



වයඹ පළාත් අධ්‍යාපන දෙපාර්තමේන්තුව
Provincial Department of Education - NWP

85 S I

පළමු වාර පරීක්ෂණය - 11 ශ්‍රේණිය - 2020
First Term Test - Grade 11 - 2020

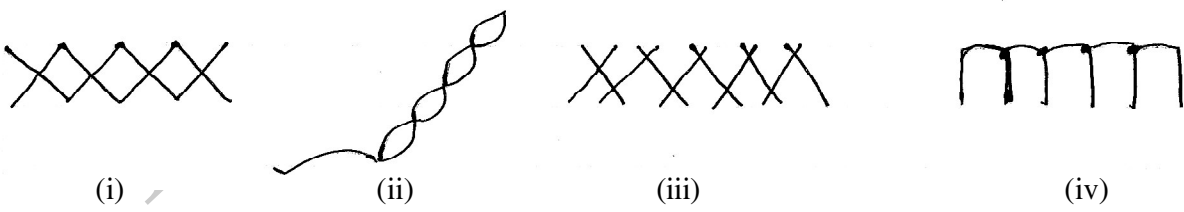
නම/විභාග අංකය : ගෘහ ආර්ථික විද්‍යාව - I කාලය : පැය 03 යි.

වැදගත් :

- * ප්‍රශ්න සියල්ලටම පිළිතුරු සපයන්න. මෙම ප්‍රශ්න පත්‍රය සඳහා ලකුණු 40කි.
- * 1 සිට 40 තෙක් ප්‍රශ්න සඳහා දී ඇති 1, 2, 3, 4 වරණවලින් නිවැරදි පිළිතුර තෝරා පිළිතුරු පත්‍රයෙහි අංකයට ගැලපෙන කවය තුළ (X) ලකුණ යොදන්න.

- (01) ඩයිසැකරයිඩයක් වන සුක්‍රෝස් සඳී ඇත්තේ,
 - (1) ග්ලූකෝස් අණුවක් හා ෆැක්ටෝස් අණුවක් එකතු වීමෙනි.
 - (2) ග්ලූකෝස් අණු 2ක් එකතු වීමෙනි.
 - (3) ග්ලූකෝස් අණුවක් හා ග්ලැක්ටෝස් අණුවක් එකතු වීමෙනි.
 - (4) ෆැක්ටෝස් අණු 2ක් එකතු වීමෙනි.
- (02) ධාන්‍යවල අඩංගු කබෝහයිඩ්‍රේටයකි,
 - (1) ග්ලයිකොජන්
 - (2) ෆැක්ටෝස්
 - (3) මෝල්ටෝස්
 - (4) ග්ලැක්ටෝස්
- (03) අන්‍යාවශ්‍ය ඇමයිනෝ අම්ල 2කි.
 - (1) ලියුසින්, ට්‍රිප්ටෝෆන්
 - (2) මයොසින්, කොලැජන්
 - (3) ට්‍රිප්ටෝෆන්, කේසින්
 - (4) ලියුසින්, සෙයින්
- (04) ධාන්‍ය හා මාෂ බෝග යන දෙවර්ගය ම මිශ්‍ර කර අහාර සකසා ගැනීම හඳුන්වන්නේ,
 - (1) සමාජාතීකරණය නම් වේ.
 - (2) ප්‍රෝටීන් පරිපූරණය නම් වේ.
 - (3) ආහාර ප්‍රබලීකරණය නම් වේ.
 - (4) ආහාර සරු කිරීම නම් වේ.
- (05) බහු අසංතෘප්ත මේද අම්ලයකි.
 - (1) ඔලේයික් අම්ලය
 - (2) බියුටරික් අම්ලය
 - (3) කැප්රිලික් අම්ලය
 - (4) ලිනොලේයික් අම්ලය
- (06) කැල්සියම් හා පොස්ෆරස් අවශෝෂණයට උදව් වන මේද ද්‍රව්‍ය විටමිනයකි.
 - (1) විටමින් A
 - (2) විටමින් D
 - (3) විටමින් E
 - (4) විටමින් K
- (07) කෙණ්ඩා පෙරළීම වළක්වන බනිජ ලවණයකි.
 - (1) යකඩ
 - (2) පොටෑසියම්
 - (3) සෝඩියම්
 - (4) සල්ෆර්
- (08) වැඩි ම ප්‍රෝටීන් අගයක් ඇති ආහාර වන්නේ,
 - (1) කච්චි
 - (2) දඹල
 - (3) කඩල
 - (4) සෝයා බෝංචි
- (09) දූරියන් ගෙඩියේ ආවේණික සුවඳ හා රසයේ සංකලනය හැඳින්වනුයේ,
 - (1) සගන්ධය යනුවෙනි.
 - (2) සුවඳ යනුවෙනි.
 - (3) රසය යනුවෙනි.
 - (4) වයනය යනුවෙනි.

