PLANET E ORËS MËSIMORE

KLASA 4

**LËNDA:**

**Edukat****ë fizike, sportet dhe shëndeti**

|  |
| --- |
| **ASPEKTET E PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MESIMORE NR - 1** |
| **Fusha kurrikulare:** Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti **Lënda:**  Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti  **Shkalla e kurrikulës: II**  **Klasa: 4** |
| **Matjet antropometrike**  **Tema:** Mjedis për të gjithë  **Rezultatet e të nxënit të temës:** Shfrytëzon ushtrime dhe lojëra të ndryshme për përgatitje dhe zhvillim të drejtë trupor.  **Kontributi në rezultatet për kompetencat kryesore të shkallës:** III.1; III.4; III.5.  **Kontributi në rezultatet e fushës së kurrikulës:** 1; 1.1.  **ASPEKTE SPECIFIKE TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Njësia mësimore:** Matjet antropometrike  **Rezultatet e të nxënit të orës mësimore:**   * + Tregon peshën dhe gjatësinë që ka pasur në matjet e fundit;   + Dallon matjet antropometrike;   + Vlerëson rëndësinë e matjeve antropometrike.   **Kriteret e suksesit:** Përcaktohen me nxënësit në klasë.  **Burimet, mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore:** Libri, metri, peshorja, lapsa.  **Lidhja me lëndët e tjera mësimore dhe/apo me çështjet ndërkurrikulare dhe situatat jetësore:**  Matematikë, Njeriu dhe natyra , Gjuhë shqipe, Arsimi për zhvillim të qëndrueshëm.  **METODOLOGJIA DHE VEPRIMTARIA ME NXËNËS**  **Parashikimi**: Përgatitja për të nxënët  *Diskutim për njohuritë paraprake*  Nxënësit nxiten të japin përgjigje për pyetjet:   * + Sa shpesh i bëni matjet tuaja trupore, ato të gjatësisë dhe peshës?   + Përse mendoni se këto matje janë të rëndësishme për shëndetin tonë?   **Ndërtimi i njohurive:** Përpunimi i përmbajtjes  *Veprimtari përmes organizuesit grafik*  Pasi nxënësit të jenë njoftuar se për çfarë shërbejnë matjet antropometrike, udhëzohen nga mësim dhënësi/ja që të plotësojnë tabelën me të dhënat për gjatësinë, peshën, perimetrin e kokës, peri- metrin e kraharorit, gjatësinë e dorës, gjatësinë e shuplakës, gjatësinë e këmbës, gjatësinë e shputës, të një viti më parë.  Matjet për të dhënat aktuale bëhen nga mësim- dhënësi/ja. Të dhënat aktuale dhe ato të një viti më parë krahasohen dhe shkruhet diferenca mes tyre.  **Përforcimi:** Konsolidimi dhe zbatimi i të nxënit  *Shqyrtim i përbashkët*  Përmes pyetjeve të bëra nga mësimdhënësi/ja nxiten nxënësit të diskutojnë për përmbajtjen e njësisë së mësuar në këtë orë mësimore. Në ta- belë mund të paraqitet një skemë duke u bazuar në ulëset e nxënësve. Në këtë skemë shkruhen shkurtimisht përgjigjet e nxënësve. Qëllimi i kësaj skeme është të paraqitet angazhimi i nxënësve apo pjesëmarrja e tyre në diskutim.  **Vlerësimi i nxënësve:** Vlerësohen për dallimin e matjeve antropometrike nga matjet tjera si dhe për rëndësinë e këtyre matjeve në shëndetin e njeriut.  **Detyrë**: Kërkoni informacion rreth normave të lartësisë dhe peshës së fëmijëve të moshës suaj dhe krahasoni me përmasat tuaja trupore.  *Reflektim për rrjedhën e orës mësimore:*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_* |

|  |
| --- |
| **ASPEKTET E PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MESIMORE NR - 2** |
| **Fusha kurrikulare:** Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti **Lënda:**  Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti  **Shkalla e kurrikulës: II**  **Klasa: 4** |
| **Matjet antropometrike - aktivitet praktik**  **Tema:** Raportet ndërmjet individit dhe shoqërisë  **Rezultatet e të nxënit të temës:** Shfrytëzon ushtrime dhe lojëra të ndryshme për përgatitje dhe zhvillim të drejtë trupor.  **Kontributi në rezultatet për kompetencat kryesore të shkallës: :** III.1; I.3; III.5.  **Kontributi në rezultatet e fushës së kurrikulës:** 1; 1.1.  **ASPEKTE SPECIFIKE TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Njësia mësimore:** Matjet antropometrike - aktivitet praktik  **Rezultatet e të nxënit të orës mësimore:**   * + Përdor metrin dhe peshoren për të bërë matjet antropometrike;   + Vëren dallimet e përmasave trupore në mes bashkëmoshatarëve.   + Vlerëson rëndësinë që kanë matjet antropometrike për monitorimin e shëndetit dhe rritjes së tyre.   **Kriteret e suksesit:** Përcaktohen me nxënësit në klasë.  **Burimet, mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore:** Libri, metri, peshorja, lapsa.  **Lidhja me lëndët e tjera mësimore dhe/apo me çështjet ndërkurrikulare dhe situatat jetësore:**  Matematikë, Njeriu dhe natyra , Gjuhë shqipe, Arsimi për zhvillim të qëndrueshëm.  **METODOLOGJIA DHE VEPRIMTARIA ME NXËNËS**  **Parashikimi:** Përgatitja për të nxënët  *Kubimi*  Mësimdhënësi/ja e përgatit kubin me gjashtë faqe dhe në secilën faqe të kubit është nga një kërkesë me matjet të cilat duhet të bëhen. Nxënësit e hedhin kubin dhe cila nga këto kërkesa u bie evidentohet në tabelë.  **Ndërtimi i njohurive dhe i shkathtësive:** Përpunimi i përmbajtjes  Veprimtari e drejtuar  Pasi nxënësit të jenë njoftuar (pas hedhjes së ku- bit) se cilat nga matjet do t’i realizojnë në klasë, me ndihmën e mësimdhënësit/es do t’i bëjnë matjet antropometrike. Në këtë orë mësimore nxënësit do t’i realizojnë matjet vetë por të mbikëqyrur nga mësimdhënësi/ja.  Të dhënat do t’i plotësojnë në tabelë.  **Përforcimi:** Konsolidimi dhe zbatimi i të nxënit  Rrjeti i diskutimit  Mësimdhënësi/ja i udhëzon nxënësit që t’i bëjnë krahasimet e matjeve p.sh., mund t’i pyes:  Cili nxënës ka lartësinë më të madhe? Cili nxënës ka peshën më të vogël?  Organizohet një rreth debati në klasë për të diskutuar rëndësinë e matjeve antropometrike në kujdesin për shëndetin e trupit të njeriut.  Nxënësit mund t’i paraqesin argumentet dhe opinionet e tyre për këtë çështje.  **Vlerësimi i nxënësve:** Vlerësohen për përdorimin e mjeteve për të bërë matjet fizike të tyre, për të vlerësuar zhvillimin dhe rritjen, si dhe për rëndësinë që kanë këto matje për të kuptuar nëse ata ndjekin normat e pritura për moshën e tyre.  **Detyrë**: Projekti “Rritja jonë” mund t’ju jepet si detyrë shtëpie për një periudhe më të gjatë kohore, ku nxënësit do t’i bëjnë matjet periodike të gjatësisë, peshës dhe perimetrit të kokës. Pastaj këto të dhëna mund t’i paraqesin në një grafik që tregon rritjen e tyre në kohë.  *Reflektim për rrjedhën e orës mësimore:*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_* |

|  |
| --- |
| **ASPEKTET E PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MESIMORE NR - 3** |
| **Fusha kurrikulare:** Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti **Lënda:**  Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti  **Shkalla e kurrikulës: II**  **Klasa: 4** |
| **ASPEKTE TË PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Tema:** Mjedis për të gjithë  **Rezultatet e të nxënit të temës:** Diskuton për mënyra të përshtatshme për tejkalimin e situatave të ndryshme.  **Kontributi në rezultatet për kompetencat kryesore të shkallës:** I.3; IV.5; VI.4.  **Kontributi në rezultatet e fushës së kurrikulës:** 1; 1.1.  **ASPEKTE SPECIFIKE TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Njësia mësimore:** Si përgjigjem unë?  **Rezultatet e të nxënit të orës mësimore:**   * + Shpreh mendimin e tij se si duhet të sillemi në situata të caktuara;   + Bën dallimin në mes përgjegjësive të veta si person dhe emocioneve dhe sjelljes së të tjerëve;   + Gjykon vlerën e kontrollimit dhe menaxhimit të emocioneve si kusht për vetëvlerësim dhe ndërtim të raporteve sociale në mënyrë të duhur.   **Kriteret e suksesit:** Përcaktohen me nxënësit në klasë.  **Burimet, mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore:** Libri, metri, peshorja, lapsa.  **Lidhja me lëndët e tjera mësimore dhe/apo me çështjet ndërkurrikulare dhe situatat jetësore:**  Shoqëria dhe mjedisi, Gjuhë shqipe, Arsimi për zhvillim të qëndrueshëm.  **METODOLOGJIA DHE VEPRIMTARIA ME NXËNËS**  **Parashikimi:** Përgatitja për të nxënët  *Shkrim i lirë*  Mësimdhënësi/ja i shkruan në tabelë disa pyetje dhe kërkon nga nxënësit që të zgjedhin njërën nga pyetjet dhe të shkruajnë rreth saj. Disa nga pyetjet mund të jenë:   * + Si veproni ju kur një i rritur mërzitet me juve?   + Kur e humbisni lojën? Apo kur nuk e merrni atë që doni?   Nxënësit e zgjedhin njërën nga pyetjet më lart dhe shkruajnë për të. Mund të lexohet nga një shkrim prej secilit grup.  **Ndërtimi i njohurive dhe i shkathtësive:** Përpunimi i përmbajtjes  *Ditari dypjesësh*  Mësimdhënësi/ja i udhëzon nxënësit të hapin librin faqe 7 dhe të plotësojnë tabelën në anën e djathtë. Py etjet janë parashtruar në anën e majtë të librit dhe nga nxënësit kërkohet që përgjigjet e tyre t’i japin në anën e djathtë.   |  |  | | --- | --- | | Kur nuk kuptoj diçka, ... | kërkoj ndihmë. | | Kur një i rritur mërzitet me mua, ... |  | | Kur pa dashje thyej diçka, … |  | | Kur e humbas lojën, ... |  | | Kur nuk e marr atë që dua, ... |  | | Kur krijoj rrëmujë, ... |  | | Kur unë bëj një gabim, ... |  |   **Përforcimi:** Konsolidimi dhe zbatimi i të nxënit  *R.A.F.T*  Në ndërkohë që nxënësit punojnë në tabelë, mësimdhënësi/ja ka caktuar që të marrë rolin e psikologut. Ai/ajo në tabelë është përgjigjur në të njëjtat pyetje që janë përgjigjur edhe nxënësit, p.sh.:  *Kur një i rritur mërzitet me mua?* Përgjigja: Nuk duhet të ndiej faj për këtë. Njerëzit kanë momente kur janë të lodhur ose të stresuar. Ky nuk është faji im.  *Kur e humbas lojën*... Përgjigja: Nuk është e rëndësishme të fitoj gjithmonë, do të mundohem mos t’I përsëris gabimet.  *Kur nuk e marr atë që dua*... Përgjigja: Nuk shkon gjithçka sipas planit por unë nuk do t’i ndal përp jekjet e mia.  **Vlerësimi i nxënësve:** Vlerësohen për mendimin e tyre se si duhet të sillen në situata të caktuara, për vetëdijen e tyre emocio- nale dhe për menaxhimin e drejtë të emocioneve.  Detyrë:  Letra e mirënjohjes. Nxënësit duhet të shkruajnë nga një letër për shokun-shoqen e tyre duke shprehur mirënjohjen dhe po ashtu duke përmendur cilësitë dhe aftësitë e tyre.  **Për mësuesin/en**  *Reflektim për rrjedhën e orës mësimore:*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_* |

|  |
| --- |
| **ASPEKTET E PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MESIMORE NR - 4** |
| **Fusha kurrikulare:** Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti **Lënda:**  Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti  **Shkalla e kurrikulës: II**  **Klasa: 4** |
| **ASPEKTE TË PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Tema:**  Mjedis për të gjithë  **Rezultatet e të nxënit të temës:**  Shfrytëzon ushtrime dhe lojëra të ndryshme për përgatitje dhe zhvillim të drejtë trupor.  **Kontributi në rezultatet për kompetencat kryesore të shkallës:**  III.4; III.5; V.2.  **Kontributi në rezultatet e fushës së kurrikulës:** 1; 2; 2.1.  **ASPEKTE SPECIFIKE TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Njësia mësimore:**  Ushtrimet fizike  **Rezultatet e të nxënit të orës mësimore:**   * + Praktikon kërcimin me shirit, pompa mbi tavolinë, vrapim me gjunjët lart, kërcim anësor;   + Rendit përfitimet e ushtrimeve fizike (kërcimin me shirit, pompa mbi tavolinë, vrapim me gjunjët lart) në organizëm;   + Vlerëson rëndësinë e ushtrimeve fizike për shëndetin e njeriut.   **Kriteret e suksesit:**  Përcaktohen me nxënësit në klasë.  **Burimet, mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore:**  Libri, shirita, tavolinë.  **Lidhja me lëndët e tjera mësimore dhe/apo me çështjet ndërkurrikulare dhe situatat jetësore:**  Njeriu dhe natyra, Gjuhë shqipe, Arsimi për zhvillim të qëndrueshëm.  **METODOLOGJIA DHE VEPRIMTARIA ME NXËNËS**  **Parashikimi:** Përgatitja për të nxënët  *Diskutim për njohuritë paraprake*  Mësimdhënësi/ja bën pyetje për të parë njohuritë e nxënësve në lidhje me këtë temë, p.sh.:   * + Cilat janë aktivitetet fizike që më shumë ju pëlqejnë dhe pse?   + Cilat mendoni se janë dobitë në organizëm nga ushtrimet fizike?   **Ndërtimi i njohurive dhe i shkathtësive: Përpunimi i përmbajtjes**  *Veprimtari e drejtuar*  Pasi që mësimdhënësi/ja ka shpjeguar për rëndësinë e ushtrimeve fizike për shëndetin e njeriut atëherë nxënësit udhëzohen të bëjnë ushtrimet fizike të parapara në këtë njësi. Këto ush- trime bëhen në sallën e edukatës fizike. Fillohet me disa kërcime të cilat shërbejnë edhe si nxemje për muskujt dhe vazhdohet me pompa mbi tavolinë, kërcim anësor, vrapimi në vend me gjunjët lart. I gjithë aktiviteti fizik zhvillohet nën moni torimin e mësimdhënësit/es.  **Përforcimi:** Konsolidimi dhe zbatimi i të nxënit  *Rishikim me rigrupim*  Përshkruajeni në anën e majtë të fletës se si jeni ndier para ushtrimeve, kurse në anën e djathtë pasi i keni përfunduar ushtrimet, siç janë: kërcimi mbi shirit, pompa mbi tavolinë, vrapimi me gjunjët lart, kërcimi anësor.  Diskutohet edhe për dobitë direkte në organizëm nga praktikimi i këtyre ushtrimeve fizike, si: forcimin e muskujve të krahëve dhe shpatullave, forcimin e muskujve të këmbëve, përmirësimin e punës së zemrës etj.  **Vlerësimi i nxënësve:** Vlerësohen për përvetësimin e këtyre ushtrimeve fizike, demonstrimin e vetëdijes për rëndësinë e ush- trimeve fizike për shëndetin e njeriut dhe për renditjen e disa përfitimeve direkte që ka organizmi i tyre.  **Detyrë:**  Praktikoni në shtëpi ushtrimet e mësuara në orën e edukatës fizike.  *Reflektim për rrjedhën e orës mësimore:*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_* |

|  |
| --- |
| **ASPEKTET E PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MESIMORE NR - 5** |
| **Fusha kurrikulare:** Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti **Lënda:**  Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti  **Shkalla e kurrikulës: II**  **Klasa: 4** |
| **ASPEKTE TË PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Tema**: Mjedis për të gjithë  **Rezultatet e të nxënit të temës:**  Shfrytëzon ushtrime dhe lojëra të ndryshme për përgatitje dhe zhvillim të drejtë trupor.  **Kontributi në rezultatet për kompetencat kryesore të shkallës:** III.4; III.5; V.2; V.8.  **Kontributi në rezultatet e fushës së kurrikulës:** 2.2.2.  **ASPEKTE SPECIFIKE TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Njësia mësimore:**  Lëvize trupin  **Rezultatet e të nxënit të orës mësimore:**   * + Dallon pozitat e ushtrimeve të mësuara;   + Praktikon ushtrimet për muskujt e qafës, shpatullave, belit;   + Demonstron të gjitha pozitat e ushtrimeve të mësuara.   **Kriteret e suksesit:**  Përcaktohen me nxënësit në klasë.  **Burimet, mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore:**  Libri.  **Lidhja me lëndët e tjera mësimore dhe/apo me çështjet ndërkurrikulare dhe situatat jetësore:**  Matematikë, Njeriu dhe natyra , Gjuhë shqipe, Arsimi për zhvillim të qëndrueshëm.  **METODOLOGJIA DHE VEPRIMTARIA ME NXËNËS**  **Parashikimi:** Përgatitja për të nxënët  *Fjala magjike*  Mësimdhënësi/ja i ka përgatitur fletët me emrat e pjesëve të trupit, si: bërrylat, shpatullat, beli, qafa, shputat, gishtërinjtë, gjunjët, krahët, dhe i ka vendosur brenda një kutie. Secili nxënës e përzgjedh njërën prej fjalëve. Me atë pjesë të trupit që e përzgjedh mundohet të bëjë një ushtrim, duke e përsëritur deri në 10 herë. Të gjithë nxënësit vazhdojnë me radhë. Në qoftë se të njëjtit nxënës i qëllon disa herë e njëjta fletë, e ndryshon ushtrimin.  **Ndërtimi i njohurive dhe i shkathtësive: Përpunimi i përmbajtjes**  *Veprimtari e drejtuar*  Mësimdhënësi/ja shpjegon për rëndësinë e këtyre ushtrimeve duke u thënë se duke e lëvizur trupin, forcojmë muskujt dhe kockat. Nëpërmjet lëvizjes mund të përmirësojmë gjendjen e çdo pjese të trupit. Aktivitetet ose ushtrimet të cilat ju pëlqejnë më së shumti, praktikoni çdo ditë! Nxënësit me udhëzimin e mësimdhënësit/es bëjnë ushtrimet e parapara në këtë njësi mësimore. Mësimdhënësi/ja i ndan nxënësit në çifte dhe u kërkon që të praktikojnë ushtrimet duke ua rikujtuar pozitat e lartpërmendura.    **Përforcimi:** Konsolidimi dhe zbatimi i të nxënit  *Loja në çifte*  Mësimdhënësi/ja i nxit nxënësit t’i demonstrojnë ushtrimet në çifte, duke i respektuar pozitat e mësuara me ushtrimet për muskujt e qafës, ushtrimet për bërrylat dhe gishtërinjtë dhe ushtrimet për krahët dhe shpatullat.  **Vlerësimi i nxënësve:**  Nxënësit vlerësohen për saktësinë në ushtrimet për muskujt e qafës, ushtrimet për bërrylat dhe ushtrimet për krahët dhe shpatullat.  **Detyrë:**  Praktikoni me bashkëmoshatarët tuaj këto ushtrime të mësuara.  *Reflektim për rrjedhën e orës mësimore:*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_* |

|  |
| --- |
| **ASPEKTET E PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MESIMORE NR - 6** |
| **Fusha kurrikulare:** Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti **Lënda:**  Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti  **Shkalla e kurrikulës: II**  **Klasa: 4** |
| **ASPEKTE TË PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Tema:** Menaxhimi i situatave të ndryshme  **Rezultatet e të nxënit të temës:** Diskuton për mënyra të përshtatshme për te jkalimin e situatave të ndryshme.  **Kontributi në rezultatet për kompetencat kryesore të shkallës:**  III.1; III.4; VI.4.  **Kontributi në rezultatet e fushës së kurrikulës:** 1; 1.2.  **ASPEKTE SPECIFIKE TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Njësia mësimore:**  Mjetet e nevojshme mjekësore për të dhënë ndihmën e parë  **Rezultatet e të nxënit të orës mësimore:**   * + Njeh disa procedura të thjeshta të dhënies së ndihmës së parë p.sh., përdorimin e dezinfektuesit për plagë;   + Gjykon se në cilat raste duhet kërkuar ndihma mjekësore;   + Vlerëson kujdesin dhe empatinë që duhet treguar ndaj të tjerëve;   + Demonstron të gjitha pozitat e ushtrimeve të mësuara.   **Kriteret e suksesit:**  Përcaktohen me nxënësit në klasë.  **Burimet, mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore:**  Libri, kutia e ndihmës së parë.  **Lidhja me lëndët e tjera mësimore dhe/apo me çështjet ndërkurrikulare dhe situatat jetësore:**  Njeriu dhe natyra , Gjuhë shqipe, Arsimi për zhvillim të qëndrueshëm.  **METODOLOGJIA DHE VEPRIMTARIA ME NXËNËS**  **Parashikimi:** Përgatitja për të nxënët  *Parashikimi nëpërmjet fjalëve kyçe*  Mësimdhënësi/ja i shkruan në tabelë fjalët: aspirin, dezinfektues, alkool, kuti.  Udhëzohen nxënësit t’i shkruajnë disa fjali me këto fjalë. Mund të lexohet nga një fjali prej secilit grup.  **Ndërtimi i njohurive dhe i shkathtësive: Përpunimi i përmbajtjes**  *Di - Dua të di - Mësova*  Në tabelë vendosen rubrikat Di, Dua të di, Mëso va.  Paraqitet njësia që zhvillohet në këtë orë dhe nxënësit paraqesin idetë e tyre se çfarë dinë rreth kësaj teme. Plotësohet rubrika “Di”. Në hapin e radhës nxënësit bëjnë pyetje se çfarë dëshirojnë ata të dinë dhe këto pyetje shkruhen në rubrikën “Dua të di”.  Mësimdhënësi/ja e shpjegon njësinë e re dhe kërkon nga nxënësit ta plotësojnë rubrikën “Mësova”.  **Përforcimi:** Konsolidimi dhe zbatimi i të nxënit  *Rrjeti i diskutimit*  Në tabelë shkruhet pyetja:  - A mendoni se është e rëndësishme të dini se si të ofroni ndihmën e parë në situata emergjente? Jepen opsionet “Po” dhe “Jo”. Nxënësit të ndarë në grupe japin përgjigjet dhe për secilën përgjigje të dhënë duhet të japin edhe argumentet e tyre.  **Vlerësimi i nxënësve:**  Nxënësit vlerësohen për saktësinë në përdorimin e mjeteve të dhënies së ndihmës së parë, për vetëdijen se kur duhet kërkuar ndihma e mjekut dhe gatishmërinë për të ndihmuar në raste emergjente.  **Detyrë:**  Bëni hulumtime për pyetjet të cilat kanë mbetur pa përgjigje në rubrikën “Dua të di” dhe plotësoni këtë rubrikë.  *Reflektim për rrjedhën e orës mësimore:*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_* |

