

දකුණු පළාත් අධ්‍යාපන දෙපාර්තමේන්තුව
Department of Education, Southern Province

85	S	I
----	---	---

අර්ධ වාර්ෂික පරීක්ෂණය, 2018 ජූලි
Second Term Test, July 2018

II ශ්‍රේණිය
Grade 11

ගෘහ ආර්ථික විද්‍යාව - I
Home Economics

පැය තුනයි
Three hours

විභාග අංකය
.....

- උපදෙස් :- (i) සියලු ම ප්‍රශ්නවලට පිළිතුරු සපයන්න.
- (ii) අංක 1 සිට 40 තෙක් ප්‍රශ්නවල දී ඇති (1), (2), (3), (4) පිළිතුරුවලින් නිවැරදි හෝ වඩාත් ගැළපෙන හෝ පිළිතුර තෝරන්න. සපයා ඇති පිළිතුරු ලියන පත්‍රයේ ප්‍රශ්න අංකයට අදාළ පිළිතුරු අංකය ඇති කවය තුළ (x) ලකුණ යොදන්න.
- (iii) මෙම ප්‍රශ්න පත්‍රයට හිමි ලකුණු ගණන 40 කි.

- (01) මේදය හා යකඩ බහුලව අඩංගු වන පලතුරු වර්ග දෙකකි.
- | | |
|-----------------------|------------------------|
| i. අලිගැටපේර හා රටඉදි | ii. කෙසෙල් හා රටඉදි |
| iii. අන්තාසි හා දොඩම් | iv. අලිගැටපේර හා දොඩම් |
- (02) උපසමන අවධියේ පසුවන පුද්ගලයෙක් සඳහා යෝග්‍ය බිත්තර පිසීමේ ක්‍රමයකි.
- | | | | |
|------------|------------------|-----------------------|----------------|
| i. කැම්බීම | ii. ඔම්ලට් සෑදීම | iii. බුල්ස් අයි කිරීම | iv. පෝච් කිරීම |
|------------|------------------|-----------------------|----------------|
- (03) මේද ජීර්ණය ආරම්භ වන හා අවසන් වන ස්ථාන පිළිවෙලින් දැක්වෙනුයේ,
- | | |
|-----------------------------------|-------------------------------|
| i. මුඛය - ක්‍ෂුද්‍රාන්ත්‍රය | ii. ග්‍රහණිය - මහා අන්ත්‍රය |
| iii. ග්‍රහණිය - ක්‍ෂුද්‍රාන්ත්‍රය | iv. ආමාශය - ක්‍ෂුද්‍රාන්ත්‍රය |
- (04) මුඛය තුළට ගත් ආහාර ගිලීමට පහසු කරන බේටයේ ඇති ස්නේහක ද්‍රව්‍යයක් වනුයේ,
- | | | | |
|-----------|--------------|-----------|---------------|
| i. ටයලින් | ii. මියුසින් | iii. බේටය | iv. ඇමැයිලේස් |
|-----------|--------------|-----------|---------------|
- (05) හූණයේ ස්නායු පද්ධතිය වැඩිම සඳහා අත්‍යවශ්‍ය වේ.
- | | | | |
|--------------|---------|-------------------|------------|
| i. කැල්සියම් | ii. යකඩ | iii. ෆෝලික් අම්ලය | iv. අයඩින් |
|--------------|---------|-------------------|------------|
- (06) ආහාර වේල සැලසුම් කිරීමේ දී අවධානය යොමු කළ යුතු කරුණු කිහිපයක් පහත දැක්වේ
- | | |
|----------------------------------|---------------------------------|
| A. ආහාර වේලවල විවිධත්වය | B. මේදය සහිත ආහාර අවම කිරීම |
| C. සරල පිසීමේ ක්‍රම ඇතුළත් කිරීම | D. රුචිය වඩවන ආහාර ඇතුළත් කිරීම |
- ඉහත කරුණුවලට අදාළව ආහාර වේල සැලසුම් කළ යුත්තේ,
- | | |
|-----------------------|------------------------|
| i. ගර්භනී අවධිය සඳහාය | ii. යොවුන් අවධිය සඳහාය |
| iii. ළමා අවධිය සඳහාය | iv. මහලු අවධිය සඳහාය |
- (07) ක්ෂුද්‍ර ජීවීන්ගේ වැඩිමට අවශ්‍ය ජලය ඉවත් කිරීම මගින් ක්ෂුද්‍ර ජීවීන්ගේ වැඩිම මර්දනය කර ඇති ආහාර වර්ගයකි.
- | | | | |
|---------|----------|--------------|----------|
| i. ජූම් | ii. සෝස් | iii. අච්චාරු | iv. දෝස් |
|---------|----------|--------------|----------|
- (08) බිත්තර තෝරා ගැනීමේ දී සැලකිලිමත් විය යුතු ලක්ෂණ කිහිපයක් පහත දැක්වේ
- කටුව තද ගතියකින් යුක්තවීම
 - කටුව පැහැපත් හා දීප්තිමත්වීම
 - පිරිසිදු කටුවක් සහිතවීම
- මෙම ලක්ෂණවලින් ගම්‍ය වනුයේ බිත්තරවල තිබිය යුතු
- | | |
|--------------------------------------|---------------------------------------|
| i. වයනය, වර්ණය හා සෞඛ්‍යාරක්ෂිත බවයි | ii. වර්ණය, වයනය හා පෝෂණ අගයයි |
| iii. වයනය, වර්ණය හා පෝෂණ අගයයි | iv. වර්ණය, සුවඳ හා සෞඛ්‍යාරක්ෂිත බවයි |

