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

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

85 | T | I, II

16600

අධ්‍යයන පොදු සහතික පත්‍ර (සාමාන්‍ය පෙළ) විභාගය, 2015 දෙසැම්බර්
கல்விப் பொதுத் தராதரப் பத்திர (சாதாரண தர)ப் பரீட்சை, 2015 டிசெம்பர்
General Certificate of Education (Ord. Level) Examination, December 2015

ගෘහ ආර්ථික විද්‍යාව	I, II	පැය තුනයි
மனைப் பொருளியல்	**I, II**	**மூன்று மணித்தியாலம்**
Home Economics	I, II	*Three hours*

மனைப் பொருளியல் I

கவனிக்க :
- (i) **எல்லா வினாக்களுக்கும் விடை எழுதுக.**
- (ii) 1 தொடக்கம் 40 வரையுள்ள வினாக்கள் ஒவ்வொன்றிலும் (1), (2), (3), (4) என இலக்கமிடப்பட்ட விடைகளில் **சரியான** அல்லது **மிகப் பொருத்தமான** விடையைத் தெரிவுசெய்க.
- (iii) **உமக்கு வழங்கப்பட்டுள்ள விடைத்தாளில் ஒவ்வொரு வினாவுக்கும் உரிய வட்டங்களில் உமது விடையின் இலக்கத்தை ஒத்த வட்டத்தினுள்ளே புள்ளடியை (×) இடுக.**
- (iv) அவ்விடைத்தாளின் பிற்பக்கத்தில் தரப்பட்டுள்ள மற்றைய அறிவுறுத்தல்களையும் கவனமாக வாசித்து, அவற்றைப் பின்பற்றுக.

1. நிறை புரதங்களுள் ஒன்று
(1) கேசின் (2) இலெகுமின் (3) குளூற்றன் (4) ஜெலற்றின்

2. உடலில் **சேமிக்கப்படாத** போசணைப் பொருள்களுள் ஒன்று
(1) காபோவைதரேற்று (2) கொழுப்பு (3) புரதம் (4) இரும்பு

3. பின்வருவன உடலில் உள்ள பிரதான போசணைப் பொருள்கள் மூலம் நடைபெறும் சில தொழில்கள் ஆகும்.
A – உடல் விருத்தியில் உதவுதல்
B – உடலின் உள் அங்கங்களைப் பாதுகாத்தல்
C – உடலில் நோயெதிர்ப்புச் சக்தியை விருத்தி செய்தல்
D – உடல் வெப்பநிலையைப் பேணுதல்
இவற்றுள் கொழுப்பினால் மேற்கொள்ளப்படும் தொழில்கள்
(1) *A* உம் *B* உம் ஆகும். (2) *A* உம் *C* உம் ஆகும்.
(3) *B* உம் *D* உம் ஆகும். (4) *C* உம் *D* உம் ஆகும்.

4. காலை உணவுவேளை ஒன்றில் 100 கிராம் காபோவைதரேற்றும் 40 கிராம் புரதமும் கொழுப்பும் உள்ளடக்கப்பட்டுள்ளன. இவ் உணவுவேளையில் கிடைக்கப்பெறும் மொத்த சக்திப் பெறுமானம் 650 கிலோகலோரி ஆயின், இவ்வுணவில் அடங்கியுள்ள கொழுப்பின் அளவு
(1) 5 கிராம் (2) 10 கிராம் (3) 15 கிராம் (4) 20 கிராம்

5. தோலின் ஆரோக்கியத்திலும் அதனைச் சரியாகப் பேணுவதிலும் பங்களிப்புச் செய்யும் போசணைப் பொருள்களுள் ஒன்று
(1) விற்றமின் A (2) விற்றமின் D (3) கல்சியம் (4) அயடீன்

6. கல்சியம், பொசுபரஸ், விற்றமின் D என்பவற்றின் குறைபாட்டினால் ஏற்படும் நோய் அறிகுறி
(1) வெளிர்தல் (2) மயிர் உதிர்தல் (3) வீங்குதல் (எடிமா) (4) கால் வளைதல்

7. உடலில் தொகுக்கப்படக்கூடிய இரண்டு விற்றமின்கள்
(1) விற்றமின் A உம் விற்றமின் B_1 உம் ஆகும். (2) விற்றமின் E உம் விற்றமின் B_3 உம் ஆகும்.
(3) விற்றமின் D உம் விற்றமின் K உம் ஆகும். (4) விற்றமின் C உம் விற்றமின் B_2 உம் ஆகும்.

