[සියලුම හිමිකම් ඇවිරිණි / முழுப் பதிப்புரிமை உடையது / All Rights Reserved / සියලුම හිමිකම් ඇවිරිණි / முழுப் பதிப்புரிமை உடையது ]

**පළාත් අධ්‍යාපන දෙපාර්තමේන්තුව - උතුරු මැද පළාත**

**மாகாண கல்வித்திணைக்களம் - வடமத்திய மாகாணம்**

**Department of Education – North Central Province**

| 13 - ශ්‍රේණිය | තෙවන වාර පරීක්ෂණය - 2024 | කාලය : පැය දෙකයි |
|---|---|---|

විෂයය :- ගෘහ ආර්ථික විද්‍යාව I

පාසලේ නම :- ..............................

ඇතුළත්වීමේ අංකය :- ..............................

**උපදෙස්**

* **සියලු ම** ප්‍රශ්නවලට පිළිතුරු සපයන්න.
* උත්තර පත්‍රයේ නියමිත ස්ථානයේ ඔබේ **විභාග අංකය** ලියන්න.
* 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 දැක්වෙන උපදෙස් පරිදි කතිරයක් (×) යොදා දක්වන්න.**

**01.** ප්‍රශස්ත ජීවන පරිසරය නිර්මාණය කිරීමේ දී සලකා බැලිය යුතු අංග දෙක වන්නේ,

(1) භෞතික ජීවන පරිසරය හා බාහිර පරිසරය.
(2) භෞතික පරිසරය හා අභ්‍යන්තර පරිසරය.
(3) බාහිර පරිසරය හා අභ්‍යන්තර පරිසරය.
(4) භෞතික පරිසරය හා සමාජ පරිසරය.
(5) සමාජ පරිසරය හා බාහිර පරිසරය.

**02.** ගොඩනැගිලි හා අවට පරිසරය නිර්මාණකරණයේ දී **"සංකල්පය"** අයත් වන්නේ මින් කුමකට ද?

(1) ප්‍රමිති
(2) මූලිකාංග
(3) මූලික සාධක
(4) උපයෝගිතා සාධක
(5) මෝස්තර මූලධර්ම

**03.** ප්‍රාථමික වර්ණ දෙකක් එක සමාන ප්‍රමාණවලින් මිශ්‍ර කිරීමෙන් සෑදෙන වර්ණයකි,

(1) නිල්
(2) කහ
(3) රතු
(4) දම්
(5) නිල් දම්

**04.** ඉඩමේ ප්‍රමාණයට අනුව එහි පොළවට සහ අවකාශයට දරාගත හැකි ලෙස ශාක හා අනෙකුත් උපාංග පිහිටු වීම හඳුන්වන්නේ,

(1) ක්‍රියානුරූපී බව යි
(2) ධාරිතාවය යි
(3) අනුකූලත්වය යි
(4) හැඩතල නිර්මාණය යි
(5) ප්‍රමාණය හා සමානුපාතික බව යි

**05.** නිර්මාණකරණයේ මූලධර්ම භාවිතයේ දී වර්ණය වයනය ප්‍රමාණය වැනි ලක්ෂණ එකිනෙක අතර ගැටුම් ඇති නොවන සේ ප්‍රබලත්වය සිරුමාරු කොට දැක්වීම අයත් වන්නේ,

(1) සමානුපාතික බව යි
(2) සමෝධානය යි
(3) අවධානය යි
(4) ජ්‍යාමිතිය යි
(5) සමමිතික තුලනය යි

**06.** යම්කිසි නිර්මාණයක් සැකසීමේ දී විවිධ රේඛා වර්ග භාවිතා කරයි. ඒ අනුව රිද්මයානුකූලබව හා නම්‍යශීලි බව ලබා දෙන රේඛා වන්නේ,පිළිවෙලින්,

