සියලුම හිමිකම් ඇවිරිණි/முழுப் பதிப்புரிமையுடையது/All Rights Reserved

දකුණු පළාත් අධ්‍යාපන දෙපාර්තමේන්තුව
தென் மாகாணக் கல்வித் திணைக்களம்
Department of Education, Southern Province

අවසාන වාර පරීක්ෂණය - 2025
இறுதி தவணைப் பரீட்சை - 2025 / Year End Term Test - 2025

ශ්‍රේණිය / தரம் / Grade	11	ගෘහ ආර්ථික විද්‍යාව - I, II	කාලය / நேரம் / Time	පැය 03යි. / மணி. 10යි.

නම / பெயர் / Name ..... විභාග අංකය / சுட்டிலக்கம் / Index No. .....

- **අමතර කියවීම් කාලය මිනිත්තු 10යි.**
- අමතර කියවීම් කාලය ප්‍රශ්න පත්‍රය කියවා, ප්‍රශ්න තෝරා ගැනීමටත්, පිළිතුරු ලිවීමේ දී ප්‍රමුඛත්වය දෙන ප්‍රශ්න සංවිධානය කර ගැනීමටත් යොදා ගන්න.

උපදෙස්:

- සියලු ම ප්‍රශ්නවලට පිළිතුරු සපයන්න.
- අංක 1 - 40 තෙක් ප්‍රශ්නවල දී ඇති (1), (2), (3), (4) යන පිළිතුරුවලින් නිවැරදි හෝ වඩාත් ගැළපෙන හෝ පිළිතුර තෝරාගන්න.
- ඔබට සැපයෙන පිළිතුරු පත්‍රයේ එක් එක් ප්‍රශ්නය සඳහා දී ඇති කව අතුරෙන් ඔබ තෝරාගත් පිළිතුරෙහි අංකයට සැසඳෙන කවය තුළ (x) ලකුණ යොදන්න.
- එම පිළිතුරු පත්‍රයේ පිටුපස දී ඇති අනෙක් උපදෙස් ද සැලකිල්ලෙන් කියවා ඒවා ද පිළිපදින්න.

---

1. සැකරයිඩ අණු එකකින් සෑදී ඇති කාබෝහයිඩ්‍රේට් වර්ගයකට උදාහරණයකි.
   (1) ගැලැක්ටෝස් (2) සුක්‍රෝස් (3) සෙලියුලෝස් (4) මෝල්ටෝස්

2. මී පැණිවල අඩංගු මොනොසැකරයිඩය වන්නේ,
   (1) හෙමි සෙලියුලෝස් (2) ග්ලයිකොජන් (3) ලැක්ටෝස් (4) ග්ලූකෝස්

3. රනිල හා මාෂ භෝගවල අඩංගු වන අසම්පූර්ණ ප්‍රෝටීනයකි.
   (1) ලෙගියුමීන් (2) කේසීන් (3) ඇල්බියුමින් (4) මයොසින්

4. ඒක අසංතෘප්ත මේද අම්ලයකි.
   (1) ඇරකිඩොනික් අම්ලය. (2) ඔලෙයික් අම්ලය.
   (3) ලිනොලෙනික් අම්ලය (4) ලිනොලෙයික් අම්ලය.

5. විටමින් B_2 හා විටමින් B_6 හි රසායනික නාම පිළිවෙළින් දැක්වෙන්නේ,
   (1) තයමින් හා රයිබොෆ්ලේවින් ය. (2) නිකොටනික් හා පෝලික් අම්ල ය.
   (3) රයිබොෆ්ලේවින් හා පිරිඩොක්සින් ය. (4) බීටා කැරොටින් හා ටොකොෆෙරෝල් ය.

6. ශීතාද රෝගය, විදුරු මස් ඉදිමීම, නීරක්තිය, තුවාල සුවවීම ප්‍රමාදවීම වැනි ඌණතා රෝග සහ ඌණතා ලක්ෂණ පෙන්නුම් කරන්නේ,
   (1) පොලික් අම්ලය ඌණ වීමෙනි. (2) සයනොකොබැලමින් ඌණ වීමෙනි.
   (3) බයොටින් ඌණවීමෙනි. (4) ඇස්කොබික් අම්ලය ඌන වීමෙනි.

