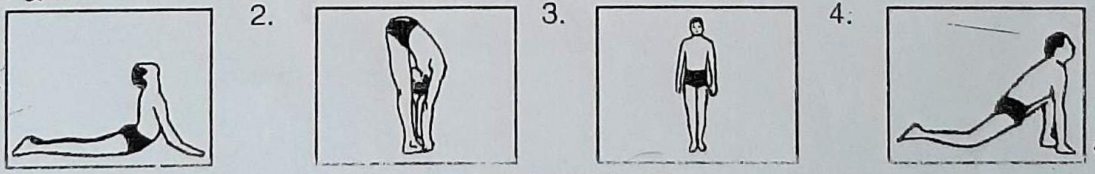


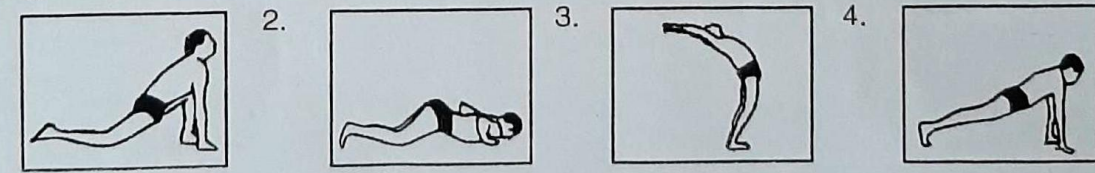
**පරිසරය ආශ්‍රිත ක්‍රියාකාරකම්**  
**5 ශ්‍රේණිය**  
**හා/ සිරිධර්ම විද්‍යාලය - 2020 වර්ෂය**  
**අපේ යන පැවැත්ම**

01. සිත් පහන් කිරීමේ ක්‍රියාකාරකමෙහි පියවර  
 (1) 7කි (2) 5 කි (3) 13 කි.
02. සුවපත් වීමේ ක්‍රියාකාරකමේ නිවැරදි අනුපිළිවෙළ අනුව තෙවන පියවර කුමක් ද?  
 (1) අධිෂ්ඨානය (2) උදානය (3) මානසික ලිහිල් බව.
03. මගේ ශරීරයම සැහැල්ලුයි යනුවෙන් දැක්වෙන්නේ සිත් පහන් කිරීමේ කීවෙනි පියවරේදී ද?  
 (1) පියවර 1 (2) පියවර 2 (3) පියවර 3
04. මගේ සිතේ සැනසීම මගේ යහළුවන්ට දැනේ වා ! යන්න සුවපත් වීමේ ක්‍රියාකාරකමෙහි කවර පියවරට අයත් ද?  
 (1) පියවර 1 (2) පියවර 4 (3) පියවර 2
05. සූර්ය නමස්කාරයේ පියවර ගණන වන්නේ,  
 (1) 5 (2) 12 (3) 4
06. සූර්ය නමස්කාරය යනු,  
 (1) ආගමික වතාවකි (2) භාවනාවකි (3) අධ්‍යාත්මික හා ශරීරික යෝග්‍යතා ක්‍රියාකාරකමකි
07. කණ්ඩායමක් ලෙස වැඩය නිම කිරීමට යන කාලය.  
 (1) වැඩිය (2) අඩුය (3) කිවහොහැක
08. සූර්ය නමස්කාරයේදී ශරීරය ආරක්ෂාවක් සේ නවාගෙන සිටින්නේ  
 (1) 1වන අවස්ථාවේය (2) 11 වන අවස්ථාවේය (3) 10 වන අවස්ථාවේය

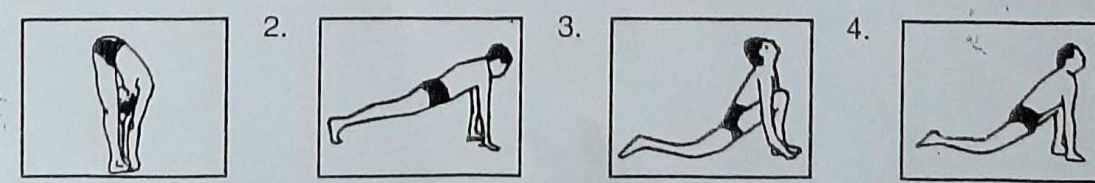
09. සූර්ය නමස්කාරයේ 12 වෙනි පියවර දැක්වෙන්නේ මින් කවරකින් ද?



