



ශ්‍රී ලංකා විවෘත විශ්වවිද්‍යාලය

අධ්‍යාපන පීඨය

මුල් ප්‍රමාණය හා ප්‍රාථමික අධ්‍යාපනය බීජලෝමා වැඩසටහන - 3 වන මට්ටම

අවසාන පරීක්ෂණය - 2016

ESD1134- විෂයමාලා අධ්‍යයනය සහ ප්‍රායෝගික වැඩ
සෞඛ්‍ය, පෝෂණය හා ආරක්ෂාව පිළිබඳ ගතයුතු පියවර

කාලය : පැය දෙක (02) යි.

දිනය - 2016 දෙසැම්බර් මස 19 වන දින වේලාව - පෙ.ව.10.00 - මධ්‍ය: 12.00 දක්වා

1 වන කොටසේ සියලුම ප්‍රශ්නවලට ද, 2 වන කොටසේ ඕනෑම තෝරාගනු ලබන ප්‍රශ්න තුනකට (03) ද පිළිතුරු සපයන්න.

1 වන කොටස

01. අක්‍රීය ප්‍රතිගක්තියෙහි ඇති වැදගත්කම කෙටියෙන් පැහැදිලි කරන්න.
02. ප්‍රවමාධාරකරුවකුගේ වගකීම් පහක් (05) සඳහන් කරන්න.
03. තුවාල සඳහා හිසි සාත්තුවක් ලබාදීමේ දී අනුගමනය කළයුතු පියවර විස්තර කරන්න.
04. දරුවන්ගේ ආහාර පිළිබඳ රුචිකත්වය හා ආහාර ගන්නා ප්‍රමාණය කෙරෙහි බලපාන කරුණු දෙකක් (02) කෙටියෙන් පැහැදිලි කරන්න.
05. නිවෙස්වල පවතින දරුවාගේ මානසික සෞඛ්‍යය කෙරෙහි බලපාන අවදානම් සහිත තත්ත්වයන් පහක් (05) සඳහන් කරන්න.
06. උදාහරණයක් දක්වමින් 'සමබර ආහාර වේලක්' යන්න කෙටියෙන් විස්තර කරන්න.
07. විටමින් 'A' උපාතා රෝගයේ ලක්ෂණ සඳහන් කරන්න.
08. ගර්භණී මවකට අන් අයට වඩා වැඩි ප්‍රෝටීන් ප්‍රමාණයක් අවශ්‍ය වන්නේ ඇයිදැයි පැහැදිලි කරන්න.

(ලකුණු 5 x 8 = 40)

