

Ime in priimek:	
Razred/Letnik:	



Standardizirani kompetenčno usmerjeni pisni  
zrelostni izpit/zrelostni in diplomski izpit

7. maj 2015

Slovenščina



Napotki za obdelavo nalog

## Spoštovana kandidatka! Spoštovani kandidat!

Pri tej klavzuri imate na izbiro tri tematske sklope s po dvema nalogama. Izberite enega od treh tematskih sklopov in obdelajte obe nalogi izbrane teme.

Tematski sklopi	Naloge (zahtevano število besed)	Priloge
1. Mesto in podeželje	<b>Interpretacija besedila</b> (270–330 besed)	4 pesmi (Januš, Čertov)
	<b>Javni govor</b> (450–550 besed)	1 komentar na forumu 1 zapis na blogu
2. Minevanje časa	<b>Odprto pismo</b> (450–550 besed)	1 časopisni članek
	<b>Priporočilo</b> (270–330 besed)	2 časopisna članka
3. Varstvo okolja	<b>Razprava</b> (450–550 besed)	1 časopisni članek
	<b>Komentar</b> (270–330 besed)	1 časopisni članek

Na razpolago imate 300 minut delovnega časa.

Prepuščeno vam je, katero delno nalogo tematskega sklopa obdelate kot prvo.

Pišite z modrim ali črnim pisalom, ki se ga ne more radirati/brisati.

Uporabljajte izključno liste, ki smo vam jih dali na razpolago. Za oceno upoštevamo vse, kar napišete na liste in česar niste prečrtali. Prečrtajte zaznamke na listih.

Na vsak list napišite svoje ime in tekočo številko strani. Navedite številko izbranega tematskega sklopa in naslov naloge, ki jo obdelate.

Če delate z računalnikom, uredite najprej čelno vrstico in tam vpišite svoje ime in številko strani. Kot pripomočki so dovoljeni tiskani in – v primeru, da delate z računalnikom – elektronski slovarji. Uporaba korekturnega računalniškega programa, (tiskanih in spletnih) enciklopedij ali elektronskih informacijskih virov ni dovoljena.

Oddati je treba zvezek z nalogami in vse liste, ki ste jih uporabili.

Vaše delo se ocenjuje po teh kriterijih:

- vsebina
- struktura besedila
- slog in izraz
- normativna jezikovna pravilnost

**Mnogo uspeha!**

# Tema 1: Mesto in podeželje

Naloga 1

## Mesto

**Napišite interpretacijo besedila.**

**Situacija:** Za šolski časopis *Wirmi* napišite interpretacijo priloženih pesmi.

Preberite pesmi Gustava Januša (priloga 1) in Jožice Čertov (priloge 2, 3, 4).

Napišite **interpretacijo besedila** in pri tem upoštevajte naslednja navodila:

- Opišite razpoloženje in izpovedi priloženih pesmi.
- Primerjajte pesmi med seboj in na kratko prikažite, kaj imajo skupnega.
- Analizirajte obliko pesmi, predstavite jezikovne figure ter jezik pesmi.

Besedilo naj obsega 270 do 330 besed. Vsak odstavek začnite pisati v novi vrsti.

## Gustav Januš: V MESTU (1983)

Ko sem prišel  
v mesto,  
sem videl veliko hiš,  
ki so imele velika okna,  
videl sem avtomobile  
in veliko ljudi,  
ki so hiteli  
in mimogrede občudovali  
razkošne izložbe.  
Nikjer pa nisem  
videl češenj v cvetju.  
Prihodnjič bom vzela  
nekaj cvetja s seboj.

*Vir: Januš, Gustav: Pesmi. Mohorjeva založba, Celovec 1983, str. 11.*

### *INFORMACIJE:*

**Gustav Januš** se je rodil leta 1939 v Selah, živi na Breznici pri Šentjakobu. Je pesnik in slikar. Izdal je več pesniških zbirk. Bil je učitelj slovenščine, fizike in likovnega pouka v glavni šoli v Šentjakobu v Rožu.

## Jožica Čertov: kramergasse<sup>1</sup> (1985)

ne kupuj besed  
na razprodaji ženskih nogavic  
ne kupuj  
brezbarvnih najlonk  
pretanke so  
ne moreš jih nositi  
nikomur sporočiti

tiha je tvoja torba  
na ulici nališpani krzneni plašči

klobuk te ustavi  
povrta  
kako živiš  
skomigneš  
da te v noge zebe

nimaš kaj na razprodaji nogavic  
molčiš  
ker nimaš s kom molčati  
ker nimaš kaj molčati  
v grlu razprodanega celovca

*Vir: Čertov, Jožica: Pesmi iz listja. Drava, Celovec-Trst 1985, str. 23.*

Razlaga besed:

<sup>1</sup> Kramergasse je ulica v Celovcu.

### INFORMACIJE:

Jožica Čertov se je rodila leta 1960 v Slovenjem Plajberku. Študirala je slovenščino in srbohrvaščino.