Past Papers Wiki

7. ආහාර වේලෙහි විටමින් D සහ කැල්සියම් ඌනතාවය නිසා ඇතිවන රෝගී තත්වය කුමක් ද?
(1) හෘදයාබාධ (2) නීරක්තිය (3) බෙරි බෙරියාව (4) ඔස්ට්‍රියෝ පොරෝසිස්

8. මින් වැඩිම යකඩ ප්‍රතිශතයක් අඩංගු පලා වර්ගය වන්නේ,
(1) කොළ ගෝවා (2) මුකුණුවැන්න (3) නිවිති (4) තම්පලා

9. ප්‍රතිඔක්සිකාරකයක් ලෙස හා එන්සයිම නිෂ්පාදනයට උපකාරී වන ඛනිජ වර්ගයකි.
(1) සින්ක් (2) සෙලේනියම් (3) සල්ෆර් (4) සෝඩියම්

10. සිරුරේ අම්ල භෂ්ම තුලනය සහ ජල තුලනය පවත්වා ගැනීමට අත්‍යවශ්‍ය ඛනිජ වර්ගයකි.
(1) සෝඩියම් (2) පොටෑසියම් (3) ප්ලෝරයිඩ් (4) මැග්නීසියම්

11. නොපිසූ ආහාරයක් ලෙස පරිභෝජනය කළ විට වැඩි ශක්ති ප්‍රමාණයක් සපයන ආහාරය මින් කුමක් ද?
(1) කජු (2) පොල් (3) කැරට් (4) අලිගැටපේර

12. චීස් කැබැල්ලක් ආහාරයට ගත් චානුවීගේ ජීර්ණයේ අවසාන ඵලය වනුයේ,
(1) මේද අම්ල හා ග්ලිසරෝල් ය. (2) ග්ලූකෝස් හා ග්ලැක්ටෝස් ය.
(3) ඇක්ටෝස් හා ග්ලූකෝස් ය. (4) ඇමයිනෝ අම්ල හා ග්ලිසරෝල් ය.

13. බාහිරාස්‍රැතිය සිදුවන්නේ මින් කුමන අවස්ථාවේදී ද?
(1) කේක් බේක් කිරීම. (2) දෝසි සෑදීම
(3) බතල තැම්බීම (4) මාළු ස්ටු කිරීම.

14. පහත සඳහන් පිසීමේ ක්‍රම අතුරින් පෝෂ්‍යපදාර්ථ වඩාත්ම ආරක්ෂා වන පිසීමේ ක්‍රමය නම්,
(1) ගැඹුරු තෙලේ බැදීම ය. (2) කබලේ පිළිස්සීම ය.
(3) වාෂ්පයෙන් තැම්බීම ය. (4) ජලයේ බහා තැම්බීම ය.

15. පිළිවෙළින් විකිරණය හා සන්නයනය යන තාප සංක්‍රාමණ ක්‍රම මගින් පිසීම සිදුවන අවස්ථා දෙකකි.
(1) මස් ග්‍රිල් කිරීම හා රොටි තැම්බීම. (2) ඉදිආප්ප තැම්බීම හා හැලප තැම්බීම.
(3) මාළු ස්ටුව හා හැලප තැම්බීම. (4) බත් පිසීම හා අල බැදුම

16. ආමාශයික යුෂයේ අඩංගු එන්සයිම වර්ග පමණක් අයත් පිළිතුර කවරේ ද?
(1) රෙනින්, ටයලින්, ඇමයිලේස්, ඉන්සියුලින් (2) ලයිපේස්, ට්‍රිප්සින්, ටයලින්, රෙනින්
(3) ටයලින්, පෙප්සින්, ඇමයිලේස්, රෙනින් (4) පෙප්සින්, රෙනින්, ට්‍රිප්සින්, ලයිපේස්

17. ආහාර ජීර්ණ ක්‍රියාවලියේ දී පිෂ්ඨය සරල තත්ත්වයට බිඳ හෙළීමේ දී එන්සයිමය ප්‍රතික්‍රියා සඳහා උපයෝගී වන්නකි.
(1) වාතය (2) ඔක්සිජන් (3) ජලය (4) මියුසින්

