



REPUBLIKA E SHQIPËRISË
 MINISTRIA E ARSIMIT
 DHE SPORTIT
 AGJENCIA KOMBËTARE E PROVIMEVE

PROVIMI I MATURËS SHTETËRORE 2014

I DETYRUAR

VARIANTI B

E premte, 30 maj 2014

Ora 10.00

Lënda: Gjuhë shqipe dhe Letërsi

Gjimnazi, gjimnazi gjuhësor, seksionet dygjuhëshe, pedagogjike

Udhëzime për nxënësin

Testi në total ka **25 pyetje**: 13 pyetje me zgjedhje (alternativa) dhe 12 pyetje me zhvillim.

Testi është i ndarë në dy pjesë: joletrare dhe letrare.

Në të dy pjesët ka pyetje me **zgjedhje** dhe me **zhvillim**. Në pyetjet me zgjedhje rrethoni **vetëm** shkronjën përbri përgjigjes së saktë, ndërsa për pyetjet me zhvillim është dhënë hapësira e nevojshme për të shkruar përgjigjen.

Koha për zhvillimin e pyetjeve të testit është **2 orë e 30 minuta**.

Pikët për secilën kërkesë janë dhënë përbri saj.

Për përdorim nga komisioni i vlerësimit

| | | | | | | | | | | |
|---------|-----|----|----|-----|-----|----|-----|-----|-----|-----|
| Kërkesa | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10a |
| Pikët | | | | | | | | | | |
| Kërkesa | 10b | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 |
| Pikët | | | | | | | | | | |
| Kërkesa | 20 | 21 | 22 | 23a | 23b | 24 | 25a | 25b | 25c | 25d |
| Pikët | | | | | | | | | | |

Totali i pikëve

KOMISIONI I VLERËSIMIT

1.....Anëtar

2.....Anëtar

Gjumi dhe shëndeti

Një ndeshje midis klasave në shkollë, studimi disa javor për një provim në kimi, larja e pjatave në shtëpi, lista e punëve dhe e veprimtarive të përditshme që drejtojnë jetën e një njeriu është e pafund. Si mundet një person t'ia dalë t'i organizojë? Shpesh njerëzit ose qëndrojnë zgjuar deri vonë, ose ngrihen mjaft shpejt në mëngjes dhe humbasin gjumin, pa u shqetësuar shumë për këtë. Megjithatë, studimet tregojnë se kjo mund të jetë një zgjedhje e dëmshme. Nëse njerëzit nuk flenë çdo natë, ata e dëmtojnë seriozisht organizmin e tyre.

Së pari, mungesa e gjumit dëmton sistemin imunitar tek njeriu. Trupi i njeriut nxjerr disa hormone dhe kimikate vetëm gjatë gjumit dhe sistemi imunitar ka nevojë që këto kimikate të funksionojnë ashtu siç duhet. Për shembull, një psikiatër studioi sistemin imunitar të 23 njerëzve, të cilët kishin fjetur gjysmë herë më pak se zakonisht. Sipas tij, veprimtaria e “qelizave natyrale vrasëse”, të cilat luftojnë infeksionet, ra me 30%. Gjumi është karburanti që e mban sistemin imunitar në punë, me një kapacitet 100% dhe njerëzit që e injorojnë këtë, ka shumë gjasa të jenë më të prekshëm nga viruset, me të cilat ata ekspozohen çdo ditë.

Një mungesë e vazhdueshme e gjumit, mund të jetë përgjegjëse edhe për të shkaktuar disa sëmundje. Për të provuar këtë teori, shtatëdhjetë e dy infermiere morën pjesë në një studim. Ato që fjetën gjatë orë natën, patën 18% rrezik ndaj sëmundjeve të zemrës, krahasuar me ato që fjetën tetë orë. Pjesëmarrësit që fjetën pesë ose më pak orë gjatë natës, patën një rrezik 37 herë më të lartë ndaj sëmundjeve të zemrës. Studiuesit arritën në përfundimin se, ulja e sasisë së gjumit mund të shkaktojë një presion të lartë të gjakut ose hipertension, i cili dëmton enët e gjakut dhe shkakton probleme si, rrahje të forta të zemrës dhe sëmundje të saj.

Gjumi i pamjaftueshëm gjithashtu ndikon në funksionimin e trurit. Truri ka nevojë për “molekula energjie” të reja, për të zëvendësuar ato që janë përdorur gjatë ditës. Këto molekula energjie prodhohen gjatë gjumit dhe kur nuk zëvendësohen si duhet, trupi automatikisht fillon të ndihet i përgjumur. Një studiues thotë: “Kur kjo ndodh, gjykimi juaj bie, jeni pa gjallëri dhe koha e reagimit ulet ndjeshëm.” Si pasojë, një tru i lodhur rrit rrezikun për aksidente serioze, veçanërisht në një punë, ku përgatitja fizike ka rëndësi të madhe, për shembull, ndërtimi. T'i japësh makinës kur je i lodhur, është jashtëzakonisht e rrezikshme.

