



11. ලදරු අවධිය සඳහා සුදුසු අර්ධ ඝන ආහාරයකි.  
 (1) පලතුරු පල්ප (2) කොළ කැඳ (3) තැම්බූ බිත්තර (4) ඉඳුණු අඹ
12. නිරක්තියේ රෝග ලක්ෂණයක් නොවන්නේ,  
 (1) අලස බව (2) සුදුමැලි වීම  
 (3) හෘද ස්පන්දනයන් වේගවත් වීම (4) නිතර කුසගිනි දැනීම
13. ආහාර ජීර්ණය කෙරෙහි බලපාන සාධකයක් නොවන්නේ,  
 (1) ජීව විද්‍යාත්මක සාධක (2) භෞතික සාධක  
 (3) සානසික සාධක (4) රසායනික සාධක
14. බැක්ටීරියා වර්ධනයට වඩාත් සුදුසු මාධ්‍යයකි.  
 (1) ජලය (2) කිරි (3) පැණි ද්‍රාවණය (4) ලුණු ද්‍රාවණය
15. ශීතකරණය තුළ පලතුරු ගබඩා කළ යුතු උෂ්ණත්වය වන්නේ,  
 (1)  $7^{\circ}\text{C} - 10^{\circ}\text{C}$  අතරය. (2)  $4^{\circ}\text{C} - 8^{\circ}\text{C}$  අතරය.  
 (3)  $5^{\circ}\text{C} - 7^{\circ}\text{C}$  අතරය. (4)  $-18^{\circ}\text{C}$  ට අඩු
16. තෙල් ආලේපයෙන් පිසීම සඳහා යොදා ගන්නා ආහාර වර්ග දෙකක් වනුයේ,  
 (1) බේකන් හා කට්ලට් ය. (2) පපඩම් හා කොකිස් ය.  
 (3) මාළු පෙති හා අල පෙති ය. (4) පෑන් කේක් හා ඔම්ලට් ය.
17. නිර්මාණ ආහාර පමණක් ගන්නා අයෙකුගේ දෛනික පෝෂණ අවශ්‍යතාවය සම්පූර්ණ කර ගැනීමට එම ආහාර වේලෙහි එක් කළ යුතු ආහාර වර්ග ඇතුළත් කාණ්ඩය වනුයේ,  
 (1) කරවල, නිවිනි, දඹල, බිත්තර  
 (2) ඉස්සන්, සෝයා මීට්, කවිපි, මුං ඇට  
 (3) හාල් මැස්සන්, කොස්, සෝයා, දඹල  
 (4) කවිපි, සෝයා මීට්, මුං ඇට, බිම්මල්
18. පූර්ව ප්‍රසව සංවර්ධන අවධි පිළිවෙලින් දැක්වෙනුයේ,  
 (1) ඩිම්භ අවධිය, හුණු අවධිය, කලල අවධිය  
 (2) කලල අවධිය, ඩිම්භ අවධිය, හුණු අවධිය  
 (3) ඩිම්භ අවධිය, කලල අවධිය, හුණු අවධිය  
 (4) හුණු අවධිය, කලල අවධිය, ඩිම්භ අවධිය
19. ලදරුවෙකුට පරිපූර්ණ ආහාර එක් කළ යුතු වයස් සීමාව වන්නේ,  
 (1) මාස 06 දී ය. (2) මාස 08 දීය. (3) මාස 10 දීය. (4) මාස 05 දීය.
20. දරුවකු මෙලොවට බිහි වීමෙන් පසු මවට එරෙන මුල්ම කිරි හඳුන්වන්නේ,  
 (1) කොලෙස්ට්‍රම් ලෙසය. (2) කොලෙස්ටරෝල් ලෙසය.  
 (3) ප්‍රෝලැක්ටීන් ලෙසය. (4) ලැක්ටෝජන් ලෙසය.
21. මව්කිරි නිපදවීම උත්තේජනය කරන හෝර්මෝනය වන්නේ,  
 (1) තයිරොක්සින් (2) ටෙස්ටෝස්ටරෝන්  
 (3) ප්‍රෝලැක්ටීන් (4) ඉන්සියුලින්

22. ගර්භණී මවකට මාතෘ සායනයේ දී එක් වරක් පමණක් කරනු ලබන පරීක්ෂණය,  
 (1) උස මැනීමය. (2) බර මැනීමය  
 (3) මුත්‍රා පරීක්ෂා කිරීමය. (4) රුධිර පරීක්ෂා කිරීමය.
23. ගර්භණී මවට ලබා දිය යුතු එන්තනකි.  
 (1) රුබෙල්ලා (2) පිටගැස්ම (3) කම්මුල්ගාය (4) හෙපටයිටිස්
24. ගර්භණී කාලයේ දී බලපෑම් ඇති කළ හැකි අවදානම් සාධක නොවන්නේ,  
 (1) අධිරුධිර පීඩනය (2) වමනය (3) ඇඳුම (4) සමාජ රෝග
25. යුක්තානුවක අඩංගු වර්ණ දේහ ප්‍රමාණය  
 (1) 22 (2) 23 (3) 25 (4) 46
26. ටෙස්ටෝස්ටෙරෝන් හෝර්මෝනය ස්‍රාවය වන්නේ,  
 (1) පිටියුටරි ග්‍රන්ථයෙනි. (2) වෘෂණ මගිනි.  
 (3) අධිවෘක්ක ග්‍රන්ථි මගිනි. (4) පුරස්ථ ග්‍රන්ථයෙනි.
27. පූර්ව ප්‍රසව සංවර්ධන අවධියේදී කලලයේ පෝෂණය සැපයීම සඳහා සකස් වී ඇති ව්‍යුහමය කොටස වන්නේ,  
 (1) අන්තෘජදය යි. (2) ඇම්නියෝටික් කුහරය යි.  
 (3) කලල බන්ධනය යි. (4) පෙකණි වැලයි.
28. මූට්‍රිචුක අද්දරක් නිම කිරීම සඳහා යෙදිය හැකි මැහුම් ක්‍රමයකි.  
 (1) පිස්මේන්තු මැස්ම (2) හුරුළු කටු මැස්ම  
 (3) බැලැන්කට් මැස්ම (4) දම්වැල් මැස්ම
29. නූල් සංඛ්‍යාව ගණන් කළ හැකි රෙදි වර්ගයක හෝ එයාටෙක්ස්, ජාවා, අයිඩා වැනි කොටු සහිත රෙද්දක මැසිය හැකි මැහුම් ක්‍රමයකි.  
 (1) කතිර මැස්ම (2) නැටි මැස්ම  
 (3) හුරුළු කටු මැස්ම (4) සැටින් මැස්ම
30. කොට්ට උර හා කුෂන් කවර හා දෙපොටක් සහිත උපාංග නිර්මාණයේ දී යොදන මූට්‍රිචුකි.  
 මෙය ශක්තිමත් ය. මැසු පසු හොඳ පිටට නොපෙනෙයි. එම මූට්‍රිචුක නම්  
 (1) විවෘත පැතලි මූට්‍රිචුකයි. (2) ප්‍රංශ මූට්‍රිචුකයි.  
 (3) අතිවිෂාදන මූට්‍රිචුකයි. (4) පැතලි මූට්‍රිචුකයි.
31. පතරොම භාවිතා කර ඇඳුමක් කැපීමේ නිවැරදි අනුපිළිවෙළ වන්නේ,  
 (1) පතරොම ඇතිරීම, අල්පෙනිති ගැසීම, දක්කු රේඛා සලකුණු කිරීම, කැපීම  
 (2) පතරොම ඇතිරීම, කැපීම, අල්පෙනිති ගැසීම, දක්කු රේඛා සලකුණු කිරීම,  
 (3) පතරොම ඇතිරීම, අල්පෙනිති ගැසීම, දක්කු රේඛා සලකුණු කිරීම, මැසීම  
 (4) පතරොම ඇතිරීම, අල්පෙනිති ගැසීම, කැපීම, දක්කු රේඛා සලකුණු කිරීම
32. ශිෂ්‍යාවක් සකස් කළ වැකි කිහිපයක් පහත දැක්වේ.  
 (1) මෝස්තරයක යම් හැඩතලයක් පිරවීම සඳහා යොදා ගත හැකි මැහුම් ක්‍රමයකි. දිග කොට මැස්ම  
 (2) බිලැන්කට් මැස්ම හා බොක්කම් කාස මැස්ම යනු එකම මැහුම් ක්‍රමයකි.  
 (3) කියුප්‍රා ඇමෝනියම් රෙයොන් කෘත්‍රිම කෙඳි වර්ගයකි.  
 (4) ලඳරු ඇඳුම සඳහා යොදා ගන්නා එකම මූට්‍රිචුක විවෘත පැතලි මූට්‍රිචුකයි.

