



වයඹ පළාත් අධ්‍යාපන දෙපාර්තමේන්තුව Provincial Department of Education - NWP  
වයඹ පළාත් අධ්‍යාපන දෙපාර්තමේන්තුව Provincial Department of Education - NWP  
වයඹ පළාත් අධ්‍යාපන දෙපාර්තමේන්තුව Provincial Department of Education - NWP  
වයඹ පළාත් අධ්‍යාපන දෙපාර්තමේන්තුව Provincial Department of Education - NWP  
වයඹ පළාත් අධ්‍යාපන දෙපාර්තමේන්තුව Provincial Department of Education - NWP  
වයඹ පළාත් අධ්‍යාපන දෙපාර්තමේන්තුව Provincial Department of Education - NWP  
වයඹ පළාත් අධ්‍යාපන දෙපාර්තමේන්තුව Provincial Department of Education - NWP  
වයඹ පළාත් අධ්‍යාපන දෙපාර්තමේන්තුව Provincial Department of Education - NWP  
වයඹ පළාත් අධ්‍යාපන දෙපාර්තමේන්තුව Provincial Department of Education - NWP  
වයඹ පළාත් අධ්‍යාපන දෙපාර්තමේන්තුව Provincial Department of Education - NWP

# වයඹ පළාත් අධ්‍යාපන දෙපාර්තමේන්තුව Provincial Department of Education - NWP

85

## අ.පො.ස. (සා.පෙළ) විභාගයට අදාළ පෙරහුරු ප්‍රශ්න පත්‍රය - 2022

ගෘහ ආර්ථික විද්‍යාව

කාලය පැය -03

නම:-..... විභාග අංකය:-.....  
පාසල:-.....

අමතර කියවීම් කාලය ,ප්‍රශ්න පත්‍රය කියවා ප්‍රශ්න තෝරා ගැනීමටත් , පිළිතුරු ලිවීමේදී ප්‍රමුඛතාවය දෙන ප්‍රශ්න සංවිධාන කර ගැනීමටත් යොදා ගන්න

අමතර කියවීම් කාලය මිනිත්තු 10 යි.

### 85 ගෘහ ආර්ථික විද්‍යාව-1

සැලකිය යුතුයි

- සියලුම ප්‍රශ්න වලට පිළිතුරු සපයන්න
- අංක 1 සිට 40 තෙක් ප්‍රශ්නවල දී ඇති 1,2,3,4, යන පිළිතුරු වලින් වඩාත් නිවැරදි හෝ වඩාත් ගැලපෙන පිළිතුර තෝරා ගන්න.

1. උක් සීනි සහ බීට් සීනි වල අඩංගු කබෝහයිඩ්‍රේටයක් වනුයේ?

- 1.මොල්ටෝස් ය      2. පෙක්ටින් ය      3.හුක්රෝස් ය      4.ලැක්ටෝස් ය

2. පහත සඳහන් විටමින් අතුරින් සත්ත්ව ආහාරවල පමණක් අඩංගු ජලද්‍රාවී විටමිනය කුමක්ද?

- 1.තයමීන් (B1)      2.රයිබෝෆ්ලේවින් (B2)      3.ෆෝලික් අම්ලය      4.සයනොකොබැලමින් (B12)

3. පහත සඳහන් ඒවා අතුරින් සෝඩියම්වල කෘත්‍යක් වනුයේ?

- 1.සමේ මනා පැවැත්ම සඳහා ක්‍රියා කිරීම.      2.සිරුරේ ජල තුලනය හා අම්ල හෂ්ම තුලනය.

3.ප්‍රතිඔක්සිකාරකයක් ලෙස ක්‍රියා කිරීම.      4.අස්ථි හා දත් වර්ධනයට උපකාරී වීම.

4. ශරීරය තුල යකඩ අවශෝෂණයට බාධා කරන සංයෝග දෙකක් වනුයේ

- 1.ටැනින් හා කැලොන්      2.මැලික් අම්ලය හා ලයිසින්

- 3.ලයිසින් හා ඔක්සැලික් අම්ලය      4.ලයිසින් හා ෆයිටික් අම්ලය

5. විටමිනයක් පිළිබඳ ප්‍රකාශ කිහිපයක් පහත දැක්වේ.