(1) වක්‍ර රේඛා හා අක්වක් රේඛා
(2) වක්‍ර රේඛා හා තිරස් රේඛා
(3) අක්වක් රේඛා හා වක්‍ර රේඛා
(4) වක්‍ර රේඛා හා සිරස් රේඛා
(5) විකර්ණාකාර රේඛා හා වක්‍ර රේඛා

**07.** අත්‍යාවශ්‍ය ඇමයිනෝ අම්ල දෙකකි,

(1) වැලින් සහ ප්‍රෝලින්
(2) ලියුසීන් සහ ට්‍රිප්ටොෆැන්
(3) සිස්ටින් සහ ආජිනින්
(4) ග්ලයිසින් සහ ලයිසින්
(5) තයිරොසින් සහ ග්ලූමැටික්

08. කාබෝහයිඩ්‍රේට් හා සම්බන්ධ නිවැරදි ප්‍රකාශය කුමක් ද?

(1) ග්ලූකෝස් සහ ලැක්ටෝස් සරල සීනි වර්ග වේ
(2) ධාන්‍යවල මෝල්ටෝස් සහ සුක්‍රෝස් අඩංගුය
(3) හයිඩ්‍රජන් සහ ඔක්සිජන් අතර අනුපාතය 2:1 වේ
(4) ඇමයිලෝස් සහ සෙලියුලෝස් පොලිසැකරයිඩ වේ
(5) ශාක සෛල බිත්ති ඇමයිලෝපෙක්ටින් වලින් සෑදී ඇත

09. උදේ ආහාර වේලක කාබෝහයිඩ්‍රේට ග්‍රෑම් 50 ක්ද ප්‍රෝටීන් ග්‍රෑම් 20 ක්ද මේද ග්‍රෑම් 10 ක්ද අඩංගු විය.මෙම ආහාර වේලෙන් සපයන ශක්ති ප්‍රමාණය කිලෝ කැලරි කොපමණ ද?

(1) 510
(2) 370
(3) 380
(4) 430
(5) 420

10. විටමින් $B^5$ රසායනික නාමය වන්නේ,

(1) බයෝටින් ය
(2) ෆෝලික් අම්ලය ය
(3) පිරිඩොක්සින් ය
(4) පැන්ටතොනික් අම්ලය ය
(5) නියැසීන් ය

11. අයඩීන් ඌනතාවය නිසා ඇතිවිය හැකි රෝග ලක්ෂණය වන්නේ,

(1) සිරුර සුදුමැලි වීම
(2) හතිය හා විඩාව
(3) හිසකෙස් ගැලවීම
(4) බුද්ධි වර්ධනයට බාධා වීම
(5) පෙනීමේ දුර්වලතා ඇති වීම

12. සත්ත්ව ආහාරවල පමණක් අඩංගු B කාණ්ඩයේ විටමින වර්ගය වනුයේ,

(1) පිරිඩොක්සින් ය
(2) සයනොකබැලමින් ය
(3) බයොටින් ය
(4) ග්ලුමටික් අම්ලය
(5) ෆෝලික් අම්ලය

13. ඔමේගා - 6 අඩංගු බහු අසංතෘප්ත මේද අම්ලයකි,

(1) ස්ටියරික් අම්ලය
(2) ඇල්ෆා ලිනොලෙනික් අම්ලය
(3) ලිනොලෙයික් අම්ලය
(4) ඔලෙයික් අම්ලය
(5) පාමටික් අම්ලය

14. ප්‍රෝටීන්වල පමණක් අඩංගු මූලද්‍රව්‍ය කාණ්ඩය කුමක් ද?

(1) කාබන් හා ඔක්සිජන් ය
(2) නයිට්‍රජන් හා ඔක්සිජන් ය
(3) නයිට්‍රජන් හා සෝඩියම් ය
(4) සල්ෆර් හා නයිට්‍රජන් ය
(5) ඔක්සිජන් හා සල්ෆර් ය

15. ප්‍රතිඔක්සිකාරකයක් ලෙස ක්‍රියා නොකරන පෝෂකය වන්නේ මින් කුමක් ද?

