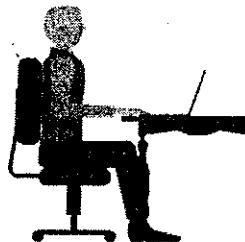


බස්නාහිර පළාත් අධ්‍යාපන දෙපාර්තමේන්තුව மேல் மாகாணக் கல்வித் திணைக்களம் Department of Education - Western Province	බස්නාහිර පළාත් අධ්‍යාපන දෙපාර්තමේන්තුව மேல் மாகாணக் கல்வித் திணைக்களம் Department of Education - Western Province
---	---

වර්ෂ අවසාන ඇගයීම ஆண்டிறுதி மதிப்பீடு - 2022 (2023 මාර්තු) Year End Evaluation			
ශ්‍රේණිය } 09 தரம் }	විෂය } பாடம் }	පත්‍රය } வினாத்தாள் }	කාලය } காலம் }
Grade	Subject	Paper	Time

● බහුවරණ ප්‍රශ්න සියල්ලටම වඩාත් සුදුසු පිළිතුර සපයන්න.

- (01) ඔබගේත්, ඔබගේ පවුලේත්, අවට සමාජයේත් සෞඛ්‍ය තත්ත්වයට බලපාන සාධක පාලනය කර ගැනීමට හා වැඩි දියුණු කර ගැනීමට කටයුතු කරන්නේ නම්, ඔබ දායක වන්නේ,
- I. රෝග ව්‍යාප්ත වීම වැළැක්වීමට ය. II. පරිසරයේ පවිත්‍රතාව රැකගැනීමට ය.
- III. සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධනයට ය. IV. හදිසි අනතුරු හා ආපදා රැකගැනීමට ය.
- (02) හෂාත් ජනප්‍රිය ය. ඔහුට විවිධ ජාතීන්ට අයත් මිතුරු මිතුරියන් ඇත. මේ අනුව නිගමනය කළ හැක්කේ, හෂාත්,
- I. යහපත් අන්තර් පුද්ගල සබඳතා ඇති පුද්ගලයෙකු බව ය.
- II. අනුවේදන ගුණයෙන් යුත් පුද්ගලයෙකු බව ය.
- III. සංවේදී පුද්ගලයෙකු බව ය.
- IV. කරුණාවන්ත පුද්ගලයෙකු බව ය.
- (03) මවගේ හෝ පියාගේ හෝ දෙපාර්ශවයේ හෝ එනම් පාරම්පරික ප්‍රවේණිගත තත්ත්ව නිසා සිදුවන අසාමාන්‍යතා හඳුන්වනුයේ,
- I. පාරිසරික තත්ත්ව ලෙස ය. II. සංජානනීය තත්ත්ව ලෙස ය.
- III. නිදන්ගත තත්ත්ව ලෙස ය. IV. ඉහත සියල්ල වේ.
- (04) පරිගණකය භාවිතා කරන විට වාඩි වන ආකාරය දැක්වෙන රූප සටහන් පහත දැක්වේ. එම ඉරියව් සම්බන්ධයෙන් නිවැරදි ප්‍රකාශය තෝරන්න.



X



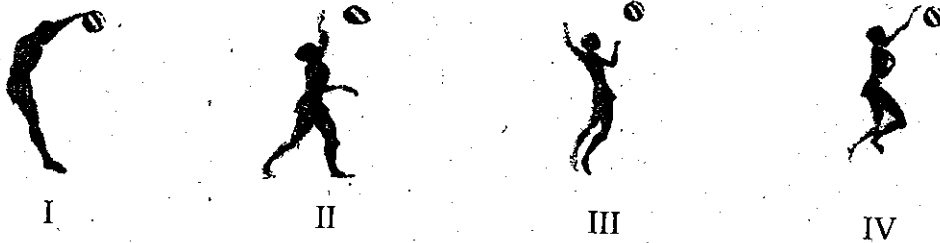
Y

- I. X හා Y ඉරියව් දෙකම නිවැරදි ය.
- II. X හා Y ඉරියව් දෙකම වැරදි ය.
- III. X ඉරියව්ව වැරදි වන අතර Y ඉරියව්ව නිවැරදි ය.
- IV. X ඉරියව්ව නිවැරදි වන අතර Y ඉරියව්ව වැරදි ය.