- පැහිරි පවුලට අයත් පලතුරු වල බහුලව අඩංගු වේ.
- ප්‍රතිශක්තිකරණය ඇති කිරීමට උපකාරී වේ.
- අවශ්‍ය ප්‍රමාණයට නොලැබීම ශීතාද රෝගය ඇති වීමට හේතු වේ.

මෙම විටමනය වනුයේ,

1. ෆෝලික් අම්ලය      2. ඇස්කෝබික් අම්ලය      3. පිරිඩොක්සින්      4. පැන්ටතොනික් අම්ලය

6. ශ්‍රී ලංකාවේ බහුලව දැකිය හැකි උෞෂධ සඳහා හේතුවන ක්ෂුද්‍ර පෝෂක වන්නේ

1. සෙලනියම්, යකඩ, පොස්පරස්      2. විටමින් A, යකඩ, අයඩින්  
3. යකඩ, අයඩින්, විටමින් B1      4. විටමින් K, යකඩ, අයඩින්

7. නිර්දේශිත දෛනික පෝෂණ අවශ්‍යතා අනුව ප්‍රකාශ කිහිපයක් පහත දැක්වේ. මින් සාවද්‍ය ප්‍රකාශය වනුයේ,

1. පසු ළමා, යෞවන සහ වැඩිහිටි අවධි වලදී පෝෂණ අවශ්‍යතා ස්ත්‍රී/පුරුෂ වශයෙන් දක්වා ඇත.
2. මහා පෝෂක ග්‍රෑම් වශයෙන්ද, ක්ෂුද්‍ර පෝෂක මිලිග්‍රෑම් සහ මයික්‍රොග්‍රෑම් වශයෙන්ද දක්වා ඇත.
3. දෛනික පෝෂක අවශ්‍යතා තීරණය කිරීමේදී නිර්ණායකයක් ලෙස සිරුරේ බර සැලකිල්ලට ගෙන ඇත.
4. ශක්ති කැලරි ප්‍රමාණය කිලෝජූල් වලින් පෙන්වුම් කර ඇත

8. පහත දක්වා ඇත්තේ මහලු අවදියේ පසුවන්නකු සඳහා සැලසුම් කළ ආහාර වේල් කිහිපයකි. මින් වඩාත් යෝග්‍ය ආහාර වේල වනුයේ,

1. බත්, මාළු කිරිට, බතල වෑංජනය, බටු මෝජු, වටලප්පන්
2. බත්, කොස් වෑංජනය, මාළුමිරිසට, තක්කාලි සලාදය, යෝගට්
3. නිවුඩු බත්, මස් වෑංජනය, දෙල් වෑංජනය, ගොටුකොල සම්බලය, මුදවපු කිරි
4. නිවුඩු බත්, මාළු කිරිට, පරිප්පු වෑංජනය, කතුරු මුරුංගා මැල්ලුම, පලතුරු සලාදය

9. පුද්ගලයකුගේ උදේ ආහාර වේලෙහි කාබෝහයිඩ්‍රේට් 50g ක් ද මේද 10g ද ඇතුළත් විය. එම ආහාර වේලෙන් ලැබුණු මුළු ශක්ති කැලරි ප්‍රමාණය 450 කි. මෙම ආහාර වේලෙහි අඩංගු ප්‍රෝටීන් ප්‍රමාණය වනුයේ?

1. 20g      2. 30g      3. 40g      4. 50g

10. ආහාරයේ රසය, සුවඳ, වයනය හා සගන්ධය වැඩි දියුණු කිරීම සඳහා භාවිත කරන පෙර පිළියෙල කිරීමේ ශිල්පීය ක්‍රමය වන්නේ

1. පදම් කිරීම (Marinating)
2. ගැසීම (Beating)
3. අත් ගැසීම (Kneeding)
4. කලවම් කිරීම (Blending)

11. ජලය නටන උෂ්ණත්වයට වඩා මදක් අඩු උෂ්ණත්වයකින් දියර යොදාගනිමින් දිගු වෙලාවක් පියන වසා සිදු කරන පිසීමේ ක්‍රමය වනුයේ

1. බැදීමය      2. පිඩනයේ පිසීමය      3. ස්ටු කිරීමය      4. බ්‍රෙස් කිරීමය

12. සන්නයනය විකිරණය යන තාප සංක්‍රමණ ක්‍රම දෙකම සිදුවන පිසීමේ ක්‍රමය වනුයේ

1. තැම්බීම      2. වාෂ්පයෙන් තැම්බීම      3. ග්‍රිල්කිරීම      4. බැදීම

13. පුද්ගලයකුගේ ශරීර බර කිලෝග්‍රෑම් 65කි. උස 150cm කි. මොහුගේ ශරීර ස්කන්ධ දර්ශකයේ අගය වනුයේ.