09. වෙළඳපොළෙන් ගෙන එන සමහර ආහාරවල සබන්, හඳුන්කුරු ආදී ගන්ධයන් මුසු වී ඇත. ඊට හේතු වනුයේ,
- ආහාර නිසි ලෙස ගබඩා නොකිරීමයි
 - ආහාර පරිසරයට නිරාවරණය කර තිබීමයි
 - පළිබෝධකයන්ගේ බලපෑමයි
 - ආහාර නිසි ලෙස ලේබල් නොකිරීමයි
10. ළදරු ආහාර සැකසීමේ දී ලුණු හා සීනි අවම ලෙස භාවිත කළ යුතු වන්නේ,
- ආහාර ජීර්ණය පහසු වන බැවිනි.
 - වකුගඩුවලට හානි සිදුවිය හැකි බැවිනි.
 - රස සංවේදීතාව අඩුවන බැවිනි.
 - ළදරුවා ආහාර ප්‍රතික්ෂේප කරන බැවිනි.
11. විශේෂ පෝෂණ අවධි සඳහා ආහාර වේල් සැලසුම් කිරීමේ දී අවධාරණය කළ යුතු වැදගත් ම කරුණක් වනුයේ,
- කුළුබඩු එකතු කිරීම
 - දෛනික පෝෂණ අවශ්‍යතා සපුරාලීම
 - රසවත් ව ආහාර පිළියෙල කිරීම
 - මිල අඩු ආහාර ඇතුළත් කිරීම
12. පැණිබීම රස ගැන්වීම සඳහා අනුමත ප්‍රමාණයට වඩා යොදා ගැනීම නොකළ යුතු කාරකයකි.
- සැකරින්ය
 - ෆෝමලින්ය
 - මෙටනිල් යෙලෝය
 - එතලින්ය
13. ආහාර තුළ සිදුවන ස්වයං ජීර්ණය නිසා සිදුවන්නකි
- පලතුරු ඉදීම
 - තෙල් මුඩු වීම
 - කපන ලද ඇපල් දුඹුරු පැහැ ගැනීම
 - ක්ෂුද්‍ර ජීවීන් මර්දනය වීම
14. ආහාර පරිරක්ෂණයේ දී ආහාරය වියළීමට පෙර "බ්ලාන්ච්" කිරීමෙන්
- ආහාර ජීර්ණය පහසු වේ
 - ඉක්මණින් වියළා ගැනීමට හැකි වේ
 - ආහාරවල පැහැය වෙනස් වේ
 - ආහාරවල එන්සයිම අක්‍රීය වේ.
15. අච්චාරු සෑදීමේ දී අබ ඇට අඹරා ගැනීමට යොදා ගන්නා ස්වභාවික පරිරක්ෂණ කාරකයකි
- ලුනු
 - ඉඟුරු
 - විනාකිරි
 - දෙහි
16. අඩු ඉඩකඩ ප්‍රමාණයක වැඩි පිරිසකට සංග්‍රහ කළ හැකි ආහාර පිළිගැන්වීමේ ක්‍රමය වන්නේ,
- පෙරදිග ක්‍රමයයි
 - අපරදිග ක්‍රමයයි
 - අපරදිග ස්වයං සේවා ක්‍රමයයි
 - පෙරදිග ස්වයං සේවා ක්‍රමයයි
17. ආහාර පිළිගැන්වීමේ දී එක් පුද්ගලයෙකු සඳහා සාමාන්‍යයෙන් කැම මේසයක වෙන් කර ඇති ඉඩ ප්‍රමාණය වනුයේ .
- 18' x 20'
 - 18' x 22'
 - 16' x 22'
 - 16' x 20'
18. නව යොවුන් අවධියේ දී පෙන්නුම් කරන ලක්ෂණ කිහිපයක් පහත දැක්වේ.
- ළමා ස්වරූපය ක්‍රමයෙන් වැඩිහිටි ස්වරූපයට පරිවර්ථනය වීම
 - අවස්ථාවෝචිතව හැසිරීම
 - කණ්ඩායම් ලෙස ක්‍රියා කිරීමට යොමු වීම
 - ක්ෂණිකව අදහස් ප්‍රකාශ කිරීම
- මින් මානසික වර්ධනය පෙන්නුම් කරන ලක්ෂණය වනුයේ
- A වලිනි
 - B වලිනි
 - C වලිනි
 - D වලිනි
19. පුරුෂ ලිංගික හෝමෝනයකි
- ඊස්ට්‍රජන්
 - ප්‍රොජෙස්ටරෝන්
 - ටෙස්ටෙස්ටෙරෝන්
 - ඉන්සියුලින්
20. යොවුන් විය තුළ සිසු කායික වර්ධනයක් සිදු වේ. සාමාන්‍යයෙන් යොවුන් වියේ ගැහැණු දරුවෙකුගේ වර්ධනයේ නැගීම පෙන්නුම් කරන වයස් පරාසය වනුයේ,
- අවුරුදු 10 - 12
 - අවුරුදු 12 - 16
 - අවුරුදු 10 - 14
 - අවුරුදු 12 - 14

