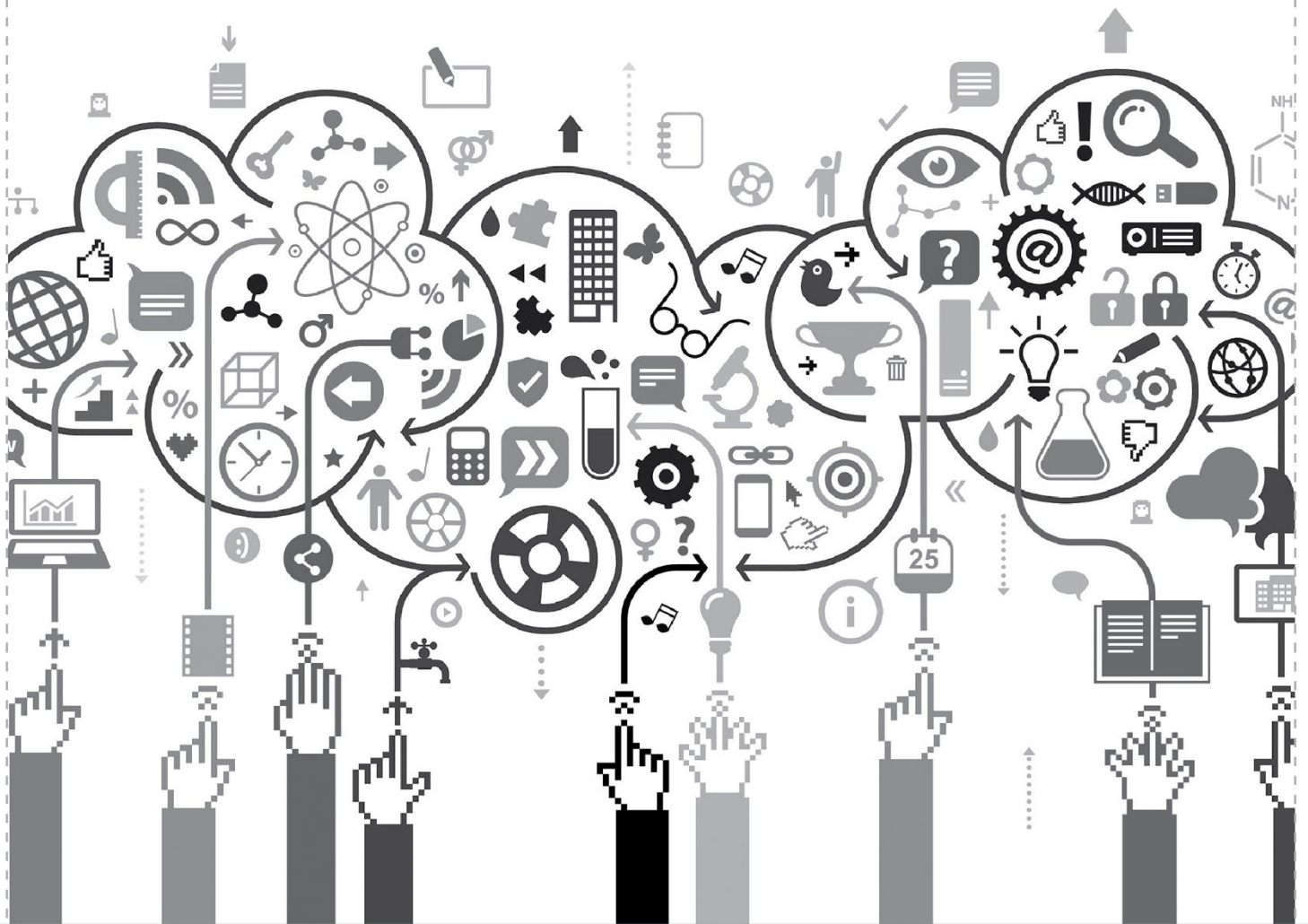




qendra e provimeve

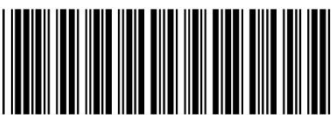
SHIFRA
E NXËNËSIT



PROVIMI I MATURËS DHE PROVIMI PROFESIONAL

GJUHË SHQIPE DHE LETËRSI

GUSHT, 2023



* A 1 2 6 1 4 5 9 *



KOHA PËR ZGJIDHJE TË TESTIT ËSHTË 180 MINUTA

Gjatë testit nuk lejohet përdorimi i mjeteve elektronike.

