

ඌව පළාත් අධ්‍යාපන දෙපාර්තමේන්තුව
ஊவா மாகாண கல்வித் திணைக்களம்
Uva Provincial Department of Education



අධ්‍යන පොදු සහතික පත්‍ර (උසස් පෙළ) පෙරහුරු පරීක්ෂණය - 2025

28	S	1	ගෘහ ආර්ථික විද්‍යාව I	කාලය : පැය දෙකයි.

විභාග අංකය

- සියලුම ප්‍රශ්න වලට පිළිතුරු සපයන්න.

1. පරිසරයේ තිබෙන සීමිත ස්වාභාවික සම්පත් තුළින් අසීමිත මිනිස් අවශ්‍යතා සපුරාගැනීම සඳහා වූ කළමනාකරණ ක්‍රියාවලිය දැක්වෙන්නේ,
   I.භෞතික ජීවන පරිසරය තුළය.
   II.සමාජ ජීවන පරිසරය තුළය.
   III.ග්‍රාමීය හා නාගරික පරිසර නිර්මාණය තුළය.
   IV. ගොඩනැගිලි හා භූ දර්ශන නිර්මාණය තුළය.
   V. අභ්‍යන්තර අවකාශ මනා සේ ගළපා ගැනීම තුළය.
2. තාක්ෂණයත් සුන්දරත්වයත් මනාව කැටිකොට පුද්ගලයා සජීවී පිරුණු හැඟීම් වලින් පෝෂණය කිරීම,
   I.සංකල්පයයි.
   II.භාවිතය හා භාවිත කරන්නන්.
   III.උපයෝගීතාවයයි.
   IV.කලාත්මක බවයි.
   V.වටිනාකම් පද්ධතියයි.
3. පහත දැක්වෙන කරුණු අතරින් බාහිර අවකාශ නිර්මාණකරණය පිළිබඳ සාවද්‍ය ප්‍රකාශය කුමක්ද?
   I.ගොඩනැගිල්ලෙන් ඉටුවන කාර්යය පිළිබිඹු වන සේ බාහිර පරිසරය නිර්මාණය තිරීම.
   II.සුමට භූ දර්ශනයක් ඇතිකර ගැනීම සඳහා පාලම් හා ප්‍රතිමා ඉදිකිරීම.
   III.ඉඩම පිහිටි ප්‍රදේශයට හා එහි ඉඩකඩ අනුව ආවේණික ශාක වර්ග සිටුවීම.
   IV.භූ දර්ශනයට ගැළපෙන සේ ගමන් කිරීමේ අවකාශය සකස් කිරීම.
   V.භූමියේ ස්වභාවයට හා එහි ඉඩකඩ අනුව උපාංග තේරීම.
4. පහත සංකල්ප අතරින් නිර්මාණකරණයේ සංකල්පීය එළඹුම් අතර ඇතුළත් සංකල්පය වනුයේ,
   a.නිරසර බව
   b.කාබන් පා සළකුණු
   c. සෞන්දර්යාත්මක බව
   d.ක්‍රියානුරූපී බව
   e.නූතනත්වය
   I.a, c හා d ය. II.b, c හා d ය. III.c, d හා e ය. IV.d, e හා a ය. V.a, b හා c ය.
5. පළතුරු, කිරි, සීනි, යන ආහාර ද්‍රව්‍යවල අඩංගු කාබොහයිඩ්‍රේට් පිළිවෙලින්,
   I. මොල්ටෝස්, ලැක්ටෝස්, සෘක්ටෝස් ය.
   II. සෘක්ටෝස්, ලැක්ටෝස්, ග්ලූකෝස් ය.
   III. ලැක්ටෝස්, ග්ලූකෝස්, මෝල්ටෝස් ය.
   IV. සෘක්ටෝස්, ලැක්ටෝස්, සුක්‍රෝස් ය.
   V. සෘක්ටෝස්, සුක්‍රෝස්, ලැක්ටෝස් ය.
6. විටමින් B8 හි රසායනික නාමය වන්නේ,
   I.ඇඩිනින් II.බයොටින් III.ඇඩිනොසින් IV.ග්ලූටමික් අම්ලය V.පැන්ටතොනික් අම්ලය
7. සිසුවෙක් ආහාර වේලකට ඇතුළත් කරන ලද මහා පෝෂක වලින් ලබාගත් ශක්ති ප්‍රමාණයන් පහත දැක්වේ.
   බත් 100g මස් 40g මගින් ලබාදෙන ශක්ති ප්‍රමාණය වනුයේ,
   I.කිලෝ කැලරි 460
   II.කිලෝ කැලරි 560
   III.කිලෝ කැලරි 520
   IV.කිලෝ කැලරි 420
   V.කිලෝ කැලරි 580
8. පේෂි ක්‍රියාකාරිත්වය සඳහා වැදගත් සංයෝග 2 කි.
   I. ඉලාස්ටින් හා ඇක්ටින්
   II. කෙරටින් හා ඉලාස්ටික්
   III. මයොසින් හා කෙරටින්
   IV. මයොසින් හා ඇක්ටින්
   V. කෙරටින් හා කොලැජන්
9. ප්‍රෝටීන් මත ක්‍රියාකරන ඒන්සයිම වනුයේ,
   I.ට්‍රිප්සින්,පෙප්ටිඩේස්, පෙප්සින්
   II.ඇමයිලේස්, ට්‍රිප්සින්, රෙනින්
   III.පෙප්ටිඩේස්, ඇමයිලේස්, රෙනින්
   IV.පෙප්සින්, ට්‍රිප්සින්, ඇමයිලේස්
   V.පෙප්ටිඩේස්, පෙප්සින්, ලයිපේස්
10. අස්ථි ක්ෂීණතාව හෙවත් ඔස්ටියොපොරෝසිස් රෝගය ඇතිවීමට හේතුවක් නොවන්නේ,
    I.නිර්මාංශ ආහාර ගන්නා අයෙකු වීමයි.
    II.දිගු කාලයක් ඇඳෙහි රෝගියෙකු ලෙස සිටීමයි.
    III.ශල්‍ය කර්මයක් මගින් ගර්භාෂය හා ඩිම්බකෝෂ ඉවත් කිරීමයි.
    IV.නිසි වයසට පෙර ආර්තවහරණය සිදු වීමයි.
    V.ආහාරයේ කැල්සියම් හා පොස්පරස් ඌන වීමයි.