8. போலிக் அமிலக் குறைபாட்டினால் ஏற்படக்கூடிய நோய்
(1) கழலை (2) குருதிச்சோகை (3) இராக்குருடு (மாலைக்கண்) (4) ஸ்கேவி

9. உணவுக் கூம்பகத்தின் அடிப்பகுதியில் உள்ள உணவுக் கூட்டங்களுள் அதிகமாக இருக்கும் போசணைப் பொருள்கள்
(1) காபோவைதரேற்று, புரதம், விற்றமின் B_1 என்பனவாகும்.
(2) காபோவைதரேற்று, புரதம், விற்றமின் C என்பனவாகும்.
(3) காபோவைதரேற்று, இரும்பு, விற்றமின் B_2 என்பனவாகும்.
(4) காபோவைதரேற்று, கொழுப்பு, விற்றமின் B_3 என்பனவாகும்.

[பக். 2 ஐப் பார்க்க

Department of Examinations, Sri Lanka

10. அயடீனைக் கொண்டுள்ள உணவு மூலம்
(1) உருளைக்கிழங்கு (2) மீன் (3) நிலக்கடலை (4) சீஸ் (Cheese)

11. உயர்தரத்திலும் உயரளவிலும் புரதத்தைக் கொண்டுள்ள உணவு மூலம்
(1) பால் (2) சோயா (3) முட்டை (4) இறைச்சி

12. குருதிச்சோகை ஏற்படுவதற்கு ஒரு காரணமாக அமைவது
(1) உணவைக் குறைவாக உள்ளெடுத்தல்
(2) மிதமிஞ்சிய நிறையைக் கொண்டிருத்தல்
(3) குடல் ஒட்டுண்ணிகள் இருத்தல்
(4) உடலை வருத்தும் வேலைகளில் அதிகளவில் ஈடுபடல்

13. 'X' என்பது மூன்று பிரதான போசணைப் பொருள்களுக்கு மேலதிகமாக இரும்பையும் விற்றமின் C இனையும் வழங்கக்கூடிய உணவு வேளையாகும். 'X' என்பது பின்வருவனவற்றுள் எதுவாக இருக்கும்?
(1) சோறு, உருளைக்கிழங்குக்கறி, கங்குன் பொரியல், சமன்மீன் கறி, கோவா வறை (சுண்டல்)
(2) சோறு, ஈரப்பலாக்காய் கறி, மீன் கறி, போஞ்சி வதக்கல், வல்லாரை சம்பல்
(3) சோறு, பலாக்காய் கறி, வெண்டைக்காய் வதக்கல், கருவாட்டுப் பொரியல், அகத்தியிலை வறை
(4) சோறு, பூசணிக்காய் (pumpkin) கறி, சோயா மீற் வதக்கல், கறிமிளகாய் கறி, கெக்கரி (பிப்பிங்கா) சலட்

14. உணவு நற்காப்பு தொடர்பான சில விடயங்கள் கீழே தரப்பட்டுள்ளன.
- pH பெறுமானம் குறைவடைதல்
- புறப்பிரசாரணம் நிகழுதல்
- வெப்பத்தைப் பிரயோகித்தல்
- செறிவு அதிகரித்தல்

பின்வரும் உணவுகளுள் எதில் மேற்குறித்த எல்லா விடயங்களும் அதன் நற்காப்பில் சம்பந்தப்படும்?
(1) கருவாடு (2) உருளைக்கிழங்கு ரொபி
(3) விளாம்பழ ஜாம் (4) மீன் புளித்தீயல்

15. பான்கேக் தயாரிக்கும்போது வெப்ப ஊடுகடத்தல் பிரதானமாக நடைபெறுவது
(1) கடத்தல் மூலமாகும். (2) மேற்காவுகை (உடன்காவுகை) மூலமாகும்.
(3) கதிர்வீசல் (கதிர்ப்பு) மூலமாகும். (4) கடத்தலும் கதிர்வீசலும் மூலமாகும்.

