|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **PLANI DYMUJOR:** | | | | **NËNTOR-DHJETOR** | | | |  | | |
| **FUSHA E KURRIKULËS:** | | | | **EDUKATË FIZIKE, SPORTET DHE SHËNDETI** | | | |
| **LËNDA:** | | | | **EDUKATË FIZIKE, SPORTET DHE SHËNDETI** | | | |
| **KLASA:** | | | | **III** | | | |
| **VITI SHKOLLOR:** | | | | **2024/25** | | | |
| **Mësimdhënësi/ja :** | | | |  | | | |
| **TEMAT MËSIMOREEEEEEeE** | Elementet themelore të atletikës, gjimnastikës  Lojërat elementare | | | | | | | | | | |
| **RNK- Rezultatet e të nxënit për kompetencat kryesore të shkallës që synohen të arrihen përmes shtjellimit të temës/temave:** | | | | | | | | | | | |
| **Kompetenca e komunikimit dhe e të shprehurit - Komunikues efektiv**  I.3 Paraqet të paktën një mendim për një temë të caktuar gjatë diskutimit në grup në kohëzgjatje prej 3-5 minutash.  I.6 Identifikon personazhet kryesore të një tregimi, drame, filmi, kënge apo loje, që është i përshtatshëm për moshën dhe performon rolin e njërit prej personazheve në bashkëveprim me moshatarët.  **Kompetenca e të menduarit - Mendimtar kreativ**  II.8 Arsyeton para grupit mënyrën e zgjidhjes së një problemi nga gjuha, matematika, shkencat e natyrës, shoqëria, shëndeti apo nga fusha të tjera në kohëzgjatje prej 3-5 minutash.  **Kompetenca e të nxënit - Nxënës i suksesshëm**  III.2 Ndjek udhëzimet e dhëna në libër apo në material tjetër për të realizuar një veprim/aktivitet/detyrë që kërkohet prej tij/saj.  III.3 Parashtron pyetje dhe u përgjigjet pyetjeve për temën/problemin/detyrën e dhënë në njërën nga format e të shprehurit.  III.5 Mbikëqyr në mënyrë të pavarur përparimin e vet në një detyrë, aktivitet duke përdorur teknika të ndryshme për gjetjen e gabimeve (si shenjim të gabimeve - vështirësive) dhe i korrigjon ato derisa kërkon zgjidhjen e problemit të dhënë.  III.7 Identifikon njohuritë e veta që i ka e të cilat e ndihmojnë për të kryer një detyrë apo aktivitet të caktuar dhe kërkon këshilla, informata gjatë hasjes së vështirësive.  **Kompetenca për jetë, për punë dhe për mjedis - Kontribues produktiv**  IV.2 Kontrollon mjetet/materialet dhe kohën që ka në dispozicion gjatë kryerjes së një detyre/aktiviteti (në klasë/ shkollë apo jashtë saj).  IV.4 Gjen të përbashkëtat dhe ndryshimet ndërmjet ndonjë aktiviteti që bëhet në shkollë me atë në shtëpi, i përshkruan në mënyrë individuale përmes njërës nga format e të shprehurit dhe më pas i diskuton në grup.  IV.5 Identifikon burimet e nevojshme (materialet, mjetet etj.) dhe i përdor në mënyrë të drejtë për kryerjen e një detyre/aktiviteti në klasë, në shkollë, në mjedisin shtëpiak apo në lagje/komunitet.  **Kompetenca personale - Individ i shëndoshë**  V.2 Merr pjesë në aktivitete fizike-lojëra lëvizore dhe në lojëra sportive, bën përpjekje për arritjen e standardeve të përcaktuara, luan fer, menaxhon emocionet e veta dhe prezanton para të tjerëve gjendjen fizike dhe shpirtërore pas realizimit të një aktiviteti fizik apo loje sportive.  V.5 Bashkëpunon me të tjerët pavarësisht prejardhjes, aftësive dhe nevojave të veçanta për arritjen e një qëllimi të përbashkët në aktivitet në klasë/shkollë apo jashtë saj.  