- (10) අඩු උෂ්ණත්වයකින් දියර යොදා ගනිමින් දිගු වේලාවක් කුළු පියන වසා පිස ගැනීම හඳුන්වනුයේ,
 (1) ජලයේ බාහා තැම්බීම යනුවෙනි. (2) ස්ථ කිරීම යනුවෙනි.
 (3) බාබෙකු කිරීම යනුවෙනි. (4) ග්‍රිල් කිරීම යනුවෙනි.
- (11) මස් හෝ මාළු ග්‍රිල් කිරීමේ දී තාපය සංක්‍රමණය වන ක්‍රම වන්නේ,
 (1) සන්නයනය හා සංවහනය (2) විකිරණය හා සංවහනය
 (3) සන්නයනය හා විකිරණය (4) ඉහත සියල්ලම
- (12) සලාද සෑදීමේ දී එළවළු සිහින් දිගටි ආකාරයට කැපීම හඳුන්වනුයේ,
 (1) බෲනුවාස් ක්‍රමයට කැපීම යනුවෙනි. (2) මසදුවාන් ක්‍රමයට කැපීම යනුවෙනි.
 (3) ජුලියන් ක්‍රමයට කැපීම යනුවෙනි. (4) පෙයිසෑන් ක්‍රමයට කැපීම යනුවෙනි.
- (13) ආහාර පදම් කිරීමේ දී කුළු බඩු මිශ්‍රණයේ අංශු ආහාරය කුළට ගමන් කිරීම හඳුන්වනුයේ,
 (1) විකිරණය යනුවෙනි. (2) ජෙලටනීකරණය යනුවෙනි.
 (3) බ්ලාන්චිකරණය යනුවෙනි. (4) බාහිර ආසෑනිය යනුවෙනි.
- (14) අන්තසෝතයේ දී සිදුවන තරංගාකාර සංකෝචනය වීම හා ඉහිල් වීම හඳුන්වනුයේ,
 (1) ක්‍රමාකූචනය යනුවෙනි. (2) පරිවහනය යනුවෙනි.
 (3) සංකෝචනය යනුවෙනි. (4) අවශෝෂණය යනුවෙනි.
- (15) කිරි ආහාරවල ප්‍රෝටීන් කැටි ගැසීමට උපකාරී වන එන්සයිමයකි.
 (1) පෙප්සින් (2) රෙනින්
 (3) ටයිලින් (4) සුක්‍රෝස්
- (16) ආහාර ජීර්ණයේ දී බලපාන සානසික සාධකයක් නොවන්නේ,
 (1) සුවද (2) පෙනුම
 (3) රසය (4) ගිලීම
- (17) ක්‍ෂුද්‍ර ජීවීන් බොහොමයක් ඉතා හොඳින් වර්ධනය වන කාමර උෂ්ණත්වය වන්නේ,
 (1) 25°C සිට 30°C දක්වා (2) 25°C සිට 37°C දක්වා
 (3) 20°C සිට 30°C දක්වා (4) 18°C සිට 20°C දක්වා
- (18) කිරිවල වර්ධනය වන බැක්ටීරියාවකි.
 (1) රයිසෝපස් (2) ඇස්ෆර්ගිලස්
 (3) මියුකෝර් (4) ස්ට්‍රෙප්ටොකොකස්
- (19) ලෝක සෞඛ්‍ය සංවිධානයට අනුව යොවුන් විය යනු,
 (1) අවුරුදු 10 - 22 දක්වා ය. (2) අවුරුදු 10 - 24 දක්වා ය.
 (3) අවුරුදු 10 - 19 දක්වා ය. (4) අවුරුදු 10 - 18 දක්වා ය.
- (20) F S H ලෙස දක්වා ඇති හෝමෝනය වන්නේ,
 (1) ඊස්ට්‍රජන් හෝමෝනය. (2) ඇන්ඩ්‍රජන් හෝමෝනය.
 (3) ටෙස්ටෝස්ටරෝන් හෝමෝනය. (4) සූනිකා උත්තේජක හෝමෝනය.
- (21) ගර්භනී බව ස්ථිරව ම දැන ගත හැකි පරීක්ෂණයකි.
 (1) රුධිර පරීක්ෂණයකි. (2) හිමොග්ලොබින් පරීක්ෂාව
 (3) මුත්‍රා පරීක්ෂණය (4) ග්ලූකෝස් පරීක්ෂාව
- (22) සංජානනීය රෝගයක් වන්නේ,
 (1) තැලසිමියාව (2) සරම්ප
 (3) පෝලියෝ (4) කක්කල් කැස්ස