Një gjumë i pamjaftueshëm dëmton edhe kujtesën. Studiuesit testuan aftësinë e një grupi për të mbajtur mend disa fjalë të vështira dhe aftësitë e këtij grupi u rritën ndjeshëm pas një nate me gjumë të mjaftueshëm. Një natë me gjumin e duhur është e rëndësishme edhe për studentët. Pushimi e ndihmon shumë trurin e tyre për të përpunuar materialin e ri mësimor dhe për ta mbajtur mend atë. Në fakt, studimet tregojnë se, studentët që flenë më gjatë, arrijnë rezultate më të mira.

Përfundimisht, mungesa e gjumit shkakton një nivel të rrezikshëm të hormonit të stresit, kortisolit. Normalisht, ky hormon e përgatit trupin për aktivitetet dhe në mbrëmje, kur ai nuk nevojitet më, trupi e ndalon prodhimin e tij. Por, kur njerëzit nuk flenë sa duhet, nivelet e kortisolit në gjak ngrihen. Më pas, ky hormon ndalon riparimin dhe rritjen e indit të muskujve. Sipas një reviste shkencore, niveli i lartë i kortisolit, gjithashtu “shkatërron qelizat e trurit, shkakton tkurrjen e hipokampusit, një zonë e rëndësishme e trurit që rregullon të nxënit”. Çdo njeri është i programuar nga ana biologjike: të gjithë kanë nevojë të flenë, në mënyrë që hormonet e tyre të funksionojnë si duhet.

Shpesh ne sakrifikojmë gjumin për shkak të veprimtarive të shumta dhe detyrimeve që kemi. Studimet tregojnë se, kufizimi i gjumit nuk është zgjidhja e duhur. Një gjumë i mirë gjatë natës, na sjell dobi të mëdha: një sistem imunitar të fortë, një trup të shëndetshëm dhe një tru që funksionon si duhet.

1. Qëllimi kryesor i këtij teksti është: 1 pikë
- A) t'i këshillojë njerëzit të ulin stresin në punë.
 B) t'i informojë të rinjtë rreth sistemit imunitar të njeriut.
 C) t'i bindë njerëzit mbi rëndësinë e një gjumi të mjaftueshëm.
 D) të japë informacion për fazat nëpër të cilat kalon gjumi te njeriu.
2. Cila nga alternativat e mëposhtme do të ishte titulli më i mirë për paragrafin e parë? 1 pikë
- A) Ulja e stresit
 B) Koha e gjumit
 C) Rritja e rrezikut
 D) Vendimmarrja në punë
3. Cilës pyetje i përgjigjet paragrafi i parë? 1 pikë
- A) A është gjumi i rëndësishëm për të patur një fizik të mirë?
 B) Si mund t'i përmirësojnë njerëzit zakonet e tyre të fjeturit?
 C) Cila është veprimtaria ditore më e kërkuar?
 D) A duhet të ngrihen njerëzit herët në mëngjes?
4. Cilin nga burimet e mëposhtme duhet të shikojë lexuesi për të vlerësuar ndikimin e lodhjes kur i jep makinës? 1 pikë
- A) Një artikull rreth karakteristikave të sigurisë tek automjeti.
 B) Një raport vjetor mbi shkaqet e aksidenteve me makinë.
 C) Një raport për blerësit mbi sigurinë e automjetit.
 D) Një artikull për komoditetin e brendshëm që kanë automjetet në ditët e sotme.
5. Njerëzit që **flenë pak** janë të prekshëm nga viruset, sepse: 1 pikë
- A) ata kanë nivel të lartë të kortisolit.
 B) mbrojtja e tyre natyrale dobësohet.
 C) qelizat e tyre të trurit dëmtohen.
 D) ata kanë nivel të ulët të molekulave energjike.
6. Në fund të këtij teksti, lexuesi arrin në përfundimin se, një gjumë i mjaftueshëm: 1 pikë
- A) ka një ndikim të vogël në sistemin imunitar të trupit.
 B) shkakton tkurrje të disa zonave të trurit.
 C) ul nivelin e kortisolit në gjakun e njeriut.
 D) ngadalëson rritjen e indit të muskujve.
7. Ky tekst është: 1 pikë
- A) rrëfimtari
 B) udhëzues
 C) përshkrues
 D) argumentues

8. Cilat janë dy nga teknikat e argumentimit të përdorura nga autori?

2 pikë

9. Gjeni *tezën* që shtron autori dhe dy argumente në mbështetje të saj.

3 pikë

Teza: _____

Argumenti 1: _____

Argumenti 2: _____

10.

a) Fjalja e parë e paragrafëve 2, 3, 4, 5 dhe 6 është shkruar me shkronja të zeza. Cila është lidhja midis këtyre fjalive dhe pjesës tjetër të paragrafit përkatës?

