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

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

85	S	I, II

අධ්‍යයන පොදු සහතික පත්‍ර (සාමාන්‍ය පෙළ) විභාගය, 2018 දෙසැම්බර්
கல்விப் பொதுத் தராதரப் பத்திர (சாதாரண தர)ப் பரீட்சை, 2018 டிசெம்பர்
General Certificate of Education (Ord. Level) Examination, December 2018

ගෘහ ආර්ථික විද්‍යාව I, II
மனைப் பொருளியல் I, II
Home Economics I, II

2018.12.07 / 0830 - 1140

පැය තුනයි
மூன்று மணித்தியாலம்
Three hours

අමතර කියවීම් කාලය - මිනිත්තු 10 යි
மேலதிக வாசிப்பு நேரம் - 10 நிமிடங்கள்
Additional Reading Time - 10 minutes

අමතර කියවීම් කාලය ප්‍රශ්න පත්‍රය කියවා ප්‍රශ්න තෝරා ගැනීමටත් පිළිතුරු ලිවීමේදී ප්‍රමුඛත්වය දෙන ප්‍රශ්න සංවිධානය කර ගැනීමටත් යොදාගන්න.

ගෘහ ආර්ථික විද්‍යාව I

සැලකිය යුතුයි :
(i) **සියලු ම ප්‍රශ්නවලට පිළිතුරු සපයන්න.**
(ii) අංක **1** සිට **40** තෙක් ප්‍රශ්නවල, දී ඇති (1), (2), (3), (4) යන පිළිතුරුවලින් **නිවැරදි හෝ වඩාත් ගැළපෙන හෝ** පිළිතුර තෝරා ගන්න.
(iii) **ඔබට සැපයෙන පිළිතුරු පත්‍රයේ එක් එක් ප්‍රශ්නය සඳහා දී ඇති කව අතුරෙන් ඔබ තෝරාගත් පිළිතුරෙහි අංකයට සැසඳෙන කවය තුළ (X) ලකුණ යොදන්න.**
(iv) එම පිළිතුරු පත්‍රයේ පිටුපස දී ඇති අනෙක් උපදෙස් ද සැලකිල්ලෙන් කියවා, ඒවා ද පිළිපදින්න.

1. පහත සඳහන් ඒවායින් පැණිරසින් අඩුම කාබොහයිඩ්‍රේටය කුමක්ද?
(1) ග්ලූකෝස් (2) සුක්‍රෝස් (3) මෝල්ටෝස් (4) ලැක්ටෝස්

2. පොල්වල අඩංගු වන මේද අම්ලය වනුයේ,
(1) බියුටිරික් අම්ලය ය. (2) පාමිටික් අම්ලය ය. (3) ලෝරික් අම්ලය ය. (4) ස්ටියරික් අම්ලය ය.

3. ලයිසින් නමැති ඇමයිනෝ අම්ලය අඩු ආහාර ද්‍රව්‍යයක් වනුයේ,
(1) තිරිඟු ය. (2) පරිප්පු ය. (3) කිරි ය. (4) මාලු ය.

4. පහත සඳහන් කුමන විටමින් B ඌනතාව පෙලග්‍රා රෝගයට හේතු වේ ද?
(1) විටමින් B_2 (2) විටමින් B_3 (3) විටමින් B_6 (4) විටමින් B_{12}

5. 'X' නමැති විටමිනයෙහි කෘත්‍ය කිහිපයක් පහත දැක්වේ.
- යකඩ අවශෝෂණයට උපකාරී වේ.
- ප්‍රතිඔක්සිකාරකයක් ලෙස ක්‍රියා කරයි.
- කොලැජන් නිෂ්පාදනයට අවශ්‍ය වේ.

'X' විය හැකි වනුයේ,
(1) විටමින් A ය. (2) විටමින් C ය. (3) විටමින් D ය. (4) විටමින් E ය.