|  |
| --- |
| **ASPEKTET E PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MESIMORE NR - 7** |
| **Fusha kurrikulare:** Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti **Lënda:**  Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti  **Shkalla e kurrikulës: II**  **Klasa: 4** |
| **ASPEKTE TË PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Tema:**  Menaxhimi i situatave të ndryshme  **Rezultatet e të nxënit të temës:** Diskuton për mënyra të përshtatshme për te jkalimin e situatave të ndryshme.  **Kontributi në rezultatet për kompetencat kryesore të shkallës:**  I.3; III.4; III.5.  **Kontributi në rezultatet e fushës së kurrikulës:** **1.1.2.**  **ASPEKTE SPECIFIKE TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Njësia mësimore:**  Si t’i ndihmojmë të tjerët?  **Rezultatet e të nxënit të orës mësimore:**   * + Shpreh reflektim për përvojën e tij në ndihmën e të tjerëve;   + Shpjegon mënyrat e tij për t’i ndihmuar të tjerët;   + Praktikon dhënien e ndihmës në situata të simuluara në klasë.   **Kriteret e suksesit:**  Përcaktohen me nxënësit në klasë.  **Burimet, mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore:**  Libri, fasho, kutia e ndihmës së parë.  **Lidhja me lëndët e tjera mësimore dhe/apo me çështjet ndërkurrikulare dhe situatat jetësore:**  Matematikë, Njeriu dhe natyra , Gjuhë shqipe, Arsimi për zhvillim të qëndrueshëm.  **METODOLOGJIA DHE VEPRIMTARIA ME NXËNËS**  **Parashikimi:** Përgatitja për të nxënët  *Stuhi mendimesh*  Mësimdhënësi/ja i nxit nxënësit për t’u përgjigjur në pyetjet:   * + Cilat mendoni se janë lëndimet më të zakonshme që mund të ndodhin gjatë aktiviteteve fizike?   + A mendoni se mund ta ndihmoni dikë që ka pësuar lëndim të lehtë në aktivitetin fizik?   **Ndërtimi i njohurive dhe i shkathtësive: Përpunimi i përmbajtjes**  *DRTA*  Mësimdhënësi/ja i udhëzon nxënësit ta hapin librin në faqe 13. Kërkohet nga ata të lexojnë pjesën e parë dhe të reflektojnë për atë çfarë kanë lexuar. Të shtojnë edhe idetë e tyre për pjesën e lexuar. Kështu vazhdohet edhe me pjesët e tjera deri në fund të njësisë mësimore.  **Përforcimi:** Konsolidimi dhe zbatimi i të nxënit  *Role- playing (lëvizje me role)*  Mësimdhënësi/ja e organizon një aktivitet role- play për të simuluar situata të ndryshme kur dikush lëndohet gjatë aktiviteteve fizike. Nga nxënësit kërkohet që të paraqesin veten e tyre në këto role dhe të shfaqin mënyrat e ndihmës që mund të ofrohen.  **Vlerësimi i nxënësve:**  Nxënësit vlerësohen për mënyrat e tyre për t’i ndihmuar të tjerët si dhe për saktësinë në dhënien e ndihmës në situata të simuluara në klasë.  **Detyrë:**  Intervistë me një person të rëndësishëm p.sh., një trajner sporti. Pyetjet në intervistë mund të jenë të atilla të cilat i ndihmojnë nxënësit për t‘i mësuar se si ata ofrojnë ndihmë dhe përkujdesje kur dikush lëndohet gjatë aktiviteteve fizike.  *Reflektim për rrjedhën e orës mësimore:*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_* |

|  |
| --- |
| **ASPEKTET E PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MESIMORE NR - 8** |
| **Fusha kurrikulare:** Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti **Lënda:**  Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti  **Shkalla e kurrikulës: II**  **Klasa: 4** |
| **ASPEKTE TË PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Tema:**  Atletikë, gjimnastikë sportive e ritmike  **Rezultatet e të nxënit të temës:** Vrapon në distancë me temp të ndryshuar.  **Kontributi në rezultatet për kompetencat kryesore të shkallës:**  III.4 ; V.2; V.8.  **Kontributi në rezultatet e fushës së kurrikulës: 1.2.1.**  **ASPEKTE SPECIFIKE TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Njësia mësimore:**  Atletika - shtegu i ecjes  **Rezultatet e të nxënit të orës mësimore:**   * + Njeh 3-4 disiplina të atletikës;   + Praktikon ecjet dhe vrapimet në shtegun e garave;   + Vlerëson avantazhet e aktivitetit të atletikës në promovimin e shëndetit fizik dhe mirëqenies së përgjithshme.   **Kriteret e suksesit:**  Përcaktohen me nxënësit në klasë.  **Burimet, mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore:** Libri  **Lidhja me lëndët e tjera mësimore dhe/apo me çështjet ndërkurrikulare dhe situatat jetësore:**  Matematikë, Njeriu dhe natyra , Gjuhë shqipe, Arsimi për zhvillim të qëndrueshëm.  **METODOLOGJIA DHE VEPRIMTARIA ME NXËNËS**  **Parashikimi:** Përgatitja për të nxënët  *Analizë e tipareve semantike*  Mësimdhënësi/ja e vizaton rrjetin e *analizës së tipareve semantike* në tabelë dhe e zgjedh kategorinë *Atletika.* Në shtyllën vertikale mund të vendosen fjalët, si: kërcim në lartësi, kërcim në gjatësi, kërcim me shkop, dhe hedhja e diskut. U kërkohet nxënësve që për secilën fjalë të shkruajnë nga një karakteristikë e që këto fjalë mund të jenë shteg, disiplinë, start, kërcim, distancë, rekuizitë (këto fjalë shkruhen horizontalisht). Gjithashtu, u kërkohet nxënësve të kodojnë këto të dhëna me shenjat “+” , “-” dhe “?”.  **Ndërtimi i njohurive dhe i shkathtësive: Përpunimi i përmbajtjes**  *Veprimtari e drejtuar*  Pasi të bëhet shpjegimi i kësaj njësie nxënësit këto ushtrime mund t’i realizojnë në sallën e edukatës fizike apo edhe në këndin e paraparë për këto ushtrime në oborrin e shkollës. Ushtrimet të cilat mund të zhvillohen janë: kërce me këmbë të djathtë, kapërce pengesat, vrapimi, balancimi, ecja etj.  **Përforcimi:** Konsolidimi dhe zbatimi i të nxënit  *Gara në ecje dhe vrapim*  Mësimdhënësi/ja me ndihmën e një kronometri mat kohën në garat që do të zhvillohen në ecje dhe vrapim.  **Vlerësimi i nxënësve:**  Nxënësit vlerësohen për njohjen e 3-4 disiplinave të atletikës, pjesëmarrjen dhe arritjet në gara si dhe për demonstrimin e vetëdijes për avantazhet e aktivitetit të atletikës në shëndetin fizik.  **Detyrë:**  Praktikoni me bashkëmoshatarët tuaj këto ushtrime të mësuara.  *Reflektim për rrjedhën e orës mësimore:*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_* |

|  |
| --- |
| **ASPEKTET E PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MESIMORE NR - 9** |
| **Fusha kurrikulare:** Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti **Lënda:**  Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti  **Shkalla e kurrikulës: II**  **Klasa: 4** |
| **ASPEKTE TË PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Tema:**  Atletikë, gjimnastikë sportive e ritmike  **Rezultatet e të nxënit të temës:**  Vrapon në distancë me temp të ndryshuar.  **Kontributi në rezultatet për kompetencat kryesore të shkallës:**  III.4; V.2; V.8; VI.2.  **Kontributi në rezultatet e fushës së kurrikulës:** **2.2.2.**  **ASPEKTE SPECIFIKE TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Njësia mësimore:**  Semafori  **Rezultatet e të nxënit të orës mësimore:**   * + Tregon rregullat e lojës “Semafori”, duke identifikuar komandat për të vrapuar, ngadalësuar dhe ndaluar;   + Zbaton rregullat e lojës me sukses;   + Analizon dhe vlerëson përfitimet e lojës “Semafori”   **Kriteret e suksesit:**  Përcaktohen me nxënësit në klasë.  **Burimet, mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore:** **Libri.**  **Lidhja me lëndët e tjera mësimore dhe/apo me çështjet ndërkurrikulare dhe situatat jetësore:**  Shoqëria dhe mjedisi, Gjuhë shqipe, Arsimi për zhvillim të qëndrueshëm.  **METODOLOGJIA DHE VEPRIMTARIA ME NXËNËS**  **Parashikimi:** Përgatitja për të nxënët  *Imagjinatë e drejtuar*  Mësimdhënësi/ja e siguron një ambient të qetë dhe i udhëzon nxënësit t’i mbyllin sytë. Ai/ajo u tregon nxënësve se duhet të imagjinojnë sikur janë duke luajtur lojën “Semafori”. Mësimdhënësi/ja duhet t’i udhëheqë nxënësit për të vizualizuar saktësisht situatën. Ai i inkurajon nxënësit të imagjinojnë ndjenjat dhe emocionet e tyre gjatë lojës.  Pas përfundimit të seancës *së imagjinatës së drejtuar,* nxënësit reflektojnë për emocionet dhe përvojat e tyre dhe këto ndjesi i ndajnë me njëri-tjetrin.  **Ndërtimi i njohurive dhe i shkathtësive: Përpunimi i përmbajtjes**  *Veprimtari e drejtuar*  Mësimdhënësi/ja u shpjegon se kjo është një lojë e cila përfshin ecjen, vrapimin dhe ndalimin e papritur. Loja luhet kështu: nxënësit rreshtohen në njërin skaj të palestrës. Ata fillojnë të vrapo jnë shpejt në momentin që e dëgjojnë shprehjen “drita e gjelbër”, ndërsa ngadalësojnë kur e dëgjo jnë “drita e verdhë”, dhe ndalojnë kur e dëgjojnë shprehjen “drita e kuqe”. Nxënësit arrijnë deri në skajin e kundërt të palestrës duke dëgjuar shprehjet e ngjyrave të semaforit. Nxënësit fillojnë dhe luajnë lojën duke respektuar komandat e dhëna nga mësimdhënësi/ja  **Përforcimi:** Konsolidimi dhe zbatimi i të nxënit  *Rrjeti i diskutimit*  Mësimdhënësi/ja bën pyetje të hapura dhe inkurajon nxënësit të marrin pjesë në disktutim. Pyetjet e tilla mund të jenë:   * + - Si u ndiet gjatë lojës?     - Cila ishte pjesa më e vështirë për ty?     - Cila strategji funksionoi më mirë për të realizuar me sukses lojën?     **Vlerësimi i nxënësve:**  Nxënësit vlerësohen për respektimin e komandave për të vrapuar, ngadalësuar dhe ndaluar si dhe për ndërgjegjësimin se si kjo lojë ka kontribuuar në përmirësimin e aftësive motorike dhe bashkëpunimin me të tjerët në mënyrë efektive.  **Detyrë:**  Kërkohet nga nxënësit që të gjejnë strategji dhe taktika tjera për lojën “Semafori” dhe t’i ndajnë këto ide me të tjerët.  *Reflektim për rrjedhën e orës mësimore:*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_* |

|  |
| --- |
| **ASPEKTET E PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MESIMORE NR - 10** |
| **Fusha kurrikulare:** Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti **Lënda:**  Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti  **Shkalla e kurrikulës: II**  **Klasa: 4** |
| **ASPEKTE TË PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Tema:**  Atletikë, gjimnastikë sportive e ritmike  **Rezultatet e të nxënit të temës:**  Vrapon në distancë me temp të ndryshuar.  **Kontributi në rezultatet për kompetencat kryesore të shkallës:**  III.4; V.2; V.8.  **Kontributi në rezultatet e fushës së kurrikulës:** **2.2.2.**  **ASPEKTE SPECIFIKE TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Njësia mësimore:**  Starti i lartë  **Rezultatet e të nxënit të orës mësimore:**   * + Njeh teknikat e duhura të “Startit të lartë”;   + Zbaton në praktikë teknikat e “Startit të lartë”;   + Analizon teknikat e duhura të “Startit të lartë” dhe identifikon elementet kyçe të një starti të sukseshëm.   **Kriteret e suksesit:** Përcaktohen me nxënësit në klasë.  **Burimet, mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore:** Libri  **Lidhja me lëndët e tjera mësimore dhe/apo me çështjet ndërkurrikulare dhe situatat jetësore:**  Matematikë, Gjuhë shqipe, Arsimi për zhvillim të qëndrueshëm.  **METODOLOGJIA DHE VEPRIMTARIA ME NXËNËS**  **Parashikimi:** Përgatitja për të nxënët  *Di - Dua të di - Mësova*  Mësimdhënësi/ja e shkruan në tabelë titullin e njësisë “Starti i lartë” dhe pastaj shkruan fjalët: Di – Dua të di -Mësova, duke e ndarë në tri kolona, me nga një vijë në mes.  Nxënësit nxiten t’i japin përgjigjet e tyre se çfarë dinë ata për startin e lartë dhe këto përgjigje shkruhen në rubrikën “Di”.  **Ndërtimi i njohurive dhe i shkathtësive: Përpunimi i përmbajtjes**  *Di - Dua të di- Mësova*  Në këtë fazë të orës nxiten nxënësit të shfaqin kureshtjen e tyre se çfarë dëshirojnë të dinë rreth njësisë së re dhe këto pyetje të nxënësve shkruhen në rubrikën “Dua të di”.  Mësimdhënësi/ja shpjegon se *starti i lartë* apliko- het në vrapimet të cilat janë me gjatësi prej 800 metrash e tutje. Pozicioni fillestar bëhet duke e vendosur njërën këmbë pranë vijës së nisjes (start-it), kurse këmba tjetër vendoset prapa dhe pesha e trupit është e shpërndarë në të dyja këm- bët. Trupi përkulet përpara dhe krahët mblidhen, ndërsa shikimi drejtohet para.  Nga këto të dhëna nxënësit plotësojnë rubrikën “Mësova”.  Këtu bëhët edhe një rishikim për të parë nëse pyetjet në rubrikën “Dua të di” kanë gjetur përgjigje dhe plotësohen.  **Përforcimi:** Konsolidimi dhe zbatimi i të nxënit  *Shqyrtim i përbashkët*  Nxënësit duke u bazuar në ato çka kanë mësuar në këtë njësi mësimore, bëjnë demonstrimin e *startit të lartë.* Mësimdhënësi/ja kërkon që nxënësit të kenë parasysh pozicionin e këmbëve, pozicionin e trupit dhe qëndrimin e duarve në mënyrë të saktë.  **Vlerësimi i nxënësve:**  Nxënësit vlerësohen për njohjen e teknikave të duhura të “Startit të lartë”, për zbatimin e tyre në praktikë, si dhe për identifikimin e elementeve kyçe të një starti të sukseshëm.  **Detyrë:**  Praktikoni ushtrimet e teknikave për “Startin e lartë”.  *Reflektim për rrjedhën e orës mësimore:*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_* |

|  |
| --- |
| **ASPEKTET E PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MESIMORE NR - 11** |
| **Fusha kurrikulare:** Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti **Lënda:**  Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti  **Shkalla e kurrikulës: II**  **Klasa: 4** |
| **ASPEKTE TË PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Tema:**  Atletikë, gjimnastikë sportive e ritmike.  **Rezultatet e të nxënit të temës:**  Luan disa prej lojërave themelore të stafetës me elemente të atletikës.  **Kontributi në rezultatet për kompetencat kryesore të shkallës:**  III.4; V.2; V.8.  **Kontributi në rezultatet e fushës së kurrikulës:** **2.2.2.**  **ASPEKTE SPECIFIKE TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Njësia mësimore:**  "Delfinët" dhe "peshkaqenët"  **Rezultatet e të nxënit të orës mësimore:**   * + Njeh dhe përshkruan rregullat e lojës “Delfinët dhe peshkaqenët”;   + Zbaton në mënyrë efikase dhe të përshtatshme teknikat e lojës “Delfinët dhe peshkaqenët”;   + Analizon mënyrat më efikase për të përmbushur qëllimin e lojës.   **Kriteret e suksesit:**  Përcaktohen me nxënësit në klasë.  **Burimet, mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore:**  **Libri**  **Lidhja me lëndët e tjera mësimore dhe/apo me çështjet ndërkurrikulare dhe situatat jetësore:**  Matematikë, Gjuhë shqipe, Arsimi për zhvillim të qëndrueshëm.  **METODOLOGJIA DHE VEPRIMTARIA ME NXËNËS**  **Parashikimi:** Përgatitja për të nxënët  *Parashikimi me terma paraprakë*  Mësimdhënësi/ja u thotë nxënësve se në këtë orë do të luajmë një lojë por fillimisht dua t’ju jap disa fjalë dhe nga këto fjalë përpiquni ta ndërtoni rrëfimin tuaj për lojën. Fjalët e dhëna mund të jenë: vijë fundore, vrapime, qëllime. Nxënësit në grupe ndërtojnë rrëfimet e tyre se çfarë loje do të luhet në këtë orë. Mund ta tregojë rrëfimin secili përfaqësues i grupit.  **Ndërtimi i njohurive dhe i shkathtësive: Përpunimi i përmbajtjes**  *Veprimtari e drejtuar*  Mësimdhënësi/ja i shpjegon rregullat e lojës. Ndan nxënësit në mënyrë të barabartë në dy grupe përmes një vije (në mes të klasës ose sallës), ose nëpërmjet koneve. Në shenjën “delfinët” ose “peshkaqenët” nxënësit e atij grupi duhet të vrapojnë në drejtim të vijës fundore përpara se t’i prekin nxënësit nga ekipi tjetër. P.sh.: në thirrjen “delfinët”, “peshkaqenët” kanë për detyrë t’i ndjekin “delfinët” para se ata të arrijnë në vijën fundore. Mund të provohet edhe në mënyra të tjera p.sh., duke u shtrirë në tokë. Loja përfundon kur të gjithë delfinët janë kapur nga peshkaqenët ose kur delfinët i arrijnë qëllimet e tyre.  **Përforcimi:** Konsolidimi dhe zbatimi i të nxënit  *Grupbisedim pas lojës*  Mësimdhënësi/ja bisedon me këto grupe pas lojës duke i pyetur se çfarë teknikash dhe strategjish kanë përdorur gjatë lojës. Grupit të delfinëve mund t’u bëhen pyetje, si:   * + - Çfarë teknikash përdorët për të shmangur peshkaqenët?     - Çfarë strategjish përdorët për të arritur qëllimin?   Në mënyrë të ngjashme veprohet edhe me grupin e peshkaqenëve.  Po ashtu, u kërkohet të identifikojnë edhe sfidat.  **Vlerësimi i nxënësve:**  Nxënësit vlerësohen për njohjen e rregullave të lojës “Delfinët dhe peshkaqenët”, zbatimin dhe përdorimin e tyre në mënyrë efikase për të përmbushur qëllimin e lojës.  **Detyrë:**  Punoni “Planin për përmirësim” ku ky plan duhet të përfshijë reflektimin e nxënësve për të identifikuar fushat e përmirësimit dhe për të zhvilluar një strategji për të arritur më të mirën.  *Reflektim për rrjedhën e orës mësimore:*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_* |