- (23) කලලයේ ස්නායු සෛල නිර්මාණය වීම සඳහා අවශ්‍ය වන B කාණ්ඩයේ විටමිනයකි.
 (1) ෆෝලේට් (2) තයමින්
 (3) රයිබොෆ්ලේවින් (4) නියැසින්
- (24) අධිරෝපණය යනු,
 (1) ඩිම්බය ශුක්‍රානුවක් සමඟ සම්බන්ධ වීම (2) ගර්භාශයේ ඇතුළු ආස්තරයේ සෛල පොකුර ගිලී සවිවීම.
 (3) ඩිම්බ කෝෂයෙන් ඩිම්බයක් මුදා හැරීම. (4) සෛල විභජනය වීම.
- (25) පහත සඳහන් ප්‍රකාශ අතරින් සාවද්‍ය ප්‍රකාශ වන්නේ,
 (a) අයඩීන් මගින් ගබ්සා වීම වැළකේ.
 (b) කලලයේ අක්මාවේ යකඩ තැන්පත් වීම සිදුවේ.
 (c) සාමාන්‍ය කාන්තාවකට වඩා ගර්භනී මවකට දෛනික යකඩ අවශ්‍යතාය අඩු ය.
 (d) මාතෘ සායනයක සිදු කරන මුත්‍රා පරීක්ෂාව මුල් දිනයේ පමණක් සිදු කරයි.
 (1) a හා b (2) c හා d
 (3) b හා c (4) a හා c
- (26) කුස තුළ වැඩෙන ජීවියා මිනිස් රූපයක හැඩතල ගනු ලබන්නේ,
 (1) හූණ අවධියේ ය. (2) කලල අවධියේ ය.
 (3) ඩිම්බ අවධියේ ය (4) යුක්තානු සමයේ ය.
- (27) VDRL පරීක්ෂණය මගින් හඳුනා ගනු ලබන්නේ,
 (1) මවට සමාජ රෝග වැළඳී ඇත් දැයි යන්න ය.
 (2) මවට දියවැඩියාව වැළඳී ඇත්දැයි යන්න ය.
 (3) මවට අධික රුධිර පීඩනය වැළඳී ඇත්දැයි යන්න ය.
 (4) මවගේ රුධිරයේ හිමොග්ලොබින් තිබේ දැයි බැලීම.
- (28) ශිල්පීය මැහුම් ක්‍රම 2 ඇතුළත් නිවැරදි පිළිතුර වන්නේ,
 (1) වාටි මැස්ම හා පිස්මේන්තු මැස්ම (2) හීන් නූල් දුවවීම හා කතිර මැස්ම
 (3) අණ්ඩ දූමිම හා දම්වැල් මැස්ම (4) බඳන යෙදීම හා රේන්ද ඇල්ලීම.
- (29) ක්විල්ට් කිරීම සඳහා යොදා ගන්නා මැහුම් ක්‍රමය වන්නේ,
 (1) වාටි මැස්ම (2) පිස්මේන්තු මැස්ම
 (3) හීන්නූල් දුවවීම (4) සන්නාලි වාටි මැස්ම
- (30) 
 (i) (ii) (iii) (iv)
- ඉහත දක්වා ඇති මැහුම් ක්‍රම පිළිවෙලින් වන්නේ,
 (1) බ්ලැන්කට්, කතිර, දම්වැල්, හුරුළු කටු (2) කතිර, දම්වැල්, හුරුළු කටු, බ්ලැන්කට්
 (3) දම්වැල්, කතිර, හුරුළු කටු, බ්ලැන්කට් (4) හුරුළු කටු, කතිර, දම්වැල්, බ්ලැන්කට්
- (31) ළදරු ඇඳුම සඳහා යොදන මුට්ටු වර්ගය නම්,
 (1) ප්‍රංශ මුට්ටුව (2) පැනලි මුට්ටුව
 (3) අනිච්ඡාදන මුට්ටුව (4) සරල මුට්ටුව
- (32) කෘත්‍රීම කෙඳි කාණ්ඩයට අයත් පොලිමයිඩ කෙන්දක් නොවන්නේ,
 (1) රෙයෝන් (2) ටෙරලින්
 (3) නයිලෝන් (4) ඕර්ලෝන්