Nxënësi/nxënësja nuk guxon në asnjë mënyrë ta zbulojë identitetin e vet në test ose t'i drejtohet vlerësuesit në mënyrë të drejtpërdrejtë.

Testi DUHET të shkruhet LEXUESHËM me laps kimik. Nxënësi/nxënësja mund të shkruaj me shkronja dore ose shtypi. Nëse shkruan me shkronja shtypi DUHET të theksojë shkronjën e madhe.

Testi përmban detyra të cilat zgjidhen në një të njëzën prej mënyrave në vazhdim:

- duke rrethuar numrin para përgjigjes së saktë
- duke shkruar një përgjigje të shkurtër
- duke shkruar një përgjigje më të gjatë
- duke shkruar një tekst funksional
- duke shkruar ese

Me testin ke marrë edhe **fletën e përgjigjeve** për detyrat me zgjedhje të shumëfishtë.

Nevojitet që në vendin përkatës me kujdes të përshkruash përgjigjet tua.

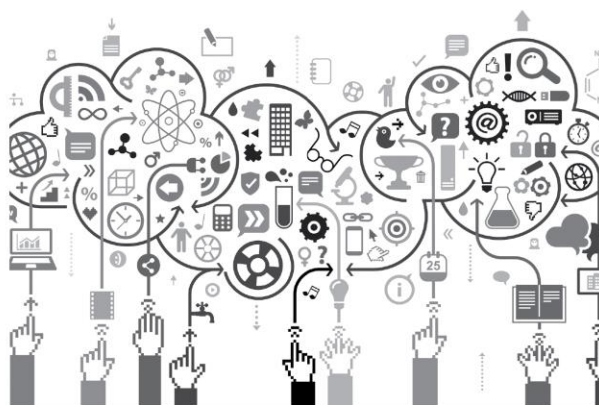
Detyra do të vlerësohet me zero pikë nëse:

- është e pasaktë
- përgjigja në detyrë me zgjedhje të shumëfishtë NUK është bart në fletën e përgjigjeve
- është rrethuar ose shkruar edhe përgjigja e saktë dhe e pasaktë
- përgjigja/eseja është e palexueshme dhe e paqartë
- përgjigja/teksti funksional/eseja është shkruar me laps të thjeshtë
- teksti funksional/eseja NUK është shkruar në vendin e paraparë, por vetëm në faqet e parapara për koncept (shkrimi i konceptit nuk është i detyrueshëm)

Nëse gabon, vendos një vijë të kryqëzuar mbi të dhe detyrën zgjidhe përsëri.

Kur ta përfundosh punën, kontrolloji edhe njëherë përgjigjet tua.

Me fat!



ME RËNDËSI!

**“KANDIDATI HUMB TË DREJTËN
E PROVIMIT, NË ATË AFAT TË
PROVIMIT, KUR GJATË OSE PAS
PROVIMIT VËRTETOHET SE KA
PËRDORUR MJETE TË
PALIGJSHME, SE KA KOPJUAR
DETYRËN E DIKUJT TJETËR OSE
SE DETYRËN E VET IA KA DHËNË
NXËNËSIT TJETËR.”**

(neni 24 i Rregullores për mënyrën, procedurën dhe kohën e dhënies së Provimit të Maturës, respektivisht neni 27 i Rregullores për mënyrën dhe procedurën e dhënies së Provimit Profesional për nxënësit që vazhdojnë shkollimin)

Lexo tekstin dhe pastaj përgjigju në pyetjet 1, 2, 3, 4 dhe 5.

Fitnesi, trendi modern

Fitnesi fizik përfshin dy koncepte që janë të lidhura me njëra -tjetrën: fitnesi i përgjithshëm (që parakupton ushtrimet për të pasur një gjendje të mirë shëndetësore) dhe fitnesin specifik (një detyrë e orientuar mbi bazën e aftësisë për të performuar aspekte specifike të sporteve apo okupimeve).

Gjashtë programe ushtrimesh

Duke iu referuar një programi të përgjithshëm fizik mund të dallohen gjashtë programe ushtrimesh me qëllime të ndryshme: fitnesi kardiovaskular, trajnimi fleksibël, trajnimi i forcës së përgjithshme, kalitja e muskujve, kompozimi i trupit dhe trajnimi i aftësive të përgjithshme. Gjithsesi përveç këtyre programeve me komponentë esenciale, ushtrimet bazohen edhe në programe individuale të fokusuara në aftësitë specifike, moshën e individit ose në nevojat për një shëndet të mirë.