## Jožica Čertov: geyergasse<sup>1</sup> (1985)

zidovi  
sivo goli  
desno levo do neba  
strahovi  
zidovi pred teboj  
za teboj zidovi  
med zidovi  
sebi  
sam si zid  
v sebi nosiš  
tisoč in en krik  
tisoč in en zid  
med zidovi  
sebi  
sam si  
sivo grenek zid

*Vir: Čertov, Jožica: Pesmi iz listja. Drava, Celovec-Trst 1985, str. 24.*

Razlaga besed:

<sup>1</sup> Geyergasse je ozka ulica v starem delu Celovca.

## Jožica Čertov: cafe am platz<sup>1</sup> (1985)

saj vem  
da tudi ti  
si v glavnem mestu  
sam  
med bolnimi ljudmi  
bolan  
med sivimi stvarmi  
sivo sam  
med bolnimi  
med sivimi  
daljnodaljno od ljudi  
sam  
tvoj dan živi  
v toplem pesku sanj  
med belimi lasmi  
v glavnem mestu  
vem  
da tudi ti si  
sinje  
srečno  
sam

*Vir: Čertov, Jožica: Pesmi iz listja. Drava, Celovec-Trst 1985, str. 26.*

Razlaga besed:

<sup>1</sup> Cafe am Platz je ena najstarejših celovških kavarn; stoji na Novem trgu.

# Tema 1: Mesto in podeželje

Naloga 2

Je življenje na podeželju življenje na obrobju?

**Napišite javni govor.**

**Situacija:** Vaša domača občina se sprašuje, zakaj mladi zapuščajo podeželje in se naseljujejo v mestih. Župan vas je povabil, da na občinski seji z vidika maturantke/ maturanta javno spregovorite na temo *Je življenje na podeželju življenje na obrobju?* in predstavite prednosti in slabe strani mesta ter podeželja.

Preberite priloženi komentar na forumu (priloga 1) in zapis na blogu (priloga 2).

Napišite **javni govor** in pri tem upoštevajte naslednja navodila:

- Opišite prednosti oz. slabe strani življenja v mestu in na podeželju.
- Predstavite, kako doživljate okolje, kjer živite in razmišljajte, ali bi kraj bivanja radi zamenjali.
- Komentirajte trditev, da je življenje na podeželju življenje na obrobju.

Besedilo naj obsega 450 do 550 besed. Vsak odstavek začnite pisati v novi vrsti.



## V klepetalnici [www.mavricni-forum.net](http://www.mavricni-forum.net) je neka gospa zapisala naslednje:

*Kje bi raje živeli, če vas ne bi oviralo nič na svetu (služba, šola ...)?*

*V mestu ali na podeželju?*

*Kaj se vam zdijo prednosti in slabosti enega in drugega?*

Jaz bi imela takoj ranč s konji in bi bila kmečka gospodinja. Vedno bi se kadilo iz loncev, vsak dan bi dišalo, kot da je praznik; karkoli bi si zaželela, bi šla za hišo natrgat, svoje bučno olje bi imela, sok iz jabolk, ki bi jih sami pridelali, pa ...

Haha, ja, vem, da ni vse tako romantično, kot si to jaz predstavljam ... Velik problem podeželja se mi zdi predvsem odročnost. Za vsako stvar je treba, ne vem kam ...

Prav tako te zemlja veže nase. To se mi zdi kar velika obveznost. Ne moreš se ravno odločiti pa iti malo nekam ...

Mesto ... Ja, mesto je dobro, ker je bolj ali manj vse pri roki ...

Včasih si hočem doma naročiti pico, pa se spomnim, da v naše rovte nihče ne vozi.

Jaz bi torej imela ranč pa vikend v mestu, da bi se šla razvajati.

Skratka, da ne dolgovezim, povejte še vi, kje bi raje živeli in zakaj.

*Vir: <http://www.mavricni-forum.net/index.php?/topic/1147-mesto-ali-podezelje/> [19.11.2012]*

# Mesto in podeželje

*Drago Mencin*

Krasen dan je, ta nedeljski še posebej, ko sije toplo jesensko sonce in ti si s svojo gospo na Jančah, kjer je kostanjev praznik. Vse se dogaja na vrhu pri Planinskem domu.

Janče, hrib na podeželju, in vendar je ogromno obiskovalcev prišlo iz bližnjega mesta Ljubljane in drugih krajev. Vsi so videti veseli. V zraku je mamljiv vonj po pečenem kostanju, zraven še po sveže stisnjem soku iz lepih domačih jabolok, po domačem zelju, pečenicah, čevapčičih, in mnogih drugih sladkih kostanjevih dobrotah. Kar težko greš mimo vsega tega, ne da bi to vsaj malo okusil. Ko pogledaš malo okoli po ljudeh, deželanih in meščanih, vidiš samo zadovoljstvo. Mladi, otroci, starejši in stari ljudje ob prijetnem sprehodu ali klepetu uživajo v veselem razpoloženju, saj igra ansambel domačo polko, ob kateri se kar nekaj parov veselo vrti.

