කැලණිය අධ්‍යාපන කලාපය

මධ්‍ය වාර පරීක්ෂණය - 2016

ගෘහ ආර්ථික විද්‍යාව

10 ශ්‍රේණිය කාලය - පැය 03 යි.

1 - කොටස

ප්‍රශ්න සියල්ලටම පිළිතුරු සපයන්න.

නිවැරදි පිළිතුර තෝරා යටින් ඉරක් අඳින්න.

1. කාබෝහයිඩ්‍රේට් සංයුතියෙහි හයිඩ්‍රජන් සහ ඔක්සිජන් අනුපාතය වනුයේ
   i 1.1 යි. ii 1.2 යි . iii 2.1 යි. iv 2.2 යි.
2. ශාකමය ආහාර වල අඩංගු කාබෝහයිඩ්‍රේට් වර්ගයකි.
   i ග්ලයිකෝජන් ii ලෙසිතීන් iii ජෙලටින් iv පෙක්ටීන්
3. තයිරොක්සින් හෝමෝනය නිපදවීම සඳහා අවශ්‍ය ඛණිජය වනුයේ
   i සින්ක් ය. ii පොටෑසියම් ය. iii අයඩින් ය. iv පොස්පරස්
4. විටමින් c ලබා ගැනීම සඳහා වඩාත් සුදුසු ආහාර ප්‍රභව වනුයේ
   i පේර, ගොටුකොළ සහ ලේලි ය. ii වට්ටක්කා, අඹ සහ පැපොල් ය.
   iii නාරං, කෙසෙල් සහ බෝංචි ය. iv අන්නාසි, කරවිල සහ ගෝවා ය.
5. කැල්සියම් බහුල ආහාර අඩංගු කාණ්ඩය වනුයේ
   i මස් සහ බිත්තර ය. ii ගෝව හා නිවිති ය. iii කිරි හා හාල්මැස්සන් ය. iv මාළු හා කොස් ය.
6. ආහාර පිරමීඩයෙහි පහළින්ම ඇතුලත් කර ඇති ආහාර කාණ්ඩය වනුයේ
   i අල වර්ග, ධාන්‍ය හා එළවළු ය. ii පලතුරු, ධාන්‍ය නිෂ්පාදිත හා අල වර්ග ය.
   iii ධාන්‍ය, ධාන්‍ය නිෂ්පාදිත හා අල වර්ගය. iv ධාන්‍ය නිෂ්පාදිත එළවළු හා පලතුරු ය.
7. රයිබෝෆ්ලේවින් ලෙස හැඳින්වෙනුයේ
   i විටමින් B_1 ය. ii විටමින් B_2 ය. iii විටමින් B_6 ය . iv විටමින් B_{12} ය .
8. නිරක්තියෙන් පෙළෙන අයෙකුගේ ආහාර වේල් වල වැඩිපුර අඩංගු කළ යුතු ආහාර ද්‍රව්‍ය 3 කි.
   i බිත්තර, පීකුදු හා පලා වර්ග ii කිරි, පීකුදු හා මස්
   iii පලා වර්ග. රටඉදි හා මුං ඇට iv මස්, බිත්තර හා මුං ඇට
9. ආහාර වල ගුණාත්මක භාවය තීරණය කරන සාධකයක් <u>නොවන්නේ</u>
   i රසය. ii ප්‍රමාණය . iii පෝෂණ අගය. iv සෞඛ්‍යාරක්ෂිත බව.
10. වැඩිම දෛනික කැලරි අවශ්‍යතාවක් ඇත්තේ
    i යොවුන් දැරියකට ය. ii ගර්භණී මවකට ය.
    iii වැඩිහිටි කාන්තාවකට ය. iv මහලු කාන්තාවකට ය.
11. පිපුම් කාරකයක් යොදා සකස් කළ පිටි මෝලිය මද වේලාවකින් සැහැල්ලු බවක් පෙන්වීය . මීට හේතුව වූයේ.
    i පිපුම් කාරකයෙන් ඔක්සිජන් පිටවීම ය. ii පිපුම් කාරකයෙන් හයිඩ්‍රජන් පිටවීම ය.
    iii පිපුම් කාරකයෙන් ජලය පිටවීම ය. iv පිපුම් කාරකයෙන් කාබනඩයොක්සයිඩ් පිටවීම ය.
12. තෙත් තාපයෙන් ආහාර පිසීමේ ක්‍රමයකි.
    i ග්‍රිල් කිරීම. ii ස්ටු කිරීම. iii පෝරණුවේ පිලිස්සීම. iv ගැඹුරු තෙලේ බැදීම.