33. ළමා ගවුමක් නිර්මාණය කිරීමේ දී සැලකිලිමත් විය යුතු ලක්ෂණයකි.
- (1) පියවීම සඳහා ටේප් යෙදීම
  - (2) ඇඳුමේ මුට්ටු සඳහා පැතලි මුට්ටුව යෙදීම
  - (3) ලිහිල්ව මසා තිබීම
  - (4) ඇඳුමේ අලංකාරණය සඳහා කුඩා මොස්තරයක් යෙදීම
34. ළමා ගවුමේ පිටුපස විවරය ඉණ දක්වා මසා නිම කිරීමේ දී විවරය මැසිය හැකි ක්‍රම දෙකකි.
- (1) දිග්ගැස්සු විවරය හෝ මුහුණ තලා වාටිය යෙදීම
  - (2) මුහුණ තලා වාටිය යෙදීම හෝ අමුතුවෙන් පටි අල්ලා මහන විවරය
  - (3) බලපෝරු විවරය හෝ මුහුණතලා වාටිය යෙදීම
  - (4) බලපෝරු විවරය හෝ දිග්ගැස්සු විවරය යෙදීම
35. ළමා ගවුම මැසීමේ දී යොදන ලද මැහුම් ක්‍රම පිළිබඳ ප්‍රකාශ කිහිපයක් පහත දැක්වේ.
- A - කඳ කොටසේ ඉණ සිට ඉහළට ආර මැසීම
- B - සාය සඳහා යටිකුරු පොළව් යෙදීම
- C - අලංකාර කිරීම සඳහා දම්වැල් මැස්ම හා සැටින් මැස්ම යොදා ගැනීම
- D - සායෙහි වාටිය මැසීම සඳහා වාටි මැස්ම යොදා ගැනීම
- (1) A හා C ය.      (2) B හා D ය.      (3) C හා D ය.      (4) A හා B ය.
36. පවුලේ ජීවන වක්‍රයේ අවසාන අවස්ථාව වනුයේ,
- (1) ඒකාබද්ධ අවධිය      (2) සංකෝචක අවධිය
  - (3) වර්ධක අවධිය      (4) ආරම්භක අවධිය
37. නිවසකට ස්වභාවික ආලෝකය ලබාදෙන ක්‍රමයකි.
- (1) මිදුල      (2) වහල      (3) මැද මිදුල      (4) වාකවුළු
38. ළමයා සමාජයට උචිත පරිදි මුලින්ම සමායෝජනය කරනු ලබන්නේ,
- (1) පවුල තුළිනි.      (2) සමාජය තුළිනි.
  - (3) පාසල තුළිනි.      (4) නිවස තුළිනි.
39. නිවසක් සැලසුම් කිරීමේ දී සැලකිලිමත් විය යුතු කරුණු වන්නේ,
- (1) භූමිය, පවුලේ අවශ්‍යතා, නිවසේ විවිධ කොටස්, ආලෝකය හා වාතාශ්‍රය
  - (2) භූමියේ ප්‍රමාණය, පරිසරයේ වටිනාකම, පොදු පහසුකම්
  - (3) සාමාජික සංඛ්‍යාව, වයස් මට්ටම්, ස්ත්‍රී පුරුෂ භාවය
  - (4) ඉඩමේ නිරවුල් බව, පසේ ස්වභාවය, සාමාජික සංඛ්‍යාව
40. බහු කාර්යය ඒකක වශයෙන් හැඳින්විය හැක්කේ,
- (1) ආලින්දය අසල කැම කාමරය සැලසුම් කිරීම
  - (2) විසිත්ත කාමරයට යාබදව මුළුතැන් ගෙය සැලසුම් කිරීම
  - (3) නිදන කාමරයට යාබදව නාන කාමරය සැලසුම් කිරීම
  - (4) විසිත්ත කාමරයේ කොටසක් ආහාර ගැනීමට යොදා ගැනීම