Pogled zatava proti dolini – beli Ljubljani, tam v daljavi. [...] Mesto in podeželje. Podobne občutke in ugotovitve so verjetno imeli tudi drugi udeleženci kostanjeve nedelje na Jančah.

Ta, uspela prireditelj oziroma praznovanje, ni izjema in ne pravilo. Na različnih krajih, po hribih ali dolinah, na podeželju naše lepe Slovenije, se dogajajo razne prireditve in praznovanja. Veselje, zadovoljstvo ter lepi občutki lahko človeka spreletijo vsepovsod, zlasti tam, kjer se ljudje med seboj razumejo. Iz različnih hribov lahko vidimo različna mesta. Iz dolin pa lahko gledamo na hribe in planine. Za razmišljanje o vezeh, ki povezujejo mesto in podeželje ter obratno, ni pomembno ali je proslava oziroma prireditev na hribu ali v dolini; v enem ali drugem kraju. Pomembno je, da so vsi udeleženci veseli in zadovoljni. Običajno tudi poslovne koristi niso zanemarljive.

Povezave mest z deželo, in obratno, ni možno vesplošno prikazati v blogu. Zato moje razmišljanje ne sloni na statističnih podatkih o razvoju mest in podeželja ter nasprotij, ki se porajajo, temveč je bolj usmerjeno na človeški faktor medsebojnih odnosov. To pa je neločljivo povezano tudi z mnogimi dejavniki materialnega značaja. Mesto in podeželje sta si daleč narazen in tudi blizu. Daleč narazen sta si po zmogljivosti in moči, z ozirom na koncentracijo industrije in vseh gospodarskih, finančnih, kulturnih, razvojnih in drugih dejavnosti. Blizu pa sta si s telekomunikacijskim omrežjem, ki omogoča stalne sprotne informacije in komuniciranje. Prometne poti in prometna sredstva pa omogočajo migracijo ljudi v obe smeri. Neokrnjenost narave podeželja in urbanost mesta sta v vsakodnevnem objemu za vse uporabnike prometnih sredstev in poti. Zato se tudi utrip življenja prepleta in

prenaša iz podeželja v mesta in obratno. Mesto in podeželje sta neločljivo povezana in soodvisna. Poenostavljeno lahko rečem, da mesto potrebuje hrano, ki jo pridelajo kmetje na podeželju, le-ti pa za pridelavo hrane rabijo stroje in druge proizvode od industrije v mestu.

Razvoj podeželja, zlasti kmetijstva, mora slediti razvoju v gospodarstvu in splošnemu razvoju družbe. Zato je prav, da država vzpostavi takšno organiziranost, ki bo tudi finančno omogočala enakomernejši razvoj posameznih regij, kakor tudi enakomernejši razvoj med mesti in podeželjem. Za uresničitev takšnih pogojev v družbi, ki bodo povezovali ljudi, tudi z različnimi interesi in preprečevali ali vsaj zmanjševali konfliktne situacije med regijami, med mestom in podeželjem ter med ljudmi, moramo prvo sami pri sebi pregledati kaj delamo prav in kaj narobe.

[...]

Prav je, da ocenimo tisto, kar je minilo in kar obstaja.

Napredek je v večji sinergiji vseh skupaj!

Spoznavanje in dobri medsebojni odnosi so začetek uspeha.

[...]

*Vir: <http://www.zares.si/mesto-in-podezelje/> [20.11.2012], skrajšano.*

## Tema 2: Minevanje časa

Naloga 1

Kako dolg je trenutek?

Napišite odprto pismo.

**Situacija:** Pred kratkim ste se udeležili diskusijskega krožka za mlade. Člani so se pogovarjali o tem, kako smo vsi podvrženi in izpostavljeni večnemu fenomenu minevanja časa. Pod vtisom tega srečanja kot predsednik/predsednica mladinske organizacije v šolskem časopisu objavite pismo, v katerem želite sovrstnike opozoriti na to, da čas mineva enako hitro za vse in da so srečni trenutki v življenju zelo pomembni.

Preberite časopisni članek *Kako dolg je trenutek?* iz *Sobotne priloge* časopisa *Delo*, 29. marec 2014 (priloga 1).

Napišite **odprto pismo** in pri tem upoštevajte naslednja navodila:

- Povzemite glavne informacije besedila.
- Pojasnite, kateri so možni vzroki, ki privedejo do tega, da se preveč ljudi zapleta v nesmiselne prepire in nesoglasja, čeprav je njihov čas dragocen, edinstven in nenadomestljiv.
- Zavzemite svoje stališče do dejstva, da čas ob različnih priložnostih in v različnih življenjskih obdobjih lahko dojemamo povsem različno, čeprav v resnici mineva za vse enako hitro. Svoje razmišljanje zapišite v obliki apela mladim.