21. ස්ත්‍රී ප්‍රජනන පද්ධතියේ අවයවයක් වන යෝනි මාර්ගයෙන් ඉටු කරන කාර්යයක් වනුයේ,
 i. ශුක්‍රාණු සහ ඩිම්බ පරිවහනය කිරීම
 ii. කලලය අධිරෝපණයවීම හා ඩිම්බ පරිවහනය කිරීම
 iii. ශුක්‍රාණු පරිවහනය හා ප්‍රසවය සිදුවීම
 iv. සංසේචනය හා ප්‍රසවය සිදුවීම
22. පරිණත ඩිම්බයක් සංසේචනය වනුයේ,
 i. පැලෝපිය නාලයේ ඩිම්බ කෝෂයට ආසන්න කොටස තුළය
 ii. පැලෝපිය නාලයේ ගර්භාෂයට ආසන්න කොටස තුළය
 iii. පැලෝපිය නාලයේ මැද කොටසේය
 iv. ගර්භාෂය තුළය
23. ඩිම්බ අවධිය ලෙස හඳුන්වනුයේ,
 i. සංසේචනයේ සිට දින 14 දක්වා කාලය යි
 ii. සංසේචනයේ සිට දින 02 දක්වා කාලය යි
 iii. ඩිම්බ පරිණතිය සමඟ දින 28 දක්වා කාලය යි
 iv. ඩිම්බ පරිණතිය සමඟ දින 14 දක්වා කාලය යි
24. මාතෘ සායනයක දී සිදු කරන පරීක්ෂාව මගින් හඳුනා ගන්නා රෝගී තත්ත්වයකි
 i. මල බද්ධය
 ii. ඇදුම
 iii. අධි රුධිර පීඩනය
 iv. වකුගඩු රෝග
25. නවජ දරුවා ලෙස හඳුන්වනුයේ,
 i. උපතේ සිට දින 07 දක්වා දරුවාය
 ii. උපතේ සිට දින 14 දක්වා දරුවාය
 iii. උපතේ සිට දින 28 දක්වා දරුවාය
 iv. උපතේ සිට දින 60 දක්වා දරුවාය
26. ළදරුවෙකුගේ උපත් බර තුන් ගුණයක් පමණ වර්ධනය වනුයේ,
 i. පළමු වසර අවසානයේ දීය
 ii. දෙවන වසර අවසානයේ දීය
 iii. පළමු මාස පහ අවසානයේ දීය
 iv. පළමු මාස හය අවසානයේ දීය
27. මව්කිරි නිපදවීම සඳහා උපකාරී වන හෝමෝනය වන්නේ
 i. ලැක්ටෝ ග්ලොබියුමින්ය
 ii. ප්‍රෝලැක්ටින්ය
 iii. කොලෙස්ට්‍රෝමය
 iv. ඔක්සිටෝසින්ය
28. සිහින් නූල් දුවවීම හා වාටි මැස්ම භාවිතයෙන් මසා නිම කර ගත හැකි මූට්ටුවකි
 i. අතිවිෂාදන මූට්ටුව
 ii. පැතලි මූට්ටුව
 iii. ප්‍රංශ මූට්ටුව
 iv. ජලැනල් මූට්ටුව
29. මැසීමේ දී සමානතාවයක් පෙන්වුම් කරන මැහුම් ක්‍රම දෙකක් වනුයේ,
 i. නැටි මැස්ම හා කතිර මැස්ම
 ii. දම්වැල් මැස්ම හා ලේසිඩෙසි මැස්ම
 iii. දම්වැල් මැස්ම හා කතිර මැස්ම
 iv. බ්ලැන්කට් මැස්ම හා බුලියන් මැස්ම
30. වමේ සිට දකුණට මසනු ලබන මැහුම් ක්‍රමයකි
 i. සිහින් නූල් දුවවීම
 ii. වාටි මැස්ම
 iii. නැටි මැස්ම
 iv. බ්ලැන්කට් මැස්ම
31. ඇඳුම් නිර්මාණයේ දී රෙදි කැපීමට පෙර 'පිරියම්' කරනු ලබයි. රෙදි පිරියම් කිරීමේ ක්‍රමයක් වනුයේ,
 i. කැඳ දැමීම
 ii. බල වාටිය කපා දැමීම
 iii. රෙද්ද සෝදා මැද ගැනීම
 iv. රෙද්ද මැන බැලීම