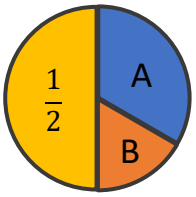
11. නවවන ශ්‍රේණියේ ඉගෙනුම ලබන නිපුණි නැමැති ශිෂ්‍යාව තුළ පහත සඳහන් රෝග ලක්ෂණ පෙන්නුම් කරයි.
- තුවාළ සුවවීම ප්‍රමාද වීම.
- හම ගොරෝසු වීම.
- සිරුරේ ප්‍රතිශක්තිය දුර්වල වීම.
- ශරීර වර්ධනය හොඳින් සිදු නොවීම
- ආහාර අරුචිය.

සිසුවිය මුහුණ දී ඇති ඌණතා තත්වය විය හැක්කේ,

I. පොස්පරස් ඌනතාවය III. සින්ක් ඌනතාවය V. විටමින් A ඌනතාවය
II. යකඩ ඌනතාවය IV. අයඩින් ඌනතාවය

12. ආහාර ජීර්ණ ක්‍රියාවලිය පිළිබඳ සත්‍ය ප්‍රකාශය වන්නේ මින් කුමක්ද?
I.කාබෝහයිඩ්‍රේට්, ප්‍රෝටීන්, මේද ජීර්ණය ආරම්භය ආමාශයේදී සිදුවේ.
II.කුඩා අන්ත්‍රය තුළදී 70% ක්ම පෝෂක අවශෝෂණය වීම.
III.ආමාශයේදී ආම්ලික තත්ව PH 3.0 ක් පමණ නිසා ඇමයිලේස් වල ක්‍රියාව නවතී.
IV.ප්‍රෝටීන් පෙප්සීන් මත ක්‍රියාකර ඇමයිනෝ අම්ල බවට පත්වේ.
V.ආමාශයේ පැය 2 – 3 කට පසු ආහාරය ඝන දියරයක් බවට පත් වේ.

13. 2015 වසරේ ශ්‍රී ලංකාවේ සෞඛ්‍ය අමාත්‍යාංශය විසින් හඳුන්වා දී ඇති පෝෂණ පිගාන සංකල්පය පහත දැක්වේ. මෙහි A,B අනුපිළිවෙලින් සඳහන් වනුයේ,



I.එළවළු හා පළා වර්ග, ශාක ප්‍රෝටීන්
II.එළවළු හා පළතුරු , ශාක හා සත්ත්ව ප්‍රෝටීන්
III.එළවළු හා පළතුරු , මස් මාළු කිරි බිත්තර
IV.එළවළු හා පළා වර්ග, සත්ත්ව ප්‍රෝටීන්
V.එළවළු හා පළා වර්ග, ශාක හා සත්ත්ව ප්‍රෝටීන්

14. ඉදි ආප්ප හුමාලයෙන් තැම්බීමේදී තාප සංක්‍රමණය වන ක්‍රමය වන්නේ,
I.සන්නයනට හා සංවහනයයි. III.සන්නයනය පමණි. V.විකිරණය පමණි.
II.සංවහනය පමණි. IV.විකිරණය හා සංවහනයයි.

15. දියවැඩියා රෝගියෙකුට වඩාත් යෝග්‍ය ආහාරවේල ලෙස ඉදිරිපත් කළ හැක්කේ,
I.රතු කැකුළු බත්, අල බැදුම, පරිප්පු ව්‍යංජනය, මුකුණුවැන්න මැල්ලුම
II.රතු කැකුළු බත්, අළු කෙසෙල් ව්‍යංජනය, මස් ව්‍යංජනය, ගොටුකොළ සම්බෝල
III.රතු නිවුඩු බත්, කැරට් කිරට, සෝයාමීට් ව්‍යංජනය, පොල් සම්බෝල
IV.රතු නිවුඩු බත්, මිරිසට පිසූ මාළු, පොළොස් ඇඹුල, ගොටුකොළ සම්බෝල
V.රතු නිවුඩු බත්, මිරිසට පිසූ මාළු, කිරිකොස් ව්‍යංජනය, කැරට් සම්බෝල

16. ජීවන චක්‍රය තුළ විශේෂ පෝෂණ අවශ්‍යතාවය ඇති අවධි දෙකක් වන්නේ,
I.වැඩිහිටි හා මහළු අවධිය III.ගර්භනී හා ක්ෂීරණ අවධිය V.යොවුන් හා ළමා අවධිය
II.ළදරු හා ළමා අවධිය IV.ගර්භනී හා යොවුන් අවධිය

17. ස්ථූලතාවය ඇති වීමට හේතුවක් නොවන්නේ,
I.ක්ෂණික ආහාර ගැනීම. IV.ආහාර රුචිය වැඩි වීම.
II.කාර්යය බහුලත්වය. V.ප්‍රධාන ආහාර වේල් තුනක් පමණක් අනුභව කිරීම.
III.පෝෂණ පිළිබඳ අඩු දැනුම.