6. එළවලුවලින් සිරුරට ඉටු වන කෘත්‍යයක් වනුයේ,
(1) කොලෙස්ටරෝල් අවශෝෂණය වේගවත් කිරීම ය.
(2) ජීර්ණ එන්සයිම ස්‍රාවය උත්තේජනය කිරීම ය.
(3) ආහාරයේ තන්තු ප්‍රමාණය වැඩි කිරීම ය.
(4) පෝෂක අවශෝෂණයට උපකාරී වීම ය.

7. කිරිවල අඩංගු පෝෂක දෙකක් වනුයේ,
(1) යකඩ සහ විටමින් D ය. (2) කැල්සියම් සහ විටමින් C ය.
(3) විටමින් A සහ විටමින් B_2 ය. (4) විටමින් K සහ පොස්පරස් ය.

8. පාන් සහ බනිස් වැනි ආහාර පිළියෙල කිරීමේදී පිටිමෝලියෙහි ඇදෙන සුළු බව ඇති කිරීමට හේතු වන ප්‍රෝටීනය කුමක් ද?
(1) ඉලාස්ටින් (2) කොලැජන් (3) මයොසින් (4) ග්ලූටන්

[දෙවැනි පිටුව බලන්න.

9. පහත දැක්වෙන ආහාර වේල් අතුරෙන් උත්සව අවස්ථාවක් සඳහා වඩාත් ම සුදුසු දිවා ආහාර වේල කුමක් ද?
(1) බිරියානි, මාලු කිරට, බෝංචි ව්‍යංජනය, ගොටුකොළ සම්බෝලය, කස්ටඩ් පුඩිම
(2) එළවලු බත් (vegetable fried rice), මාලු ව්‍යංජනය, මිශ්‍ර එළවලු ස්ටූ, මුකුණුවැන්න මැල්ලුම, වටලප්පන්
(3) නූඩ්ල්ස්, පරිප්පු ව්‍යංජනය, මාලු ඇඹුල් තියල්, එළු සම්බල, පලතුරු සලාදය
(4) කහ බත්, අල බැදුම, මස් කරිය, එළවලු සලාදය, අයිස් ක්‍රීම්

10. පහත සඳහන් වැකි අතුරෙන් පෆ් පේස්ට්‍රිය හා සම්බන්ධ නිවැරදි වැකිය කුමක් ද?
(1) පිළියෙල කිරීමේදී යීස්ට් ස්වල්පයක් එක් කරයි.
(2) සකස් කිරීමේදී ශීතකරණයක තැබීම අත්‍යවශ්‍ය වේ.
(3) මාජරින් හා පිටි 1:2 අනුපාතයට මිශ්‍ර කරයි.
(4) පැටිස්, පෆ් පේස්ට්‍රිය භාවිතයෙන් සකස් කරයි.

11. පෝෂණය හා සම්බන්ධ නිවැරදි ප්‍රකාශය තෝරන්න.
(1) සිරුර තුළ විටමින් K නිෂ්පාදනය කළ හැකි ය.
(2) මාලු තෙල්වල සංතෘප්ත මේද අම්ල අඩංගු ය.
(3) අක්මාව තුළ අතිරික්ත ප්‍රෝටීන ගබඩා වේ.
(4) වැඩිපුර විටමින් B ලබාගැනීම සිරුරට විෂ සහිත වේ.

12. සංවහනය ප්‍රධාන වශයෙන් සිදු වන්නේ පහත දැක්වෙන කුමන පිසීමේ ක්‍රියාවලියේ ද?
(1) තෝසේ සෑදීම (2) මස් රෝස්ට් කිරීම (3) කට්ලට් බැදීම (4) කේක් බේක් කිරීම

13. වර්තමානයේ ශ්‍රී ලංකාවේ පෝෂණ ගැටලු ලෙස සලකනු ලබන තත්ත්ව දෙකක් වනුයේ,
(1) අධිපෝෂණය සහ අඩු බර දරු උපත් ය.
(2) මළ දරු උපත් සහ ප්‍රාග් පරිණත දරු උපත් ය.
(3) අධිපෝෂණය සහ ප්‍රාග් පරිණත දරු උපත් ය.
(4) අඩු බර දරු උපත් සහ මළ දරු උපත් ය.