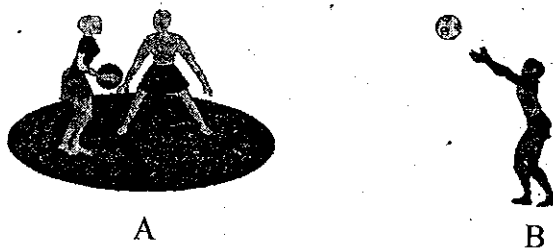
(05) පහත සඳහන් ප්‍රකාශ වලින් වැරදි ප්‍රකාශය තෝරන්න.

- I. එළිමහන් ක්‍රියාකාරකම නිරත වීමේදී අපි සිහිල් සුළඟේ පහසු විදීමත් කඳු මුදුනේ කඳවුරු බැඳ, සොබාදහමේ අසිරිය නැරඹුවෙමු.
- II. අනතුරු හා ආපදා අවම කරගැනීමටත්, සාධාරණ තරඟයක් පැවැත්වීමටත්, ක්‍රීඩාවේ ගෞරවය ආරක්ෂා කිරීමටත් ක්‍රීඩා නීති රීති අත්‍යාවශ්‍ය වේ.
- III. වෙස් හා දාම් ඇඳීමේ ක්‍රීඩා වල නිරත වීමෙන් මානසික සෞඛ්‍යය වර්ධනය වේ.
- IV. එළිමහන් අධ්‍යාපනය යනු පරිසරය ගැන පමණක් ඉගෙනීම වේ.

(06) වොලිබෝල් ක්‍රීඩාවේ වැළැක්වීමේ දක්ෂතාවය දැක්වෙන රූප සටහන වනුයේ,



(07) පහත සඳහන් රූපසටහන් උපයෝගී කරගනිමින් ප්‍රශ්නයට පිළිතුරු සපයන්න.



- | | |
|--|---|
| I. A - නෙට්බෝල් ක්‍රීඩාවේ ස්ථානය රැකීම | B - වොලිබෝල් ක්‍රීඩාවේ ප්‍රහාරය |
| II. A - නෙට්බෝල් ක්‍රීඩාවේ පන්දුව රැකීම | B - වොලිබෝල් ක්‍රීඩාවේ වැළැක්වීම |
| III. A - නෙට්බෝල් ක්‍රීඩාවේ ක්‍රීඩිකාව රැකීම | B - පාපන්දු ක්‍රීඩාවේ හිසට ඉහළින් එන පන්දුව රැකීම |
| IV. A - නෙට්බෝල් ක්‍රීඩාවේ විදීම | B - පාපන්දු ක්‍රීඩාවේ පැත්තෙන් එන පන්දුව රැකීම |

(08) මී. 100 x 4 සහය දිවීමේ තරඟයකදී කණ්ඩායමක පළමු සහ දෙවන ධාවකයන් අතර යෂ්ටිය හුවමාරු කළ ආකාරය රූපයෙන් දැක්වේ. මෙම යෂ්ටි හුවමාරුව,

- I. අදාශ්‍ය පිටත හුවමාරුව
- II. අදාශ්‍ය ඇතුළත හුවමාරුව
- III. දාශ්‍ය පිටත හුවමාරුව
- IV. දාශ්‍ය ඇතුළත හුවමාරුව



(09) පහත සඳහන් ක්‍රීඩක රූප සටහන් අයත් ඉසව්ව පිළිවෙළින් නම් කළ විට,



A



B



C



D

- I. A දුර පැනීම, B යගුලිය දැමීම, C කවපෙත්ත විසි කිරීම, D හෙල්ල විසි කිරීම
- II. A හෙල්ල විසි කිරීම, B කවපෙත්ත විසි කිරීම, C දුර පැනීම, D යගුලිය දැමීම
- III. A හෙල්ල විසිකිරීම, B දුර පැනීම, C කවපෙත්ත විසිකිරීම, D යගුලිය දැමීම
- IV. A යගුලිය දැමීම, B හෙල්ල විසිකිරීම, C කවපෙත්ත විසිකිරීම, D දුර පැනීම