1. 24.4 කි.      2. 28.8 කි.      3. 29.2 කි.      4. 30 කි.

14. විවිධ ආහාර ද්‍රව්‍යවල පෝෂණ අගය සම්බන්ධ ප්‍රකාශ කිහිපයක් පහත දක්වා ඇත. මින් නිවැරදි ප්‍රකාශය වනුයේ?

1. මාළු වල ඔමේගා-3 මේද අම්ලය බහුලය      2. බෝංචිවල අඩංගු ප්‍රෝටීනය ග්ලූටන්  
3. කිරිවල අඩංගු කාබෝහයිඩ්‍රේටය මොල්ටෝස්      4. මාෂබෝගවල මෙතියෝනින් ඇමයිනෝ අම්ලය බහුලය

15. ප්‍රෝටීන් ජීර්ණයට උපකාරීවන එන්සයිමයක් වනුයේ

1. ඇමයිලේස්      2. ලයිපේස්      3. ටයලින්      4. ට්‍රිප්සින්

16. මහාන්ත්‍රයෙන් ඉටුවන කෘත්‍යයක් නොවන්නේ මින් කුමක්ද?

1. ජලය ප්‍රති අවශෝෂණය      2. මේද ජීර්ණය ආරම්භ කිරීම  
3. බනිජ විටමින් හා සමහර ඖෂධ වර්ග අවශෝෂණය      4. ක්ෂුද්‍රජීවී ක්‍රියාකාරීත්වය සඳහා අවකාශ ලබාදීම

17. මැරස්මස් රෝගයෙහි රෝගලක්ෂණයක් වනුයේ

1. අත් පා උදරය යන ස්ථාන වල ඉදිමුම      2. හිසකෙස් තඹ පැහැ ගැන්වී තිබීම  
3. සිරුර ක්ෂය වූ කෘෂ වූ මහලු පුද්ගලයකුගේ ස්වරූපය ගැනීම      4. සමෙහි ආසාදන තත්ත්ව ඇතිවේ

18. ක්ෂුද්‍රජීවී වර්ධනය කෙරෙහි බලපාන බාහිර සාධකයකි

1. PH අගය      2. උපස්තරය      3. ජල සක්‍රියතාව      4. උෂ්ණත්වය

19. පහත දක්වා ඇත්තේ සමහර ගර්භනී කාන්තාවන්ට තිබිය හැකි ලක්ෂණ කිහිපයකි.

- A. මල බද්ධය      B. නිතර නිතර මුත්‍රා පිටකිරීම      C. පාද ඉදිමුම      D. වමනය

මින් සුළු ආබාධ ලෙස දැකිය හැකි වන්නේ

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

20. ඩිම්බයක් හා ශුක්‍රානුවක් සංසේචනය සිදුවනුයේ

- 1. පැලෝපිය නාලය තුළ
- 2. ගර්භාෂය තුළ
- 3. ඩිම්භකෝෂ තුළ
- 4. යෝනි මාර්ගය තුළ

21. යොවුන් විශේ දරුවන්ගේ කායික වර්ධනය පිළිබඳ නිවැරදි ප්‍රකාශය වනුයේ

- 1. ගැහැනු පිරිමි දෙපාර්ශවයේම මාංශපේශී වර්ධනය වේගවත් වේ.
- 2. ගැහැනු දරුවන්ගේ වර්ධන නැගීම පිරිමි දරුවන්ට පෙර ආරම්භ වීම.
- 3. ගැහැනු දරුවන්ගේ පේශී පටක වර්ධනය වැඩි වීම.
- 4. පිරිමි දරුවන්ගේ මේද පටක වර්ධනය වැඩි වීම.