14. ළමුන් තුළ අයඩින් ඌනතාවයේදී පෙන්නුම් **නොකරන** ලක්ෂණයක් වනුයේ,
(1) වර්ධනය පසුබෑම ය. (2) උදාසීන බව ය.
(3) බුද්ධි මට්ටම අඩු වීම ය. (4) පාචනය ය.

15. කැල්සියම් අවශෝෂණය සඳහා උපකාරී වන විටමිනය කුමක් ද?
(1) විටමින් A (2) විටමින් C (3) විටමින් D (4) විටමින් K

16. අග්න්‍යාශයික යූෂයේ අඩංගු ප්‍රෝටීන් ජීර්ණ එන්සයිමය වනුයේ,
(1) රෙනින් ය. (2) ට්‍රිප්සින් ය.
(3) පෙප්සින් ය. (4) ඇමයිනො පෙප්ටයිඩේස් ය.

17. ක්ෂුද්‍රජීවී වර්ධනය සඳහා බලපාන බාහිර සාධකයක් වනුයේ,
(1) උෂ්ණත්වයයි. (2) ජල සක්‍රියතාවයි. (3) pH අගයයි. (4) උපස්තරයයි.

18. ගැහැනු දරුවකුගේ සිරුර තුළ ඩිම්බ සෛල සෑදෙනුයේ,
(1) ඉපදීමට පෙර ය. (2) පසු ළමා වියේ දී ය.
(3) මල්වර වීමට ආසන්නව ය. (4) මල්වර වීමත් සමගම ය.

19. නව යොවුන් අවධියේ ගැහැනු සහ පිරිමි දරුවන්ගේ කායික වර්ධනයෙහි උපරිම වර්ධන නැග්ම පෙන්නුම් කරනුයේ පිළිවෙළින් වයස
(1) අවුරුදු 10 සහ 12 දී ය. (2) අවුරුදු 12 සහ 14 දී ය.
(3) අවුරුදු 12 සහ 16 දී ය. (4) අවුරුදු 14 සහ 16 දී ය.

20. පහත සඳහන් ඒවායින් නව යොවුන් විය හා සම්බන්ධ නිවැරදි ප්‍රකාශය කුමක් ද?
(1) කායික වර්ධනය හා මානසික වර්ධනය අතර සහසම්බන්ධතාවක් ඇත.
(2) සමාජශීලීබව කෙරෙහි ආරය හා පරිසරය බෙහෙවින් බලපායි.
(3) මෙම අවධියේ දී ගැහැනු ළමුන්ගේ පේශී පටක හා පිරිමි ළමුන්ගේ මේද පටක වර්ධනය වේ.
(4) මෙම අවධියේ දරුවෝ ස්ව සංකල්පය ගොඩනගා ගැනීමට උත්සාහ දරති.

21. පහත සඳහන් ඒවායින් යොවුන් වියෙහි දරුවන්ගේ චිත්තවේගී වර්ධනය පිළිබිඹු කරන චර්යාව කුමක් ද?
(1) ආත්ම කේන්ද්‍රීය බව (2) අනුකරණය
(3) සානුකම්පිත බව (4) සහයෝගීතාව

22. ගර්භිණී කාන්තාවකගේ රුධිර හිමොග්ලොබින් ප්‍රමාණය සඳහා කඩඉම් සීමාව ලෙස සැලකෙනුයේ,
(1) 9 g/dl ය. (2) 11 g/dl ය. (3) 13 g/dl ය. (4) 15 g/dl ය.

23. ගර්භිණී කාන්තාවක් සඳහා මාතෘ සායනයක කිහිපවාරයක් සිදු කරනු ලබන පරීක්ෂාවක්/පරීක්ෂණයක් වනුයේ,
(1) උස මැනීමයි. (2) මුත්‍ර පරීක්ෂණයයි.
(3) රුධිර ඝනය පරීක්ෂණයයි. (4) VDRL පරීක්ෂණයයි.

24. උපත් බර කිලෝග්‍රෑම් 3 ක් වූ ළදරුවකුගේ වයස අවුරුද්දක් වන විට බර,
(1) කිලෝග්‍රෑම් 6 ක් පමණ ය. (2) කිලෝග්‍රෑම් 7 ක් පමණ ය.
(3) කිලෝග්‍රෑම් 9 ක් පමණ ය. (4) කිලෝග්‍රෑම් 12 ක් පමණ ය.