32. ගෘහ ආර්ථික විද්‍යා ගුරු මහත්මියක් සිසුන්ට විවිධ රෙදි වර්ග පෙන්වීම සඳහා ගෙන එන ලද රෙදි සාම්පල් කිහිපයක නම් පහත දැක්වේ.
- නෙන්සුක් ● නයිලෝන් ● ටෙරලින්
 - ලෝන් ● විස්කෝස්
- මේ අතුරින් ශාකමය කෙඳිවලින් නිපදවන ලද රෙදි වර්ග වනුයේ,
- i. නෙන්සුක් හා ලෝන් ය.
 - ii. නයිලෝන් හා ලෝන් ය.
 - iii. ටෙරලින් හා විස්කෝස් ය.
 - iv. නයිලෝන් හා ටෙරලින් ය.
33. ඇඳුම් අළුත්වැඩියා කිරීම සඳහා යෝග්‍ය ක්‍රමයකි
- i. බඳන යෙදීම ii. එළලීම iii. පයිපිං කිරීම iv. පොලොව් යෙදීම
34. ළමා ඇඳුමක් නිර්මාණයේ දී පසුවේ ඉදිරිපස මිම්ම ගණනය කිරීමේ නිවැරදි ක්‍රමය වනුයේ,
- i. පසුවටා මිම්ම $\div 2 + 1 \div 2 + 1$
 - ii. පසුවටා මිම්ම $+ 1 \div 2 + 1 \div 2$
 - iii. පසුවටා මිම්ම $\div 2 + 2 \div 2 + 1$
 - iv. පසුවටා මිම්ම $\div 2 + 1 \div 2 + 2$
35. ළමා ගවුමක කඳ කොටස මැසීමේ නිවැරදි අනුපිළිවෙල වනුයේ,
- i. උරහිස, විවරය, ආර, අංශය, කර
 - ii. ආර, උරහිස, විවරය, කර, අංශය
 - iii. උරහිස, කර, විවරය, ආර, අංශය
 - iv. ආර, විවරය, අංශය, උරහිස, කර
36. වර්ණයක ඇති අඳුරු බව හෝ දීප්තිමත් බව හඳුන්වනු ලබන්නේ,
- i. වර්ණයේ වටිනාකම ලෙසිනි
 - ii. වර්ණ නාමය ලෙසිනි
 - iii. වර්ණ අගමානය ලෙසිනි
 - iv. වර්ණයේ තීව්‍රතාව ලෙසිනි
37. මෝස්තර මූල ධර්මයක් වන රිද්මය පෙන්වුම් කරන අවස්තාවකි
- i. විසිත්ත කාමරයේ තබා ඇති විවිධ උපාංග
 - ii. සිවිලිමේ මැද සවි කළ එල්ලෙන මල් සැකසුම
 - iii. නිවසක ඇති තරප්පු පේළිය
 - iv. කැම මේසයේ මැද තබා ඇති මල් බඳුන
38. නිවසක් සැලසුම් කිරීමේ දී අවධානය යොමු කළ යුතු විශේෂ කරුණු කිහිපයක් වනුයේ,
- i. භූමියේ ප්‍රමාණය, මූල්‍යමය පහසුකම්, වර්ණ සංකලනය
 - ii. මූල්‍යමය පහසුකම්, නිරවුල් ඔප්පු, භූමියේ පිහිටීම
 - iii. මූල්‍යමය පහසුකම්, පවුලේ අවශ්‍යතා, නිරවුල් ඔප්පු
 - iv. භූමියේ ප්‍රමාණය, මූල්‍යමය පහසුකම්, පවුලේ අවශ්‍යතා
39. නිවාස සැලසුම් ඇදීමේ දී අවධානය යොමු විය යුතු කරුණු දෙකකි
- i. පරිමාණය හා යටිතල පහසුකම්
 - ii. සංකේත හා ඔප්පුවෙහි නිරවුල් බව
 - iii. ඉඩකඩ හා රාශිකරණය
 - iv. ගමන් මං හා වීදුලිය
40. ස්වයං රැකියාවක් ලෙස කොට්ට උර මැසීම මගින් නිවසේ ආදායම සඳහා ගෘහණියක් තම දායකත්වය ලබා දෙයි. එම ආදායම අයත් වන ගෘහීය සම්පත වනුයේ,
- i. මානව සම්පතටය
 - ii. මානව නොවන සම්පතටය
 - iii. භෞතික සම්පතටය
 - iv. භෞතික නොවන සම්පතටය