18. ස්වභාවික සුවදකාරකයක් ලෙස කුරුඳුවල අඩංගු රසායනික සංයෝගය ,
I. පැජේන්ය II. සිනමැල්ඩිහයිඩ්ය III. පිපෙරින්ය IV. ජින්ජරෝල්ය. V. කැප්සෙයින්ය

19. පැස්ටරීකරණය පිළිබඳ පහත දක්වා ඇති ප්‍රකාශ අතරින් සත්‍ය ප්‍රකාශය තෝරන්න.
I.මෙහිදී සියලුම ව්‍යාධිජනක ක්ෂුද්‍ර ජීවීහු විනාශ වෙති.
II.ආහාර 72 °C උෂ්ණත්වයේ තත්පර 15ක් තබා 10 °Cතෙක් සිසිල් කරයි.
III.පැස්ටරීකරණය කරන ලද කිරි කාමර උෂ්ණත්වයේ ගබඩා කළ හැකිය.
IV.ආහාර 63 °C උෂ්ණත්වයේ විනාඩි 15ක් තබා 10 °C තෙක් සිසිල් කරයි.
V.ජීවානුහරණයට වඩා වැඩි උෂ්ණත්වයට ආහාර පත් කරයි.

20. ශීත වියළන ක්‍රියාවලියේ වාසියක් වන්නේ,
I.ආහාර හැකිළීමට හෝ ශීත දැවීමකට ලක් නොවීම.
II.ආහාරයේ රසය, වර්ණය හා වයනය ලබා දීම.
III.ආහාරවල එන්සයිමීය ක්‍රියාකාරීත්වය සිදු නොවීම.
IV.ආහාරයේ අමිහිරි රසයට හා සුවඳට හේතුවන රසායනික සංයෝග ඉවත්වීම.
V.මස්, මාළු මෘදු බවට පත්වීමයි.

21. කැරමලේන්, කැරමලීන් යන ප්‍රතික්‍රියාවේදී දැකිය හැකි පැහැයන් පිළිවෙලින් දක්වා ඇති වරණය තෝරන්න.
I.ලා දුඹුරු පැහැය හා රන්වන් දුඹුරු පැහැය. IV.දුඹුරු පැහැය හා තද දුඹුරු පැහැය.
II.තද දුඹුරු පැහැය හා ලා දුඹුරු පැහැය. V.රන්වන් දුඹුරු පැහැය හා තද දුඹුරු පැහැය.
III.තද දුඹුරු පැහැය හා රන්වන් දුඹුරු පැහැය.

22. ඇගලුම් අපනයනයේදී GSP + සහනය ලැබුනහොත් ගෙවියවුතු බදු ප්‍රමාණය අඩු වන්නේ,
I.16% II.5% III.9% IV.20% V.2%

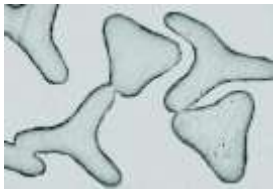
අ.පො.ස උසස් පෙළ සියලුම විෂයන්ට අදාල ප්‍රශ්න පත්‍ර/පිළිතුරු පත්‍ර/සටහන් ලබා ගැනීමට Past Papers Wiki වෙත පිවිසෙන්න

Past Papers Wiki

23. තනි ඉදිකටුවෙන් හෝ ඉදිකටු කීපයකින් මසයි.
මැසීමේදී අන්තර් තොණ්ඩු සෑදේ.
මැසීම සඳහා විශේෂිත මහන යන්ත්‍ර අවශ්‍ය වේ.
ඉහත කරුණු වලට අදාළ වාණිජ මැහුම් ක්‍රමය වන්නේ,
I.103 වර්ගයේ මැහුම් III.100 වර්ගයේ මැහුම් V.304 වර්ගයේ මැහුම්
II.200 වර්ගයේ මැහුම් IV.301 වර්ගයේ මැහුම්

24. මෙස රෙද්දක් නිර්මාණය කිරීමේදී එකම මෝස්තරය නැවත නැවත රෙද්ද වටේ යොදා නිර්මාණය කිරීමේ මූලධර්මය වන්නේ,
I.ප්‍රතියෝගය තුළින් රිද්මයයි. III.විකිරණය තුළින් රිද්මයයි. V.අනාසාත්මක රිද්මයයි.
II.පුනරුක්තිය තුළින් රිද්මයයි. IV.ආසාත්මක රිද්මයයි.

25. විකර්ණාකාර පටි පිළිබඳව සාවද්‍ය ප්‍රකාශය තෝරන්න.
I.දික්හුල් හා හරස් හුල් විකර්ණව වැටී ඇත.
II.ඇදෙනසුළු බව නිසා රවුම් වූ අද්දරට නිසි හැඩය ලබා දේ.
III.බදන යෙදීම සඳහා භාවිතා කළ හැකිය.
IV.රෙද්ද විකර්ණය ඔස්සේ නවා පටි කැපිය යුතුය.
V.කැපූ විකර්ණ පටි මූට්ටු කළ නොහැකිය.

26. 
මෙම රූපයේ දැක්වෙන්නේ,
I. විස්කෝස් කෙන්දක හරස්කඩක්
II. නයිලෝන් කෙන්දක හරස්කඩක්
III. පොලියස්ටර් කෙන්දක හරස්කඩක්
IV. සේද කෙන්දක හරස්කඩක්
V. ලිනන් කෙන්දක හරස්කඩක්

27. ෆෙල්ට් කිරීම හා සම්බන්ධ සාවද්‍ය ප්‍රකාශය තෝරන්න.
I.ඉහළ ඇති කෙදි පටලැවී පහළටත්, පහළ ඇති කෙදි ඉහළටත් යයි.
II.ශීත දේශගුණයක් සඳහා උණුසුම් ඇදුම් නිපදවීමට භාවිතා කරයි.
III.කෙන්දේ ස්වභාවය අනුව ඇදුමෙහි ගුණාත්මක බව තීරණය වේ.
IV.රසායනික ද්‍රව්‍ය, තාපය භාවිතා කර නිශ්පාදනය කරයි.
V.බිලියඩ් ක්‍රීඩාවේ මේසයට ඇතිරීමට මෙම රෙදි භාවිතා කරයි.