18. ආමාශය තුළ දී ජීර්ණය ආරම්භ වන පෝෂ්‍ය පදාර්ථයකි.
(1) කාබෝහයිඩ්‍රේට් (2) ප්‍රෝටීන් (3) විටමින් (4) මේදය

19. ස්‍යුනිකා උත්තේජක හෝමෝනය ස්‍රාවය කරනුයේ,
(1) තයිරොයිඩ් ග්‍රන්ථියෙනි. (2) අධිවෘක්ක ග්‍රන්ථියෙනි.
(3) පිටියුටරි ග්‍රන්ථියෙනි. (4) ඩිම්බකෝෂ මගිනි.

20. ගර්භණී අවධියේ ඇතිවිය හැකි සුළු ආබාධයකි.
(1) දියවැඩියාව (2) ඇඳුම (3) සංජානනීය රෝග (4) මලබද්ධය

21. මාතෘ සායනයකට සහභාගි වන ගැබිණි මවක් මුල් දිනයේ පමණක් සිදුකරනු ලබන පරීක්ෂාවකි,
(1) බර මැනීම (2) මූත්‍රා පරීක්ෂණය
(3) උස මැනීම (4) රුධිර පීඩනය පරීක්ෂා කිරීම.

22. සාමාන්‍ය කාන්තාවකට වඩා ගර්භණී මවකගේ පෝෂණ අවශ්‍යතාව වැඩි වුව ද දෛනික පෝෂණ අවශ්‍යතා සටහනෙහි වෙනසක් නොදක්වන පෝෂණ අවශ්‍යතාවය කුමක් ද?
(1) යකඩ (2) ශක්තිය (3) ෆෝලික් අම්ලය (4) ප්‍රෝටීන්

23. ශ්‍රී ලාංකික නිරෝගී සාමාන්‍ය දරුවකුගේ උපත් බර ඇතුළත් පිළිතුර වන්නේ,
(1) කිලෝග්‍රෑම් 2.2 – 3.5 (2) කිලෝග්‍රෑම් 1.8 – 4.0
(3) කිලෝග්‍රෑම් 2.5 – 3.5 (4) කිලෝග්‍රෑම් 2.0 – 3.0

24. පංච සංයුජ එන්නත (පෙන්ටාවේලන්ට් එන්නත) මඟින් වළක්වන රෝගයකි.
(1) සරම්ප (2) ගලපටලය (3) ජර්මන් සරම්ප (4) කම්මුල්ගාය

25. නවජ දරුවා (Neonate) යනුවෙන් හැඳින්වෙන්නේ,
(1) උපතේ සිට දින 07ක් තුළ දරුවා (2) උපතේ සිට දින 14ක් තුළ දරුවා
(3) උපතේ සිට දින 28ක් තුළ දරුවා (4) පළමු වසර තුළ දරුවා

26. යොවුන් වියේ දරුවන් තුළ දැකිය හැකි චිත්තවේගීය ලක්ෂණයක් නොවන්නේ,
(1) සතුට (2) තෘප්තිමත් බව (3) ජයග්‍රහණය (4) අනුකරණය

27. දරුවන් තුළ පිළිබිඹු කරන ලක්ෂණ කිහිපයක් පහත දැක්වේ.
A - තර්ක කිරීමට පෙළඹේ.
B - හුදකලාව සිටීමට ප්‍රිය කරයි.
C - නව විලාසිතා අනුකරණය කරයි.
D - සැමවිටම මව පසුපස සිටියි.
මින් යොවුන්වියට සුවිශේෂී ලක්ෂණ ඇතුළත් අක්ෂර වනුයේ,
(1) A හා D ය. (2) A හා C ය. (3) B හා D ය. (4) C හා D ය.