(10) මවගේ කුසින් උපත ලබන දරුවා ජීවිතයේ අවධි කිහිපයක් කාලානුරූපීව ගත කරයි. ඒවා පිළිවෙළින් නම් කළ විට,

- I. ළදරු, ළමා, නව යොවුන්, තරුණ, වැඩිහිටි
- II. තරුණ, ළදරු, නව යොවුන්, ළමා, වැඩිහිටි
- III. ළමා, තරුණ, ළදරු, නව යොවුන්, වැඩිහිටි
- IV. වැඩිහිටි, නව යොවුන්, තරුණ, ළමා, ළදරු

(11) නව යොවුන් වියේදී අයහපත් බලපෑම් ඇති කරන වැරදි පෝෂණ පිළිවෙතකි.

- I. උදෑසන ආහාර වේල ගැනීම.
- II. මත්පැන් පානයට යොමුවීම
- III. සමබල ආහාර වේලක් ගැනීම
- IV. තෙල් හා ලුණු අධික ආහාර නොගැනීම

(12) බාහිර වායුගෝලයෙහි පීඩනය හා මැද කනෙහි පීඩනය සම මට්ටමක පවත්වා ගනිමින් අභ්‍යන්තර කන හා මුඛය සම්බන්ධ කරනුයේ,

- I. කන් බෙරය මගිනි.
- II. කන් පෙති මගිනි.
- III. කලාදුරු මගිනි
- IV. යුස්ටේකියා නාලය මගිනි.

(13) A. පුෂ් අප්ස් පරීක්ෂණය
B. හිටි දුර පැනීමේ පරීක්ෂණය
C. අඛණ්ඩ ධාවන පරීක්ෂණය
D. සිටගෙන ඉදිරියට නැමීමේ පරීක්ෂණය

ඉහත දක්වා ඇති පරීක්ෂණ අතුරෙන් යම් කාර්යයක් ඉටුකිරීම සඳහා ශරීරයේ මාංශ පේශි වලින් නිපදවිය හැකි බලය මැන බැලිය හැක්කේ,

- I. B
- II. A
- III. D
- IV. C

(14) ගිනිමැල සංදර්ශන වලදී හීන හා නාට්‍ය ඉදිරිපත් කිරීමෙන් උදා කරගත හැකි අවස්ථාවකි.

- I. එකමුතුකම ගොඩනගා ගැනීම
- II. තම සංස්කෘතිය විදහා දැක්වීම
- III. විනෝදය ළඟා කර ගැනීම
- IV. ඉහත සියල්ලම

(15) ක්‍රීඩා නීති රීති හා ආචාර ධර්ම වලට අනුව කටයුතු නොකිරීමෙන් ක්‍රීඩකයාටද, කණ්ඩායමටද ඇති වන අවාසිදායක තත්ත්වයකි.

- I. නරඹන්නන් අතර පිළිගැනීම වැඩිවීම
- II. තරඟ තහනම් පැනවීම
- III. අවඥාවට ලක් නොවීම
- IV. තරඟයෙන් ඉවත් වීමට සිදු නොවීම

(16) අභියෝගාත්මක අවස්ථා වලදී මානසිකව හා ශාරීරිකව අප තුළ හටගන්නා ප්‍රතිචාරය,

I. අනුවේදනයයි

II. සහකම්පනයයි

III. ආතතියයි

IV. අනුකම්පාවයි

(17) • මානසිකව බිඳ වැටීම

• සමාජ අපවාදයට ලක්වීම

• අනපේක්ෂිත ගැබ් ගැනීම

• අනාගත අපේක්ෂා බිඳ වැටීම

ඉහත දක්වා ඇති හානිදායක තත්ත්ව ඇති වනුයේ,

I. වගකීම් සහිත ලිංගික වර්යා මගිනි.

II. වගකීම් රහිත ලිංගික වර්යා මගිනි.

III. ලිංගිකත්වය හා ප්‍රජනනය ආශ්‍රිත යහපත් වර්යා මගිනි.

IV. ඉහත කිසිවක් නොවේ.

(18) මෙම ප්‍රකාශ වලින් අසත්‍ය ප්‍රකාශය තෝරන්න.