|  |
| --- |
| **ASPEKTET E PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MESIMORE NR - 12** |
| **Fusha kurrikulare:** Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti **Lënda:**  Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti  **Shkalla e kurrikulës: II**  **Klasa: 4** |
| **ASPEKTE TË PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Tema:**  Atletikë, gjimnastikë sportive e ritmike  **Rezultatet e të nxënit të temës:**  Luan disa prej lojërave themelore të stafetës me elemente të atletikës.  **Kontributi në rezultatet për kompetencat kryesore të shkallës:**  III.4; V.2; V.8.  **Kontributi në rezultatet e fushës së kurrikulës:** 2.2.2.  **ASPEKTE SPECIFIKE TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Njësia mësimore:**  Stafeta e xhunglës  **Rezultatet e të nxënit të orës mësimore:**   * + Njeh dhe përshkruan rregullat e lojës “Stafeta e xhunglës”;   + Zbaton në mënyrë efikase dhe të përshtatshme teknikat e lojës “Stafeta e xhunglës”;   + Analizon mënyrat më efikase për të përmbushur qëllimin e lojës.   **Kriteret e suksesit:**  Përcaktohen me nxënësit në klasë.  **Burimet, mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore:** Libri**.**  **Lidhja me lëndët e tjera mësimore dhe/apo me çështjet ndërkurrikulare dhe situatat jetësore:**  Matematikë, Gjuhë shqipe, Arsimi për zhvillim të qëndrueshëm.  **METODOLOGJIA DHE VEPRIMTARIA ME NXËNËS**  **Parashikimi:** Përgatitja për të nxënët  *Parashikimi me terma paraprakë*  Mësimdhënësi/ja u thotë nxënësve se në këtë orë do të luajmë një lojë por fillimisht dua t’ju jap disa fjalë dhe nga këto fjalë përpiquni ta ndërtoni rrëfimin tuaj për lojën. Fjalët e dhëna mund të jenë: stafetë, xhungël, vrapim, kafshë. Nxënësit në grupe ndërtojnë rrëfimet tyre se çfarë loje do të luhet në këtë orë. Mund ta tregojë rrëfimin secili përfaqësues i grupit.  **Ndërtimi i njohurive dhe i shkathtësive: Përpunimi i përmbajtjes**  *Veprimtari e drejtuar*  Mësimdhënësi/ja i shpjegon rregullat e lojës. Ndan nxënësit në 4-5 grupe të barabarta dhe sa- lla ndahet nëpërmjet koneve në dy pjesë. Duke i imituar lëvizjet e kafshëve që jetojnë në xhungël, nxënësit vrapojnë në shenjën “nisu” deri te koni i vendosur përballë tyre, pastaj kthehen me vrap të shpejtë në kolonën e tyre dhe ulen poshtë. Nxë nësit të cilët ulen të parët, shpallen fitues.  **Përforcimi:** Konsolidimi dhe zbatimi i të nxënit  *Grupbisedim pas lojës*  Mësimdhënësi/ja bisedon me këto grupe pas lojës duke i pyetur se çfarë teknikash dhe strategjish kanë përdorur gjatë lojës. Pyeten:   * + - Cilat ishin momentet më të vështira për ju gjatë lojës?     - Çfarë strategjish përdorët për të arritur që-     - llimin?     - Cila ishte pjesa më e këndshme e lojës për ju?   **Vlerësimi i nxënësve:**  Nxënësit vlerësohen për njohjen e rregullave të lojës “Stafeta e xhunglës”, zbatimin dhe përdorimin e tyre në mënyrë efikase për ta përmbushur qëllimin e lojës.  **Detyrë:**  Punoni “Planin për përmirësim” ku ky plan duhet të përfshijë reflektimin e nxënësve për të identifikuar fushat e përmirësimit dhe për të zhvilluar një strategji për të arritur më të mirën.  *Reflektim për rrjedhën e orës mësimore:*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_* |

|  |
| --- |
| **ASPEKTET E PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MESIMORE NR - 13** |
| **Fusha kurrikulare:** Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti **Lënda:**  Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti  **Shkalla e kurrikulës: II**  **Klasa: 4** |
| **ASPEKTE TË PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Tema:**  Atletikë, gjimnastikë sportive e ritmike  **Rezultatet e të nxënit të temës:**  Luan disa prej lojërave themelore të stafetës me elemente të atletikës.  **Kontributi në rezultatet për kompetencat kryesore të shkallës:**  III.4; V.2; V.8; VI.2.  **Kontributi në rezultatet e fushës së kurrikulës:** **2.2.2.**  **ASPEKTE SPECIFIKE TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Njësia mësimore:**  Vrapimi "T"  **Rezultatet e të nxënit të orës mësimore:**   * + Identifikon hapat dhe elementet kyçe të vrapimit “T”;   + Demonstron teknikën e vrapimit “T” në terenin sportiv;   + Vlerëson dhe argumenton efektivitetin e teknikës së vrapimt “T”.   **Kriteret e suksesit:** Përcaktohen me nxënësit në klasë.  **Burimet, mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore**: Libri, konet.  **Lidhja me lëndët e tjera mësimore dhe/apo me çështjet ndërkurrikulare dhe situatat jetësore:**  Matematikë, Gjuhë shqipe, Arsimi për zhvillim të qëndrueshëm.  **METODOLOGJIA DHE VEPRIMTARIA ME NXËNËS**  **Parashikimi:** Përgatitja për të nxënët  *Parashikimi me terma paraprakë*  Mësimdhënësi/ja u thotë nxënësve se në këtë orë do të vrapojmë në bazë të disa rregullave, por fillimi sht dua t’ju jap disa fjalë dhe nga këto fjalë përpiquni ta ndërtoni rrëfimin tuaj për mënyrën se si do të vrapojmë. Fjalët e dhëna mund të jenë: vrapimi para, anash, prapa, kronometër. Nxënësit në grupe e ndërtojnë rrëfimet e tyre se çfarë lloj vrapimi do të bëjnë në këtë orë. Mund ta tregojë rrëfimin secili përfaqësues i grupit.  **Ndërtimi i njohurive dhe i shkathtësive: Përpunimi i përmbajtjes**  *Veprimtari e drejtuar*  Mësimdhënësi/ja i shpjegon rregullat e vrapimit. Vrapojmë në formën e shkronjës T. Në klasë apo palestër janë të vendosura konet sipas formës së kësaj shkronje. Prej pikënisjes fillojmë duke vrapuar në drejtim të konit përballë, pastaj me vrapim anësor deri te koni në anën e majtë dhe të djathtë, ndërsa me vrapim prapa kthehemi në pozicionin fillestar.  Mësimdhënësi/ja mat kohëzgjatjen e kryerjes së këtij aktiviteti për secilin nxënës.  **Përforcimi:** Konsolidimi dhe zbatimi i të nxënit  *Studim i rastit*  Mësimdhënësi/ja e ka përgatitur materialin dhe e shfaq para nxënësve. Materiali përmban shembuj konkretë të vrapuesve të suksesshëm që e përdorin teknikën e vrapimit “T”.  Duke u bazuar te këto modele nxënësit vrapojnë sipas teknikës së mësuar.  **Vlerësimi i nxënësve:**  Nxënësit vlerësohen për identifikimin e hapave dhe elementeve kyçe të vrapimit “T”, për demonstrimin e kësaj teknike në teren sportiv si dhe për vlerësimin e efektivitetit të kësaj teknike.  **Detyrë:**  Shkruani një ese ose raport në të cilin do të analizoni dhe vlerësoni përparësitë dhe kufizimet e teknikës së vrapimit “T”në një sport të preferuar për ju p.sh., futboll, basketboll etj.  *Reflektim për rrjedhën e orës mësimore:*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_* |

|  |
| --- |
| **ASPEKTET E PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MESIMORE NR - 14** |
| **Fusha kurrikulare:** Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti **Lënda:**  Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti  **Shkalla e kurrikulës: II**  **Klasa: 4** |
| **ASPEKTE TË PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Tema:**  Atletikë, gjimnastikë sportive e ritmike  **Rezultatet e të nxënit të temës:** Luan disa prej lojërave themelore të stafetës me elemente të atletikës.  **Kontributi në rezultatet për kompetencat kryesore të shkallës:**  III.4; V.2; V.8; VI.2.  **Kontributi në rezultatet e fushës së kurrikulës:** 2.2.2.  **ASPEKTE SPECIFIKE TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Njësia mësimore:**  Zigzag  **Rezultatet e të nxënit të orës mësimore:**   * + Njeh rregullat e lojës zigzag;   + Demonstron këto rregulla në terenin sportiv;   + Analizon ndikimin e lojës zigzag në aftësinë e tij/saj sportive në një sport të zgjedhur.   **Kriteret e suksesit:**  Përcaktohen me nxënësit në klasë.  **Burimet, mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore:** Libri, konet dhe rrathët.  **Lidhja me lëndët e tjera mësimore dhe/apo me çështjet ndërkurrikulare dhe situatat jetësore:**  Matematikë, Gjuhë shqipe, Arsimi për zhvillim të qëndrueshëm.  **METODOLOGJIA DHE VEPRIMTARIA ME NXËNËS**  **Parashikimi:** Përgatitja për të nxënët  *Harta e mendimeve*  Mësimdhënësi/ja e përdor fjalën “zigzag”. Nxënësit i japin idetë e tyre se çfarë mund të bëjnë me këtë term p.sh., vrapim, lojë etj.  **Ndërtimi i njohurive dhe i shkathtësive: Përpunimi i përmbajtjes**  *Veprimtari e drejtuar*  Mësimdhënësi/ja i shpjegon rregullat e lojës *zig- zag.* Në palestër gjenden kone dhe rrathë për të dyja grupet e nxënësve, të ndarë në mënyrë të barabartë. Konet ose shenjat janë vendosur në formë zigzag, dhe në fund është një rreth në të cilin mund të vendosen objekte të ndryshme (aq sa është numri i nxënësve në grup) si p.sh., stafetë. Fillo në momentin që e dëgjon shenjën e nisjes, vrapo shpejt, duke e prekur secilin kon, dhe në fund merr stafetën dhe kthehu në kolonë. Grupi që e përfundon i pari shpallet fitues.  **Përforcimi:** Konsolidimi dhe zbatimi i të nxënit  *Diskutim udhëzues*  Mësimdhënësi/ja në këtë fazë të orës e përdor *diskutimin udhëzues,* me qëllim që t’i nxitë nxënësit të mendojnë dhe që diskutimi të jetë më efikas në mënyrë që të arrihet një kuptim më i thelllë i temës.  Pyeten nxënësit:   * + - Si ndiheni pasi keni luajtur lojën *zigzag?*     - A mendoni se ka ndonjë mënyrë tjetër për ta përmirësuar shpejtësinë tuaj gjatë lojës *zigzag?*     - Si do ta përdornit lojën *zigzag* për t’i përmirësuar aftësitë tuaja sportive në një sport që ju pëlqen?   **Vlerësimi i nxënësve:**  Nxënësit vlerësohen për respektimin e rregullave të lojës *zigzag,* për demonstrimin e këtyre rregullave në teren sportiv, si dhe për ndikimin e kësaj loje në aftësitë e tyre sportive në një sport tjetër.  **Detyrë:**  Shkruani një raport në të cilin do të analizoni se si ka ndikuar loja *zigzag* në aftësitë tuaja sportive p.sh., në futboll.  *Reflektim për rrjedhën e orës mësimore:*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_* |

|  |
| --- |
| **ASPEKTET E PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MESIMORE NR - 15** |
| **Fusha kurrikulare:** Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti **Lënda:**  Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti  **Shkalla e kurrikulës: II**  **Klasa: 4** |
| **ASPEKTE TË PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Tema:** Atletikë, gjimnastikë sportive e ritmike  **Rezultatet e të nxënit të temës:**  Luan disa prej lojërave themelore të stafetës me elemente të atletikës.  **Kontributi në rezultatet për kompetencat kryesore të shkallës:** III.4; V.2; V.8.  **Kontributi në rezultatet e fushës së kurrikulës:** 2.1, 2.2.  **ASPEKTE SPECIFIKE TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Njësia mësimore:** Ushtrimet e formimit  **Rezultatet e të nxënit të orës mësimore:**   * + Dallon tri llojet e ushtrimeve të formimit;   + Praktikon ushtrime për forcimin e muskujve, ushtrime për zgjatjen e muskujve dhe ushtrime për relaksimin e muskujve;   + Analizon ndikimin e këtyre ushtrimeve në shëndetin dhe mirëqenien e tij/saj.   **Kriteret e suksesit:**  Përcaktohen me nxënësit në klasë.  **Burimet, mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore:** Libri.  **Lidhja me lëndët e tjera mësimore dhe/apo me çështjet ndërkurrikulare dhe situatat jetësore:**  Matematikë, Njeriu dhe natyra, Gjuhë shqipe, Arsimi për zhvillim të qëndrueshëm.  **METODOLOGJIA DHE VEPRIMTARIA ME NXËNËS**  **Parashikimi:** Përgatitja për të nxënët  *Harta e mendimeve*  Mësimdhënësi/ja e shkruan në tabelë temën “Ushtrimet e formimit”. Nxënësit i japin idetë e tyre se çfarë mund të jenë këto ushtrime duke e zgjeruar ketë koncept në mënyrë të degëzuar. Përgjigjet e mundshme për fëmijët e kësaj moshe mund të jenë: “Ushtrimet na ndihmojnë të përmirësojmë shëndetin fizik”, “Ushtrimet na bëjnë më të shpejtë dhe na i forcojnë muskujt” e përgjigje të kësaj natyre, dhe pastaj në tabelë do të degëzohet koncepti i paraqitur nga mësimdhënësi/ja.  **Ndërtimi i njohurive dhe i shkathtësive: Përpunimi i përmbajtjes**  *DRTA*  Mësimdhënësi/ja i udhëzon nxënësit të hapin librin faqe 19. Udhëzohet njëri nga nxënësit të lexojë paragrafin e parë, pastaj udhëzohen nxënë sit që ta mbyllin librin. Parashtrohen pyetjet të cilat mund të jenë:   * Çfarë lëvizje janë ushtrimet e formimit? * Cili është qëllimi i tyre? * Cili është ndikimi i këtyre ushtrimeve në orga- nizëm?   Kështu vazhdohet edhe me paragrafin e dytë duke u parashtruar pyetje nxënësve për pjesën që lexojnë.  Pasi që nxënësit përfundojnë njësinë mësimore, mësimdhënësi/ja duke u bazuar në ilustrime, fton nxënësit që të praktikojnë disa ushtrime të dhëna në tekst.  Ushtrimet që do të realizohen në këtë orë janë: ushtrimet për forcimin e muskujve, ushtrimet për zgjatjen e muskujve, ushtrimet për relaksimin e muskujve.  **Përforcimi:** Konsolidimi dhe zbatimi i të nxënit  *Diskutim udhëzues*  Mësimdhënësi/ja në këtë fazë të orës e përdor diskutimin udhëzues, me qëllim që t’i nxitë nxënësit të mendojnë për përfitimet që ka organizmi nga praktikimi i këtyre ushtrimeve.  Pyetjet e kësaj natyre mund të jenë:   * Pse është e rëndësishme të kryejmë ushtrime për forcimin e muskujve? * Si mendoni se ndikojnë ushtrimet për zgjatjen e muskujve në përmirësimin e fleksibilitetit? * A ndikon praktikimi i këtyre ushtrimeve në reduktimin e stresit?   **Vlerësimi i nxënësve:**  Nxënësit vlerësohen për njohjen e tri llojeve të ushtrimeve të formimit, për praktikimin si dhe për vetëdijen e tyre, për ndikimin që kanë këto ushtrime në shëndetin dhe mirëqenien e tyre.  **Detyrë:**  Praktikoni këto lloje të ushtrimeve në shtëpitë tuaja.  *Reflektim për rrjedhën e orës mësimore:*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_* |

|  |
| --- |
| **ASPEKTET E PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MESIMORE NR - 16** |
| **Fusha kurrikulare:** Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti **Lënda:**  Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti  **Shkalla e kurrikulës: II**  **Klasa: 4** |
| **ASPEKTE TË PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Tema:**  Atletikë, gjimnastikë sportive e ritmike  **Rezultatet e të nxënit të temës:**  Luan disa prej lojërave themelore të stafetës me elemente të atletikës.  **Kontributi në rezultatet për kompetencat kryesore të shkallës:**  III.4; V.2; V.8.  **Kontributi në rezultatet e fushës së kurrikulës:** **2.1, 2.2.**  **ASPEKTE SPECIFIKE TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Njësia mësimore:** Loja me zare  **Rezultatet e të nxënit të orës mësimore:**   * + Përshkruan rregullat e lojës me zare;   + Praktikon ushtrimet e lojës me zare;   + Analizon ndikimin e këtyre ushtrimeve në shëndetin dhe mirëqenien e tij/saj.   **Kriteret e suksesit:** Përcaktohen me nxënësit në klasë.  **Burimet, mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore: Libri, zaret.**  **Lidhja me lëndët e tjera mësimore dhe/apo me çështjet ndërkurrikulare dhe situatat jetësore:**  Matematikë, Njeriu dhe natyra, Gjuhë shqipe, Arsimi për zhvillim të qëndrueshëm.  **METODOLOGJIA DHE VEPRIMTARIA ME NXËNËS**  **Parashikimi:** Përgatitja për të nxënët  *Diskutim për njohuritë paraprake*  Mësimdhënësi/ja i pyet nxënësit:   * A keni luajtur ndonjëherë me zare? * Cila është përvoja juaj e fundit me këtë lojë? * Cilat janë rregullat kryesore të lojës me zare që ju i dini? * Si mendoni se mund të kombinohet argëtimi i lojës me zare me ushtrimet e forcimit të muskujve për të përmirësuar shëndetin e trupit tuaj?   **Ndërtimi i njohurive dhe i shkathtësive: Përpunimi i përmbajtjes**  *Të nxënët me këmbime*  Mësimdhënësi/ja i udhëzon nxënësit ta hedhin zarin, varësisht prej numrit që do t’ju bie do t’I praktikojnë ushtrimet të cilat janë përcaktur paraprakisht, e ato janë: kërcim anësor, ushtrime të barkut, kërcim me një këmbë, pompa, përkulje, vrapim në vend.  Nxënësit ndahen në dyshe apo treshe, varësisht nga numri i nxënësve në klasë.  Grupi i parë që e hedh zarin (varësisht cili numër i ka rënë) duhet të bëjë aq kërcime anësore, kësh tu vazhdohet me grupet e tjera të nxënësve. Kur të përfundojnë grupet atëherë i ndërrojnë llojet e ushtrimeve, dhe grupi që njëherë ka praktikuar ushtrimin duhet t’i ndihmojë grupit tjetër. Kështu vazhdohet loja derisa të gjithë nxënësit t’i kenë provuar të gjitha llojet e ushtrimeve.  **Përforcimi:** Konsolidimi dhe zbatimi i të nxënit  *Rrjeti i diskutimit*  Mësimdhënësi/ja në këtë fazë të orës mund të bëjë këto pyetje:   * Çfarë ndjenjash keni pasur gjatë kohës që keni luajtur me zare? * Cilat ushtrime dhe kërcime i keni konsideruar si më të vështirat dhe përse? * A e keni ndihmuar njëritjetrin gjatë praktikimit të ushtrimeve dhe si ndikoi kjo në performancën tuaj?   **Vlerësimi i nxënësve:**  Nxënësit vlerësohen për njohjen dhe përshkrimin e rregullave të lojës me zare, për praktikimin si dhe për vetëdijen e tyre, për ndikimin që kanë këto ushtrime në shëndetin dhe mirëqenien e tyre.  **Detyrë:**  Praktikoni këto lloje të ushtrimeve në shtëpitë tuaja.  *Reflektim për rrjedhën e orës mësimore:*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_* |

|  |
| --- |
| **ASPEKTET E PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MESIMORE NR - 17** |
| **Fusha kurrikulare:** Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti **Lënda:**  Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti  **Shkalla e kurrikulës: II**  **Klasa: 4** |
| **ASPEKTE TË PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Tema:**  Atletikë, gjimnastikë sportive e ritmike  **Rezultatet e të nxënit të temës:**  Luan disa prej lojërave themelore të stafetës me elemente të atletikës.  **Kontributi në rezultatet për kompetencat kryesore të shkallës:** III.4; V.2; V.8.  **Kontributi në rezultatet e fushës së kurrikulës:** 2.1, 2.2.  **ASPEKTE SPECIFIKE TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Njësia mësimore:**  Bregu i lumit  **Rezultatet e të nxënit të orës mësimore:**   * Identifikon pozicionin e duhur për çdo fjalë që dëgjon si “lumi”, “bregu” dhe “bregu i lumit”; * Shpjegon lidhjen e fjalëve “lumi”, “bregu” dhe “bregu i lumit” me pozicionet e vendosjes me vijën e drejtë; * Identifikon cilat strategji ishin më të suksesshme gjatë lojës së zhvilluar.   **Kriteret e suksesit:** Përcaktohen me nxënësit në klasë.  **Burimet, mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore:** Libri, shkumësi, shiriti.  **Lidhja me lëndët e tjera mësimore dhe/apo me çështjet ndërkurrikulare dhe situatat jetësore:**  Matematikë, Njeriu dhe natyra, Gjuhë shqipe, Arsimi për zhvillim të qëndrueshëm.  **METODOLOGJIA DHE VEPRIMTARIA ME NXËNËS**  **Parashikimi:** Përgatitja për të nxënët  *Imagjinatë e drejtuar*  Mësimdhënësi/ja e tregon temën e lojës “Bregu i lumit”, pastaj ai/ajo bën një përshkrim themelor të rregullave të lojës. Nxënësit i mbyllin sytë dhe i ndjekin udhëzimet e mësimdhënësit/es i cili fillon dhe i orienton për t’i krijuar imazhet në mendjet e tyre. Ai/ajo i inkurajon ata të vizualizojnë vijën e drejtë dhe pozicionet “para”, “prapa”, “në lumë” dhe “në breg”. Ata duhet të imagjinojnë veten duke lëvizur dhe duke u vendosur në pozicione të ndryshme në vijën e lojës. Hapi i radhës është diskutimi i imazheve ku mësimdhënësi/ja u kërkon nxënësve të hapin sytë dhe të tregojnë për përvojat e tyre në imagjinatë.  Hapi i fundit ka të bëjë me përcaktimin e para shikimeve. Ata shkruajnë apo vizatojnë në letër se çfarë presin të ndodhë në lojë  **Ndërtimi i njohurive dhe i shkathtësive: Përpunimi i përmbajtjes**  *Grupi i ekspertëve*  Mësimdhënësi/ja i ndan nxënësit në grupe të vogla dhe secili grup fokusohet për të kuptuar më thellësisht një aspekt të lojës “Bregu i lumit”. Pastaj nxënësit diskutojnë mes vete dhe i shkëmbejnë njohuritë e tyre për të performuar sa më mirë në lojë.  Mësimdhënësi/ja i udhëzon nxënësit që gjatë lojës të kenë parasysh koordinimin e lëvizjeve dhe mënyrat se si të ndryshojnë pozicionet nga “para”, “prapa”, “në lumë” dhe “në breg”.  **Përforcimi:** Konsolidimi dhe zbatimi i të nxënit  *Vendosja e qëllimeve*  Udhëzohen nxënësit të vendosin qëllimet për performancën e tyre në lojën “bregu i lumit”.  P.sh., nxënësit mund të vendosin si qëllim për të ndjekur një strategji të caktuar për të fituar avan- tazh në këtë lojë.  Planifikimi i veprimeve: Nxënësit planifikojnë veprimet për të arritur qëllimet e tyre.  **Vlerësimi i nxënësve:**  Nxënësit vlerësohen për identifikimin e pozicionit të duhur për fjalët që dëgjon si “lumi”, “bregu” dhe “bregu i lumit”, për shpjegimin e lidhjeve të këtyre fjalëve me pozicionet e vendosjes me vijën e drejtë, si dhe për identifikimin e strategjive më të suksesshme gjatë lojës së zhvilluar.  **Detyrë:**  Praktikoni këto lloje të ushtrimeve në shtëpitë tuaja.  *Reflektim për rrjedhën e orës mësimore:*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_* |