(1) විටමින් A
(2) විටමින් C
(3) විටමින් E
(4) සෙලෙනියම්
(5) සෝඩියම්

16. පොඩි කරගත් මස් කැබැල්ලක් පරීක්ෂණ නලයකට දමා යම්කිසි රසායනික ද්‍රව්‍යක් දමා සෙල වූ විට රතු තැඹිලි වර්ණයක් දක්නට ලැබිණ. මෙම පරීක්ෂණය සඳහා යොදාගත් රසායනික ද්‍රව්‍ය වන්නේ,

(1) අයඩීන් ද්‍රාවණය යි
(2) සුඩාන් III ද්‍රාවණය යි
(3) පොටැසියම් හා මැග්නීසියම් ය
(4) කොපර් සල්ෆේට් ය
(5) බෙනඩික් ද්‍රාවණය යි

17. හෙලිකෝ බැක්ටර් පයිලෝරි බැක්ටීරියාව,

(1) ආහාර විෂ වීමට බලපා යි
(2) දියවැඩියා ඇති වීමට බලපා යි
(3) ගැස්ට්‍රයිටිස් රෝගයට බලපා යි
(4) ආහාර පරිරක්ෂණය සඳහා යොදාගනි යි
(5) කිරි කැටි ගැසීමට බලපා යි

18. හීම් යකඩ බහුලව අඩංගු වන්නේ,

(1) ගොටුකොළ
(2) තිච්ති
(3) බිත්තර
(4) මාළු
(5) කිරි

19. ශ්‍රී ලංකාවේ ප්‍රථම වරට පෝෂණ ප්‍රතිපත්තිය සකසන ලද්දේ,

(1) 1984 දිය
(2) 1998 දිය
(3) 1988 දිය
(4) 1986 දිය
(5) 1987 දිය

20. ශරීරයේ විද්‍යුත් විච්ඡේද්‍ය සමතුලිතතාවය (Electrolytic balance) පවත්වා ගැනීමට වැදගත් පෝෂණ සංඝටකය වන්නේ,
(1) ප්‍රෝටීන් ය
(2) ලිපිඩ ය
(3) තන්තු ය
(4) ජලය ය
(5) කාබෝහයිඩ්‍රේට් ය

21. ළදරුවන්ගේ ආමාශයේ ඇති ප්‍රෝටීන් පිරිණය කරන අක්‍රිය එන්සයිමය වන්නේ,
(1) රෙනින්
(2) ප්‍රෝරෙනින්
(3) ඉරෙප්සින්
(4) ට්‍රිප්සිනෝජන්
(5) පෙප්සිනෝජන්

22. ආහාර ද්‍රව්‍ය කිහිපයක පෝෂණ අගය හා සම්බන්ධ ප්‍රකාශ කිහිපයක් පහත දැක්වේ.
A- ශරීරයට ලබා දෙන කැලරි ප්‍රමාණය අඩුය
B- විටමින් C බහුලය
C- විටමින් $B_{12}$ අඩංගුය
D- විටමින් A අඩංගුය
E- ප්‍රතිඔක්සිකාරක ලබා දේ

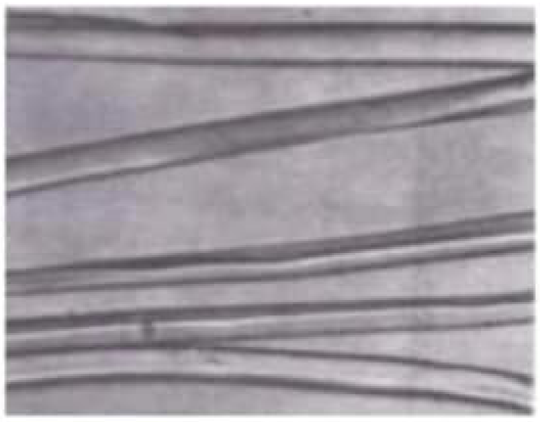
මේවායින් පළතුරුවල පෝෂණ අගය දැක්වෙන ප්‍රකාශ වන්නේ,
(1) A සහ E ය
(2) BC සහ D ය
(3) AB සහ D ය
(4) ABD සහ E ය
(5) ABC සහ D ය

