

අධ්‍යයන පොදු සහතික පත්‍ර (උ/පෙළ) විභාගය

ගෘහ ආර්ථික විද්‍යාව - I

13 ශ්‍රේණිය

කාලය පැය 02 යි.

- ප්‍රශ්න සියල්ලටම පිළිතුරු සපයන්න.

- (01) කලමනාකරණ තීරණ රදාපවතින කරුණු නම්,
 (1) දැනුම, ආකල්පය, ශ්‍රමය, කුසලතා (2) අරමුණු, දැනුම, ශ්‍රමය, ප්‍රමිතීන්
 (3) අගයන්, ප්‍රමිතීන්, ආකල්පය, අරමුණු, (4) මුදල්, දේපල, ඉඩකඩ, ආකල්ප (.....)
- (02) නිවාස අලංකරණයේ දී භාවිතා කරනු ලබන තිර රෙදි වර්ග 02,
 (1) ෆෝමල් හා ස්මොකින් ජලීටිස් ක්‍රමය (2) ටියර් ක්‍රමය හා කැලේ ක්‍රමය
 (3) ටයිටැබ් ක්‍රමය හා කොටේජ් ක්‍රමය (4) ප්‍රිසිලා හා කැලේ ක්‍රමය (.....)
- (03) සමවතුරසුකාර විසින් කාමරයක් විශාලකර පෙන්වීමට භාවිතා කරනු ලබන වර්ණ යොදාගත හැක්කේ,
 (1) බිත්ති හතරම දීප්තිමත් වර්ණ වීම (2) බිත්ති හතරම ලා වර්ණ වීම
 (3) සමාන්තර බිත්ති දෙක ලා වර්ණ වීම (4) සිවිලිම හා ගෙබිම තද වර්ණ වීම (.....)
- (04) වර්ණ ආලේප කිරීමේදී වැදගත්වන්නේ,
 (1) විවිධ අගයන්ගෙන් වර්ණ භාවිතා කිරීම (2) උණුසුම් වර්ණ භාවිතා නොකිරීම
 (3) සමාන තීව්‍රතාවයකින් භාවිතා කිරීම (4) උදාසීන වර්ණ භාවිතා කිරීම (.....)
- (05) 750W හා 250V ලෙස සඳහන්ව ඇති විදුලි උපකරණයක් තුළින් ගලායන ධාරාව වන්නේ,
 (1) 1:5 AMP (2) 3:2 AMP (3) 0.42 AMP (4) 5.2 AMP (.....)
- (06) නිවසක් ගොඩනැගීමේදී පිළිපැදිය යුතු නීතිමය කරුණකි,
 (1) භූමියේ පිහිටීම (2) නිසි මානක සැලැස්මක් තිබීම
 (3) බිම් සැලැස්ම අවශ්‍යතාවයට අනුව ඇඳීම (4) භූමියේ හැඩය (.....)
- (07) ස්වභාවිකත්වය හා ක්‍රියානුරූපීඛව ළඟාකර ගැනීමට නම්,
 (1) ගසක කඳ කොටසින් ගෙමිදුලේ ආසනයක් සැකසීම.
 (2) බිත්තියකට විදුරු ගල් සවිකිරීම.
 (3) අලංකාර බිම් ගඩොල් ඇල්ලීම.
 (4) කැටයම් සහිත ලෝහමය අත්වැටක් පියගැටපෙළට යෙදීම. (.....)
- (08) නිවෙස තුළට පරාවර්ථිත ආලෝකය ලබාගත නොහැක්කේ,
 (1) නිවස තුළ ඇති ගෘහ භාණ්ඩ මඟින් පරාවර්තන වීම.
 (2) බිත්තිවලට ලා වර්ණාලේප කිරීම.
 (3) තාප්පයට ලා වර්ණ ආලේප කිරීම.
 (4) බිත්තිවලට තද වර්ණ ආලේප කිරීම. (.....)