22. ගර්භනීභාවයට පත්වීම සඳහා ගැහැනු ළමයකුට ඉතා සුදුසු වයස් සීමාව වනුයේ

- 1. අවු. 35-40 අතරය
- 2. අවු. 14-16 අතරය
- 3. අවු. 29-35 අතරය
- 4. අවු. 20-30 අතරය

23. 2007 ජාතික ප්‍රතිශක්තිකරණ වැඩසටහනට අනුව MMR එන්නත පළමු මාත්‍රාව දෙනු ලබන වයස් කාලය වන්නේ

- 1. මාස 06 අවසානයේ
- 2. මාස 18 අවසානයේ
- 3. මාස 12 අවසානයේ
- 4. අවුරුදු 03 අවසානයේ

24. නවජ දරුවා පෙන්වුම් කරන ප්‍රතික ක්‍රියාවක් නොවන්නේ මින් කුමක්ද?

- 1. පෙරලීම
- 2. කිරි උරාබීම
- 3. හැඩීම
- 4. තිගැස්සීම

25. දරුවකුගේ උපත් බර දෙගුණයක් බවට පත්වනුයේ

- 1. අවුරුද්දක් අවසානයේ
- 2. මාස 05 අවසානයේ
- 3. මාස 07 අවසානයේ
- 4. අවුරුදු 1 1/2 අවසානයේ

26. පූර්ව ප්‍රසව අවධි කාලය

- 1. සති 36
- 2. සති 45
- 3. සති 30
- 4. සති 40

27. ස්ත්‍රී ලිංග හෝමෝනයක් හා පුරුෂ ලිංග හෝමෝනයක් පිළිවෙලින් දැක්වෙනුයේ

- 1. ටෙස්ටෙස්ටරෝන්, ඊස්ට්‍රජන්
- 2. පොලැක්ටින්, ඊස්ට්‍රජන්
- 3. ඊස්ට්‍රජන්, ටෙස්ටෙස්ටරෝන්
- 4. පොලැක්ටින්, ඔක්සිටොසින්

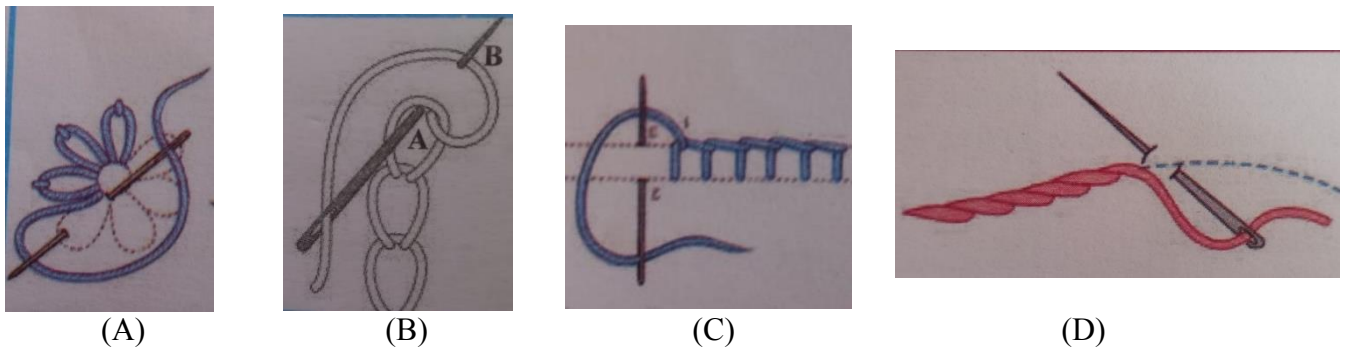
28. “Z” නැමති මැහුම් ක්‍රමයෙහි පහත සඳහන් ගුණාංග දක්නට ලැබේ.

