාළු මිරිසට, බණ්ඩක්කා ව්‍යංජනය, තක්කාලි සලාදය.
(2) නිවුඩු හාලේ බත්, පරිප්පු කරිය, මස් මිරිසට, අළුකෙසෙල් බැදුම, ගොටුකොළ සලාදය.
(3) තම්බපු හාලේ බත්, පතෝල ව්‍යංජනය, කරවල මිරිසට, වට්ටක්කා මාළුව, කැරට් සලාදය.
(4) තම්බපු හාලේ බත්, මාළු කිරට, බෝංචි ව්‍යංජනය, දඹල තෙම්පරාදුව, බීට් සලාදය.
(5) තම්බපු හාලේ බත්, ගෝවා ව්‍යංජනය, අල කරිය, සෝයා ව්‍යංජනය, මුකුණුවැන්න මැල්ලුම.

30. ආහාර සකස් කිරීමේ දී දුඹුරු පැහැ ඇති වන අවස්ථා කිහිපයක් පහත දක්වේ. ඒවායින් ඩෙක්ස්ට්‍රිනීකරණය සිදුවන අවස්ථාවක් පෙන්නුම් කරනුයේ
(1) වටලප්පම් සෑදීමේ දී ය.
(2) කරවිල පෙති කපා බැදීමේ දී ය.
(3) පාන් කර කිරීමේ දී ය.
(4) පැණිපොල් සෑදීමේ දී ය.
(5) ඉදුණු කෙසෙල් කපා තැබීමේ දී ය.

31. මස්, මාළු හෝ එළවළු ස්ටූකිරීමේ දී
(1) තද උෂ්ණත්වයක පියන විවෘතව අඩු වේලාවක් පිස ගනු ලබයි.
(2) තද උෂ්ණත්වයක පියන වසා අඩු වේලාවක් පිස ගනු ලබයි.
(3) අඩු උෂ්ණත්වයක පියන විවෘතව වැඩි වේලාවක් පිස ගනු ලබයි.
(4) අඩු උෂ්ණත්වයක පියන වසා වැඩි වේලාවක් පිස ගනු ලබයි.
(5) අඩු උෂ්ණත්වයක පියන වසා අඩු වේලාවක් පිස ගනු ලබයි.

32. ආහාර සැකසීමේ දී ඔක්සිකරණය වැළැක්වීම සඳහා ප්‍රතිඔක්සිකාරක භාවිත කරයි. ප්‍රතිඔක්සිකාරක ලෙස ක්‍රියා කරන විටමින් වර්ග දෙකකි
(1) විටමින් A හා D.
(2) විටමින් A හා K.
(3) විටමින් C හා D.
(4) විටමින් C හා E.
(5) විටමින් E හා K.

33. ජෑම් සෑදීමේ දී පරිරක්ෂණ උපක්‍රමයක් ලෙස සීනි එකතු කිරීම මගින් ක්ෂුද්‍රජීවී වර්ධනය මැඩ පැවැත්වෙනුයේ
(1) අභ්‍යන්තරාසෘතිය සිදු වීමෙනි.
(2) ආම්ලිකතාව වැඩිවීමෙනි.
(3) ආම්ලිකතාව අඩුවීමෙනි.
(4) සාන්ද්‍රණය අඩුවීමෙනි.
(5) සාන්ද්‍රණය වැඩිවීමෙනි.

34. ඌනතා රෝග ලක්ෂණයක් ලෙස ඇස්වල බිටෝල්ප ඇතිවීම පෙන්නුම් කරනුයේ
(1) විටමින් A ඌනතාවයේ දී ය.
(2) විටමින් B_1 ඌනතාවයේ දී ය.
(3) විටමින් B_2 ඌනතාවයේ දී ය.
(4) විටමින් D ඌනතාවයේ දී ය.
(5) විටමින් K ඌනතාවයේ දී ය.

