

තෙවන වාර පරීක්ෂණය - 2017
ගෘහ ආර්ථික විද්‍යාව - 12 ශ්‍රේණිය

I කොටස
පිළිතුරු පත්‍රය

1)	5	26)	1
2)	2	27)	1
3)	2	28)	3
4)	5	29)	5
5)	4	30)	2
6)	3	31)	4
7)	5	32)	2
8)	2	33)	5
9)	3	34)	4
10)	2	35)	2
11)	4	36)	1
12)	1	37)	3
13)	2	38)	4
14)	3	39)	1
15)	1	40)	3
16)	1	41)	2
17)	3	42)	3
18)	1	43)	4
19)	3	44)	3
20)	4	45)	2
21)	1	46)	3
22)	1	47)	4
23)	5	48)	5
24)	1	49)	4
25)	3	50)	1

II පත්‍රය - I කොටස

1)

i. ප්‍රබලතා -

- ❖ අවම ඒකක ඇතුළත් වීම අඩු ඉඩකඩක් සඳහා සැලසුම සංවිධානය වී තිබීම.
- ❖ රාශීකරණය හා නම්‍යතාවය සැලසුම් කර තිබීම.
- ❖ යෝග්‍ය පරිදි ගමන් මං පිහිටා ඇත.

(ලකුණු 2 1/2)

දුබලතා -

- ❖ C, D ඒකකවල ජනේල් සහ දොර නොමැති නිසා වාතාශ්‍රය, ආලෝකය නොලැබීම
- ❖ පිටවීමේ දොරටුවක් නොමැති වීම.
- ❖ ජනේල් විසිත්ත කාමරය සඳහා ප්‍රමාණවත් නොවීම.

(ලකුණු 2 1/2)

ii.

කුඩා නිවසක් බැවින් කැම කාමරය හා විසිත්ත කාමරය යාබදව පිහිටුවා තිබීම. නිදන කාමරයට යාබදව නාන කාමරය හා වැසිකිලි පිහිටුවීම. (වශයෙන් ලියා ඇති පිළිතුරු අනුව ලකුණු ලබා දෙන්න)

iii.

කුඩා ගෘහ භාණ්ඩ තෝරා ගැනීම
අවම ගෘහ භාණ්ඩ පමණක් ඇතුළත් වීම
බහු කාර්ය ගෘහ භාණ්ඩ තෝරා ගැනීම.

iv.

රවුම් හැඩැති කුෂන් කවරයක් ඇඳීම අනිවාර්යය වේ. කොටුවක් තුළ රවුම ඇඳීම නොවිය යුතුයි. මෝස්තරයට හා මැහුම් ක්‍රමයට උචිත පරිදි ලකුණු ලබා දෙන්න.

v.

මැහුම් ක්‍රම නම් කිරීමට
එහි වර්ණ සංකලනය ඉදිරිපත් කිරීමට

(ලකුණු 1 1/2)

(ලකුණු 3 1/2)

2)

i)

a) ගර්භනී අවධිය

කිරිදෙන අවධිය (ක්ෂීරණ)
නව යොවුන් අවධිය

b)

එක් එක් අවධියන් සඳහා අවම වශයෙන් කරුණු 02 බැගින් ඉදිරිපත් කර ඇත්නම් සම්පූර්ණ ලකුණු ලබා දෙන්න.

ii)

a) අයඩින් උග්‍රතාවය

විටමින් A උග්‍රතාවය
යකඩ උග්‍රතාවය
ප්‍රෝටීන් කැලරි උග්‍රතාවය

b) පාසල් මට්ටමෙන් වැඩසටහන්

පළාත් මට්ටමින් වැඩසටහන්
ජාතික මට්ටමින් වැඩසටහන්

ඉහත වැඩසටහන් පිළිබඳව කෙටි හැඳින්වීම ශිෂ්‍ය පිළිතුරු අනුව ගොඩ නැගීම

iii) දියවැඩියාව

හෘද රෝග
පිළිකා

අධිරුධිර පීඩනය

ස්පූලතාවය

ආමාණයික ප්‍රදාහය

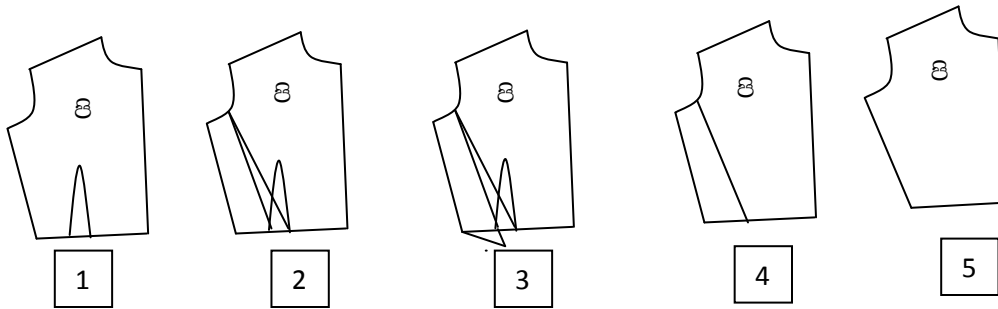
iv) ජීවන රටාවේ කළ යුතු වෙනස්කම් මෙන්ම ආහාර රටාවේ වෙනස්කම් ශිෂ්‍යා ලියා තිබිය යුතුයි.