2 වන කොටස

09. (i) ප්‍රෝටීන් ශක්ති මන්දපෝෂණයේ රෝගී තත්ත්වයන් දෙක (02) සඳහන් කරන්න.
(ලකුණු 04)
- (ii) ඇතිවීමට හේතු සහ සායනික ලක්ෂණ සඳහන් කරමින් ඉහත දක්වන ලද මන්දපෝෂිත තත්ත්වයන් දෙකෙහි වෙනස හඳුනා ගන්න.
(ලකුණු 10)
- (iii) අපගේ දෛනික ප්‍රෝටීන් අවශ්‍යතා සම්පූර්ණ කරන ප්‍රධාන ප්‍රභවයන් හයක් (06) සඳහන් කරන්න.
(ලකුණු 06)
- (ලකුණු 20)
10. (i) ප්‍රවමාධාරවල අරමුණු පැහැදිලි කරන්න.
(ලකුණු 04)
- (ii) තාපය නිසා සිදුවන පිළිස්සීමක දී පිළිපැයිය යුතු ප්‍රවමාධාර ප්‍රතිකාරයේ පියවර සඳහන් කරන්න.
(ලකුණු 08)
- (iii) රසායනික පිළිස්සීමකට හේතුවන රසායනික ද්‍රව්‍ය සිරුරට ඇතුල්විය හැකි ප්‍රධාන පිටිසුම් මාර්ග තුන (03) මොනවා ද?
(ලකුණු 03)
- (iv) ගෘහ අනතුරු වැළැක්වීමට දෙමාපියන්හට අනුගමනය කළහැකි ආකාර පහක් (05) සඳහන් කරන්න.
(ලකුණු 05)
- (ලකුණු 20)
11. (i) ළමා අයිතිවාසිකම් පිළිබඳ ප්‍රඥප්තියේ (CRC) ළමුන්ගේ සිවිල්, දේශපාලනික, ආර්ථික, සමාජයීය සහ සංස්කෘතික අයිතිවාසිකම් ආරක්ෂා කිරීමට උපකාර වන්නේ කෙසේදැයි පැහැදිලි කරන්න.
(ලකුණු 08)
- (ii) ජාත්‍යන්තර ඝෂමා ආයතනය (AI) ළමුන් පහසුවෙන් සිදුකරන සේවාවන් සංවර්ධනය කිරීමට භාවිතා කරන ප්‍රධාන තේමාවන් තුන (03) සඳහන් කරන්න.
(ලකුණු 03)
- (iii) ළමුන් සියලු ආකාරයේ අපවාර, නොසලකා හැරීම් හා සුරාකෑමෙන් ආරක්ෂා කර ගැනීමේ දී පෙරපාසැල් / ප්‍රාථමික ගුරුවරයෙකුගේ කාර්යභාරය පැහැදිලි කරන්න.
(ලකුණු 09)
- (ලකුණු 20)

12. (i) ගර්භණී සමයේදී ලබාදිය යුතු ප්‍රධාන පෝෂක සඳහන් කරන්න. (ලකුණු 07)
- (ii) ගර්භණී අවධියේ දී නිසි පෝෂණයක් ගැනීම මගින් ලබාගත හැකි ප්‍රතිලාභ හතරක් (04) පැහැදිලි කරන්න. (ලකුණු 08)
- (iii) ළදරුවකුට මුල් මාස හයෙන් පසුව අතිරේක ආහාර හඳුන්වා දීමේ දී සලකා බැලිය යුතු කරුණු පහක් (05) සඳහන් කරන්න. (ලකුණු 05)
- (ලකුණු 20)
13. පහත ඕනෑම මාතෘකා දෙකක් (02) පිළිබඳව කෙටි සටහන් ලියන්න.
- (i) දරුවාගේ කායික සෞඛ්‍යය සංවර්ධනය කිරීමට දෙමාපියන් ගතයුතු පියවර
- (ii) බෝවන රෝගයක් සහිත රෝගියෙකු වෙත් කොට සාත්තු කිරීමේ දී ඔබ අනුගමනය කළයුතු ක්‍රියා පිළිවෙල.
- (iii) ළමුන්ට යහපත් ආහාර පුරුදු හුරුකිරීමේ වැදගත්කම
- (iv) පෙර ළමාවිය අධ්‍යාපන මධ්‍යස්ථානයක තිබිය යුතු සතිපාරාසක පහසුකම්
- (ලකුණු 10 x 2 = 20)

හිමිකම් ඇවිරිණි.



THE OPEN UNIVERSITY OF SRI LANKA

FACULTY OF EDUCATION

DIPLOMA IN EARLY CHILDHOOD AND PRIMARY EDUCATION –
LEVEL 3

FINAL EXAMINATION 2016

ESD1134 – CURRICULUM STUDIES AND PRACTICUM – HEALTH NUTRITION
AND SAFETY MEASURES

DURATION – TWO (02) HOURS

Date: 19th December 2016

Date: 10.00 a.m. – 12.00 noon

Answer All Questions in Part I and any three (03) questions from Part II.

PART - I

01. Explain briefly the importance of Passive Immunity.
02. State **five (05)** responsibilities of a First Aider.
03. Describe the measures that should be followed in a good wound care.
04. Explain briefly **two (02)** factors that influence the appetite and food consumption of children.
05. State **five (05)** risk situations in homes which way affect the mental wellbeing of the child.
06. Citing an example briefly describe a balanced diet.
07. State the symptoms of vitamin 'A' deficiency.
08. Explain why a pregnant mother needs more amount of proteins than others.