03. (i) අප ශරීරයේ නීරෝගී පැවැත්මට ජලයෙන් ඇති ප්‍රයෝජන 3 ක් දක්වන්න.
- (ii) පළා වර්ග ආහාරයට සැකසීමේදී එයට දෙහි යුෂ එක් කිරීමෙන් අපේක්ෂා කරන ප්‍රයෝජන 3 ක් දක්වන්න.
- (iii) (a) නීරක්තියෙන් පෙළෙන පුද්ගලයෙකු තුළ දක්නට ලැබෙන රෝග ලක්ෂණ 2 ක් සඳහන් කරන්න.
- (b) එම රෝගය නිවාරණය කර ගැනීමට ඔබ ලබා දෙන උපදෙස් 3 ක් සඳහන් කරන්න.
04. (i) ආහාර පිසීමේ ක්‍රමයක් වන "ස්ට්‍රි කිරීම" හඳුන්වන්න.
- (ii) පහත සඳහන් ආහාර වර්ගවල පිසීමේ ක්‍රමය සඳහන් කරන්න.
- |              |   |
|--------------|---|
| ඉඳි ආප්ප     | - |
| කැරමල් පුඩීම | - |
| බිස්කට්      | - |
| බුල්ස් අයි   | - |
- (iii) තාප සංක්‍රමණ ක්‍රම නම් කර කෙටියෙන් හඳුන්වන්න.
- (iv) නිර්දේශිත දෛනික පෝෂණ අවශ්‍යතා සටහනෙහි ඇතුළත්ව ඇති විටමින් වර්ග හතරක් සඳහන් කරන්න.
05. (i) ගෘහස්ථ අය වැය ලේඛනයක් පවත්වාගෙන යාමෙන් ඇති වාසි 3 ක් සඳහන් කරන්න.
- (ii) ගෘහීය සම්පත් කළමනාකරණය තුළින් ඇති වාසි තුනක් ලියන්න.
- (iii) (a) ගෘහ කළමනාකරණ ක්‍රියාවලියේ දී අනුගමනය කළ යුතු පියවර හතර නම් කරන්න.
- (b) ඉන් 2 ක් විස්තර කරන්න.
06. (i) ගර්භණී බව තීරණය කරන ලක්ෂණ 3 ක් සඳහන් කරන්න.
- (ii) ගර්භණී අවධියේ දෙවැනි ත්‍රෛමාසිකයේ දී දෛනික අවශ්‍යතා සඳහා වැඩිවිය යුතු පෝෂක හතරක් නම් කරන්න.
- (iii) (a) ගර්භණී අවධියේ දී ඇතිවන සුළු ආබාධ 3 ක් දක්වා වළක්වා ගැනීමට ගත යුතු ක්‍රියාමාර්ග එක බැගින් ලියන්න.
- (b) "නව-යෞවන අවධිය" යන්න පැහැදිලි කරන්න.
07. (i) ස්ත්‍රී හා පුරුෂ ප්‍රජනක පද්ධතියේ පහත කොටස්වලින් කෙරෙන කාර්යය දෙක බැගින් ලියන්න.
- |     |             |
|-----|-------------|
| (a) | බිම්භ කෝෂ   |
| (b) | වෘෂණ කෝෂ    |
| (c) | පැලෝපිය නාල |
- (ii) යොවුන් වියේ දරුවකුගේ මානසික වර්ධනය පෙන්වුම් කරන ලක්ෂණ තුනක් සඳහන් කරන්න.
- (iii) කෙටි සටහන් ලියන්න.
- |     |           |
|-----|-----------|
| (a) | ආර්තවභරණය |
| (b) | සංසේචනය   |

**ගෘහ ආර්ථික විද්‍යාව -  
අනුමාන ප්‍රශ්න පත්‍ර අංක 01**

**I කොටස - පිළිතුරු පත්‍රය**

01.	3	11.	1	21.	3	31.	4
02.	2	12.	4	22.	1	32.	1
03.	4	13.	1	23.	2	33.	3
04.	3	14.	2	24.	2	34.	2
05.	4	15.	1	25.	4	35.	4
06.	1	16.	4	26.	1	36.	2
07.	2	17.	4	27.	4	37.	4
08.	4	18.	3	28.	3	38.	1
09.	4	19.	1	29.	1	39.	1
10.	3	20.	1	30.	2	40.	4

(මුළු ලකුණු 1x 4 0= 40)

**අනුමාන ප්‍රශ්න පත්‍ර අංක 01**

**II කොටස - පිළිතුරු පත්‍රය**

- 01. (i) කලා මූලිකාංග - හැඩ, වර්ණය, වයනය, රේඛා (ල. 01)  
මෝස්තර මූලධර්ම - එකඟකම, තුලනය, සමානුපාතය, අවධාරණය (ල. 01)  
(මින් ඕනෑම දෙකකට )
- (ii) 11 gdl (ඩෙසිලිටර් ග්‍රෑම් 11) (ල. 02)
- (iii) දියවැඩියාව, අධික රුධිර පීඩනය, ඇදුම, සංජානනීය රෝග, සමාජ රෝග, උස අඩු ආදිය (ලකුණු  $\frac{1}{2}$  බැගින් 02)
- (iv) ඉක්මනින් නරක් නොවන, දියරමය ගතිය අඩු, ආදී ලක්ෂණ (ල. 02)
- (v) පෝෂ්‍යදායී බව  
අතුරුපසක් තිබීම (ආදී කරුණු සහිත පිළිතුරකට) (ල. 02)
- (vi) ප්‍රධාන ආහාර වේලට ගැලපෙන පිසීමේ ක්‍රමයක් හා සංවහනය, සන්නයනය, විකිරණය යන ගැලපෙන තාප සංක්‍රමණ ක්‍රමයට ලකුණු දෙන්න. (ල. 02)
- (vii) ගැලපෙන පිළිතුරකට ලකුණු දෙන්න. (ල. 02)
- (viii) බොත්තම්, රැළි පටි, රේන්ද, කෝඩි, රිබන්, බ්‍රේඩින්ස්ට් ආදී දෑ (ල. 02)
- (ix) නැවුම් හා ස්වභාවික ආහාර  
ප්‍රදේශයේ බහුල ආහාර  
ආහාරයේ ප්‍රමිතිය (ISO/ SLS)  
අලෙවිකරණ ස්ථානය ආදී කරුණු (ල. 02)
- (x) මාළු ඇඹුල් තියල්  
අඹ වටිනි  
අච්චාරු  
සීනි සම්බල  
පරිරක්ෂණ කාරක - ලුණු, විනාකිරි, ගොරකා, සීනි (ල. 02)