13. ජීවාණුහරනය මගින් සිදුවන්නේ

i හානිකර ක්ෂුද්‍ර ජීවීන් විනාශ වීමය. ii සියලුම ක්ෂුද්‍ර ජීවීන් විනාශ වීමය.

iii ක්ෂුද්‍රජීවීන්ගේ වර්ධන වේගය පාලනය වීමය. iv ක්ෂුද්‍රජීවීන්ගේ වර්ධන වේගය අඩපන වීමය.

14. මාෂබෝග වල අඩංගු ප්‍රෝටීනයකි.

i ලෙගියුමින් ii ග්ලුටන් iii කේසීන් iv මයොසීන්

15. බත් ,පාන් ,අල, බතල වල බහුලව අඩංගු වනුයේ

i ප්‍රෝටීන් ය. ii විටමින් ය. iii මේදය ය. iv කාබෝහයිඩ්‍රේට් ය.

16. අස්ථි විකෘති රෝගය ඇතිවීම කෙරෙහි බලපාන විටමින් වර්ගයකි.

i විටමින් A ii විටමින් B iii විටමින් C iv විටමින් D

17. බිත්තර වල අඩංගු ප්‍රෝටීනයකි.

i ජෙලටින් ii ඇල්බියුමින් iii මයොසීන් iv කේසීන්

18. B කාණ්ඩයේ විටමින් වර්ග සමහරක් ඌන වීම නිසා නිරක්තිය සෑදේ ඉන් එක් විටමිනයක් වනුයේ

i ෆෝලික් අම්ලය ය. ii තයමින්ය. iii රයිබෝෆ්ලේවින්ය. iv නයසීන්ය.

19. නිරක්තියේ රෝග ලක්ෂනයකි

i වමනය. ii විඩාව. iii සම රළුවීම. iv උදරය විශාල වීම

20. ශරීරයේ උණුසුම පවත්වා ගැනීමට උපකාරීවේ.

i විටමින්. ii මේදය. iii ඛනිජ iv ප්‍රෝටීන්

21. විස්තෘත පවුල පිලිබඳ සත්‍ය ප්‍රකාශය වනුයේ

i පෞද්ගලිකත්වය ආරක්ෂා වීමය . ii තීරණ ගැනීම පහසු වීමය.

iii මුදල් පාලනය පහසු වීම ය. iv සහයෝගීතාවය වර්ධනය වීම ය.

22. පවුල් වර්ග අතරින් සරලම පවුල් වර්ගය වන්නේ

i බද්ධ පවුල ය. ii විස්තාරික පවුල ය. iii න්‍යෂ්ඨික පවුල ය. iv සංයුක්ත පවුල ය.

23. මෙලොව ජීවත් වන සෑම අයෙක්ම වෙනත් පවුල් ඒකක වලට සම්බන්ධ වුවත් ඔවුන් සියලු දෙනාම කවර පවුලක සාමාජිකයන්ද?

i විස්තෘත පවුලක සාමාජිකයන්ය. ii න්‍යෂ්ඨික පවුලක සාමාජිකයන්ය.

iii ව්‍යාප්ත පවුලක සාමාජිකයන්ය. iv විස්තෘත පවුලක සාමාජිකයන්ය.