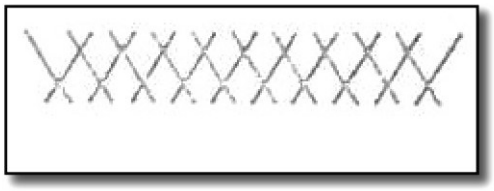
28. කෘත්‍රිම කෙඳි කාණ්ඩයට අයත් පොලිඑස්ටර් කෙන්දකි.
(1) රෙයෝන් (2) ඕර්ලෝන් (3) නයිලෝන් (4) ටෙරලීන්

29. රෙදිපිළි හා ඇඳුම් නිර්මාණ ක්‍රියාවලියේ දී අවශ්‍යවන මෙවලම් දෙකකි.
(1) දිදාලය සහ කතුර (2) රෙදි සහ රිබන්
(3) මහන යන්ත්‍රය සහ ස්ත්‍රික්කය (4) රේන්ද සහ සන්නාලි හුණු

30. මැසීමේදී සමාන බවක් පෙන්නුම් කරනු ලබන විසිතුරු මැහුම් ක්‍රම දෙකකි.
(1) සැටින් මැස්ම හා ලේසිඩේසි මැස්ම (2) බ්ලැන්කට් මැස්ම හා බුලියන් මැස්ම
(3) දම්වැල් මැස්ම හා ලේසිඩේසි මැස්ම (4) නැට් මැස්ම හා කතිර මැස්ම

31. රූපයේ දක්වා ඇති මැහුම් ක්‍රමය වන්නේ,

(1) දිග කොට මැස්ම
(2) හුරුළු කටු මැස්ම
(3) කතිර මැස්ම
(4) සැටින් මැස්ම



32. අක් සැරසිල්ලක් නොවන පිළිතුර තෝරන්න.

(1) රේන්ද ඇල්ලීම (2) බඳන යෙදීම (3) රැළි පටි ඇල්ලීම (4) බොත්තම් ඇල්ලීම

33. ළදරු ඇඳුමක කර, වාටිය, අත්කට අලංකාර කර ගැනීමට භාවිත කරන අලංකාර මැහුම් ක්‍රමයකි.

(1) දම්වැල් මැස්ම (2) බ්ලැන්කට් මැස්ම (3) පිරවිලි මැස්ම (4) කතිර මැස්ම

34. ළදරු ඇඳුම මැසීමේ අනුපිළිවෙළ වන්නේ,

(1) කර, වාටිය, උරහිස, අත්කට, විවරය (2) උරහිස, වාටිය, කර, විවරය, අත්කට
(3) විවරය, කර, වාටිය, අත්කට, උරහිස (4) උරහිස, විවරය, කර, අත්කට, වාටිය

35. හුරුළු කටු මැස්ම හඳුන්වන නමක් නොවන්නේ කුමක් ද?

(1) මාළු කටු මැස්ම (2) හෙරින්බෝන් මැස්ම (3) සැටින් මැස්ම (4) සෙවණැලි මැස්ම

36. අන්තර්මාධ්‍යමික වර්ණ ගැළපුම තෝරන්න.

(1) කහ තැඹිලි, කහ කොළ (2) තද රතු, නිල් දම්
(3) කහ තැඹිලි, කොළ (4) සුදු, කහ රතු

37. සිරස් රේඛා මගින් පෙන්නුම් කරන හැඟීම් ඇතුළත් පිළිතුර තෝරන්න.

(1) උස් බව, සෘජු බව, ශක්තිමත් බව (2) තැන්පත් බව, නිශ්චල බව, ශාන්ත බව
(3) කලබලකාරී බව, ක්‍රියාශීලී බව, චලනය (4) නොසන්සුන් බව, ක්‍රියාශීලී බව, තැන්පත් බව

38. මානව සම්පත් පමණක් අයත් පිළිතුර වනුයේ,

(1) ශ්‍රමය, කාලය, විදුලිය, ඉන්ධන (2) දැනුම, ආකල්ප, කුසලතා, ශ්‍රමය
(3) කාලය, විදුලිය, ඉන්ධන, ප්‍රජා පහසුකම් (4) ඉඩකඩ, දැනුම, විදුලිය, ජලය

39. උපාංග යනුවෙන් අදහස් වන්නේ,

(1) අදාළ කාර්යයට අමතරව තවත් දේ සඳහා ගනු ලබන දේය.
(2) නිවස සංවිධානයේ දී නිවස අලංකාරයට සහ ක්‍රියානුරූපීබව ගෙන දෙන දෑය.
(3) නිවාස අලංකාරයට ගනු ලබන දේය.
(4) නිවසේ එක් එක් කොටස් එකිනෙකට යාබදව සකසන දේය.