35. ස්ත්‍රී ප්‍රජනක පද්ධතියේ ඩිම්බ කෝෂ දෙක අතුරෙන් එක් ඩිම්බ කෝෂයක් මගින් පරිනත ඩිම්බයක් මුදහරිනු ලබන්නේ සාමාන්‍යයෙන්
(1) දින දහහතරකට වරකි.
(2) දින විසි අටකට වරකි.
(3) දින හතළිස් දෙකකට වරකි
(4) දින පනස් හයකට වරකි.
(5) දින හැත්තෑ දෙකකට වරකි.

36. කලල අවධිය තුළ සිදුවන සංවර්ධනය පිළිබඳ ව නිවැරදි වන්නේ මින් කවරක් ද?
(1) සංසේචිත අවස්ථාවේ සිට සති පහළොවක් පමණ කාලය කලල අවධිය ලෙස හැඳින්වේ.
(2) කලල අවධිය වන විට ස්ත්‍රී පුරුෂ භාවය නිර්ණය වී ඇත.
(3) කලල අවධියේ දී ශරීර බර හා දිග සීඝ්‍රයෙන් වැඩි වේ.
(4) කලල අවධියේ දී සියළු ම ඉන්ද්‍රියයන් ක්‍රියාකාරී වේ.
(5) කලල අවධියේ දී ජීවියාගේ චලන නිරීක්ෂණය කළ නො හැකිය.

37. මාස තුනක් වයසැති ළදරුවකුගේ ස්වභාවය දක්වෙනුයේ මින් කුමකින් ද?
(1) දිනකට පැය 22 ක් පමණ නිද ගැනීම ය.
(2) කිරි දත් දෙකක් පමණ මතු වී තිබීම ය.
(3) කඳ හා ගාත්‍රාවලට සාපේක්ෂව හිස විශාල වීම ය.
(4) ප්‍රතික ක්‍රියාවක් ලෙස පමණක් සිනාසීම ය
(5) උඩු බැලි අතට පමණක් සිටීම ය.

[පස්වෙනි පිටුව බලන්න.

38. මාස හතර ඉක්ම වූ ළදරුවකුට දෙනු ලබන එන්නතක් වනුයේ
(1) පංචසංයුජ (පෙන්ටාවේලන්ට්) එන්නත පළමුවන මාත්‍රාව ය.
(2) පෝලියෝ එන්නත පළමුවන මාත්‍රාව ය
(3) MMR එන්නත ය.
(4) පංචසංයුජ එන්නත දෙවන මාත්‍රාව ය.
(5) පෝලියෝ එන්නත තුන්වන මාත්‍රාව ය.

39. දරුවන් චිත්තවේග (භාවික) පිළිබිඹු කරන ආකාරය නිරීක්ෂණය කරන ලද සිසු කණ්ඩායමක් ඉදිරිපත් කළ වාර්තාවක සඳහන් වූ කරුණු කිහිපයක් පහත දක්වේ.
A. චිත්තවේග පාලනය කර ගැනීමට උත්සාහ දැරීම
B. චිත්තවේග ක්ෂණික වීම
C. චිත්තවේග ප්‍රකාශ කිරීම ස්ථාවර බවකින් යුක්තවීම
D. චිත්තවේග ප්‍රකාශ කිරීම තීව්‍ර වීම
E. සබකෝල බව පෙන්වීම
මින් වයස අවුරුදු 9 - 10 අතර දරුවන්ට අදාළ කරුණු මොනවා ද?
(1) A හා B. (2) A හා E. (3) B හා C. (4) A, D හා E. (5) B, C හා D.