- (33) මැහුම් ක්‍රමයක් පිළිබඳ ව ශිෂ්‍යාවක විසින් සටහන් කරන ලද කරුණු කිහිපයක් පහත දැක්වේ.
- * මෝස්තර ආරෝපණය (ඇප්ලික්) කිරීම සඳහා යොදා ගනියි.
 - * බොත්තම් කාසවල සෘජු අද්දර මැනීමට යොදා ගනියි.
 - * ළඳුරු ඇඳුම්වල වාටි විසිතරු කිරීමට භාවිතා කරයි.
 - * මුට්ටුවල නොමැසූ අද්දර නිම කිරීමට යොදා ගනියි.

මෙහි මැහුම් ක්‍රමය වන්නේ,

- | | |
|--------------------------|-------------------------|
| (1) බොත්තම් කාස මැස්ම ය. | (2) දම්වැල් මැස්ම ය. |
| (3) බිලැන්කට් මැස්ම ය. | (4) පිස්මේන්තු මැස්ම ය. |

- (34) සම්මත මිනුම යනු,

- (1) විවිධ වයස් සීමාවක පසු වන පුද්ගලයන්ගේ මිනුම්වල අගයන් ය.
- (2) එක ම වයස් සීමාවක පසු වන පුද්ගල නියැදියක මිනුම්වල සාමාන්‍ය අගයන් වේ.
- (3) විවිධ අවධිවල පසු වන්නන්ගේ රෙදි නියැදියක මිනුම්වල සාමාන්‍ය අගයන් ය.
- (4) දෙන ලද මිනුම්වල සාමාන්‍ය අගයන් ය.

- (35) බන්දේසි කවරයක් අලංකාර කිරීම සඳහා වර්ණවත් රෙදි කැබලි මෝස්තරයක ආකාරයට තබා මසා නිම කර තිබුණි. මෙම ක්‍රියාවලිය හඳුන්වනුයේ,

- | | |
|----------------------------------|-----------------------------|
| (1) ආරෝපණය කිරීම යනුවෙනි. | (2) ක්විල්ට් කිරීම යනුවෙනි. |
| (3) එම්බ්‍රොයිඩර් කිරීම යනුවෙනි. | (4) එම්බෝස් කිරීම යනුවෙනි. |

- (36) ගෘහ කළමනාකරණ ක්‍රියාවලිය පිළිවෙලින් දක්වා ඇති පිළිතුර වන්නේ,

- (1) සංවිධානය, සැලසුම් කිරීම, ක්‍රියාත්මක කිරීම, ඇගයීම
- (2) සංවිධානය, ක්‍රියාත්මක කිරීම, සැලසුම් කිරීම, ඇගයීම
- (3) සැලසුම් කිරීම, ක්‍රියාත්මක කිරීම, සංවිධානය, ඇගයීම
- (4) සැලසුම් කිරීම, සංවිධානය කිරීම, ක්‍රියාත්මක කිරීම, ඇගයීම.

- (37) සුන්දර බව හා ප්‍රීතිමත් බව හඟවන රේඛා වර්ගය නම්,

- | | |
|-----------------|----------------|
| (1) අක්වක් රේඛා | (2) සිරස් රේඛා |
| (3) වක්‍ර රේඛා | (4) තිරස් රේඛා |

- (38) කහ, කහ තැඹිලි, තැඹිලි, රතු තැඹිලි යන වර්ණ යොදා ගනිමින් කාමරයක් වර්ණ ගන්වා තිබුණි. මේ සඳහා යොදාගෙන ඇති වර්ණ ගැලපුම නම්,