28. 35 ^{o}C - 40 ^{o}C අතර උෂ්ණත්වයේ උණුවතුරේ දමා රෙද්ද පැය 24 ක් තබන්නේ,
I.කැද හරණය සඳහාය. III.මළ හරණය සඳහාය. V.නිමාවන් ලබාදීමටය.
II.මසර කිරීම සඳහාය. IV.විරංජනය සඳහාය.

29. තද පැහැති හා තනි පැහැති රෙදි මගින් සිරුරට,
I.ආකර්ශණීය බවක් ඇති කරයි. III.දීප්තියක් ඇති කරයි. V.කුඩාකර පෙන්වයි.
II.පිරිපුන් පෙනුමක් ලබා දේ. IV.විශාලකර පෙන්වයි.

30. ඵලදායී සන්නිවේදනයේ ප්‍රබලතාවක් වන්නේ,
I.ඉතා ඉක්මණින් ගැටලු නිරාකරණය කරගත හැකිය.. IV.නිදහස් අදහස් හුවමාරුවක් සිදු වේ.
II.සම්බන්ධීකරණය කිරීම පහසුය. V.කාලයෙන් උපරිම ප්‍රයෝජන ගත හැකිය.
III.පුද්ගලයා පිළිබඳ නිවැරදි හඳුනාගැනීමක් සිදු වේ.

31. උචිත ලෙස පෙනී සිටීමේදී සැලකිළිමත් විය යුතු කරුණකි.
I.මිල අධික ඇදුම් ඇඳීම. IV.අනිවාර්යෙන්ම දිනපතා ස්නානය කිරීම.
II.විවිධ විලාසිතා අනුව කොණ්ඩය සැකසීම. V.අලංකාර ලෙස නිය වවා ආලේපන ගල්වා නිබීම
III.දෙඅත් හා පාද පිරිසිදුව තබා ගැනීම.

32. මූලික සංවාද ගොඩනැගීමේදී සංවාද ගොඩනැගීමට වඩාත් සුදුසු මාතෘකා වන්නේ,
I.ආගමික ගැටලු, සෞඛ්‍ය, ක්‍රීඩා IV.ඔපාදූප, සෞඛ්‍ය, කලාව
II.කලාව, දේශපාලන ගැටලු, කාලගුණය V.ආගමික ගැටලු, කාලගුණය, සෞඛ්‍ය
III.ක්‍රීඩා, අත්දැකීම්, පොත්පත්

33. 'සංකාසනය' වැදගත් වන්නේ,
I.දෙමාපිය දූ දරු සබඳතා පැවැත්වීමට. IV.අන්තර්පුද්ගල සබඳතා ගොඩනැගීමට.
II.රැකියා ස්ථානයකදී පුද්ගලයන් හඳුනා ගැනීමට. V.ජාතීන් අතර සුහදතා සංවර්ධනයට.
III.සමාජයට යුතුකම් ඉටු කිරීමට.

34. පොදු අභිරුචි සහිත කණ්ඩායම් සමග ක්‍රියාකිරීමෙන් ලැජ්ජාශීලී සහ නිහඬ පුද්ගලයන් සමාජගත වේ.මෙය,
I.විවේක ක්‍රියාකාරකම් මගින් ලැබෙන යහපත් ප්‍රතිලාභයකි.
II.සන්නිවේදන කුසලතාවකි.
III.ආත්ම අභිමානය වර්ධනය වන අවස්ථාවකි.
IV.විවේකය ප්‍රතිමෝදනය කරන අවස්ථාවකි.
V.සමාජ සංගතිය ඇති කිරීමේ උපක්‍රමයකි.

35. විවේකය ප්‍රතිමෝදනය සඳහා යොදා ගැනීම සම්බන්ධ සාවද්‍ය ප්‍රකාශය තෝරන්න.
I. ප්‍රතිමෝදක ක්‍රියාකාරකම් සමස්ථ සමාජයම සදාචාරාත්මකව පිළිගත යුතුය.
II. ජීවිතයේ ගුණාත්මක බව වර්ධනය වීම ප්‍රතිමෝදනයෙන් සිදු වේ.
III. ප්‍රතිමෝදක ක්‍රියා සාර්ථකව සිදු කර ගැනීමට තාක්ෂණික දියුණුව අදාළ නොවේ.
IV. සංග්‍රහ කිරීම උසස් සමාජ සන්තුෂ්ටිය උදෙසා සිදු කරන ප්‍රතිමෝදක ක්‍රියාකාරකමකි.
V. ප්‍රතිමෝදක ක්‍රියා මගින් හුදකලා බවින් මිදීම, බලවත් ප්‍රීතිය උද්දාමනය ඇති වේ.

36. සමාජීය වශයෙන් සංචරණය නිසා ඇතිවන ඍණාත්මක බලපෑමක් නොවන්නේ,
I.හීන මානය හා අධිමානය.
II.සංස්කෘතික කම්පනය.
III.තම ජන කොට්ඨාසය ඉහළ යැයි සැලකීම.
IV.අපරාධ වැඩිවීම හා තදබදය
V.වෙන්වීම්, ආතතිය, කෘරකම්

37. ශ්‍රී ලංකාවේ තොරතුරු විසරණය වීම සඳහා අන්තර්ජාලය ශක්තිමත් හා ජනප්‍රිය මාධ්‍යක් වී ඇත.මෙය,
I.සංචාරක කර්මාන්තය තුළ ඇති වූ කාලීන ප්‍රවණතාවකි.
II.සංචාරක කර්මාන්තයට අවශ්‍ය උපකාරක සේවාවකි.
III.සංචාරක කර්මාන්තයේ සංවර්ධනය උදෙසා ලැබුණු සහයකි.
IV.සංචාරක ආකර්ශණය කෙරෙහි නැඹුරුවීමට ඇති මාවතකි.
V.සංචාරක ප්‍රභේද තෝරා ගැනීමට ලැබෙන සහයකි.