මුළු ලකුණු 10x2 = 10

02. (i) කපු රෙදි (මුද්‍රිත කපු රෙදි/ තනි පැහැ කපු රෙදි) (ල. 01)  
 ගුණාංග :- දහඩිය හා තෙතමනය අවශෝෂණය  
 සේදීම හා වියළීමට ඔරොත්තු දෙන  
 සැහැල්ලු බව ආදී (කරුණු 02 ට) (ල. 02)
- (ii) පතරොම නිර්මාණය හැඩය අනුව  
 ඉදිරිපස පළව හා විවරය සහිත පිටුපස පළවට වෙන වෙනම පතරොම නිර්මාණය කිරීම  
 මැහුම් වාසි ලකුණු කරන්න.  
 ඉදිරිපසට අවශ්‍ය නම් පෝරුවක් යොදා ගන්න.  
 ඉදිරිපස හා පිටුපස පළව මුට්ටු කරන්න.  
 සරල මුට්ටුව/ ප්‍රංශ මුට්ටුව යොදන්න.  
 මුට්ටුවට ගැලපෙන අක් සැරසිලි යොදා ගන්න.  
 නොමැසූ අද්දර නිම කරන්න.  
 සුදුසු ක්‍රමයකින් විවරය පියවන්න.  
 නූල් කපා ස්ත්‍රිකක කරන්න. (ල. 04)
- (iii) රේන්ද ඇල්ලීම, රැළිපටි ඇල්ලීම, පයිපිං කිරීම (ක්‍රම 2 ට ල. 01)  
 මින් එක් ක්‍රමයක් මසන අයුරු පැහැදිලි කිරීමට (ල. 02)
03. (i) සෛලවල ස්ථායීතාව පවත්වා ගැනීම  
 ආහාර ජීර්ණය, අවශෝෂණය, පරිවහනයට  
 ද්‍රාවකයක් ලෙස ක්‍රියා කිරීම  
 සිරුරේ උෂ්ණත්වය පාලනයට  
 ජලතුලනයට  
 මලපහ කිරීමේ පහසුව ආදී කරුණු 03 ට (ල. 03)
- (ii) රසවත් වීමට, පෝෂක සුරැකීමට, විටමින් C ලබාගැනීමට, යකඩ අවශෝෂණය පහසු කිරීමට  
 ආදී කරුණු 03 ට (ල. 03)
- (iii) (a) විඩාව, අලස බව, වර්ධනය හීන වීම, අධික වෙහෙස, හෘද ස්පන්දන වේගය වැඩි  
 වීම, මතක ශක්තිය අඩු වීම, ලෙඩ රෝග පහසුවෙන් වැළඳීම  
 ආදී කරුණු 02 ට (ල. 01)
- (b) සත්ත්වමය ආහාර නිතර ආහාර වේලට එක් කිරීම  
 විටමින් C බහුල අලුත් එළවළු, පලතුරු ආහාරයට එක් කිරීම  
 ප්‍රෝටීන අඩංගු ආහාර නිතර ආහාරයට ගැනීම  
 ආහාර ගෙන පැය  $\frac{1}{2}$  ක් යනතෙක් තේ, කෝපි ආදිය පානය නොකිරීම  
 වැනි කරුණු 03 කට (ල. 03)
04. (i) ස්ට්‍රි කිරීම යනු, ජලය නටන උෂ්ණත්වයට වඩා මදක් අඩු උෂ්ණත්වයකින් දියර යොදා  
 ගනිමින් දිගු වේලාවක් තුළ පියන වසා පිස ගැනීමයි. (ල. 03)
- (ii) ඉදි ආප්ප - උඳු වාෂ්පයෙන් තැම්බීම  
 කැරමල් පුඩීම - වක් වාෂ්පයෙන් තැම්බීම  
 බිස්කට් - පෝරණුවේ පිළිස්සීම  
 බුල්ස් අයි - තෙල් ආලේපයෙන් බැඳීම (ල. 02)



- (iii) සන්නයනය - සන ද්‍රව්‍යයක අංශුවෙන් අංශුවට තාපය ගමන් කිරීමයි  
සංවහනය - බඳුනක පහළ ඇති අංශු රත් වී සැහැල්ලු වී ඉහළට ගමන් කරයි. එය අවකාශය පිරවීමට ඉහළ ඇති සිසිල් අංශු පහළට ගමන් කරයි.  
විකිරණය - මාධ්‍යයක් රහිතව හෝ සහිතව කිරණ මගින් තාපය ගමන් කිරීමයි. (ල. 03)
  - (iv) විටමින් A, විටමින් B<sub>1</sub>, විටමින් B<sub>2</sub>, විටමින් B<sub>3</sub>, විටමින් B<sub>6</sub>, විටමින් B<sub>12</sub>, ඛයෝටින්, විටමින් C ආදී පිළිතුරු 4ට (ල. 02)
05. (i) විවිධ වියදම් සඳහා වැයවන මුදල් ප්‍රමාණය දැනගත හැකි වීම  
අත්‍යවශ්‍ය වියදම්වලට ප්‍රමුඛතා ලබා දීමට  
ආදායමට සරිලන වියදමට මඟ පෙන්වීම  
ඉතිරි කිරීම (කරුණු 03ට) (ල. 03)
- (ii) පවුලේ අවශ්‍යතා හා අපේක්ෂා ඉටු වීම  
මානසික සුවය ලැබීම  
අනෝන්‍ය අවබෝධය ලබා ගැනීම  
පවුලේ සමගිය හා සහයෝගීතාව (කරුණු 03ට) (ල. 03)
- (iii) (a) සැලසුම් කිරීම  
සංවිධානය කිරීම  
ක්‍රියාත්මක කිරීම  
ඇගයීම (ල. 02)
- (b) සැලසුම් කිරීම- ගෘහ කාර්යයන් කාර්යක්ෂමව ඉටු කිරීමට කාර්යය සටහනක්, ශ්‍රම සටහනක්, අයවැය ලේඛනයක් සකස් කිරීම  
සංවිධානය - අපේක්ෂිත අරමුණු ඉටු කර ගැනීමට සම්පත් තෝරා ගැනීම, උපරිමයෙන් ඒවා උපයෝගී කර ගැනීම, හැසිරවීම  
ක්‍රියාත්මක කිරීම - තමන් සංවිධානය කළ කාර්යයන් ක්‍රියාවේ යෙදවීමයි.  
ඇගයීම - සමස්ත ක්‍රියාවලියේම සාර්ථකත්වය සොයා බැලීමයි.
06. (i) ආර්තවය නතර වීම  
උදරය විශාල වීම  
කැම අරුවිය හා උදැසන ඔක්කාරය  
නිතර මුත්‍රා පිට කිරීමේ අවශ්‍යතාවය (ල. 03)
- (ii) ශක්තිය, ප්‍රෝටීන්, සින්ක්, අයඩින්, විටමින් A, විටමින් B<sub>1</sub>, විටමින් B<sub>2</sub>, ෆෝලික් අම්ලය (පෝෂක 04 කට ල. 02)
- (iii) (a) වමනය - නිවැරදි ආහාර පුරුදු ඇති කරලීම  
මල බද්ධය - තන්තු බහුල ආහාර, එළවළු, පලතුරු එක් කිරීම  
පාද ඉදිමුම- අඩි උස පාවහන් නොපැළඳීම, විවේකය  
ආහාර අරුවිය - නිවැරදි ආහාර පුරුදු ඇති කරලීම (ල. 03)
- (b) ළමා වියත් වැඩිහිටිවියත් අතර අතරමැදි කාලයයි. නව යෞවන වයස් සීමාව ලෙස අවු. 10 - 19 ත් අතර කාලය අයත් වේ. මෙය කොටස් 03 ට බෙදේ. කරුණු විස්තර කිරීමට (ල. 02)

07. (i) (a) ඩිම්භ කෝෂ- ඩිම්භ පරිණතිය, ඩිම්භ මුදා හැරීම, හොර්මෝන නිෂ්පාදනය  
 (b) වෘෂණ කෝෂ - වෘෂණයට ආරක්ෂාව සැපයීම, වෘෂණය දරා සිටීම  
 (c) පැලෝපීය නාල -ඩිම්භ පරිවහනය, සංසේචනය (ල. 03)
- (ii) ගැටලු විසඳීමේ හැකියාව  
 තර්කානුකූල චින්තනය  
 නිර්මාණශීලී බව  
 නායකත්වය  
 ප්‍රතිඵල ගැන සිතා තීරණ ගැනීමේ හැකියාව  
 අවස්ථාවෝචිත හැසිරීමේ දක්ෂතාව (ල. 03)
- (iii) (a) ආර්තවහරණය - ආර්තවය නතර වීමයි. වයස අවු. 40 -50 දක්වා කාලයේ දී සිදු විය හැක. (ල. 02)  
 (b) සංසේචනය - පරිණත වූ ඩිම්භයක් හා ශුක්‍රාණුවක් පැලෝපීය නාල තුළදී සම්බන්ධ වීමයි. (ල.02)