Trekëndëshi i fitnesit

Shumë e konsiderojnë fitnesin si me ndikim të drejtpërdrejtë edhe në shëndetin mendor. Kjo e fundit po paraqitet në tekstet e librave si një trekëndësh të ndërtuar mbi tri pika, të cilat paraqesin fitnesin fizik, emocional dhe mendor. Fitnesi fizik mund të parandalojë ose të trajtoj shumë nga sëmundjet kronike të një jete të pashëndetshme ose për shkak të moshës. Të punosh, fitnesi mund të ndihmojë të flesh më mirë. Të jesh i shëndetshëm është e rëndësishme edhe nga aktivitetet fizike.

Pesë komponentët klasik

Pesë komponentët klasik të fitnesit janë fuqia muskulore, kalitja e muskujve, kompozimi i trupit, durimi kardiovaskular dhe fleksibiliteti. Gjithsesi, këtyre u shtohen shpesh edhe fuqia e shpejtësia. Përpara se të ushtrohesh në programe fitnesi është e këshillueshme që të kryesh një vizitë mjekësore, përmes së cilës mjeku do të rekomandojë më pas se për cilat ushtrime je i aftë të kryesh. Trajneri personal luan një rol të dorës së parë te individët që dëshirojnë të ushtrohen. Shumë trajnerë personal mund të punojnë në qendrat e fitnesit, por mund të asistojnë edhe klientët në shtëpitë e tyre. Trajneri përveçse ekzekutimit të ushtrimit mësimor dhe instruktimit teknik të tij, ndikon edhe në motivimin e individit si pikë referimi.

Djegje kalorish, dobësim në 48 orë

Fundjava është koha e “pikut” të sallave të fitnesit. Përmes instruktorëve mund të gjesh programe të “dobësimit në 48 orë”, pas një pune stresuese nga e hëna deri të premten. Bëj ushtrime të shtunën dhe të dielën, duke bërë kërcime me litar, vrapime në pistën lëvizëse. Kompletaje çdo ditë duke bërë dy herë këtë rit për të djegur rreth 256 kalori në një sesion prej 30 minutash.

Shtangat e dorës, fitnesi në shtëpi

Shumë njerëz aplikojnë përdorimin e gjerave për të ndërtuar muskujt në kushte shtëpie. Dhe kjo mund të arrihet. Nëse nuk mund të shkosh në një palestër, ose nuk mund të përballosh për të marrë një shumë apo çmim të caktuar, atëherë mund të bësh “fitnes shtëpiak” edhe me një shtangë dore dhe një stol. Shtangat e dorës ofrojnë një gamë të rritur

lëvizje dhe shumë mbingarkim me muskujt dhe ndihmojnë në një ndërtim jashtëzakonisht efektive të muskujve të gjoksit, të parakrahëve dhe shpatullave.

Referencat: <https://telegrafi.com/fitnesi-trendi-modern>

1. Çka është e këshillueshme përpara se të ushtrosh në programe fitnesi dhe çfarë roli luan trajneri personal?

2 pikë

2. Përmes instruktorëve mund të gjesh programe të dobësimit në :

1. 24 orë
2. 48 orë
3. 46 orë
4. 36 orë

Rretho numrin para përgjigjes së saktë dhe zgjidhjen barte në fletën e përgjigjeve.

1 pikë

3. Ku mund të bazohen ushtrimet përveç programeve me komponentë esenciale?

1 pikë

4. Argumento se çfarë se u shtohet shpesh pesë komponentëve klasik?

1 pikë

5. Çka është fitnesi shtëpiak?

1 pikë

Lexo fragmentin "Rrunggaja në mars" dhe pastaj puno detyrat 6, 7, 8 dhe 9.

Pas hapjes së grykava prej borës, udha bri lumit u mbush plot me shtegtarë që vinin nga vise epra të lirueme prej acarit.

Pyetë e pa pyetë, u tregonin vendësve të kësaj ane që kishin ndëgjue vetëm gjamimin e dridhjen e tokës se rrunggaja andej kishte ba damin e madh. Aty ku ka kalue rrëmuja e borës, thoshin, s' del ma gjeth, as bar. Vetëm në imtësi ndryshonin lajmet mbi zezonë të cilat nuk lenin ma të voglin dyshim se djali i Loshit kishte humbë pa shej, pa dukë. Tregohej se kishin pasë gjete trunat e ujqeve të shkyem; lehej në heshtje fati i Dakut ose shtegtari i Përtejçafës e këpuste kuvendin me një shej mospërfillje se nuk dashkej ta zaje në gojë atë ngjarje aq të dhimbshme. " S' kam fjalë për këtë rrezik!" Mbroheshin prej çdo pyetje dhe shtonin: " Të gjithëve na asht mbyllë dera me therë, jo vetëm Loshit! Një fjalë ashtë me vend e vetëm një: shoqi i tij s' lind ma ndër ne!"