- ගැටයක් යොදා ආරම්භ කිරීම
- මැස්ම අවසානයේ පිස්මේන්තුවක් යෙදීම
- දකුණේ සිට වමට මැසීම

මෙම මැහුම් ක්‍රමය වනුයේ

1. වාටි මැස්මය                      2. බ්ලැන්කට් මැස්මය                      3. බොරුනුල් ඇදීමය                      4. හින්නුල් දුවවීමය

29. විසිතුරු මැහුම් ක්‍රම කිහිපයක රූප සටහන් පහත දැක්වේ



මේ අතරින් මෝස්තරයක රේඛා මැසීම සඳහා සුදුසු මැහුම් ක්‍රම දෙක පිළිවෙලින් වනුයේ

1. A හා C වලිනි                      2. B හා C වලිනි                      3. C හා D වලිනි                      4. B හා D වලිනි

30. ස්වභාවික සෙලියුලෝස් කෙන්ද්‍රික

1. සේද                      2. පොලිමයිඩ්                      3. ඇස්බැස්ටස්                      4. ලිනන්

31. මැසීමේ ශීල්පීය මැහුම් ක්‍රමයක් වනුයේ

1. බදන යෙදීම                      2. වාටි මැස්ම                      3. පිස්මේන්තු මැස්ම                      4. සැටින් මැස්ම

32. සිසු සටහනකින් උපුටාගත් වැකි කිහිපයක් පහත දැක්වේ. ඉන් නිවැරදි වැකිය තෝරන්න.

1. බොත්තම් කාස මැස්ම සහ බ්ලැන්කට් මැස්ම එකම ක්‍රමයට මසනු ලබන මැහුම් ක්‍රමයකි
2. අතිභාදන මුට්ටුව ප්ලැට් ඇඳුම් මැසීම සඳහා යොදා ගනී
3. දැති කතුරු, දිදාලය, සන්නාලි හුණු, උපාංග නිර්මාණයේ මෙවලම් වේ
4. දෙපැති ඡන්තු සහ සැනගාංචු විවර පියවීම සඳහා භාවිතා කරයි

33. අක් සැරසිලි ලෙස භාවිත නොකරන මැස්මකි.

1. බදන යෙදීම                      2. පොලිට් යෙදීම                      3. රැලි පටි ඇල්ලීම                      4. රේන්ද ඇල්ලීම

34. ක්විල්ට් කිරීම සඳහා යොදාගන්නා මූලික මැහුම් ක්‍රමය වන්නේ

- 1. නූල් දුවවීම                      2. වාට් මැස්ම                      3. සන්නාලි මැස්ම                      4. හින්නුල් දුවවීම

35. චක්‍රාකාර හා විකර්ණාකාර රේඛා යනු කලා මූලිකාංගයක් වන රේඛා වල ආකාරයන් දෙකකි. මෙම රේඛා දෙකෙන් පිළිබිඹු කරන හැඟීම් දෙකක් පිළිවෙලින් දැක්වෙනුයේ

- 1. ශක්තිමත් බව හා රිද්මයානුකූල බව                      2. කලබලකාරී බව හා නොසන්සුන් බව
- 3. සුන්දර බව හා ක්‍රියාශීලී බව                      4. නොසන්සුන් බව හා ප්‍රීතිමත් බව

36. අන්තර් මධ්‍යමික (Intermediate colours) වර්ණ යුගලයක් වන්නේ

- 1. නිල්, දම්                      2. කහතැඹිලි, රතුතැඹිලි                      3. නිල්කොළ, දම්                      4. රතුදම්, තැඹිලි

37. ගෘහයක විසිත්ත කාමරයේ තිරරෙදි සඳහා කහ, කහ තැඹිලි, සුදු පැහැ මෝස්තර සහිත රෙදි යොදා ඇත. මෙහි භාවිතා කර ඇති වර්ණ ගැලපුම වන්නේ

- 1. බද්ධ වර්ණ ගැලපුම    2. ඒක වර්ණ ගැලපුම                      3. උදාසීන වර්ණ ගැලපුම                      4. අනුපූරක වර්ණ ගැලපුම

38. විවිධ ගෘහීය කාර්යයන් සාර්ථකව කරගැනීම සඳහා කළමනාකරණ ක්‍රියාවලිය වැදගත්වේ. එහි පියවර පිළිවෙලින් දක්වා ඇත්තේ

- 1. සැලසුම් කිරීම, ක්‍රියාත්මක කිරීම, සංවිධානය කිරීම, ඇගයීම
- 2. ක්‍රියාත්මක කිරීම, සැලසුම් කිරීම, සංවිධානය කිරීම, ඇගයීම
- 3. සැලසුම් කිරීම, සංවිධානය කිරීම, ක්‍රියාත්මක කිරීම, ඇගයීම
- 4. සංවිධානය කිරීම, සැලසුම් කිරීම, ක්‍රියාත්මක කිරීම, ඇගයීම