25. නවජ දරුවාගේ හිසෙහි වටප්‍රමාණය වනුයේ,
(1) සෙන්ටිමීටර 20 – 23 අතර ය. (2) සෙන්ටිමීටර 24 – 26 අතර ය.
(3) සෙන්ටිමීටර 32 – 34 අතර ය. (4) සෙන්ටිමීටර 37 – 40 අතර ය.

26. ළදරුවකුට අතිරේක ආහාර ලබාදීම ආරම්භ කළ යුතු වන්නේ,
(1) මාස 3 සම්පූර්ණ වූ විට ය. (2) මාස 6 සම්පූර්ණ වූ විට ය.
(3) මාස 8 සම්පූර්ණ වූ විට ය. (4) මාස 10 සම්පූර්ණ වූ විට ය.

27. පහත සඳහන් එන්නත් අතුරෙන් ළදරුවකුට මාස 6 අවසානයේදී දෙනු ලබන එන්නත කුමක් ද?
(1) ජැපනීස් එන්සෙෆලයිටිස් එන්නත (2) MMR එන්නත පළමු මාත්‍රාව
(3) පංච සංයුජ එන්නත දෙවන මාත්‍රාව (4) පෝලියෝ මුඛ එන්නත තෙවන මාත්‍රාව

28. 'P' නමැති මැහුම් ක්‍රමයෙහි පහත සඳහන් ගුණාංග දක්නට ඇත.
- විසිතුරු මැහුම් ක්‍රමයක් ලෙස භාවිත වේ.
- රෙදි දෙපොටක් මූට්ටු කිරීම සඳහා යොදා ගනියි.
- බීක්කු මැසීමේදී අලංකාරය වැඩි කරයි.

'P' වනුයේ,
(1) නූල් ඇදීම ය. (2) සිහින් නූල් දුවවීම ය.
(3) බ්ලැන්කට් මැස්ම ය. (4) වාටි මැස්ම ය.

29. ඇඳුමක් නිර්මාණය කිරීමේදී අනුගමනය **නොකළ** යුතු කරුණක් වනුයේ,
(1) රෙද්දේ හොඳ පිටෙහි දක්කු රේඛා සලකුණු කිරීම ය.
(2) දක්කු රේඛා එක මත එක සිටින සේ අල්පෙනෙත්ති ගැසීම ය.
(3) දක්කු රේඛාවලට ඉතා ආසන්නව තාවකාලික මැස්මක් යෙදීම ය.
(4) දක්කු රේඛා මත ස්ථිර මැස්මක් යෙදීම ය.

30. ඇඳුමක වාටියට විසිතුරු බව ගෙන දෙන මැහුම් ක්‍රමයක් වන්නේ,
(1) පිස්මේන්තු මැස්ම ය. (2) සන්නාලි මැස්ම ය. (3) ඇඹරුම් මැස්ම ය. (4) සැඟි වාටි මැස්ම ය.

31. ශාකමය කෙඳි වර්ගයකින් සාදන ලද රෙදි වර්ග දෙකක් වන්නේ,
(1) මල් රෙදි සහ ලිනන් ය. (2) වොයිල් සහ රෙයෝන් ය.
(3) ඕර්ලෝන් සහ මල් රෙදි ය. (4) රෙයෝන් සහ නෙන්සුක් ය.

32. රෙදිපිළි තාක්ෂණය හා සම්බන්ධ නිවැරදි වැකිය කුමක් ද?
(1) පතරොම් ඇඳීම කළ යුත්තේ දුඹුරු කඩදාසියෙහි දිලිසෙන පෘෂ්ඨය මත ය.
(2) ළදරු ඇඳුම් නිර්මාණයේදී මිනුම් ගැනීමෙන් අනතුරුව පතරොම සකස් කරයි.
(3) කුෂන් කවරයක් මැසීමේදී ප්‍රංශ මූට්ටුව යෙදිය හැකි ය.
(4) ළමා ගවුම මැසීමේදී අංශ මූට්ටු දෙපසට විවෘත කළ යුතු ය.