38. වැසි ජලය එක් රැස් කිරීමට පොරෝකීට් ටැංකිය හදුන්වා දී ඇත්තේ,
I.ජාතික ජල සම්පාදන මණ්ඩලය විසිනි.
II.ශ්‍රී ලංකා ප්‍රමිති ආයතනය විසිනි.
III.පළාත් පාලන ආයතනය විසිනි.
IV.රාජ්‍ය නොවන සංවිධාන විසිනි.
V.පාරිභෝගික සේවා අධිකාරිය විසිනි.

39. බැක්ටීරියා ක්‍රියාකාරීත්වයෙන් අපද්‍රව්‍ය, ජලය හා වායු බවට පත්වන්නේ,
I.පෙගවුම් ක්ශේස්ත්‍රයේදීය.
II.පූතික ටැංකිය තුළදීය.
III.වැසිකිළි නළ මාර්ගය තුළදීය.
IV.පිටතින් හදුනාගත නොහැකි අවස්ථාවකදීය.
V.අප ජලය එක්රැස්වන ස්ථානයේදී

40. නිවසක විදුලි සැපයුමට අදාළ සාවද්‍ය ප්‍රකාශය තෝරන්න.
I.සන්නායක යනු විදුලි ධාරාව ගමන් ගන්නා මාධ්‍ය වේ.
II.නිවසට සැපයෙන විදුලිය පළමුව අධිධාරා පරිපථ බිදිනය තුළින් ගමන් කරයි.
III.සේවා විලායකය හා විදුලි මීටරය විදුලි සැපයුම් ආයතනය සතුය.
IV.වෙන්කරණයෙන් පසු සජීවී රැහැන හා උදාසීන රැහැන පැන්නුම් ස්විචයට සම්බන්ධ කර ඇත.
V.පැරණි ගෘහ පරිපථවල සිඟිති පරිපථ බිදිනය වෙනුවට ශේෂ ධාරා පරිපථ බිදිනය භාවිතා විය.

41. තාප පාලකයක් සහිතව ක්‍රියාත්මක වන විදුලි උපකරණය වන්නේ,
I.රෙදි සෝදන යන්ත්‍රය
II.මිශ්‍ර කරණය
III.මල්ටි කුකරය
IV.බ්ලෙන්ඩරය
V.විදුලි පෝරණුව

42. වර්තමාන හා අනාගත පරම්පරා වල පෝෂණ අවශ්‍යතා සැපිරීම කෙරෙහි ඇති ප්‍රභල බලපෑමකි.
I.තිරසර සම්පත් පරිභෝජනය.
II.එක් එක් කාලවලදී බහුල ආහාර පරිභෝජනය.
III.ස්වාභාවික පරිසරයට අදාළව ආහාර වර්ග තෝරා ගැනීම.
IV.ආහාර සුරක්ෂිතතාව තහවුරු කිරීම.
V.පරිරක්ෂණ ක්‍රම පිළිබඳව දැඩි අවධානයක් යොමු කිරීම.

43. හරිතාගාර වායු පරිසරයට මුදා හැරීම අවම කිරීමේ ක්‍රියාකාරකමකි.
I.කාබනික ද්‍රව්‍ය පිළිස්සීම.
II.ගමන් බිමන් සඳහා යාන වාහන භාවිතය.
III.ගොඩනැගිලි ඉදිකිරීම සඳහා දුර බැහැර ප්‍රදේශ වලින් අමු ද්‍රව්‍ය සපයා ගැනීම.
IV.ජීව වායු ප්‍රයෝජනයට ගැනීම.
V.සැකසූ ආහාර පරිභෝජනයට යොමු වීම.

44. ආහාරමය බෝග වගාවකින් භූමි අලංකරණයේ ඇති වාසියකි.
I.ප්‍රජාවට සුබදායී පණිවිඩයක් ලබා දීම.
II.ආහාර ද්‍රව්‍ය පිළිබඳ මනා වැටහීමක් ලැබීම.
III.නිවසට පැමිණෙන අය සතුටු කිරීමට හැකි වීම.
IV.ගොඩනැගිල්ලේ වටිනාකම ඉහළ යෑම.
V.ක්‍රියාකාරී සංයෝග සහිත ආහාර ද්‍රව්‍ය ලබා ගත හැකි වීම

45. පාරිසරික සමතුලිත බව බිඳ වැටීමට හේතු විය හැකි කරුණක් වන්නේ,
I.ක්ෂණික ආහාර නිශ්පාදන වැඩිවීම.
II.ගොඩනැගිලි ඉදිකිරීමේදී නව සංකල්ප මත එළඹීම.
III.අපද්‍රව්‍ය බැහැර කිරීම පිළිබඳ ඍණ ආකල්ප පැවතීම .
IV.ජලය භාවිතයෙන් පසු විවිධ ද්‍රව්‍ය ද්‍රාවණය වී පරිසරයට එක් වීම.
V.නාගරික කැළි කසළ වැඩි වශයෙන් පරිසරයට මුදා හැරීම.

අ.පො.ස උසස් පෙළ සියලුම විෂයන්ට අදාල ප්‍රශ්න පත්‍ර/පිළිතුරු පත්‍ර/සටහන් ලබා ගැනීමට Past Papers Wiki වෙත පිවිසෙන්න

Past Papers Wiki

46. යොවුන් සංවර්ධනයේදී යෞවනයා සමාජමය වශයෙන් ලබන අත්දැකීම් පරිචය කුමන ක්ෂේත්‍රයේ සංවර්ධනය උදෙසා බලපෑම් වේද?