- (09) නිවස අලංකරණයේ දී භාවිතා කරනු ලබන උපාංග යොදාගැනීමේ අරමුණක් නොවන්නේ,
 (1) ක්‍රියාශීලීබවක් ලබාදීම. (2) හිස්බවක් නොමැති ලෙස පෙන්වීම.
 (3) ගෘහ භාණ්ඩවල ඇද පලුදු පෙන්වාදීම. (4) නිර්මාණාත්මක බවක් ගෙනදීම. (.....)
- (10) නිවස ආශ්‍රිතව නිර්මාණය කරනු ලබන දිය ඇල්ලකින් ස්වභාවිකත්වය ඇතිකළ හැකි ක්‍රම නම්,
 (1) හරිත වර්ණ, පසුතලයට ලා වර්ණ යෙදීම.
 (2) බිතු කැටයම්, වතුර මල්.
 (3) සිමෙන්ති ගල්, රිද්මයානුකූල ජලය ගලා යෑම.
 (4) හරිත වර්ණ, රිද්මයානුකූල ජලය ගලා යෑම. (.....)
- (11) ඔක්සිකාරක විටමිනයකි,
 (1) තයමීන් (2) කැල්සිෆොරෝල් (3) නැප්තොක්විනෝන් (4) ටොකොෆෙරෝල් (.....)
- (12) පොලිසැකරයිඩ ශාකමය ආහාර ප්‍රභවයන් හි අඩංගු වන අතර, සමහරක් ආන්ත්‍රික ජලයේ අද්‍රාව්‍ය වේ. එය වන්නේ,
 (1) පෙක්ටින් (2) ලිග්නින් (3) ගම් වර්ග (4) මියුසිලේජ් (.....)
- (13) ඇසිඩෝසියාව හා ඇල්කලෝසියාව ඇති වන්නේ,
 (1) ප්‍රෝටීන උග්‍රවීමෙන් (2) ලවන සාන්ද්‍රණය වැඩිවීමෙන්
 (3) මේදය වැඩිවීමෙන් (4) විටමින් B₁₂ උග්‍රවීමෙන් (.....)
- (14) යම් ආහාරයකට සාන්ද්‍ර නයිට්‍රික් අම්ලය (HNO₃) ස්වල්පයක් දැමූ විට කහ පැහැයක් දිස්වූයේ නම් එහි අඩංගු වන්නේ,
 (1) ප්‍රෝටීන (2) කාබෝහයිඩ්‍රේට් (3) මේදය (4) විටමින් C (.....)
- (15) ලැන්ගර්හැන් ද්විපිකා මගින් නිපදවන හෝමෝන වන්නේ,
 (1) ඉන්සියුලින් (2) ඊස්ට්‍රජන් (3) තයිරොක්සින් (4) ගැස්ට්‍රින් (.....)
- (16) බහු අසංතෘප්ත මේද අම්ලවල අඩංගු ඔමේගා 03 අම්ලය අඩංගු වන්නේ,
 (1) ඇල්ෆා ලිනොලොනික් අම්ලය (2) ඇරකිඩොනික් අම්ලය
 (3) ලිනොලොයික් අම්ලය (4) ගැමාලිනොලොයික් අම්ලය (.....)
- (17) විටමින් F යනු,
 (1) ඇරකිඩොනික් අම්ලය (2) ඇරකිඩ් අම්ලය
 (3) ඇල්ෆා ලිනොලොනික් අම්ලය (4) වැලරික් අම්ලය (.....)
- (18) ප්‍රෝටියෝස හා පෙප්ටෝන අවසාන ජීරණ ඵලය ලෙසින් ලැබෙන එන්සයිමය වන්නේ,
 (1) සුක්රෝස් (2) එන්ටරොකයිනේස් (3) ඇමයිලේස් (4) සක්‍රීය පෙප්සින් (.....)
- (19) කිරිවල බහුලව අඩංගු වන්නේ,
 (1) විටමින් B හා යකඩ (2) විටමින් A හා කැල්සියම්
 (3) විටමින් K හා අයඩින් (4) විටමින් E හා කැල්සියම් (.....)