33. ළමා ගවුමක් නිර්මාණය කිරීමේදී උරහිස සිට අත්කට දක්වා මිනුම ගණනය කරනු ලබන්නේ,
(1) උරහිස සිට ඉණ දක්වා උසෙන් $\frac{1}{4}$ ක් ලෙස ය.
(2) උරහිස සිට ඉණ දක්වා උසෙන් $\frac{1}{3}$ ක් ලෙස ය.
(3) උරහිස සිට ඉණ දක්වා උසෙන් $\frac{1}{2}$ ක් ලෙස ය.
(4) උරහිස සිට ඉණ දක්වා උසෙන් $\frac{2}{3}$ ක් ලෙස ය.

50809

34. හතරැස් කර හැඩයක් මසා නිම කිරීම සඳහා වඩාත් උචිත වන්නේ කුමන ක්‍රමය ද?
(1) බඳන වාටිය යෙදීම
(2) පෝරු වාටිය යෙදීම
(3) පයිපින් කිරීම
(4) හැඩපෝරුව යෙදීම

35. මෝස්තරයක් මැසීමේදී පිරවුම් ස්වභාවයක් ලබාදීම සඳහා යොදාගනුයේ,
(1) ප්‍රංශ ගැට මැස්ම ය.
(2) දිග කොට මැස්ම ය.
(3) බුලියන් මැස්ම ය.
(4) ගැට පිස්මෙන්තු මැස්ම ය.

36. නිවසක ප්‍රධාන නිදන කාමරයෙහි ගෙබිම වර්ගඵලය අවම වශයෙන් විය යුත්තේ,
(1) වර්ග අඩි 90 කි. (2) වර්ග අඩි 100 කි. (3) වර්ග අඩි 120 කි. (4) වර්ග අඩි 150 කි.

37. ද්විතීයික වර්ණ පමණක් ඇතුළත් කාණ්ඩය තෝරන්න.
(1) තැඹිලි, රතු, දම් (2) කොළ, දම්, නිල් (3) කහ, තැඹිලි, කොළ (4) තැඹිලි, කොළ, දම්

38. පහත සඳහන් රේඛා අතුරෙන් රිද්මයානුකූල බව පිළිබිඹු වන්නේ කුමකින් ද?
(1) සිරස් රේඛා (2) තිරස් රේඛා (3) විකර්ණාකාර රේඛා (4) අක්වක් රේඛා

39. කලා මූලිකාංගයක් හා මෝස්තර මූලධර්මයක් පිළිවෙළින් දැක්වෙන පිළිතුර තෝරන්න.
(1) තුලනය සහ වයනය
(2) හැඩය සහ සමානුපාතය
(3) වර්ණය සහ රේඛා
(4) අවධාරණය සහ රිද්මය

40. භෞතික නොවන සම්පත් දෙකක් වන්නේ,
(1) ජලය සහ දේපල ය.
(2) ඉඩකඩ සහ ඉන්ධන ය.
(3) මුදල් සහ ඉඩකඩම් ය.
(4) කාලය සහ විදුලිය ය.

* *

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

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

85 | S | I, II

අධ්‍යයන පොදු සහතික පත්‍ර (සාමාන්‍ය පෙළ) විභාගය, 2018 දෙසැම්බර්
கல்விப் பொதுத் தராதரப் பத்திர (சாதாரண தர)ப் பரீட்சை, 2018 டிசெம்பர்
General Certificate of Education (Ord. Level) Examination, December 2018

ගෘහ ආර්ථික විද්‍යාව I, II
மனைப் பொருளியல் I, II
Home Economics I, II

ගෘහ ආර්ථික විද්‍යාව II

※ **පළමුවන** ප්‍රශ්නය හා තවත් ප්‍රශ්න **හතරක්** තෝරා ගෙන, ප්‍රශ්න **පහකට** පමණක් පිළිතුරු සපයන්න.
※ **පළමුවන** ප්‍රශ්නයට ලකුණු **20** ක් හිමි වන අතර, අනෙකුත් සෑම ප්‍රශ්නයකට ම ලකුණු **10** බැගින් හිමි වේ.