I.බුද්ධි සංවර්ධනය
II.චිත්තවේග සංවර්ධනය
III.කායික සංවර්ධනය
IV.සදාචාර සංවර්ධනය
V.සමාජ සංවර්ධනය

47. අනාගත පැවැත්ම පිළිබඳව නව යෞවනයාට මහත් ආතතිමය තත්වයක් ඇතිවීම කෙරෙහි බලපෑම් ඇති නොකරන කරුණක් වන්නේ,

I.තාක්ෂණික මෙවලම් පැමිණීම නිසා රැකියා අවස්ථා අවම වීම.
II.උසස් අධ්‍යාපනය නිම කළ විටම අදාළ රැකියා පුරප්පාඩු පිරවීම.
III.සමහර රැකියා සඳහා බඳවා ගන්නා සංඛ්‍යාව අවම වීම.
IV.නොගැලපෙන රැකියා අවස්ථා හිමි වීම.
V.සරිලන වැටුප් නොලැබීම.

48. ළමා මානසික සුවතාවයෙන් යුත් දරුවෙකු හදා වඩා ගැනීමට බාධා කරන කරුණ වන්නේ,

I.සුරක්ෂිත පරිසරයක් තිබීම.
II.ක්‍රීඩා කිරීමට අවශ්‍ය පරිසරය ලබා දීම.
III.නව අත්දැකීම් සඳහා මග පෙන්වීම.
IV.සමාජ අත්දැකීම් ලැබීමට සැලැස්වීම.
V.අවශ්‍යතා සියල්ල මිලදී ගැනීමට ඉඩ සැලසීම.

49. සුළු පරිමාණ නිෂ්පිදන ආයතනයක පහත සඳහන් උපක්‍රම අනුගමනය කිරීම හඳුනාගත හැකිය.

නිවැරදි ඇසුරුම් තෝරාගෙන ගබඩා කිරීම.
ප්‍රවාහනය සඳහා සුදුසුම ක්‍රමවේද අනුගමනය.
කාර්යය මණ්ඩල සඳහා සුදුසු නිළ ඇඳුම් භාවිතය.
අවශ්‍ය සෑම විටම සේවකයන් පුහුණු කිරීම.

මෙම ආයතනය,

I.G.M.P. අනුගමනය කරයි.
II.පංචවිධ සංකල්පය ක්‍රියාත්මක කරයි.
III.කයිසෙන් සංකල්පය අනුගමනය කරයි.
IV.ඵලදායිතාව වැඩිකිරීමේ උපක්‍රම භාවිතා කරයි.
V.සම්පත් මනාව කළමණාකරණය කරයි.

50. ව්‍යාපාර ආයතනයක අභ්‍යන්තර හා බාහිර පරිසරය තුළින් ඵලදායිතාවය ඉහළ නැංවීම සඳහා භාවිතා කළ හැකි ක්‍රමයකි.

I.දින දර්ශන හා දින පොත් භාවිතය.
II.කාර්යය අනුව ස්ථාන වෙන් කිරීම.
III.කැළි කසළ වලින් තොරව කාර්යය ඉටු කිරීම.
IV.කාර්යය අනුව විවිධ නිළ ඇඳුම් භාවිතය.
V.විවේක කාලය තුළදීත් හැකි කාර්යයන් ඉටු කිරීම.

(ල: 2 X 50 – 100 යි.)

උඟ පළාත් අධ්‍යාපන දෙපාර්තමේන්තුව
ஊவா மாகாண கல்வித் திணைக்களம்
Uva Provincial Department of Education

අධ්‍යන පොදු සහතික පත්‍ර (උසස් පෙළ) පෙරහුරු පරීක්ෂණය - 2025

28	S	II	ගෘහ ආර්ථික විද්‍යාව II	කාලය : පැය තුනයි.

- පළමු ප්‍රශ්නයඇතුළුව ප්‍රශ්න හයකට පිළිතුරු සපයන්න.

1. I. නිර්මාණකරණයේ උපයෝගිතා සාධකයක් වන ප්‍රමාණය හා සමානුපාතික බව පැහැදිළි කරන්න.
   II. ජල ඒකකයක් යන්න පහදන්න.
   III. ලිපිඩ අන්තර්ගත හෝමෝන දෙකක් නම් කරන්න.
   IV. ස්ථුලතාවය තීරණය කරන සාධක 2ක් දක්වන්න.
   V. අමුරෙදි සුදුසු ලෙස සකසා ගැනීම සඳහා සිදු කරනු ලබන පෙර පිරියම් කිරීමේ ක්‍රම හතරක් සඳහන් කරන්න.
   VI. කෙඳිවල භෞතික හා රසායනික ගුණාංග දෙක බැගින් දක්වන්න.
   VII. ප්‍රතිමෝදක ක්‍රියාකාරකම් වන සේවා ක්‍රියාකාරකම් හා සමාජීය ක්‍රියාකාරකම් දෙක බැගින් ලියන්න.
   VIII. ව්‍යාපාරයක් සිදු කිරීමේදී අනුගමනය කළ යුතු ආචාර ධර්ම දෙකක් නම් කර ඒ එකිනෙකට උදාහරණ දෙක බැගින් දක්වන්න.
   IX. ඵලදායී නොවන සන්නිවේදනයේ අයහපත් ප්‍රතිඵල දෙකක් සඳහන් කරන්න.
   X. පෞරුෂය කෙරෙහි බලපාන අභ්‍යන්තර හා බාහිර සාධක දෙක බැගින් දක්වන්න.

(ලකුණු: 2 X 10 – 20 යි.)

