

පිළිතුරු පත්‍රය - I කොටස

01	4	02	1	03	3	04	1	05	3	06	පාපන්දු	07	රිටි පැනීම
08	කවපෙන්න විසිකිරීම	09	දියවැඩියාව	10	ඇස	11	ගලගණ්ඩය	12	විටමින් D				
13	රිද්මය	14	තරහව	15	පාචනය	16	4	17	3	18	2		
19	5	20	1										(ලකුණු 2 x 20 = 40)

II කොටස

- 01 (1) ජලය, වාතය, ආහාර (ල. 03)
- (2) අධ්‍යාපනය, වාසස්ථාන, සෞඛ්‍යය පහසුකම්, සන්නිවේදනය, ඇඳුම් පැළඳුම් (ල. 05)
- (3) වනාන්තර විනාශ කිරීම / පොලිතින් පරිසරයට මුදා හැරීම / කර්මාන්ත ශාලාවලින් පිටකරන අපද්‍රව්‍ය පරිසරයට එකතු කිරීම / යුධමය ගැටුම් / විෂ රසායනික ද්‍රව්‍ය භාවිතා කිරීම (ල. 05)
- (4) වොක්ලට් තැවරු අයිස්ක්‍රීම්, දේදුණු වර්ණ පැන්, සුවඳ හමන මකන, වර්ණවත් කොණ්ඩ කටු, විසිතුරු ඇඳුම්, සුවඳවිලවුන් (ල. 05)
- (5) තම සෞඛ්‍යයට ගැලපීම / පවුලේ ආර්ථිකයට බාධා නොවීම / සමාජ සාරධර්මවලට අනුකූල වීම (ල. 02)
- 02 (1) කායික, මානසික, සමාජයීය, ආධ්‍යාත්මික යහපැවැත්මේ පූර්ණත්වයට ළඟාවීම පූර්ණ සෞඛ්‍යයයි. (ල. 03)
- (2) BMI = ස්කන්දය / උස x උස (ල. 04)
- (3) උස / ශරීර ස්කන්ධ දර්ශකය / ඉණෙහි වට ප්‍රමාණය (ල. 03)
- 03 (1) සිටගැනීම, ඇවිදීම, වැනිරීම, ඉඳගැනීම (ල. 03)
- (2) ජේශි සහ අස්ථිවලට හානි සිදුවීම / කශේරුකාවේ ආබාධ ඇතිවීම / වැරදි ඉරියව් භාවිතා කිරීමෙන් ජීවායින් මිදීමට නොහැකි වීම / යම් කාර්යයක් එලදායීව කිරීමට නොහැකි වීම / වැඩිහිටි විශේෂී ආබාධවලට ගොදුරුවීම (ල. 04)
- (3) එක් පාදයකට පමණක් බර දී සිටගැනීම / උස අඩි සහිත පාවහන් පැළඳීම / සම්පූර්ණ පුටුවම වාඩිවීමට භාවිතා නොකිරීම / පාසල් බැගය නිවැරදිව එල්ලා නොගැනීම (ල. 03)
- 04 (1) මාංශ ජේශි අස්ථි ශක්තිමත් වීම / සතුට හා විනෝදය ලබාගන්නැකි වීම / ශරීරයට මනා පෙනුමක් ලැබීම / නීතිරීතිවලට අවනතවීමට හුරුවීම (ල. 03)
- (2) නෙට්බෝල්, වොලිබෝල්, පාපන්දු, ක්‍රිකට් (ල. 04)
- (3) සම්මත මිනුම් සහිත ක්‍රීඩා පිටි යොදාගැනීම / සම්මත නීතිරීතිවලට අනුව ක්‍රීඩා කිරීම / ප්‍රමිතියට සකස් කරන ලද ක්‍රීඩා උපකරණ භාවිතා කිරීම / නිශ්චිත ක්‍රීඩකයින් ප්‍රමාණයක් සහභාගී වීම (ල. 03)
- 05 (1) ඇස, කන, නාසය, දිව, සම (ල. 03)
- (2) තිත්ත රස, පැණි රස, ලුණු රස, ඇඹුල් රස (ල. 04)
- (3) සිරුරට ආරක්ෂාව ලබාදීම / විටමින් D නිෂ්පාදනය කිරීම / දහඩිය මගින් අපද්‍රව්‍ය පිටකිරීම / ශරීරයට හැඩයක් හා පෙනුමක් ලබාදීම (ල. 03)
- 06 (1) ක්‍රීඩා පිටි, විනිසුරුවන්, ක්‍රීඩා උපකරණ, ක්‍රීඩක ඇඳුම් (ල. 04)
- (2) නීතිරීතිවලට අනුකූලව ක්‍රීඩා කිරීම / නිසි ප්‍රමිතියට ක්‍රීඩා පිටි සැකසීම / ක්‍රීඩාව සඳහා සුදුසු ඇඳුම්, පාවහන් පැළඳීම (ල. 02)
- (3) ගැටලු විසඳීම / ක්‍රීඩක අයිතීන් සුරැකීම / අනතුරු අවමවීම / ක්‍රීඩාවේ ගෞරවය සුරැකීම / යහපත් පුද්ගල ගුණාංග වර්ධනය වීම (ල. 04)