V.7 Përkujdeset për mjedis të shëndoshë në rrethanat në të cilat realizon një aktivitet të caktuar duke i krijuar vetes kushte të përshtatshme të punës (ajrosje, shfrytëzim të dritës, shfrytëzim maksimal të hapësirës, mbajtje të pastërtisë, mbajte të rregullt të sendeve që e rrethojnë etj.).  **Kompetenca qytetare - Qytetar i përgjegjshëm**  V.1 Prezanton para të tjerëve rregullat themelore të higjienës personale (p.sh., fizike, të veshmbathjes, të gjësendeve personale) dhe të higjienës së mjedisit të vet në të cilin jeton dhe vepron.  VI.2 Diskuton në grup dhe në bashkëpunim me anëtarët e grupit vendos rregullat e brendshme në grup, në klasë, si: rregullat e realizimit të aktivitetit, të mirësjelljes, të pastërtisë etj.  VI.3 Arsyeton nevojën e zbatimit të rregullave në lojë, në klasë/shkollë, në rrugë apo në familje dhe paraqet pasojat e moszbatimit të ndonjë rregulle në shembullin e caktuar.  VI.6 Shpreh mendimin duke kërkuar paraprakisht leje nga grupi, respekton mendimin e secilit anëtar të grupit duke i dëgjuar në mënyrë aktive; vendos duke bashkëpunuar me të gjithë anëtarët për mënyrat që çojnë drejt përfundimit të një aktiviteti të caktuar. | | | | | | | | | | | |
| RNF- Rezultatet e të nxënit të fushës kurrikulare të shkallës që synohen të arrihen përmes shtjellimit të temave: | | | | | | | | | | |
| **2.Përdorimi i aftësive dhe i shkathtësive lëvizore në aktivitete fizike dhe sportive:**  2.1. Praktikon ushtrime themelore nga përmbajtja e atletikës, e gjimnastikës dhe e sporteve të tjera.  2.2 Interpreton dhe zhvillon lëvizje të ndryshme në lojëra elementare, njeh dhe zbaton disa rregulla të cilat aplikohen në lojëra elementare. | | | | | | | | | | |
| **Temat mësimore** | | **Rezultatet e të nxënit për tema mësimore**  **RNL** | **Njësitë**  **mësimore** | | **Koha mësimore (orë mësimore)** | **Metodologjia e mësimdhënies** | **Metodologjia e vlerësimi** | | **Ndërlidhja me lëndë të tjera mësimore, me çështjet ndërkurrikulare** | **Burimet** |
| Elementet themelore të atletikës, të gjimnastikës  Lojërat elementare | | * Vrapon në distancë të caktuar, duke përdorur forma të ndryshme sipas rregullave. * Demonstron valle popullore të mjedisit ku jeton. * Hedh toptha në gjatësi të caktuar sipas udhëzimeve. * Demonstron ushtrime të lira gjimnastikore me elementet fillestare të gjimnastikës. | 18. Vrapojmë në kolonë (U) (fq. 20)  19. Gjimnastika (ZH) (fq. 21)  20.Qiriu gjimnastikor (U) (fq. 21)  20. Rrotullimi para me këmbët anash (U) (fq. 21)  21.Rrotullimi prapa (U) (fq. 22)  22. Lëvizjet ritmike -kërcimi fëmijëror (ZH) fq.22  23.Vallet popullore (ZH) (fq. 23)  24.Volejbolli; pasimi me gishta(P) (fq. 26)  25.Futbolli; udhëheqja e topit (ZH) ( fq. 27)  26.Gjuajtja në portë (U) (fq. 28)  27.Pasimi në rreth dhe në kolonë (U) (fq. 28)  28.Qëlloje konin (U) (fq. 28)  29.Basketbolli (ZH) (fq. 29)  30.Adaptimi me top; udhëheqja në vend (U) (fq. 29)  31.Udhëheqja në vijë të drejtë (U) (fq. 30)  32.Saktë dhe shpejt (U) (fq. 30) | | 15 | Mësimdhënia dhe të nxënët me fëmijët në qendër dhe gjithëpërf- shirja;  Mësimdhënia dhe të nxënët e bazuar në rrit jen e kompetencave;  Mësimdhënia dhe të nxënët e integruar;  Mësimdhënia dhe të nxënët e diferencuar. | Vlerësim i vazhdueshëm;  Vlerësim përmbledhës;  (Vendos instrumentet). | | Shoqëria dhe mjedisi.  Çështjet ndërkurrikulare:  Arsimi për zhvillim të qëndrueshëm. | “Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti 3” |