2. I. ගොඩනැගිලි හා බාහිර පරිසර නිර්මාණකරණයේදී සලකා බැලිය යුතු සැකැස්ම හා පිහිටීම සැකෙවින් විස්තර කරන්න. (ලකුණු 3)

   II. a) මුළුතැන්ගෙයි භාවිතා කරන උපකරණ පිරිසිදු කරන ආකාර අනුව වෙන්කළ හැකි භාණ්ඩ 3 නම් කරන්න. (ලකුණු 3)

   b) එම උපකරණ සඳහා යොදාගන්නා අමුද්‍රව්‍ය තේරීමේදී සැලකිය යුතු කරුණු 4ක් දක්වන්න. (ලකුණු 2)

   III. විදුලි ජවය (ක්ෂමතාවය)
   ධාරාව අර්ථ දක්වන්න. (ලකුණු 4)
   IV. පවත්නා පරිසරය අවම ලෙස වෙනස් කරමින්, ආසන්න පාරිසරික සම්පත් උපරිම යොදා ගනිමින්, වැසි ජලයද ප්‍රයෝජනයට ගනිමින් නිර්මාණය ගොඩනැගීමට එළඹීය හැකි සාධක පැහැදිළි කරන්න . (ලකුණු 4)

3. I. ආහාර ජීර්ණ ක්‍රියාවලියේදී සිදුවන යාන්ත්‍රික හා රසායනික ජීර්ණය හඳුන්වන්න. (ලකුණු 2)
   II. ආහාර වේලකට කිරි හා කිරි ආහාර එකතු කිරීමේ වැදගත්කම කරුණු 4කින් දක්වන්න. (ලකුණු 4)
   III. a) ස්ථුලතාවයෙන් පෙළෙන පුද්ගලයෙකුට දිවා ආහාර වේලක බොජුන්පතක් ලියන්න. (ලකුණු 2)
   b) එම පුද්ගලයා විසින් අනුගමනය කළ යුතු නිවැරදි ජීවන රටා හතරක් සඳහන් කරන්න . (ලකුණු 4)

   IV. හැළියේ රෝස්ට් කිරීම පැහැදිළි කර එහිදී සිදුවන තාප සංක්‍රමණ ක්‍රම දක්වන්න . (ලකුණු 4)

4. I. ආහාර පරිරක්ෂණයේදී සිදු කරන දුම් ගැසීමේ ක්‍රියාව ලියා පැහැදිළි කරන්න. (ලකුණු 6)
   II. ආහාර වියළීමේ යාන්ත්‍රික ක්‍රම 4ක් දක්වා වියළීමේ සීඝ්‍රතාවයට බලපාන සාධක දක්වන්න. (ලකුණු 5)
   III. ආහාර ඇසුරුමක් යන්න හඳුන්වා ඇසුරුමක් යෙදීමේ අරමුණු 4ක් ලියන්න. (ලකුණු 5)

අ.පො.ස උසස් පෙළ සියලුම විෂයන්ට අදාල ප්‍රශ්න පත්‍ර/පිළිතුරු පත්‍ර/සටහන් ලබා ගැනීමට Past Papers Wiki වෙත පිවිසෙන්න

Past Papers Wiki

5. I. නිමි ඇඳුම් කර්මාන්තයේ 'රෙදි කැපීම' කෙටියෙන් දක්වන්න . (ලකුණු 4)

II. ඔබ විසින් සකස් කළ මේස දරණුවක අද්දර නිමකර ගන්නා ආකාරය පියවර වශයෙන් පෙන්වා දෙන්න. (ලකුණු 4)

III. විශේෂ අවස්ථාවල පුද්ගල ආරක්ෂාව සඳහා භාවිතාවන රෙදිවලට යොදන නිමාවන් 2ක් නම් කර එකක් පිළිබඳ කෙටියෙන් විස්තර කරන්න. (ලකුණු 4)

IV. කෙටි සාය නිර්මාණය කිරීමේදී ඉදිරිපස හා පිටුපස පතරොම් සඳහා මැහුම් වාසි තබන ස්ථාන හා ප්‍රමාණ දක්වන්න. (ලකුණු 4)

6. I. හරිත පාරිභෝගිකයෙකු විසින් අනුගමනය කරන ආදර්ශමත් ක්‍රියා පිළිවෙත් 4ක් සඳහන් කරන්න. (ලකුණු 4)

II. (අ) 'ආහාර පා සලකුණ' යනු කුමක්ද? (ලකුණු 2)

(ආ) ආහාර පා සලකුණ අඟය අවම කිරීමට ගත හැකි පියවර 2ක් ලියන්න. (ලකුණු 2)

III. ජාන තාක්ෂණයෙන් නිපදවූ ආහාර වර්ග 2ක් නම් කර, ජාන තාක්ෂණයෙන් ආහාර නිපදවීමේ වාසි 2ක් ලියන්න. (ලකුණු 4)

IV. පරිසර හානිය අවම වනසේ අපද්‍රව්‍ය බැහැර කිරීම සඳහා අනුගමනය කළ හැකි ක්‍රම යෝජනා කරන්න. (ලකුණු 4)

7. I. පහළ ස්වසංකල්පයකින් යුක්ත දරුවෙකුගේ ලක්ෂණ 4ක් ලියා දක්වන්න. (ලකුණු 4)

II. නව යෞවනයාට හමුවන ගැටලු අවම කර ගැනීමට සමාජ අත්දකීම් වලින් පෝෂණය විය යුතු බව පෙන්වා දෙන්න. (ලකුණු 4)

III. ව්‍යවසායකයන් තුළ තිබිය යුතු පෙළඹීම් ඉදිරිපත් කළ විද්වතා නම් කර, ඔහු ඉදිරිපත් කළ පෙළඹීම් ලියා දක්වන්න. (ලකුණු 4)

IV. ඵලදායීතාවය කෙරෙහි බලපෑම් කරනු ලබන පංචවිධ සංකල්පය හා කයිසෙන් සංකල්පය සසඳන්න. (ලකුණු 4)

8. පහත සඳහන් මාතෘකා අතුරින් 4ක් පිළිබඳ කෙටි සටහනක් ලියන්න.