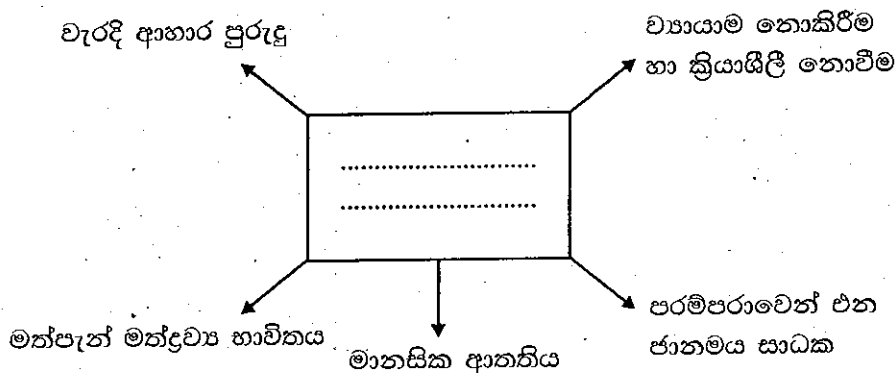
I. රෝග ලක්ෂණ පෙන්වීමට දිගු කාලයක් ගතවන බැවින් HIV ආසාදනයන් විශාල සංඛ්‍යාවක් ආසාදන බව නොදැන පිවිත් වෙති.

II. ආසාදනයෙකුගේ රුධිර පාරවිලයනයෙන්, මව්කිරි ආදිය තුළ HIV අඩංගු විය හැකිය.

III. HIV ආසාදන බව හඳුනාගැනීම සඳහා රජයේ සියලුම ලිංගාශීත රෝග සායන වලින් පරීක්ෂණ සිදුකරගත හැකිය.

IV. ආසාදනයෙකුගේ කඳුළු සහ දහඩිය මගින් HIV සම්ප්‍රේෂණය විය හැකිය.

(19)



ඉහත සටහනේ හිස්තැන පිරවීමට වඩාත් සුදුසු වාක්‍ය වන්නේ,

I. ලිංගිකව සම්ප්‍රේෂණය වන රෝග පැතිරෙන ආකාර

II. බෝවන රෝග පැතිරෙන ආකාර

III. බෝ නොවන රෝග පැතිරෙන ආකාර

IV. පෝෂණ උෞෂ්‍ය රෝග පැතිරෙන ආකාර

(20) නව තාක්ෂණය යහපත් ලෙස යොදා ගත හැකි අවස්ථා කිහිපයක් පහත දක්වා ඇත.

A. නව සොයාගැනීම් හා නිර්මාණ කිරීම

B. කාලය හා මුදල් ඉතිරි කර ගැනීම.

C. හයානක රසායනික හා න්‍යෂ්ටික අවි නිෂ්පාදනය

D. විනෝදජනක වැඩසටහන් මගින් මානසික ආතතිය අඩු කර ගැනීමට.

ඉහත සඳහන් ප්‍රකාශ අතුරෙන් නිවැරදි වන්නේ,

I. A, B සහ D වේ.

II. B, C සහ D වේ.

III. A, C සහ D වේ.

IV. A, B සහ C වේ.

(ලකුණු 20 × 2 = 40)

II කොටස

- පළමු ප්‍රශ්නය අනිවාර්ය වේ.
- තවත් ප්‍රශ්න 4 කට පිළිතුරු ලියන්න.