16. பின்வரும் உணவுகளுள் குழையல் மாவிலிருந்து **தயாரிக்கப்படாதது** எது?
(1) சப்பாத்தி (2) பிட்டு (3) இடியப்பம் (4) ரொட்டி

17. பழச்சலாது தயாரிக்கும் போது
(1) அப்பிள், வாழைப்பழம் போன்ற பழங்களை இறுதியாகச் சேர்த்தல் வேண்டும்.
(2) அலுமினியம் அல்லது கண்ணாடி பாத்திரத்தைப் பயன்படுத்த முடியும்.
(3) சீனியைச் சேர்த்து நன்கு கலக்குதல் வேண்டும்.
(4) எந்த வகையான பழத்தையும் பயன்படுத்த முடியும்.

18. முன் பிரசவ விருத்திக்கு ஏற்ப சூலின் பருவம் (நுகப் பருவம்) முற்றுப் பெறுவது
(1) சூலகத்தில் (2) பலோப்பியன் குழாயில் (3) கருப்பைக் கழுத்தில் (4) கருப்பையில்

19. முதிர் மூலவுருவில் நரம்பு இழையங்களின் விருத்திக்கு முக்கியமான போசணைப் பொருள்
(1) அயடீன் (2) கல்சியம் (3) விற்றமின் C (4) போலிக் அமிலம்

20. தாய் சேய் பிணியாய் நிலையத்தில் செய்யப்படும் சோதனைகள் மூலம் இனங்காணத்தக்க நோய் நிலைமை
(1) மலச்சிக்கல் (2) வயிற்றோட்டம் (3) உயர்குருதியமுக்கம் (4) சிறுநீரக நோய்கள்

21. MMR வக்சினால் தடுக்கப்படும் ஒரு நோய்
(1) குக்கல் (2) கூகைக்கட்டு (3) தொண்டைக்கரப்பான் (4) ஈர்ப்புவலி

22. வாழ்க்கை வட்டத்தில் விரைவான வளர்ச்சியைக் காட்டும் இரண்டு பருவங்கள்
(1) முன் பிள்ளைப்பருவமும் கட்டிளமைப்பருவமும் ஆகும்.
(2) குழந்தைப் பருவமும் பின் பிள்ளைப்பருவமும் ஆகும்.
(3) முன் பிள்ளைப்பருவமும் பின் பிள்ளைப்பருவமும் ஆகும்.
(4) குழந்தைப் பருவமும் கட்டிளமைப்பருவமும் ஆகும்.

[பக். 3 ஐப் பார்க்க

Department of Examinations, Sri Lanka
Department of Examinations, Sri Lanka

23. பின்வருவன சில விளையாட்டுப் பொருள்களின் இயல்புகளாகும்.
 A – நிறை குறைவானதாகவும் பெரியதாகவும் இருத்தல்.
 B – பகுதிகளைப் பொருத்தக் கூடியதாக இருத்தல்.
 C – காற்று ஊதக் கூடியதாக இருத்தல்.
 D – பல்வேறு நிறங்களைக் கொண்டதாக இருத்தல்.
 இவற்றுள் குழந்தைகளுக்கு உகந்த விளையாட்டுப் பொருள்களின் இயல்புகளைக் கொண்டவை
 (1) *A* உம் *B* உம் ஆகும். (2) *B* உம் *D* உம் ஆகும்.
 (3) *A* உம் *C* உம் *D* உம் ஆகும். (4) *B* உம் *C* உம் *D* உம் ஆகும்.

24. பிள்ளையொன்று ஆரம்ப (முந்திய) வயது மட்டத்தில் காட்டிய நடத்தைக் கோலங்களை மீண்டும் காட்டுதல் இனங்காணப்படுவது
 (1) கோபாவேஷம் எனவாகும். (2) பின்பற்றல் எனவாகும்.
 (3) மீளச்செய்தல் (பின்செல்லல்) எனவாகும். (4) இசைவாக்கம் எனவாகும்.

