



සියලු ම හිමිකම් ඇවිරිණි
All Rights Reserved

මූලික පිරිවෙන් මධ්‍යවාර පරීක්ෂණය - 2017

Primary Piriven Mid-Year Term Test - 2017

3 වසර / Grade 3

සෞඛ්‍ය විද්‍යාව
Health Science

කාලය : පැය තුනයි
Time : Three hours

* i වන කොටසේ ප්‍රශ්න සියල්ලටත්, ii වන කොටසින් ප්‍රශ්න හතරකටත් පිළිතුරු ලියන්න.

01. පහත දැක්වෙන ප්‍රශ්නවලට වඩාත් සුදුසු පිළිතුර තෝරා යටින් ඉරක් අඳින්න.

(i) මානසික, සාමාජීය හා ආධ්‍යාත්මික වශයෙන් යහපත් තැනැත්තෙක් තුළ නිරීක්ෂණය කළ හැකි ලක්ෂණයක් නොවන්නේ.

- (a) අධික කෝපයකින් සිටීම.
- (b) තමාගැන මනා අවබෝධය
- (c) ප්‍රීතිමත් ප්‍රසන්න පෙනුම
- (d) තර්කානුකූල චින්තනය

(ii) මේදය බහුලව අඩංගු වන ආහාරයක් වන්නේ,

- (a) බතල
- (b) බත්
- (c) ගොටුකොළ
- (d) බටර්

(iii) මිනිස් රුධිරයේ ස්වප්‍රතිශ්‍රාවක රුධිර ගනය වන්නේ.

- (a) AB
- (b) A
- (c) B
- (d) O

(iv) මිනිසාගේ ආශ්වාස වාතයේ වැඩිම ප්‍රතිශතයක් ඇති වායුව වන්නේ,

- (a) කාබන්ඩයොක්සයිඩ්
- (b) නයිට්‍රජන්
- (c) හයිඩ්‍රජන්
- (d) ඔක්සිජන්

(v) මිනිසාගේ ශරීරයෙන් පිටකරණ බහිසුරුවීය ද්‍රව්‍යයක් නොවන්නේ මින් කුමක්ද?

- (a) බෙටය
- (b) මුත්‍රා
- (c) පදහදිය
- (d) කාබන්ඩයොක්සයිඩ්

(vi) ශරීරයේ ස්කන්ධ දර්ශකය තුළ නිසි බර නිරූපණය කරන වර්ණය වන්නේ,

- (a) තද දම්පාට
- (b) කොළ පාට
- (c) තැඹිලි පාට
- (d) ලා දම්පාට

(vii) සිරුරට අත්‍යවශ්‍ය ප්‍රධාන පෝෂක කාණ්ඩ සංඛ්‍යාව

- (a) 4
- (b) 3
- (c) 5
- (d) 6

(viii) සුදු රුධිරානුචක කාර්යයක් වන්නේ මින් කුමක්ද?

- (a) ඔක්සිජන් පරිවහනය කිරීම.
- (b) කාබන්ඩයොක්සයිඩ් පරිවහනය කිරීම
- (c) ශරීරයට ඇතුළු වන රෝග බීජ විනාශ කිරීම.
- (d) ශරීරයේ සුදු වර්ණ ඇති කිරීම.

(ix) සමට වැළඳෙන රෝගයක් වන්නේ,

- (a) පාවනය
- (b) දද
- (c) බරවා
- (d) අතීසාරය

(x) අපගේ ජීවිතයට ඇතිවන අහියෝගයක් නොවන්නේ මින් කුමක්ද?

- (a) අපදා
- (b) අපවාර හා අපයෝජන
- (c) අන් අයගේ අපේක්ෂණ
- (d) ආහාර ගැනීම.

(2 x 10 = 20)

02. කෙටි පිළිතුරු සපයන්න.

(i) අපගේ ආත්ම අභිමානය ඉහළ නංවන පුද්ගලයන් හතර දෙනෙක් නම් කරන්න.

(ii) සමේ ස්වස්ථතාව රැකගැනීමට ගත හැකි ක්‍රියාමාර්ග හතරක් ලියන්න.

