

IKINYARWANDA PLE 2018 EXTRACT

INOMERO YUZUYE Y'UMUNYESHURI

Intara/Umujiyi

--	--

Akarere

--	--

Umurenge

--	--

Ishuri

--	--

Umunyeshuri

--	--	--

Amazina y'umunyeshuri

Izina ryawe bwite : _____

Andi mazina yawe : _____

INOMERO Y'UMUNYESHURI N'AMAZINA YE BIGOMBA KUGARAGARA NK'UKO BIGARAGARA KURI
"REGISTRATION FORM"

INANASI

Inanasi ni rumwe mu mbuto zatangiye guhingwa mu myaka yak era. Amateka avuga ko zavumbuwe mu birwa bya Hawayi (Hawaii) mu mwaka wa 1493. Gusa kuri ubu zihingwa cyane muri Burezili (Bresil) na Paragwe (Paraguay). Mu Rwanda na ho ubuhinzi bwazo bumaze gutera imbere. Uru rubuto rufite akamaro kanini mu mubiri wacu nk' uko tugiye kubibona.

Inanasi ni urubuto rwiza kandi ruryohera buri wese runafite imimaro myinshi ku bizima bw' umuntu. Bityo rero, ntiyakagombye kubura mu mafunguro ya buri munsu. Inanasi ikungahaye ku ntungamubiri ifite akamaro gakomeye cyane yitwa Buromelini (Bromelie). Ikabamo kandi vitamin C n'umunyu ngugu wa Manganeze (Manganese). Inanasi ibonekamo isukari ituma kenshi abayirya bakurikirana uburyohe bwayo no kuba igira amazi meshi.

Nk' uko twabibonye haruguru, inanasi ibamo Buromelini ituma ibisebe bikira vuba kandi ikarinda kubyimburwa. Kurya inanasi mu gihe urwaye ibyo bisebe bikurinda kubyimburwa ndetse bikagabanya n' ububabare. Iyi Buromelini kandi usibye kurinda umubiri kubyimburwa izwiho no kuba irinda umubiri gifobagana. Kubyimburwa bikabije bigirana isano na kanseri niyo mpamvu uru rubuto runazwiho kurwanya kanseri.

Ibonekamo kandi vitamin C ifasha umubiri kuringaniza urugero rw' ubukonje mu mubiri ndetse ikarinda ubudahangarwa bw' umubiri. Inanasi kandi nk' uko twabibonye ibamo umunyu ngugu wa Manganeze ufasha umubiri kugira amafufwa akomeye. Ufasha kandi kubungabunga amagufwa ku bantu bashaje, ukanatuma uruhu rusa neza.

Inanasi kandi ifasha kuringaniza urugero rw' isukari mu mubini. Uru rubuto ni ingenzi mu igogorwa ry' ibyo kurya. Umuntu urya inanasi kenshi aba arimo kwirinda ibibazo bishobora guturuka ku igogorwa ridakorwa neza. Inanasi ifasha ingingo gukomera ndetse ikanarinda uburibwe mu ngingo bwa hatu na hatu. Mu gihe abantu batari bake usanga batakaz' amenyo, umuntu ukunda kugira inanasi mu mbuto afata bimurinda izindi ndwara kuko ifasha mu gukomeza amenyo.

Kurya inanasi nyinshi kimwe no kunywa umutobe wayo mwinshi si byiza. Bifite ingaruka zo gutera impiswi no kuruka. Ni yo mpamvu agasate kamwe ku munsu ni ukuvuga kimwe cya kane cyayo ($\frac{1}{4}$) gahagije. Kurya inanasi idahiye neza bitera ibibazo mu gifu, ni uburozi butuma ibyo wariye ntacyo bikumarira kuko igifu kinanirwa kuvanamo intungamubiri. Bitewe n' uko irimo aside (acide) ishobora gutera ibibazo mu igogorwa si byiza guha umwana uru munsu y' umwaka. Ku bagore batwite si byiza kuyirya ku bwinshi, agasate gato karahagije. Byaragaragaye ko buromelini ibamo iyo ibaye nyishi ishibira gutera ibibazo ku nda atwite.

Ku bantu bari gufata imiti imwe n' imwe ntibyemewe kurya inanasi. Kuyirya byongera ingaruka ziterwa n' iyo miti. Ku bafata imiti ibuzza amaraso kuvura nabo ntibyemewe kurya inanasi kuko ibuzza amaraso kuvura. Ni nayo mpamvu bitemewe kuyirya hasigaye ibyumweru bibiri ngo ubagwe. Inanasi ifite igipimo cy' isukari cya 56%. Ni yo mpamvu umurwayi wa diyabete yemerewe kuryaho gato, mu gihe ntabyongera isukari bindi yariye.

IGICE CYA MBERE: KUMVA NO GUSESENGURA UMWANDIKO

1. Inanasi yaba yaratangiye guhingwa mu kihe kinyejana?

2. Inanasi yatangiye guhingwa mu kihe gihugu?

3. Ni hehe inanasi zihingwa cyane muri iki gihe?

4. Erekanako imimaro 2 inanasi yamarira umuhinzi wayo?

5.a. Erekanako intungamubiri eshatu dusanga mu nanasi.

b. Izo ntungamubiri zimarira iki umuntu?