Secili që fliste kështu, tue kalue udhës së lumit, ia shporonte zemrën Jerës. Mbyllte veshët për të mos i ndëgjuar. Kjo në vete thoshte se këta ishin rrenacakët ma të mëdhej të Përtejçafës. Të gjithë janë gënjeshtarë thoshte vajza. Të gjithë! Dhe ia qeste vetës ndërmend trillimet që kishte ndëgjue me vjet prej udhëtarëve të asaj ane: përalla e trillime pa pikën e së vërtetës! Mbasi askush nuk e kalonte reshtën e malit, thoshte Jera ,e kanë të lehtë të gënjejnë pa droje, mbasi nuk kanë si u dalin rrenat për fushë.

Jera nuk i besonte as sharrimit të ujqve, për të mos i lëshue pe gjasës se dashnori i saj, tue pas qyshkur afrim me ujq, paska qëllue dikund afër zezones. Si gjithë të tjerët, ajo kishte dëgjue gjamimin e dridhjen e malit.

6. Shkruaj emrin dhe mbiemrin e autorit.

1 pikë

7. Si paraqitet gjendja shpirtërore e Jerës dhe çfarë mendon ajo?

1 pikë

8. A) Në fragmentin e dhënë paraqitet:

1. fati tragjik i Dakut
2. dashuria e Dakut ndaj Jerës
3. jeta e vështirë

Rretho numrin para përgjigjes së saktë.

1 pikë

B) Argumento përgjigjen me pjesë nga teksti.

1 pikë

9. Shkruaj domethënien e fjalës rrungajë.

1 pikë

Lexo fragmentin “Duke pritur Godonë” nga Samuel Becketit dhe pastaj puno detyrat 10, 11, 12, 13 dhe 14.

VLADIMIRI: Prapë ti! (Estragoni ndalet, por nuk e ngre kokën. Vladimiri shkon drejt tij). Eja të të përqafoj.

ESTRAGONI: Mos më prek.

(Vladimiri e ndal vrullin, i pikëlluar. Qetësi!)

VLADIMIRI: Do që të iki. (Heshtje për një kohë) Gogo! (Heshtje për një kohë) Gogo!

(Estragoni gjithmonë hesht, kryeulur.) Ku e kalove natën? (Qetësi, Vladimiri bën përpara.)

ESTRAGONI: Mos më prek! Mos më pyet për asgjë! Mos më thuaj për asgjë!

Rri këtu më mua!

VLADIMIRI: Të kam lënë ndonjëherë vetëm?

ESTRAGONI: Ti më lë të ikja vetëm.

VLADIMIRI: Shikomë! (Estragoni nuk lëviz. Me një zë buçitës) Shikomë të thashë!

(Estragoni ngre kokën. Shohin njëri – tjetrin për një kohë të gjatë; zbrapsen, bëjnë përpara dhe anojnë kryet si përpara një veprë arti, duke u dridhur gjithnjë e më shumë, por papritur shtrëngojnë njëri- tjetrin duke rrahur krahët. Mbaron përqaftimi. Estragoni, duke mos qenë i mbështetur askund, desh bie.

ESTRAGONI: Ç’ ditë!

VLADIMIRI: Kush të ka dërrmuar kështu? Fol!

ESTRAGONI: Edhe një ditë tjetër e mundshme!

VLADIMIRI: Këtë nuk mund ta thuash ende.

ESTRAGONI: Për mua dita ka mbaruar, sido që të vijë puna. (Qetësi) Para pak çastesh të dëgjova që këndoje!

VLADIMIRI: Ke të drejtë më kujtohet.

ESTRAGONI: Kënga jote më hidhëroi. Thashë më vete, ai është vetëm, kujton se unë ika përgjithmonë dhe po këndon.

VLADIMIRI: Humorit s'ke ç'i bën. Gjatë gjithë ditës kam qenë në formë.(Hesht për një kohë).
Gjithë natën kam fjetur top, s' më doli gjumi asnjëherë.