3)

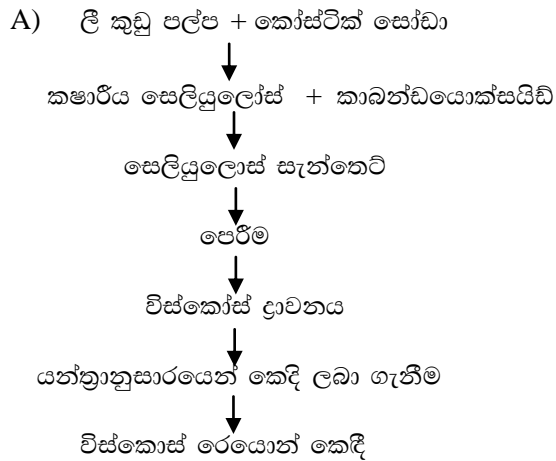
i) පිළිතුරට අනුව ලකුණු දෙන්න.

- ii) ආර මැසීම
 උරහිස් මුට්ටු කිරීම
 ඉදිරිපස විවරය මැසීම
 කර මැසීම
 අතයට මුට්ටුව මැසීම
 අත අග මැසීම
 අත කඳට ඇල්ලීම
 ඉණ වාටිය මැසීම
 විවර පියවීම
 නිමාව

iii)



iv)



B) ළදරු ඇතිරිල්ල ක්විල්ට් කර අද්දර නිම කරන ආකාරය දක්වා ඇති පරිදි ලකුණු ලබා දෙන්න.

4)

i) පිළිතුරට අනුව ලකුණු දෙන්න.

- ii) ගොඩ ක්‍රමය
 චල ක්‍රමය
 බැරල් ක්‍රමය
 පැහැදිලි ජීව කොටු කිරීමට අනුව ලකුණු දෙන්න.

- iii) යාන්ත්‍රික නිමාවෙන් කැලැන්ඩරින් කිරීම, ටෙන්ටරින් කිරීම, සැන්තර් කරණය, සයිසිං කිරීම නම් කිරීමට ඉන් එකක් පැහැදිලි කිරීමට (ලකුණු 02) (ලකුණු 03)
- iv) මැහුම් ක්‍රම වර්ගීකරණයට විසිතුරු මැහුම් ක්‍රම මසන ආකාරය නිවැරදිව ඇඳ පෙන්වීමට (ලකුණු 02)
(ලකුණු 03)

5)

- i)
 - අසාත්මිකතාවය
 - පෝෂණ උගුණතා
 - සෞඛ්‍ය තත්වපිරිහීම
 - දුෂ්පෝෂණතත්වයන් ඇතිවීම
 - අධ්‍යාපන දුර්වලතාවයන්
 - බෝ නොවන රෝග වලට ගොදුරු වීම
- ii)
 - පෝෂදායී ආහාර පිළිබඳ දැනුවත් කිරීම
 - පෞද්ගලික සෞඛ්‍ය පවත්වා ගැනීම
 - පාසල් පිරිසත මනාව නඩත්තු කිරීම
 - පාසලේ පෝෂණ වැඩසටහන් ක්‍රියාත්මක කිරීම පවත්වාගෙන යාම
 - පාසලේ සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන වැඩසටහන් ක්‍රියාත්මක කිරීම
 - පාසලේ සනීපාරක්ෂක කටයුතු පුළුල් කිරීම.
 - පාසලේ සායන පවත්වා එන්නත් පිළිබඳ දැනුවත් කිරීම.
- iii)
 - අපේක්ෂා බිඳ වැටීම
 - පිළිගැනීම නොමැති වීම
 - ප්‍රේම සබඳතා
 - මානසික අතතිය
 - මත්ද්‍රව්‍ය වලට ඇබ්බැහි වීම
 - අන් අයගේ අපේක්ෂන හා යෙදවන අපේක්ෂණ නොගැලපීම
 - ජීවත්වන පවුල් පරිසරය
 - විවෘත ආර්ථික රටාව බලපෑම
- iv)
 - ප්‍රායෝගික විෂයන් වලට නැඹුරු වීම
 - ප්‍රායෝගික වැඩමුළු පිළිබඳ දැනුවත් කිරීම
 - නව නිර්මාණ කෙරෙහි අවධානය යොමු කිරීම
 - නව නිපැයුම් වලට මාතෘකා දී ඇදහස් ඉදිරිපත් කිරීම
 - පාසල් පැමිණීම දිරිමත් කිරීම
- v)
 - සිසුන්ගේ පිළිතුර අනුව ලකුණු ලබා දෙන්න.