09. බිම පැදුරු දමා ඒ මත සුදු රෙද්දක් එලා ආහාර අනුභව කරනුයේ කුමන සංස්කෘතියට අනුව ආහාර පිළිගැන්වීමේ දී ද?
- (1) සිංහල සංස්කෘතිය (2) හින්දු සංස්කෘතිය  
(3) මැලේ සංස්කෘතිය (4) මුස්ලිම් සංස්කෘතිය
10. ආහාර ජීර්ණ පද්ධතියේ ජලය, ඛනිජ, විටමින් ආදිය අවශෝෂණය කිරීම සිදුවන්නේ,
- (1) මහාන්ත්‍රය මගිනි (2) කුඩා අන්ත්‍රය මගිනි.  
(3) ග්‍රහණීය මගිනි. (4) ආමාශය මගිනි.
11. මේද ජීර්ණය අවසාන ඵලය ලෙස හඳුන්වන්නේ,
- (1) ග්ලූකෝස් ය. (2) ඇමයිනෝ අම්ලය  
(3) මේද අම්ල හා ග්ලිසරෝල් ය. (4) මේද ගෝලිකාය.
12. ශාකමය ආහාරවල අඩංගු යකඩ අවශෝෂණය පහසු කරන විටමිනයකි.,
- (1) විටමින් A (2) විටමින් C (3) විටමින් D (4) විටමින් E
13. ඇසෙහි අපිච්ඡද පටක වියළී අළුවන ලප දක්නට ලැබෙනුයේ,
- (1) තමස් අන්ධතාව අවස්ථාවේ දී (2) කැරොටො මැලේෂියා අවස්ථාවේ දී  
(3) සෙරොප්තැල්මියා තත්වයේ දී (4) බ්ලොෆ්ලප අවස්ථාවේ දී
14. විටමින් B<sub>9</sub> හඳුන්වන රසායනික නාමය වනුයේ,
- (1) තයමින් (2) රයිබොප්ලේවින් (3) ෆෝලික් අම්ලය (4) පිරිඩොක්සින්
15. මාළු ඇඹුල් තියල් සෑදීමේ දී භාවිතා කරන උපක්‍රම ලෙස සලකනුයේ,
- (1) පරිරක්ෂණ කාරක භාවිතය හා තාපය යෙදීම  
(2) ක්ෂුද්‍ර ජීවීන් ඉවත් කිරීම හා එන්සයිම ක්‍රියාකාරීත්වය ඇණ හිටීම  
(3) බ්ලාන්ච් කිරීම හා සෙදීම  
(4) ක්ෂුද්‍ර ජීවීන් විනාශ වීම බාහිර ආඝ්‍රාහීය සිදු වීම
16. පලතුරු පරිරක්ෂණයට යොදා ගන්නා පරිරක්ෂණ කාරක වනුයේ,
- (1) සීනි, විනාකිරි, සියඹලා (2) සීනි, ලුණු, විනාකිරි  
(3) ගොරකා, දෙහි, සියඹලා (4) සිට්‍රික් අම්ලය, විනාකිරි, ගොරකා
17. ක්ෂුද්‍ර ජීවීන්ගේ වර්ධනය හා එන්සයිම ක්‍රියාකාරීත්වය සඳහා යොදා ගත හැකි ආහාරයක ඇති ජල ප්‍රමාණය හඳුන්වනුයේ,
- (1) බාහිර ආඝ්‍රාහීය යනුවෙනි. (2) ජල සක්‍රියතාව යනුවෙනි.  
(3) විසරණය යනුවෙනි. (4) PH අගය යනුවෙනි.
18. අවු. 10 -19 අතර කාලසීමාව පුද්ගලයෙකුගේ ජීවන චක්‍රයේ කුමන අවධිය ද?,
- (1) මැද යොවුන් විය (2) පසු යොවුන් විය  
(3) නව යොවුන් විය (4) මුල් යොවුන් විය
19. මුල් යොවුන් අවධිය තුළ සිදුවන සුවිශේෂී ලක්ෂණයක් නොවන්නේ,
- (1) උස හා බර වැඩිවීම (2) යෞවනෝදයට පත් වීම  
(3) පළමු ආර්තවය සිදුවීම (4) ළමා හැසිරීම් පෙන්නුම් කිරීම
20. පියයුරු වර්ධනය, උරහිස් පළල් වීම යන ලක්ෂණ ඇතුළත් වන්නේ,
- (1) ප්‍රාථමික ලිංගික ලක්ෂණ ලෙසය. (2) ද්විතීයික ලිංගික ලක්ෂණ ලෙසය.  
(3) සාමාන්‍ය වර්ධනය වීම ලෙසය. (4) ඕනෑම අවධියකදී සිදුවිය හැකි ලෙසය.

