

දකුණු පළාත් අධ්‍යාපන දෙපාර්තමේන්තුව

අවසාන වාර පරීක්ෂණය - 2020

10 - ශ්‍රේණිය

ගෘහ ආර්ථික විද්‍යාව පිළිතුරු

I පතය

(01)	1	(11)	1	(21)	1	(31)	4
(02)	3	(12)	2	(22)	4	(32)	4
(03)	2	(13)	3	(23)	1	(33)	1
(04)	2	(14)	1	(24)	3	(34)	3
(05)	1	(15)	2	(25)	3	(35)	4
(06)	2	(16)	1	(26)	2	(36)	3
(07)	2	(17)	3	(27)	2	(37)	1
(08)	3	(18)	2	(28)	3	(38)	2
(09)	1	(19)	4	(29)	1	(39)	3
(10)	4	(20)	1	(30)	2	(40)	3

(මුළු ලකුණු 1 x 40 = 40)

II පතය

(01) (i) විස්තෘත පවුල, ඒකාබද්ධ පවුල, විස්තීරණ පවුල

(ii) • තට්ටු ඇඳුන්

- බිත්තියට සවි කළ හෝ නොකළ හකුලන මේස
- හකුලන ඇඳ
- හකුලන ඇඳුම් රාක්ක
- බිත්ති අල්මාරි

(iii) එළවළු පලතුරු
 කරවිල අන්තාසි
 වම්බටු ආදී වැල් දොඩම්
 දිවුල්

පිළිතුරු අනුව ලකුණු ලබා දෙන්න.

(iv) • පවුලේ සාමාජිකයන්ගේ විවිධ පෝෂණ අවශ්‍යතා

- විවිධත්වයෙන් යුතු ආහාර වේල් සැලසුම් කිරීම
- ආහාර පිළියෙළ කිරීමට අවශ්‍ය අමුද්‍රව්‍ය සපයා ගැනීමේ පහසුව
- පවුලේ ආදායමට ගැලපෙන පරිදි ආහාර වේල් සැලසුම් කිරීම

(v) ඇස්පහිලස්

- මියුකෝර්
- පෙනිසිලියම්

(vi) බඳන යෙදීම

පයිපිං කිරීම

රේන්ද ඇල්ලීම/රැලිපටි ඇල්ලීම

(vii) ● පෝෂණමය නිරක්තිය

- පෝෂණමය නොවන නිරක්තිය

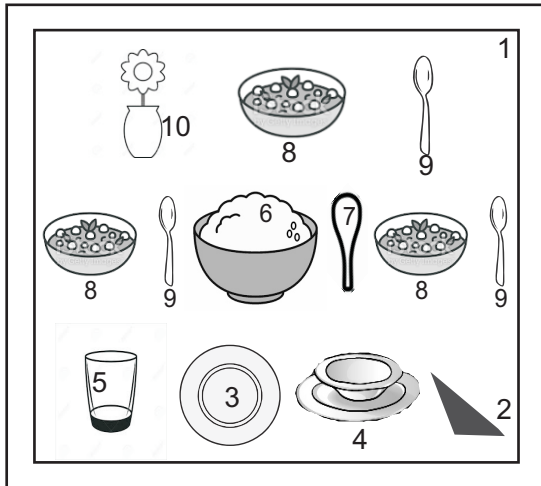
(viii) ● අනගා බැලීම

- ජල අවශෝෂණතාව

- පුළුස්සා බැලීම

- නූලක් කඩා බැලීම

(ix)



1. මේස ඇතිරිල්ල
2. මේස ඇතිරිල්ලට ගැලපෙන සේ අත්පිස්නාව
3. ආහාර ගැනීමට පිඟාන
4. අත සෝදන කෝප්පය හා එය තැබීමට බාග තසීම
5. වතුර විදුරුව
6. ප්‍රධාන ආහාරය සඳහා බඳුන් (බත්)
7. බත් හැන්ද
8. ව්‍යංජන සඳහා බඳුන්
9. ව්‍යංජන සඳහා හැඳි
10. මල් බඳුන

(x)

- බර මැනීම
- උස මැනීම
- රුධිර පරීක්ෂණ
- මුත්‍රා පරීක්ෂණ
- රුධිර පීඩනය මැනීම

(ලකුණු 2 x 10 = 20)

(02) (i) අක් සැරසිලි යනු ගෘහ පිළිවෙල හා ඇඳුම්වල අද්දර අලංකාර කර ගැනීම සඳහා යොදනු ලබන විවිධ ක්‍රමයි.

