

I කොටස

1. I
2. III
3. IV
4. IV
5. III
6. IV
7. III
8. III
9. III
10. IV
11. √
12. ×
13. √
14. √
15. √
16. ප්‍රතිශක්තිය.
17. ටෙස්ටෝස්ටෙරෝන්.
18. ප්‍රතිචක්‍රීකරණය.
19. ඊස්ට්‍රජන්.
20. අනුවේදනය.

(ලකුණු 2×20 =40)

II වන කොටස

01.

(I) ප්‍රථමාධාර යනු :-

හදිසි අනතුරක් සිදු වූ අවස්ථාවක වෛද්‍යවරයකු වෙත ගෙන යාමට පෙර ලබා දෙන ආධාරයයි.

ප්‍රථමාධාරකරුවකු සතු ගුණාංග :-

- ප්‍රථමාධාර පිළිබඳ දැනුම.
- තීරණ ගැනීමේ හැකියාව.
- කලබල නොවීම.
- කරුණාවන්ත බව.
- ඉවසීම.
- සැමට එක ලෙස සැලකීම
- පිළිකුල් නොකිරීම
- ආචාරශීලී බව.....ආදිය

(II)

- ක්ලාන්ත වූ අවස්ථාවක
- සර්පයකු දෂ්ඨ කළ අවස්ථාවක
- පිළිස්සුණු අවස්ථාවක
- නාසයේ යමක් හිර වූ අවස්ථාවක
- තුවාල වීමක් සිදු වූ අවස්ථාවක
- අස්ථි බිඳුණු අවස්ථාවක.....ආදිය

(II) R – Rest – විවේකය (ක්‍රීඩාවෙන් ඇත් වී විවේකීව සිටීම.)

I – ice – තුවාල වූ ප්‍රදේශය මත අයිස් තැබීම.

C – Compression – පීඩනයට ලක් කිරීම තුවාලය අවට බැන්ඩේජ් පටියකින් වෙළීම.

E – Elevation - තුවාලය වූ පෙදෙස තරමක් උස් ව තැබීම.

(ලකුණු 4×3 = 12)

02.

(I)

- භෞතික පාරිසරික අභියෝග
- සමාජීය පාරිසරික අභියෝග

(II) 1 නොසැලකිලිමත්කම

2 යාන්ත්‍රික දෝෂ

3 රියදුරුගේ වැරදි

4 එන්ජිමේ දෝෂ

(II)

- පොදු ස්ථානවල දුම්බිම තහනම් කිරීම.
- එලදායී සෞඛ්‍යය ප්‍රවර්ධන වැඩසටහන් ක්‍රියාත්මක කිරීම.
- මත්පැන් හා මත් ද්‍රව්‍ය භාවිතයේ අහිතකර ප්‍රචේපිත සෞඛ්‍ය අධ්‍යාපනය තුළින් ලබාදීම.
- දුම්කොළ වගා කරන්නන්ට වෙනත් ආදායම් ක්‍රම හඳුන්වා දීම.
- මත් පැන් හා මත් ද්‍රව්‍ය වල මිල ඉහළ නැංවීම.
- අනවශ්‍ය ප්‍රචාරණ තහනම් කිරීම.....ආදිය

(ලකුණු 4×3 = 12)

03.

(I) යහපත් චිත්තවේග

- සතුට
- ප්‍රීතිය
- සොම්නස
- මෛත්‍රිය
- කරුණාව
- දයාව
- සන්සුන්බව..... ආදිය

අයහපත් චිත්තවේග

- දුක
- තරඟව
- දොම්නස
- ඊර්ෂ්‍යාව
- බිය
- වෛරය
- නොසන්සුන්බව
.....ආදිය

(II)

- මිතුරන් නැති වීම.
- කරදරවලට ලක්වීම.
- නීතියෙන් දඬුවම් විඳීමට සිදුවීම.
- විවිධ මානසික රෝග වලට භාජනය වීම.
- සතුට නොමැති වීම.
- අභියෝග වලට සාර්ථකව මුහුණ දීමට අපහසු වීම.
- සමාජයෙන් කොන් වීම.....ආදිය

(II)

- අනුවේදනය.
- ඉවසීම.
- නායකත්වය දැරීම.
- නිවැරදි තීරණ ගැනීම.
- යහපත් අන්තර් පුද්ගල සබඳතා.
- යහපත් සන්නිවේදනය.
- ආචාරශීලී බව.
- කණ්ඩායම් හැඟීම.
- ජය පරාජය සමච භුක්ති විඳීම,ආදිය

(ගුණාංග 4 ක් ලියා කෙටියෙන් විස්තර කර ඇත්නම් සම්පූර්ණ ලකුණු ලබා දෙන්න)

(ලකුණු 4×3 = 12)

04.

