

# නාලන්දා විද්‍යාලය - කොළඹ 10

ඒකක පරීක්ෂණ

11. ශ්‍රේණිය

සෞඛ්‍යය

07. නිවැරදි ඉරියව්වෙන් උපකරණ හසුරුවමු

### පළමු කොටස

- ප්‍රශ්න සියල්ලටම පිළිතුරු සපයන්න
- 1. යම් උපකරණයක් නල්ලු කිරීමේදී
  - a. කඳ ඉදිරියට යොමු කළ යුතුය
  - b. පාද තරමක් ඇත් කර තබා ආධාරක පතුළ පුළුල් කර ගත යුතුය
 ඉහත a හා b අතුරින් නිවැරදි වන්නේ
 

i. a ය	ii. b ය	iii. a හා b ය	iv. a හා බb නිවැරදි නොවෙයි
--------	---------	---------------	----------------------------
  
- 2. බරක් ඉහළට එසවීමේදී පවත්වාගතයුතු ඉරියව්වේ ලක්ෂණයක් නොවන්නේ
  - i. කඳ සෘජුව පවත්වා ගත යුතුය
  - ii. පාද තරමක් ඇත් කර ආධාරක පතුළ පුළුල් ව පවත්වා ගත යුතුය
  - iii. හැකිතරම් සිරුරට සම්ප ව බර තබාගත යුතුය
  - iv. ගුරුත්ව රේඛාව ආධාරක පතුලින් පිටත තිබිය යුතුය
  
- 3. “යම් නිශ්චිත අවස්ථාවක දී සහ චලනය සිදුවන අවස්ථාවකදී සිරුරේ සියලුම කොටස් නිවැරදිව පිහිටුවීම”
 

i. ධාවනය වේ	ii. සමබරතාවය වේ
iii. වේගය වේ	iv. නිවැරදි ඉරියව්වක් වෙයි
  
- 4. ඉහලින් ඇති වස්තුවක් පොළවට ගැනීමේදී ශරීරය තබා ගත යුතු ඉරියව්වේ ලක්ෂණ වන්නේ
  - a. හිස කඳ සෘජුව පවත්වා ගැනීම
  - b. දෙපා එක ලඟ තබාගෙන පුළුල් ආධාරක පතුලක් පවත්වා ගැනීම
  - c. බර සිරුරට ආසන්නයේ තබා ගැනීම

i. a හා b ය	ii. a හා c ය	iii. b හා c ය	iv. a, b හා c ය
-------------	--------------	---------------	-----------------
  
- 5. යම් උපකරණයක් ඇදීමේදී
  - a. උපකරණය දෙසට කඳ නැමීමෙන් හා පාද පුළුල් කරමින් ඇදිය යුතුය
  - b. පාද ළඟින් තබා උපකරණය දෙසට නැමිය යුතුය

i. a නිවැරදි ය	ii. b නිවැරදි ය
iii. a හා b දෙකම නිවැරදිය	iv. a හා b වැරදිය

### දෙවන කොටස

- ප්‍රශ්න සියල්ලටම පිළිතුරු සපයන්න
- 1. නිවැරදි ඉරියව් පවත්වා ගෙන යාම මගින් අපේ සිරුරට පහසුවක් දැනේ
  - i. නිවැරදි ඉරියව් යනු කුමක්දැයි සඳහන් කරන්න
  - ii. නිවැරදි ඉරියව් පවත්වාගෙන යාමෙන් ඇතිවන වාසි තුනක් ලියන්න
  - iii. නිවැරදි ඉරියව්වෙන් යම් උපකරණයක් නල්ලු කිරීමේදී ඔබේ සිරුර පවත්වාගත යුතු ආකාරය විස්තර කරන්න
  - iv. නිවැරදි ඉරියව්වෙන් වාහනයක් නල්ලු කිරීමේදී සිර නිවැරදිව තබා ගත යුතු ආකාරය විස්තර කරන්න
  - v. යම් වස්තුවක් ඇදීමේදී ම වස්තුව ඇදීම සඳහා සිරුර සමබරව පවත්වාගෙන යාමට අවශ්‍ය වන සාධක වන්නේ
  - vi. වැරදි අයුරින් උපකරණ හැසිරෙමි දී ඇති විය හැකි අහිතකර තත්වයන් තුනක් සඳහන් කරන්න

Agaram.LK - Keep your dreams alive!

Agaram.LK - Keep your dreams alive!