6)

i)

ප්‍රාථමික ලිංගික ලක්ෂණ -

නව යොවුන්වියේ ආරම්භයත් සමග ලිංගික හෝමෝනවල බලපෑම නිසා සිදුවන ප්‍රජනක ඉන්ද්‍රිය පද්ධතියේ සිසු වර්ධනය ප්‍රාථමික ලිංගික ලක්ෂණ ඇති වීම ලෙස හඳුන්වයි.

උදා :- ඩිම්බකෝෂ හා ගර්භාෂය වර්ධනය

ද්විතියික ලිංගික ලක්ෂණ :-

ප්‍රාථමික ලිංගික ලක්ෂණ ඇතිවීම බාහිරව පිලිඹිබු කරන ලක්ෂණ ද්විතියික ලිංගික ලක්ෂණ ලෙස හඳුන්වයි. ස්ත්‍රී පුරුෂ දෙපක්ෂයටම පොදු ලක්ෂණ ඇති අතර සුවිශේෂ වශයෙන් වෙනස් ලක්ෂණ හඳුනාගත හැකිය.

උදා :- සිරුරේ හැඩය වෙනස් වීම

බර වැඩිවීම

උස වැඩිවීම

ලිංගේන්ද්‍රය අවට සහ කිහිලිවල රෝම ඇතිවීම

ii)

- ඒ ඒ වයසට ගැළපෙන ක්‍රීඩා භාණ්ඩ ලබා දීම.
- අවස්ථා සලසා දීම
- පෙන්වන හැකියා අගය කිරීම තුළින් දිරිමත් කිරීම
- වර්ධනයන්හි පසුබෑම් ඇතිවීම වෛද්‍ය උපදෙස් පැතීම

iii)

- ආර්තාවය නැවතීම
- කෑම අරුචිය සහ උදෑසන ඔක්කාරය
- උදරය විශාල වීම
- නිතර මුත්‍රා පිට කිරීමේ අවශ්‍යතාව
- මවගේ ශරීර බර වැඩිවීම

iv)

- ගැබ්ණියක් සඳහා අවශ්‍යයන්ම සිදුකළ යුතු පරීක්ෂණ හා පරීක්ෂාවන්ට ලක් කිරීම
- අවශ්‍ය අවස්ථාවන්හිදී සුවිශේෂ පරීක්ෂ සිදු කිරීම
- ගැබ්ණී මවගේ සෞඛ්‍ය ගැටලුවලට පිලිතුරු ලබා දීම
- අවශ්‍ය එන්නත් ලබා දීම
- ගර්භාෂයේ භ්‍රූණය වැඩන බව සහ සිටින ආකාරය නිවැරදිව හඳුනා ගැනීම

7)

i)

පිළිසිඳ ගැනීමේ සිට ප්‍රසූතිය දක්වා (දින 280 ක) කාලය පූර්ව ප්‍රසව අවධිය ලෙස හඳුන්වයි.

ii)

- බිළිඳාට අවශ්‍ය ද්‍රව්‍ය සුදානම් කිරීම
- ප්‍රසවය බලාපොරොත්තු වන දිනයට දින කිහිපයකට පෙර රෝහලට ඇතුළත් වීම
- ප්‍රසූත දින ආසන්න වන විට කායික වෙනස්කම් පිළිබඳව නිරන්තර ආවධානයකින් සිටීම
- ඉතා සැහැල්ලු මානසික වාතාවරණයක් පවත්වා ගැනීම

(සිත් තැවුල්, කම්පන, ආතති ඇතිකරන අවස්ථා මග හැරීම)

iii)

a)

i) පිරිසිඳුව ආහාර සැකසීම (පෞද්ගලික පවිත්‍රතාවය හා ස්ථානීය පවිත්‍රතාවය)

ii) නැවුම් අමුද්‍රව්‍ය යොදා ගැනීම

iii) ක්ෂුද්‍ර ජීවී හානි හා වෙනත් සතුන්ගෙන් හානි නොතිබීම

iv) අනුමත ආකලන නියමිත ප්‍රමාණවලින් භාවිතා කිරීම

v) ආහාර හොඳින් සෝදා සැකසීම, යොදා ගැනීම (ලකුණු 2 1/2)

b) රැකවන යාමට උචිත ලෙසත්, පෙර පාසල් දරුවෙකුට ගැලපෙන ලෙසත් බොජුන් පත ලියා ඇත්නම්

(ලකුණු 2 1/2)