- (20) පහත සඳහන් බණිජ අතරින් ක්ෂුද්‍ර බණිජ අඩංගු නොවන්නේ,
 (1) අයඩින් හා සින්ක් (2) මැග්නීසියම් හා සෝඩියම්
 (3) කැල්සියම් හා සෝඩියම් (4) යකඩ හා සින්ක් (.....)
- (21) යකඩ අවශෝෂණයට බාධා කරන්නකි,
 (1) ඇස්කොබික් අම්ලය (2) යකඩ ෆෙරස් තත්වයේ පැවතීම
 (3) ආහාරමය තන්තු (4) ඇමයිනෝ අම්ල (.....)
- (22) අඩක් සම්පූර්ණ ප්‍රෝටීනයක් සඳහා උදාහරණයකි,
 (1) ඇල්බියුමින් (2) ග්ලයඩින් (3) ජෙලටීන් (4) මයොසින් (.....)
- (23) ආහාර අරුවිය, බඩ පිපුම, උද්ගාරය, පපුවේ දූවිල්ල ආදී රෝග ලක්ෂණ පවතිනුයේ කවර රෝගය සඳහාද?
 (1) පාචනය (2) වමනය (3) ආමාශයික ප්‍රදාහය (4) මානසික ආතතිය (.....)
- (24) ආහාරයක් ප්‍රබල කිරීම යනු,
 (1) ක්ෂණික ආහාරයක් ඉක්මනින් පිළියෙල කිරීම.
 (2) ප්‍රති සජලිත ලබාදීම.
 (3) පිළිවෙලින් ආහාරය නිවැරදිව පිළියෙල කිරීම.
 (4) යම් විශේෂ පෝෂකයක් ආහාරයට එක් කිරීම. (.....)
- (25) ඇසුරුම්කරණයේදී බොහෝ විට වීදුරු භාවිතා කරනු ලැබීමෙන් ඇති වාසියක් නොවන්නේ,
 (1) ජීවානුහරණයේ පහසු බව (2) විනිවිද පෙනීම
 (3) පහසුවෙන් විවර කිරීම අපහසුවීම (4) රැගෙනයාමේ පහසු බව (.....)
- (26) සංතෘප්ත මේද අම්ලයක් වන පොල්තෙල්වල බහුලව අඩංගු වන්නේ,
 (1) ඔලීක් අම්ලය (2) ලෝරික් අම්ලය (3) ඇරකිඩොනික් අම්ලය (4) ලිනොලික් අම්ලය (.....)
- (27) වැඩිම ප්‍රෝටීන ප්‍රතිශතයක් ඇත්තේ,
 (1) මස් (2) මාළු (3) බිත්තර (4) කරවල (.....)
- (28) කෙසෙල් කැපීමේදී දුඹුරු පැහැවීම මගින් සෑදෙන සංයෝගය,
 (1) ඇල්ඩිහයිඩ් ය. (2) කීටෝන් ය.
 (3) පොලිෆිනෝල් ය. (4) පොලිෆිනෝල් ඔක්සිඩේස් ය. (.....)
- (29) උග්‍ර මෂු පෝෂණ තත්වයකි,
 (1) කුරුවීම (2) ක්ෂයවීම (3) සුදුමැලි වීම (4) අප්‍රාණික වීම (.....)
- (30) රෙද්ද දෙපසට ඇද ඒකාකාරී පළලක් ලබාගැනීමේ නිමහන් ක්‍රමයකි,
 (1) කැලැන්ඩරින් කිරීම (2) ටෙන්ටරින් කිරීම
 (3) මසර කිරීම (4) සැන්ෆරයිස් කිරීම (.....)
- (31) ඔක්සිහාරක විරූපක ක්‍රමයකි,
 (1) කැල්සියම් ක්ලෝරයිඩ් (2) කැල්සියම් කාබනේට්
 (3) හයිඩ්‍රජන් ෆෙරොක්සයිඩ් (4) සෝඩියම් හයිඩ්‍රොසල්ෆේට් (.....)