23. ආහාර පිසීමේ දී භාවිතා කරන උකුකාරකය හා මෘදු කාරකය පිළිවෙලින් අඩංගු වන්නේ,
(1) හාල් පිටි සහ ඉඟුරු ය
(2) පොල් කිරි හා තක්කාලි ය
(3) සුදුළූණු සහ ගොරකා ය
(4) විනාකිරි සහ සියඹලා ය
(5) පොල් කිරි සහ කුරුඳු ය

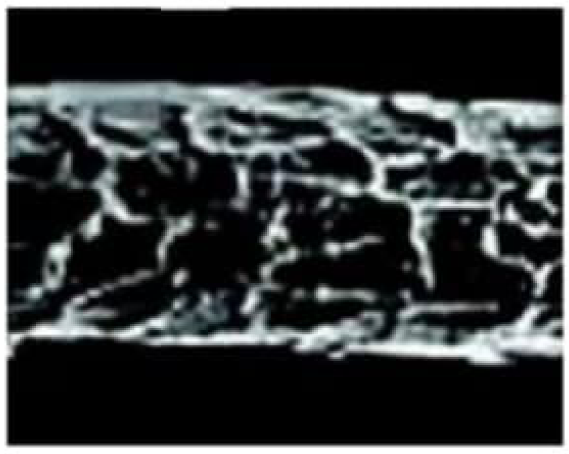
24. මැසීමේ ශිල්පීය ක්‍රම දෙකකි,
(1) වාටි මැස්ම සහ රේන්ද ඇල්ලීම
(2) රේන්ද ඇල්ලීම සහ බඳන යෙදීම
(3) සිහින් නූල් දුවවීම සහ වාටි මැස්ම
(4) බඳන යෙදීම සහ ගින් නූල් දුවවීම
(5) වාටි මැස්ම සහ බඳන යෙදීම

25. රෙදි වර්ග දෙකක දික්කඩ පෙනුම A හා B රූපවලින් දක්වා ඇත.

A



B



මෙම රෙදි වර්ග වනුයේ පිළිවෙලින්
(1) ලෝම සහ ලිනන් ය
(2) සේද සහ ලෝම ය
(3) සේද සහ නයිලෝන් ය
(4) ලෝම සහ කපු ය
(5) ලිනන් සහ නයිලෝන් ය

26. රෙදි නියැදියක් ප්‍රළුස්සා බැලීමේ දී සෙමින් පිලිස්සී අළු අඟුරු මෙන් ඉතිරි විය. අඟුරු වටකුරු බුබුළු ලෙස දක්නට තිබූ අතර පහසුවෙන් පොඩි කළ හැකි විය. මෙම නියැදිය අයත් රෙදි වර්ගය වනුයේ,
(1) සේද සහ කපු ය
(2) නයිලෝන් සහ සේද ය
(3) ලෝම සහ ස්පැන්ඩෙක්ස් ය
(4) ලෝම සහ සේද ය
(5) සේද සහ ඇක්‍රිලික් ය

27. ඇඳුම් මෝස්තර ශිල්පියෙකු විසින් කර්මාන්ත ශාලාව වෙත ලබා දෙන සටහන හඳුන්වන්නේ,
(1) මෝස්තරයේ පතරොම ය
(2) මෝස්තරයේ ජ්‍යාමිතික සටහන ය
(3) මාකර් සටහන ය
(4) මෝස්තරයේ පිරි සැලසුම ය
(5) මෝස්තරවල ආදර්ශ නියැදිය ය

