

සබරගමුව පළාත් අධ්‍යාපන දෙපාර්තමේන්තුව
சபரகமுவ மாகாணக் கல்வித் திணைக்களம்
Sabaragamuwa Provincial Department of Education

இரண்டாம் தவணை 2018
மனைப் பொருளியல்

தரம் 11
01 மணி

பகுதி 01

- 1) போசனை அட்டவணையின் படி கடலை 100 g ல் சக்தி கிலோகலோரியின் அளவு
01. 340 g 02. 334 g 03. 358 g 04. 420 g
- 2) நாளாந்த உணவு வேளையை திட்டமிடுகையில் உள்ளடங்க வேண்டிய உணவுத் தொகுதிகளின் அளவைக் குறிப்பிடுவது
01. நாளாந்த போசனைத் தேவை அட்டவணை
02. உணவுக் கூம்பகம்
03. போசனை மட்டம்
04. போசனைப் பதார்த்தங்களின் பாகுபாடு
- 3) தவிட்டரிசி கூடுதலாகக் காணப்படும் விற்றமீன் B வகையானது
01. தயமின் 02. நயாசின் 03. இரைபோபியேலின் 04. பிரிடொக்சின்
- 4) காபோவைதரேற்றின் சமிபாடு ஆரம்பிப்பது
01. முன்சிறுகுடலில் 02. இரைப்பையில் 03. சிறுகுடலில் 04. வாய்க்குழி
- 5) விசேட உணவுப் பரிமாறலின் போது கவனத்திற் கொள்ள வேண்டிய விடயம் அல்லாதது
01. விழாவின் தன்மை
02. மரக்கறிகளை மாத்திரம் உண்ணுபவர்களின் எண்ணிக்கை
02. பொருத்தமான உணவுப் பரிமாறல்
04. சமூகம் தரும் விருந்தாளிகளின் தொகை
- 6) பீட்டுட் கறியின் அதன் இயற்கை நிறமானது
01. பிலோவோன் 02. குளொரபில்
03. அந்தோசயளின் 04. கரோடி எரையிட்
- 7) இறைச்சி , மீன் வகைகளை குளிர்சாதனப் பெட்டியில் வைக்கும் வெப்பநிலை அளவு
01. $4\text{ }^{\circ}\text{C} - 8\text{ }^{\circ}\text{C}$ வரை 02. $7\text{ }^{\circ}\text{C} - 10\text{ }^{\circ}\text{C}$ வரை
03. $-18\text{ }^{\circ}\text{C}$ கூடுதலாக 04. $-18\text{ }^{\circ}\text{C}$ குறைவாக
- 8) உணவுப் பாதுகாப்பில் கூடிய செறிவுள்ள ஊடகத்திலிருந்து குறைந்த செறிவுள்ள ஊடகத்துக்கு துணிக்கைகள் பயனித்தலைக் குறிப்பது
01. வெளிச் செயற்பாடு 02. பரவல்
03. புறப்பிரசாரணம் 04. P-H குறைவு
- 9) உணவுப் பாதுகாப்பில் வெப்பமேற்றுதல் மூலம் நடைபெறுவது
01. நுண்ணுயிர்கள் அழிதல் 02. நொதியங்களின் செயற்பாடு கட்டுப்படுதல்
03. நுண்ணுயிர்களை அகற்றல் 04. நுண்ணுயிர்கள் உட்செல்வது தடுக்கப்படல்
- 10) இரும்பு கூடுதலாக காணப்படும் உணவு வகை
01. ஈரல் , சிவப்பு இறைச்சி வகை 02. காய்ந்த முந்திரிகை
03. பேரீச்சம்பழம் 04. முட்டை மஞ்சற்கரு

