

බස්නාහිර පළාත් අධ්‍යාපන දෙපාර්තමේන්තුව  
 දෙවන වාර පරීක්ෂණය 2019  
 ගෘහ ආර්ථික විද්‍යාව - 10 ශ්‍රේණිය  
 පිළිතුරු පත්‍රය  
 I පත්‍රය

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

නිවැරදි එක් පිළිතුරකට ලකුණු 01 බැගින් ලකුණු 40 කි.

ගෘහ ආර්ථික විද්‍යාව 11

පිළිතුරු හා ලකුණු ලබා දීමේ පටිපාටිය

(1) (i) විස්තෘත පවුල (ල: 02)

(ii) ස්වාධීනත්වය අඩුවීම

නිරණවලට එළඹීමට අපහසු වීම

පෞද්ගලිකත්වයට ඇති ඉඩ ප්‍රස්තා අඩුවීම

වැඩිහිටි බාල පරම්පරා අතර අදහස් ගැටීම් ඇතිවීම

(මේවායින් දෙකක්) (ල: 02)

(iii)

- පිරිසිදු කටුවක් සහිත වීම.
- කටුව තද ගතියක් තිබීම.
- සුදු හෝ රෝස පැහැයෙන් යුක්ත වීම.
- කටුව පැහැපත් දීප්තිමත් වීම.
- බිත්තර බරෙන් වැඩිවීම.
- නොබිදෙන ලෙස අසුරා තිබීම./ කටුව බිදී නොතිබීම

(මේවායින් දෙකක්) (ල: 02)

(iv) ජලයේ බහා තැබීම - සංවහනය.

තෙල් ආලේපයෙන් පිසීම - සන්නයනය.

කරුණු එකකට 1x2 = (ල: 02)

(v) කතුරුමුරුංගා (ල: 02)

(vi) සියළු පෝෂ්‍ය පදාර්ථ සපිරි රාත්‍රියට අදාළ සම්පූර්ණ බොජුන් පතට (අතුරුපස ඇතුළත්)

(ල: 02)

(vii) තට්ටු ඇද, හකුළන මේස, හකුළන ඇද,හකුළන ඇඳුම් රාක්ක, බිත්ති අල්මාරි

(එක් කරුණකට ල: 02/1 බැගින් කරුණු හතරට ල: 02)

(viii)

- උදෑසන රැකියාවට යාමට පෙර පිසීම කටයුතු වලට උදව් දීම.
- ගෘහයේ පිසීම කටයුතු උදේ හවස කිරීම.
- නිවසේ රැඳී සිටින අවස්ථාවේදී දියණියගේ වැඩ කටයුතු , රැකබලා ගැනීම් ආදිය තමා අතින් කිරීම.
- අවශ්‍ය ද්‍රව්‍ය හා පහසුකම් කල්වේලා ඇතිව සපයා දීම.

(ආදී වශයෙන් අදාළ වන පිළිතුරු 2 කට ල: 02)

(ix) ඇඳුම් කැපීම ක්‍රමවත් කළ හැකි වීම.

• රෙදි පිරිමසා ගත හැකි වීම.

— • මූලික පතරොම් මගින් වෙනත් පන්ත ගොඩනගා ගත හැකි වීම.

• එකම පන්තය කිහිප වාරයක් මැසීමේ දී රෙදි කපා ගැනීමේ පහසුව.