(I)

- වර්ධනය (Growth)
- පරිසරය (Environment)
- ආරය (Heredity)
- පෝෂණ තත්වය (nutrition)

(II)

ගැහැණු

- උස හා බර වැඩිවීම.
- මුහුණේ කුරුලෑ ඇතිවීම.
- කළවා අත්ගොබ මහත් වීම.
- පියයුරු වර්ධනය වීම.
- උකුල් පළල් වීම.
- ලින්ග්‍රේන්ද්‍රය විශාල වීම.
- කිහිලි හා ලින්ග්‍රේන්ද්‍රය අවට රෝම වැඩීම.
- යෝනි ශ්‍රාවය ඇති වීම.
- දහඩිය විශේෂ ගන්ධයක් ඇති වීම.
- ආර්තවය ඇති වීම.
- මල්වර වීම.

පිරිමි

- උස හා බර වැඩි වීම.
- මුහුණේ කුරුලෑ ඇති වීම.
- උරහිස් පළල් වීම.
- මාංශ පේශි වර්ධනය වීම.
- ස්චාරලට ඉදිරියට නෙරීම.
- කටහඬ ගොරෝසු වීම.
- ලින්ග්‍රේන්ද්‍රය විශාල වීම.
- කිහිලි, ලිංගේන්ද්‍රය අවට පසුව අත්ගොබ ආදියෙහි රෝම වැඩීම.
- උඩු රැවුල ඇතිවීම.
- ශුක්‍ර මෝචනය ආරම්භ වීම, ආදිය

(III)

- HIV/AIDS
- ලිංගික ඉන්ෂන්
- ක්ලැමීඩියා
- සුදු බිංදුව
- උපදංශය
- ගොනෝරියා නොවන මූත්‍ර ප්‍රදාහය
- ලිංගික හර්පිස්.....ආදිය

(ලකුණු 4×3 = 12)

05.

(I) වේගය යනු:-

කෙටි කාලයක් තුළ තම කාර්ය සාර්ථකව අවසන් කිරීමට ඇති හැකියාවයි.

(II)

- කෙටි දුර ධාවනය.
- බැඩ්මින්ටන් .
- රග්බි පාපන්දු(රගර්).
- වොලිබෝල්.
- පාපන්දු.
- බාස්කට් බෝල්.
- මේස පන්දු.....ආදිය

(III) (අදාළ ක්‍රියාකාරකම දෙස බලා ලකුණු ලබා දෙන්න.)

(ලකුණු 4×3 = 12)

06.

(I)

- ජීව විද්‍යාත්මක සාධක.
- භෞතික සාධක.
- රසායනික සාධක

(II)

- රසය වෙනස් වීම.
- වර්ණය වෙනස් වීම.
- සාමාන්‍ය පෙනුම වෙනස් වීම.
- අසුරනයේ වෙනස්කම් ඇතිවීම.
- කල් ඉකුත් වීම.
- පපුදු වී තිබීම.
- ගන්ධය ඇති වීම.....ආදිය

(III) දවටනයේ පහත සඳහන් කරුණු අඩංගු විය යුතුය..

- නිෂ්පාදිත දිනය.
- කල් ඉකුත් වීමේ දිනය.
- තත්ව සහතිකය.
- අන්තර්ගත ද්‍රව්‍ය.
- වර්ණකාරක හා රසකාරක.
- ශුද්ධ බර.
- උපරිම සිල්ලර මිල.....ආදිය.

(ලකුණු 4×3 = 12)

සංවිධානයෙන් වැඩි ක්‍රීඩා

(II) සංවිධානයෙන් අඩු ක්‍රීඩා

- මියෝ මීමෝ
- වලස් පවුල
- වස පැහීම
- පල් හොරු
- ඩොස් බෝල්
- මාළු දැල් දැමීම.
- වලිගය කැඩීම.
- පින් පාපන්දු.
- ඉරි පාපන්දු.
- ආසන නෙට්බෝල්
-ආදිය
- .
- .
- .

- එල්ලේ
- වොලිබෝල්
- නෙට්බෝල්
- කරම්
- ක්‍රිකට්
- පාපැදි
- මලල ක්‍රීඩා
- පාපන්දු
- මේස පන්දු
- බැඩ්මින්ටන්
- කරාතේ
- කබඩි
- ජුඩෝ
- ත්‍රෝබෝල්
- වූෂ්
- මල්ලව පොර
- පිම්නාස්ටික්
- හොකි
- සැහැල්ලු පන්දු ක්‍රිකට්
- ටෙනිස්.....ආදිය

(II) (පිළිතුරට අනුව අදාළ ලකුණු ලබා දෙන්න.)

(III)

- ක්‍රීඩාවේ ප්‍රවීණතාවය විම.
- ක්‍රීඩා නීති රීති පිළිබඳ අවබෝධය ලැබීම.
- නිවැරදි වලන වලට හුරුවීම.
- ස්නායු පේශි සමායෝජනය දියුණු වීම.
- නායකත්වයට හුරු වීම.
- අනුගාමිකත්වයට හුරුවීම.....ආදිය.

(ලකුණු 4×3 = 12)