21. පිරිමි දරුවෙකුගේ කායික වර්ධනයේ නැගීම ආරම්භ වන්නේ,  
 (1) ගැහැණු දරුවෙකුගේ වර්ධනය ආරම්භ වී අවු. 2 ට පෙරය.  
 (2) ගැහැණු දරුවෙකුගේ වර්ධනය ආරම්භ වී අවු. 2 ට පසුවය.  
 (3) එකම කාලසීමාවක් තුළදීය  
 (4) විශේෂ කාලසීමාවක් නොමැත.
22. බුද්ධි වර්ධනය පෙන්නුම් කරන ලක්ෂණයකි.  
 (1) වීරාහිවන්දනය (2) තර්කානුකූල චින්තනය  
 (3) රංචු ලැදියාව (4) සහයෝගීතාව
23. දුස්සමාහිත දරුවකු යනුවෙන් හැඳින්වෙන්නේ,  
 (1) වයසට අනුව වර්ධනය නොවීම  
 (2) වයසට අනුව තීරණ ගත නොහැකිකම  
 (3) නිතර කේන්ති යාම  
 (4) වයසට අනුව සමාජීය අනුමත හැසිරීම්වලට අනුගත නොවීම
24. සංසේචනය සිදුවන්නේ ස්ත්‍රී ලිංගික පද්ධතියේ කුමන කොටස තුළ ද?  
 (1) ගර්භාෂය තුළ (2) ඩිම්භ කෝෂ තුළ  
 (3) ඩිම්භ ප්‍රණාල තුළ (4) යෝනි මාර්ගය තුළ
25. ගර්භණී මවකට ෆෝලික් අම්ලය අත්‍යවශ්‍ය වන්නේ,  
 (1) මවගේ ස්නායු පද්ධතිය වර්ධනයට  
 (2) වැඩෙන හූණයේ ස්නායු පද්ධතිය වර්ධනයට  
 (3) කලලය වර්ධනයට  
 (4) මවගේ ශක්ති අවශ්‍යතාවය සපුරා ගැනීමට
26. දෙමාපියභාවය යනු,  
 (1) කාන්තාවගේ කායික හා මානසික පරිණතිය යි.  
 (2) පුරුෂයාගේ කායික හා මානසික පරිණතිය යි.  
 (3) දෙදෙනාගේම කායික හා මානසික පරිණතිය යි.  
 (4) කාන්තාවගේ ගැඹු ගැනීමයි.
27. කැම අරුවිය හා උදැසන ඔක්කාරය ඇති වීමට හේතුව වන්නේ,  
 (1) හෝර්මෝන අසමතුලිතතාවයයි. (2) උදරය විශාල වීම නිසයි.  
 (3) වැසි වේලාවක් නිරාහාරව සිටීමයි. (4) ගර්භණී කාලයේ සාමාන්‍ය සිදුවීමකි.
28. මූලික මැහුම් ක්‍රමයකි.  
 (1) සිහින් නූල් දුවවීම (2) නැටි මැස්ම  
 (3) බැලැන්කට් මැස්ම (4) බුලියන් මැස්ම
29. මැහුම් ක්‍රමයක් පිළිබඳ තොරතුරු පහත දැක්වේ.  
 • රෙදි දෙපොට අතුරින් නූල සඟවා ගෙන ගොස් මැහුම ආරම්භ කරයි.  
 • දකුණේ සිට වමට මසයි.  
 • ඉඳිකටුව ඇලයට ගසමින් මැසීම සිදු කරයි.  
 • අවසානය කතිර ආකාරයෙන් දිස්වේ.  
 මෙම මැහුම් ක්‍රමය වන්නේ,  
 (1) කතිර මැස්ම (2) සිහින් නූල් දුවවීම  
 (3) වාටි මැස්ම (4) පිස්මේන්තු මැස්ම

30. ස්වභාවික ශාකමය කොන්දකි.  
 (1) සේද (2) රන් (3) ලෝම (4) ලීනන්
31. ළඳරු ඇඳුම මැසීමේ අනුපිළිවෙළ පිළිවෙළින්,  
 (1) වාටිය, උරහිස, අත්කට, විවරය, කර (2) උරහිස, විවරය, කර, අත්කට, වාටිය  
 (3) අත්කට, කර, උරහිස, විවරය, වාටිය (4) උරහිස, කර, අත්කට, වාටිය, විවරය
32. උපාංග නිර්මාණයේ දී අවශ්‍ය උපකරණයකි.  
 (1) කතුර (2) බොත්තම් (3) දිදාලය (4) මහන යන්ත්‍රය
33. ළඳරු ඇඳුම් සඳහා සුදුසුම රෙදි වර්ගයකි.  
 (1) පොලියෙස්ටර් (2) වොයිල් (3) නයිලෝන් (4) ටෙරලින්
34. සෙවනැලි මැස්ම ලෙස ද හැඳින්වෙන මැහුම් ක්‍රමයකි.  
 (1) සිහින් නූල් දුවවීම (2) නැටි මැස්ම  
 (3) හුරුළු කටු මැස්ම (4) කතිර මැස්ම
35. ළමා ඇඳුමේ නොමැසූ අද්දර නිම කිරීම සඳහා වඩාත් යෝග්‍ය වන්නේ,  
 (1) ඇඹරුම් වාටිය (2) කතිර මැස්ම  
 (3) බ්ලැන්කට් මැස්ම (4) සිහින් නූල් දුවවීම
36. නිවසක් තැනීමේ දී සැලකිලිමත් විය යුතු කරුණකි.  
 (1) අවශ්‍ය ද්‍රව්‍ය හා උපකරණ (2) වැය කළ හැකි මුදල  
 (3) පොදු පහසුකම් (4) සියලු කොටස්වලින් සමන්විත වීම
37. බහු කාර්යය ගෘහ භාණ්ඩයක් ලෙස හැඳින්විය හැක්කේ,  
 (1) විදුලි කේතලය (2) ලාවිචු සහිත හකුළන ඇඳ  
 (3) හකුළන ඇඳ (4) රෙදි සෝදන යන්ත්‍රය
38. නිවසේ ඉටු කෙරෙන කාර්යයන් අනුව එකිනෙකට සම්බන්ධ කළ නොහැකි කාමර යුගලය වන්නේ,  
 (1) මුළුතැන්ගෙය - කෑම කාමරය (2) නිදන කාමරය - වැසිකිලිය  
 (3) විසිත්ත කාමරය - කෑම කාමරය (4) විසිත්ත කාමරය - නිදන කාමරය
39. පරම්පරා තුනක් හෝ ඊට වැඩි ගණනක් සහිත පවුල හඳුන්වන්නේ,  
 (1) විස්තෘත පවුල (2) මූලික පවුල  
 (3) සමීප පවුල (4) න්‍යෂ්ටික පවුල
40. ගෘහ කාර්යයන් සඳහා අවශ්‍ය වන මානව සම්පතකි.  
 (1) මුදල් (2) කාලය (3) ආකල්ප (4) විදුලිය



(iii) ආහාර පරිරක්ෂණ ක්‍රම වලට අදාළව පහත වගුව පුරවන්න.

පරිරක්ෂණ ක්‍රම	අදාළ උපක්‍රම	අදාළ මූලධර්මය
1. දෙල් වියලීම		
2. කිරි ටොෆි සෑදීම		
3. මාළු ඇඹුල් තියල්		
4. සීනි සම්බෝල		

04. (i) ශ්‍රී ලංකාවේ දක්නට ලැබෙන පෝෂණ ගැටලු 3 ක් නම් කරන්න.
- (ii) ප්‍රෝටීන් කැලරි මන්ද පෝෂණය යොවුන්වියේ දරුවන් කෙරේ බලපාන්නේ කෙසේද?
- (iii) ආහාර වේලක අඩංගු පිෂ්ඨය ජීරණය කරන එන්සයිම 2 ක් නම් කර ඒවා මගින් සිදුවන ජීරණ ක්‍රියාවලිය පැහැදිලි කරන්න.
05. (i) නිවසක් සැලසුම් කිරීමේ දී සැලකිලිමත් විය යුතු කරුණු 3 ක් නම් කරන්න.
- (ii) වර්ග අඩි 120 ක නිදන කාමරයක දළ සැලැස්මක් සම්මත සංකේත භාවිතයෙන් අඳින්න.
- (iii) නිවසකට ස්වභාවික ආලෝකය හා වාතාශ්‍රය මැනවින් ලබා ගැනීමට භාවිතා කළ හැකි අනුයෝගී ක්‍රම 3 ක් ලියන්න.
06. (i) ප්‍රජනන සෞඛ්‍යය ලෙස අදහස් කරන්නේ කුමක් ද?
- (ii) ප්‍රජනන සෞඛ්‍යය නිසි ලෙස පිළි නොපැදීමෙන් මතු වන ගැටළු 3 ක් සඳහන් කරන්න.
- (iii) (a) ලිංගිකව සම්ප්‍රේෂණය වන රෝග 4 ක් ලියා දක්වන්න.
- (b) පහත ඉංග්‍රීසි අකුරින් සඳහන් වචනවල අර්ථය දක්වන්න.
1. HIV
  2. AIDS
07. (i) දරුවකු අතිරේක ආහාර වලට හුරු කිරීමේ දී සැලකිලිමත් විය යුතු කරුණු 3 ක් දක්වන්න.
- (ii) අවු. 1 ට අඩු දරුවෙකුට ක්‍රීඩා භාණ්ඩ තේරීමේ දී සැලකිලිමත් විය යුතු කරුණු 3 ක් දක්වන්න.
- (iii) නව යොවුන් වියේ දක්නට ලැබෙන ප්‍රාථමික ලිංග ලක්ෂණ 2 ක් හා ස්ත්‍රී හා පුරුෂ දෙපාර්ශවයටම පොදු ද්විතීයික ලිංග ලක්ෂණ 2 ක් නම් කරන්න.