Besedilo naj obsega 450 do 550 besed. Vsak odstavek začnite pisati v novi vrsti.

# Kako dolg je trenutek?

*Čas, ki ga kaže ura, je drugačen od našega notranjega časa. Koliko ur imamo v svojem telesu?*

---

Irena Štaudohar

Psihologi so v zvezi s časom odkrili neverjetne stvari, recimo to, da če jemo hitro hrano, postajamo bolj nestrpni, ali pa, da imamo, če smo na koncu neke dolge vrste, občutek, da se čas premika proti nam, ko pa smo na začetku vrste, se zdi, da mi potujemo skozi čas. Kadar uživamo na počitnicah, te minejo, kot bi trenil, a ko se jih spominjamo, se zdi, da so trajale zelo dolgo. Čas namreč dojemamo na dva načina, ko se dogaja in ko se ga spominjamo.

Zakaj se nam zdi, da čas včasih teče zelo hitro, drugič pa se vleče v neskončnost? Se čas poigrava z nami ali se mi poigravamo z njim? Če gledamo nogomet in naša ekipa zmaguje, se konec tekme strašno vleče, kadar izgublja, so minute sekunde. Zakaj, ko smo starejši, čas mineva hitreje, za poletja v otroštvu pa se zdi, kot da trajajo večno? In kako to, da se nam neka pot, po kateri se vozimo prvič, zdi zelo dolga, ko jo poznamo, pa nam mine hitreje?

Čas nas vseskozi preseneča. Trenutno je zelo v modi. Z njim se ukvarja vedno več sodobnih znanstvenikov in če spet uporabimo časovno terminologijo, bi lahko rekli, da gre za neskončno temo, ki je včasih tako skrivnostna, da že malce zadiši po metafiziki.

[...]

Ampak pojdemo od začetka ...

## Zunanja in notranja ura

Sodobna tehnologija nam omogoča, da čas izračunamo veliko bolj natančno kot kdaj prej. V ameriškem Nacionalnem inštitutu za standarde in tehnologijo imajo uro, ki je tako točna, da v naslednjih šestdesetih milijonih let ne bo zaostala niti za sekundo. Obstaja pa čas, ki je veliko bolj izmuzljiv – to je naš notranji čas, ki ga sicer ne moremo izmeriti z urami, a vendar je bistven za naše dožemanje realnosti. Nanj vpliva več elementov: spomin, geni, koncentracija, čustva in občutek, ki ga nosimo v sebi, da je čas nekako ukoreninjen v prostor. Po koledarju čas mineva le v eno smer – v naši glavi pa znamo ves čas iz sedanjosti skakati v preteklost, v prihodnost in spet nazaj: potujemo nazaj v spomine, razdrobljene dogodke sestavljamo v kronološki red, predstavljati si znamo prihodnost do najmanjših podrobnosti in znamo se prestaviti v čas in prostor, kjer še nismo bili. [...]

Nevrologi ugotavljajo, da so naši možgani zelo uspešen kronometer. Spomnimo se, kako si včasih zvečer naravnamo uro za zgodnje vstajanje, in velikokrat se nam zgodi, da se zbudimo, tik preden zazvoni alarm. Možgani znajo v

različnih trenutkih našega življenja drugače procesirati čas.

[...]

## Pravila časa

[...] O času znamo razmišljati zelo abstraktno, če nam nekdo govori o tem, da se je nekaj zgodilo pred pol leta, prejšnji teden, naslednji mesec, natančno vemo, koliko je to. Človeška družba ima glede časa jasna in nenapisana pravila: če gremo v gledališče, pridemo petnajst ali dvajset minut, preden se začne predstava, kadar pridemo na zabavo, se pričakuje, da bomo prišli malo kasneje in ne točno. Znan je pregovor, da imamo po treh dneh dovolj vsakega gosta. Vemo, da bo film v kinu trajal približno dve uri, če je daljši, postanemo nemirni. Če nekoga vsak dan srečujemo ob isti uri in na istem mestu, ga morda, če ga bomo srečali kdaj drugič in nekje drugje, sploh ne bomo prepoznali.

Vsakodnevne rutine nam dajejo občutek varnosti, omogočajo nam, da se fokusiramo, da nismo nemirni. V samostanih vsakodnevna in natančna rutina menihom omogoča mirnost in koncentracijo oziroma sposobnost meditacije. [...]

Hiperaktivni otroci, ki nikakor ne morejo mirovati, so ujeti v sedanjosti, čakanje jih izčrpava in težko si predstavljajo posledice

svojih dejanj. Nekaj minut se jim vleče kot ura. Otroški psihologi, ki pomagajo takšnim otrokom, jih učijo potrpežljivosti, se pogovarjajo z njimi, preden gredo v akcijo, saj verjamejo, da so njihovi otroški možgani še toliko plastični, da lahko drugačno obnašanje spremeni njihovo doživljanje časa. Mnogokrat so takšne zgoj pogovorne terapije zelo uspešne.