40. ජනෙල් හා දොරවල්වලට ඉහළින් වා කවුළු නිර්මාණය කිරීමේ ප්‍රධාන අරමුණ වන්නේ,

(1) සිසිල් වාතය ඇතුළු වීමට සැලැස්වීම ය. (2) ආලෝකය හොඳින් ලබා ගැනීමට ය.
(3) උණුසුම් වාතය පිටවීමට සැලැස්වීමය. (4) පෞද්ගලිකත්වය රැක ගැනීමටය.

Past Papers Wiki

සියලුම හිමිකම් ඇවිරිණි/முழுப் பதிப்புரிமையுடையது/All Rights Reserved

දකුණු පළාත් අධ්‍යාපන දෙපාර්තමේන්තුව
தென் மாகாணக் கல்வித் திணைக்களம்
Department of Education, Southern Province

අවසාන වාර පරීක්ෂණය - 2025
இறுதி தவணைப் பரீட்சை - 2025 / Year End Term Test - 2025

ශ්‍රේණිය தரம் Grade	11	**ගෘහ ආර්ථික විද්‍යාව - II**	කාලය நேரம் Time

නම பெயர் Name ..... විභාග අංකය சுட்டிலக்கம் Index No. .....

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

---

1) පහත සිද්ධිය අධ්‍යයනය කර, දී ඇති ප්‍රශ්නවලට කෙටි පිළිතුරු ලියන්න.

මේඝනාද මධ්‍ය මහා විද්‍යාලයේ ගෘහ ආර්ථික විද්‍යා සංගමය මගින් ප්‍රදර්ශනයක් සහ අලෙවිසැලක් පැවැත්වීමට තීරණය කරන ලදී. එදින පරිරක්ෂණය කළ ආහාර මෙන් ම, එවේලෙහි සකසන ලද ආහාර වර්ග අලෙවි කිරීමටත්, ආහාර ජීර්ණය, ශ්‍රී ලංකාවේ පෝෂණ ගැටළු මෙන්ම දරුවකු මව්කුස පිළිසිඳ ගැනීමේ සිට යොවුන් විය දක්වා වර්ධනය පිළිබඳ පුළුල් දැනුවත් කිරීම් ද, ගෘහීය රෙදිපිළි හා ළදරු, ළමා ඇඳුම්, අපතේ යන ද්‍රව්‍ය යොදා කළ නිර්මාණ හා මල්සැකසුම් ප්‍රදර්ශනය කිරීම ද තීරණය විය.

(i) මෙම ප්‍රදර්ශනයේ දී එවේලෙහිම සකස්කර අලෙවි කළ හැකි ආහාර වර්ග හතරක් නම් කරන්න.

(ii) අලෙවිකළ හැකි පරිරක්ෂිත ආහාර දෙකක් සහ ඊට යෙදූ පරිරක්ෂණ කාරක දෙකක් නම් කරන්න.

(iii) ආහාර ජීර්ණයේ දී උපකාරී වන ජීර්ණ යුෂ ස්‍රාවය කරන ඉන්ද්‍රිය දෙකක් නම් කරන්න.

(iv) පෝෂණ ඌණතා රෝග දෙකක් නම් කරන්න.

(v) කලාමූලිකාංග නම් කරන්න.

(vi) මෙම ප්‍රදර්ශනය සංවිධානය කිරීමේදී උපකාරී වන මානව සම්පත් දෙකක් නම් කරන්න.

(vii) ප්‍රදර්ශනය කරන ළමා ඇඳුම් සඳහා යෙදිය හැකි ශිල්පීය මැහුම් ක්‍රම දෙකක් ලියන්න.

(viii) ප්‍රදර්ශනයට එක් කළ හැකි ගෘහීය රෙදිපිළි දෙකක් හා උපාංග දෙකක් නම් කරන්න.

(ix) ලිංගිකව සම්ප්‍රේෂණය වන ආසාදනවල ලක්ෂණ දෙකක් ලියන්න.