10. Shkruaj gjininë letrare që i përket fragmenti.

1 pikë

11. Në fragmentin e dhënë vihen në dukje:

1. marrëdhëniet emocionale ndërmjet Vladimirit dhe Estragonit
2. respekti ndërmjet njëri-tjetrit
3. të dyja bashkë

Rretho numrin para përgjigjes së saktë dhe zgjidhjen barte në fletën e përgjigjeve.

1 pikë

12. Forma e shprehur me të cilin realizohet është:

1 pikë

13. Si paraqitet mënyra e komunikimit ndërmjet personazheve?

1 pikë

14. A) Rretho numrin para personazhit që i përket fragmentit në fjalë?

1. Rastinjaku
2. Zonja Voker
3. Mërsoi
4. Vladimiri

1 pikë

B) Argumento përgjigjen.

2 pikë

15. A) Thurja në tekstin dramatik përkon me :

fillimin e veprimit konfliktin asnjëra

1 pikë

B) Didaskalitë janë fjalët e:

autorit personazhit asnjëra

1 pikë

16. Shkruaj cilat janë dy temat kryesore të këngët e Kreshnikëve.

1. _____
2. _____

2 pikë

Lexo vargjet "Vegimi i Laurës" nga Françesko Petrarka dhe pastaj zhvillo detyrat 17, 18 dhe 19.

Me ndie zogjt tue pingrue, a flladin n' verë
tue luejtun ambëlsisht nëpër t'njomat fletë,
a prej një bregu t' lulezuem e t'blerë
me m'ardhë një shushuritje ujnash t'qetë

Ku rrij n' mendim dashnie e shkruiej, atherë
shof Atë, që na e fali Qielli vetë,
e dheu e mshefi, e i duket zemrës s'mjerë
se t' fshamave Ajo iu gjegj si t'ish prap në jetë.

"Deh, përse veten po don kështu m'e shkri,
- më thotë tanë dhimbje, - e lotën e dëshperueme
si lumë po e derdh prej syve mbushë me idhni?"

Për mue mos qaj, pse deka m' bani t' lume
edhe t' përjetshme, e këta sytë e mi
kur t' ngjau se i mbylla, i çela n' dritë t' amshueme."

17. A) Shkruaj llojin e poezisë.

1 pikë

B) Kujt i kushtohen këto vargje dhe çfarë i shfaqet poetit në vetminë e natyrës?

2 pikë

18. Shkruaj vargun ku përdoret figura e antitezës.

1 pikë

19. Çfarë strukture ka rima në strofën e dytë?

1. e alternuar (ab / ab)
2. e puthur (aa / bb)
3. e kombinuar (ab / ba, abc/abc)

Rretho numrin para përgjigjes së saktë dhe zgjidhjen barte në fletën e përgjigjeve.

1 pikë

20. Formoni shumësin e grupeve emërore.

1. sy i mprehtë _____
2. mendje e mprehtë _____
3. vlerë e vërtetë _____

1 pikë

21. Në fjalinë e mëposhtme rrethanori i shkakut është shprehur me:

E pse do të turbullohesha?

1 pikë

22. Fjalìa : “Ku dhemb dhëmbi, vete gjuha” është fjali me nënrenditje:

1. vendore
2. kohore
3. shkakore
4. qëllimore

Rretho numrin para përgjigjes së saktë dhe zgjidhjen barte në fletën e përgjigje

1 pikë

23. Rishkruaje tekstin duke respektuar shenjat e pikësimit.

Ai dukej sikur qeshte ndoshta për shkak të hijeve që i binin mbi fytyrë Prita Nxehtësia e diellit po më përvëlonte faqet dhe ndjeva bulëza djerse të më grumbulloheshin mbi vetulla Dielli ishte si atë ditë kur varrosa mamanë dhe si atëherë balli më e të gjitha venat rrihnin fort nën lëkurë

2 pikë

24. Shkruaj një letër jozyrtare me të cilën Jona falënderon gjyshërit ose ndonjë të afërm në mërgim për dhuratën që i kanë dërguar me postë duke shprehur gëzimin dhe mirënjohjen ndaj tyre.

Respektoni formën e tekstit, me të gjitha të dhënat e domosdoshme që duhet t'i ketë një LETËR JOZYRTARE datën, formulën e hyrjes, zhvillimin, formulën e përshëndetjes dhe emrin.

8 pikë

KONCEPTI | LETRËS JOZYRTARE

25. Janë dhënë dy tema për hartimin e esesë. Rretho numrin para temës të cilën e ke zgjedhur dhe shkruaje esenë që duhet të ketë nga 250 deri në 300 fjalë.