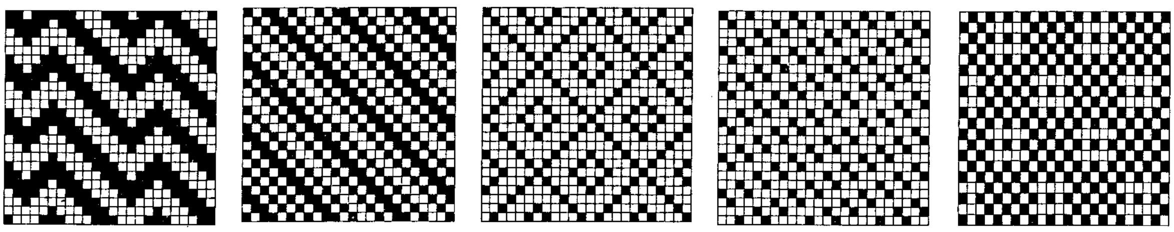
40. පහත සඳහන් කරුණු අතුරෙන් මුල් ළමාවිය දරුවන් හා සම්බන්ධ ප්‍රකාශය මින් කුමක් ද?
(1) කුතුහලයෙන් යුක්ත ය.
(2) ස්ථිර දත් සියල්ලම මතු වී තිබේ.
(3) කායික වර්ධන වේගය ඉතා වැඩි ය.
(4) කැපී පෙනීමට උත්සාහ දරයි.
(5) අස්ථිවල කැල්සිභවනය සම්පූර්ණ වී ඇත.

41. පසු ළමාවිය දරුවන් පිළිබඳ **සාවද්‍ය** ප්‍රකාශය මින් කුමක් ද?
(1) බුද්ධිය මැනීමේ ක්‍රියාකාරකම්වල යෙදවිය හැකි ය.
(2) සංකීර්ණ චාලක ක්‍රියා පුහුණු කළ හැකි ය.
(3) ඇස අත සමායෝජනය වර්ධනය වී තිබේ.
(4) තම බාහිර පෙනුම පිළිබඳ ව වඩාත් සැලකිලිමත් වේ.
(5) සාමූහික ක්‍රියාවලට රුචියක් දක්වයි.

42. පහත දක්වෙන ප්‍රකාශ අතුරෙන් වඩාත් නිවැරදි ප්‍රකාශය කුමක් ද?
(1) ළදරුවියේ චාලක ක්‍රියා සඳහා මේරීම මෙන්ම පුහුණුව ද ඉතා වැදගත් වේ.
(2) පසු ළමාවිය දරුවන්ගේ මාංශ පේශී වර්ධනය සීඝ්‍රයෙන් සිදු වේ.
(3) දරුවකුගේ බුද්ධිය හා දේහ ලක්ෂණ කෙරෙහි ආරයේ බලපෑමක් ඇත.
(4) ගැහැණු දරුවන් නිශ්චිත වයසක දී යෞවනෝදයට පත් වේ.
(5) යෞවන අවධිය වන විට භාවික ස්ථාවර වී ඇත.

43. මුට්ටුවක නොමැසූ අද්දර සහ කර අද්දර නිම කිරීම සඳහා යොදා ගත හැකි ක්‍රම පිළිවෙළින් දක්වා ඇත්තේ මින් කුමකින් ද?
(1) හුරුළු කටු මැස්ම යෙදීම, බ්ලැන්කට් මැස්ම යෙදීම
(2) පයිපින් කිරීම, හුරුළු කටු මැස්ම යෙදීම
(3) බ්ලැන්කට් මැස්ම යෙදීම, හැඩ පෝරුව යෙදීම
(4) පයිපින් කිරීම, බඳන වාරිය යෙදීම
(5) හැඩ පෝරුව යෙදීම, බ්ලැන්කට් මැස්ම යෙදීම

44. පහත දක්වා ඇත්තේ වියමන් ප්‍රභේද කිහිපයකි.



A B C D E

මින් සරල හිරි වියමන දක්වෙනුයේ
(1) A වලිනි. (2) B වලිනි. (3) C වලිනි. (4) D වලිනි. (5) E වලිනි.