**28.** කපු රෙදි විරංජනය සඳහා වඩාත් සුදුසු වන්නේ,

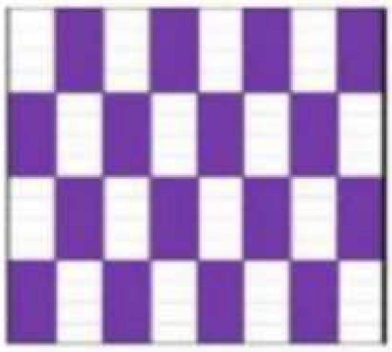
(1) හිරුඑළිය වේ
(2) සෝඩියම් හයිඩ්‍රොක්සයි ය
(3) පොටෑසියම් මැංගනේට් ය
(4) හයිඩ්‍රජන් පෙරොක්සයිඩ් ය
(5) සෝඩියම් හයිපොක්ලෝරයිඩ් ය

**29.** රෙදි සහ නිමි ඇඳුම් යන දෙවර්ගය සඳහාම යොදනු ලබන නිමාවක් වන්නේ,

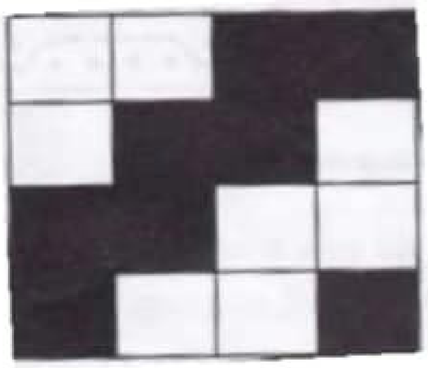
(1) වැලි ඉසීම
(2) සැන්ෆරයිස් කිරීම
(3) විරංජනය
(4) රෙදි පිළිස්සීම
(5)මළ හරණය

**30.**

A



B



ඉහත A සහ B රූපවල පිළිවෙලින් දැක්වෙන වියමන් ක්‍රම වන්නේ,

(1) වාම් වියමන හා දික්දාර වියමන
(2) වාම් වියමන හා හරස්දාර වියමන
(3) වාම් වියමන හා හරස්දාර වියමන
(4) දික්දාර වියමන හා හිරි වියමන
(5) හිරි වියමන හා හරස්දාර වියමන

**31.** මිනිසා විසින් නිෂ්පාදනය කරන කෙඳි අතරින් ප්‍රථමයෙන් ම සෑදෙන දිග කෙඳි හඳුන්වන නම කුමක් ද?

(1) පොලිමර්
(2) රෝවිනය
(3) රැලියාව
(4) ස්ලයිවරය
(5) ෆිලමන්ට්

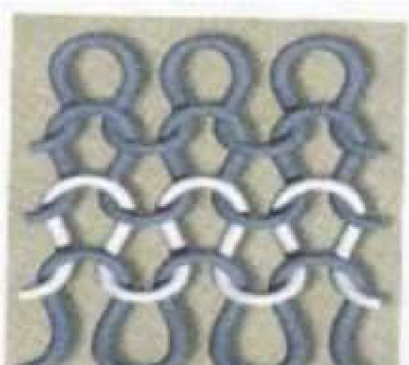
**32.** සහල් බෑග්වල ඉහළ සහ පහළ විවර මැසීමට යොදා ගන්නා මැහුම් ක්‍රමයකි,

(1) එකකට වැඩි නූල් යෙදූ දම්වැල් මැස්ම
(2) අගුලු මැස්ම
(3) අත් මැස්ම
(4) අක්වක් අගුලු මැස්ම
(5) තනි නූලේ දම්වැල් මැස්ම