- Me rastin e zhvillimit të temës, shfrytëzo shembujt relevant/të dhënat dhe argumente qëndrimet personale.
- Respekto kërkesën për numrin e fjalëve +/-10% (vlerësohet punimi që ka 225 deri në 330 fjalë; nëse eseja ka më pak se 225 fjalë NUK LEXOHE FARE, kurse në fjalën e 330-të NDËRPRITET leximi). Eseja DUHET të shkruhet në fletët e parapara për shkrimin e esesë (eseja e shkruar në fletët e konceptit NUK LEXOHE).
- Bëj kujdes për saktësinë gjuhësore dhe që teksti të jetë i lexueshëm.

1. Dashuria, simbol me vlerë universale në veprën “Romeo dhe Zhulieta”

UDHËZIME PËR SHKRIMIN E ESESË:

- Shkruaj emrin dhe mbiemrin e autorit, llojin letrar dhe periudhën historike në të cilën është shkruar ajo.
- Trego çfarë lajmëron kënga e laureshës dhe sa e vështirë është ndarja për ata.
- Shkruaj për gjendjen emocionale dhe psikologjike të Romeos dhe Zhulietës.

Fragment nga vepra “Romeo dhe Zhulieta.

Akti III. Skena V

(Pemëtore e Kapuletit. Romeo dhe Zhulieta duken në dritaren e dhomës së gjumit)

Zhulieta: Ajo atje nuk është drita e ditës,

Por është' një meteor që e nxori dielli,

I cili do të bëhet pishtar mbajtës,

Të të ndriçojë rrugën e Mantovës.

Prandaj qëndro, se s'ke nevojë të ikësh.

Romeoja: Le të më kapin, pra, dhe të më vrasin.

I lumtur jam të rri këtu kur kërkon ti...

Më tepër kam dëshirë që të rri,

sesa vullnet që të shkoj: pra, eja, vdekje,

edhe mirë se të vish, kur do Zhulieta!

Ç'thua shpirt? Le të flasim, s' është gdhirë.

Zhulieta: U gdhi, u gdhi por ik' sa më shpejt!

Është lauresha ajo që po këndon

më zë të ngjitur, të ashpër, të shkurdisur...
 Oh, ik' drita po të shtohet më shumë.
 Romeoja: Siç shtohet drita, nxin mjerimi ynë!
 (Hyn Vaja)
 Vaja: Zonjë!
 Zhulieta: Vaja?
 Vaja: Jot ëmë po vjen tani këtu.
 Ki mendjen dhe hap sytë se po gdhiet.
 Zhulieta: Aherë fut, dritare, dritën brenda
 dhe nxirr jetën jashtë.
 Romeoja: Mbesh më shëndet!
 Një puthje dhe po zbres.(Zbret)
 Zhulieta: Vërtetë më ike ?
 Oh, zoti im, dashnori im, miku im,
 nga ty çdo ditë të orës do pres lajme,
 se një minutë përmban shumë ditë.
 Oh, nga kjo matje e kohës do të plakem,
 Përpara se ta shoh Romeon tim.
 Romeoja: E dashur lamtumirë! S' do lë rast
 që të të çoj ngaherë përshëndetje.
 Zhulieta: Oh, mos mendo se s' do shihemi kurrë?
 Romeoja: Jo, nuk dyshoj. Aherë brengat tona
 do na shërbejnë për biseda të ëmbla.
 Zhulieta: O zot, ç' më erdhi një vegim i tmerrshëm!
 Tani që zbrite poshtë po më dukesh
 si një i vdekur mu në fund të varrit.

2. Empatia: Të vendosësh veten në këpucët e tjetrit

UDHËZIME PËR SHKRIMIN E ESESË:

- Trego konceptin e empatisë dhe rëndësinë e saj në ndërtimin e marrëdhënieve të shëndetshme dhe kuptimplote.
- Shkruaj për rolin e empatisë në barazinë shoqërore dhe sfidën e paragjyqimeve.
- Trego se si mund të ndihmojë zhvillimi i empatisë ndaj të tjerëve për të kultivuar inteligjencën emocionale dhe për të çuar drejt një komunikimi dhe bashkëpunimi efektiv me të tjerët.

13 pikë

KONCEPTI I ESEË

KONCEPTI I ESESË

Lined writing area consisting of 20 horizontal lines for text entry.

ESEJA