45. රෙදි නිෂ්පාදනය සඳහා යොදා ගන්නා කෙඳි වර්ග හා සම්බන්ධ ප්‍රකාශ කිහිපයක් පහත දක්වේ.
A. වාතය රැඳෙන අයුරින් කෙන්දේ ව්‍යුහය සකස් වී ඇත.
B. තෙත් අවස්ථාවේ දී කෙන්දේ ශක්තිමත් බව වැඩි ය.
C. කෙන්දේ ඇඹරුම් ස්වභාවයක් ඇත.
D. කෙන්ද විනිවිද පෙනෙන සුළු ය.
E. මසර කිරීමෙන් කෙන්දෙහි ඔපය වැඩි වේ.
මින් කපු කෙඳි හා සම්බන්ධ ප්‍රකාශ වනුයේ
(1) B සහ D ය. (2) C සහ E ය. (3) A, B සහ C ය. (4) A, C සහ D ය. (5) B, C සහ E ය.

[හයවෙනි පිටුව බලන්න.

46. පතරොම් නිර්මාණය කිරීමේ දී අවශ්‍ය වන මිනුම් කිහිපයක් පහත දක්වේ. මින් සෑජු මිනුම් පමණක් ඇතුළත් කාණ්ඩය වනුයේ
(1) පපු මිනුම සහ ගෙල මිනුම ය.
(2) ඉණ මිනුම සහ උරහිස මිනුම ය.
(3) අත අග මිනුම සහ අත යට මිනුම ය.
(4) ආර අතර මිනුම සහ ඉණ මිනුම ය.
(5) උරහිස මිනුම සහ අංශ මිනුම ය.

47. කාන්තා ඇඳුමක කඳ කොටසෙහි මූලික පතරොම නිර්මාණය කිරීම සඳහා පිටුපස ලැම මිනුම ගණනය කිරීමේ නිවැරදි ක්‍රමය වනුයේ

(1) $\dfrac{\text{ලැම මිනුම (සෙ.මී)} + 5.0 \text{ සෙ.මී.}}{2} - 1.5 \text{ සෙ.මී.} \div 2$ ය.

(2) $\dfrac{\text{ලැම මිනුම (සෙ.මී)} + 5.0 \text{ සෙ.මී.}}{2} + 1.5 \text{ සෙ.මී.} \div 2$ ය.

(3) $\dfrac{\text{ලැම මිනුම (සෙ.මී)}}{4} + 1.5 \text{ සෙ.මී.} \div 2$ ය.

(4) $\dfrac{\text{ලැම මිනුම (සෙ.මී)}}{4} - 1.5 \text{ සෙ.මී.} \div 2$ ය.

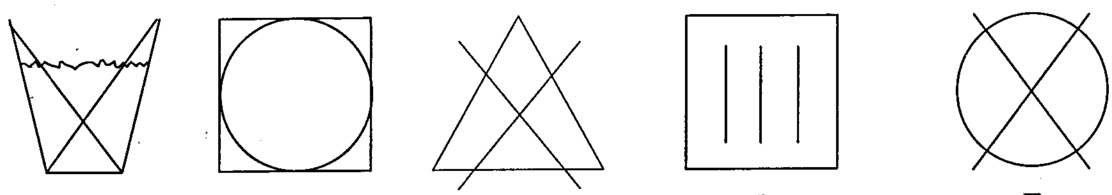
(5) $\dfrac{\text{ලැම මිනුම (සෙ.මී)}}{2} \div 2$ ය.

48. පහත දක්වා ඇත්තේ රෙදිපිළි පවිත්‍ර කිරීම හා සම්බන්ධ වැකි කිහිපයකි.
A. ස්ටියරික් අම්ලය, කෝස්ටික් සෝඩා සමඟ ප්‍රතික්‍රියා කිරීමේ දී සබන් සෑදේ.
B. ස්ථිර කඨින ජලය රත්කර රෙදිපිළි පවිත්‍ර කිරීමට යොදා ගනියි.
C. නිර්ජල සේදීමේ කාරක වාෂ්පශීලී වේ.
D. රත්කිරීම නිසා ජලයේ පෘෂ්ඨික ආතතිය අඩුවේ.
E. සබන් අණුවක හිස ලෙස හඳුන්වන කොටස ජලභීතික වන අතර වලිගය ලෙස හඳුන්වන කොටස ජලකාමී වේ.