I. අසමමිතිකභාවය. (ලකුණු 4)

II. සම්මුඛ පරීක්ෂණයකදී අසනු ලබන ප්‍රශ්න. (ලකුණු 4)

III. ශ්‍රී ලංකාවේ ක්ෂුද්‍ර පෝෂක ඌනතා. (ලකුණු 4)

IV. ආහාරවේල් සැලසුම් කිරීමේදී මග පෙන්වන මූලාශ්‍ර. (ලකුණු 4)

V. මානසික පීඩනය සහිත පුද්ගලයෙකුගේ ප්‍රජානන ලක්ෂණ (ලකුණු 4)



උඹව පළාත් අධ්‍යාපන දෙපාර්තමේන්තුව
ஊவா மாகாண கல்வித் திணைக்களம்
Uva Provincial Department of Education



අධ්‍යන පොදු සහතික පත්‍ර (උසස් පෙළ) පෙරහුරු පරීක්ෂණය - 2025

ගෘහ ආර්ථික විද්‍යාව I - පිළිතුරු

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

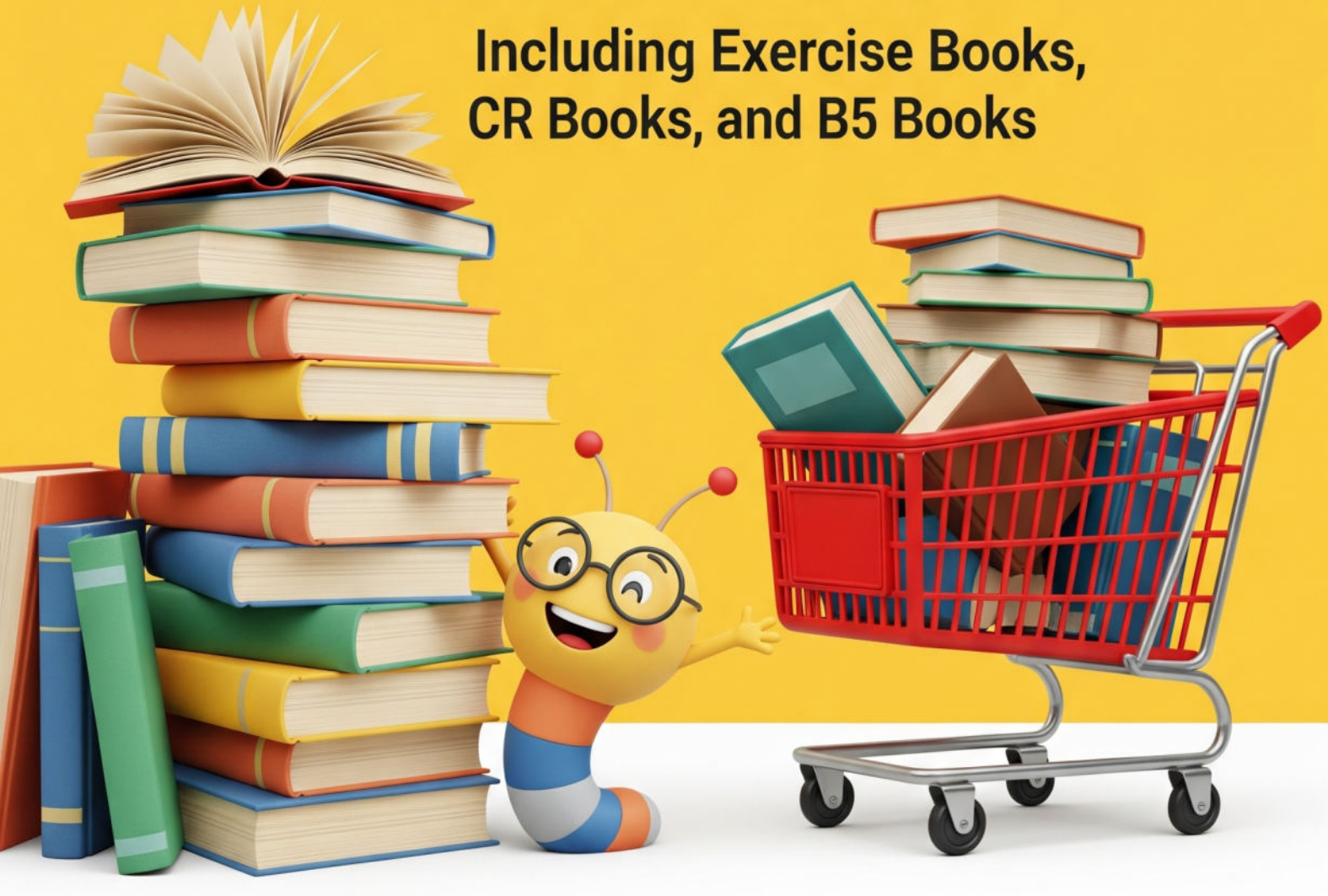
අ.පො.ස උසස් පෙළ සියලුම විෂයන්ට අදාල ප්‍රශ්න පත්‍ර/පිළිතුරු පත්‍ර/සටහන් ලබා ගැනීමට Past Papers Wiki වෙත පිවිසෙන්න

LOL
Book Store

වාරෙටම ඕන කරන පොත් එකපාර
ඕඩර් කරලා දැන් ගෙදරටම ගෙන්වා ගන්න

25% OFF
ALL BOOKS

**Including Exercise Books,
CR Books, and B5 Books**



ඕනෙම අභ්‍යාස පොතකට 25%ක විශේෂ වට්ටමක්

ORDER BOOKS FROM LOL BOOKS STORE

0372060110 **WWW.LOL.LK**

071 777 4440 (WhatsApp)

Cash On Delivery Available

ORDER GCE A/L SHORT NOTES, MODEL, REVISION BOOKS & PAST PAPERS IN SINHALA, ENGLISH & TAMIL MEDIUM





LOL BOOK STORE

CASH ON DELIVERY AND KOKO PAYMENT AVAILABLE

WHATSAPP - 0717774440

WEBSITE: WWW.LOL.LK

GET READY FOR YOUR A/Ls WITH LOL BOOK STORE!