- | | |
|---------------------------------|-------------------------|
| (1) ඒක වර්ණ ගැලපුම | (2) බද්ධ වර්ණ ගැලපුම |
| (3) උධ්‍යමික උදාසීන වර්ණ ගැලපුම | (4) විරුද්ධ වර්ණ ගැලපුම |

- (39) මෝස්තර මූලධර්මයක් නොවන්නේ,

- | | |
|---------------|------------|
| (1) තුලනය | (2) රිද්මය |
| (3) සමානුපාතය | (4) රේඛා |

- (40) පාංශු සංරක්ෂණය සඳහා යෙදිය හැකි උපක්‍රමයක් නොවන්නේ,

- (1) කාණු පද්ධතියක් සකස් කිරීම
- (2) ගල් වැටි යෙදීම
- (3) පඳුරු සහිත ශාක ඉවත් කිරීම
- (4) පිඬැලි ඇල්ලීම

(ලකුණු 40 x 1 = 40)



වයඹ පළාත් අධ්‍යාපන දෙපාර්තමේන්තුව Provincial Department of Education - NWP

85 S II

පළමු වාර පරීක්ෂණය - 11 ශ්‍රේණිය - 2020 First Term Test - Grade 11 - 2020

නම/විභාග අංකය : ගෘහ ආර්ථික විද්‍යාව - II

* පළමු ප්‍රශ්නය ඇතුළු ව ප්‍රශ්න පහකට පිළිතුරු සපයන්න.

- (01) නුවන්ති වෘත්තියෙන් ගුරුවරියක් වන අතර, ඇගේ සැමියා කෘෂිකර්ම උපදේශකවරයෙකු ලෙස සේවය කරයි. ඇයට මුල් ළමා වියේ පසු වන දියණියක හා මාස 4ක ළදරුවකු සිටියි. නුවන්තිගේ සැමියා එළවළු පලතුරු වගා කරන අතර ගෙවත්ත ප්‍රසන්න ලෙස තබා ගැනීමට කිසි විටෙක අමතක නොකළේ ය. කලා මූලිකාංග පිළිබඳ මැනවින් දැන සිටින ඇය නිවස ඉතා අලංකාරව පවත්වා ගනියි. (ලකුණු 2 x 10 = 20)
 - (i) මුල් ළමා වියේ පසු වන දියණියගේ පෝෂණ අවශ්‍යතා 2ක් නම් කරන්න. (ලකුණු 02)
 - (ii) ආහාරයක ගුණාත්මක බව තීරණය කරන සාධක 4ක් ලියන්න. (ලකුණු 02)
 - (iii) නුවන්ති හා ඇගේ සැමියා රැකියාවට යන බැවින් උද්ඝ්‍රාමයන් කළමනාකරණය කර ගැනීමට ගත හැකි පියවර 2ක් ලියන්න. (ලකුණු 02)
 - (iv) ළදරුවාට මාස දෙක සම්පූර්ණ වීමත් සමඟ දිය යුතු එන්නත් වර්ග 2ක් නම් කරන්න. (ලකුණු 02)
 - (v) ගෙවත්තෙහි වගා කර ඇති යකඩ හා කැල්සියම් සපයන බෝග වර්ග 2ක් බැගින් ලියන්න. (ලකුණු 02)
 - (vi) එළවළු හා පලතුරුවල අඩංගු ප්‍රතිඔක්සිකාරක 2ක් සඳහන් කරන්න. (ලකුණු 02)
 - (vii) මෙම නිවාස අලංකාර කිරීමට යොදා ගත හැකි කලා මූලිකාංග 4ක් නම් කරන්න. (ලකුණු 02)
 - (viii) දියණිය පෙර පාසලට යෑමේ දී රැගෙන යන වතුර බෝතල් ආවරණය සඳහා සුදුසු විසිතුරු මැහුම් ක්‍රම 2ක් දැක්වන්න. (ලකුණු 02)
 - (ix) නුවන්ති තම නිවසේ විසිත්ත කාමරය අලංකාර කිරීමට යොදා ගෙන ඇති උපාංග 4ක් නම් කරන්න. (ලකුණු 02)
 - (x) නුවන්තිගේ නිවස පිහිටි පරිසරය ප්‍රසන්න වීම කෙරෙහි බලපාන කරුණු 2ක් ලියන්න. (ලකුණු 02)
- (02) (i) ඇඳුම් නිර්මාණයේ දී යොදා ගන්නා අක් සැරසිලි යන්න හඳුන්වා ඒ සඳහා උදාහරණ 2ක් සඳහන් කරන්න. (ලකුණු 03)
- (ii) පැතැලි මුට්ටුව යොදනු ලබා අවස්ථා 3ක් නම් කරන්න. (ලකුණු 03)
- (iii) (a) රෙදි පිරියම් කිරීම යන්න හඳුන්වන්න. (ලකුණු 02)
- (b) රෙදි පිරියම් කිරීමේ ක්‍රම 2ක් නම් කරන්න. (ලකුණු 02)