**ගෘහ ආර්ථික විද්‍යාව -**

**අනුමාන ප්‍රශ්න පත්‍ර අංක 02**

**I කොටස - පිළිතුරු පත්‍රය**

01.	2	11.	3	21.	2	31.	2
02.	3	12.	2	22.	2	32.	4
03.	1	13.	4	23.	4	33.	2
04.	3	14.	3	24.	3	34.	3
05.	4	15.	1	25.	2	35.	3
06.	2	16.	2	26.	3	36.	2
07.	3	17.	3	27.	1	37.	2
08.	3	18.	3	28.	1	38.	4
09.	4	19.	1	29.	3	39.	1
10.	1	20.	2	30.	4	40.	3

(මුළු ලකුණු 1× 4 0= 40)

**අනුමාන ප්‍රශ්න පත්‍ර අංක 02**

**II කොටස - පිළිතුරු පත්‍රය**

01. (i) ප්‍රාථමික පවුල, සමීප පවුල, ජීවිත පවුල, මූලික පවුල, අණු පවුල (ආදී පිළිතුරු 20 ල. 02)
- (ii) වාසි - පෞද්ගලිකත්වය ආරක්ෂා වේ. ස්වාධීනත්වය, වියදම් අඩුය. පහසුවෙන් තීරණ ගත හැක.  
 අවාසිය- ආරක්ෂාව පිළිබඳ ගැටළු මතු වේ, ආත්මාර්ථකාමී බව, හදිසි ආපදාවකදී ගැටළු මතු වේ. (ල. 02)
- (iii) පාන්, බනිස්, මාළු පාන්, පියන් රොල් ආදිය (ල. 02)
- (iv) හෘදයාබාධ, පිළිකා, අධි රුධිර පීඩනය, මල බද්ධය (ල. 02)
- (v) දියවැඩියාව, හෘද රෝග, සමහර පිළිකා, කොලෙස්ටරෝල්, ආසානය ආදී (ල. 02)
- (vi) BMI අගය 18.5 - 24.9 අතර පරාසයක (ල. 02)
- (vii) ලුණු, සීනි, තෙල් අවම ආහාර ලබා දීම  
 තන්තු බහුල ආහාර ලබා දීම  
 හිස් කැලරි ආහාර ලබා දීමෙන් වැළකීම  
 එළවළු, පලතුරු වැඩිපුර එක් කිරීම (ල. 02)
- (viii) පෝෂණ ගුණය විවිධ පිසීමේ ක්‍රම ඇතුළත්ව  
 විවිධත්වය රසය, වර්ණය ආදී ගුණාංග  
 රුචිකත්වය (ල. 02)
- (ix) සීමා මායිම් පිළිබඳ ජලය බැස යාමේ ක්‍රම  
 සෝදා පාළුවට ලක්වන ස්ථාන අලංකරණයට විවිධ ක්‍රම (ල. 02)
- (x) පොකුණු, වතුර මල්, උද්‍යාන මේස, ලාම්පු, ආරුක්කු, පාලම්, ප්‍රතිමා ආදිය 40 (ල. 02)

02. (i) කුඩා, සරල මෝස්තරයකට (උ.  $\frac{1}{2}$ )  
සරල පන්තියකට (උ.  $\frac{1}{2}$ )
- (ii) (a) පැතලි මූට්ටුව (උ. 01)  
(b) මූට්ටු කිරීම සඳහා සිහින් නූල් දුවවීම කරන්න.  
පිටුපස පඵවේ රෙදි පට පළමු ප්‍රමාණයෙන් අඩක් කපන්න.  
රෙදි දෙපොට හොඳින් දිග හැර පිටුපසට වාටියක් ලෙස නවා නූල් ඇඳ වාටි  
මැස්මෙන් මසන්න.  
වාටි මැස්ම හොඳ පිටට දිස්වේ. (රූපසටහන වුවද පිළිතුරට ප්‍රමාණවත්) (උ. 02)
- (iii) (a) 1. නිදන කාමරය - මදුරු දැල්, ඇඳ ඇතිරිලි, ඇඳ ආවරණ, මෙට්ටකවර,  
කොට්ට උර  
2. විසිත්ත කාමරය - කුෂන් කවර, මේස රෙදි, ටීපෝ කවර, පුටු කවර  
(b) විසිතුරු මැහුම් - නැටි මැස්ම, දම්වැල්, සැටින්, බුලියන්, ආදී ඕනෑම විසිතුරු  
මැහුම් 2කට (උ. 01)  
මැසීමේ ශිල්පීය ක්‍රම - මූට්ටු වර්ගයකට, ඔපනැලි, රැළි, විවර ආදී ඕනෑම මැසීමේ  
ශිල්පීය ක්‍රම 2 කට (උ. 01)