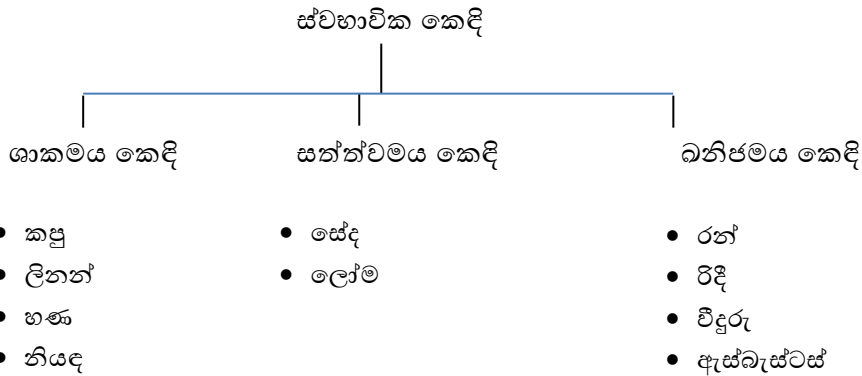
(කරුණු දෙකකට ල: 02)

- (x)
- රෙදි දෙපොටක් මුට්ටු කිරීමට ස්ථිර මැහුමක් යොදන තෙක් වාටියක පළල ඒකාකාරීව තබා ගැනීම.
  - මුද්‍රිත රෙද්දක හෝ තනි පැහැ රෙද්දක් මත අදින ලද මෝස්තර වෙනත් රෙද්දක් මත තබා මැසීමට සුදානම් කරන අවස්ථාවක. උදා: ආරෝපණය
  - රේන්ද, රැළිපටි, බ්‍රේඩිං ආදී අලංකරණ ද්‍රව්‍ය ස්ථිර මැහුමක් යොදන තෙක් රෙද්දේ රඳවා තැබීම.

(කරුණු දෙකකට ල: 02)

(මුළු ලකුණු 2x 10=20)

(2) (i)



(ii)

- පතරොම
- රෙදිවර්ගය/ වර්ග
- රෙදිවල වර්ණ ගැලපීම.
- අවශ්‍ය රෙදි ප්‍රමාණය
- මැසීමට යොදන මැහුම් ක්‍රම
- නූල් ගැලපීම.



කෙදි වර්ග 3ට - 1½

උදාහරණ 3ට - 1½

(මේවායින් 3ක් සඳහා ල: 03)

(iii) (අ) පැතලි මුට්ටුව (නම් කිරීමට ල: 01)

(ආ) 1. මුට්ටු කිරීම සඳහා සිහින් නූල් දුවවීම.

2. පිටුපස පළවේ රෙදි පට පළමු ප්‍රමාණයෙන් අඩක් වන සේ කපා ඉවත් කරන්න,

3. රෙදි දෙපොට දිගහැර පිටුපසට වාටියක් සේ නවා නූල් ඇද වාටි මැස්මෙන් මසන්න.

(රූපසටහන් පියවර පැහැදිලි වනසේ,

ඇඳීමට - ල: 01

විස්තරයට - ල: 02

මුළු ලකුණු = 10

(3) (i)

- ආහාරයට ගත හැකි ස්වභාවයට පත්කර ගැනීම
- ආහාර ජීර්ණය පහසු කර ගැනීම.
- ක්ෂුද්‍ර ජීවීන් විනාශ කිරීමට.
- ආහාරයේ රසවත් බව රුචිය ලබා දීමට.
- ආහාර වල විෂ ද්‍රව්‍ය හා ප්‍රතිපෝෂක ද්‍රව්‍ය විනාශ කිරීම.
- ආහාර වෙල් වල විවිධත්වය ඇති කිරීමට.

ආදී නිවැරදි කරුණු තුනකට ල: 03

(ii) 1. ජලය

2. සීනි

3. උෂ්ණත්වය(38 C°)

ල. 03

(iii) (අ)

මාළු පිරිසිදු කිරීම (අනවශ්‍ය කොටස් ඉවත්කර)



සේදීම



පදම් කිරීම (විනාඩි 30)  
(ලුණු, ගම්මිරිස් කුඩු, විනාකිරි/දෙනි යොදා මිශ්‍ර කර)



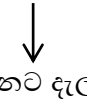
ගැඹුරු තෙල් බැදීමට තෙල් රත් කිරීම



තෙල් රත් වූ පසු මාළු පිස ගැනීම.