1. පාසලෙහි භෝජනාගාරය පවත්වා ගෙන යනු ලබන්නේ පාසල් සංවර්ධන සමිතිය මගිනි. අ.පො.ස. (උසස් පෙළ) විභාගයට පෙනී සිටි සිසු කණ්ඩායමක් ප්‍රතිඵල ලැබෙන තෙක් එහි කළමනාකරණය භාරගැනීමට අවසර ගෙන ඇත. භෝජනාගාරය විධිමත්ව පවත්වා ගෙන යාමටත්, එහි ප්‍රසන්න පරිසරයක් ඇති කිරීමටත් ඔවුහු යුහුසුළු වෙති.

(i) පාසල් භෝජනාගාරයෙහි අලෙවි කරන ආහාරවල තිබිය යුතු ගුණාංග **හතරක්** ලියන්න.

(ii) සිසුනට උදේ ආහාර වේල සඳහා භෝජනාගාරයෙන් ගත හැකි ආහාර ඇතුළත් බොජුන් පතක් යෝජනා කරන්න.

(iii) භෝජනාගාරයෙන්, ඇසුරුම් කරන ලද ආහාර මිලදී ගැනීමේදී සැලකිලිමත් විය යුතු කරුණු **හතරක්** සඳහන් කරන්න.

(iv) පාසලට පැමිණෙන විශේෂ අමුත්තන්ට සංග්‍රහ කිරීමට ද මෙම භෝජනාගාරය තුළ පහසුකම් සලසා ඇත. එවැනි අවස්ථාවක අමුත්තන් දෙදෙනකු සඳහා තේ පැන් සංග්‍රහයක් පිළිගැන්වීමට මේසය සකස් කරන ආකාරය රූපසටහනක් මගින් ඉදිරිපත් කරන්න.

(v) භෝජනාගාරයෙහි භාවිත කරන අත්පිස්නා රඳවනයක් සඳහා සුදුසු මෝස්තරයක් අඳින්න.

(vi) මෙම අත්පිස්නා රඳවනය ක්විල්ට් කර නිම කිරීමේදී අනුගමනය කරන පියවර **දෙකක්** ලියන්න.

(vii) පාසල් භෝජනාගාරය කාර්යක්ෂම ලෙස පවත්වා ගෙන යාම සඳහා අවශ්‍ය, යොවුන් දරුවන් තුළ ඇති බුද්ධිමය හැකියා **දෙකක්** සඳහන් කරන්න.

(viii) භෝජනාගාරය තුළ විවේක කාලයේදී ඇති වන කලබලකාරී තත්ත්වය මඟහරවා ගැනීම සඳහා දරුවන් තුළ ප්‍රගුණ කළ යුතු යහපත් පුරුදු **දෙකක්** ලියන්න.

(ix) පාසල් භෝජනාගාරය මනාව සංවිධානය වී ඇති බව පිළිබිඹු කරන ලක්ෂණ **හතරක්** ලියන්න.

(x) 'භෝජනාගාරය ප්‍රසන්න ලෙස අලංකරණය වී ඇත.' මෙම ප්‍රකාශය සනාථ කිරීමට උදාහරණ **දෙකක්** ඉදිරිපත් කරන්න.

2. (i) ළමා ඇඳුම් නිර්මාණය කිරීමේදී සැලකිලිමත් විය යුතු කරුණු **තුනක්** සඳහන් කරන්න.

(ii) විවිධ මැහුම් ක්‍රම භාවිත කර විසිත්ත කාමරයක් සඳහා බිත්ති සැරසිල්ලක් සකස් කිරීමට අවශ්‍යව ඇත. මෙයට අදාළ පිරිසැලසුමක ඇතුළත් විය යුතු කරුණු **තුනක්** ඉදිරිපත් කරන්න.

(iii) සටහන් ලියන්න.