- (32) සුදු පාසල් නිල ඇඳුමක් සුදු පැහැ ගැන්වීම සඳහා අවශ්‍ය වන්නේ,
 (1) ස්ටැනස් ක්ලෝරයිඩ් (2) කැල්සියම් හයිපොක්ලෝරයිඩ්
 (3) සෝඩියම් හයිඩ්‍රොක්සයිඩ් (4) කැල්සියම් කාබනේට් (.....)
- (33) නයිලෝන් හා ලෝම කෙඳිවල පොදු ගුණාංගයකි,
 (1) සිලික්ඩරාකාර විනිවිද පෙනෙන සුළු ව්‍යුහයක් වීම.
 (2) තාපයට සංවේදී නොවීම.
 (3) සේදීමට ඔරොත්තු නොදීම.
 (4) තාපයට සංවේදී වීම. (.....)
- (34) මැසීමේ ශිල්පීය ක්‍රම, විසිතුරු මැහුම් ක්‍රම හා මූලික මැහුම් ක්‍රම පිළිවෙලින් දැක්වෙන්නේ,
 (1) සිහින් නූල් දිවවීම, ගැට පිස්මේන්තුව, පැතලි මුට්ටුව.
 (2) ප්‍රංශ ගැටය, දම්වැල් මැස්ම, සිහින් නූල් දිවවීම.
 (3) පැතලි මුට්ටුව, ප්‍රංශ ගැටය, වාටි මැස්ම.
 (4) සිහින් නූල් දිවවීම, ගැට පිස්මේන්තුව, බොරු නූල් දිවවීම. (.....)
- (35) අන්වීක්ෂීය පරිෂේෂයකින් පසු බහුඅස්‍රයක හැඩය ගන්නාවූ කෙඳි වර්ගය වන්නේ,
 (1) ලිනන් (2) කපු (3) සේද (4) ලෝම (.....)
- (36) සාරි හැට්ටය මැසීමේදී මූලික කරනු ලබන්නේ,
 (1) උරහිස මුට්ටු කිරීම (2) අංශය මැසීම
 (3) ආර මැසීම (4) කර පෙදසම මසා ගැනීම (.....)
- (37) පසු ළමාවිය ලෙස හැඳින්වෙන්නේ,
 (1) වයස අවුරුදු 3 5 (2) වයස අවුරුදු 5 12 (3) වයස අවුරුදු 3 12 (4) වයස අවුරුදු 6 12 (.....)
- (38) කායික වර්ධනය සඳහා බලපාන සාධක නොවන්නේ,
 (1) ස්ත්‍රී පුරුෂ භාවය (2) පරිණතිය (3) ආතතිය (4) ආරය (.....)
- (39) පසු ළමාවියේ දරුවා භාවිතයෙන් පෙන්නුම්කරන ස්වභාවයක් නොවන්නේ,
 (1) කුකුහලය (2) ගුප්ත බව හෝ නිහඬ බව
 (3) ප්‍රකෝපකාරී බව (4) සතුට (.....)
- (40) සක්‍රීයව ඇති ඩිම්බයක හා ගුණාණුවක ආයු කාලය,
 (1) පැය 48 හා පැය 24 (2) පැය 72 හා පැය 24
 (3) පැය 24 හා පැය 72 (4) පැය 72 හා පැය 48 (.....)
- (41) ගර්භණී කාලසීමාව වන්නේ,
 (1) සති 36 (2) සති 52 (3) සති 42 (4) සති 40 (.....)
- (42) ප්‍රසව අවස්ථාවේ අවදානම් විය නොහැක්කේ,
 (1) අධික රුධිර පීඩනය (2) ගැබ්ගෙල පිලිකා
 (3) ගර්භ වලිප්පුව (4) අධික නිඳිබර බව (.....)