Kadar imamo visoko temperaturo, se nam prav tako zdi, da se minute vlečejo. Dolgočasje, kot pove že beseda, podaljša čas. Psiholog William James pravi, da se dolgčas pojavi, ko postanemo pozorni na čas. Voda, ki smo jo pristavili za špagete, nikakor ne bo zavrela, če stojimo ob štedilniku in čakamo, a takoj ko se bomo začeli ukvarjati z nečim drugim, bo voda kar naenkrat zavrela. [...]

### **Spomini in prihodnost**

[...] Največ stvari iz preteklosti se spomnimo iz časa, ko smo bili stari od petnajst do petindvajset let [...]. To so leta, v katerih se izrazito oblikuje naša identiteta in intenzivnost spominov na to obdobje v nas ustvari tudi iluzijo, da je trajalo veliko dlje, kot je v resnici. Prav iz tega časa si za vse življenje najbolj zapomnimo filme, ki smo jih videli, knjige, ki smo jih prebrali ... Spomini na ta leta so lažji, ker so bolj časovno opredeljeni; gimnazija, fakulteta, prva služba, ko smo starejši, postanejo naša življenja bolj monotona in novih spominov je manj.

A vendar, kot pravi Cesare Pavese, ne spominjamo se dnevov, spominjamo se trenutkov.

Ko gremo na počitnice, se nam zdi, da minejo zelo hitro, ko se vrnemo domov in se jih spominjamo, se nam zdi, da so trajale zelo dolgo. To pa zato, ker smo si takrat ustvarili veliko novih spominov, ko jih aktiviramo, podaljšamo čas počitnic.

Naš notranji čas ne oblikuje le preteklost, ampak tudi prihodnost. Ljudje o prihodnosti razmišljamo vsak dan, vsakih šestnajst minut. Mentalno potovanje naprej je zelo pomembno in koristno, vpliva na naše sodbe, odločitve, čustvena stanja. Vsak dan si večkrat na dan predstavljamo, kakšni bodo dogodki v prihodnosti, na primer, [...] kako se bomo srečali s prijatelji, ter si v glavi izoblikujemo izkušnjo. [...] Če bi, recimo, šli na pogovor za službo, bi si prej v glavi odvrteli najboljši in najslabši scenarij ter tako vadili različne možnosti, da bi, ko bi dejansko prišlo do pogovora, lažje vedeli, kako ravnati. Naši možgani znajo marsikaj, z lahkoto si predstavljamo srečanje z nekom, ki ga še nikoli nismo videli. [...]

### **Pokvarjeni optimisti**

Naše razmišljanje o prihodnosti je zelo osebno in ponavadi optimistično. Če smo danes brez denarja, mislimo, da bo v prihodnosti bolje, da bomo nekoč bolj metodični, marljivi, da bomo hodili na telovadbo, živeli bolj zdravo. Tudi starejši ljudje razmišljajo o prihodnosti z velikim optimizmom.

Naša projekcija prihodnosti ima veliko moč, znano je, na primer, da si uspešni športniki mentalno

do podrobnosti predstavljajo, kako bodo uspešno vrgli kopje ali odpeljali veleslalom. Tudi v vsakdanjem življenju si lahko pomagamo z imaginacijo; če moramo, recimo, kupiti jajca, tega vsekakor ne bomo pozabili, če si bomo to prej predstavljali: kako gremo v trgovino do police z jajci in jih kupimo. Ta mentalna vaja bo veliko bolje delovala, kot če bi se samo spomnili na to, da moramo na poti domov kupiti jajca. Eksperiment je pokazal, da če si študentje dopoldne večkrat predstavljajo, kako se bodo popoldne učili, je njihov dejanski študij popoldne bolj učinkovit.

Ta optimizem v zvezi s prihodnostjo je dober za vitalnost našega življenja, a včasih je lahko škodljiv, saj nam omogoča, da stvari, ki bi jih lahko storili že danes (telovadili, bolj zdravo jedli, bili boljši do bližnjih), prelagamo naprej, namesto da bi jih uresničili zdaj. [...]

Bodimo pozorni na okolico, uživajmo v okusih, vonjih, podobah. Opazujmo svet okoli sebe, bodimo radovedni. Čas si lahko podaljšamo tako, da ga napolnimo z novimi izkušnjami. Že to, da gremo vsak dan po drugi poti v službo, lahko podaljša in z novimi spomini oplemeniti naš vsakdan. [...]

Kako že pravijo: „Čas obstaja, da se vse ne bi zgodilo naenkrat, prostor obstaja, da se vse ne bi zgodilo samo tebi.“ ■

# Tema 2: Minevanje časa

## Naloga 2

### Učinkovito upravljanje s časom

#### Napišite priporočilo.

**Situacija:** Dijaška skupnost vaše šole organizira srečanje s strokovnjakom dr. Andrejem Jurko, ki bo spregovoril o težavah z organizacijo časa. Kot zastopnik/zastopnica dijakov imate nalogo, da pod vtisom tega pogovora za šolski časopis napišete priporočilo, v katerem vrstnikom predlagate možnosti, kako bi lahko čim boljše ravnali s svojim časom.