|  |
| --- |
| **ASPEKTET E PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MESIMORE NR - 18** |
| **Fusha kurrikulare:** Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti **Lënda:**  Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti  **Shkalla e kurrikulës: II**  **Klasa: 4** |
| **ASPEKTE TË PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Tema:**  Atletikë, gjimnastikë sportive e ritmike  **Rezultatet e të nxënit të temës:**  Praktikon ushtrimet e formimit pa rekuizita, me rekuizita dhe me top.  **Kontributi në rezultatet për kompetencat kryesore të shkallës:** III.4 ; V.2; V.8; V.9.  **Kontributi në rezultatet e fushës së kurrikulës:** 2.2.1.  **ASPEKTE SPECIFIKE TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Njësia mësimore:**  Gjimnastika, ekulibri  **Rezultatet e të nxënit të orës mësimore:**   * + Identifikon faktorët që ndikojnë në ekuilibër;   + Përshkruan rëndësinë e ekuilibrit për zhvillimin e koordinimit të trupit;   + Përdor teknika të gjimnastikës për të përmirësuar ekuilibrin dhe koordinimin e trupit.   **Kriteret e suksesit:** Përcaktohen me nxënësit në klasë.  **Burimet, mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore:** Libri**.**  **Lidhja me lëndët e tjera mësimore dhe/apo me çështjet ndërkurrikulare dhe situatat jetësore:**  Matematikë, Njeriu dhe natyra , Gjuhë shqipe, Arsimi për zhvillim të qëndrueshëm.  **METODOLOGJIA DHE VEPRIMTARIA ME NXËNËS**  **Parashikimi:** Përgatitja për të nxënët  *Shpjegim i përparuar*  Mësimdhënësi/ja i shkruan në tabelë fjalët ekuilibër, forcë, shkathtësi, elasticitet dhe nxiten nxënësit t’i japin të gjitha idetë e tyre për këto fjalë. Problemi që do të trajtohet është si ta mbajmë ekuilibrin gjatë ushtrimeve. Nxënësit të ndarë në dyshe punojnë rreth këtyre ideve dhe pastaj i paraqesin para klasës.  **Ndërtimi i njohurive dhe i shkathtësive: Përpunimi i përmbajtjes**  *Zhvillohet pjesa e mësimit*  Gjimnastika është sport i cili përfshin ushrime fizike që kërkojnë ekuilibër, forcë, fleksibilitet, shkathtësi, koordinim dhe qëndrueshmëri.  Ekuilibri është një element shumë i rëndësishëm, jo vetëm në gjimnastikë, por edhe për çdo lëvizje që bëjmë ne. Trupi i njeriut ka aftësi të qëndrojë drejt ose i balancuar edhe në pozicione të ndryshme.  Në vijim bëhen pyetjet:   * Ç’gjëra të përbashkëta ka midis listave tuaja dhe atyre që u përmendën në lexim? * Çfarë gjëra të reja mësuat?   Nxënësit i japin shpjegimet e tyre dhe ftohen të bëjnë ushtrimet duke u bazuar në udhëzimet e tekstit.  **Përforcimi:** Konsolidimi dhe zbatimi i të nxënit  *Ese*  Nxënësit udhëzohen të shkruajnë një ese për njërën nga çështjet e trajtuara në shpjegim. Këto janë disa nga pyetjet të cilat mund t’i përdorë mësimdhënësi/ja për t’i udhëzuar nxënësit që të shkruajnë ese rreth kësaj njësie mësimore, si:   * Si ndikon ekuilibri në aftësitë fizike dhe koordinimin e trupit? * Cilat ushtrime të gjimnastikës janë më efektive për të zhvilluar ekuilibër dhe pse?   **Vlerësimi i nxënësve:**  Nxënësit vlerësohen për identifikimin e faktorëve që ndikojnë në ekuilibër dhe për përdorimin e teknikave të gjimnastikës për të përmirësuar ekuilibrin dhe koordinimin e trupit.  **Detyrë:**  Video të performancës. Kërkoni nga nxënësit të regjistrojnë video duke kryer disa ushtrime të ekuilibrit dhe të gjimnastikës.  *Reflektim për rrjedhën e orës mësimore:*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_* |

|  |
| --- |
| **ASPEKTET E PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MESIMORE NR - 19** |
| **Fusha kurrikulare:** Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti **Lënda:**  Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti  **Shkalla e kurrikulës: II**  **Klasa: 4** |
| **ASPEKTE TË PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Tema:**  Atletikë, gjimnastikë sportive e ritmike  **Rezultatet e të nxënit të temës:** Ekzekuton elemente të thjeshta nga gjimnas tika sportive të cilat gjejnë zbatim edhe në jetën e përditshme.  **Kontributi në rezultatet për kompetencat kryesore të shkallës:**  III.4; V.2; V.8.  **Kontributi në rezultatet e fushës së kurrikulës:** 2.2.1.  **ASPEKTE SPECIFIKE TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Njësia mësimore:** Kapërdimi para dhe prapa  **Rezultatet e të nxënit të orës mësimore:**   * Identifikon lëvizjet e kapërdimeve para dhe prapa; * Klasifikon dallimet midis kapërdimeve para dhe prapa në terma të teknikave dhe pozicion të trupit; * Zbaton teknikat e kapërdimeve para dhe prapa në lojëra ose aktivitete sportive të ndryshme.   **Kriteret e suksesit:** Përcaktohen me nxënësit në klasë.  **Burimet, mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore:** Libri, sfungjeri.  **Lidhja me lëndët e tjera mësimore dhe/apo me çështjet ndërkurrikulare dhe situatat jetësore:**  Matematikë, Njeriu dhe natyra , Gjuhë shqipe, Arsimi për zhvillim të qëndrueshëm.  **METODOLOGJIA DHE VEPRIMTARIA ME NXËNËS**  **Parashikimi:** Përgatitja për të nxënët  *Diskutim për njohuritë paraprake*  Mësimdhënësi/ja mund t’i bëjë këto pyetje:   * A keni dëgjuar ndonjëherë për kapërdimin para dhe prapa? * A dini të përshkruani se çfarë është kapërdimi para dhe prapa? * A e keni praktikuar ndonjëherë këtë lloj aktiviteti fizik? * Cili është qëllimi i kapërdimit para dhe prapa në edukatën fizike?   **Ndërtimi i njohurive dhe i shkathtësive: Përpunimi i përmbajtjes**  *Veprimtari e drejtuar*  Mësimdhënësi/ja mund t’u shfaqë nxënësve vi- deo demonstruese apo edhe thjesht t’i udhëzojë ata për të ndjekur hapat e këtyre ushtrimeve në libër. Këto ushtrime duhen të bëhen në sallën e edukatës fizike dhe t’i kenë pajisjet e duhura.  Për të bërë akoma më tërheqëse orën, mësim- dhënësi/ja mund t’i ndajë nxënësit në dy grupe dhe të bëjë një garë mes tyre se cili nga grupet bën më shumë kapërdime para dhe prapa p.sh., nxënësit ndahen në dy grupe, dy përfaqësues të secilit grup garojnë në mes vete. Kështu vazhdon derisa të përfshihen të gjithë nxënësit. Fiton grupi që ka bërë më shumë kapërdime para dhe prapa. Përdorni muzikë stimuluese për të përcjellë rit- min dhe energjinë e orës së edukatës fizike.  **Përforcimi:** Konsolidimi dhe zbatimi i të nxënit  *Vlerësim i praktikës së kapërdimit para dhe prapa*  Mësimdhënësi/ja i ndan nxënësit në grupe të vogla dhe kërkon nga ata që t’i përsërisin ushtrimet e mësuara në këtë orë. Kërkesa është që nxënësit të fokusohen në formën dhe përmbushjen e duhur të kapërdimeve para dhe prapa. Mësimdhënësi/ja e vëzhgon secilin grup dhe jep komente dhe këshilla për përmirësim nëse është e nevojshme.  **Vlerësimi i nxënësve:**  Nxënësit vlerësohen për identifikimin e lëvizjeve të kapërdimeve para dhe prapa, për saktësinë në dallimet midis kapërdimeve para dhe prapa në terma të teknikave dhe pozicion të trupit, si dhe për zbatimin e këtyre lëvizjeve në praktikë.  **Detyrë:**  Praktikoni këto ushtrime në shtëpi.  *Reflektim për rrjedhën e orës mësimore:*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_* |

|  |
| --- |
| **ASPEKTET E PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MESIMORE NR - 20** |
| **Fusha kurrikulare:** Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti **Lënda:**  Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti  **Shkalla e kurrikulës: II**  **Klasa: 4** |
| **ASPEKTE TË PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Tema:**  Atletikë, gjimnastikë sportive e ritmike  **Rezultatet e të nxënit të temës:**  Ekzekuton elemente të thjeshta nga gjimnas tika sportive të cilat gjejnë zbatim edhe në jetën e përditshme.  **Kontributi në rezultatet për kompetencat kryesore të shkallës:** III.4; III.5; V.2; V.8.  **Kontributi në rezultatet e fushës së kurrikulës:** **1,2. 2.1.**  **ASPEKTE SPECIFIKE TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Njësia mësimore:** Ushtrimet e formimit me rekuizita të ndryshme dhe pa rekuizita  **Rezultatet e të nxënit të orës mësimore:**   * Identifikon dhe përshkruan ndryshimin midis ushtrimeve me rekuizita dhe pa rekuizita; * Demonstron dhe praktikon ushtrimet e kombinuara me rekuizita dhe pa to, duke përdorur teknikat e duhura; * Analizon se si ndikojnë këto ushtrime për të zhvilluar aftësitë e tyre motorike dhe koordinimin e trupit.   **Kriteret e suksesit:** Përcaktohen me nxënësit në klasë.  **Burimet, mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore:** Libri, rekuizita të ndryshme.  **Lidhja me lëndët e tjera mësimore dhe/apo me çështjet ndërkurrikulare dhe situatat jetësore:**  Matematika, Shoqëria dhe mjedisi, Gjuhë shqipe, Arsimi për zhvillim të qëndrueshëm.  **METODOLOGJIA DHE VEPRIMTARIA ME NXËNËS**  **Parashikimi:** Përgatitja për të nxënët  *Paraqitja e temës*  Mësimdhënësi/ja i paraqet para nxënësve temën që do ta shtjellojnë në këtë orë mësimore. Mund të përdorë ilustrimet dhe shembujt nga teksti apo edhe materiale të përgatitura nga mësimdhënësi/ja. Këto materiale duhet të përmbajnë ushtrime të ndryshme me rekuizita dhe pa rekuizita.    **Ndërtimi i njohurive dhe i shkathtësive: Përpunimi i përmbajtjes**  *Demonstrimi i ushtrimeve*  Mësimdhënësi/ja mund t’u shfaqë nxënësve video demonstruese apo edhe thjesht t’i udhëzojë ata për të ndjekur hapat e këtyre ushtrimeve në libër. Këto ushtrime duhen të bëhen në sallën e edu katës fizike dhe t’i kenë pajisjet e duhura.  Për të bërë akoma më tërheqëse orën, mësim dhënësi/ja mund t’i aplikojë disa teknika, si: *Lojëra dhe sfida, partneritet:* Nxënësit janë të lejuar të zgjedhin partnerët e tyre për të bërë ushtrime të ndryshme bashkë, me rekuizita dhe pa rekuizita.  *Pritje në semafor:* Ndahen nxënësit në grupe të vogla dhe vendoset një semafor që tregon kur të fillojnë dhe kur të ndalen ushtrimet.  *Histori dhe kulturë:* Përkujtoni lojërat tradicionale të vendeve të ndryshme që përdorin rekuizita të caktuara.  **Përforcimi:** Konsolidimi dhe zbatimi i të nxënit  *Shqyrtim i përbashkët*  Mësimdhënësi/ja bën pyetje, si:   * Cilat janë përvojat tuaja gjatë ushtrimeve të kombinuara me rekuizita dhe pa to? * Si ndiheni kur i kryeni këto ushtrime dhe si keni arritur të përballeni me sfidat që u janë paraqitur?   Mësimdhënësi/ja i ndan nxënësit në grupe që mund t’i quajë “grupe të diskutimit”, ku secili grup përgjigjet në pyetjet e parashtruara nga mësimdhënësi/ja dhe i shkëmbejnë përvojat me njëri-tjetrin.  **Vlerësimi i nxënësve:**  Nxënësit vlerësohen për identifikimin e ndryshimit midis ushtrimeve me rekuizita dhe pa rekuizita për demonstrimin dhe praktikimin e këtyre ushtrimeve dhe vetëdijen se si këto ushtrime ndikojnë për të zhvilluar aftësitë e tyre motorike dhe koordinimin e trupit.  **Detyrë:**  Praktikoni këto ushtrime me rekuizitat të cilat i keni në shtëpi.  *Reflektim për rrjedhën e orës mësimore:*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_* |

|  |
| --- |
| **ASPEKTET E PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MESIMORE NR - 21** |
| **Fusha kurrikulare:** Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti **Lënda:**  Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti  **Shkalla e kurrikulës: II**  **Klasa: 4** |
| **ASPEKTE TË PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Tema:**  Atletikë, gjimnastikë sportive e ritmike  **Rezultatet e të nxënit të temës:**  Demonstron elemente të thjeshta të valleve.  **Kontributi në rezultatet për kompetencat kryesore të shkallës:**  III.4; V.2; V.8; VI.4.  **Kontributi në rezultatet e fushës së kurrikulës:** 1.1.1, 2.  **ASPEKTE SPECIFIKE TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Njësia mësimore:**  Valle tradicionale  **Rezultatet e të nxënit të orës mësimore:**   * Identifikon disa lloje të valleve tradicionale dhe shpjegon rëndësinë kulturore dhe historike të tyre; * Demonstron dhe praktikon valle tradicionale; * Aplikon hapat dhe kërcimin në përputhje me ritmin e muzikës.   **Kriteret e suksesit:** Përcaktohen me nxënësit në klasë.  **Burimet, mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore:** Libri, kompjuter.  **Lidhja me lëndët e tjera mësimore dhe/apo me çështjet ndërkurrikulare dhe situatat jetësore:**  Matematika, Shoqëria dhe mjedisi, Gjuhë shqipe, Arsimi për zhvillim të qëndrueshëm.  **METODOLOGJIA DHE VEPRIMTARIA ME NXËNËS**  **Parashikimi:** Përgatitja për të nxënët  *Imagjinatë e drejtuar*  Mësimdhënësi/ja bisedon me nxënës për llojet e valleve tradicionale dhe rëndësinë kulturore të tyre. Përshkruan një situatë të ndonjë valleje të njohur dhe pastaj kërkon nga nxënësit t’i mbyllin sytë dhe të imagjinojnë veten në atë valle.  Duke udhëhequr nxënësit nëpër një udhëtim imagjinar sugjeron hapat që duhet të ndjekin, të përjetojnë kostumet tradicionale, të dëgjojnë muzikën e valleve, dhe të bashkohen në valle me njëri-tjetrin. Mësimdhënësi/ja i udhëzon nxënësit t’i hapin sytë dhe t’i tregojnë përvojat e tyre imagjinare, pastaj ata të shkruajnë se si e mendojnë se do të jetë vallëzimi që do ta mësojnë në këtë orë.  **Ndërtimi i njohurive dhe i shkathtësive: Përpunimi i përmbajtjes**  *Demonstrimi i valleve tradicionale*  Mësimdhënësi/ja mund t’u shfaqë nxënësve video demonstruese, të vallëzojë vetë apo edhe të kërko jë ndihmën e një nxënësi/e që di atë valle.  Fillimisht shpjegohen hapat dhe koordinimi i duhur i tyre me ritmin e muzikës.  Nxënësit duhet të ndihmohen që të kuptojnë strukturën dhe rregullat e valleve tradicionale. Për ta bërë akoma më tërheqëse orën mësimore, mësimdhënësi/ja mund t’i angazhojë nxënësit në disa detyra p.sh., *punëtori e koreografisë* - ndahen nxënësit në grupe të vogla dhe u jepet secilit grup një valle tradicionale për t’u përgatitur. Nxënësit e përgatitin koreografinë, hapat, kërcimin etj.  **Përforcimi:** Konsolidimi dhe zbatimi i të nxënit  *Shqyrtim i përbashkët*  Mësimdhënësi/ja bën pyetje, si:   * Cilat janë ndjenjat tuaja pas kësaj ore vallesh? * Cila ishte pjesa më e vështirë e vallëzimit? * Cila mendoni se ishte pjesa më e sukseshme e performancës tuaj?   Mësimdhënësi/ja i ndan nxënësit në grupe që mund t’i quajë “grupe të diskutimit”, ku secili grup përgjigjet në pyetjet e parashtruara nga mësimdhënësi/ja dhe i shkëmbejnë përvojat me njëri-tjetrin.  **Vlerësimi i nxënësve:**  Nxënësit vlerësohen për identifikimin e disa lloje të valleve tradicionale dhe shpjegimin e rëndësisë kulturore dhe historike të tyre, për demonstrimin dhe praktikimin e këtyre valleve dhe për aplikimin e hapave dhe kërcimin në përputhje me ritmin e muzikës.  **Detyrë:**  Mësimdhënësi/ja mund t’u kërkojë nxënësve të krijojnë vallet e tyre duke përdorur elemente të valleve tradicionale që i kanë mësuar në këtë orë.  *Reflektim për rrjedhën e orës mësimore:*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_* |

