



NALANDA VIDYALAYA

# නාලන්දා විද්‍යාලය - කොළඹ 10 DA

දෙවන වාරය - ඒකක පරීක්ෂණ ව්‍යාපෘතිය

NALANDA VIDYALAYA

8 ශ්‍රේණිය

සෞඛ්‍යය හා ශාරීරික අධ්‍යාපනය

කාලය - පැය 01

## ඒකකය : 11 - ප්‍රජනක සෞඛ්‍ය රැකගනිමු

### I කොටස

1 සිට 15 දක්වා ප්‍රශ්න වලට ගැලපෙන පිළිතුර තෝරා යටින් ඉරක් අඳින්න.

- 1) දරුවෙකු පිළිසිඳ ගැනීම සඳහා අවශ්‍ය වන මාතෘ සෛලය වන්නේ,  
 1) ගර්භාෂය                      2) ඩිම්බය                      3) ශුක්‍රාණුව                      4) ඩිම්බ කෝෂය
- 2) දරුවෙකු පිළිසිඳ ගැනීම සඳහා අවශ්‍ය වන පීතෘ සෛලය වන්නේ,  
 1) ගර්භාෂය                      2) ඩිම්බය                      3) ශුක්‍රාණුව                      4) ඩිම්බ කෝෂය
- 3) ඩිම්බයක් සමග ශුක්‍රාණුවක් එක් වීම හඳුන්වන්නේ,  
 1) සංසේචනය                      2) ඩිම්බමෝචනය                      3) ඔසප්වීම                      4) ආර්තවය
- 4) ඔසප් ක්‍රියාවලිය සිදුවන්නේ දින,  
 1) 20 කට වරකි                      2) 14 කට වරකි                      3) 32 වරකි                      4) 28 කට වරකි
- 5) ඔසප්වීම සිදුවන්නේ ඩිම්බ මෝචනයෙන් දින කීයකට පසු ද?  
 1) දින 20                      2) දින 14                      3) දින 32                      4) දින 28
- 6) ඩිම්බයක් හා ශුක්‍රාණුවක් එකතු වීම සිදුවන්නේ,  
 1) ඩිම්බ කෝෂය තුළදී ය.                      2) ගර්භාෂය තුළදී ය.  
 3) පැලෝපීය නාලය තුළදී ය.                      4) ගැබ් ගෙල තුළදී ය.
- 7) සාමාන්‍යයෙන් දරුවෙකු මව්කුස තුළ වැඩෙන කාලය වන්නේ,  
 1) මාස 09                      2) මාස 10                      3) මාස 12                      4) මාස 18
- 8) ස්ත්‍රී ප්‍රජනක පද්ධතියේ කොටසක් වන්නේ,  
 1) ගැබ් ගෙල                      2) පුරස්ථ ග්‍රන්ථි                      3) ගර්භාෂය                      4) ඩිම්බ ප්‍රණාලය
- 9) දරුවෙකු බිහිවෙන තුරු මව් කුස තුළ වර්ධනය වන්නේ,  
 1) ඩිම්බ කෝෂ තුළ                      2) පැලෝපීය නාලය තුළ  
 3) ගර්භාෂය තුළ                      4) ඩිම්බය තුළ
- 10) ගැහැණු දරුවෙකු පළමු වරට ඔසප් වීම හඳුන්වන්නේ  
 1) ආර්තවය ලෙස                      2) ආර්තවහරණය ලෙස  
 3) ඩිම්බ මෝචනය ලෙස                      4) මල්වර වීම ලෙස

Agaram.LK - Keep your dreams alive!

Agaram.LK - Keep your dreams alive!