Preberite besedilo *Pomanjkanje spanja zaradi učenja dolgoročno škodi* iz revije *Polet*, 8. maj 2014 (priloga 1) in besedilo *Osvojimo veščine upravljanja s časom*, objavljeno na spletu 5. junija 2013 (priloga 2).

Napišite **priporočilo** in pri tem upoštevajte naslednja navodila:

- Povzemite vsebino priloženih besedil (ki se tesno navezujeta na vsebino srečanja z dr. Jurkom).
- Predstavite svoje predloge, kako bi se lahko navadili čas upravljati razumneje in bi ga tako imeli več zase ter za svoje prijatelje.
- Na podlagi osebnih izkušenj ocenite, kateri so najpogostejši „tatovi časa“ pri mladih in v obliki priporočila zapišite, kako konkretno bi se lahko spopadli z njimi.

Besedilo naj obsega 270 do 330 besed. Vsak odstavek začnite pisati v novi vrsti.

# Pomanjkanje spanja zaradi učenja dolgoročno škodi

*E.M.*

Sezona preverjanj in izpitov je za študente pred vrati, maturantje pa so že v pogonu za zadnje srednješolske ocene, ki jih bodo pripeljale na univerzo. Dijakom in študentom se rado zgodi, da snovi ne uspejo predelati pravočasno, zato so zadnji dnevi pred izpiti, predvsem pa zadnja noč, dokaj stresni. Učna klasika mnogih je, da noč pred izpitom presedijo za knjigami. To pa je lahko tudi škodljivo. Ne le, da od takšnega učenja ne odnesemo veliko, dolgoročno ima deprivacija<sup>1</sup>

spanja lahko celo resne posledice. Pomanjkanje spanja je povezano s številnimi boleznimi in neželenimi stanji, med drugim z depresijo, diabetesom, debelostjo, kapjo ter srčnimi boleznimi in rakom. Zdravje lahko ogrozimo že s pogosto deprivacijo spanja tekom štirih let študija, so pokazale raziskave. Dolgoročno lahko takšno ravnanje namreč vodi v drastične posledice za nevrološki cikel.

Nedavna raziskava iz Harvarda in Berkleyja pa je pokazala tudi takojšne stranske učinke.

Neprespana noč močno dvigne raven dopamina v osrednjem živčevju, zlasti v srednjih možganih. Ta lahko načeloma začasno dviga motivacijo, [...] a žal zelo kratkoročno. [...] Naslednji dan se boste lahko počutili tudi dokaj evforično, kar se zdi dobro, a dolgoročno vpliva na poškodbe možganov. Ko se možgani namreč začnejo privajati na nenaravno stanje, jih lahko to trajno spremeni. Naj torej nočno učenje ostane res le izhod v sili in ne redna praksa. ■

*Vir: <http://www.polet.si/sam-doma/pomanjkanje-spanja-zaradi-ucenja-dolgorocno-skodi> [9.5.2014], skrajšano.*

Razlaga besed:

<sup>1</sup> deprivacija: odtegnitev ali posledica odtegnitve



# Osvojimo veščine upravljanja s časom

*Skupina IRI Ljubljana / Institut za razvoj in inovacije Ljubljana*

Zaradi hitrega in nenačrtovanega načina življenja nam pogosto zmanjka časa, da bi pravočasno končali delovne naloge in vsakodnevna opravila ter za sprostitev in prosti čas, vse to pa nam povzroča stres. Prav zato so za vodstvene delavce in za vse druge, ki se dnevno srečujemo s pomanjkanjem časa, pomembne veščine učinkovitega upravljanja s časom.

[...]

Upravljanje časa pomeni učinkovito izrabo časa za uresničevanje zastavljenih nalog in ciljev. Pomaga nam povečati učinkovitost na delu in

v privatnem življenju ter nam omogoči, da izkoristimo dani čas na najboljši možni način. S pomočjo upravljanja s časom imamo kontrolo nad delom in svojim življenjem, zmanjšamo nered, zmedo in stres, več časa pa lahko posvetimo pomembnejšim nalogam.

[...]

Najpomembnejša prednost in glavni namen organiziranja časa pa je prihranek časa. Pri uspešni rabi tehnik za načrtovanje časa in delovnih metod lahko dnevno prihranimo od 10 % do 20 % časa.

[...]

## **Načrtujmo naš dan!**

Ko poznamo aktivnosti, ki nam kradejo čas, se lahko lotimo

načrtovanja izrabe časa. Na začetku je najbolje, da načrtujemo vsak posamezni dan. Kdor z načrtovanjem ne obvlada poteka dneva, se bo namreč težko držal načrtov za daljša časovna obdobja. V povprečju za načrtovanje potrebujemo le 10 minut.