1 pikë

b) Përgjatë tekstit, autori ka përdorur disa fjalë ose fjali që i ka futur midis thonjzave. Cila është arsyeja e këtij përdorimi?

1 pikë

11. Zbuloni në paragrafin e parë raportin **shkak-pasojë**. Shkruani shkakun dhe pasojën, duke treguar me ç'mjet gjuhësor realizohet lidhja midis tyre.

3 pikë

Shkaku: _____

Pasoja: _____

Mjeti gjuhësor: _____

12. Identifikoni dy arsye, për shkak të të cilave njerëzit sakrifikojnë gjumin.

2 pikë

Arsyeja 1: _____

Arsyeja 2: _____

13. Nga se ndryshon paragrafi i fundit nga pjesa tjetër e tekstit? Shpjegoni përgjigjen tuaj.

2 pikë

Ismail Kadare*Rënia e dëborës*

Ty ndoshta nuk të shkoi ndërmend
 Se qielli rastësisht s'u mbyll
 Se kjo dëborë që shtroi kudo
 Në të vërtetë ra për ty.

U projektua çdo kristal
 I saj në qiell të madh diku
 Dhe nuk pushoi së rëni ajo
 Gjersa i gjeti flokët e tu.

Që ti ta shkundje me një gjest
 Shkujdesshëm krejt e gjithë gëzim
 Një natë të tërë qielli punoi
 Me ernat në bashkëpunim.

Dhe në mëngjes i zbehtë ai
 I ftohtë hapej madhërisht
 Ndërsa shëtisnim ne të dy
 Nën altruizmin e tij të hirtë.

14. Në këtë poezi ndërthuren:**1 pikë**

- A) bota fantastike me botën reale.
- B) bota reale me botën e ëndrrës.
- C) bota natyrore me botën njerëzore.
- D) bota racionale me botën emocionale.

15. Në këtë poezi qielli shfaqet:**1 pikë**

- A) mizor
- B) indiferent
- C) i zhurmshëm
- D) ndihmues

16. Në cilën prej alternativave të mëposhtme kemi një epitet metaforik?**1 pikë**

- A) Dhe nuk pushoi së rëni ajo
- B) Nën altruizmin e tij të hirtë
- C) Një natë të tërë qielli punoi
- D) Gjersa i gjeti flokët e tu

17. Në poezi përdoret shpesh rendi i përmbysur i gjymtyrëve. Ky përdorim bën që të përftohet figura e:

1 pikë

- A) inversionit
- B) metaforës
- C) shkallëzimit
- D) enumeracionit

18. Kjo është një poezi lirike, sepse:

1 pikë

- A) ka në sfond një natyrë dimri.
- B) përshkruan një ngjarje serioze.
- C) shpreh emocionet e poetit.
- D) vargjet e saj rimojnë.

19. Poezia e mësipërme i përket llojit të lirikës:

1 pikë

- A) filozofike
- B) intime
- C) së peizazhit
- D) shoqërore

20. Çfarë sfondi krijohet në këtë poezi? Cila është ngjyra që krijoni në përfytyrimin tuaj?

2 pikë

21. Lexoni me kujdes strofën e dytë. Cila është fjala që krijon efekt të menjëhershëm? Zbërtheni simbolikën që ajo mbart në kontekstin e dhënë.

3 pikë

22. A mendoni se kjo është një poezi ku shfaqet kontrasti? Argumentoni mendimin tuaj me shembuj nga poezia.

3 pikë

23.

- a) Në këtë poezi qielli shfaqet si aleat i bukurisë së vajzës. Shpjegojeni këtë, duke e ilustruar me shembuj nga poezia.

2 pikë

- b) Cili është detaji i vetëm fizik që poeti thekson te vajza? Si do ta interpretoni këtë zgjedhje nga ana tije?

3 pikë

- 24.** Shikoni me kujdes emrin *ernat*. Shumësi i kësaj fjale është një thyerje e standardit të gjuhës shqipe. Shkruani shumësin e rregullt dhe shpjegoni arsyen stilistike të kësaj forme të zgjedhur nga poeti.

2 pikë

Shumësi: _____

Shpjegimi: _____