- (43) යොවුන් විදේ ඇති ගැටළුමය තත්ත්වය නම්,
 (1) ඉවිභාහංගතය හා දුස්සමාහිත බව (2) ආත්මානුකම්පාව හා කාංසාව
 (3) හීනමානය හා නිශේධනය (4) ක්ලමනය හා ඉවිභාහංගතය (.....)
- (44) යොවුන් විදේ ඇතිවන මානසික අසහනයේ ලක්ෂණයකි,
 (1) හිසරදය හා අනාරක්ෂිත හැඟීම (2) නුරුස්සන බව හා නින්ද නොයාම.
 (3) කුතුහලය හා නුරුස්සන බව. (4) තර්ක කිරීම හා නින්ද නොයාම. (.....)
- (45) මාස 4 මාත්‍රා ලෙස දෙනු ලබන එන්නත,
 (1) පෙන්ටාවේලන්ට් එන්නත පළමු මාත්‍රාව (2) පෝලියෝ දෙවන මාත්‍රාව
 (3) පෙන්ටාවේලන්ට් එන්නත දෙවන මාත්‍රාව (4) MR එන්නත (.....)
- (46) මව්කිරි නිපදවීම සඳහා උත්තේජනය වන හෝමෝනය නම්,
 (1) ඊස්ට්‍රජන් හා ප්‍රොලැක්ටින් ය. (2) ප්‍රෙජෙස්ටරෝන් හා ප්‍රොලැක්ටින් ය.
 (3) ඊස්ට්‍රජන් හා ප්‍රෙජෙස්ටරෝන් ය. (4) ඔක්සිටෝසින් හා ප්‍රොලැක්ටින් ය. (.....)
- (47) සබන්වල TFM ප්‍රතිශතය නම්,
 (1) අඩංගු මේද ප්‍රතිශතයයි. (2) අඩංගු ක්ෂාර ප්‍රතිශතයයි.
 (3) අඩංගු මේද ක්ෂාර ප්‍රතිශතයයි. (4) අඩංගු වර්ණ කාරකවල ප්‍රමාණයයි. (.....)
- (48) විද්‍යුත් ක්ෂමතාවය යනු,
 (1) උපකරණය තුළින් විදුලිය ගමන් කිරීමයි. (2) තත්පර 1 තුළ කෙරෙන කාර්ය ප්‍රමාණයයි.
 (3) ප්‍රත්‍යාවර්ත ධාරා සැපයුමයි. (4) පැයක් 1 තුළ කෙරෙන කාර්ය ප්‍රමාණයයි. (.....)
- (49) විද්‍යුත් ශක්තිය චුම්බක ශක්තියට පරිවර්තනය කිරීමේ අවස්ථාවකි,
 (1) යන්ත්‍ර ක්‍රියාකරවීම (2) විදුලි සිනුව (3) විදුලි පහන් (4) විදුලි උඳුන (.....)
- (50) ප්‍රතිවක්‍රීකරණය සඳහා යොදා ගන්නා ප්ලාස්ටික් වර්ගයක් නම්,
 (1) පොලි එතිලීන් ටෙරප්තලේට් (2) පොලි ප්‍රොපිලීන්
 (3) පොලි මීතයිල් ක්ලෝරයිඩ් (4) ඉහත සියල්ලම (.....)

අධ්‍යයන පොදු සහතික පත්‍ර (උ/පෙළ) විභාගය

ගෘහ ආර්ථික විද්‍යාව - II

13 ශ්‍රේණිය

කාලය පැය 03 යි.

සැලකිය යුතුයි :-

- ප්‍රශ්න හතකට පමණක් පිළිතුරු සපයන්න.