(5 x 8 = 40 marks)

PART – II

09. i) State **two (02)** severe forms of protein energy malnutrition. (04 marks)
- ii) Differentiate above two malnutrition forms by indicating causes and the clinical signs of them. (10 marks)
- iii) State **six (06)** main sources that fulfill our daily protein requirement. (06 marks)
- (20 marks)**
10. i) Explain the aims of first aid. (04 marks)
- ii) State the steps of first aid treatment that should be taken for a thermal burn. (08 marks)
- iii) What are the **three (03)** main ways that chemical substances which cause chemical burns may enter in to the body? (03 marks)
- iv) State **five (05)** ways that parents can be followed to prevent home accidents. (05 marks)
- (20 marks)**
11. i) Explain how CRC (Conventional the Rights of the Child) helps to protect the civil, political, economic, social and cultural rights of children. (08 marks)
- ii) State **three (03)** key themes that Amnesty International (AI) use to develop its work on children. (03 marks)
- iii) Explain the role of the pre-school/primary teacher in protecting children from all forms of abuse, neglected and exploitation. (09 marks)
- (20 marks)**
12. i) State main nutrients that should be provided during pregnancy. (07 marks)
- ii) Explain the **four (04)** benefits that can be gained by taking a proper nutrition during pregnancy. (08 marks)
- iii) Mention **five (05)** points to be considered when introducing supplementary food for infants after age of six months. (05 marks)
- (20 marks)**

13. Write short notes on any **two (02)** of the following.
- i) Steps to be taken by parents to develop physical health of a child.
 - ii) Procedure that you have to follow when isolating a patient with communicable diseases.
 - iii) Importance of inculcating good food habits in children.
 - iv) Sanitary facilities should be available in an early childhood education centre.

(10 x 2 =20 marks)

- *Copyrights reserved* -

இலங்கை திறந்த பல்கலைக்கழகம்
 முன்பிள்ளைப் பருவ மற்றும் ஆரம்பக்கல்வி டிப்ளோமா 2015/2016
 ESD1134- கலைத்திட்டக் கற்கைகளும் செய்முறை உள்ளடங்கிய
 சுகாதார போஷனை மற்றும் பாதுகாப்பு முறைகளும்
 இறுதிப் பரீட்சை - 2016
 காலம்: இரண்டு (02) மணித்தியாலங்கள்



திகதி : 19 டிசம்பர் 2016

நேரம்: மு.ப 10.00 - ந.ப 12.00 வரை

I ஆம் பகுதியில் சகல வினாக்களுக்கும்,
 II ஆம் பகுதியில் ஏதாவது 03 வினாக்களுக்கும் விடை தருக.

பகுதி I

01. முனைப்பற்ற நிர்பீடனத்தின் முக்கியத்துவத்தை சுருக்கமாக விளக்குக.
02. முதல் உதவியாளரின் ஐந்து (05) கடமைகளைக் கூறுக.
03. காயம் ஒன்றைப் பராமரிக்க நீர் எடுக்க வேண்டிய நடைமுறைகளை விபரிக்குக.
04. பிள்ளைகளில் பசி ஏற்படுத்துவதிலும், உணவு நுகர்வதிலும் செல்வாக்குச் செலுத்தும் காரணிகள் இரண்டை (02) சுருக்கமாக விளக்குக.
05. பிள்ளை ஒன்றின் சுக நன்னிலையைப் பாதிக்கக்கூடிய வீட்டில் ஏற்படும் ஆபத்து நிலைமைகள் ஐந்தைக் (05) கூறுக.
06. ஒரு சமவிகித உணவை உதாரணம் மூலம் விபரிக்குக.
07. உயிர்ச்சத்து A இன்மையால் ஏற்படும் குணங்குறிகளைக் கூறுக.
08. ஏனையவற்றிலும் பார்க்க கர்ப்பிணித் தாய்க்கு ஏன் அதிகளவு புரத உணவு தேவைப்படுகின்றதென்பதை விளக்குக.