25. முன்பிள்ளைப்பருவ அபிவிருத்தி நிலையத்தில் உள்ள பிள்ளைகளின் கண் - கை ஒத்திசைவு விருத்திக்கு மிக உகந்த இரண்டு செயற்பாடுகள்
 (1) ஊஞ்சலாடுதல், வர்ணக் கடதாசி துண்டுகளை குறித்த வடிவத்தினுள் ஒட்டுதல்
 (2) பூக்களை தெரிதல், இலைகளைப் பிடுங்குதல்
 (3) விரல்களுக்கு வர்ணந்தீட்டுதல், படங்களை ஒட்டுதல்
 (4) உருவொன்றை நிறந்தீட்டுதல், போத்தலில் நீர் நிரப்புதல்

26. மூன்று வயதுடைய குழந்தை ஒன்று கோபாவேசத்தைக் காட்டும்போது மேற்கொள்ளத்தக்க நடவடிக்கை
 (1) பிள்ளையின் கவனத்தை திசை திருப்புதல் (2) செல்லங்கொஞ்சி ஆறுதல் படுத்தல்
 (3) கவனத்திலெடுக்காதிருத்தல் (4) தண்டனை வழங்கல்

27. கட்டிளமைப் பருவப் பிள்ளைகளில் **காணக்கிடைக்காத** குணப்பண்பு
 (1) சுயநலம் (2) வீரவணக்கம் செலுத்துதல்
 (3) விரக்தி (4) சுயாதீனமாகச் செயற்படல்

28. நார்களின் வகைப்படுத்தலுக்கேற்ப ரேயோன் நாரானது அடங்குவது
 (1) செயற்கையான நார்க் கூட்டத்தினுள் (2) கனிய நார் கூட்டத்தினுள்
 (3) பாதி செயற்கையான நார்க் கூட்டத்தினுள் (4) தாவர நார் கூட்டத்தினுள்

29. விசுப்பத்தையலைப் பயன்படுத்தி தையல் ஆரம்பிக்கப்படுவது பின்வரும் தையல் முறைகளுள் எதிலாகும்?
 (1) சோம் தையல் (2) சிறுநூலோடித் தையல் (3) பெருநூலோடித் தையல் (4) கம்பளித் தையல்

30. தையலில் ஒத்த தன்மையைக் காட்டும் இரண்டு அலங்காரத் தையல்கள்
 (1) சங்கிலித் தையல், தனிச் சங்கிலித் தையல் (லெயிசிடெயிசி தையல்)
 (2) நரம்புத் தையல், வெட்டுக்குத்து தையல்
 (3) தனிச் சங்கிலித் தையல், நரம்புத் தையல்
 (4) வெட்டுக்குத்து தையல், சங்கிலித் தையல்

31. தழுவணை உறையை அழகுபடுத்துவதற்காக வர்ண துணித் துண்டுகள் காட்டுரு அலங்கார முறையில் தைக்கப்பட்டன. இச் செயன்முறை அழைக்கப்படுவது
 (1) அலங்காரத்திணிப்பு வேலை எனவாகும். (2) புடைப்பாக்கம் (embossing) எனவாகும்.
 (3) அலங்காரத் தையல் வேலை எனவாகும். (4) அப்பிளிக் வேலை எனவாகும்.

32. பின்வருவன பொருத்துகள் தைத்தல் தொடர்பாக மாணவர் ஒருவரால் எழுதப்பட்ட குறிப்பிலிருந்து பெறப்பட்ட சில வாக்கியங்கள் ஆகும்.
 A – துணித்துண்டுகள் இரண்டினதும் பிழையான பக்கங்களை முகத்திற்கு முகம் வைத்து அவற்றை இணைத்தல்
 B – துணித்துண்டுகள் இரண்டினதும் நல்ல பக்கங்களை முகத்திற்கு முகம் வைத்து அவற்றை இணைத்தல்
 C – பொருத்தின் ஒரு துண்டின் அரைவாசியை வெட்டி விளிம்பு மடிப்பைத் தைத்தல்
 D – முதலாவது பொருத்து தெரியாதவாறு இரண்டு துணித்துண்டுகளையும் அடுத்த பக்கம் திருப்பி தைத்தல்
 மேற்குறித்தவற்றுள் பிரான்சியப் பொருத்து தொடர்பான வாக்கியங்கள்
 (1) *A*, *C* ஆகியன (2) *A*, *D* ஆகியன (3) *B*, *C* ஆகியன (4) *B*, *D* ஆகியன