- 11) செலனியம் உடலுக்கு குறைவுபடுவதால் ஏற்படும் குறைபாட்டு நோய்
 01. இதய நோய் ஏற்படல் 02. பல் வியாதிகள்
 03. மந்தப் புத்தியுள்ள குழந்தை பிறத்தல் 04. மன நோய் ஏற்படல்
- 12) வெற்று கலோரி பாவனைகளில் ஒரு சிறாசில் அடங்கியுள்ள சீனியின் அளவு
 01. (2 – 3 கரண்டி) 02. (5 – 6 கரண்டி)
 03. (7 – 8 கரண்டி) 04. (8 – 9 கரண்டி)
- 13) புரதம் 2g , காபோவைதரேற்று 10g , கொழுப்பு 4g , இல் உள்ளடங்கியுள்ள கிலோகலோரியின் அளவு
 01. 78 கிலோகலோரி 02. 80 கிலோகலோரி
 03. 82 கிலோகலோரி 04. 84 கிலோகலோரி
- 14) நுண்கணியுப்பிற்கு உதாரணம்
 01. சோடியம் 02. இரும்பு 03. சல்பர் 04. மகனீசியம்
- 15) புரதத்தில் அடங்கியுள்ள நைதரசனின் அளவு
 01. 20 % சதவீதம் 02. 61 % சதவீதம்
 03. 16% சதவீதம் 04. 18% சதவீதம்
- 16) வளரும் பிள்ளைகளுக்கு உணவு மூலம் பெற்றுக் கொள்ளும் அமிலோஅமிலமானது
 01. வலின் 02. லியூசின்
 03. ஆர்ஜினின் 04. ஹிஸ்டின்
- 17) விழாம்பழம் , கொய்யா , வில்வம்பழம் இவற்றில் அடங்கும் காபோவைதரேற்று வகை
 01. மோல்றோசு 02. பல்சக்கரைட்டு
 03. பிறற்றோசு 04. மொனோசக்கரைட்டு
- 18) பௌதீகமல்லாத வளம் ஒன்று
 01. காலம் , நீர் 02. பணம் , எரிபொருள்
 03. காலம் , மின்சாரம் 04. இடம் , பணம்
- 19) படுக்கையறை யன்னல்கள் செய்யும்போது கருத்திற் கொள்ள வேண்டிய விடயங்கள்
 01. ஒளியூடுபுகலிடும் கண்ணாடிகளை அமைத்தல்
 02. பலகையினால் யன்னல் மூடியிடல்
 03. ஒளி புகழிடும் யன்னல் இடல்
 04. லூவர் யன்னல் .டல்.
- 20) மனையொன்றில் படுக்கையறைகள் மூன்றினதும் அளவுகள் முறையே
 01. 90 , 100 , 120 சதுர அடி 02. 100 , 120 , 90 சதுர அடி
 03. 80 , 100, 120 சதுர அடி 04. 120 , 100 , 90 சதுர அடி
- 21) மனைச் செயற்பாடுகளின் சிரமத்தைக் குறைப்பதற்கு பொருத்தமான முறையொன்று
 A. வரவு செலவுத் திட்டத்தை அமுல்படுத்தல்
 B. தாயின் வெலைகளுக்காக உதவுதல்
 C. பல் தொழிற்பாட்டு தளபாடங்களைப் பாவித்தல்
 D. உணவுப் பகிர்வு அட்டவணையை நடைமுறைப்படுத்தல்
01. A யும் C யும் 02. B யும் C யும்
 03. A யும் D யும் 04. C யும் D யும்

22) கீழ் வரும் அட்டவணையைப் பயன்படுத்தி 22 , 23 வினாக்களுக்க விடை தருக

முதன்மை வர்ணம்	முதன்மை வர்ணம்	துணை வர்ணம்
சிவப்பு	மஞ்சள்	...A.....
மஞ்சள்B.....	பச்சை

23) மேலுள்ள அட்டவணையில் எழுத்தினால் குறிப்பிடப்பட்ட துணைவர்ணம்
01.செம்மஞ்சள் 02. பச்சை
03. ஊதா 04. ரோஸ்

24) கருக் குடும்பத்துக்கு வழங்கும் பெயர் அல்லாதது
01. தனிக் குடும்பம் 02. ஒன்றிணைந்த குடும்பம்
03. பிரதான குடும்பம் 04. ஆரம்பக் குடும்பம்

25) கீழ்வரும் மனையில் பயன்படுத்தப்படும் தளபாடங்களாகும்
A. தட்டுக் கட்டில் B. இலாச்சுடணை கட்டில்
C. சுவர் அலுமாரி D. டிவான்

இதில் பஸ்தொழிற்பாட்டு தளபாடம் உள்ளடங்குவது

01. A யும் C யும் 02. A யும் C யும்
03. C யும் B யும் 04. B யும் D யும்

26) துணையணியொன்றின் செயற்திறன் என்பது
01. துணையணியினால் செய்யப்படும் வேலை
02. துணையணியின் அலங்காரம்
03. துணையணியின் உயிரோட்டத் தன்மை
04. துணையணியின் அலங்காரம் நிறையும்

27) பொருத்தை தைக்கக்கூடியதும் , அலங்காரத் தையலாகவும் பயன்படுத்தும் அடிப்படைத் தையல் ஒன்று
01. விஸ்பத்தையல் 02. விளிப்புத் தையல்
03. சிறுநூலோடல் 04. பெருநூலோடல்