**33.** අනවශ්‍ය නූල් කැපීම, උනුසුම් තෙරපීමක් ලබාදීම යනාදී ක්‍රම නිමි ඇඳුම් කර්මාන්තයේ කුමන ක්‍රියාවලියට අයත් වේද ?

(1) තත්ව පරීක්ෂාව
(2) රෙදි කැපීම
(3) නිමාව
(4) මාකර් සැකසීම
(5) ඇසුරුම්කරණය

**34.**



රූප සටහනේ අඩංගු හරස් ගෙතුම වැඩිපුර භාවිතා කර නිෂ්පාදනය කරන රෙදි වර්ගය වන්නේ

(1) පිහිනුම් ඇඳුම්, මදුරුදැල්
(2) මදුරුදැල්, යට ඇඳුම්
(3) මේස්, පිහිනුම් ඇඳුම
(4) ටීෂර්ට්, මේස්
(5) ටීෂර්ට්, පිහිනුම් ඇඳුම

**35.** නැනෝ තාක්ෂණය යොදා ගෙන රෙදිවල රිදී ආලේපය යොදා ගැනීම තුළින් කරනු ලබන නිමාව වන්නේ,

(1) ගිනි රෝධක නිමාව
(2) ජල රෝධක නිමාව
(3) බැක්ටීරියා නාශක නිමාව
(4) සුවපහසු නිමාව
(5) සැන්ෆරයිස් නිමාව

36. අන්තර් පුද්ගල සම්බන්ධතා ගොඩ නැගීම සඳහා වඩාත් සුදුසු ගුණාංගය වන්නේ,
(1) තරඟකාරී බව සහ ආකර්ශණය ය
(2) ආකර්ශණය සහ සංකාසනය
(3) සංකාසනය සහ නායකත්වය
(4) නායකත්වය හා ආකර්ශණය ය
(5) තරඟකාරී බව හා නායකත්වය

37. සලකා බලනු රටෙහි ආර්ථික බල ප්‍රදේශය තුළට අනේවාසික ආගන්තුකයන් සංචරණය වීම හඳුන්වන්නේ,
(1) බාහිර යොමුගත සංචරණය ලෙස ය
(2) අයහපත් සංචරණය ලෙස ය
(3) අභ්‍යන්තර යොමුගත සංචරණය ලෙස ය
(4) ගැඹුරින් අත්දැකීම් ලබාගත හැකි ය
(5) ඉතා කුඩා කණ්ඩායම් ලෙස සංචරණය කරයි

38. විදෙස් ශිෂ්‍යයන් පිරිසක් සිංහරාජ වනාන්තරය පිලිබඳව අධ්‍යයනය කිරීමට පැමිණීම කුමණ සංචරණ ප්‍රභේදයකට අයත් වේද ?
(1) අධ්‍යාපනික සංචරණය
(2) රුදෙස් සංචරණය
(3) ප්‍රයාන සංචරණය
(4) කෘෂි සංචරණය
(5) සංස්කෘතික සංචරණය

39. ක්ෂමතාවය මනින ඒකකය වන්නේ,
(1) ඕම්
(2) වෝල්ට්
(3) ජූල්
(4) වොට්
(5) ඇම්පියර්

40. ආහාර පා සලකුනු අගය වැඩි ආහාර ඇතුලත් ආහාර කාණ්ඩය වන්නේ,
(1) ගවමස්, ධාන්‍ය, එළවළු
(2) කිරි, ඌරුමස්, ගවමස්
(3) ගවමස්, පළතුරු, මස්
(4) කිරි, එළවළු, ඌරුමස්
(5) සීනි, ගවමස්,පළතුරු

41. ජාන විකිරණය කරන ලද සංඝටක අඩංගු වන්නේ මින් කුමන ද්‍රව්‍යයේ ද ?
(1) ස්ටෙරෝල්
(2) විටමින්
(3) ලිපියම්
(4) ආහාරමය තන්තු
(5) මේද අම්ල

42. ජෛව ක්‍රියාකාරී සංයෝගය වන ප්‍රී බයෝටික් සම්බන්ධ නිවැරදි වර්ණය කුමක් ද?
(1) කිරි නිෂ්පාදනවල අඩංගු වේ
(2) පැසීම සිදු කිරීමට හේතු වේ
(3) ප්‍රතිශක්තිය ලබා දීමට ආධාර වේ
(4) මිනිස් සිරුර තුළ ජීර්ණය වේ
(5) ලැක්ටික් අම්ල බැක්ටීරියා මෙයට උදාහරණයකි