මින් නිවැරදි වැකි වනුයේ
(1) A, B සහ C ය.   (2) A, C සහ D ය.   (3) A, D සහ E ය.
(4) B, C සහ D ය.   (5) B, D සහ E ය

49. දුර්වර්ණ වූ සුදු කපු පාසල් නිල ඇඳුමක් සුදු පැහැ ගැන්වීම සඳහා භාවිත කරන කාරකයකි
(1) කැල්සියම් කාබනේට්.   (2) කැල්සියම් හයිපොක්ලෝරයිට්.
(3) සෝඩියම් හයිඩ්‍රොක්සයිඩ්.   (4) ස්ටැනස් ක්ලෝරයිඩ්.
(5) කැල්සියම් සල්ෆේට්.

50. පහත දක්වා ඇත්තේ ඇඳුම් නඩත්තු කළ යුතු ආකාරය හා සම්බන්ධ ලේබල කිහිපයක දක්නට ලැබුණු සංකේත සමහරකි.



A   B   C   D   E

ඇඳුම් 'යන්ත්‍රානුසාරයෙන් වියළීම කළ හැකි බවත් නිර්ජල සේදීම නොකළ යුතු' බවත් දක්වෙන්නේ මින් කුමන සංකේත මගින් ද?
(1) B සහ C වලිනි.   (2) D සහ E වලිනි   (3) D සහ A වලිනි.
(4) B සහ E වලිනි.   (5) D සහ C වලිනි.

***

සියලු ම හිමිකම් ඇවිරිණි / முழுப் பதிப்புரிமையுடையது / All Rights Reserved]

ශ්‍රී ලංකා විභාග දෙපාර්තමේන්තුව ශ්‍රී ලංකා විභාග දෙපාර්තමේන්තුව
இலங்கைப் பரீட்சைத் திணைக்களம் இலங்கைப் பரீட்சைத் திணைக்களம்
Department of Examinations, Sri Lanka Department of Examinations, Sri Lanka

අධ්‍යයන පොදු සහතික පත්‍ර (උසස් පෙළ) විභාගය, 2013 අගෝස්තු
கல்விப் பொதுத் தராதரப் பத்திர(உயர் தர)ப் பரீட்சை, 2013 ஓகஸ்ற்
General Certificate of Education (Adv. Level) Examination, August 2013

නව නිර්දේශය
புதிய பாடத்திட்டம்
New Syllabus

ගෘහ ආර්ථික විද්‍යාව II
மனைப் பொருளியல் II
Home Economics II

28 S II

පැය තුනයි
மூன்று மணித்தியாலம்
Three hours

උපදෙස්:

✻ I කොටසින් **පළමුවන** ප්‍රශ්නය ඇතුළු ව ප්‍රශ්න **තුනකට ද**, II කොටසින් **පස්වන** ප්‍රශ්නය ඇතුළු ව ප්‍රශ්න **හතරකට ද** පිළිතුරු සපයන්න.

I කොටස

(පළමුවන ප්‍රශ්නය සහ තවත් ප්‍රශ්න **දෙකක්** ද, ඇතුළු ව ප්‍රශ්න **තුනකට** පිළිතුරු සපයන්න)

1. ඉඩකඩ සහිත ගෙවත්තකින් යුත් ගම්බද නිවෙසක සරල දිවි පෙවෙතක් ගෙවන දිසානායක පවුලේ සාමාජිකයෝ ගෘහ අභ්‍යන්තර අලංකරණය කෙරෙහි මෙන් ම තම පරිසරයේ සෞඛ්‍යය රැකගැනීම පිළිබඳ ව ද වැඩි උනන්දුවක් දක්වති. තමන් සතු ගෘහීය සම්පත් ඵලදායී ලෙස කළමනාකරණය කරගැනීම මගින් ද ඔවුහු ආත්ම තෘප්තියක් ලබති.