සියලු ම හිමිකම් ඇවිරිණි

All Rights Reserved

දකුණු පළාත් අධ්‍යාපන දෙපාර්තමේන්තුව
Department of Education, Southern Province
දකුණු පළාත් අධ්‍යාපන දෙපාර්තමේන්තුව
Department of Education, Southern Province

85 S II

අර්ධ වාර්ෂික පරීක්ෂණය, 2018 ජූලි
Second Term Test, July 2018

II ශ්‍රේණිය
Grade 11

ගෘහ ආර්ථික විද්‍යාව - II
Home Economics

විභාග අංකය

● පළමුවන ප්‍රශ්නය ඇතුළුව තවත් ප්‍රශ්න 05කට පිළිතුරු සපයන්න.

01. පාසල් පෝෂණ සැපයුම්කරුවන්ගේ දැනුවත් කිරීමේ වැඩසටහනක් දී ආහාර කෝරා ගැනීම, පිළියෙල කිරීම හා පිසීම කෙරෙහි සැලකිලිමත් විය යුතු ආකාරය පිළිබඳ විශේෂ වැඩසටහනක් අදාළ කලාපවල සිදු කරන ලදී.
- ආහාර සැකසීමේ දී සැපයුම්කරුවන්ගේ පෞද්ගලික පවිත්‍රතාව, පෙර සූදානම් හා ස්ථානීය පවිත්‍රතාව පිළිබඳ විශේෂ අවධානයක් යොමු විය යුතු බව දන්වන ලදී. තවද ආහාර සැකසීමේ දී හා පිසීමේ දී පෝෂ්‍ය පදාර්ථ ආරක්ෂා කර ගත යුතු ආකාරය පිළිබඳවත්, ප්‍රධාන ආහාර වේලකින් පසුව දේශීය පලතුරක් ගැනීමේ අගය පිළිබඳවත් දැනුවත් කරන ලදී. ජලය උතුරවා නිවා පානය කිරීමෙන් වකුගඩු රෝග නිවාරණය කර ගැනීම පිළිබඳව විශේෂ දැනුවත් කිරීමක් කරන ලදී. පාසල් දරුවන් සඳහා පිරිසිදු සම්බල ආහාර වේලක් ලබාදීම මෙම වැඩසටහනෙහි ප්‍රධාන අරමුණ විය.
1. අප ගන්නා ආහාරවල අඩංගු මහා පෝෂක දෙකක් නම් කරන්න.
 2. මුල් ළමා වියේ දරුවෙකුගේ පෝෂණ අවශ්‍යතා දෙකක් ලියන්න.
 3. ආහාර වේලක් සකස් කිරීමේ දී අවධානය යොමු විය යුතු කරුණු දෙකක් ලියන්න.
 4. ප්‍රධාන ආහාර වේලකින් පසුව පලතුරු අනුභවයෙන් ඇති ප්‍රයෝජනක් සඳහන් කරන්න.
 5. මුල් ළමා වියේ දරුවෙකු සඳහා බොජුන්පත් සැකසීමේ අවධානය යොමු කළ යුතු කරුණු දෙකක් ලියන්න.
 6. බෝ නොවන රෝග දෙකක් නම් කරන්න.
 7. පාසල් වියේ දී දරුවන්ට ලබාදෙන එන්නත් දෙකක් ලියන්න.
 8. ආහාර සැකසීමේ දී කාලාධිමයක් (ඒප්‍රනය) භාවිත කිරීම යෝග්‍යය. කාලාධිමක තිබිය යුතු ලක්ෂණ දෙකක් දක්වන්න.