රත්වත් පැහැය වන තුරු බැඳ ගැනීම



තෙල් බේරෙන්නට දැල් පෙරනයකට දැමීම

නිවැරදි ගැලීම් සටහනට ල. 02

(ආ) ගැඹුරු භාජනයක් තෝරාගැනීම

පිසින ආහාරය වැසෙන සේ තෙල් යෙදීම

තෙල් හොඳින් රත් වූ පසු පිසින ආහාරය බඳුනට දැමීම

ආහාරය රත්වත් පැහැ වන තෙක් බැඳ ගැනීම (ආදි කරුණු 02ට ලකුණු 02)

(4) (i)

- නිවුඩු සහල් - සෙලියුලෝස්
- අල - පිෂ්ඨය
- කිරි - ලැක්ටෝස්
- බෙලි - පෙක්ටින්
- පිකුදු - ග්ලයිකෝජන්
- මිදි - ග්ලූකෝස්

(එක් කරුණකට ල:1/2 බැගින් කරුණු 6 ට ල:3)

(ii) අත්‍යවශ්‍ය ඇමයිනෝ අම්ල සියල්ලම සිරුරට අවශ්‍ය නිසි ප්‍රමාණ වලින් අඩංගු වන

ප්‍රෝටීන්ය. උදා:- මස්, මාළු, බිත්තර, කිරි, කරවල

හැඳින්වීමට - ල: 02

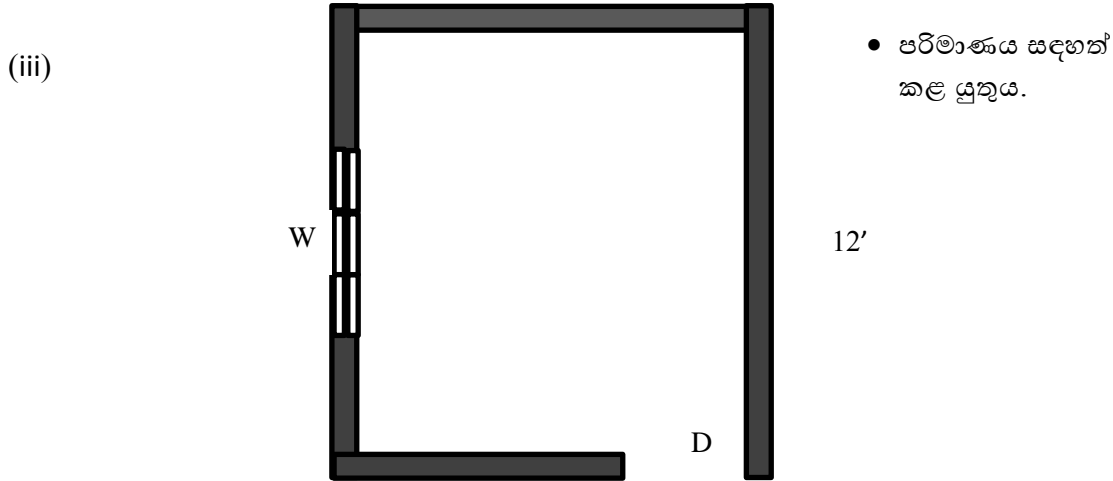
උදාහරණ 2 ට - ල: 01

(iii)

- ප්‍රෝටීන් පරිපූරණය වීම
  - විටමින් C ඇතුළත් ආහාර
  - රසය, වර්ණය, වයනය, පිසීම් ක්‍රම ආදියෙන් විවිධත්වය
  - පෝෂ්‍ය ද්‍රව්‍ය සියල්ල අඩංගු වීම.
- මෙම කරුණු අඩංගු වීමට ල : 1 අනිවාර්ය වේ.