(i) කලා මූලිකාංග හා මෝස්තර මූලධර්මවලට අනුකූලව ඔවුන්ගේ නිවසෙහි සහ ගෙවත්තෙහි අලංකරණය සඳහා ඔබ යෝජනා කරන ක්‍රියාමාර්ග **හතරක්** දක්වන්න.

(ii) නිවසෙහි අපද්‍රව්‍ය කළමනාකරණය පිළිබඳ ව ඔවුනට ලබා දෙන උපදෙස් පැහැදිලි කරන්න.

(iii) ගෘහීය සම්පත් කළමනාකරණයේ දී මෙම පවුල විසින් සැලකිල්ලට ගත යුතු ක්‍රියාමාර්ග මොනවා ද?

(iv) ගෘහපිළි හා ඇඳුම් නිර්මාණයේ දී භාවිත කරන විවිධ මැහුම් ක්‍රම, ප්‍රධාන කාණ්ඩ යටතේ වර්ගකර දක්වන්න. ඒ එකිනෙකට උදාහරණ **දෙක** බැගින් සඳහන් කරන්න.

(v) මෙම ප්‍රධාන කාණ්ඩවලට අයත් මැහුම් ක්‍රම උපයෝගී කරගනිමින් එම නිවසෙහි කෑම කාමරය සඳහා අලංකාරය හා ක්‍රියානුරූපීබවින් යුත් උපාංගයක් නිර්මාණය කරන අයුරු විස්තර කරන්න.

2. වාරුණී, දියණියන් තිදෙනෙකුගේ මවකි. සැමියා ගුරුවරයෙකි. ඔවුන්ගේ නිවස, විසිත්ත කාමරයක්, කෑම කාමරයක්, නිදන කාමර දෙකක් හා කොරිඩෝවක සකසා ගත් මුළුතැන්ගෙයකින් සමන්විතය. නාන කාමරය හා වැසිකිළිය නිවසට යාබදව පිහිටා ඇත.

(i) මෙම නිවසෙහි මුළුතැන්ගෙය සංවිධානය කරගත හැකි අයුරු දක්වන්න.

(ii) දියණියන්ගේ නිදන කාමරය තුළ ඉඩකඩ කළමනාකරණය කරගැනීම සඳහා ගත හැකි පියවර සාකච්ඡා කරන්න.

(iii) ස්වාභාවික වාතාශ්‍රය ලබා දීම සඳහා ඔවුන් තම නිවස සැලසුම් කිරීමේ දී ගත් ක්‍රියාමාර්ග පැහැදිලි කරන්න.

(iv) මෙම නිවසෙහි විසිත්ත කාමරය / කෑම කාමරය තුළ ගෘහභාණ්ඩ තැන්පත් කරන අයුරු රූපසටහන් මගින් ඉදිරිපත් කරන්න.

3. (i) රෙදිපිළි නිෂ්පාදනයට අදාළ 'පෙල්ට් කිරීම' පැහැදිලි කරන්න.

(ii) කදෙහි මූලික පතරොම භාවිත කර සාරි හැට්ටයක ඉදිරිපස පතරොම ගොඩනගන අයුරු රූප සටහන් ඇසුරෙන් දක්වන්න.

(iii) සාරි හැට්ටයක් මැසීමේ දී අනුගමනය කරන පියවර අනුපිළිවෙලින් ලියන්න.

(iv) 'ප්‍රජාව තුළ නිමි ඇඳුම් කෙරෙහි වැඩි ප්‍රවණතාවක් දක්නට ඇත.' මෙහි වාසි අවාසි විමසන්න.

4. (i) කපු ඇඳුම් සහ ලෝම ඇඳුම් යන එකිනෙක කෙරෙහි

✻ තාපය ✻ හිරුඑළිය

බලපාන අයුරු පැහැදිලි කරන්න.

(ii) රෙයෝන් නිෂ්පාදන ක්‍රියාවලිය විස්තර කරන්න.

(iii) ස්වයංක්‍රීය විදුලි ස්ත්‍රික්කයක ක්‍රියාකාරිත්වය පැහැදිලි කරන්න.