33. நிலைக்குத்தான தெறியோட்டை ஒன்றினை தைத்து நேர்த்தியாக்குகையில்
 (1) தெறியோட்டைத் தையல் மாத்திரம் பயன்படுத்தப்படுகின்றது.
 (2) கம்பளித் தையல் மாத்திரம் பயன்படுத்தப்படுகின்றது.
 (3) தெறியோட்டைத் தையலும் விசுப்பத்தையலும் பயன்படுத்தப்படுகின்றன.
 (4) கம்பளித் தையலும் தெறியோட்டைத் தையலும் பயன்படுத்தப்படுகின்றன.

[பக். 4 ஐப் பார்க்க

Department of Examinations, Sri Lanka
Department of Examinations, Sri Lanka

16600

34. பின்வருவன குழந்தைகளுக்கான ஆடை (baby shirt) இனை வெட்டித் தைத்தல் தொடர்பான சில படிமுறைகள் ஆகும். இவற்றுள் **தவறான** படிமுறை

(1) முன் சுருங்குதலுக்காக துணியைக் கழுவுதல்.
(2) மாதிரியுருவை துணியின் பாவுதிசைக்குச் சமாந்தரமாக வைத்தல்.
(3) துணிக்கும் மாதிரியுருவுக்கும் இடையே காபன் கடதாசியை வைத்து சுவடுவரை சில்லினால் அடையாளமிடல்.
(4) தோள் பகுதியைத் தைத்து பின்னர் திறப்பு, கழுத்து வெட்டு, புயக்குழைச்சடி ஆகியவற்றைத் தைத்தல்.

35. துணையணிகளை நிர்மாணிக்கும்போது

A – திறப்பிற்கு இணைப்பி பிடித்தலுக்கு அமுக்கத் தெறிகளைப் பயன்படுத்த முடியும்.
B – நுட்பத் தையல் முறைகள் மாத்திரம் பயன்படுத்தப்படுகின்றன.
C – மேற்பரப்பு அலங்கார முறைகளைப் பயன்படுத்துவதன் மூலம் அழகு மேம்படுத்தப்படும்.
D – நல்ல பக்கத்தினதும் பிழையான பக்கத்தினதும் நேர்த்தியைக் கருத்திற் கொள்ளல் வேண்டும்.

இவற்றுள் சரியான கூற்றுகள்

(1) *A, C, D* ஆகியன (2) *A, B* ஆகியன (3) *B, D* ஆகியன (4) *C, D* ஆகியன

36. 'குடும்பம்' தொடர்பாக மாணவர் ஒருவரால் எழுதப்பட்ட குறிப்பிலிருந்து பிரித்தெடுக்கப்பட்ட சில கூற்றுகள் கீழே தரப்பட்டுள்ளன.

A – கருக்குடும்பத்தில் போன்றே ஆரம்ப கட்டத்தில் உள்ள குடும்பத்திலும் தாய், தந்தை, பிள்ளைகள் இருப்பர்.
B – விருத்தி நிலையில் உள்ள குடும்பத்தில் தாய், தந்தை ஆகியோருக்கு மேலதிகமாக உறவினர்களும் இருப்பர்.
C – முதிர்ச்சிக் கட்டத்திலுள்ள குடும்பத்தில் தாய், தந்தை ஆகியோர் இருப்பர். சிலவேளைகளில் அவர்களுள் ஒருவர் இருப்பர்.
D – கூட்டுக் குடும்பத்தில் தாய், தந்தை, பிள்ளைகள் என்போருடன் உறவினர்களும் இருப்பர்.