[...]

Z veliko samodiscipline in samonadzora ter s pomočjo različnih tehnik in pripomočkov se lahko naučimo učinkovitega upravljanja s časom. Pri tem pa ne pozabimo, da moramo vedno nekaj časa nameniti tudi sprostitvi! ■

[...]

*Vir: <http://www.iri-lj.si/index.php/zanimivo/novice/155-osvojimo-vecine-upravljanja-s-casom> [9.5.2014], skrajšano.*

# Tema 3: Varstvo okolja

## Naloga 1

### Podnebne spremembe

#### Napišite razpravo.

**Situacija:** V sodobni družbi velja sporazumno prepričanje, da je treba življenjsko okolje varovati in ga zaščititi pred nenehnim naraščanjem okolju škodljivih snovi. Smernica za varovanje okolja v svetovnem merilu naj bi bil mednarodni sporazum – Kjotski protokol.

Preberite besedilo *Podnebni ukrepi* s spletne strani Evropske unije (priloga 1).

Napišite **razpravo** in pri tem upoštevajte naslednja navodila:

- Povzemite glavne informacije besedila.
- Izrazite svoje mnenje glede navedenih ukrepov za zmanjševanje emisij toplogrednih plinov.
- Kritično razpravljajte o problemu spreminjanja podnebja.

Besedilo naj obsega od 450 do 550 besed. Vsak odstavek začnite pisati v novi vrsti.

# Podnebni ukrepi

## Varovanje planeta

Dejstvo je, da se podnebje na Zemlji spreminja. Spremembe opazamo v Evropi in drugod po svetu – temperature rastejo, vzorci padavin se spreminjajo, ledeniki izginjajo in gladina morja se zvišuje. Po vsem svetu se že čutijo posledice pogostejših suš in poplav.

## Omejevanje škode

Človek je s svojo dejavnostjo pospešil podnebne spremembe, vendar ta proces lahko še vedno upočasnimo. EU si prizadeva, da bi države članice zmanjšale svoje emisije toplogrednih plinov in da bi prepričala tudi druge države sveta, naj ji sledijo. Pripravlja strategijo ukrepanja v zvezi s posledicami podnebnih sprememb.

## S številnimi ukrepi do istega cilja

Voditelji držav EU so se dogovorili o ciljih, ki jih je treba uresničiti do leta 2020, zato jih imenujemo tudi „cilji 20/20/20“:

- zmanjšanje emisij toplogrednih plinov v EU za vsaj 20 % v primerjavi z letom 1990;
- povečanje deleža energije EU, ki prihaja iz obnovljivih virov energije, v skupni porabi na 20 %;
- zmanjšanje deleža porabe primarne energije (z ukrepi

za povečanje energetske učinkovitosti) za 20 % v primerjavi s predvideno stopnjo porabe.

EU je pripravljena zmanjšati svoje izpuste kar za 30 %, če se tudi druge svetovne države zavežejo k primerljivemu zmanjšanju izpustov ali ustreznim prispevkom. Pogajanja o tem zdaj potekajo v okviru Združenih narodov.

Evropska komisija je v sporočilu „Načrt za prehod na konkurenčno gospodarstvo z nizkimi emisijami ogljika do leta 2050“ proučila nove metode, s katerimi bi lahko izpuste toplogrednih plinov do leta 2050 zmanjšala kar za 80 % do 95 %.

## Sistem trgovanja z emisijami EU: pomoč gospodarstvu pri zmanjševanju izpustov

Sistem trgovanja z emisijami je temelj strategije EU za obvladovanje podnebnih sprememb. Z njim industrijske panoge kar najbolj cenovno učinkovito postopoma znižujejo količino svojih izpustov.

Sistem določa, da morajo energetske potratne industrijske panoge, denimo elektrarne ali jeklarska in cementna industrija, vsako leto za vsako tono izpuščenega ogljikovega dioksida

(CO<sub>2</sub>) predati pravice. Določeno količino pravic do emisij podjetja prejmejo zastonj, če pa jih potrebujejo več, jih morajo kupiti na trgu ogljika. Svoje izpuste lahko odplačajo tudi z naložbami v zmanjšanje emisij CO<sub>2</sub> v državah v razvoju.

Sistem trgovanja z emisijami je začel delovati leta 2005, vsako leto pa se mu pridruži vedno več podjetij. Letalske družbe bodo vključene v sistem z letom 2012. V prihodnosti bo več pravic prodanih na dražbah in ne več dodeljenih brezplačno.