(iv) 'විදුලිය පිරිමැසීම සඳහා ක්‍රියාකිරීම පාරිභෝගිකයාගේ වගකීම වේ.'
විදුලිය පිරිමැසීම සඳහා ගෘහීය මට්ටමින් ගතයුතු ක්‍රියාමාර්ග සාකච්ඡා කරන්න.

[දෙවෙනි පිටුව බලන්න.

II කොටස

(පස්වන ප්‍රශ්නය සහ තවත් ප්‍රශ්න **තුනක් ද** ඇතුළු ව ප්‍රශ්න **හතරකට** පිළිතුරු සපයන්න)

5. පාසල් භූමියේ තෙදිනක් තුළ පැවැති ගෘහ ආර්ථික විද්‍යා කඳවුරකට සහභාගි වූ නව යොවුන් සිසුන්ට අත්දැකීම් රාශියක් ලබා ගැනීමේ අවස්ථාව උදවිය. සිසුන් කණ්ඩායම්වලට බෙදා ඒ එක් එක් කණ්ඩායම භාරව ක්‍රියා කිරීමට ගුරුවරුන් පත්කර තිබුණි. කඳවුරු ක්‍රියාකාරකම්වලට අමතර ව, කඳවුරේ කාර්ය කළමනාකරණය පිළිබඳ සියලු වගකීම් පැවරුනේ ද එම කණ්ඩායම්වලට ය.

(i) තම කණ්ඩායම්වලට අවශ්‍ය ආහාර ද්‍රව්‍ය තෝරා ගැනීමේ දී හා මිලදී ගැනීමේ දී සිසුන් විසින් අවධානය යොමු කළ යුතු කරුණු මොනවා ද?

(ii) කඳවුර නැරඹීමට ආරාධිත, අමුත්තන් විසි දෙනෙකු සඳහා සිසුහු දිවා භෝජන සංග්‍රහයක් පැවැත්වූහ. මෙම සංග්‍රහය පිළිගැන්විය හැකි ආකාරයක් රූපසටහන් ඇසුරෙන් පැහැදිලි කරන්න.

(iii) ආරාධිත අමුත්තන් සඳහා පැවැත්වූ දිවා භෝජන සංග්‍රහයට සුදුසු අතුරුපසක් පිළියෙල කිරීමට අවශ්‍ය ද්‍රව්‍ය ලැයිස්තුව සහ සාදන ක්‍රමය විස්තර කරන්න.

(iv) නව යොවුන් දරුවන්ගේ නිර්මාණාත්මක කුසලතා වර්ධනය කිරීමෙහිලා කඳවුරේ ක්‍රියාකාරකම් ඉවහල් වේ. මීට උදාහරණ **හතරක්** ඉදිරිපත් කරන්න.

(v) නව යොවුන් දරුවන්ගේ පෞරුෂ වර්ධනය සඳහා මෙබඳු කඳවුරු බලපාන අයුරු සාකච්ඡා කරන්න.

6. දරුවන් හදවඩා ගැනීමේ දී අවධානය යොමු කළ යුතු කරුණු කිහිපයක් පහත දක්වේ. ඒ එක් එක් කරුණු සාකච්ඡා කරන්න.

(i) දරුවන් තුළ යහපත් පුරුදු වර්ධනය කිරීමෙහි ලා මුල් ළමාවිය සංවර්ධන මධ්‍යස්ථානයෙහි කාර්යභාරය

(ii) පසු ළමාවිය දරුවන් පිළිබිඹු කරන ගැටලුමය චර්යාවක් වන දුස්සමාහිත බව

(iii) දරුවන්ගේ කායික වර්ධනය කෙරෙහි බලපාන සාධක

(iv) පාසල් තුළ පවත්වන උපදේශන සේවාව මගින් නව යොවුන් දරුවන්ට සැලසෙන යහපත

7. (i) ගුණාත්මක බව අනුව ප්‍රෝටීන වර්ගකර දක්වන්න.