24. පවුලේ ජීවන චක්‍රය බෙදිය හැකි අවයින් පිලිවෙලින් දක්වා ඇත්තේ

i සංකෝචක අවධිය, ප්‍රසාරික අවධිය, හා මධ්‍යම අවධිය ලෙස ය.

ii ආරම්භක අවධිය.වර්ධක අවධිය හා මහලු අවධිය ලෙස ය.

iii ආරම්භක අවධිය.වර්ධක අවධිය හා අවධිය සංකෝචක ලෙස ය.

iv ළමා අවධිය. ආරම්භක අවධිය හා සංකෝචක අවධිය ලෙස ය.

25. ආරම්භක අවධියේ කාන්තාව සතු භූමිකාවක් <u>නොවන්නේ</u>

i සමාජයට පමණක් යහපත් කාන්තාවක් විම ය. ii තම ස්වාමියාට යහපත් බිරිඳක් වීම ය.

iii දෙපාර්ෂවයේ ම ඥාතීන්ට යහපත් ඥාතිවරියක් වීම ය. iv දරුවන්ට යහපත් මවක් වීමය.

26. ගෘහයක භෞතික සංවිධානය තුලින් උපරිම කාර්යක්ෂමතාවයක් ලබා ගත හැකි වනුයේ එහි කාමර කවර ආකාරයට ගොනු කිරීමෙන්ද?

i නිදන කාමරය, මුවතැන්ගෙය හා විසිත්ත කාමරය ලෙස ය.

ii නාන කාමරය, මුවතැන්ගෙය හා ගබඩා කාමරය ලෙස ය

iii ගබඩා කාමරය, මුවතැන්ගෙය හා කෑම කාමරය ලෙස ය.

iv ආලින්දය, නිදන කාමරය හා කෑම කාමරය ලෙස ය.

27. නාන කාමර වල සහ වැසිකිලි වල ගෙබිමෙහි තිබිය යුතු ලක්ෂණයකි.

i කඩතොළු සහිත පෘෂ්ඨයකින් යුක්ත වීම ii මටසිලිටු සහිත පෘෂ්ඨයකින් යුක්ත වීම

iii රළු පෘෂ්ඨයකින් යුක්ත වීම iv ඔප දමන ලද පෘෂ්ඨයකින් යුක්ත වීම

28. පහත දැක්වෙන දෑ අතුරින් බහු කාර්යය ගෘහ භාණ්ඩ ඝණයට අයත් වනුයේ නිදන කාමරයේ ඇති

i මේසය හා පුටුවකි . ii යට ලාච්චු සහිත ඇඳකි . iii තට්ටු ඇඳකි. iv හකුලන මේසයකි.

29. විසිත්ත කාමරයක් සඳහා වඩාත්ම යෝග්‍ය වන්නේ
i ජනෙල් වලට ග්‍රිල් යෙදීම යි.
ii උසින් අඩු ජනෙල් යෙදීම යි.
iii ජනෙල් වලට පාරභාෂක වීදුරු යෙදීම යි.
iv දොර පියන් පිටතට විවෘත වීම යි.

30. නිවෙස් වල භාවිත වන අලංකාරයට අමතරව ප්‍රයෝජන ද ලබා ගත හැකි උපාංග 2 කි.
i මල් සැකසුම් හා ලාම්පු ආවරන.
ii ඔරලෝසුව හා ඉටිපන්දම් ධාරකය.
iii කුෂන්කොට්ට හා මල් සැකසුම්
iv ඔරලෝසුවහා බිත්ති සැරසිලි.

31. අලංකරණ උපාංගයක් ලෙස උස් වූ විසිතුරු මල් බඳුනක් තැබීම සඳහා වඩාත්ම සුදුසු ස්ථානයක් වන්නේ
i උසින් වැඩි ටීපෝවක් මතය.
ii උසින් අඩු ටීපෝවක් මතය
iii උසින් වැඩි බිත්ති මුල්ලකය.
iv උසින් අඩු බිත්ති මුල්ලකය.