மேற்குறித்தவற்றுள் சரியானவை

(1) *A, B, C* ஆகியன (2) *B, C, D* ஆகியன (3) *B, C* ஆகியன (4) *C, D* ஆகியன

37. வீடொன்றினை ஒழுங்கமைக்கையில் அறைகளை இடப்படுத்தல் மிக முக்கியமாகும். அதற்கேற்ப **பொருத்தமற்ற** இடப்படுத்தல் இவற்றுள் எது?

(1) சாப்பாட்டறை - வரவேற்பறை (2) வரவேற்பறை - படுக்கை அறை
(3) படுக்கை அறை - குளியலறையும் மலசலகூடமும் (4) சாப்பாட்டறை - சமையலறை

38. பின்வரும் தளபாடங்களுள் 'நெகிழ்ச்சி' யைக் காட்டுவது எது?

(1) கண்ணாடியுடனான அலுமாரி (2) மடிக்கக்கூடிய கதிரை
(3) நீட்டத்தக்க புயங்களைக் கொண்ட சோபா (4) லாச்சிகளைக் கீழே கொண்ட கட்டில்

39. அறையொன்றின் கதவுகளுக்கும் யன்னல்களுக்கும் மேலே காற்றோட்டத் துவாரங்களை வைப்பதன் நோக்கம்

(1) குளிர்மையான காற்று உள்நுழைவதற்காக ஆகும்.
(2) வெப்பமான காற்று வெளியேறுவதற்காக ஆகும்.
(3) குளிர்மையான காற்று வெளியேறுவதற்காக ஆகும்.
(4) குறுக்கு காற்றோட்டத்திற்காக ஆகும்.

40. பணம், சொத்து, நேரம் ஆகிய வளங்கள் பின்வரும் கூட்டங்களுள் எதில் அடங்கும்?

(1) பௌதிக வளங்கள் மற்றும் பௌதிகமல்லாத வளங்கள்
(2) மனித வளங்கள் மற்றும் பௌதிக வளங்கள்
(3) பௌதிக வளங்கள்
(4) மனித வளங்கள் மற்றும் பௌதிகமல்லாத வளங்கள்

* *

[பக். 5 ஐப் பார்க்க

Department of Examinations, Sri Lanka
Department of Examinations, Sri Lanka

ශ්‍රී ලංකා විභාග දෙපාර්තමේන්තුව / முழுப் பதிப்புரிமையுடையது / All Rights Reserved]

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

85 T I, II

අධ්‍යයන පොදු සහතික පත්‍ර (සාමාන්‍ය පෙළ) විභාගය, 2015 දෙසැම්බර්
கல்விப் பொதுத் தராதரப் பத்திர (சாதாரண தர)ப் பரீட்சை, 2015 டிசெம்பர்
General Certificate of Education (Ord. Level) Examination, December 2015

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

மனைப் பொருளியல் II

※ **முதலாம்** வினாவையும் வேறு **நான்கு** வினாக்களையும் தெரிவுசெய்து, எல்லாமாக **ஐந்து (05)** வினாக்களுக்கு மாத்திரம் விடை எழுதுக.

---

1. பின்வரும் நிகழ்வைக் கற்று தரப்பட்டுள்ள வினாக்களுக்குச் சுருக்கமான விடை எழுதுக.

உணவு பாதுகாப்பு, உணவு நுகர்ச்சி முறை, வீட்டுப் பிரச்சினை, சிறுவர் பாதுகாப்பு, உடைகளின் பாங்கு என்பன சமூகத்தில் விசேட கவனம் செலுத்தப்பட வேண்டிய சமகாலத்திலுள்ள சில விவாதத்திற்குரிய விடயங்கள் ஆகும். இவ்விடயங்கள் மனைப்பொருளியல் பாடத்துறையுடன் தொடர்புபட்டவையாகும். மாணவர்கள் குழுக்களாக மேற்குறித்த விடயங்களைச் செயற்றிட்டங்களினூடாகக் கற்கின்றனர். அதனூடாக அவர்கள் மேற்குறித்த விடயங்கள் தொடர்பாகத் தகுந்த தீர்மானம் மேற்கொள்வதற்குத் தேவையான தேர்ச்சிகளைப் பெற்றுக் கொள்கின்றனர்.