(8 x 5 = 40 புள்ளிகள்)

பகுதி II

09. (i) புரதச்சத்து மந்தபோசனையின் இரு (02) வகைகளைக் கூறுக. (04 புள்ளிகள்)
- (ii) மேற்கூறிய இரு வகைகளுக்கான காரணங்கள் பிண்சார் குறிகள் எனும் அடிப்படையில் வேறுபடுத்துக. (10 புள்ளிகள்)
- (iii) எமது அன்றாடப் புரதத் தேவைகளை நிறைவு செய்வதற்கான பிரதானமான ஆறு (06) மூலங்கள் கூறுக. (06 புள்ளிகள்)
10. (i) முதலுதவியின் நோக்கங்களை விளக்குக. (04 புள்ளிகள்)
- (ii) எரிகாயம் ஒன்றுக்குச் சிகிச்சையளிக்க எடுக்கக்கூடிய படிமுறைகளைக் குறிப்பிடுக. (08 புள்ளிகள்)
- (iii) இரசாயன எரிவுகளை ஏற்படுத்தும் இரசாயனப் பொருட்கள் எமது உடலை அடையும் வழிகள் மூன்று (03) கூறுக. (03 புள்ளிகள்)
- (iv) வீட்டு விபத்துக்களைத் தவிர்க்க பெற்றோர் பின்பற்றக்கூடிய ஐந்து (05) முறைகள் கூறுக. (05 புள்ளிகள்)
11. (i) CRC எனப்படும் சிறுவரின் உரிமைகள் சமவாயம் (மாநாடு) எவ்விதம் சிறுவர்களின் சிவில், அரசியல், பொருளாதார, சமூக மற்றும் கலாசார உரிமைகளைப் பாதுகாக்கின்றது. (08 புள்ளிகள்)
- (ii) சிறுவர்களின் பொருட்டுப் பணியாற்ற சர்வதேச மன்னிப்புச் சபை (AI) விருத்தி செய்யப் பயன்படுத்தும் மூன்று (03) பிரதான கருப்பொருட்கள் கூறுக. (03 புள்ளிகள்)
- (iii) சிறுவர் மீதான துஷ்பிரயோகம், கவனிக்காது விடல் மற்றும் சுரண்டல் ஆகியவற்றிலிருந்து அவர்களைப் பாதுகாக்க முன்பள்ளி / ஆரம்பக் கல்வி ஆசிரியரின் வகிபாகத்தை விளக்குக. (09 புள்ளிகள்)

12. ஆறு மாதமாகின்ற ஒரு குழந்தைக்கான குறைநிரப்பு உணவை அறிமுகப்படுத்துவதில் கருத்திற் கொள்ள வேண்டிய ஐந்து (05) விடயங்கள் தருக.

(20 புள்ளிகள்)

13. பின்வருவனவற்றில் ஏதாவது இரண்டிற்கு (02) சிறுகுறிப்பு எழுதுக.

- (i) பிள்ளையின் உடலியல் சுகாதாரத்தை விருத்தி செய்ய பெற்றோர் எடுக்க வேண்டிய படிமுறைகள்
- (ii) தொற்று நோயினால் பீடிக்கப்பட்ட நோயாளியைத் தனிமைப்படுத்தும் போது மேற்கொள்ளும் செயன்முறைகள்
- (iii) பிள்ளைகளிடம் வளர்த்தெடுக்கும் நல்ல உணவுப் பழக்கங்கள்
- (iv) முன்பள்ளி நிறுவனத்தில் காணப்பட வேண்டிய சுகாதார வசதிகள்

(20 புள்ளிகள்)

--பதிப்புரிமை பெற்றது--