## Priprave na posledice podnebnih sprememb

Podnebne spremembe sicer lahko upočasnimo, ne moremo pa jih zaustaviti. Zato se moramo nanje pripraviti, da preprečimo ali omejimo morebitno škodo. Med temi ukrepi so spremembe gradbenih predpisov, ki bodo morali upoštevati prihodnje podnebne razmere, gradnja zaščite pred poplavami in razvoj poljščin, ki so odporne na sušo. ■

Vir: [http://europa.eu/pol/clim/index\\_sl.htm](http://europa.eu/pol/clim/index_sl.htm) [23.02.2013]

# Tema 3: Varstvo okolja

## Naloga 2

### Zaščita okolja – Okoljska odgovornost

#### Napišite komentar.

**Situacija:** Predstavljajte si, da ste zastopnica/zastopnik okoljevarstvene organizacije Proplanet. Udeležili ste se seminarja na temo, kako posredovati zavest o skrbi za okolje že najmlajši generaciji. Za mladinsko stran koroškega tednika ste dobili možnost napisati komentar z naslovom *Varujmo okolje!*

Preberite priloženo besedilo *Kar se Janezek nauči, to Janez zna* (priloga 1).

Napišite **komentar** in pri tem upoštevajte naslednja navodila:

- Povzemite glavne informacije besedila.
- Razložite, v čem vidite (ne)smisel tega, da se že najmlajšim privzgoji čut za varovanje okolja.
- Utemeljite, na kakšen način lahko mladi prispevajo k varovanju okolja.

Besedilo naj obsega 270 do 330 besed. Vsak odstavek začnite pisati v novi vrsti.

# Kar se Janezek nauči, to Janez zna

## **Varovanje okolja**

Ljudje se vedno bolj zavedamo nevarnosti podnebnih sprememb, ki smo jih povzročili s svojim neodgovornim ravnanjem v preteklosti.

Varstvo okolja je dejavnost za zaščito in ohranjanje narave pred prevelikim izkoriščanjem in onesnaževanjem. Dotika se tem, kot so ekosistemi, biodiverziteteta, kakovost zraka, tla, gozdovi itd.

Pri ozaveščanju ljudi imajo pomembno vlogo organizacije, kot so Greenpeace in Prijatelji Zemlje (Friends of the Earth). Opozarjajo na podnebne spremembe, pomembnost zmanjševanja emisij toplogrednih plinov, skrb za čistejšo okolje, v katerem živimo, zaščito biotske raznovrstnosti, problem krčenja gozdov ... Največja okoljevarstvena problema sta tanjšanje ozonske plasti in krčenje gozdov.

Ozaveščenost ljudi pa se mora še povečati. Drobna dejanja, kot so ločevanje odpadkov, ugašanje luči in uporaba kolesa ali javnih prevoznih sredstev lahko dolgoročno veliko pripomorejo k zmanjšanju podnebnih sprememb in lepšemu bivanjskemu okolju.

## **Ločevanje odpadkov**

Vsakodnevna količina odpadkov narašča in temu primerno se vedno bolj spreminja tudi odnos do odpadkov in njihovega ločevanja. Ljudje smo vse bolj ozaveščeni o ekološkem „načinu“ življenja in vedno več je tistih gospodinjev in posameznikov, ki „ločujejo“.

Čemu je sploh potrebno ločevanje? Zato, ker smeti predstavljajo osnovno surovino za proces predelave in morebitne ponovne uporabe.

## **Naučimo otroke skrbeti za okolje**

Otroke je potrebno na skrb za okolje navajati že od malih nog. V predšolskem obdobju se pri otroku oblikujejo temeljne kulturne, delovne in socialne navade in ravno zato to obdobje ponuja ogromno možnosti, da v tem času otroku privzgojimo načela dobre okoljske vzgoje in odgovornega ravnanja z odpadki.

Zelo pomembno je, da otrokom dajemo zgled s svojim ravnanjem, da jim razložimo, kako pomembno je ohranjati naravo in da pokažemo, da je skrb za okolje prijetna. Ločevanje odpadkov lahko naredimo zabavno, če s pomočjo otrok kar sami naredimo pisane koše. Opremimo jih lahko z otroškimi risbicami, pobarvamo s pisanimi barvami ali polepimo z različnimi dodatki.

V skrb za okolje sodi tudi varčevanje z električno energijo in vodo. Tudi tu lahko marsikaj naredimo z lastnim zgledom. Zabavno in hkrati poučno bo tudi prebiranje otroških knjigic o varovanju okolja. [...]

Malo večjim otrokom pa že lahko razložimo, kaj je življenjski cikel stvari ter kaj se zgodi z njimi, ko odslužijo svojemu namenu. Hrana na primer gnije in jo lahko uporabimo za gnojilo, plastenke lahko predelamo v flis. Nepravilno odvržene stvari pa se ne razgradijo, temveč onesnažujejo naravo, zrak in vodo. Na tak način bodo otroci dojeli pomembnost ekološkega načina življenja in s tem povezanega ločevanja odpadkov. [...]

*Vir: <http://www.modri-jan.si/za-starse-in-ucitelje/vrtci/ekoalbum/navodila-mentorjem/varovanje-okolja> [4.2.2015], skrajšano.*