|  |
| --- |
| **ASPEKTET E PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MESIMORE NR - 22** |
| **Fusha kurrikulare:** Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti **Lënda:**  Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti  **Shkalla e kurrikulës: II**  **Klasa: 4** |
| **ASPEKTE TË PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Tema:**  Atletikë, gjimnastikë sportive e ritmike  **Rezultatet e të nxënit të temës:**  Demonstron elemente të thjeshta të valleve.  **Kontributi në rezultatet për kompetencat kryesore të shkallës:**  III.4; V.8; VI.2; VI.4.  **Kontributi në rezultatet e fushës së kurrikulës:** 1, 2. 2.2.  **ASPEKTE SPECIFIKE TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Njësia mësimore:**  Mbaje shkopin me këmbë  **Rezultatet e të nxënit të orës mësimore:**   * Mban shkopin me këmbë dhe identifikon kriteret për të kryer me sukses këtë veprim; * Demonstron dhe praktikon kërcimin me shkop; * Aplikon teknikat e mbajtjes së shkopit me këmbë në një situatë praktike.   **Kriteret e suksesit:** Përcaktohen me nxënësit në klasë.  **Burimet, mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore:** Libri, shkopi.  **Lidhja me lëndët e tjera mësimore dhe/apo me çështjet ndërkurrikulare dhe situatat jetësore:**  Matematikë, Gjuhë shqipe, Arsimi për zhvillim të qëndrueshëm.  **METODOLOGJIA DHE VEPRIMTARIA ME NXËNËS**  **Parashikimi:** Përgatitja për të nxënët  *Stuhi mendimesh*  Mësimdhënësi/ja e paraqet titullin e kësaj njësie mësimore “Mbaje shkopin me këmbë” dhe bën disa pyetje për të parë se çfarë mendojnë nxënësit për ketë temë. Pyetjet që mund t’u bëhen nxënësve janë: A keni dëgjuar ndonjëherë për aktivitetin *mbaje shkopin më këmbë?* Cila mund të jetë përmbajtja e aktivi- tetit? Cilat janë disa mënyra që mund ta mbajmë shkopin me këmbë?  **Ndërtimi i njohurive dhe i shkathtësive: Përpunimi i përmbajtjes**  *Veprimtari e drejtuar*  Mësimdhënësi/ja bën shpjegim se si duhet reali- zuar ky aktivitet.  Katër nxënës duhet të kapen krah për krah (sikur në valle) dhe këmbën tuaj të djathtë duhet ta ngritni për të mbajtur diçka mbi të, qoftë shkop, shufër etj. Të kapur me njëri-tjetrin, ju duhet të kërceni bashkërisht duke e mbajtur shkopin në këmbë pa u rrëzuar deri te caku ku është duke pritur grupi i radhës. Pastaj mësimdhënësi/ja i ndan nxënësit në grupe të vogla dhe i udhëzon të fillojnë aktivitetin. Ai e bën monitorimin nga afër në mënyrë që të sigurohet se ky aktivitet kryhet me saktësi ose që të bëjë ndryshime nëse është e nevojshme. Për të bërë orën akoma më tërheqëse për nxënësit, mësimdhënësi/ja mund ta shoqërojë këtë aktivitet me muzikë.  **Përforcimi:** Konsolidimi dhe zbatimi i të nxënit  *Përcaktimi i roleve*  Mësimdhënësi/ja gjatë monitorimit të kërcimit me shkop i ka identifikuar edhe talentet e nxënësve për këtë lloj kërcimi. Tani, në këtë fazë të orës ai e bën ndarjen e roleve dhe i cakton nxënësit në këto role, p.sh.: *instruktori i kërcimit, drejtori i koreografisë, nxënësi që kërcen në rolin e udhëheqësit të grupit* etj. *Instruktori* mund të krijojë një koreografi të thjeshtë ose disa hapa bazë që t’i ndjekin nxënësit. *Drejtori i koreografisë* vendos se si nxënësit duhet ta shfaqin shkopin në kërcim në mënyrë krijuese dhe artistike. *Udhëheqësi i grupit* kujdeset për koordinimin e grupit dhe për të siguruar që të gjithë përshtaten me kërcimin e krijuar nga *instruktori* dhe *drejtori i koreografisë.*  **Vlerësimi i nxënësve:**  Nxënësit vlerësohen për identifikimin e kritereve për të kryer me sukses mbajtjen e shkopit me këmbë, për demonstrimin dhe praktikimin e këtij kërcimi, si dhe për aplikimin e teknikave të mbajtjes së shko pit me këmbë në një situatë praktike.  **Detyrë:**  Praktikoni këto ushtrime në shtëpi.  **Për mësuesin/en**  *Reflektim për rrjedhën e orës mësimore:*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_* |

|  |
| --- |
| **ASPEKTET E PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MESIMORE NR - 23** |
| **Fusha kurrikulare:** Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti **Lënda:**  **:** Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti  **Shkalla e kurrikulës: II**  **Klasa: 4** |
| **ASPEKTE TË PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Tema:**  Lojërat sportive  **Rezultatet e të nxënit të temës:**  Përvetëson lëvizjet teknike në ujë nëpërmjet lojës.  **Kontributi në rezultatet për kompetencat kryesore të shkallës:**  III.4; III.5; V.2.  **Kontributi në rezultatet e fushës së kurrikulës:** **1, 2. 2.1**  **ASPEKTE SPECIFIKE TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Njësia mësimore:**  Aktivitet në ujë  **Rezultatet e të nxënit të orës mësimore:**   * Identifikon sportet që praktikohen në ujë; * Zbaton disa teknika të frymëmarrjes në ujë duke praktikuar frymëmarrjen e thellë me hundë; * Përshkruan rëndësinë e notit për shëndetin fizik.   **Kriteret e suksesit:** Përcaktohen me nxënësit në klasë.  **Burimet, mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore:** Libri**.**  **Lidhja me lëndët e tjera mësimore dhe/apo me çështjet ndërkurrikulare dhe situatat jetësore:**  Njeriu dhe natyra, Gjuhë shqipe, Arsimi për zhvillim të qëndrueshëm.  **METODOLOGJIA DHE VEPRIMTARIA ME NXËNËS**  **Parashikimi:** Përgatitja për të nxënët  *Stuhi mendimesh*  Mësimdhënësi/ja e paraqet titullin e kësaj njësie mësimore “Aktivitet në ujë” dhe bën disa pyetje për të parë se çfarë idesh kanë nxënësit për ketë temë.  Pyetjet që mund t’u bëhen nxënësve janë:   * Cilat janë disa gjëra që ju kujtohen kur dëgjoni këtë titull? * Cili sport mendoni se mund të përfshihet në kategorinë e “Aktiviteteve në ujë”? Pse? * Cili është sporti juaj i preferuar në ujë? * Nëse do të donit të zhvilloni një sport garues në ujë, çfarë do të përfshinte ky sport?   **Ndërtimi i njohurive dhe i shkathtësive: Përpunimi i përmbajtjes**  *Veprimtari e drejtuar*  Mësimdhënësi/ja e bën shpjegimin se si duhet realizuar ky lloj sporti. Noti është sport garues, individual ose ekipor. Për të lëvizur në ujë angazhohen të gjitha gjymtyrët e trupit. Sporti i notit zhvillohet në pishina ose në ambient të hapur (liqen ose det). Element i rëndësishëm në këtë sport është frymëmarrja. Provojmë disa herë të marrim frymë thellë me hundë dhe ta mbajmë për pesë sekonda dhe më pas e nxjerrim frymën jashtë nga goja. Të njëjtin veprim e praktikojmë edhe kur jemi në ujë.  Përdorimi i videove instruktive do të tregojë se si bëhet noti, si të mbahet fryma, si bëhet përdorimi i gjymtyrëve në ujë etj. Në këtë mënyrë nxënësit mund të vizualizojnë teknikat e duhura dhe t’i praktikojnë ato në klasë. Forma më e për shtatshme do të ishte organizimi i një sesioni në ujë.  **Përforcimi:** Konsolidimi dhe zbatimi i të nxënit  *Shqyrtim i përbashkët*  Nëse mësimdhënësi/ja ka arritur të organizojë një sesion në ujë atëherë sapo të kthehen në klasë  do të diskutohet për përvojat e secilit nxënës. Do të pyeten nxënësit për ndjenjat dhe vështirësitë që  kanë hasur si dhe për përparësitë që kanë vënë re nga praktikimi i notit dhe frymëmarrja e thellë. Në të kundërtën mund të diskutohet për përfitimet që ka organizmi i njeriut nga praktikimi i sportit të notit.  **Vlerësimi i nxënësve:**  Nxënësit vlerësohen për identifikimin e sporteve që praktikohen në ujë, për zbatimin e disa teknikave të frymëmarrjes në ujë duke praktikuar frymëmarrjen e thellë me hundë, si dhe për përshkrimin e rëndësinë së notit për shëndetin fizik.  **Detyrë:**  Praktikoni këto ushtrime të frymëmarrjes në shtëpi.  *Reflektim për rrjedhën e orës mësimore:*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_* |

|  |
| --- |
| **ASPEKTET E PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MESIMORE NR - 24** |
| **Fusha kurrikulare:** Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti **Lënda:**  Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti  **Shkalla e kurrikulës: II**  **Klasa: 4** |
| **ASPEKTE TË PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Tema:** Lojërat sportive  **Rezultatet e të nxënit të temës:**  Luan disa prej lojërave themelore të stafetës me elemente të atletikës.  **Kontributi në rezultatet për kompetencat kryesore të shkallës:**  III.4; III.5; V.8.  **Kontributi në rezultatet e fushës së kurrikulës:** **1, 2, 2.2.**  **ASPEKTE SPECIFIKE TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Njësia mësimore:**  Kërcimi kangur  **Rezultatet e të nxënit të orës mësimore:**   * + Identifikon teknikat e kërcimit kangur;   + Zbaton teknikat e kërcimit kangur;   + Dallon kërcimin kangur në dy mënyra të ndryshme, në çifte dhe në katërshe.   **Kriteret e suksesit:** Përcaktohen me nxënësit në klasë.  **Burimet, mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore:**  **Libri.**  **Lidhja me lëndët e tjera mësimore dhe/apo me çështjet ndërkurrikulare dhe situatat jetësore:**  Njeriu dhe natyra, Gjuhë shqipe, Arsimi për zhvillim të qëndrueshëm.  **METODOLOGJIA DHE VEPRIMTARIA ME NXËNËS**  **Parashikimi:** Përgatitja për të nxënët  *Icebreaker - Të ndërthurur*  Mësimdhënësi/ja i ndan nxënësit në dyshe. Ai/ajo u tregon nxënësve se duhet ta përshkruajnë njëri- tjetrin si “kangur” duke përdorur vetëm një fjalë për secilin shok-shoqe. Pra, secili anëtar i grupit do të ketë një mundësi për të thënë një fjalë për shokun e tij. Kjo mund të jetë një fjalë që kujton formën, ngjyrën, sjelljen ose ndonjë karakteristikë tjetër të shokut/shoqes që i bën të kujtojnë një kangur. P.sh., një nxënës mund të thotë “i gjatë” për shokun/shoqen sepse ai/ajo është i/e gjatë sa një kangur. Tjetri mund të thotë “euforik” sepse ai/ajo është i/e lumtur ose i/e gëzuar si një kangur që kërcen.  **Ndërtimi i njohurive dhe i shkathtësive: Përpunimi i përmbajtjes**  *Veprimtari demonstruese*  Mësimdhënësi/ja shpjegon dhe demonstron këtë lojë para nxënësve.  Nxënësit duhet të ndahen në çifte, pozita cuc e këmbëhapur anash, nxënësit njëri pas tjetrit si kanguri, i vendosin duart te beli. Kur u jepet shenjë, niseni nga vija e caktuar deri në cak me kërcim kanguri pa u ndarë. Pastaj vazhdojmë me katër persona, të cilët duhet të ulen si kangur dhe t’i vendosin duart në belin e shokëve përpara dhe me komandë niseni për te caku. Të gjithë, pa u shkëputur, duhet ta kaloni cakun.  Për të bërë lojën më interesante mund të përdorni muzikë për fëmijë të frymëzuar nga kangurët.  **Përforcimi:** Konsolidimi dhe zbatimi i të nxënit  *Rishikim në dyshe*  Kërkohet nga nxënësit të reflektojnë në dyshe mbi përvojën e tyre gjatë kërcimit kangur. Mësimdhënësi mund t’i parashtrojë këto pyetje:   * Si ndiheni pas kërcimit kangur? * Cilat ishin sfidat më të mëdha gjatë kërcimit kangur? * Çfarë aftësish të reja keni zhvilluar gjatë kësaj ore?   Mësimdhënësi/ja krijon një listë të përgjigjeve të nxënësve dhe i ndan ato me të gjithë klasën. Kjo do  të lejojë nxënësit të ndajnë përvojat e tyre dhe të mësojnë nga njëri-tjetri.  **Vlerësimi i nxënësve:**  Nxënësit vlerësohen për identifikimin e teknikave të kërcimit kangur, për zbatimin e këtyre teknikave si dhe për dallimin e kërcimit kangur në dy mënyra të ndryshme, në çifte dhe në katërshe.  **Detyrë:**  Shkruani në ditarin tuaj për përvojat nga kjo lojë.  *Reflektim për rrjedhën e orës mësimore:*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_* |

|  |
| --- |
| **ASPEKTET E PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MESIMORE NR - 25** |
| **Fusha kurrikulare:** Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti **Lënda:**  Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti  **Shkalla e kurrikulës: II**  **Klasa: 4** |
| **ASPEKTE TË PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Tema:**  Lojërat sportive  **Rezultatet e të nxënit të temës:**  Luan disa prej lojërave themelore të stafetës me elemente të atletikës.  **Kontributi në rezultatet për kompetencat kryesore të shkallës:**  III.4; III.5; V.2; V.8.  **Kontributi në rezultatet e fushës së kurrikulës: 2, 2.1, 2.2.**  **ASPEKTE SPECIFIKE TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Njësia mësimore: Garë**  **Rezultatet e të nxënit të orës mësimore:**   * + Identifikon teknikat e vendosjes së objekteve në rrathë;   + Zbaton teknikat e vendosjes së objekteve në rrathë duke përdorur një kombinim të shpejtësisë dhe precizitetit;   + Vëren hapat e nevojshëm për të përmirësuar performancën në garat e ardhshme.   **Kriteret e suksesit:** Përcaktohen me nxënësit në klasë.  **Burimet, mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore:** Libri, topa, lapsa, fletore, rrathë.  **Lidhja me lëndët e tjera mësimore dhe/apo me çështjet ndërkurrikulare dhe situatat jetësore:**  Njeriu dhe natyra, Gjuhë shqipe, Arsimi për zhvillim të qëndrueshëm.  **METODOLOGJIA DHE VEPRIMTARIA ME NXËNËS**  **Parashikimi:** Përgatitja për të nxënët  *Stuhi mendimesh*  Mësimdhënësi/ja e paraqet fjalën “garë” dhe i pyet nxënësit:   * Cili është kuptimi i fjalës “garë” për ju? * A mendoni se fjala “garë” ka të bëjë me aktivitete fizike? Nëse po, cila lloj gare mendoni se mund të jetë? * Si e lidhni fjalën “garë” me aktivitetin dhe sportin?   **Ndërtimi i njohurive dhe i shkathtësive: Përpunimi i përmbajtjes**  *Demonstrimi i lojës*  Mësimdhënësi/ja e shpjegon dhe e demonstron lojën para nxënësve.  Në dy rrathë janë të vendosura disa gjëra, si: topa, lapsa, fletore.  Ju duhet të ndaheni në kolona dhe në shenjën e dhënë keni për detyrë: nga një nxënës prej secilës kolonë ta marrë topin, fletoren, lapsin nga njëri rreth dhe ta vendosë në rrethin tjetër. Do të garoni se kush do t’i vendosë më shpejt.  Loja mund të bëhet më atraktive nëse i shtojmë edhe elemente të tjera p.sh., nëse vendosim “sfida” shtesë, si: vrima të vogla, ndarje të shpejta, ose kthesa të vështira. Nxënësit do të përpiqen t’i kalojnë këto sfida duke i vendosur objektet në rrathë sa më shpejt që të mundin.  **Përforcimi:** Konsolidimi dhe zbatimi i të nxënit  *Rishikim në dyshe*  Kërkohet nga nxënësit të reflektojnë në dyshe mbi përvojën e tyre gjatë kësaj gare. Mësimdhënësi/ja mund t’i parashtrojë këto pyetje:   * Çfarë u pëlqeu më shumë në këtë garë? * Cilat aspekte i keni gjetur më interesante dhe pse? * Cili ishte momenti më sfidues gjatë garës?   Mësimdhënësi/ja krijon një listë të përgjigjeve të nxënësve dhe i ndan ato me të gjithë klasën. Kjo do t’i lejojë nxënësit t’i ndajnë përvojat e tyre dhe të mësojnë nga njëri-tjetri.  **Vlerësimi i nxënësve:**  Nxënësit vlerësohen për identifikimin e teknikave të vendosjes së objekteve në rrathë, për zbatimin e këtyre teknikave duke përdorur një kombinim të shpejtësisë dhe precizitetit, si dhe për dallimin e hapave të nevojshëm për të përmirësuar performancën në garat e ardhshme.  **Detyrë:**  Praktikoni këso lloj garash me bashkëmoshatarët.  *Reflektim për rrjedhën e orës mësimore:*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_* |

|  |
| --- |
| **ASPEKTET E PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MESIMORE NR - 26** |
| **Fusha kurrikulare:** Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti **Lënda:**  Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti  **Shkalla e kurrikulës: II**  **Klasa: 4** |
| **ASPEKTE TË PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Tema:**  Lojërat sportive  **Rezultatet e të nxënit të temës:**  Përvetëson elementet e teknikës bazë të disa lojërave sportive.  **Kontributi në rezultatet për kompetencat kryesore të shkallës:** III.4; III.5; V.2.  **Kontributi në rezultatet e fushës së kurrikulës:** 2.  **ASPEKTE SPECIFIKE TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Njësia mësimore:**  Përcille hapin  **Rezultatet e të nxënit të orës mësimore:**   * + Diskuton me grupin;   + Bashkëpunon me grupin;   + Demonstron lojën e mësuar.   **Kriteret e suksesit:** Përcaktohen me nxënësit në klasë.  **Burimet, mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore:** Libri  **Lidhja me lëndët e tjera mësimore dhe/apo me çështjet ndërkurrikulare dhe situatat jetësore:**  Matematikë, Njeriu dhe natyra, Gjuhë shqipe, Arsimi për zhvillim të qëndrueshëm.  **METODOLOGJIA DHE VEPRIMTARIA ME NXËNËS**  **Parashikimi:** Përgatitja për të nxënët  *Diskutim për njohuritë paraprake*  Nxënësit nxiten të japin përgjigje për pyetjet:   * Sa ndikon bashkëpunimi në sport?   A mendoni se sporti ju ndihmon që të krijoni lidhje shoqërore me bashkëmoshatarët tuaj, pse?  **Ndërtimi i njohurive dhe i shkathtësive: Përpunimi i përmbajtjes**  Përpunimi i përmbajtjes  Mësimdhënësi/ja i informon nxënësit me aktivi- tetin e ri që do të zhvillohet në këtë orë dhe theksohet që ka shumë rëndësi që të bashkëpunojnë dhe të bëjnë një "strategji" se cili do të jetë përcjellësi i letrës edhe cili do ta përcjellë hapin. Njëri nxënës ec, ndërsa dy të tjerët pas çdo hapi i ven dosin përpara një letër A4. Nxënësi i cili ndjek me hap, duhet ta vendosë këmbën vetëm në letrën që shoku ose shoqja ia vendos përpara këmbëve. Mësimdhënësi/ja i ndan nxënësit në 2 grupe për të garuar dhe cili grup e kalon cakun i pari është fitues i garës.  **Përforcimi:** Konsolidimi dhe zbatimi i të nxënit  *Diskutim i përbashkët*  Në fund të orës veçohen nxënësit që kanë treguar bashkëpunim më të mirë dhe rezultat pozitiv, dhe nxiten të përgjigjen në pyetjen e parashtruar:   * A është i domosdoshëm bashkëpunimi në sport?   Nxënësit i japin përgjigjet e tyre.   |  |  |  | | --- | --- | --- | | Po | Arsyet | Jo | | Bashkëpunimi në sport sjell fitore. |  | Lojën mund ta fitoj vetë. | | Me bashkëpunim krijojnë miqësi të reja. |  | Pa bashkëpunim mund të fitosh. |   **Vlerësimi i nxënësve:**  Nxënësit vlerësohen për saktësinë e përgjigjeve dhe bashkëpunimin e mirë me grupin.  **Detyrë:**  Praktikoni lojën në shtëpi.  *Reflektim për rrjedhën e orës mësimore:*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_* |

|  |
| --- |
| **ASPEKTET E PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MESIMORE NR - 27** |
| **Fusha kurrikulare:** Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti **Lënda:**  Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti  **Shkalla e kurrikulës: II**  **Klasa: 4** |
| **ASPEKTE TË PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Tema:**  Lojërat sportive  **Rezultatet e të nxënit të temës:**  Përvetëson elementet e teknikës bazë të disa lojërave sportive.  **Kontributi në rezultatet për kompetencat kryesore të shkallës:** III.4.5.7.8; V.2.  **Kontributi në rezultatet e fushës së kurrikulës:** 2.  **ASPEKTE SPECIFIKE TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Njësia mësimore:**  Rrathët e shpëtimit  **Rezultatet e të nxënit të orës mësimore:**   * + Dallon ushtrimet e formimit nga aktivitetet e mësuara;   + Përgjigjet në pyetjet e parashtruara;   + Demonstron aktivitetin me lehtësi.   **Kriteret e suksesit:** Përcaktohen me nxënësit në klasë.  **Burimet, mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore:** Libri, rrathët, topi.  **Lidhja me lëndët e tjera mësimore dhe/apo me çështjet ndërkurrikulare dhe situatat jetësore:**  Matematikë, Njeriu dhe natyra , Gjuhë shqipe, Arsimi për zhvillim të qëndrueshëm.  **METODOLOGJIA DHE VEPRIMTARIA ME NXËNËS**  **Parashikimi:** Përgatitja për të nxënët  *Veprimtari e lirë*  Mësimdhënësi/ja i nxit nxënësit të vrapojnë me temp të ngadaltë për ta bërë nxehjen e organizmit. Nxënësi i cili është në radhë për t'i zhvilluar ushtrimet e formimit, del në mes dhe i demonstron ushtrimet.  **Ndërtimi i njohurive dhe i shkathtësive: Përpunimi i përmbajtjes**  *Veprimtari e drejtuar*  Mësimdhënësi/ja i informon nxënësit me aktivitetin e ri. Rregullat e lojës shpjegohen dhe kufizohet hapësira në të cilën nxënësit do ta zhvillojnë lojën. Pozita e "policit" mund të jetë vetë mësimdhënësi/ja që t'i evitojë gabimet e mundshme, ndërsa herën e dytë vijon një nxënës/e e klasës.  **Përforcimi:** Konsolidimi dhe zbatimi i të nxënit  *Diskutim i përbashkët*  Nxiten nxënësit të përgjigjen në pyetjet e parash- truara:   * A mendoni se forcat e sigurisë janë të rëndësishme për mbarëvajtjen e rregullave? Shpjego arsyen. * A ju ka ndodhur ndonjëherë t’i thyeni rregullat në ndonjë ambient? Nese po, tregoni kur.   **Vlerësimi i nxënësve:**  Nxënësit vlerësohen për saktësinë e rregullave të lojës dhe përgjigjet e tyre.  **Detyrë:**  Praktikoni me bashkëmoshatarët tuaj këtë aktivitet.  *Reflektim për rrjedhën e orës mësimore:*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_* |