(01) 9 ශ්‍රේණියේ ඉගෙනුම ලබන කුමාරි උසට සරිලන බරකින් යුතු වේ. නව නිර්මාණ කිරීමට පෙළඹීම හා සම වයස් කණ්ඩායම් ඇසුරට ඇය කැමැත්තක් දක්වයි. BMI අගය දක්වන ප්‍රස්තාරයේ ඇය අයත් වන්නේ කොළ පාට තීරුව තුළටය. තම සෞඛ්‍යය ආශ්‍රිත යෝග්‍යතාව හොඳින් පවත්වා ගැනීම සඳහා ඇය ව්‍යායාම වල නිරත වේ. සෞඛ්‍ය දහමේ රසවින්දනය උදෙසා එළිමහන් ක්‍රියාකාරකම් කිහිපයක් තම පන්තියේ සිසුන් සමග එක්ව ඇය විසින් සංවිධානය කරන ලදී. ජීවිතයේ විවිධ අවස්ථා වල ප්‍රයෝජනවත් වන ගැට සහ බැමි පිළිබඳව අවබෝධයක් ලබා, පවතින සම්පත් ප්‍රයෝජනයට ගනිමින් එළිමහනේ ආහාර පිසීමද සිදුකරන ලදී. එළිමහන් ක්‍රියාකාරකම් වල විශේෂ අංගයක් වන ගිනිමැළ සංදර්ශනයක්ද පවත්වන ලදී. එහි ගිනිමැළ දැල්වීමේදී අවධානය යොමු විය යුතු කරුණු පිළිබඳවද ඔවුන් සැලකිලිමත් වන ලදී.

- I. කුමාරි අයත් වන ජීවන අවධිය නම් කරන්න.
- II. ඉහත නම් කළ ජීවන අවධියේ කාල පරාසය දක්වන්න.
- III. BMI ප්‍රස්තාරයට අනුව කොළ පාට තීරුවේ පසුවන කුමාරිගේ කායික යෝග්‍යතාව හඳුනාගත හැකි ලක්ෂණ දෙකක් ලියන්න.
- IV. BMI අගය ගණනය කිරීමට භාවිතා කරන සමීකරණය ලියා දක්වන්න.
- V. හෘදයාශ්‍රිත දැරීමේ හැකියාව යනු කුමක්ද?
- VI. එළිමහන් අධ්‍යාපනික ක්‍රියාකාරකම් බෙදිය හැකි කොටස් හතර නම් කරන්න.
- VII. පහතින් දක්වා ඇති ගැට වර්ග දෙක නම් කරන්න.



A



B

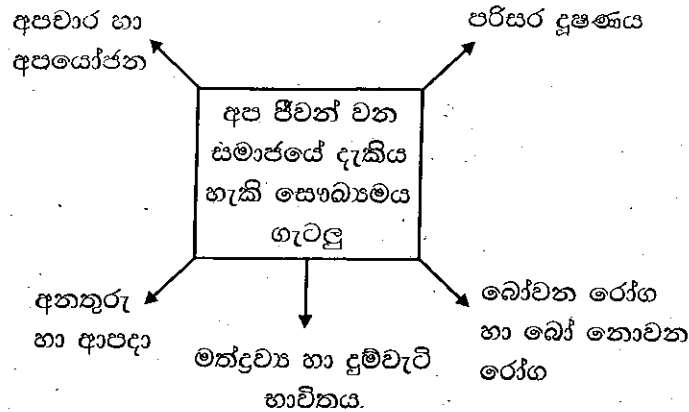
- VIII. එළිමහනේ ආහාර පිසීම සඳහා භාවිතා කරන ලිප් වර්ග හතරක් ලියන්න.
- IX. ගිනිමැළ යොදාගැනෙන අවස්ථා හතරක් ලියන්න.
- X. ඔබ දන්නා ගිනිමැළ වර්ග දෙකක් නම් කරන්න.

(ලකුණු 02 x 10)

(02) ළමා විය හා යොවුන් විය අතරදී අධ්‍යාපනය, ආත්මාභිමානය ඇතුළුව තවත් නොයෙකුත් මානව අවශ්‍යතා ක්‍රම ක්‍රමයෙන් ඉහළ මට්ටමක අවශ්‍යතා දක්වා වෙනස් වෙමින් යයි. මෙම මානව අවශ්‍යතා කිසියම් අනුපිළිවෙළකට මානව විද්‍යාඥයෙකු විසින් පෙළ ගස්වා ඇත.