(a) ඇඳුම්වල විවර පියවීමේ ක්‍රම

(b) මූට්ටුවල විවෘත අද්දර නිම කිරීමේ ක්‍රම

[හයවැනි පිටුව බලන්න.

3. පහත දක්වා ඇත්තේ දිවා ආහාර වේලක් සඳහා බොජුන් පතකි.

- බත්
- පරිප්පු ව්‍යංජනය
- බණ්ඩක්කා ව්‍යංජනය
- බිත්තර ඔම්ලට්
- බීට් සම්බල
- පපඩම්
- අතුරුපස සඳහා කැරමල් පුඩිම

(i) මෙහි එක් එක් ආහාරයට අදාළ ප්‍රධාන පිසීමේ ක්‍රමය නම් කර, ඉන් **දෙකක්** කෙටියෙන් පහදන්න.

(ii) මෙම ආහාර වේලෙහි පෝෂණමය වැදගත්කම පැහැදිලි කරන්න.

(iii) ඉහත ආහාර වේලෙහි ඇතුළත් බත්, පරිප්පු, බිත්තර, බීට් සහ බණ්ඩක්කා, ආහාර පිරමීඩයෙහි ඇතුළත් කර ඇති අන්දම රූපසටහනක් මගින් ඉදිරිපත් කරන්න.

4. (i) ආහාර නරක්වීම කෙරෙහි බලපාන භෞතික හේතු **දෙකක්** නම් කර, ඒවා වළක්වා ගැනීමට ගත හැකි පියවර ඉදිරිපත් කරන්න.

(ii) සටහන් ලියන්න.

(a) ආහාර පරිරක්ෂණය සඳහා අඩු තාපය යෙදීම

(b) බ්ලාන්ච් කිරීම

(iii) පහත දැක්වෙන ආහාර සකස් කිරීමේදී භාවිත වන පරිරක්ෂණ කාරක සහ පරිරක්ෂණ මූලධර්ම පිළිවෙළින් සඳහන් කරන්න.

(a) අඹ චට්නි

(b) අල දෝසි/ටොෆි

5. (i) විසිත්ත කාමරය සඳහා ගෘහ භාණ්ඩ තෝරාගැනීමේදී සැලකිලිමත් විය යුතු කරුණු **තුනක්** සඳහන් කරන්න.

(ii) ගෙවත්තෙහි පාංශු සංරක්ෂණය සඳහා ගත හැකි පියවර **තුනක්** යෝජනා කරන්න.

(iii) නිවසක විදුලිය පරිහරණය කිරීමේදී අනුගමනය කළ යුතු ආරක්ෂක පූර්වෝපා සාකච්ඡා කරන්න.

6. (i) නවජ දරුවෙක් ප්‍රතීක ක්‍රියා පිළිබිඹු කරයි.

(a) 'ප්‍රතීක ක්‍රියා' යන්න හඳුන්වන්න.

(b) 'ප්‍රතීක ක්‍රියා' සඳහා උදාහරණ **දෙකක්** ලියන්න.

(ii) පළමු වසර තුළ ළදරුවා සමාජයට යොමු කිරීම සඳහා දෙමාපියන් ක්‍රියා කළ යුතු ආකාරය පැහැදිලි කරන්න.

(iii) දරුවකුගේ සංවර්ධනය සිදු වන ආකාර දෙකකි.

(a) හිසේ සිට දෙපතුල දක්වා

(b) සිරුර මධ්‍යයේ සිට පර්යන්තය දක්වා

මෙම ආකාර දෙක සඳහා උදාහරණ **දෙක** බැගින් ඉදිරිපත් කරන්න.

7. (i) ස්ත්‍රී ප්‍රජනක පද්ධතියෙහි පහත දැක්වෙන කොටස්වල කෘත්‍ය **දෙක** බැගින් ලියන්න.

(a) ඩිම්බ කෝෂ (b) ෆැලෝපීය නාල (c) ගර්භාෂය

(ii) මව්කිරි දීමෙන් ළදරුවාට සැලසෙන වාසි **තුනක්** ඉදිරිපත් කරන්න.

(iii) සටහන් ලියන්න.

(a) ආර්තවය

(b) ගර්භිණීභාවය

* * *