|  |
| --- |
| **ASPEKTET E PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MESIMORE NR - 28** |
| **Fusha kurrikulare:** Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti **Lënda:**  Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti  **Shkalla e kurrikulës: II**  **Klasa: 4** |
| **ASPEKTE TË PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Tema:**  Lojërat sportive  **Rezultatet e të nxënit të temës:**  Dallon rregullat themelore në lojërat e ndryshme sportive.  **Kontributi në rezultatet për kompetencat kryesore të shkallës:**  III.4.5.7.8; V.2.  **Kontributi në rezultatet e fushës së kurrikulës:** 2.2.  **ASPEKTE SPECIFIKE TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Njësia mësimore:**  Të gjithë miqtë e mi  **Rezultatet e të nxënit të orës mësimore:**   * + Përzgjedh një karakteristikë që i përshtatet;   + Bën dallimin e aktiviteteve;   + Demonstron aktivitetin e mësuar.   **Kriteret e suksesit:** Përcaktohen me nxënësit në klasë.  **Burimet, mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore:** Libri, konet.  **Lidhja me lëndët e tjera mësimore dhe/apo me çështjet ndërkurrikulare dhe situatat jetësore:**  Matematikë, Njeriu dhe natyra , Gjuhë shqipe, Arsimi për zhvillim të qëndrueshëm.  **METODOLOGJIA DHE VEPRIMTARIA ME NXËNËS**  **Parashikimi:** Përgatitja për të nxënët  *Aktivitet i lirë*  Mësimdhënësi/ja vizaton një vijë të drejtë, i radhit nxënësit jashtë vijës dhe i informon për hapat e radhës që do të bëjnë.  Mësimdhënësi/ja i përmend disa karakteristika. Nxënësit të cilët e kanë karakteristikën e njëjtë e kalojnë vijën dhe bëjnë një grup (të gjithë nxënësit që kanë sy të kaltër, rregullisht lexojnë, janë të veshur me xhinse, merren me një sport...).  Mësimdhënësi/ja bën pyetje:   * A gjeti dikush veten me dikë që ka menduar se nuk kishte asgjë të përbashkët?   Si ndihesh të jesh pjesë e një grupi të madh? Trego arsyet.  **Ndërtimi i njohurive dhe i shkathtësive: Përpunimi i përmbajtjes**  *Veprimtari e drejtuar*  Mësimdhënësi/ja i informon nxënësit me aktivi- tetin e ri që do ta mësojnë. Krijohet një rreth me kone (letra) me ngjyra. Cakton distancën 1 metër larg njëri-tjetrit, caktohet një nxënës në mes i cili fillon lojën duke thënë një veti për veten. P.sh.: të gjithë miqtë e mi që kanë të veshur këpucë të bardha të gjejnë një kon tjetër, edhe nxënësi ndihmës. Nxënësi që mbetet pa kon bëhet ndihmës i radhës. Loja përsëritet disa herë.  **Përforcimi:** Konsolidimi dhe zbatimi i të nxënit  *Diskutim i përbashkët*  Mësimdhënësi/ja i pyet nxënësit:   * Si ndiheni të jeni ndihmës të lojës? Tregoni pse. * A menduat se nuk do të gjeni veti të përbashkë- ta me shokët ose shoqet? Tregoni pse.   Nxënësit i japin mendimet e tyre rreth pyetjeve të parashtruara.  **Vlerësimi i nxënësve:**  Nxënësit vlerësohen për saktësinë në përzgjedhjen e realizimit të aktivitetit dhe demonstrimin e aktivitetit.  **Detyrë:**  Praktikoni lojën në shtëpi.  *Reflektim për rrjedhën e orës mësimore:*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_* |

|  |
| --- |
| **ASPEKTET E PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MESIMORE NR - 29** |
| **Fusha kurrikulare:** Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti **Lënda:**  Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti  **Shkalla e kurrikulës: II**  **Klasa: 4** |
| **ASPEKTE TË PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Tema:** Lojërat sportive  **Rezultatet e të nxënit të temës:** Dallon rregullat themelore në lojërat e ndryshme sportive.  **Kontributi në rezultatet për kompetencat kryesore të shkallës:** III.4.5.7.8; V.2.  **Kontributi në rezultatet e fushës së kurrikulës:** 2.2.  **ASPEKTE SPECIFIKE TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Njësia mësimore:** Kokoshkat  **Rezultatet e të nxënit të orës mësimore:**   * + Bashkëpunon me ekipin;   + Bën dallinin e rregullave të lojës së re me atë të orës së kaluar;   + Demonstron lojën e re.   **Kriteret e suksesit:** Përcaktohen me nxënësit në klasë.  **Burimet, mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore:** Libri, topi.  **Lidhja me lëndët e tjera mësimore dhe/apo me çështjet ndërkurrikulare dhe situatat jetësore:**  Matematikë, Njeriu dhe natyra , Gjuhë shqipe, Arsimi për zhvillim të qëndrueshëm.  **METODOLOGJIA DHE VEPRIMTARIA ME NXËNËS**  **Parashikimi:** Përgatitja për të nxënët  *Diskutim për njohuritë paraprake*   * Mësimdhënësi/ja i pyet nxënësit: * Si u ndiet te loja “miqtë e mi”? * Mbeti ndonjëri nga nxënësit i vetmuar? * Si do të ndiheshit po të ishit të vetmuar?   **Ndërtimi i njohurive dhe i shkathtësive: Përpunimi i përmbajtjes**  *Veprimtari e drejtuar*  Mësimdhënësi/ja i informon nxënësit me aktivi- tetin e ri që do ta mësojnë, i cili përfshin punë ekipore me elemente të koordinimit dhe shumë zbavitje. Pasi mësimdhënësi/ja i ka informuar nxënësit, fillimisht demonstron lojën, angazhon një nxënës për të vazhduar lojën. Nxënësi që për- plas duart me numër më të madh se sa nxënësi paraprak, shpallet fitues.  **Përforcimi:** Konsolidimi dhe zbatimi i të nxënit  *Diskutim i përbashkët*  Mësimdhënësi/ja i pyet nxënësit:   * Si u ndiet kur topi ra në dysheme dhe ju i bëtë ushtrimet sipas kërkesës së shokut ose shoqes? Shpjego. * Cilin ushtrim do t’ua propozoje shokëve ose shoqeve tua?   **Vlerësimi i nxënësve:**  Nxënësi vlerësohet për saktësinë e demonstrimit të lojës dhe bashkëpunimin në mënyrë ekipore.  **Detyrë:**  Praktikoni lojën në shtëpi së bashku me anëtarët e familjes.  *Reflektim për rrjedhën e orës mësimore:*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_* |

|  |
| --- |
| **ASPEKTET E PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MESIMORE NR - 30** |
| **Fusha kurrikulare:** Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti **Lënda:**  Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti  **Shkalla e kurrikulës: II**  **Klasa: 4** |
| **ASPEKTE TË PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Tema:**  Lojërat sportive  **Rezultatet e të nxënit të temës:**  Dallon rregullat themelore në lojërat e ndryshme sportive.  **Kontributi në rezultatet për kompetencat kryesore të shkallës:**  III.4; V.2; V.8; VI.2.  **Kontributi në rezultatet e fushës së kurrikulës:** 2.2.2.  **ASPEKTE SPECIFIKE TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Njësia mësimore:**  Lart, poshtë, duart dhe përplas  **Rezultatet e të nxënit të orës mësimore:**   * + Identifikon veprimet e mësuara të aktivitetit;   + Demonstron të gjitha veprimet me saktësi;   + Vlerëson dhe argumenton efektivitetin e veprimeve lart, poshtë, gjuaj dhe përplas.   **Kriteret e suksesit:** Përcaktohen me nxënësit në klasë.  **Burimet, mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore:**  **Libri, konet.**  **Lidhja me lëndët e tjera mësimore dhe/apo me çështjet ndërkurrikulare dhe situatat jetësore:**  Matematika, Gjuhë shqipe, Arsimi për zhvillim të qëndrueshëm.  **METODOLOGJIA DHE VEPRIMTARIA ME NXËNËS**  **Parashikimi:** Përgatitja për të nxënët  *Parashikimi me terma paraprakë*  Mësimdhënësi/ja i informon nxënësit se këtë orë do ta realizojmë në klasë, por fillimisht dua t’ju jap disa fjalë dhe nga këto fjalë përpiquni ta ndërtoni rrëfimin tuaj për mënyrën se si do të veproni. Fjalët e dhëna mund të jenë: lart, poshtë, përplas, duart. Nxënësit në grupe i ndërtojnë rrëfimet e tyre se çfarë lloj veprimi do të bëjnë në këtë orë. Mund ta tregojë rrëfimin secili përfaqësues i grupit.  **Ndërtimi i njohurive dhe i shkathtësive: Përpunimi i përmbajtjes**  *Veprimtari e drejtuar*  Mësimdhënësi/ja i shpjegon rregullat e lojës . Kur mësimdhënësi/ja thotë me fjalë duart “lart” ata i çojnë duart lart, kur dëgjojnë fjalën “posh të”, i vendosin duart mbi gjunjët, kur thotë fjalën “duart” duartrokasin, ndërsa fjalën “përplas”, i përplasin këmbët. Loja do të bëhët më interesante kur mësimdhënësi/ja i thotë fjalët e njëjta, por me veprime të kundërta.  Mësimdhënësi/ja i vëzhgon veprimet e aktivitetit për secilin nxënës.  *Studim i rastit*  Mësimdhënësi/ja i ka vëzhguar nxënësit dhe ka mbajtur shënime të cilat i shfaq para nxënësve. Identifikohen nxënësit të cilët kanë gabuar më pak në aktivitetin e mësuar.  **Vlerësimi i nxënësve:**  Nxënësit vlerësohen për identifikimin e veprimeve të aktivitetit, për demonstrimin e kësaj teknike në klasë.  **Detyrë:**  Praktikoni lojën e mësuar në shtëpi.  *Reflektim për rrjedhën e orës mësimore:*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_* |

|  |
| --- |
| **ASPEKTET E PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MESIMORE NR - 31** |
| **Fusha kurrikulare:** Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti **Lënda:**  Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti  **Shkalla e kurrikulës: II**  **Klasa: 4** |
| **ASPEKTE TË PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Tema:** Lojërat sportive  **Rezultatet e të nxënit të temës:** Përvetëson elementet e teknikës bazë të disa lojërave sportive.  **Kontributi në rezultatet për kompetencat kryesore të shkallës:** III.1; III.4; V.2; V.8.  **Kontributi në rezultatet e fushës së kurrikulës:** 2.2.2.  **ASPEKTE SPECIFIKE TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Njësia mësimore:** Toke me dorë, toke me këmbë  **Rezultatet e të nxënit të orës mësimore:**   * + Demonstron ushtrimin sipas udhëzimit;   + Zbulon pëlqimet e ndryshme të shokëve/shoqeve;   + Arsyeton mendimin e vet rreth aktivitetit.   **Kriteret e suksesit:** Përcaktohen me nxënësit në klasë.  **Burimet, mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore:** Libri.  **Lidhja me lëndët e tjera mësimore dhe/apo me çështjet ndërkurrikulare dhe situatat jetësore:**  Matematikë, Njeriu dhe natyra , Gjuhë shqipe, Arsimi për zhvillim të qëndrueshëm.  **METODOLOGJIA DHE VEPRIMTARIA ME NXËNËS**  **Parashikimi:** Përgatitja për të nxënët  *Diskutim i përbashkët*  Nxënësit njoftohen më njësinë mësimore dhe atyre u parashtrohen disa pyetje:   * A mendoni se gjatë një aktiviteti mësoni shumë gjëra për shokun ose shoqen, pse? * A është më e lehtë gjuajtja në basketboll, në futboll apo në hendboll? * Cila lojë ju pëlqen më shumë dhe pse?   Pas kësaj nxënësit bëjnë vrapime të lira në terrenin sportiv.  **Ndërtimi i njohurive dhe i shkathtësive: Përpunimi i përmbajtjes**  *Veprimtari e drejtuar*  Mësimdhënësi/ja informon nxënësit se do të vrapojnë në palestër.  Pasi ua jep shenjën për të filluar, nga 2-4 nxënës duke i tokur duart duhet të komunikojnë me njëri-tjetrin se cila është lënda, filmi e sporti që u pëlqen më shumë, ku për çdo përgjigje tregojnë arsyet e tyre.  Në këtë aktivitet secili nxënës përmes lojës mund të marrë informata për shokun ose shoqen se cilat janë gjërat që ata pëlqejnë më shumë duke i argumentuar.  **Përforcimi:** Konsolidimi dhe zbatimi i të nxënit  *Loja në grupe*  Mësimdhënësi/ja i nxit nxënësit ta demonstrojnë ushtrimin, duke kombinuar 2-4 nxënës të tjerë në mënyrë që të marrin informata sa më shumë nga njëri-tjetri.  **Vlerësimi i nxënësve:**  Nxënësit vlerësohen për saktësinë e demonstrimit të aktivitetit, për zbulimin e pëlqimit të një lënde për shokun ose shoqen, dhe për arsyetimin e pëlqimeve të tyre.  **Detyrë:**  Praktikoni me bashkëmoshatarët tuaj këto ushtrime të mësuara.  *Reflektim për rrjedhën e orës mësimore:*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_* |

|  |
| --- |
| **ASPEKTET E PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MESIMORE NR - 32** |
| **Fusha kurrikulare:** Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti **Lënda:**  Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti  **Shkalla e kurrikulës: II**  **Klasa: 4** |
| **ASPEKTE TË PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Tema:** Lojërat sportive  **Rezultatet e të nxënit të temës:** Dallon rregullat themelore në lojërat e ndryshme sportive.  **Kontributi në rezultatet për kompetencat kryesore të shkallës:** III.4; V.2; V.8; VI.2.  **Kontributi në rezultatet e fushës së kurrikulës:** 2.2.2.  **ASPEKTE SPECIFIKE TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Njësia mësimore:** Volejboll  **Rezultatet e të nxënit të orës mësimore:**   * + Dallon rregullat e lojës;   + Përshkruan elementet e lojës së volejbollit;   + Gjykon mbi rëndësinë e elementeve të lojës së volejbollit.   **Kriteret e suksesit:** Përcaktohen me nxënësit në klasë.  **Burimet, mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore:** Libri, fletë A4.  **Lidhja me lëndët e tjera mësimore dhe/apo me çështjet ndërkurrikulare dhe situatat jetësore:**  Matematikë, Gjuhë shqipe, Shoqëria dhe mjedisi, Arsimi për zhvillim të qëndrueshëm.  **METODOLOGJIA DHE VEPRIMTARIA ME NXËNËS**  **Parashikimi:** Përgatitja për të nxënët  *Përvijim i të menduarit*  Mësimdhënësi/ja i informon nxënësit me njësinë e re mësimore dhe e shkruan në tabelë temën “Lojërat sportive” dhe u drejton pyetjen:   * Cilat lojëra sportive ju pëlqenjë më shumë?   Me mendimet e nxënësve duke u ndihmuar nga mësimdhënësi/ja me pyetje tjera hartohet organizuesi grafik.  **Ndërtimi i njohurive dhe i shkathtësive: Përpunimi i përmbajtjes**  *Lexim e drejtuar*  Mësimdhënësi/ja i informon nxënësit se do të lexohet mësimi lojërat sportive, sipas ndarjeve përkatëse dhe i nxit që të përgjigjen në pyetjet e parashtruara.  Lexohet pjesa e parë, mësimdhënësi/ja parashtron pyetjet, si:   1. Çfarë sporti është volejbolli? 2. Si duket forma e fushës së volejbollit? 3. Trego dimensionet e fushës së futbollit?   Lexohet pjesa e dytë.   1. Çfarë pozicione kanë lojtarët në fushë? 2. Pse nuk lejohet prekja e rrjetës me dorë? 3. Si bëhet shërbimi i topit dhe pse është i rëndësishëm?   **Përforcimi:** Konsolidimi dhe zbatimi i të nxënit  *Ruaje fjalën e fundit për mua*  Mësimdhënësi/ja jep detyrën:  Zgjidhni në tekst 5 fjali që ju tërheqin më shumë në lidhje me volejbollin. Në 5 letra shkruani nga një fjali. Në anën e prapme të letrës shkruani komentin. Letrën kalojeni te shokët pranë për të shkruar edhe ata komentin e tyre. Disa nga nxënësit lexojnë fjalitë me komentet e përzgjedhura.  **Vlerësimi i nxënësve:**  Nxënësit vlerësohen për saktësinë e identifikimit të elementeve të sportit të volejbollit, dallimin e rregullave dhe rëndësinë e tyre.  **Detyrë:**  Shikoni ndonjë ndeshje volejbolli në TV dhe përpiquni t‘i përvetësoni rregullat e lojës.  *Reflektim për rrjedhën e orës mësimore:*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_* |

|  |
| --- |
| **ASPEKTET E PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MESIMORE NR - 33** |
| **Fusha kurrikulare:** Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti **Lënda:**  Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti  **Shkalla e kurrikulës: II**  **Klasa: 4** |
| **ASPEKTE TË PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Tema:** Lojërat sportive  **Rezultatet e të nxënit të temës:** Përvetëson elementet e teknikës bazë të disa lojërave sportive.  **Kontributi në rezultatet për kompetencat kryesore të shkallës:** III.4; V.2; V.8; VI.2.  **Kontributi në rezultatet e fushës së kurrikulës:** 2.2.2.  **ASPEKTE SPECIFIKE TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Njësia mësimore:** Volejboll me balonë dhe pasimi gishtërinj nga pozita të ndryshme  **Rezultatet e të nxënit të orës mësimore:**   * + Identifikon rregullat e lojës;   + Demonstron lojën me balonë në terenin sportiv;   + Vlerëson dhe argumenton efektivitetin e teknikës dhe pasimit të topit me gishtërinj në pozita të ndryshme.   **Kriteret e suksesit:** Përcaktohen me nxënësit në klasë.  **Burimet, mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore:** Libri, balona, litari.  **Lidhja me lëndët e tjera mësimore dhe/apo me çështjet ndërkurrikulare dhe situatat jetësore:**  Matematikë, Gjuhë shqipe, Arsimi për zhvillim të qëndrueshëm.  **METODOLOGJIA DHE VEPRIMTARIA ME NXËNËS**  **Parashikimi:** Përgatitja për të nxënët  *Parashikimi me terma paraprakë*  Mësimdhënësi/ja u thotë nxënësve se në këtë orë do të luajmë në bazë të disa rregullave por fillimisht dua t’ju jap disa fjalë dhe nga këto fjalë përpiquni ta ndërtoni rrëfimin tuaj për mënyrën se si do të lua jmë. Fjalët e dhëna mund të jenë: litari, balona, balonë plazhi, kontakti me top tri herë.  Nxënësit në grupe ndërtojnë rrëfimet e tyre se çfarë loje do të bëjnë në këtë orë. Mund ta tregojë rrëfimin secili përfaqësues i grupit.  **Ndërtimi i njohurive dhe i shkathtësive: Përpunimi i përmbajtjes**  *Veprimtari e drejtuar*  Mësimdhënësi/ja i shpjegon rregullat e lojës dhe vendos një litar në mes dy ekipeve të nxënësve, duke pasuar e kalon balonën në anën tjetër të rrjetës. Loja vazhdon deri në momentin që është balona në ajër. Nëse balona bie në tokë është pikë. Loja do të bëhet më interesante me ndihmën e topit të plazhit.  **Përforcimi:** Konsolidimi dhe zbatimi i të nxënit  *Loja në dyshe*  Loja në çifte: Nxënësit informohen me pozicionin e duarve, ndahen në dyshe, ku secila dyshe ka një top dhe një distancë të caktuar dhe bëjnë pasimin në dyshe.  Loja mund të bëhet edhe në grupe me nga 5 nxënës, njëri nxënës është në mes. Në fund bëhet një garë kush mban topin më shumë në dyshe me pasim të njëpasnjëshëm.  **Vlerësimi i nxënësve:**  Nxënësit vlerësohen për identifikimin e rregullave elementare të lojës me balonë, për demonstrimin e kësaj teknike në terren sportiv si dhe për vlerësimin e efektivitetit të kësaj teknike.  **Detyrë:**  Praktikoni lojën me bashkëmoshatarët tuaj.  *Reflektim për rrjedhën e orës mësimore:*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_* |