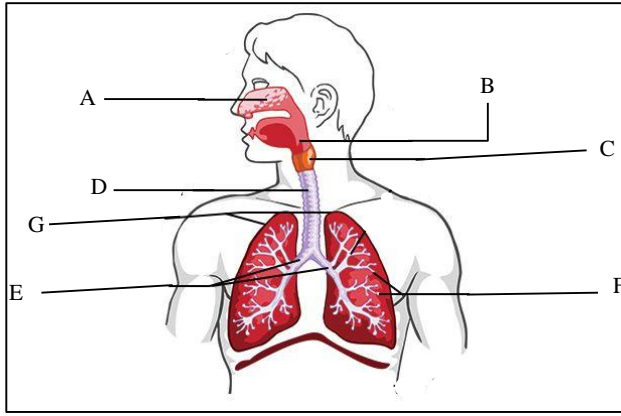
(iii) රුධිරය ප්‍රධාන කාණ්ඩ 4කට බෙදා දැක්විය හැක. එම කාණ්ඩ හතර නම් කරන්න.

(iv) මුත්‍රා පද්ධතියට වැළඳෙන රෝග දෙකක් නම් කරන්න.

(v) ප්‍රසන්න වූ චිත්ත වේග හතරක් නම් කරන්න.

(4 x 5 = 20)

II කොටස



03. (i) රූපයේ දැක්වෙන A, B, C, D, E, F, G කොටස් නම් කරන්න.
 (ii) පෙනහළු තුළ වායු හුවමාරුව වඩාත් කාර්යක්ෂම අයුරින් සිදුවීම සඳහා ඒවා හැඩගැසී ඇති අයුරු පැහැදිලි කරන්න.
 (iii) ශ්වසන පද්ධතියට වැළඳිය හැකි රෝග තුනක් සඳහන් කරන්න (5x3 = 15)
04. (i) ලෝක සෞඛ්‍ය සංවිධානය පූර්ණ සෞඛ්‍ය සංකල්පය නිර්වචනය කර ඇති අයුරු පහදන්න.
 (ii) කායික යහපැවැත්මේ ලක්ෂණ පහක් සඳහන් කරන්න.
 (iii) මානසික සෞඛ්‍යය තත්ත්වය ඉහළ මට්ටමකින් පවත්වා ගැනීමට උදව් වන කරුණු පහක් ලියන්න. (5x3 = 15)
05. “අප විසින් ගන්නා ආහාර සරල තත්ත්වයට පත් කර පෝෂණය ශරීරයට උරාගන්නා ලෙස සකස්වීම ආහාර ජීර්ණය වේ.”
 (i) මුඛයෙන් ඇතුළුවන ආහාරයක් ගුදය දක්වා ගමන් කිරීමේදී පසු කරන ආහාර මාර්ගයේ ප්‍රධාන කොටස් නම් කරන්න.
 (ii) ආහාර ජීර්ණය හා අවශෝෂණය පහසු වීම සඳහා කුඩා අන්ත්‍රය සැකසී ඇති අයුරු විස්තර කරන්න.
 (iii) ආහාර ජීර්ණ පද්ධතිය නිසි සෞඛ්‍යය පවත්වා ගැනීමට පිළිපැදිය යුතු කරුණු පහක් සඳහන් කරන්න. (5 x 3 = 15)
06. (i) මිනිස් සිරුරේ බහිෂ්‍යාවීය ඉන්ද්‍රියන් තුනක් නම් කරන්න. එමගින් පිටවන බහිෂ්‍යාවීය ද්‍රව්‍ය එක බැගින් නම් කරන්න.
 (ii) මුත්‍රා මගින් ඉවත්වන ද්‍රව්‍ය නම් කරන්න.
 (iii) බහිෂ්‍යාවීය පද්ධතිය යහපත්ව පවත්වා ගැනීමට අප විසින් කළ යුතු ක්‍රියාකාරකම් පහක් සඳහන් කරන්න. (5 x 3 = 15)
07. (i) රුධිර සංසරණ පද්ධතියෙන් කෙරෙන කාර්යය කෙටියෙන් විස්තර කරන්න.
 (ii) හෘදයේ හරස් කඩක ප්‍රධාන කොටස් නම් කරන්න.
 (iii) රුධිර සංසරණ පද්ධතියට වැළඳෙන රෝග දෙකක් සඳහන් කර ඒවා වලක්වා ගැනීමට ගත යුතු පියවර විස්තර කරන්න. (5x3 = 15)
08. පහත දැක්වෙන මාතෘකා 03 ක් පිළිබඳ කෙටි විස්තරයක් කරන්න.
 (i) රුධිර පාරවිලනය (ii) සමබල ආහාර වේල
 (iii) දත් ආරක්ෂා කර ගැනීම. (iv) ආධ්‍යාත්මික යහ පැවැත්ම
 (v) ගර්භයක සැකැස්ම (5x3 = 15)