උදා : රේන්ද ඇල්ලීම

බඳන යෙදීම

රැලිපටි ඇල්ලීම

(ලකුණු 3)

- (ii)
 - දෙපොටක් මූට්ටු කිරීමේදී
 - විසිතුරු මැහුම් ක්‍රමයක් ලෙස
 - බික්කු මැසීමට පෙර
 - ක්විල්ට් කිරීමේදී
 - එළලීමේදී

(ලකුණු 3)

(iii) පැකලි මූට්ටුව

- (i) මූට්ටු කිරීම සඳහා සිහින් නූල් දූවවීම
- (ii) පිටුපස පලුවේ රෙදි පට, පළමු ප්‍රමාණයෙන් අඩක් වන සේ කපා ඉවත් කරන්න.
- (iii) රෙදි දෙපොට හොඳින් දිගහැර පිටුපසට වාටියක් ලෙස නවා නූල් ඇද වාටි මැස්මෙන් මැසීම

(ලකුණු 4)

(මුළු ලකුණු 10)

- (03) (i)
- අත් ගැසීම
 - මිශ්‍ර කිරීම
 - කවලම් කිරීම
 - ගැසීම
 - කැබලිවලට කැපීම
 - පදම් කිරීම

(ලකුණු 3)

- (ii)
- පෝෂණ අගය
 - සෞඛ්‍යාරක්ෂිත බව
 - වර්ණය
 - වියනය
 - රසය
 - සුවඳ

(ලකුණු 3)

- (iii)
- බටර් කේක් - සන්නයන
සංවහනය
විකිරණය
 - කට්ලට් - සංවහනය
සන්නයනය
 - වටලප්පන් - සංවහනය
සන්නයනය
 - කුකුළු මස් කරිය - සංවහනය

(ලකුණු 4)

(මුළු ලකුණු 10)

- (04) (i)
- විජලනය
 - අඩු උෂ්ණත්වයේ යෙදීම
 - වැඩි උෂ්ණත්වයේ යෙදීම
 - පරිරක්ෂණ කාරක භාවිතය
 - ප්‍රවිකිරණය

(ලකුණු 3)

- (ii) ජලය සක්‍රියතාවය :
- ආහාරයක අඩංගු ක්ෂුද්‍ර ජීවින්ගේ වර්ධනය හා එන්සයිම ක්‍රියාකාරිත්වය සඳහා ප්‍රයෝජනයට ගත හැකි ජල ප්‍රමාණය, ජල සක්‍රියතාවය ලෙස හඳුන්වයි.

(ලකුණු 3)

PH අගය :

PH අගය යනු යම් මාධ්‍යයක ඇති ආම්ලික හෝ භාෂ්මික ස්වභාවය දක්වන දර්ශකයකි. (ලකුණු 3)

(iii) කාලීන මන්ද පෝෂණය:

ශරීරයට ආහාරයෙන් සැපයෙන පෝෂක ප්‍රමාණාත්මකව දිගුකලක් නොලැබී යාමෙන් ශරීර වර්ධනය අඩාල වීම නිසා ඇතිවන තත්ත්වයකි. මෙහි ප්‍රතිඵලයක් ලෙස ඕනෑම වයස් මට්ටමකදී වයසට සරිලන උස නොමැති වීම (මිටි බව/කුරු බව) ඇති වේ.

(ලකුණු 04)
(මුළු ලකුණු 10)

(05) (i)

න්‍යෂ්ටික පවුල	විස්තීරණ පවුල
<p>පෞද්ගලිකත්වය ආරක්ෂා වේ.</p> <p>ස්වාධීනත්වය ඇත.</p> <p>නීරණ ගැනීම පහසු ය.</p> <p>ආරක්ෂාව පිළිබඳ ගැටළු ඇති වේ (දරුවන් පිළිබඳ)</p>	<p>අන්‍යෝන්‍ය බැඳීම ඇත.</p> <p>සහයෝගිතාව ඇත.</p> <p>සුරක්ෂිත බව වැඩි වශයෙන් ඇත.</p> <p>ත්‍යාගශීලී බව</p> <p>බෙදා හදා ගැනීම</p> <p>පරාර්ථකාමී බව</p> <p>ඉවසිලිවන්ත බව</p> <p>ආරක්ෂිත බව</p>

(ලකුණු 03)

- (ii) ● භූමිය තෝරා ගැනීම
- නිවස සැලසුම් කිරීම
- නිවස සංවිධානය කිරීම

(ලකුණු 03)

(iii) අවම ශ්‍රමයක් වැය කර හා උපරිම පහසුකම් සලසා ගත හැකි වන ආකාරයට නිවසේ කොටස් එකිනෙකට යාබදව ගොනු කිරීමට රාශිකරණය ලෙස හැඳින්වේ.