- I. මානව අවශ්‍යතා අනුපිළිවෙළකට පෙළගැස්වූ විද්‍යාඥයා කවුද? (ලකුණු 02)
- II. ආත්ම සාක්ෂාත්කරණයට පත්වීමට නම් පුද්ගලයෙකු සතු විය යුතු ගුණාංග 3 ක් ලියන්න. (ලකුණු 03)
- III. මානව අවශ්‍යතා අනුපිළිවෙළින් ඇඳ දක්වන්න. (ලකුණු 05)

03)



- I. පරිසර දූෂණයට ලක්වන අංග 4 ක් නම් කරන්න. (ලකුණු 02)
- II. බෝ වන රෝග 2 ක් හා බෝ නොවන රෝග 2 ක් වෙන් කර ලියා දක්වන්න. (ලකුණු 02)
- III. මත්ද්‍රව්‍ය හා දුම්වැටි හේතුවෙන් සමාජය තුළ ඇති වන ගැටලු 4 ක් ලියන්න. (ලකුණු 02)
- IV. අනතුරු හා ආපදා අවම කිරීමට ඔබ ඉදිරිපත් කරන යෝජනා 4 ක් ලියා දක්වන්න. (ලකුණු 02)
- V. අපවාර යනු හා අපයෝජන යනු කුමක්දැයි වෙන් වශයෙන් හඳුන්වා දෙන්න. (ලකුණු 02)

(04) අපගේ ජීවන චක්‍රයේ විවිධ අවධි වලදී ලබාගත යුතු පෝෂණය විවිධ වේ. එසේම ජීවිතයේ විවිධ අවස්ථා වලදී ලබා දියයුතු පෝෂණයද එම අවශ්‍යතාවට අනුව ගැලපෙන ලෙස සකස් කළ යුතු වේ. පෝෂණය පිළිබඳ දැනුවත් වීමෙන් හා ඒ පිළිබඳ පවතින මිත්‍යා මත බැහැර කිරීමෙන් පෝෂණ ගැටලු අවම කරගැනීමට හැකි වේ.

- I. තව යොවුන් වියේ ඇති වැරදි පෝෂණ පිළිවෙත් නිසා ඇති වන අයහපත් ප්‍රතිඵල දෙකක් ලියන්න. (ලකුණු 02)
- II. වැඩිහිටියෙකුගේ සිරුරේ විශේෂ අවශ්‍යතා කිහිපයක් පහත දී ඇති අතර ඊට අවශ්‍ය වන පෝෂණ පදාර්ථ ඉදිරියෙන් ලියන්න.
 - (a) අස්ථි දුර්වල වීම වැළැක්වීම
 - (b) රෝග වලින් ආරක්ෂා වීම
 (ලකුණු 02)

III. නිසි පෝෂණය ලබාගැනීමෙන් ක්‍රීඩකයෙකුට ලැබෙන වාසි 3 ක් සඳහන් කරන්න. (ලකුණු 03)

IV. ආහාර වල පෝෂණ ගුණය වැඩි කරන පෝෂණ පදාර්ථ උරා ගැනීම වැඩි කරන ක්‍රම 3 ක් ලියන්න. (ලකුණු 03)

(05) අපගේ ශරීරය, ජීවය පවත්වා ගැනීම හා ඉදිරියට ගෙන යාම සඳහා මනාව සැකසුණු අපූරු ජීව විද්‍යාත්මක නිර්මාණයකි. බාහිර පෙනුමට හේතු වන ශරීර අංග වන සම, කෙස්, නිය, දත්, නොල්, ඇස් සහ කන් පිළිබඳවද එම අංග වල නිරෝගී බවට බාධා වන හේතු සහ ඒවා රැකගැනීම සඳහා සෞඛ්‍ය පිළිවෙත් අනුගමනය කළ යුතුය.

- I. හිසකෙස් ආශ්‍රිත රෝග 4 ක් ලියන්න. (ලකුණු 02)
- II. ද්විවාරදන්ති ලක්ෂණය යනු කුමක්ද? (ලකුණු 02)
- III. සමෙන් ඉටුවන කාර්යයන් 3 ක් ලියන්න. (ලකුණු 03)
- IV. (a) ද්විතේත්‍රික දෘෂ්ඨිය යනු කුමක්ද? (ලකුණු 01)
- (b) ද්විතේත්‍රික දෘෂ්ඨිය මගින් අපට ලැබෙන ප්‍රයෝජන 3 ක් ලියන්න. (ලකුණු 02)

(06) නීති රීති මාලාවක් අනුගමනය කරමින් විවිධ වූ උපකරණ සහිතව හෝ රහිතව ක්‍රීඩා පිටි යොදා ගනිමින් පවත්වනු ලබන ක්‍රීඩා ක්‍රියාකාරකම් සංවිධානාත්මක ක්‍රීඩා නම් වේ. ලෝකයේ ජනප්‍රියම ක්‍රීඩාව පාපන්දු වන අතර වොලිබෝල් ශ්‍රී ලංකාවේ සෑම පාසලකම අනිවාර්ය වේ. වර්තමානයේදී නෙට්බෝල් ක්‍රීඩාවට බාලකයන්ද සහභාගී වේ.