43. ආහාර පිසීමේ දී පිටවන විමෝචක අඩු කිරීම සඳහා නොකළ යුත්තකි.
(1) ගෑස් ලිපේ නිල් දැල්ල භාවිතය
(2) පියන වසා පිසීම
(3) විශාල භාජනවල පිසීම
(4) අවශ්‍ය ප්‍රමාණයට ජලය දැමීම
(5) ආහාර පිසීමේ දී විශේෂිත මැටි භාජන භාවිතය

44. පාංශු වසුන් ලෙස භාවිතා කළ හැකි ඖෂධීය ශාක විය හැක්කේ,
(1) ගොටුකොළ
(2) පාවට්ටා
(3) ගම්මාලු
(4) උඳුපියලිය
(5) හාතාවාරිය

45. නව යොවුන්වියේ සමස්ත සංවර්ධනය පිලිබඳව සලකා බලන විට මන්දගාමී ස්වභාවයකින් සිදුවන්නේ,
(1) මානසික වර්ධනය යි
(2) බුද්ධි වර්ධනය යි
(3) චිත්තවේගී වර්ධනය යි
(4) සමාජ වර්ධනය යි
(5) භාවික වර්ධනය යි

46. නව යොවුන්විය සම්බන්ධයෙන් නිවැරදි ප්‍රකාශය වන්නේ,
(1) ගෙසල්ට අනුව නව යොවුන්විය අවුරුදු 10 - 16 අතර වේ
(2) නව යොවුන් වියේ වයස් සීමාව ආරම්භය හා අවසානය නිශ්චිතවම දැක්විය නොහැකිය
(3) නව යොවුන් වියේ චිත්තවේග පරිණතිය ඉතා ඉක්මනින් පෙන්වයි
(4) නව යොවුන්වියේ දී චිත්තවේග සමතුලිතතාවයක් පෙන්වයි
(5) විවිධ ගැටළු හමුවේ වන යෞවනයා තුළ අනාගත පැවැත්ම පිලිබඳ අසහනකාරී තත්ව ඇති නොවේ

**47.** මානසික පීඩනය පෙන්වන දරුවකුගේ ප්‍රධානතම ලක්ෂණයක් වන්නේ,

(1) තිගැස්සීම
(2) අධිසංවේදී බව
(3) ක්ලාන්තය
(4) තීරණ ගත නොහැකි වීම
(5) නිෂ්ක්‍රිය වීම

**48.** ශුද්‍රඅත විශ්ලේෂණයට අනුව ආහාර නිෂ්පාදන කර්මාන්තයට ඇති තර්ජනයක් සඳහන් වරණය වන්නේ,

(1) ප්‍රාග්ධනය
(2) ප්‍රවාහන පහසුව
(3) පාරිභෝගික රුචිය
(4) රජයේ රෙගුලාසි
(5) නොදැනුවත්කම

**49.** ඵලදායිතාවය සඳහා සලකා බැලෙන උවමනාවන් වන්නේ,

(1) භාණ්ඩ ඵලදායිතාවය
(2) ව්‍යාපාර ඵලදායිතාවය
(3) ශ්‍රම ඵලදායිතාවය
(4) කුසලතා ඵලදායිතාවය
(5) දැනුම් ඵලදායිතාවය

**50.** කයිසන් සංකල්පයෙහි මූලික පදනම වනුයේ,

(1) සම්මතකරණය යි
(2) යහපත් ලෙස වැඩිදියුණු කිරීම යි
(3) පුහුණුව හා ශික්ෂණය යි
(4) සංවිධානය හා මෙහෙය වීම යි
(5) පිරිවැය වැඩි කිරීම යි