- 11) කායික හා මානසික අපහසුවට පත් කරන ලිංගික ක්‍රියාවකට යමෙකු යොමු කර ගැනීම හඳුන්වන්නේ,  
 1) ලිංගික අතවරයක් ලෙසය  
 2) ලිංගික අපයෝජනයක් ලෙසය  
 3) අතවරයක් ලෙසය.  
 4) ඉහත සියල්ල නිවැරදියි.
- 12) දරුවෙකු මවකුස කුළ වැඩෙන විට මවගෙන් පෝෂණය ලබා ගන්නේ,  
 1) පෙකෙණිවැල හරහා  
 2) පැලෝපිය නාල හරහා  
 3) ගර්භාෂය හරහා  
 4) ඩිම්බකෝෂය හරහා
- 13) පුරුෂ ප්‍රජනක පද්ධතියේ කොටසක් නොවන්නේ,  
 1) ගැබ් ගෙල  
 2) වෘෂණය  
 3) පුරස්ථ ග්‍රන්ථිය  
 4) ශුක්‍ර නාලය
- 14) ස්ත්‍රියකගේ ඔසප් වීම නැවතෙන්නේ අවුරුදු  
 1) 30-40  
 2) 20-30  
 3) 45-55  
 4) 50-60
- 15) නව යොවුන් වියේ ගැබ් ගැනීම් පිළිබඳව පහත ප්‍රකාශ අතුරින් අසත්‍ය ප්‍රකාශය වන්නේ,  
 1) නව යොවුන් වියේ ගැබ් ගැනීම් ඇති වූ විට මව හා දරුවා යන දෙදෙනාගේම වර්ධනය අඩාල විය හැකිය.  
 2) ස්ත්‍රී ප්‍රජනක පද්ධතිය දරු ප්‍රසූතියක් සඳහා සූදානම් නොමැති බැවින් දරු ප්‍රසූතියේ දී ගැටලු ඇතිවේ.  
 3) සමාජ අපවාදයට ලක්වීම නිසා මානසික පීඩනයට ලක්වේ.  
 4) මේ අවධියේ මාතෘත්වයේ වගකීම දරා ගැනීමට සූදානමක් ගැහැණු දරුවෙකුට පවතී.

(2 x 10 = 20)

**II කොටස**

- ප්‍රශ්න සියල්ලටම පිළිතුරු සපයන්න.
- 1) ස්ත්‍රී ප්‍රජනක පද්ධතියේ හා පුරුෂ ප්‍රජනක පද්ධතියේ කොටස් 4 බැගින් වෙන් වෙන්ව ලියන්න.(ල. 8)
- 2) ඩිම්බ මෝචනය යනු කුමක් ද? (ල. 2)
- 3) ප්‍රජනක සෞඛ්‍ය යනු කුමක්දැයි හඳුන්වන්න. (ල. 5)
- 4) ප්‍රජනක සෞඛ්‍යයට බාධා ඇති කරන සාධක 4 ක් ලියන්න. (ල. 8)
- 5) ලිංගික අපවාර හා අපයෝජනවලට ලක්වීම නිසා ඇති විය හැකි ගැටලු 5 ක් ලියන්න. (ල.10)
- 6) ලිංගිකව සම්ප්‍රේෂණය වන රෝග 4 ක් ලියන්න. (ල. 4)
- 7) ලිංගිකව සම්ප්‍රේෂණය වන රෝග බෝවීමෙන් ඇති විය හැකි ගැටලු 5 ක් ලියන්න. (ල. 5)
- 8) ප්‍රජනක සෞඛ්‍යය රැක ගැනීම සඳහා වැදගත් වන සාධක 3 ක් ලියන්න. (ල. 6)
- 9) ප්‍රජනක සෞඛ්‍යය පිළිබඳව අප දැනුවත් විය යුත්තේ කුමන කරුණු පිළිබඳව ද? කරුණු 4 ක් ලියන්න.(ල. 4)
- 10) ප්‍රජනක සෞඛ්‍යය රැක ගැනීම සඳහා වැදගත් වන සෞඛ්‍යවත් වර්ග 5 ක් ලියන්න. (ල.10)
- 11) මනා ප්‍රජනක සෞඛ්‍යයක් පවත්වා ගැනීමට වැදගත් වන අප සමාජය කුළ පවතින වටිනා ගුණාංග 4 ක් ලියන්න. (ල. 8)

s

ලකුණු හා සැකසුම – G.S ප්‍රේමචන්ද්‍ර