|  |
| --- |
| **ASPEKTET E PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MESIMORE NR - 34** |
| **Fusha kurrikulare:** Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti **Lënda:**  Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti  **Shkalla e kurrikulës: II**  **Klasa: 4** |
| **ASPEKTE TË PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Tema:** Atletikë, gjimnastikë sportive e ritmike  **Rezultatet e të nxënit të temës:** Luan disa prej lojërave themelore të stafetës me elemente të atletikës.  **Kontributi në rezultatet për kompetencat kryesore të shkallës:** III.4; V.2; V.8; VI.2.  **Kontributi në rezultatet e fushës së kurrikulës:** 2.2.2.  **ASPEKTE SPECIFIKE TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Njësia mësimore:** Shërbimi shkollor  **Rezultatet e të nxënit të orës mësimore:**   * + Praktikon shërbimin me shuplakë;   + Dallon shërbimin e topit me grusht ose shuplakë nga pasimi i topit me çekan;   + Demonstron shërbimin me grusht ose shuplakë.   **Kriteret e suksesit:** Përcaktohen me nxënësit në klasë.  **Burimet, mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore:** Libri, topi i volejbollit.  **Lidhja me lëndët e tjera mësimore dhe/apo me çështjet ndërkurrikulare dhe situatat jetësore:**  Matematikë, Shoqëria dhe mjedisi, Gjuhë shqipe, Arsimi për zhvillim të qëndrueshëm.  **METODOLOGJIA DHE VEPRIMTARIA ME NXËNËS**  **Parashikimi:** Përgatitja për të nxënët  *Aktivitet i lirë*  Nxënësit njoftohen me njësinë e re mësimore, për shërbimin shkollor dhe krijohet një rreth nga mësim dhënësi/ja bashkë me nxënës dhe jepen sqarime rreth lojës. Mësimdhënësi/ja e demonstron në detaje shërbimin me grusht ose shuplakë të dorës.  Gjithashtu, mësimdhënësi/ja kërkon nga nxënësit që të bëjnë dallimin në mes pasimit të topit me çekan dhe shërbimit të topit me shuplakë ose grusht të dorës.  **Ndërtimi i njohurive dhe i shkathtësive: Përpunimi i përmbajtjes**  *Të nxënit në bashkëpunim*  Nxënësit vendosen në një distancë të caktuar në dyshe (3-4 metra) të vendosur në pozicionin diagonal, ku në njërën dorë kanë topin (dora që godet topin mund të jetë në formën e grushtit ose shuplaka e dorës të jetë e hapur) dhe godasin.  Nxënësit të cilët e mësojnë se si ta bëjnë shërbimin me shuplakë, nxiten që t’i ndihmojnë shokët dhe shoqet nëse kanë vështirësi.  Mësimdhënësi/ja sigurohet se të gjithë nxënësit e tij kanë praktikuar shërbimin e topit me shuplakë ose grusht.  **Përforcimi:** Konsolidimi dhe zbatimi i të nxënit  *Studim i rastit*  Diskutim i përbashkët: Nxënësit nxiten të dis kutojnë se a patën vështirësi gjatë shërbimit të topit me grusht ose shuplakë. Pyten:   * Cili shërbim ishte më i përshtatshëm? * Nëse në lagjen tënde do të luaje me shokët dhe shoqet, cilin shërbim do ta përdorje më shumë?   **Vlerësimi i nxënësve:**  Nxënësit vlerësohen për praktikimin, dallimin dhe demonstrimin e shërbimit të topit me shuplakë ose grusht.  **Detyrë:**  Tregoju shoqeve dhe shokëve të lagjes për shërbimin e topit me dorë dhe shuplakë dhe luani së bashku. Kujto rregullat!  *Reflektim për rrjedhën e orës mësimore:*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_* |

|  |
| --- |
| **ASPEKTET E PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MESIMORE NR - 35** |
| **Fusha kurrikulare:** Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti **Lënda:**  Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti  **Shkalla e kurrikulës: II**  **Klasa: 4** |
| **ASPEKTE TË PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Tema:** Atletikë, gjimnastikë sportive e ritmike  **Rezultatet e të nxënit të temës:** Luan disa prej lojërave themelore të stafetës me elemente të atletikës.  **Kontributi në rezultatet për kompetencat kryesore të shkallës:** III.4; V.2; V.8; VI.2.  **Kontributi në rezultatet e fushës së kurrikulës:** 1.1; 2.2.2  **ASPEKTE SPECIFIKE TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Njësia mësimore:** Vlerësim  **Rezultatet e të nxënit të orës mësimore:**   * + Demonstron aftësi lëvizore gjatë ushtrimeve të mësuara gjatë periudhës së parë;   + Ekzekuton elemente me shpejtësi reaguese dhe vepruese;   + Zotëron teknikat e elementeve më shpejtësi reaguese dhe vepruese me synim arritjen e rezultatit të dëshiruar.   **Kriteret e suksesit:** Përcaktohen me nxënësit në klasë.  **Burimet, mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore:** Terreni sportiv, topi i volejbollit, shtresa sigurie, konet.  **Lidhja me lëndët e tjera mësimore dhe/apo me çështjet ndërkurrikulare dhe situatat jetësore:**  Matematikë, Gjuhë shqipe, Arsimi për zhvillim të qëndrueshëm.  **METODOLOGJIA DHE VEPRIMTARIA ME NXËNËS**  **Parashikimi:** Përgatitja për të nxënët  *Parashikimi me terma paraprakë*  Mësimdhënësi/ja e organizon klasën për mësim, si: prezantimi i temës, njohja me elementet e testit përmbledhës, mënyra e organizimit dhe vlerësimit, zhvillimi i nxehjes së organizmit me anë të ushtrimeve përgatitore të përgjithshme dhe të veçanta.  **Ndërtimi i njohurive dhe i shkathtësive: Përpunimi i përmbajtjes**  *Veprimtari e drejtuar*  Mësimdhënësi/ja e shpjegon formatin e testit, ele- mentet në përmbajtje: "Vrapim i lehtë".  Ushtrime të përgjithshme për nxehje: nxehja e gjymtyrëve të sipërme, trungut dhe të poshtme. Gjimnastikë, qëndrimi drejt dhe pozicione të ndryshme, kapërdimi para, prapa, driblim, vrapim i lehtë, vrapim zigzag, vrapimi “T”.  Ushtrime speciale: pasim-dëbim, shërbim. Mësimdhënësi/ja i grumbullon nxënësit në qendër të terrenit sportiv. Rreshton nxënësit, demostron teknikat e kryerjes së elementeve të ushtrimeve, duke u rikujtuar se çfarë duhet të bë jnë vazhdimisht gjatë vlerësimit të tyre.  **Përforcimi:** Konsolidimi dhe zbatimi i të nxënit  *Rishqyrtim i përbashkët*  Mësimdhënësi/ja krijon një rreth dhe i infor mon nxënësit që do t’i realizojnë disa ushtrime nga volejbolli të cilat do të vlerësohen, si: dëbimi i topit me çekan, shërbimi i topit dhe pasimi.  Në fund të orës nxënësit bëjnë një ecje rreth fushës për kthimin e organizmit në gjendjen fillestare.  **Vlerësimi i nxënësve:**  Nxënësit vlerësohen për demonstrim, aftësi e shprehi lëvizore gjatë ushtrimeve të mësuara, ekzekutim të elementeve më shpejtësi reaguese dhe vepruese, zotërim të teknikës së elementeve dhe për të kryer saktë dhe shpejt me kombinime duke arritur rezultatet e dëshiruara.  **Detyrë:**  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  *Reflektim për rrjedhën e orës mësimore:*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_* |

|  |
| --- |
| **ASPEKTET E PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MESIMORE NR - 36** |
| **Fusha kurrikulare:** Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti **Lënda:**  Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti  **Shkalla e kurrikulës: II**  **Klasa: 4** |
| **ASPEKTE TË PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Tema:** Atletikë, gjimnastikë sportive e ritmike  **Rezultatet e të nxënit të temës:** Dallon rregullat themelore në lojërat e ndryshme sportive.  **Kontributi në rezultatet për kompetencat kryesore të shkallës:** III.4; V.2; V.8; VI.2.  **Kontributi në rezultatet e fushës së kurrikulës:** 2.2.2.  **ASPEKTE SPECIFIKE TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Njësia mësimore:** Paso në tunel  **Rezultatet e të nxënit të orës mësimore:**   * + Praktikon pasimin në tunel përmes lojës;   + Garon me grupin kundërshtar;   + Arsyeton nëse ishte pasimi në tunel si lojë argëtuese.   **Kriteret e suksesit:** Përcaktohen me nxënësit në klasë.  **Burimet, mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore:** Libri, topi i volejbollit.  **Lidhja me lëndët e tjera mësimore dhe/apo me çështjet ndërkurrikulare dhe situatat jetësore:**  Matematikë, Gjuhë shqipe, Arsimi për zhvillim të qëndrueshëm.  **METODOLOGJIA DHE VEPRIMTARIA ME NXËNËS**  **Parashikimi:** Përgatitja për të nxënët  *Shpjegim i përparuar*  Nxënësit rreshtohen një për një dhe njoftohen në lidhje me aktivitetin që do të zhvillohet në këtë orë. Ushtrimet e formimit i demonstron mësimdhënësi/ja.  **Ndërtimi i njohurive dhe i shkathtësive: Përpunimi i përmbajtjes**  *Veprimtari e drejtuar*  Mësimdhënësi/ja i formon dy grupe në pozicion të tunelit, mbështetje mbi duar dhe në këmbë. Një nxënës është në fillim dhe tjetri në fund të tunelit. Në shenjën e dhënë, nxënësi që ndodhet në fillim e përcjell topin nëpër tunel dhe i bashkohet tunelit; nxënësi që e pranon topin me vrap shkon në fillim të tunelit. Grupi i cili e përfundon lojën shpejt me të gjithë nxënësit fiton.  Mësimdhënësi/ja pasi e identifikon grupin fitues, i nxit nxënësit për t’u përgjigjur në pyetjet e parash truara:   * Sa lojtar ka në secilin ekip në volejboll në fushë? * Deri në sa pikë luhet një set? * Çfarë forme ka fusha e volejbollit? * Sa pasime lejohen në ekip gjatë lojës së volejbollit?   **Përforcimi:** Konsolidimi dhe zbatimi i të nxënit  *Rrjeti i diskutimit*  Nxiten nxënësit të diskutojnë rreth pyetjes:  A ishte lojë argëtuese pasimi në tunel?  Po Pse Jo  Sepse grupi im Sepse qëndrimi në këmbë  po fitonte. dhe në duar ishte i vështirë.  **Vlerësimi i nxënësve:**  Nxënësit vlerësohen për pasimin e topit në tunel dhe për shkathtësinë e lojës, se cili grup fiton lojën, për arsyetimin e lojës dhe për saktësinë e përgjigjeve të parashtruara.  **Detyrë:**  Praktikoni lojën në kohën tuaj të lirë.  *Reflektim për rrjedhën e orës mësimore:*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_* |

|  |
| --- |
| **ASPEKTET E PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MESIMORE NR - 37** |
| **Fusha kurrikulare:** Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti **Lënda:**  Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti  **Shkalla e kurrikulës: II**  **Klasa: 4** |
| **ASPEKTE TË PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Tema:** Përvetëson elementet e teknikës bazë të disa lojërave sportive.  **Rezultatet e të nxënit të temës:** Luan disa prej lojërave themelore të stafetës me elemente të atletikës.  **Kontributi në rezultatet për kompetencat kryesore të shkallës:** III.4; V.2; V.8; V.2.  **Kontributi në rezultatet e fushës së kurrikulës:** 2.2.2.  **ASPEKTE SPECIFIKE TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Njësia mësimore:** Dëbimi i topit - çekani  **Rezultatet e të nxënit të orës mësimore:**   * + Pozicionon krahët për pasimin e topit;   + Dallon pozitën e krahëve për pasimin e topit me çekan nga pozitat tjera;   + Pason topin me çekan gjatë lojës.   **Kriteret e suksesit:** Përcaktohen me nxënësit në klasë.  **Burimet, mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore:** Libri, topi i volejbollit.  **Lidhja me lëndët e tjera mësimore dhe/apo me çështjet ndërkurrikulare dhe situatat jetësore:**  Matematikë, Gjuhë shqipe, Shoqëria dhe mjedisi, Arsimi për zhvillim të qëndrueshëm.  **METODOLOGJIA DHE VEPRIMTARIA ME NXËNËS**  **Parashikimi:** Përgatitja për të nxënët  Nxënësit nxiten të japin përgjigje në pyetjet:   * Sa shpesh luani volejboll? * Cilën pozitë të duarve e praktikoni më shumë? * Nëse gjatë një loje, topi vjen në një pozitë ku ti nuk arrin ta presësh me gishtërinj, si do të veproje?   **Ndërtimi i njohurive dhe i shkathtësive: Përpunimi i përmbajtjes**  *Veprimtari e drejtuar*  Nxënësit njoftohen se sot do të mësojnë si bëhet dëbimi i topit me çekan, u shpjegohet se çfarë pozite duhet të marrin krahët për të pasuar topin.  Pasi nxënësit i marrin informatat e duhura nga mësimdhënësi/ja, dalin në oborrin e shkollës ose sallën e edukatës fizike. Mësimdhënësi/ja krijon një rreth dhe fillon të praktikojë me secilin nxënës pasimin e topit me çekan, duke ua kujtuar pozitën e krahëve. Nxënësit udhëzohen nga mësimdhënësi/ja që t’i shtrijnë krahët drejt njëri-tjetrit, duke e mbledhur njërën dorë me tjetrën.  **Përforcimi:** Konsolidimi dhe zbatimi i të nxënit  *Loja në çifte*  Mësimdhënësi/ja i udhëzon nxënësit të luajnë në çifte duke i respektuar rregullat e mbajtjes së krahëve dhe pasimin e topit me çekan.  **Vlerësimi i nxënësve:**  Nxënësit vlerësohen për saktësinë e pasimit të topit me çekan dhe pozicionin e krahëve.  **Detyrë:**  Praktikoni pasimin e topit me çekan në shtëpi duke i respektuar rregullat e mësuara.  *Reflektim për rrjedhën e orës mësimore:*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_* |

|  |
| --- |
| **ASPEKTET E PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MESIMORE NR - 38** |
| **Fusha kurrikulare:** Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti **Lënda:**  Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti  **Shkalla e kurrikulës: II**  **Klasa: 4** |
| **ASPEKTE TË PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Tema:** Atletikë, gjimnastikë sportive e ritmike  **Rezultatet e të nxënit të temës:** Përvetëson elementet e teknikës bazë të disa lojërave sportive.  **Kontributi në rezultatet për kompetencat kryesore të shkallës:** III.; III.4; IV.4.  **Kontributi në rezultatet e fushës së kurrikulës:** 2.2.2.  **ASPEKTE SPECIFIKE TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Njësia mësimore:** Hendbolli  **Rezultatet e të nxënit të orës mësimore:**   * + Zgjeron njohuritë e tij rreth lojës së hendbollit;   + Dallon rregullat e lojës mes volejbollit dhe hendbollit;   + Liston disa nga rregullat e hendbollit.   **Kriteret e suksesit:** Përcaktohen me nxënësit në klasë.  **Burimet, mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore:** Libri, topi i hendbollit.  **Lidhja me lëndët e tjera mësimore dhe/apo me çështjet ndërkurrikulare dhe situatat jetësore:**  Matematikë, Njeriu dhe natyra , Gjuhë shqipe, Arsimi për zhvillim të qëndrueshëm.  **METODOLOGJIA DHE VEPRIMTARIA ME NXËNËS**  **Parashikimi:** Përgatitja për të nxënët  *Diskutim për njohuritë paraprake*  Nxënësit nxiten të japin përgjigje për pyetjet:   * A keni luajtur ndonjëherë hendboll? * A mund të tregoni se sa ekipe duhet të jenë dhe nga sa lojtarë duhet t’i kenë ekipet? * A mendoni se është lojë e lehtë dhe e realizueshme për ju?   **Ndërtimi i njohurive dhe i shkathtësive: Përpunimi i përmbajtjes**  *Di - Dua të di - Mësova*  Nxënësit hapin librat. Ata ndahen në dyshe. Udhëzohen se si do të punojnë mbi informacionin e ri. Në fillim do ta lexojnë tekstin e ndarë në paragrafë. E diskutojnë në dyshe me shokun e bankës. Gjatë kësaj kohe, ata shtrojnë pyetje edhe për fjalët që s’i kuptojnë. Kështu mësimdhënësi/ja ua shpjegon fjalët të cilat ata i verifikojnë si të panjohura. Në kolonën e parë do të shkruajnë atë çfarë dinë rreth lojës së hendbollit. Nëpërmjet diskutimit të drejtuar me pyetjen: ç’dini për lojën e hendbollit?  Mësimdhënësi/ja e plotëson kolonën çfarë dimë. Më pas tregojnë se çfarë duan të dinë më shumë për lojën e hendbollit.  **Përforcimi:** Konsolidimi dhe zbatimi i të nxënit  *Studim i rastit*  Shqyrtim i përbashkët:  Përmes pyetjeve të bëra nga mësimdhënësi/ja nxiten nxënësit të diskutojnë për përmbajtjen e njësisë së mësuar në këtë orë mësimore.   * Nxënësve u parashtrohen pyetje: * A ju pëlqeu ajo çfarë mësuam sot? * A e keni luajtur më parë këtë lojë? * Sa e keni praktikuar? * Pas kësaj që e mësuam dhe e ushtruam së bashku, a është lojë më e mirë se volejbolli? Shpjego arsyen.   Duke u bazuar te këto modele nxënësit vrapojnë sipas teknikës së mësuar.  **Vlerësimi i nxënësve:**  Nxënësi vlerësohet për saktësinë e zgjerimit të njohurive, dallimit mes volejbollit dhe hendbollit dhe listimin e disa rregullave.  **Detyrë:**  Shikoni ndonjë ndeshje hendbolli në TV.  *Reflektim për rrjedhën e orës mësimore:*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_* |

|  |
| --- |
| **ASPEKTET E PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MESIMORE NR - 39** |
| **Fusha kurrikulare:** Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti **Lënda:**  Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti  **Shkalla e kurrikulës: II**  **Klasa: 4** |
| **ASPEKTE TË PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Tema:** Lojërat sportive  **Rezultatet e të nxënit të temës:** Përvetëson elementet e teknikës bazë të disa lojërave sportive.  **Kontributi në rezultatet për kompetencat kryesore të shkallës:** III.1; III.4; V.2; V.8.  **Kontributi në rezultatet e fushës së kurrikulës:** 2.2.2.  **ASPEKTE SPECIFIKE TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Njësia mësimore:** Ushtrime me top  **Rezultatet e të nxënit të orës mësimore:**   * + Dallon pozitat e ushtrimeve të mësuara;   + Praktikon ushtrimet me top;   + Demonstron të gjitha pozitat e ushtrimeve të mësuara.   **Kriteret e suksesit:** Përcaktohen me nxënësit në klasë.  **Burimet, mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore:** Libri, topi.  **Lidhja me lëndët e tjera mësimore dhe/apo me çështjet ndërkurrikulare dhe situatat jetësore:**  Matematikë, Njeriu dhe natyra , Gjuhë shqipe, Arsimi për zhvillim të qëndrueshëm.  **METODOLOGJIA DHE VEPRIMTARIA ME NXËNËS**  **Parashikimi:** Përgatitja për të nxënët  *Imagjinatë e drejtuar*  Mësimdhënësi/ja u thotë nxënësve që t’i mbyllin sytë dhe të imagjinojnë një send me ngjyrë të artë dhe të shkëlqyer që ka formën sferike. Ai/ajo mund të ketë ngjyra të ndryshme dhe shumë të bukura. Gjuha e këtij sendi është e njëjtë me gjuhën e shpirtit. Ndonjëherë do të luftosh me pasojat e vetmisë dhe ndo njëherë do të ndiesh kënaqësinë e ndarjes me miqtë e rinj.  Pyeten: çka patë kur i mbyllët sytë? Topin?  Nxënësit nxiten që të përgjigjen në pyetje të ndryshme, si:   * Cilën lojë preferoni ta luani me bashkëmoshatarët tuaj? * Si ndiheni pas lojës?   **Ndërtimi i njohurive dhe i shkathtësive: Përpunimi i përmbajtjes**  *Veprimtari e drejtuar*  Nxënësit njoftohen se sot do të provojnë disa ushtrime në çifte, duke e përcjellë topin te njëri-tjetri në bashkëpunim.  Mësimdhënësi/ja ua demonstron pozitat e dhëna nga libri, si: drejtqëndrimin e kthyer me kurriz; topin që duhet të përcillet nga lart, anash, poshtë, me gjatësi të ijeve, me një dorë.  Mësimdhënësi/ja i ndan nxënësit në çifte dhe u kërkon që të praktikojnë ushtrimet duke ua riku jtuar pozitat e lartpërmendura.  **Përforcimi:** Konsolidimi dhe zbatimi i të nxënit  *Loja në çifte*  Mësimdhënësi/ja i nxit nxënësit ta demonstro- jnë ushtrimin në çifte, duke i respektuar pozitat e mësuara me drejtqëndrimin e kthyer me kurriz; topin që duhet të përcillet nga lart, anash, poshtë, me gjatësi të ijeve, me një dorë.  **Vlerësimi i nxënësve:**  Nxënësit vlerësohen për saktësinë e pozitës së drejtqëndrimit të kthyer me kurriz, për përcjelljen e topit nga lart, poshtë, anash, për gjatësinë e kyçeve, dallimin e pozitave të ushtrimeve dhe mbajtjen e topit me një dorë.  **Detyrë:**  Praktikoni me bashkëmoshatarët tuaj këto ushtrime të mësuara  *Reflektim për rrjedhën e orës mësimore:*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_* |