- (ii) හිරු නැගීමේ බැසීමේ දිශාවන්ට අනුකූලව දොර ජනෙල් පිහිටුවීම.
- (iii) නිදන කාමර වලට දොර යෙදීමේ දී පෞද්ගලිකත්වය රුකීමට එක් කොණකට දොර යෙදීම.
- (iv) නිදන කාමරවල ජනෙල් වලට පාරිභාෂක ජනෙල් යෙදීම.
- (v) හරස් සංචානණය ඇති වන 10' තර බිත්ති දොර හා ජනෙල් තැබීම. (ලකුණු 03)



- කාමරයේ ප්‍රමාණය - 12' x 10'
- අඩි 12 බිත්තියෙහි පියන් තුනක ජනෙලයක් ඇත.
- අඩි 10 බිත්තියෙහි දොර පිහිටා ඇත.

(ඉහත කරුණු තුනට ල: 01 බැගින්, පරිමාණයට අනුව බිම් සැලසුම් ඇඳීමට ලකුණු 01)

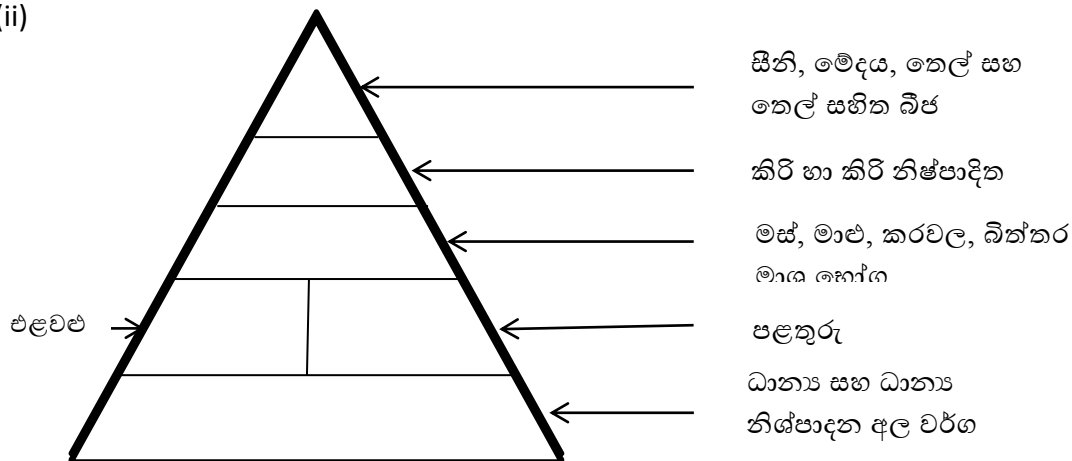
මුළු ලකුණු 10

(7)

- (i) (1) පවුලේ සාමාජිකයින්ගේ විවිධ පෝෂණ අවශ්‍යතා සැලකිල්ලට ගැනීම.
- (2) විවිධත්වයෙන් යුතුව සැලසුම් කිරීම.
- (3) අවශ්‍ය අමුද්‍රව්‍ය සපයා ගැනීමේ පහසුව.
- (4) පවුලේ ආදායමට ගැලපෙන පරිදි ආහාර වේල සැලසුම් කිරීම.

(ලකුණු 03)

(ii)



(ආහාර පිරමීඩයේ නිවැරදි අනුපිළිවෙලට ස්ථානගත කිරීම. ල : 03)

- (iii) (1) ඒ ඒ ආහාරයට උචිත නිවැරදි පිසීම් ක්‍රම භාවිතය.
- (2) පෝෂණ ගුණ රැකෙන අයුරින් පිසීමේ ක්‍රම.
- (3) ආහාරයට අනුව පිසීමේ කාලය හා උෂ්ණත්වය.

- (4) බඳුනේ පියන විවෘත කිරීමෙන් පෝෂණ හානි.
- (5) අධික තාපයෙන් පිසීමෙන් වන පෝෂණ හානි.
- (6) ආහාරයට ගැලපෙන මෙවලම් හා උපකරණ භාවිතය.

(ඉහත කරුණු වලට අදාළව ගොඩනගාගත් උපදෙස් හතරකට ල :04)

මුළු ලකුණු 10