39. නිවසක් ගොඩනැගීම සඳහා භූමියක් තෝරා ගැනීමේදී සැලකිලිමත් විය යුතු කරුණු වලට ඇතුළත් නොවන්නේ

- 1. මූල්‍ය පහසුකම්                      2. භූමියේ ස්වභාවය                      3. යටිතල පහසුකම්                      4. පවුලේ අවශ්‍යතා

40. කාමරයක් තුළ විධිමත් තුලනය ඇති කිරීමට ගත හැකි ක්‍රියාමාර්ගයක් වනුයේ

- 1. බිත්තියේ අලංකාර බිත්ති සැරසිල්ලක් එල්ලා තැබීම
- 2. කන්නාඩි මේසය මත විවිධ උපාංග තැබීම
- 3. සෝපාව දෙපස සමාන හැඩයෙන් යුත් මල්බදුන් තැබීම
- 4. නිවසට ඇතුළුවන ස්ථානයේ බිම් අතුරුමක් දැමීම

## ගෘහ ආර්ථික විද්‍යාව

### II කොටස

- පළමුවන ප්‍රශ්නය සහ තවත් ප්‍රශ්න හතරක් තෝරාගෙන ප්‍රශ්න පහකට පමණක් පිළිතුරු සපයන්න
- පළමුවන ප්‍රශ්නයට ලකුණු 20ක් හිමිවන අතර, අනෙකුත් සෑම ප්‍රශ්නයකටම ලකුණු 10 බැගින් හිමිවේ.

01) පහත සිද්ධිය අධ්‍යයනය කර දී ඇති ප්‍රශ්න වලට කෙටි පිළිතුරු සපයන්න.

නාගරික ප්‍රදේශයක කුඩා නිවෙසක කසුන් සහ තිලිනි සතුටින් ජීවත්වන පවුලකි. පළමු දරුවා බිහිවීමට ආසන්නව සිටින තිලිනි නිවසේ සියලු කාර්යයන් මනාව සැලසුම් කරගන්නා අතර ගෘහපිලි හා උපාංග මැසීමෙන් අදායමක් උපයා ගන්නීය. ස්ථුල සිරුරක් හිමි කසුන් අපනශාලාවක් පවත්වාගෙන යයි.

- ගර්භනී අවධිය ගතකරන තිලිණිගේ විශේෂ පෝෂණ අවශ්‍යතා දෙකක් සඳහන් කරන්න. (ලකුණු 2)
- කසුන් සඳහා ආහාරවෙල් සැලසුම් කිරීමේදී සැලකිය යුතු කරුණු දෙකක් සඳහන් කරන්න. (ලකුණු 2)
- අපනශාලාවේදී ගුණාත්මක බැවින් යුතුව ආහාර පිළියෙළ කිරීමේදී අවධානය යොමු කළයුතු කරුණු දෙකක් සඳහන් කරන්න. (ලකුණු 2)
- අපනශාලාවේ ඇති බනිස් සෑදීම සඳහා අවශ්‍ය අමුද්‍රව්‍ය හතරක් සඳහන් කරන්න. (ලකුණු 2)
- ඉපදීමට සිටින දරුවා සඳහා ඇදුම් මැසීමට යෝග්‍ය රෙදි වර්ග මොනවාද? (ලකුණු 2)
- ගෘහපිලි මැසීම සඳහා යොදාගන්නා මූලික මැහුම් ක්‍රම දෙකක් ලියන්න. (ලකුණු 2)
- ගර්භනී මවක් වන තිලිනි පුර්ව ප්‍රසව සායනයට යෑමේ ඇති ප්‍රයෝජන මොනවාද? (ලකුණු 2)
- ගර්භනී අවධියේ බලපෑම් ඇති කළ හැකි අවධානම් සාධක දෙකක් නම් කරන්න. (ලකුණු 2)
- මෙම නිවසේ කුඩා නිදන කාමරය සඳහා සුදුසු ඉඩකඩ පිරිමසින ගෘහභාණ්ඩ දෙකක් නම් කරන්න. (ලකුණු 2)
- තිලිනිට සහ කසුන්ට ඇති ගෘහීය සම්පත් මනාව කළමනාකරණයේ ඇති වාසි දෙකක් සඳහන් කරන්න. (ලකුණු 2)