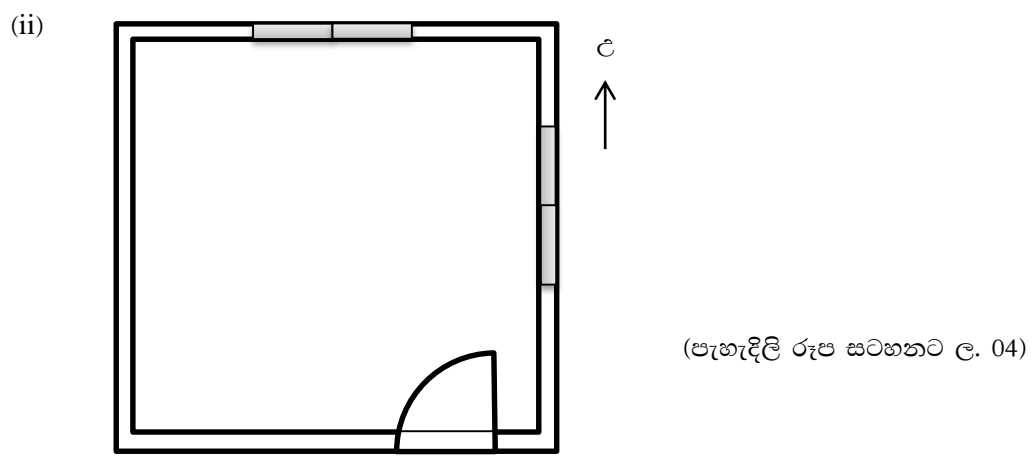
03. (i) කැල්සියම් අඩංගු ආහාර වැඩිපුර ලබා දීම  
තන්තු බහුල ආහාර ලබා දීම  
සීනි, මේද, ලුණු, අඩු ආහාර  
ජීර්ණය හා අවශෝෂණයට පහසු ආහාර  
එළවළු හා පලතුරු වැඩිපුර එක් කිරීම (උ. 03)
- (ii) ගබඩා කිරීමට අපිරිසිදු ස්ථාන ලැබීම  
උචිත තාක්ෂණික ක්‍රම නොමැති වීම  
ආහාර ඇසුරුම් සඳහා ප්‍රමිතියෙන් තොර ද්‍රව්‍ය භාවිතය ආදී පිළිතුරු 3 කට (උ. 03)
- (iii)

පරිරක්ෂණ ක්‍රම	අදාළ උපක්‍රම	අදාළ මූලධර්මය
1. දෙල් වියලීම	සේදීම තාපය වියලීම	ක්ෂුද්‍ර ජීවීන් ඉවත් වීම එන්සයිම අක්‍රිය වීම ක්ෂුද්‍ර ජීවීන් මර්ධනය
2. කිරි ටොෆි සෑදීම	සේදීම තාපයට භාජනය කිරීම පරිරක්ෂණ කාරක යෙදීම තාපය යෙදීම	ක්ෂුද්‍ර ජීවීන් ඉවත් වීම, ක්ෂුද්‍ර ජීවීන් විනාශ වීම, එන්සයිම අක්‍රිය වීම ක්ෂුද්‍ර ජීවීන් මර්ධනය
3. මාළු ඇඹුල් තියල්	සේදීම පරිරක්ෂණ කාරක යෙදීම තාපය යෙදීම ඇසිරීම	ක්ෂුද්‍ර ජීවීන් ඉවත් වීම, ක්ෂුද්‍ර ජීවීන් වැඩීම, මර්ධනය වීම එන්සයිම අක්‍රිය වීම ක්ෂුද්‍ර ජීවීන් වැඩීම, මර්ධනය වීම
4. සීනි සම්බෝල	සේදීම පරිරක්ෂණ කාරක යෙදීම තාපය යෙදීම ඇසිරීම	ඉහත මූලධර්ම වේ.

එක් ක්‍රමයක් හෝ මූලධර්මය බැගින් ලියා ඇත්නම් ලකුණු ලබා දෙන්න. (උ. 04)

04. (i) ප්‍රෝටීන් කැලරි මන්ද පෝෂණය  
අයඩින් උග්‍රතාව  
යකඩ උග්‍රතාව  
විටමින් A උග්‍රතාව (කරුණු 03 ට ල. 03)
- (ii) වැඩිවිය පැමිණීම ප්‍රමාද වේ.  
උදාසීන බව හා වෙනස  
ඉගෙනීමේ හැකියාව අවම වීම  
පටු ශ්‍රෝණි මේඛලාව (ගැහැණු ) (කරුණු 03 ට ල. 03)
- (iii) එන්සයිම - ටයලින් (බෙටමය ඇමයිලේස්)  
අග්න්‍යාශයික ඇමයිලේස් (අග්න්‍යාශයික යුෂ)  
ආන්ත්‍රික ඇමයිලේස්  
මොල්ටෝස්  
ස්කෝප්ස්, ලැක්ටේස් (කරුණු 02 ට ල. 02)  
(අදාළ පැහැදිලි කිරීමට ල. 02)

05. (i) භූමියේ පිහිටීම හා ප්‍රමාණය  
මූල්‍ය පහසුකම්  
පවුලේ අවශ්‍යතා  
ආලෝකය හා වාතාශ්‍රය (කරුණු 03 ට ල. 03)



- (iii) මැද මිදුල හා පොකුණු  
කොන්ක්‍රීට් ගල්, යකඩ දැල්  
විදුරු ගඩොල්  
විදුරු උළුකැට  
වහලයේ උස වැඩි වීම  
වහලයේ හැඩයට සිවිලීම (කරුණු 03 ට ල. 03)

06. (i) ප්‍රජනක පද්ධතිය හා එහි ක්‍රියාකාරීත්වය සම්බන්ධයෙන් පවතින කායික, මානසික හා සමාජීය යහපැවැත්මයි.
- (ii) අධ්‍යාපනය කඩාකප්පල් වේ.  
 අනාගතය අසාර්ථක වේ.  
 සමාජ අවමානයට ලක් වේ.  
 විවාහයට බාධා ඇති වේ.  
 සමාජයට මුහුණ පෑමට නොහැකි වේ.  
 ලිංගික සම්ප්‍රේෂණ රෝග වැළඳිය හැකිය. (කරුණු 03 ට ල. 03)

- (iii) (a) උපදංශය, හර්පීස්, සුදු බිංදුම, ක්ලැමීඩියා, ලිංගික ඉන්නන්, ඒඩ්ස්  
 (ආදී පිළිතුරු 04 ට ල. 02)
- (b) 1. HIV - මානව ප්‍රතිශක්ති උග්‍රතා වෛරසය  
 2. AIDS - නතු කරගත් ප්‍රතිශක්ති උග්‍රතා සහ ලක්ෂණය (ල. 02)

07. (i) කුඩා ප්‍රමාණවලින් දීම  
 එක් අලුත් ආහාරයක් වරකට හඳුන්වා දීම  
 පෝෂණ අගය ක්‍රමයෙන් වැඩි කිරීම  
 ලුණු, සීනි, එක් නොකිරීම (කරුණු 03 ට ල. 03)

- (ii) අනතුරු සිදු නොවන ද්‍රව්‍ය වලින් නිමවා තිබීම  
 සැහැල්ලු වීම  
 පහසුවෙන් පිරිසිදු කළ හැකි වීම  
 නිර්මාණශීලී හැකියා වර්ධනය වන ඒවා වීම (ල. 03)

(iii)

ප්‍රාථමික ලිංග ලක්ෂණ	ද්විතීයික පොදු ලක්ෂණ
ඩිම්භ කෝෂ වර්ධනය	සිරුරේ හැඩය වෙනස් වීම
ගර්භාෂ වර්ධනය	උස වැඩි වීම
වෘෂණ කෝෂ වර්ධනය	බර වැඩි වීම
වෘෂණ වර්ධනය	ලිංගේන්ද්‍රය අවට රෝම ඇති වීම