6. Sobanura ukuntu kurya inanasi birinda kanseri.

7. Ni abahe bantu batemerewe kurya inanasi (byibuze ingeri ebyiri z' abantu)?

8. Ni izihe ngaruka zo kurya inanasi idahiye neza?

9. Simbuza amagambo ari mu dukubo andi bisobanura kimwe ari mu mwandiko.

a. Afurika yacu (ikize) ku mabuye y' agaciro menshi.

b. Hari indwara nyinshi zishobora (gukomoka) ku kudakaraba intoki.

c. Si ngombwa ko umukozi asiga akazi (buri kanya) agiye muri gahunda ze.

d. (Birabujijwe) kugaburira umwana utagaragaza umwaka inanasi kuko yamugwa nabi.

IGICE CYA KABIRI : IKIBONEZAMVUGO

10. Andika interuro ngufi ukoresheje ubwoko bw' amagambo bukurikira:

Ikitonderwa : Buri bwoko bw' ijambo kwasabwe bukoreshwa mu nteruro imwe gusa.

a. Ntera : -----

b. Igisantera : -----

c. Izina ntera : -----

d. Umugereka w' igihe: -----

e. Inshinga : -----

II. Andika ubwoko bw' amagambo aciyeho akarongo:

a. Buromeline ituma ibisebe bikira vuba.

b. Inanasi ni urubuto rwiza kimwe n' izindi mbuto ziribwa.

12. Andika interuro ngufi zirimo amagambo ari mu nteko zikurikira:

Ikitonderwa : Ijambo rimwe mu nteruro ryo mu nteko wahawe rirahagije.

- a. Inteko ya 14 : _____
- b. Inteko ya 5 : _____
- c. Inteko ya 12 : _____
- d. Inteko ya 3 : _____

13. Andika inteko z' amagambo aciyeho akarongo:

a. Inanasi ifitiye umubiri wacu akamaro kanini.

b. Buromeline ituma ibisebe bikira neza.

14. Garagaza uturemajambo tw' amagambo aciyeho umurongo n' amategekoy' igenamajwi yubahirijwe (mu mpine)

a. Ni byiza kurya imbuto zihishije neza.

b. Dukwiye kurya inanasi kubera impamvu nyinshi.

c. Inanasi ntabwo zigira inzuzi nk' ibihaza.

15. Andika imimaro y' amagambo aciyeho akarongo:

a. Hariga abahungu bonyine.

b. Kamari na Kalisa bahinze umurima w' inanasi.

16. Andika interuro ngufi z' ubwoko bukurikira:

- a. Interuro ihamya : _____
- b. Interuro ibaza : _____
- c. Interuro itegeka : _____

17. Inshinga zo mu nteruro zikurikira zifite izihe ngiro?

a. Abanyeshuri barakora ikizame.

b. Gakire arikunda birenze urugero.

18. Shyira iyi nteruro mu bindi bihe bikuru by' inshinga.
Inanasi ifasha kuringaniza isukari mu mubiri.

IGICE CYA GATATU: UBUMENYI RUSANGE BW' URURIMI

19. Ica ibisakuzo bikurikira: Sakwe Sakwe!

a. Rukara rw' umwami yicariye abagabo batatu!

b. Ariya mabuye ya Rubabara wayabara ukayarangiza!

c. Mpagaze ino aha ndasa kwa Myasiro I Burundi!

d. Biteganye bitazahura!

e. Ngiye guhamba sogokuru agaruka ankurikiye!

20. Uzuzura iyi migenurano:

a. Ijoro rimwe _____

b. _____ intebe imwe.

c. Imihini mishya _____

d. _____ ishonda umukara.

e. Isuri isambira byinshi _____

21. Simbuza amagambo ari mu dukubo amagambo yabugenewe.

a. Kabanyana arimo (gusuka amata) mu gisabo

b. Gahungu amaze (gushyira uruhu ku ngoma)

c. Twabyutse mu gitondo cya kare imisambi itangiye (kuvuga)

d. Serufigi yaguye gitumo impyisi ziri mu (ntaho yazo)

e. Numvise ijeri (rivugira) mu mufuka hariya.

22. Huza izi nshoberamahanga n' ibisobanuro byazo:

Gukomeza umutsi

Kwibuka gukora ikintu ntacyo ukimarira

Gupfa agasoni

Kwihangana

Kuba mu mazi abira

Kumuhimbira ibintu bibi kandi bitari ukuri

Kwibuka ibitereko washesh

Kugirira umuntu impuhwe

Kubika undi ho urusyo

Kugera mu byago byinshi

23. Gahigi afite abana babiri Gatera na Keza. Mushiki we Mukandori na we afite afite babiri Kanyana na Gasore.

a. Kanyana na Gasore bafitanye iyihe sano na Gahigi?

b. Keza afitanye iyihe sano na Kanyana?

c. Gatera na Keza bafitanye iyihe sano na Mukandori?

d. Koresha igihekane " njw "mu nteruro ebyiri ngufi

24. Kosora izi nteruro aho zanditse nabi:

a. Kabano yatangiye kworora ibishuhe mu kwezi kwa kamena umwaka ushize.

b. Njye nkunda umuntu ufite icyerekezo kizima.

IGICE CYA KANE: IHANGAMWANDIKO

25. Hanga umwandiko uteri muni y' imirongo 15 ku nsanganyamatsiko ikurikira "Akamaro k' ubuhinzi bw' imbutu zitibwa mu muryango" ugaragaza byibura ingingo enye (4) zishyigikira ibitekerezo byawe.

Ikitonderwa: Kirazira kugaragaza umwirondoro wawe uwo ari wo wose kuri iki kibazo k'ihangamwandiko.