32 බිම් සැලැස්මක් ඇඳීමේදී හෝ අඳින ලද බිම් සැලැස්මක් පිළිබඳ අවබෝධයක් ලබා ගැනීමේදී ඒ සඳහා යොදා ඇති කවර දෑ ගැන දැන ගත යුතුද?
i පරිමාණය හා දිශාව
ii පරිමාණය හා සංකේත
iii පරිමාණය හා කාමර
iv පරිමාණය හා ජනේල

33 නිවසක එක් ස්ථානයක සිට තවත් ස්ථානයකට ගමන් කළ හැකි වන පරිදි සකස් කරන ලද බිම් තීරුව හඳුන් වන්නේ
i ගමන් ඉඩ
ii බිම් තීරුව
iii ගමන් මඟ
iv පාර

34 ගෘහීය සම්පත් අතුරින් භෞතික නොවන සම්පත් වනුයේ
i මුදල් හා ජලය යි. ii කාලය හා ජලය යි. iii කාලය හා විදුලිය යි. iv මුදල් හා විදුලිය යි.

35 මේවායින් මානව සම්පත් වනුයේ
i දැනුම, ආකල්ප, කුසලතා හා ශ්‍රමය.
ii දැනුම, ආකල්ප, කුසලතා හා මුදල් .
iii දැනුම, ආකල්ප, කුසලතා හා කාලය.
iv දැනුම, ආකල්ප, කුසලතා හා ඉඩකඩ.

36 මූලික මැහුම් ක්‍රම ප්‍රධාන වශයෙන් කොටස් දෙකකට බෙදිය හැකියි.
i නූල් ඇඳීම හා සිහින් නූල් දිවවීම.
ii තාවකාලික මැහුම් ක්‍රම හා ස්ථිර මැහුම් ක්‍රම .
iii වාටි මැස්ම හා සැඟි වාටි මැස්ම.
iv මූලික මැහුම් ක්‍රම හා විසිතුරු මැහුම් ක්‍රම.

37 විසිතුරු මැහුම් ක්‍රමයක් <u>නොවන්නේ</u>
i දම්වැල් මැස්ම . ii පිස්මේන්තු මැස්ම iii ලේසි ඩේසි මැස්ම iv නැටි මැස්ම

38 අක් සැරසිලි ක්‍රමයක් වනුයේ
i රැලි පටි ඇල්ලීම ii වෙල්කෝ ටේප් ඇල්ලීම iii බොත්තම් ඇල්ලීම iv සැටින් මැස්ම යෙදීම.

39 කෙඳි වර්ගීකරණය ප්‍රධාන වශයෙන් කොටස් දෙකකි. එනම්
i ස්වභාවික කෙඳි හා මිනිසා විසින් සැකසූ කෙඳි
ii අර්ධ කෘත්‍රිම කෙඳි හා කෘත්‍රිම කෙඳි
iii ශාකමය කෙඳි හා සත්වමය කෙඳි
iv ඛනිජ කෙඳි හා කෘත්‍රිම කෙඳි

40 කපු රෙදි වෙනත් රෙදි වර්ග වලින් වෙන් කොට හඳුනා ගැනීම සඳහා යොදා ගත හැකි සරල පරීක්ෂණ ක්‍රමයක් <u>නොවන්නේ</u>
i අතගා බැලීම
ii ජල අවශෝෂකතාව බැලීම
iii පුළුස්සා බැලීම
iv මේද ද්‍රවනයක දමා බැලීම

(ලකුණු 40)

II - කොටස

පළමු වන ප්‍රශ්නය ඇතුලුව ප්‍රශ්න 4කට පිළිතුරු සපයන්න.