(ii) ගෘහණියක් ආහාර සකස් කිරීමේ දී ආහාරවල පෝෂණමය වටිනාකම වැඩි දියුණු කිරීම සඳහා යොද ගත් උපක්‍රම දෙකක් පහත දක්වේ.

(a) මුං ඇට ප්‍රරෝහණය කිරීම

(b) ආහාර පැසීමට භාජනය කිරීම

මෙම උපක්‍රම මගින් ආහාරයේ පෝෂණමය වටිනාකම වැඩි දියුණුවන ආකාරය පැහැදිලි කරන්න.

(iii) ශරීර ස්කන්ධ දර්ශකය (BMI) මගින් පුද්ගලයකුගේ පෝෂණ තත්ත්වය නිර්ණය කරයි.

(a) ශරීර ස්කන්ධ දර්ශකය හඳුන්වන්න.

(b) පුද්ගලයකුගේ ශරීර ස්කන්ධ දර්ශකය නියමිත පරාසය තුළ පවත්වා ගැනීම අත්‍යවශ්‍ය වේ. විමසන්න.

(iv) එදිනෙද ආහාරවේල්වල ඇතුළත් කරගන්නා පහත සඳහන් ආහාර ද්‍රව්‍යවල පෝෂණමය වැදගත්කම පහදන්න.

(a) වට්ටක්කා (b) ගොටුකොළ

(c) බිත්තර (d) වියළි හාල්මැස්සන්

8. (i) 'පෝෂණය' යන්න අර්ථ දක්වන්න.

(ii) පහත 'A' තීරුවේ ආහාර වර්ග කිහිපයක් ද, 'B' තීරුවේ රෝග / රෝග තත්ත්ව කිහිපයක් ද දක්වේ.

A	B
* කොහිල ව්‍යංජනය	- දියවැඩියාව
* බේක් කරන ලද කට්ලට්	- හෘදරෝග
* බෙලි යුෂ	- මලබද්ධය

ඉහත එක් එක් රෝගය/රෝග තත්ත්වය, පාලනය කර / මගහරවා ගැනීමට මෙම එකිනෙක ආහාර වර්ග ඉවහල් වන අයුරු පැහැදිලි කරන්න.

(iii) (a) පරිරක්ෂණ කාරක භාවිතයේ දී අනුගමනය කළ යුතු වැදගත් කරුණු **දෙකක්** සඳහන් කරන්න.

(b) පහත සඳහන් පරිරක්ෂිත ආහාර සැකසීම සඳහා යොද ගනු ලබන කාරක නම් කර, ඒ එකිනෙක පරිරක්ෂණය සඳහා ක්‍රියා කරන අයුරු පහදන්න.

* අඹ චට්නි * මස් නිෂ්පාදිත

[තුන්වෙනි පිටුව බලන්න.

9. (i) ආහාර වේල් සැලසුම් කිරීමේ දී භාවිත වන පහත සඳහන් මූලාශ්‍රවල වැදගත්කම පහදන්න.

   (a) නිර්දේශිත දෛනික පෝෂණ අවශ්‍යතා සටහන

   (b) ආහාර වගු / පෝෂණ වගු

   (c) ආහාර පිරමිඩය

(ii) මහළු අවධියේ පසුවන්නකුගේ විශේෂ පෝෂණ අවශ්‍යතා හේතු සහිත ව පැහැදිලි කරන්න.

(iii) මුල් ළමාවිය දරුවන් තුළ දකිය හැකි පහත දැක්වෙන ගැටලුමය චර්යා ඇතිවීමට හේතු සඳහන් කර, ඒවා මගහරවා ගැනීමට ගත යුතු පියවර යෝජනා කරන්න.

   * කෝපාවේගය   * ඇඟිලි ඉරීම

(iv) තාක්ෂණයේ දියුණුවත් සමඟ සන්නිවේදන මාධ්‍ය පුළුල්වීම නව යොවුන් දරුවන් කෙරෙහි බලපාන ආකාරය විමසන්න.

* * *

The National e-learning Portal for The General Education