- (03) (i) ආහාර ජීර්ණය යන්න හඳුන්වන්න. (ලකුණු 03)
(ii) මහාන්ත්‍රය මගින් ඉටු කෙරෙන කාර්යයන් 3ක් ලියන්න. (ලකුණු 03)
(iii) පහත දැක්වෙන වගුව සම්පූර්ණ කරන්න.

පෝෂ්‍ය පදාර්ථය	ජීර්ණ යුෂ	එන්සයිම
1. පිෂ්ටය	බේටමය
2. සුක්‍රෝස්	ආන්ත්‍රික යුෂ
3.	ලැක්ටේස්

(ලකුණු 04)

- (04) (i) නිවසේ දී පිළියෙළ කර ගත හැකි පරිරක්ෂිත ආහාර 3ක් නම් කරන්න. (ලකුණු 03)
(ii) පරිරක්ෂණ ක්‍රමයක් වන විජලන ක්‍රියාවලියේ දී සිදු වන මූලධර්මය සඳහන් කරන්න. (ලකුණු 03)
(iii) ආහාර නරක්වීමට බලපාන භෞතික හේතු 4ක් නම් කරන්න. (ලකුණු 04)

- (05) ප්‍රමිතියෙන් තොර ආහාර ද්‍රව්‍ය වෙළඳපොළ තුළ බහුලව දක්නට ලැබීම පුද්ගල සෞඛ්‍යයට තර්ජනයක් වී ඇත.
(i) ආහාරවලට මුසුකර ඇති ශරීරයට අහිතකර ආකලන ද්‍රව්‍ය 3ක් නම් කරන්න. (ලකුණු 03)
(ii) ආහාර තෝරා ගැනීමේදී පාරිභෝගිකයාට මතුවන දුෂ්කරතා 3ක් ලියන්න. (ලකුණු 03)
(iii) ශ්‍රී ලංකාවේ පෝෂණ ගැටලු අවම කර ගැනීමට ජනතාව දැනුවත් කිරීම සඳහා ඔබට ගත හැකි ක්‍රියාමාර්ග 4ක් ලියන්න. (ලකුණු 04)

- (06) (i) ජීවන වක්‍රය තුළ දක්නට ලැබෙන විවිධ පෝෂණ අවශ්‍යතා ඇති අවධි 3ක් නම් කරන්න. (ලකුණු 03)
(ii) (a) ප්‍රජනක පද්ධතිය ආශ්‍රිත හෝර්මෝන නිෂ්පාදනය කිරීම හා සම්බන්ධ ග්‍රන්ථිය නම් කරන්න. (ලකුණු 01)
(b) ස්ත්‍රී හා පුරුෂ ප්‍රජනක හෝර්මෝන වෙන වෙන ම නම් කරන්න. (ලකුණු 02)
(iii) ගර්භණී මවකට යෝග්‍ය දිවා ආහාර වේලක් සඳහා සුදුසු බොජුන් පතක් සැලසුම් කරන්න. (ලකුණු 04)

- (07) (i) ශ්‍රම විභජන සැලසුමක් සකස් කිරීමේ දී අනුගමනය කළ යුතු කරුණු 3ක් ලියා දක්වන්න. (ලකුණු 03)
(ii) ගෘහ සැලසුම් ඇදීමේදී පහත සඳහන් කොටස් සඳහා භාවිතා කරුණු ලබන සංකේත ඇඳ දක්වන්න.
* දෙපියන් දොර
* ජනේලය
* තනි දොර (ලකුණු 03)

- (iii) නිදන කාමරයක් අලංකාර කිරීම සඳහා ඒක වර්ණ ගැලපුමක් භාවිතා කරන ආකාරය උදාහරණ සහිතව පැහැදිලි කරන්න. (ලකුණු 04)