(i) உணவைக் களஞ்சியப்படுத்தும்போது உணவின் தரப்பண்புகளைப் பேணுதலில் தடையாக இருக்கும் **இரண்டு** காரணிகளை எழுதுக.

(ii) சரியான முறையில் பொதி செய்தல் மூலம் உணவுப் பாதுகாப்பை மேற்கொள்ள முடியும். பொதி செய்தலுக்குப் பயன்படுத்தும் **நான்கு** பொருள்களைக் குறிப்பிடுக.

(iii) உடனடி உணவுகள் உட்கொள்ளுதலுக்கு ஏன் உகந்தவை **அல்ல** என்பதற்கான **இரண்டு** காரணங்களைக் குறிப்பிடுக.

(iv) காலை உணவு வேளையைத் தவிர்த்துக் கொள்வதனால் பாடசாலைப் பிள்ளைகளுக்கு ஏற்படும் **தீங்கான** விளைவுகள் **இரண்டினை** எழுதுக.

(v) உடைகளுக்கான (ஆடை) வடிவமைப்புக் கோலங்களை நிர்மாணிக்கும்போது கருத்திற் கொள்ள வேண்டிய விடயங்கள் **இரண்டினை** எழுதுக.

(vi) ஆடையின் சரியான நேர்த்தியில் தாக்கத்தை ஏற்படுத்தும் **நான்கு** விடயங்களைக் குறிப்பிடுக.

(vii) விபத்துகளிலிருந்து பிள்ளைகளைப் பாதுகாப்பதற்கு முன்பிள்ளைப் பருவ அபிவிருத்தி நிலையத்தினை ஒழுங்கமைக்கும்போது கருத்திற் கொள்ள வேண்டிய **இரண்டு** விடயங்களை எழுதுக.

(viii) முன்பிள்ளைப் பருவப் பிள்ளைகளில் நற்பழக்க வழக்கங்களை உருவாக்குவதில் பெற்றோர் மேற்கொள்ள வேண்டிய **இரண்டு** நடவடிக்கைகளைக் குறிப்பிடுக.

(ix) வீடொன்றைத் திட்டமிடுவதற்காக நிலம் ஒன்றினைத் தெரிவு செய்யும்போது கருத்திற் கொள்ள வேண்டிய **இரண்டு** விடயங்களைக் குறிப்பிடுக.

(x) நகர்ப்புறங்களில் வீட்டுப் பிரச்சினை மிக உக்கிரமானதாகும். இப்பிரச்சினையைக் குறைத்துக் கொள்வதற்காகத் தேசிய மட்டத்தில் மேற்கொள்ளப்படுகின்ற **இரண்டு** நடவடிக்கைகளை எழுதுக.

2. (i) (a) குழந்தைக்கான ஆடை (baby shirt) ஒன்றினை நிர்மாணிக்கும்போது கருத்திற் கொள்ள வேண்டிய **மூன்று** விடயங்களை எழுதுக.

(b) குழந்தை ஆடை ஒன்றிற்கு உகந்த அடிப்படை மாதிரியுரு (block pattern) ஒன்றை வரைக.

(ii) சுவர் அலங்காரமொன்றின் விளிம்பினை அலங்காரமாக நேர்த்தியாக்குவதில் பயன்படுத்தும் **இரண்டு** முறைகளைப் பெயரிடுக. அவற்றுள் **ஒரு** முறையினை விளக்குக.

[பக். 6 ஐப் பார்க்க

Department of Examinations, Sri Lanka

3. (i) ஈரமான வெப்பத்தில் சமையல் செய்யும் முறைகள் **மூன்றினைப்** பெயரிடுக. அவற்றுள் **ஒரு** முறையினை உதாரணத்துடன் விளக்குக.

(ii) பின்வருவனவற்றை இனங்காண்க.

உணவு தயாரிப்பில்

(a) பதப்படுத்தல் (marinating)

(b) நொதித்தல் / பொங்கவைத்தல் (fermentation)

(iii) உணவுக் கூம்பகம், சியார்சு செய்யப்பட்ட நாளாந்த போசணைத் தேவை அட்டவணை, உணவு அட்டவணைகள் ஆகியன உணவுவேளைகளைத் திட்டமிடும்போது பயன்படுத்தப்படும் மூலாதாரங்கள் ஆகும். உணவு வேளையைத் திட்டமிடும்போது இவற்றுள் **இரண்டின்** முக்கியத்துவத்தை விளக்குக.