(x) නිවසේදී දරුවන්ට සිදුවිය හැකි අනතුරුවලින් බහුලව සිදුවිය හැකි අනතුරු දෙකක් ලියන්න.

2) (i) කපු රෙදි වර්ග ළදරු ඇඳුම් සඳහා යෝග්‍යවීමට හේතු තුනක් ලියන්න.

(ii) ළමා ගවුමේ පතොරම ඇඳීමට අවශ්‍ය මිමි ගණනය කිරීමේ දී පපුව වටා මිමිම 60cm නම් ඉදිරිපස මිමිම නිවැරදිව ගණනය කර දක්වන්න.

(iii) විකර්ණාකාර පටියක් කපා මූට්ටු කරගන්නා ආකාරය රූප සටහන් මගින් පියවර හතරකින් දක්වන්න.

3) (i)

එළවළු මිශ්‍ර කුරක්කන් පිට්ටු
මාළු කිරි හොදි
තක්කාලි සලාද

ඉහත ආහාර වේල වඩාත් සුදුසු වන්නේ කුමන රෝගී තත්වයෙන් පෙළෙන කෙනෙකුට ද?

(ii) මෙම ආහාර වර්ග තුනෙහි පෝෂණ අගයන් දක්වන්න.

(iii) A. ප්‍රධාන ආහාර පිසීමේ ක්‍රමය නම් කරන්න.

B. මෙම ආහාර වේල නිර්මාංශ පුද්ගලයෙකුට උචිත ලෙස බොජුන්පතේ කළ හැකි වෙනස්කම් දෙකක් ලියන්න.

4) (i) ආහාරවල ගුණාත්මක ලක්ෂණ තුනක් සඳහන් කරන්න.

(ii) අලුත් අවුරුදු උත්සවය, තෛපෝංගල් උත්සවය, රාමසාන් උත්සවය යන උත්සවවලට ආවේනික කෑම වර්ග එකකට එක බැගින් තුනක් ලියා ඒවා පිසීමේ ක්‍රම සඳහන් කරන්න.

(iii) පහත සඳහන් මාතෘකා අතරින් ඔබ කැමති දෙකකට කෙටි සටහන් ලියන්න.

A මූලස්ථ පරිවෘත්තිය වේගය
B ක්ෂුද්‍ර ජීවීන්
C උපස්ථරය
D නීරක්තිය
E P^Hඅගය

5) (i) නිවාස සැලසුම් ඇඳීමේ දී අවධානය යොමු කළ යුතු කරුණු තුනක් ලියන්න.

(ii) ඔබේ පන්තිකාමරය තුළ පිළිබිඹුවන මෝස්තර මූලධර්ම තුනක් නම් කර අදාළ ස්ථාන කවරේදැයි දක්වන්න.

(iii) ඔබේ ගෙවත්ත අලංකාර කිරීමේදී අවධානය යොමු කළ යුතු කරුණු හතරක් සඳහන් කර ඊට උදාහරණය බැගින් ලියන්න.

6) (i) ගර්භණී අවධියේ දී බලපෑම් ඇති කළ හැකි අවධානම් සාධක තුනක් ලියන්න.

(ii) පූර්ව ප්‍රසව සංවර්ධන අවධි නම් කරන්න.

(iii) පහත මාතෘකා අතරින් ඔබ කැමති දෙකක් සඳහා කෙටි සටහන් ලියන්න.

A - ගර්භණීභාවය
B - අධිරෝපණය
C - ආරය
D - ආර්තවහරණය

7) (i) ළදරු වාලක වර්ධනය මාස 7 – 8 කාලවලදී පෙන්නුම් කරන වාලක හැකියා දෙකක් ලියන්න.

(ii) දරුවාට ආහාර ගැනීමට පුරුදු කිරීමේදී අවධානය යොමු කළ යුතු වැදගත් කරුණු තුනක් සඳහන් කරන්න.

(iii) දරුවකුට මව්කිරි දීම නිසා මවට සැලසෙන වාසි දෙකක් හා දරුවාට ලැබෙන ප්‍රයෝජන දෙකක් ලියන්න.

PAST PAPERS WIKI
WWW.PastPapers.WiKi

Downloaded From Past Papers WiKi - Sri Lanka's Largest Past Paper Bank