28) வரவேற்பறையில் உள்ள துணையணியல்லாதது
01. தழுவனை உறை 02. மேசைக் காப்புத் துண்டு
03. கதிரை உறை 04. டீ போ உறை

29) பாதித் தொகுப்பு நார் ஒன்று
01. பொலிமயிட் நைலோன் 02. பொலியாஸ்டர்
03. கியூப்ரா அமொனியம் ரெயோன் 04. அக்ரிலிக்

30) தைக்கப்பட்ட அலங்காரமொன்றில் துணியில் மேலெழுந்த வண்ணம் கட்டக்கூடிய ஓர் தையல்
01. பிரான்சிய முடிச்சு தையல் 02. மீன்முள்ளுத் தையல்
03. விஸ்பத்தையல் 04. வெட்டுக் குத்துத் தையல்

31) குழந்தை ஆடையொன்றில் தோலினை தைக்க பொருத்தமான பொருத்து
01. பிரான்சிய பொருத்து 02. திறந்த தட்டை பொருத்து
03. தட்டைப் பொருத்து 04. மேற்செறிப் பொருத்து

32) அலங்காரத் தையல்களை தைப்பதற்கு துணியின் நீள அகலம்
01. உயரம் 10 Cm X 12 Cm அகலம் 02. உயரம் 12 Cm X 12 Cm அகலம்
03. உயரம் 10 Cm X 10 Cm அகலம் 04. உயரம் 10 Cm X 11 Cm அகலம்

- 33) குழந்தை உடை தைப்பதற்கு பொருத்தமான துணிவகை
 01. மல்பீஸ் , நெஞ்சுக் , வொயில் 02. மல்பீஸ் , ரெயோன் , வொயில்
 03. நைலோன் , ரெயோன் , நெஞ்சுக் 04. ஆக்ரா , மல்பீஸ் , நெஞ்சுக்
- 34) கட்டிளமைப் பருவ ஆரம்பத்துடன் ஏற்படும் முதல் பாலியல் இலட்சணம்
 01. சூலகமும் கருப்பையின் விருத்தி 02. எடை அதிகரித்தல்
 03. உடல் அமைப்பில் மாற்றம் 04. உயரம் அதிகரித்தல்
- 35) கட்டிளமைப்பருவ சமூக விருத்தியில் வெளிக்காட்டக்கூடிய ஒரு பண்பு
 01. ஆக்கத்திறன் 02. தர்க்கரீதியான சிந்தனை
 03. குழுக்களாக இருத்தலில் ஆர்வம் 04. பிரச்சனையைத் தீர்க்கும் திறன்
- 36) கட்டிளமைப் பருவத்தில் மனவெழுச்சியைக் காட்டும் ஓர் செயற்பாடு
 01. சுயாதினமாக செயற்படல் 02. தலைமைத்தவம்
 03. வீரவணக்கம் 04. கோபாவேசம்
- 37) கீழ்வருவன நபரொருவரின் வளர்ச்சி தொடர்பான தகவல்கள்
 A – பரம்பரையும் , சூழலும் B – கல்வியும் , வயதும்
 C – முதிர்ச்சியும் , கற்றலும் D – உயரமும் , நிறையும்
- கட்டிளமைப் பருவ வளர்ச்சியில் தாக்கத்தை ஏற்படுத்தும் காரணி
 01. A யும் B யும் 02. A யும் C யும்
 03. A யும் D யும் 04. B யும் C யும்
- 38) நடுக் கட்டிளமைப் பருவ வயதெல்லையை காட்டுவது
 01. 14 – 16 வயது வரை 02. 15 – 17 வயது வரை
 03. 10 – 14 வயது வரை 04. 17 – 19 வயது வரை
- 39) இனப் பெருக்க உறுப்புக்களுடன் சம்மந்தப்பட்ட ஓமோன்களின் சுரப்பு மூலையில் சுரக்கப்படும் சுரப்பி
 01. தைரொக்சின் சுரப்பி 02. பிட்டியூட்டர் சுரப்பி
 03. பரிவகக்கீழ் சுரப்பி 04. உமிழ் நீர்ச்சுரப்பி
- 40) ஆணின் துணைப்பாலியல் இயல்பு அல்லாதது
 01. தோல் அகலமாதல் 02. தசைப்பிண்டம் வளர்ச்சி
 03. குரல் வளை முன்தள்ளப்படுதல் 04. இடுப்பு அகலமாதல்