10. සූර්ය නමස්කාරයේ හයවන අවස්ථාව දැක්වෙන්නේ මින් කවරකද?



11. සූර්ය නමස්කාරයේ හතරවන අවස්ථාව දැක්වෙන්නේ මින් කවරකද?



12. සාමූහිකව එක් වි කළ හැකි ක්‍රියාවක් නොවන්නේ,

- (1) පන්ති කාමරය පිරිසිදු කිරීම (2) විභාගයට පිළිතුර ලිවීම  
(3) මල්පාත්තියට වතුර දැමීම

13. හොඳ හොඳ ළමයින් අපි වගේ - මේ මව්බිම ඉපදී ඉන්නේ, යන ගීතය ගායනා කරන්නේ,

- (1) ඉන්ද්‍රානි විජයබන්ධාරා (2) මාලනී මුලත්සිංහල (3) නන්දා මාලනී

14. පුරාණයේදී සරල ජීවන රටාවක් තිබී ඇත. නූතන යුගයේදී පවතින ජීවන ක්‍රමය වන්නේ,

- (1) නැවුම් (2) සංකීර්ණ (3) දුලබ

15. වුවමනා දේ යනු,

- (1) සුලබ දේ (2) දුලබ දේ (3) තිබුණොත් මනා යැයි හැඟෙන දේ

16. උරණ නොවෙමු නිසි ලෙසේ යන ගීත පදයේ උරණ යනුවෙන් දැක්වෙන්නේ,

- (1) තරහ (2) සතුට (3) ලැජ්ජාව

17. අපේ ජීවිතයට තෝරා ගත යුත්තේ,

- (1) සුඛෝපභෝගී දේ (2) සරල දේ මෙන්ම අවශ්‍ය දේ පමණක් (3) යල් පැනගිය දේ

18. විරිත් යනු අප විසින් අත්හළ යුතු දෙයකි . එනම්,

- (1) නියපොතු විකීම (2) පාඩම් කිරීම (3) පිරිසිදු ජලය පානය.

19. ජලය අඩුවෙන් පානය කිරීමෙන් සිදුනොවන්නේ,

- (1) සිරුරේ මලානික ගතිය ඇතිවීම (2) හම විශ්ලීම (3) උස යෑම

20. හොඳ ළමයා කවි පන්තියේ එන පාට සුවඳ එක වගේ තිබෙන රෝස මල වගේ කවි පන්තිය ලියා ඇත්තේ,

- (1) එස් මහින්ද හිමි (2) මිල්ටන් මල්ලවආරච්චි මයා (3) එම්.එස්. ප්‍රනාන්දු මහතා

21. පරිස්සමින් දිනමු තුටින් සෙල්ලම් කරමු යන ක්‍රීඩාවේ වච්චිය යනුවෙන් හඳුන්වන්නේ,

- (1) මංජුසාව (2) පාදයෙන් ඇඳ ගන්නා කවයක් (3) පුස්තකය

22. උපදේශාත්මක කවි ඇතුළත් ග්‍රන්ථයක් නොවන්නේ,

- (1) සිරිත්මල්ලම (2) සුභාෂිතය (3) ගුත්තිල කාව්‍ය

23. ලෝවැඩ සඟරාව, ලොකොපකාරය ලියූ කතුවරු වන්නේ,

- (1) විද්‍යාගම මෙහිනි හිමි, රනස්ගල්ලේ ස්ථවීරයන් වහන්සේ  
(2) එස් මහින්ද හිමි, මිගෙට්ටුවත්තේ ගුණානන්ද හිමි  
(3) රනස්ගල්ලේ හිමි, සිරි දේවමිත්ත හිමි.

24. පොද්ගලික පවිත්‍රභාවය පිළිබඳ නොසැළකිලිමත්වන පුද්ගලයා සැමවිටම,

- (1) සමාජයේ කීර්තියට ලක්වේ (2) නිරෝගී පුද්ගලයෙකු බවට පත්වේ  
(3) සමාජයේ අප්‍රසාදයට පත්වේ.

25. ලෝවැඩ එකෙක් එක් දෙයකට වෙයි සමඟ යන ගීතය ඇතුළත් පොත වන්නේ,

- (1) ලෝවැඩ සඟරාව (2) සුභාෂිතය (3) සිරිත් මල්ලම