



පළාත් අධ්‍යාපන දෙපාර්තමේන්තුව සබරගමුව - සති පාසල

විෂය - සෞඛ්‍යය හා ශාරීරික අධ්‍යාපනය

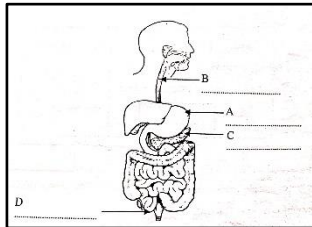
සතිය - දෙවන

ශ්‍රේණිය - 10

සැකසුම - W.M.H.වර්ණකුලසූරිය
(සෞඛ්‍යය හා ශා : අ: ගුරු)

සිරුරේ නිරෝගි බව රැක ගනිමු

01. අප ශරීරයේ විවිධ පද්ධති නොයෙකුත් කාර්යයන් සඳහා හැඩගැසී ඇත. ඔබ දන්නා පද්ධති තුනක් නම් කරන්න.
02. පහත පද්ධතිය ඇඳ කොටස් නම් කරන්න.



03. ආහාර පීරණය යනු කුමක්ද?
04. පීරණ ග්‍රන්ථිය නම් කරන්න.
05. මුඛයේ ඇති දත් වර්ග හතර නම් කරන්න.
06. ආහාර පීරණ ක්‍රියාවලියේදී මුඛයෙන් කෙරෙන කාර්යයන් තුනක් නම් කරන්න.
07. වැඩිහිටියෙකුගේ මුඛයේ ඇති දත් සංඛ්‍යාව කොපමණද?
08. ආමාශයේ විශේෂ ලක්ෂණ තුනක් ලියන්න.
09. ආමාශික යුෂයෙහි අඩංගු වන එන්සයිම මොනවාද?
10. ආහාර පීරණ පද්ධතිය ආශ්‍රිත රෝග තුනක් නම් කරන්න.
11. මහා අන්ත්‍රය හා කුඩා අන්ත්‍රය තුළ ඇති වෙනස්කම් තුනක් වෙන් වෙන් වශයෙන් ලියන්න.
12. ආහාර පීරණ පද්ධතියේ යහපත් ක්‍රියාකාරිත්වයට හිතකර චර්යා පහක් ලියන්න.