02) i) ළදරු ඇදුමක තිබියයුතු ලක්ෂණ මොනවාද? (ලකුණු 3)

ii) ඇදුම් නිර්මාණයේදී පනරොම භාවිතා කිරීමෙන් ඇති වාසි මොනවාද? (ලකුණු 3)

iii) (අ) අත්පිස්නාවක් සඳහා සුදුසු මෝස්තරයක් අඳින්න. (ලකුණු 2)

(ආ) එම මෝස්තරය සඳහා සුදුසු විසිතුරු මැහුම් ක්‍රම දෙකක් නම් කරන්න. (ලකුණු 2)

03) i) මේද අම්ලවල වහුභය අනුව බෙදා දැක්විය හැකි ආකාර දෙකක් උදාහරණ සහිතව දක්වන්න. (ලකුණු 3)

ii) පහත සඳහන් ආහාර පිසීමේදී තාපය සංක්‍රමණය වන ආකාරය සඳහන් කරන්න. (ලකුණු 3)

බත්

රොටි

කේක්

iii) බිත්තරවල අඩංගු ප්‍රෝටීනය නම් කර එය ශරීරය තුළදී ජීර්ණයවීම සඳහා අවශ්‍ය එන්සයිම දෙකක් සඳහන් කරන්න (ලකුණු 4)

04) i) ආහාර පරික්ෂණය සඳහා යොදාගන්න උපක්‍රම හතරක් සඳහන් කරන්න (ලකුණු 3)

ii) මාළු ඇඹුල්තියල් සෑදීම ගැලීම් සටහනකින් ඉදිරිපත් කරන්න (ලකුණු 3)

iii) ප්‍රෝටීන් ශක්ති මන්දපෝෂණයට හේතුව මහාපෝෂක ප්‍රමාණවත් ලෙස දිගුකාලයක් නොලැබී යාමයි. එයට අමතරව මෙම මන්දපෝෂණ තත්වය ඇතිවීමට බලපාන හේතු ඉදිරිපත් කරන්න.(ල.4)

05) i) පවුලක දරුවන්ගෙන් දෙමාපියන්ට ඉටුවිය යුතු යුතුකම් හා වගකීම් 03ක් සඳහන් කරන්න. (ල. 3)

ii) මානව සම්පතක් වන ශ්‍රමය සැලසුම් කිරීමේදී ශ්‍රම විභජන සැලැස්මක් සකස් කිරීමේ වැදගත්කම සනාථ කිරීමට හේතු තුනක් සඳහන් කරන්න. (ලකුණු 3)

iii) නිවසක් අලංකරණය කිරීමේදී තුලනය මෝස්තර මූලධර්මය වැදගත් වේ.පැහැදිලි කරන්න. (ල. 4)

06) i) නව යොවුන් වියේ දරුවාගේ සමාජීය වර්ධනයේ දක්නට ලැබෙන සුවිශේෂී ලක්ෂණ තුනක් සඳහන් කරන්න. (ලකුණු 3)

ii) ළදරුවෙකුට මුල් මස 6 මවකිරි දීමෙන් මවට ඇතිවන වාසි මොනවාද? (ලකුණු 3)

iii) අවුරුද්දක් වයසැති දරුවාට අතිරේක ආහාර ගැනීමට පුරුදු කිරීමේදී අවධානය යොමු කළයුතු කරුණු 4ක් ලියන්න. (ලකුණු 4)

07) i) පුර්ව ප්‍රසව අවධිය තුළ සිදුවන වර්ධන අවස්ථා තුන සඳහන් කරන්න. (ලකුණු 3)

ii) මවක් තම කුඩා සිහිති දරුවා රැකබලා ගැනීමේදී දරුවාගේ භාෂා වර්ධනය සඳහා ගත යුතු ක්‍රියාමාර්ග මොනවාද? (ලකුණු 3)

iii) පහත සඳහන් දෑ පිලිබඳව කෙටිසටහන් ලියන්න.

(අ) ළදරුවකු සඳහා ලබාදිය හැකි ක්‍රීඩා භාණ්ඩ. (ලකුණු 2)

(ආ) ළදරුවාගේ පළමු වසර තුළ සිදුවන කායික වර්ධනය. (ලකුණු 2)