උදා: නිදන කාමරවල සිට පහසුවෙන් යාමට හැකිවන සේ ඒ අසලම නාන කාමරය හා වැසිකිලිය පිහිටුවීම, ආලින්දය විසිත්ත කාමරයට යාබද පිහිටුවීම, විසිත්ත කාමරයේ කොටසක් කෑම කාමරය ලෙස යොදා ගැනීම

(ලකුණු 04)
(මුළු ලකුණු 10)

(06) (i)

ස්ත්‍රී	පුරුෂ
<ul style="list-style-type: none"> ● පියයුරු විශාල වීම ● උකුල පළල් වීම ● කටහඬ මිහිරි වීම ● යෝනිශ්‍රාව ඇති වීම ● ලිංගේන්ද්‍රය අවට හා කිහිලිවල රෝම ඇති වීම ● බර වැඩි වීම 	<ul style="list-style-type: none"> ● මස් පිඬු වැඩිම ● උරහිස පළල් වීම ● ස්වරාලය ඉදිරියට නෙරා ඒම ● කටහඬ වෙනස් වීම ● ශුක්‍ර මෝචනය ● ලිංගේන්ද්‍රය විශාල වීම

(ලකුණු 03)

(ii) මෙම අවධියේ සිරුරේ සෑම කොටසක්ම එකම වේගයකින් වර්ධනය නොවේ.

- අත්පා කඳට වඩා වේගයෙන් වර්ධනය
- ශරීර කොටස් අතර අනුපාතය අසමාන වීම
- අස්ථි ඝනත්වයෙන් වැඩිවීම
- ගැහැණු ළමුන්ගේ මේද පටක වර්ධනය වැඩි වීම හා පිරිමි ළමුන්ගේ පේශි පටක වර්ධනය.
- ළමා ස්වරූපය ක්‍රමයෙන් වෙනස් වී වැඩිහිටි ස්වරූපයක් ගැනීම

(ලකුණු 03)

(iii) (a) ප්‍රාථමික ලිංගික ලක්ෂණ

නව යොවුන් වියේ ආරම්භයක් සමඟ ලිංගික හෝර්මෝනවල බලපෑම නිසා සිදුවන ප්‍රජනක ඉන්ද්‍රිය පද්ධතිය සිසු වර්ධනය සිදු වීමයි.

උදා: ඩිම්බ කෝෂ හා ගර්භාෂය වර්ධනය වීම, වෘෂණ කෝෂ හා වෘෂණ වර්ධනය

(ලකුණු 02)

(b) ආර්තවය

පළමු පරිනත ඩිම්බය මුදු හැරීමෙන් අනතුරුව එය ගර්භාෂය වෙත ගමන් කරයි. එම අවස්ථාවේදී ගර්භාෂය තුළ සකස් වූ බිත්ති ඇස්තරය බිඳී යාමෙන් පළමු ආරත්වය සිදුවේ. ඉන් පසු වම් හා දකුණු ඩිම්බ කෝෂවලින් දින 28කට වරක් පරිනත බිම්බ පැලෝපිය නාලය තුළට නිකුත් කෙරේ.

(ලකුණු 02)

(මුළු ලකුණු 10)

(07) (i)

- ඩිම්බ කෝෂ - ඩිම්බ පරිනත වීම
- පැලෝපිය නාල - ඩිම්බ පරිවහනය
- ගර්භාෂය - කලලය අධිරෝපණය
- යෝනි මාර්ගය - ශුක්‍රාණු පරිවහනය

(ලකුණු 03)

(ii)

- මවගේ රුධිර පරිමාව වැඩි වීම
- කලලයේ රුධිර පරිමාව වැඩිවීම
- කලලයේ අක්මාවේ යකඩ තැන්පත් කිරීම
- ප්‍රසූතියේ රුධිර වහනය සිදු වීම

(ලකුණු 03)

(iii) (a)

- ඩිම්බ අවධිය
- කලල අවධිය
- හූණ අවධිය

(ලකුණු 02)

(b) සංසේචනය වූ යුක්තානුව ගර්භාෂයේ ආස්ථරය වන එනඩ්‍රොමෙට්‍රියම තුළ ගිලී තැන්පත් වීම අධිරෝපණයයි.

(ලකුණු 02)

(මුළු ලකුණු 10)