 9. සිරුරේ නිරෝගී පැවැත්මට ජලයෙන් ඇති ප්‍රයෝජන දෙකක් ලියන්න.
 10. පවුලේ සාරධර්ම වැඩි දියුණු කිරීමට පාසලෙන් ලබා ගත හැකි යහපත් පුරුදු දෙකක් සඳහන් කරන්න.
- 02.
1. ස්වභාවික කෙඳි වර්ගීකරණය දක්වන්න.
 2. ළදරු ඇඳුමක තිබිය යුතු ගුණාංග තුනක් ලියන්න.
 3. මසන ලද ළමා ගවුම අලංකාර කර ගැනීම සඳහා 'ආරෝපනය' කිරීම කරන ආකාරය පියවර සහිතව දක්වන්න.
- 03.
1. ආහාර පිළියෙල කිරීමේ දී යොදා ගන්නා ශිල්පීය ක්‍රම තුනක් දක්වන්න.
 2. ශීඝ්‍ර වන සජීවී ක්‍රම ජීවී සෛල විශේෂයකි. ශීඝ්‍ර භාවිත කර සකසනු ලබන ආහාර, පාන වර්ග 03ක් නම් කරන්න.
 3. පරිවරණය ක්‍රියාවලියක් වන ලුණු දෙහි සෑදීම ගැලීම් සටහනකින් දක්වන්න.

04. 1. ආහාර ගබඩා කිරීමේ දී ආහාරයෙහි ගුණාත්මක බව රැක ගැනීම අත්‍යවශ්‍ය වූව ද එය අපහසු වන අවස්ථා ද ඇත. එවැනි අවස්ථා තුනක් සඳහන් කරන්න.

2. විශේෂ අවස්ථා සඳහා ආහාර වේල පිළිගැන්වීමේ දී සැලකිලිමත් විය යුතු කරුණු තුනක් ලියන්න.

3. මේවා හඳුන්වන්න.

1) ස්ටොක් සාරය

2) ප්‍රෝටීන් පරිපූරණය

05. 1. 'වර්ණ අගමානය' හඳුන්වන්න

2. නිදන කාමරයක අභ්‍යන්තර අලංකාරණය සඳහා අනුගමනය කළ හැකි ක්‍රියාමාර්ග තුනක් ලියන්න.

3. සාමාජිකයන් හතර දෙනෙකුගෙන් යුත් පවුලක් සඳහා යෝග්‍ය නිවසක දළ බිම් සැලැස්මක් සංකේත භාවිත කරමින් අඳින්න.

06. 1. නව යොවුන් විශේෂ කායික වර්ධනය සඳහා බලපාන කරුණු තුනක් සඳහන් කරන්න.

2. නව යෞවනයාගේ සමාජීය වර්ධනය පිළිබිඹු වන අවස්ථා තුනක් ලියන්න.

3. a) 'ද්විතියික ලිංගික ලක්ෂණ' හඳුන්වන්න.

b) ස්ත්‍රී පුරුෂ දෛවස්‍යයටම පොදු ද්විතියික ලිංගික ලක්ෂණ හතරක් ලියන්න.

07. 1. ගර්භනී අවධියේ දෛනික පෝෂණ අවශ්‍යතාවය වැඩිවන බැවින් වර්ග තුනක් නම් කරන්න.

2. ගර්භනී අවධියේ ඇති විය හැකි අවදානම් සාධක තුනක් සඳහන් කරන්න.

3. ගර්භනී මවකගේ මානසික සෞඛ්‍ය යහපත්ව පවත්වා ගැනීමට ඔබ කරන යෝජනා හතරක් ලියන්න.