- (01) (i) ගෘහයකට පිරිසිදු වාතාශ්‍රය සැපයීමේදී ඇතිවන ප්‍රතිඵල මොනවා ද?
- (ii) ගෘහ නිර්මාණයකදී ගෘහ නිර්මාණ ශිල්පියා විසින් අනුගමනය කරනු ලබන මූලධර්ම 05 ක් ලියන්න.
- (iii) ගෘහයකට පරාවර්තික ආලෝකය ලබාගත හැකි ක්‍රම 02 ක් ලියන්න.
- (iv) ගෘහයක් ගොඩනැගීමේදී පිළිපැදිය යුතු නීතිමය කරුණු 05 ක් ලියන්න.
- (v) කලා මූලිකාංග හා මෝස්තර මූලධර්මවලට අනුකූලව නිවස අලංකරණය සඳහා යොදාගන්නේ කෙසේ ද?
- (02) (i) රේඛා බෙදෙන ප්‍රධාන කොටස් 04 නම් කර ඉන් එක බැගින් කෙටියෙන් විස්තර කරන්න.
- (ii) ක්‍රියානුරූපී බව යනු හඳුන්වා එය යොදාගන්නා ආකාරය ලියන්න.
- (iii) අන්තර් මාධ්‍යමික වර්ණ හා තෘතීය වර්ණ 03 ක් නම් කරන එය සෑනෙ වර්ණයන් ලියන්න.
- (iv) පහත වචන හඳුන්වන්න.
- සමීප වර්ණ ගැලපුම.
 - උදෑමික උදාසීන වර්ණ ගැලපීම.
- (03) (i) මෝස්තර මූලධර්ම මොනවාද?
- (ii) විධිමත් හා අවිධිමත් තුල්‍යතා හඳුන්වන්න.
- (iii) යහපත් දිවි පැවැත්මක් සඳහා මුදල් කළමනාකරණයේ දී සැලකිලිමත් විය යුතු කරුණු දක්වන්න.
- (iv) ගෘහීය සම්පත් කළමනාකරණයේ දී මෙම පවුල විසින් සැලකිල්ලට ගතයුතු ක්‍රියාමාර්ග මොනවා ද?
- (04) (i) ස්ථූලතාවය සඳහා බලපාන සාධක නම්කර ස්ථූලතාවය නිර්ණය කරන ක්‍රම 05 ක් ලියන්න.
- (ii) බෝනොවෙන රෝග 05 නම් කර, රුධිර කොලෙස්ටරෝල් වර්ග ලියන්න.
- (iii) හෘදයාබාධ සහිත රෝගියෙකු සඳහා ආහාරයේ කළ යුතු වෙනස්කම් මොනවා ද?
- (iv) දියවැඩියා රෝගියෙකු සඳහා දිවා ආහාර වේලකට අදාළ බොජුන්පහ ලියන්න.
- (05) (i) පෝෂ්‍ය පදාර්ථ මහා පෝෂක හා ක්‍ෂුද්‍ර පෝෂක ලෙස වර්ගීකරණය කර දක්වන්න.
- (ii) බහු අසංතෘප්ත මේද අම්ල ප්‍රධාන වශයෙන් වර්ග දෙකකි. ඒවා හඳුන්වන්න.
- (iii) ප්‍රෝටීන්වල වැදගත්කම හඳුන්වන්න.

- (iv) කාබෝහයිඩ්‍රේට්වල,
 1) අණුක සූත්‍රය
 2) හයිඩ්‍රජන් හා ඔක්සිජන් අනුපාතය
 3) ඩයිසැකරයිඩ හඳුන්වන්න,
- (06) (i) නිර්මාණ ආහාරවේලක් ගන්නා පවුලකට ආහාර පිළියෙල කිරීමේදී ආහාර පරිපූරණය කරගත හැකි ආකාර දෙකක් ලියන්න.
 (ii) පෝෂණ ගැටලු ඇතිවීම කෙරෙහි බලපාන සමාජීය සාධක මොනවා ද?
 (iii) ආහාර වේල සැලසුම් කිරීමේදී භාවිතා වන පහත මූලාශ්‍රවල වැදගත්කම පැහැදිලි කරන්න.
 1) පෝෂණ වගු
 2) ආහාර පිරමීඩය
 (iv) ආහාර නිෂ්පාදිත ඇසුරුම් කිරීමේදී අවධාරණය කළ යුතු කරුණු ලියන්න.
- (07) (i) ආහාර පරිරක්ෂණය සඳහා භාවිතා කරනු ලබන මූලධර්ම 02 ක් ලියන්න.
 (ii) සාපේක්ෂ ආර්ද්‍රතාවය මනින සූත්‍රය ලියන්න.
 (iii) පහත වචන හඳුන්වා උදාහරණ දෙන්න.
 1) විසිර වියලීම
 2) ජීවානුභරණය
 3) කාබනික ලවන
 4) දීර්ඝ කාලීන පරිරක්ෂණ ක්‍රම
 (iv) ඡූම් සෑදීමේ දී අනුගමනය කරන පියවර ලියන්න.
- (08) (i) ඇඳුම්වල ගුණාත්මක බව වැඩි දියුණු කිරීමේ ක්‍රම මොනවා ද?
 (ii) මසර කිරීම යනු කුමක් ද?
 (iii) ගර්භණී මවකට පැවතිය හැකි අවදානම් සාධක මොනවා ද?
 (iv) මාතෘ සායනයකින් කෙරෙන පරිරක්ෂණ මොනවා ද?