I. ඉහත දක්වා ඇති ක්‍රීඩා තුනෙහිම එක් දක්ෂතාවයක් බැගින් වෙන් වශයෙන් ලියා දක්වන්න. (ලකුණු 03)

- II. A. කණ්ඩායමට ක්‍රීඩකයන් දොළොස් දෙනෙකු ඇතුළත් වන අතර එක් වරකට ක්‍රීඩකයන් 6 දෙනෙකු ක්‍රීඩාවේ යෙදෙයි.
B. ප්‍රතිවාදී පිල උපක්‍රමශීලීව මගහැර තම කණ්ඩායම අතර පන්දුව හුවමාරු කර විදීමක් මගින් ලකුණක් ලබා ගැනේ.
C. මෙම ක්‍රීඩාවේදී පන්දුව තුළට විසි කිරීමක් යනු තරගයක් නැවත ආරම්භ කිරීමේ ක්‍රමයකි.
ඉහත දක්වා ඇති විස්තර වලට අදාළ වන ක්‍රීඩාවන් වෙන් කර ලියන්න. (ලකුණු 03)

III. පහත දක්වා ඇති රූපසටහන් වලට අදාළ ක්‍රීඩාව නම් කරන්න. (ලකුණු 04)



A



B



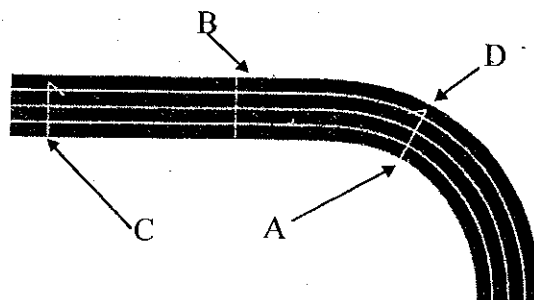
C



D

(07) මලල ක්‍රීඩා ඉසව් අතරින් ක්‍රීඩකයන් වැඩි සංඛ්‍යාවකට එකවර සහභාගී වීමට සහය දීවීමේ ඉසව්වට අවස්ථාව හිමි වේ. අනෙක් මලල ක්‍රීඩා ඉසව් සඳහා තනි තනිව තරඟ කළ යුතු වේ.

I. මෙහි දැක්වෙන්නේ සහය ධාවන තරඟයක යෂ්ඨී හුවමාරු කලාපයක දළ රූපසටහනකි. මෙහි යෂ්ඨී හුවමාරු සිදුවන්නේ කිනම් ඉංග්‍රීසි අක්ෂර දෙක අතරද? (ලකුණු 02)



II. උස පැනීමේ ශිල්පීය ක්‍රම 3 ක් නම් කරන්න.

(ලකුණු 03)

III. පහත a සිට e දක්වා ඇති ප්‍රශ්න වලට නිවැරදි පිළිතුර දක්වන්න.

a) යන්තීය සමග අත ඉහළ සිට පහළට }
 යොමුවන සේ යන්තීය ලබාගැනීම

b) යන්තීය දෙස බලා යන්තීය ලබා ගැනීම }

c) ඉහළින් ඇති ආධාරකයක එල්ලීමට }
 දැන් ඉහළට ඔසවන ආකාරයට
 පියාසරය සිදු වීම

d) උස පැනීමේ වඩාත් වාසිදායක ක්‍රමය }

e) සුදානම හා ආරම්භක අවස්ථාව, }
 වේගය උපදවා ගැනීමේ අවස්ථාව,
 ජව ඉරියව්ව, මුදාහැරීම,
 පශ්චාත් ඉරියව්ව අයත් ඉසව් වනුයේ,

(ලකුණු 05)