8)

i) සැකසීමේදී ඉවත්ව ගිය හෝ විනාශයට පත් වූ ක්ෂුද්‍රසෝෂක වෙනුවට අලුතින් එම පෝෂක එකතු කිරීම මගින් ආහාරයේ ගුණාත්මක බව වර්ධනය කිරීමේ ක්‍රියාවලිය

ii) යම් ආහාරයකට ස්වභාවයෙන්ම අඩුවෙන්ම පවතින හෝ අඩු නොවන යම් පෝෂකයක් හෝ පෝෂක කිහිපයක් ඇතුළත් කිරීමේ ක්‍රියාවලියයි.

iii) ද්‍රාවණ කිහිපයක් එකතු වී සෑදෙන මිශ්‍රණයක ස්ථායී බව ගෙනදීම සඳහා භාවිතාකරන කාරක. උදා - ප්‍රොපිලින්, පොලිසෝබේට්ස්, ලෙසිතින්

iv) කපන ලද එළවලුවල පළතුරුවල ඊතෝලික් සංයෝග අඩංගු වේ. එසේම පොලිඊතෝල් ඔක්සිඩේස් එන්සයිමද අඩංගු වේ. ඒවා වාතයේ ඇති ඔක්සිජන් සමග ගැවී සක්‍රිය පෙලිඊතෝල් බවට පත්වේ. එය මෙලනින් වර්ජකය ලෙස හැඳින්වේ. එය දුඹුරු පැහැය.

9)

a) ජීවානුහරණය යනු සියළුම ක්ෂුද්‍රජීවීන් හා බීජානු විනාශ කිරීම සඳහා සිදුකරන ක්‍රියාවලියකි.

උෂ්ණත්ව පරාසය - $120C^0$ උෂ්ණත්වය යටතේ තත්පර 06 සිට විනාඩි 06 (ආහාර අනුව)

උදා - කිරි, පළතුරු, මස්, මාළු

පැස්ටරීකරනය යනු - ආහාරවල අඩංගු විය හැකි ව්‍යාධි ජනක බැක්ටීරියා විනාශ කරයි.

බීජානු විනාශ නොවේ.

උෂ්ණත්වය - අධික උෂ්ණත්වයේ කෙටිකාලයක් තබා සිසිල් කිරීමයි. $72C^0$ තත්පර 15 ක් තබා $10C^0$ ට සිසිල් කිරීම (H TST ක්‍රමය)

උදා :- කිරි, පළතුරු යුෂ

b) පෝෂණමය නිරීක්ෂණය -

රතු රුධිරානු නිපදවීමට අවශ්‍ය පෝෂකය වන යකඩ හා වෙනත් පෝෂක ආහාරයේ නොතිබීම නිසා ඇතිවේ.

උදා - යකඩ, තඹ, කෝබෝල්ට්, B_{12} , C

පෝෂණමය නොවන නිරීක්ෂණය -

සිරුරේ රතු රුධිරානු මට්ටම පවත්වා ගැනීම කෙරෙහි බලපාන බාහිර සාධක නිසා ඇතිවන නිරීක්ෂණය

උදා :- හදිසි අනතුරු, පසු ආසාදන, උපන් අතර අඩු පරතරය

C) පැසීම යනු -

ආහාරයක ව්‍යුහාත්මක වෙනසක් ඇතිකරමින් CO₂ හා මධ්‍යසාර මුක්තකරන ක්ෂුද්‍ර ජීවීන් මගින් සිදුවන ක්‍රියාවලිය පැසීම වේ.

උදා - මුදුවපු කිරි, යෝගට්

පිපීම යනු -

පිටි මිශ්‍රනයකට පිපුම් කාරක හා අනෙකුත් ද්‍රව්‍ය එකතු කර මිශ්‍ර කිරීමේදී CO₂ මුක්ත කරයි. මෙම CO₂ වායුවේ සැහැල්ලු බව නිසා ඉහළට එසවීමක් සිදුවේ. මෙය පිපීම නමින් හඳුන්වයි.

උදා - ආප්ප මිශ්‍රණය
තෝසේ මිශ්‍රණය

D) ජල ද්‍රාවී තන්තු යනු -

මෙම තන්තු ජලයේ ද්‍රාවනය වී හෝ ජලය අවශෝෂණය කර පරිමාව වැඩි කරලීමක් සිදු කරයි.

උදා - පෙක්ටීන්, ගම්, මියුසිලේජ

ජල අද්‍රාවීය තන්තු යනු -

මෙම තන්තු ජලයේ අද්‍රාවය, ජලය අවශෝෂණය කර ගැනීමට නොහැකි පොලිසැකරයිඩ් වේ.

උදා - සෙලියුලෝස්, හෙමිසෙලියුලොස්, ලිග්නීන්