(1) i) න්‍යෂ්ටික පවුලක පුද්ගලාන්තර සම්බන්ධතාව පෙන්වන අවස්ථා 2 ක් ලියන්න.
ii) පවුලෙන් සමාජයට ඉටුවිය යුතු යුතුකම් හා වගකීම් 2ක් සඳහන් කරන්න.
iii) භූමියක් තෝරා ගැනීමේදි එම ප්‍රදේශයට අයත් වන පලාත් පාලන ආයතනය මගින් සැපයෙන සේවාවන් අනුව ලැබෙන යටිතල පහසුකම් 4 ක් ලියන්න.
iv) කුඩා නිවසක සීමිත ඉඩකඩ වැඩි ප්‍රයෝජනයක් ලබා ගත හැකි ලෙස භාවිත කළ හැකි බහු කාර්යය භාණ්ඩ 2 ක් සඳහන් කරන්න.
v) භෞතික සම්පත් 4ක් නම් කරන්න.
vi) අත්‍යාවශ්‍ය ඇමයිනෝ අම්ල 2ක් හම් කරන්න.
vii) මහා බනිජ හා ක්ෂුද්‍ර බනිජ 2 බැගින් නම් කරන්න.
viii) ගුණාත්මක ලක්ෂණ පිලිබඳව සැලකිලිමත් වෙමින්, පලතුරු තෝරා ගැනීමේදී වයනය පිළිබඳව ඔබ සැලකිළිමත් වන කරුණු 2ක් ලියන්න.
ix) සණ පිටි මෝලිය හඳුන්වන්න.
x) ළදරු ඇඳුම් සඳහා සුදුසු රෙදි වර්ග 2ක් නම් කරන්න. (ලකුණු 20)

(2) මෙලොව බිහිවන සෑම පුද්ගලයකුටම අයත් වන පළමු වැනි සමාජ ඒකකය පවුල වේ. පවුල සමාජයේ කුඩාම සංවිධානාත්මක ඒකකය යි.
i) න්‍යෂ්ටික පවුල හැඳින්විය හැකි වෙනත් නම් 3 ක් ලියන්න.
ii) විස්තෘත පවුලේ සාමාජිකයන් තුල දැකිය හැකි යහපත් ලක්ෂණ 3ක් ලියන්න.
iii) දරුවන්ගෙන් දෙමව්පියන්ට ඉටුවිය යුතු යුතුකම් 4ක් ලියන්න. (ලකුණු 10)

(3) හිසට සෙවනක්, ගතට සුවයක් , සිතට සැනසීමක් ලබාදිය හැකි වන්නේ නිවසක් මනාව සැලසුම් ක්‍රිම තුලිනි.
i) නිවසක් ගොඩ නැගීමේදී මූලිකව අවධානය යොමු කල යුතු කරුණු 3ක් ලියන්න.
ii) නිවසට ස්වභාවික ආලෝකය හා වාතාශ්‍රය ලබා ගත හැකි අනුයෝගී ක්‍රම 3ක් සඳහන් කරන්න.
iii) නිවාස සැලසුම් ඇඳීමේදි අවධානය යොමු විය යුතු කරුණු 4ක් සඳහන් කරන්න. (ලකුණු 10)

(4) අප ගන්නා ආහාර වල විවිධ පෝෂ්‍ය පදාර්ථ අඩංගු වේ.
i) පෝෂණය යනුවෙන් අදහස් කරන්නේ කුමක්ද?
ii) ක්ෂුද්‍ර පෝෂක උදාහරන දෙමින් පහදන්න.
iii) ජලය පානය කිරීමෙන් ශරීරයට ඇති ප්‍රයෝජන 4ක් ලියන්න. (ලකුණු10)

(5) වෙළඳපොලෙන් ආහාර මිලදී ගැනීමේදී ගුණාත්මක බව පිළිබඳව විමසිලිමත් වීම ඉතා වැදගත් වේ.
i) එළවළු වල ඇති ස්වභාවික වර්ණක 3ක් ලියන්න.
ii) පලතුරු වල ගුණාත්මක බව විනාශ වන අවස්ථා 3ක් සඳහන් කරන්න.
iii) ආහාර ගබඩා කර තැබීමේ දී ඒවායේ ගුණාත්මක ලක්ෂණ කෙරෙහි බලපාන සාධක 4ක් නම් කරන්න.