4. (i) பல்சக்கரைட்டுகள் **மூன்றினைப்** பெயரிட்டு, அவை ஒவ்வொன்றும் அடங்கும் ஓர் உணவு வகையை எழுதுக.

(ii) உட்கொள்வதற்கு வைக்கப்பட்டிருந்த பாலிலும் பாணிலும் பின்வரும் மாற்றங்கள் ஏற்பட்டிருந்தன.

- பால் புளிப்படைந்திருத்தல்.
- பாண் துண்டுகள் மீது கருமை நிறம் தோன்றியிருத்தல்.

இவை ஒவ்வொன்றுக்குமுரிய காரணத்தை எழுதுக.

(iii) கர்ப்பிணிப் பெண்ணொருவருக்கு காலை உணவு வேளையைத் திட்டமிடுக. இவ் உணவுவேளையில் ஒவ்வொரு உணவும் உள்ளடக்கப்பட்டமைக்கான காரணங்களை குறிப்பிடுக.

5. (i) வீட்டு மட்டத்தில் நீரைக் காப்பதற்கு மேற்கொள்ள வேண்டிய **மூன்று** நடவடிக்கைகளைக் குறிப்பிடுக.

(ii) பின்வரும் பிரமாணங்களைக் கவனத்திற் கொண்டு, படுக்கையறை ஒன்றிற்கான தளத்திட்டத்தினை அளவுத் திட்டத்திற்கு அமைய வரைக.

- அறையின் அளவு - 12' x 10'
- 10 அடிச் சுவரில் மூன்று துண்டுகளைக் கொண்ட யன்னல் உள்ளது.
- 12 அடிச் சுவரில் கதவு உள்ளது.

(iii) வீட்டை அலங்கரிக்கையில் வீட்டுத் தோட்டத்தினை எங்ஙனம் தகுந்தவாறு ஒழுங்குபடுத்தலாம் என ஆராய்க.

6. (i) தாய் சேய் பிணியாய் நிலையத்தில் கர்ப்பிணித்தாய் குருதிச் சோதனைக்கு உட்படுத்தப்படுகின்றார். இச்சோதனையில் இனங்காணப்படும் **மூன்று** விடயங்களைக் குறிப்பிடுக.

(ii) "கட்டிளமைப்பருவத்தினரில் விரைவான சமூக வளர்ச்சியைக் (விருத்தியை) காணக்கூடியதாக உள்ளது." ஆராய்க.

(iii) (a) முன் பிள்ளைப் பருவப் பிள்ளைகளிடையே காணப்படும் நடத்தைசார் பிரச்சினைகள் **இரண்டினைக்** குறிப்பிடுக.

(b) அவற்றுள் **ஒரு** பிரச்சினை ஏற்படுவதற்கான காரணங்களையும் அதனை வெற்றி கொள்வதற்கான பரிகார நடவடிக்கைகளையும் எழுதுக.

7. (i) முன் பிரசவ விருத்திக் காலத்துடன் தொடர்புபட்ட

(a) கருக்கட்டல்

(b) உட்பதித்தல்

ஆகியன பற்றி குறிப்புகள் எழுதுக.

(ii) முன் பிள்ளைப் பருவ அபிவிருத்தி நிலையம் ஒன்றில் பிள்ளைகளின் கணித எண்ணக்கருக்களின் விருத்திக்கான செயற்பாடுகள் திட்டமிடப்படுகின்றன. கணித எண்ணக்கருக்களுள் **ஒன்றினை** விருத்தி செய்வதற்குப் பயன்படுத்தப்படும் ஒரு செயற்பாட்டினை விளக்குக.

(iii) கட்டிளமைப் பருவத்தினரின் துணைப்பாலியல்புகளை ஆராய்க.

* * *

Department of Examinations, Sri Lanka
Department of Examinations, Sri Lanka