|  |
| --- |
| **ASPEKTET E PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MESIMORE NR - 40** |
| **Fusha kurrikulare:** Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti **Lënda:**  Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti  **Shkalla e kurrikulës: II**  **Klasa: 4** |
| **ASPEKTE TË PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Tema:** Lojërat sportive  **Rezultatet e të nxënit të temës:** Përvetëson elementet e teknikës bazë të disa lojërave sportive.  **Kontributi në rezultatet për kompetencat kryesore të shkallës:** III.1; III.4; V.2; V.8.  **Kontributi në rezultatet e fushës së kurrikulës:** 2.2.2.  **ASPEKTE SPECIFIKE TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Njësia mësimore:** Pasimi me pengesë  **Rezultatet e të nxënit të orës mësimore:**   * + Praktikon pasimin dhe prekjen e topit;   + Zbaton rregullat e lojës;   + Pason topin me lehtësi te shoku ose shoqja e grupit.   **Kriteret e suksesit:** Përcaktohen me nxënësit në klasë.  **Burimet, mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore:** Libri, topi.  **Lidhja me lëndët e tjera mësimore dhe/apo me çështjet ndërkurrikulare dhe situatat jetësore:**  Matematikë, Njeriu dhe natyra , Gjuhë shqipe, Arsimi për zhvillim të qëndrueshëm.  **METODOLOGJIA DHE VEPRIMTARIA ME NXËNËS**  **Parashikimi:** Përgatitja për të nxënët  *Diskutim për njohuritë paraprake*  Nxënësit nxiten të japin përgjigje në pyetjet, si:   * Cila është loja më e preferuar e juaja? * Cili ushtrim me top nga ora e kaluar ishte më i lehtë dhe cili më i vështirë? * A dini ndonjë ushtrim tjetër me top?   **Ndërtimi i njohurive dhe i shkathtësive: Përpunimi i përmbajtjes**  *Veprimtari e drejtuar*  Nxënësit njoftohen se sot do të provojnë disa pasime në grupe, gjithashtu informohen edhe me rregullat. Mësimdhënësi/ja formon grupe me nga tre nxënës, ku në secilin grup dy nga ta pasojnë, ndërsa njëri është në mes dhe pengon ose mundohet që ta prekë topin derisa shokët pasojnë mes vete.  Kur nxënësi që është në mes arrin ta prekë topin, ndërrohen rolet. Mësimdhënësi/ja ua demonstron lojën, duke ua rikujtuar rregullat. Nxënësit fillojnë të praktikojnë, ndërsa mësimdhënësi/ja i vëzhgon dhe në rast nevoje asiston dhe jep sqa rime.  **Përforcimi:** Konsolidimi dhe zbatimi i të nxënit  *Shqyrtim i përbashkët*  Përmes pyetjeve të bëra nga mësimdhënësi/ja nxi ten nxënësit të diskutojnë për përmbajtjen e një sisë së mësuar në këtë orë mësimore.  Pyten:   * Cilat ishin rregullat e lojës? * A mendoni se kjo lojë mund të realizohet në grupe më të mëdha? * Ishte më lehtë të pasoje, apo ta prekje topin?   **Vlerësimi i nxënësve:**  Nxënësit vlerësohen për saktësinë e pasimit dhe prekjen e topit dhe për zbatimin e rregullave.  **Detyrë:**  Luani lojën në shtëpi me antarët e familjes.  *Reflektim për rrjedhën e orës mësimore:*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_* |

|  |
| --- |
| **ASPEKTET E PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MESIMORE NR - 41** |
| **Fusha kurrikulare:** Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti **Lënda:**  Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti  **Shkalla e kurrikulës: II**  **Klasa: 4** |
| **ASPEKTE TË PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Tema:** Lojërat sportive  **Rezultatet e të nxënit të temës:** Përvetëson elementet e teknikës bazë të disa lojërave sportive.  **Kontributi në rezultatet për kompetencat kryesore të shkallës:** III.1; III.4; V.2; V.8.  **Kontributi në rezultatet e fushës së kurrikulës:** 2.2.2.  **ASPEKTE SPECIFIKE TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Njësia mësimore:** Udhëheqja e topit në hendboll  **Rezultatet e të nxënit të orës mësimore:**   * + Bën dallimin midis pasimit dhe driblimit me top   + Shpjegon driblimin e topit në hendboll;   + Demonstron driblimin e topit.   **Kriteret e suksesit:** Përcaktohen me nxënësit në klasë.  **Burimet, mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore:** Libri, topi.  **Lidhja me lëndët e tjera mësimore dhe/apo me çështjet ndërkurrikulare dhe situatat jetësore:**  Matematikë, Njeriu dhe natyra , Gjuhë shqipe, Arsimi për zhvillim të qëndrueshëm.  **METODOLOGJIA DHE VEPRIMTARIA ME NXËNËS**  **Parashikimi:** Përgatitja për të nxënët  *Harta semantike*  Mësimdhënësi/ja bashkë me nxënësit është në mjedisin e edukatës fizike dhe diskuton me ta. Në dorë ka topin e hendbollit. Nxiten nxënësit që të tregojnë se çfarë dinë për hendbollin. Pyeten:   * Më tregoni çfarë keni mësuar për hendbollin?   Disa nga nxënësit përgjigjen rreth pyetjes së parashtruar.  **Ndërtimi i njohurive dhe i shkathtësive: Përpunimi i përmbajtjes**  *Lexim - Përmbledhje në dyshe*  Ftohen nxënësit të krijojnë dyshe. Mësimdhënësi/ja u shpjegon se tekstin do ta lexojnë me paragrafë.  Brenda dyshes njëri nxënës do ta lexojë paragrafin e parë dhe pastaj do ta bëjë përmbledhjen e tij. Nxënësi tjetër e dëgjon përmbledhjen e paragrafit. Në paragrafin tjetër i ndërrojnë rolet. Teksti është i përbërë nga dy paragrafë.  Mësimdhënësi/ja u kërkon disa nxënësve të ritregojnë paragrafët.  Nxënësi 1: Udhëheqja e topit në hendboll është shumë i rëndësishëm për të zhvilluar lojën e hendbollit. Gjatë driblimit, topi duhet të mbahet sa më afër trupit dhe në kontrollë.  Nxënësi 2: Dy ose tre grupe të nxënësve driblojnë me top deri te piramida e cila vendoset në distance prej 5 metrash dhe kthehet përsëri në kolonë. I njëjti ushtrim mund të bëhet në formë gare, se cili po e bën më shpejt dhe më saktë. Nxënësit nxiten që ta praktikojnë në oborrin e shkollës.  **Përforcimi:** Konsolidimi dhe zbatimi i të nxënit  *Loja në grupe*  Nxiten nxënësit ta demonstrojnë ushtrimin në grupe duke i rikujtuar gjërat e mësuara gjatë leximit në klasë. Gjatë driblimit topi duhet të mbahet sa më afër vetes dhe dy ose tre grupe të nxënësve driblojnë me top deri te piramida e cila është vendosur në distancë prej 5 metrash dhe kthehen përsëri në kolonë.  **Vlerësimi i nxënësve:**  Nxënësit vlerësohen për saktësinë e dallimit midis driblimit dhe pasimit, shpjegimin e driblimit me top dhe demonstrimin e topit në hendboll.  **Detyrë:**  Ushtrojeni lojën në shtëpi me shoqet dhe shokët e lagjes.  **Për mësuesin/en**  *Reflektim për rrjedhën e orës mësimore:*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_* |

|  |
| --- |
| **ASPEKTET E PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MESIMORE NR - 42** |
| **Fusha kurrikulare:** Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti **Lënda:**  Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti  **Shkalla e kurrikulës: II**  **Klasa: 4** |
| **ASPEKTE TË PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Tema:** Lojërat sportive  **Rezultatet e të nxënit të temës:** Përvetëson elementet e teknikës bazë të disa lojërave sportive.  **Kontributi në rezultatet për kompetencat kryesore të shkallës:** III.1; III.4; V.2; V.8.  **Kontributi në rezultatet e fushës së kurrikulës:** 2.2.2.  **ASPEKTE SPECIFIKE TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Njësia mësimore:** Qëndrimi bazik dhe kapja e topit  **Rezultatet e të nxënit të orës mësimore:**   * + Dallon qëndrimin diagonal nga ai paralel;   + Konsolidon qëndrimet e trupit dhe kapjen e topit;   + Demonstron qëndrimin diagonal, paralel, kapjen e topit me një dhe dy duar.   **Kriteret e suksesit:** Përcaktohen me nxënësit në klasë.  **Burimet, mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore:** Libri, topi.  **Lidhja me lëndët e tjera mësimore dhe/apo me çështjet ndërkurrikulare dhe situatat jetësore:**  Matematikë, Njeriu dhe natyra , Gjuhë shqipe, Arsimi për zhvillim të qëndrueshëm.  **METODOLOGJIA DHE VEPRIMTARIA ME NXËNËS**  **Parashikimi:** Përgatitja për të nxënët  *Shpjegim i përparuar*  Nxënësit rreshtohen një për një dhe njoftohen në lidhje me aktivitetin që do të zhvillohet në këtë orë e që është qëndrimi diagonal dhe paralel. Nxënësit nxiten që të vrapojnë lirshëm në të gjithë fushën e sportit dhe me komandën e mësimdhënësit/es ndalojnë në qëndrimin diagonal ose paralel.  Nëse dora është e ngritur lart nga mësimdhënësi/ja, nxënësit ndalojnë paralel pas komandës; nëse dora është e ngritur lart dhe me grusht, atëherë nxënësit ndalojnë diagonal, duke e përsëritur disa herë. Më- simdhënësi/ja e sqaron se kapja e topit mund të kryhet në vend ose në lëvizje, si dhe në forma të tjera.  **Ndërtimi i njohurive dhe i shkathtësive: Përpunimi i përmbajtjes**  *Veprimtari e drejtuar*  Nxënësit informohen se kapja e topit me një dorë dhe me dy duar realizohet kështu:  Vendosim dy topa në distancë 5 m larg njëri-tjetrit (për njërin grup). Ndahen nxënësit në grupe dhe me komandë nisen me vrapim të lehtë, e kapin topin e parë me një dorë dhe e lënë në tokë. Pastaj, vazhdohet drejt dhe pas 5 metrash topin tjetër e kapin me dy duar, e lënë në tokë dhe shko jnë në fund të rreshtit. Këtë ushtrim e përsërisim disa herë. Nxënësit nxiten që të vazhdojnë kapjen e topave me kombinim të ushtrimeve dhe të qën drimit.  **Përforcimi:** Konsolidimi dhe zbatimi i të nxënit  *Loja në çifte*  Nxiten nxënësit të luajnë në çifte duke i respektu- ar rregullat e qëndrimit diagonal, paralel, kapjen e topit me një dorë dhe dy duar.  **Vlerësimi i nxënësve:**  Nxënësit vlerësohen për saktësinë e demonstrimit të qëndrimit diagonal, paralel, kapjen e topit me një dorë dhe me dy duar dhe dallimin e tyre.  **Detyrë:**  Udhëzohen nxënësit të përcjellin ndonjë ndeshje hendbolli në TV.  *Reflektim për rrjedhën e orës mësimore:*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_* |

|  |
| --- |
| **ASPEKTET E PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MESIMORE NR - 43** |
| **Fusha kurrikulare:** Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti **Lënda:**  Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti  **Shkalla e kurrikulës: II**  **Klasa: 4** |
| **ASPEKTE TË PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Tema:** Lojërat sportive  **Rezultatet e të nxënit të temës:** Përvetëson elementet e teknikës bazë të disa lojërave sportive.  **Kontributi në rezultatet për kompetencat kryesore të shkallës:** III.1; III.4; V.2; V.8.  **Kontributi në rezultatet e fushës së kurrikulës:** 2.2.2.  **ASPEKTE SPECIFIKE TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Njësia mësimore:** Pasimet në vend dhe në lëvizje  **Rezultatet e të nxënit të orës mësimore:**   * + Pason topin në vend dhe në lëvizje;   + Zbaton rregullat e mësuara;   + Demonstron lojën me të gjitha elementet.   **Kriteret e suksesit:** Përcaktohen me nxënësit në klasë.  **Burimet, mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore:** Libri, topi.  **Lidhja me lëndët e tjera mësimore dhe/apo me çështjet ndërkurrikulare dhe situatat jetësore:**  Matematikë, Njeriu dhe natyra , Gjuhë shqipe, Arsimi për zhvillim të qëndrueshëm.  **METODOLOGJIA DHE VEPRIMTARIA ME NXËNËS**  **Parashikimi:** Përgatitja për të nxënët  *Shpjegim i përparuar*  Nxënësit rreshtohen një për një dhe informohen në lidhje me aktivitetin që do të zhvillohet në këtë orë. Ushtrimet e formimit i demonstron mësimdhënësi/ja. Nxënësit nxiten që të pasojnë topin duke e goditur për muri për dy minuta.  **Ndërtimi i njohurive dhe i shkathtësive: Përpunimi i përmbajtjes**  *Veprimtari e drejtuar*  Pasi nxënësit janë ndarë në dyshe (dy nxënës një top) në distancë prej 5 metrash, pasojnë topin te shoku me njërën dorë, te shoku përballë nga vendi.  I njëjti ushtrim bëhet me pasim dhe me përplasje në tokë. Në vazhdim krijohen 4 grupe me nxënës, dy grupe në gjysmëfushë dhe dy grupet e tjera në gjysmëfushën tjetër. Nxënësve u rikujtohen rregullat e hapave në hendboll dhe kapja e topit. Përballë njëri-tjetrit bëjnë pasim me njërën dorë direkt, dhe pastaj po i njëjti pasim me përplasje në tokë. Krijohet një distancë prej 7 metrash, bëjmë 1-2 driblime dhe pasojnë te shoku-shoqja për- ballë (në lëvizje).  **Përforcimi:** Konsolidimi dhe zbatimi i të nxënit  *Loja në grupe*  Nxiten nxënësit ta vazhdojnë demonstrimin e pa- simit të topit, duke e rikujtuar respektimin e rregullave të mësuara. Pasoni topin te shoku përballë, pastaj me përplasje në tokë, dribloni me top dhe pasoni te shoku ose shoqja.  **Vlerësimi i nxënësve:**  Nxënësit vlerësohen për saktësinë e demonstrimit të pasimit të topit te shoku përballë tij me një dorë, me përplasje në tokë, driblimin në lëvizje.  Detyrë:  Ushtrojeni lojën në shtëpi me shoqet dhe shokët e lagjes.  *Reflektim për rrjedhën e orës mësimore:*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_* |

|  |
| --- |
| **ASPEKTET E PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MESIMORE NR - 44** |
| **Fusha kurrikulare:** Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti **Lënda:**  Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti  **Shkalla e kurrikulës: II**  **Klasa: 4** |
| **ASPEKTE TË PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Tema:** Lojërat sportive  **Rezultatet e të nxënit të temës:** Përvetëson elementet e teknikës bazë të disa lojërave sportive.  **Kontributi në rezultatet për kompetencat kryesore të shkallës:** III.1; III.4; V.2; V.8.  **Kontributi në rezultatet e fushës së kurrikulës:** 2.2.2.  **ASPEKTE SPECIFIKE TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Njësia mësimore:** Goditjet  **Rezultatet e të nxënit të orës mësimore:**   * + Praktikon goditjet në pozicione;   + Demonstron goditjet në tri pozicione;   + Përgjigjet në pyetjet e parashtruara.   **Kriteret e suksesit:** Përcaktohen me nxënësit në klasë.  **Burimet, mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore:** Libri, topi.  **Lidhja me lëndët e tjera mësimore dhe/apo me çështjet ndërkurrikulare dhe situatat jetësore:**  Matematikë, Njeriu dhe natyra , Gjuhë shqipe, Arsimi për zhvillim të qëndrueshëm.  **METODOLOGJIA DHE VEPRIMTARIA ME NXËNËS**  **Parashikimi:** Përgatitja për të nxënët  *Diskutim i lirë*  Nxënësit njoftohen me njësinë e re: Goditjet janë një nga elementet kryesore në lojën e hendbollit. Pyeten:   * Çfarë mendoni për goditjen, pse ëshë element i rëndësishëm në hendboll?   **Ndërtimi i njohurive dhe i shkathtësive:** Përpunimi i përmbajtjes  *Veprimtari e drejtuar*  Goditjet mund të jenë nga vendi, në lëvizje dhe në kërcim. Nxiten nxënësit t’i provojnë të tri goditjet në portë. Vendosim një portier në portë dhe nxënësit rreshtohen në kolonë dhe i provojnë të tri gjuajtjet (nga vendi, në lëvizje dhe në kërcim). Ushtrimi përsëritet disa herë deri në përvetësimin e goditjeve.  **Përforcimi:** Konsolidimi dhe zbatimi i të nxënit  *Diskutim i përbashkët*  Mësimdhënësi/ja pas përfundimit të ushtrimeve i nxit nxënësit për t’u përgjigjur në pyetjet e parash- truara:   * Sa lojtar ka në secilin ekip të hendbollit në fushë? * Sa është kohëzgjatja e lojës së hendbollit? * Sa janë dimensionet e fushës së hendbollit? * Sa pasime lejohen në ekip gjatë lojës së hendbollit?   **Vlerësimi i nxënësve:**  Nxënësit vlerësohen për saktësinë e demonstrimit të goditjes nga tri pozicionet (nga vendi, në lëvizje dhe në kërcim), për saktësinë e përgjigjeve të parashtruara.  **Detyrë:**  Praktikoni një lojë ku demostrohet goditja.  *Reflektim për rrjedhën e orës mësimore:*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_* |

|  |
| --- |
| **ASPEKTET E PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MESIMORE NR - 45** |
| **Fusha kurrikulare:** Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti **Lënda:**  Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti  **Shkalla e kurrikulës: II**  **Klasa: 4** |
| **ASPEKTE TË PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Tema:** Lojërat sportive  Rezultatet e të nxënit të temës: Dallon rregullat themelore në lojërat e ndryshme sportive.  **Kontributi në rezultatet për kompetencat kryesore të shkallës:** III.1; III.4; IV.4.  **Kontributi në rezultatet e fushës së kurrikulës:** 2.2.2.  **ASPEKTE SPECIFIKE TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Njësia mësimore:** Basketbolli  **Rezultatet e të nxënit të orës mësimore:**   * + Zgjeron dijen e tij për basketbollin;   + Liston disa rregulla të basketbollit;   + Dallon rregullat e lojës mes hendbollit dhe basketbollit.   **Kriteret e suksesit:** Përcaktohen me nxënësit në klasë.  **Burimet, mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore:** Libri.  **Lidhja me lëndët e tjera mësimore dhe/apo me çështjet ndërkurrikulare dhe situatat jetësore:**  Matematikë, Njeriu dhe natyra , Gjuhë shqipe, Arsimi për zhvillim të qëndrueshëm.  **METODOLOGJIA DHE VEPRIMTARIA ME NXËNËS**  **Parashikimi:** Përgatitja për të nxënët  *Diskutim për njohuritë paraprake*  Nxiten nxënësit të japin përgjigje për pyetjet:   * A keni luajtur ndonjëherë basketboll? * A mund të tregoni se sa ekipe janë dhe nga sa lojtarë i kanë? * A mendoni se është lojë e lehtë dhe më e realizueshme për ju?   **Ndërtimi i njohurive dhe i shkathtësive: Përpunimi i përmbajtjes**  *Di - Dua të di- Mësova*  Nxënësit hapin librat. Ata ndahen në dyshe. Udhë- zohen se si do të punojnë mbi informacionin e ri. Në fillim do ta lexojnë tekstin e ndarë në para grafë. E diskutojnë në dyshe me shokun e bankës. Në kolonën e parë do të shkruajnë atë çfarë dinë rreth lojës së basketbollit. Nëpërmjet diskutimit të drejtuar me pyetjen: ç’dini për lojën e basketbollit? Mësimdhënësi/ja e plotëson kolonën çfarë dimë. Më pas tregojnë se çfarë duan të dinë më shumë për lojën e basketbollit.   |  |  |  | | --- | --- | --- | | Çfarë dimë? | Çfarë duam të dimë? | Mësova | | Ka dy skuadra me nga pesë lojtarë.  Ekipi që shënon pikë më shumë fi- ton.  Loja ndahet në 4 pjesë me nga 10 minuta.  Çdo shënim në kosh llogaritet me dy pikë.  Ekipet i ndërrojnë anët e fushës në gjysmën e dytë të lojës. | 1. Prej sa lojtarëve përbëhet ekipi i basketbollit? 2. Çka ndodh nëse rezultati është i barabartë në fund të pjesës së katër? 3. Sa zgjat aksioni për të shënuar pikë? 4. Çka janë faullet? | 1. Ekipi i basket- bollit përbëhet më së shumti prej 12 lojtarëve. 2. Loja vazhdon me nga 5 minuta shtesë deri në ndryshim të re- zultatit. 3. Aksioni për të shënuar pikë zgjat 24 sekonda. 4. Masa ndëshkuese. |   **Përforcimi:** Konsolidimi dhe zbatimi i të nxënit  *Shqyrtim i përbashkët*  Përmes pyetjeve të bëra nga mësimdhënësi/ja nxiten nxënësit të diskutojnë për përmbajtjen e njësisë së mësuar në këtë orë mësimore. Nxënësve iu parashtrohen pyetje: A e keni praktikuar lojën e basketbollit? Pas kësaj që mësuam së bashku, cila lojë ju duket më e vështirë, e hendbollit apo basketbollit, pse?  **Vlerësimi i nxënësve:**  Nxënësi vlerësohet për saktësinë e dallimit të rregullave të basketbollit dhe njohuritë e fituara gjatë të nxënit.  Detyrë:  Në shtëpi praktikoni lojën e basketbollit duke i respektuar rregullat.  **Për mësuesin/en**  *Reflektim për rrjedhën e orës mësimore:*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_* |

|  |
| --- |
| **ASPEKTET E PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MESIMORE NR - 46** |
| **Fusha kurrikulare:** Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti **Lënda:**  Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti  **Shkalla e kurrikulës: II**  **Klasa: 4** |
| **ASPEKTE TË PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Tema:** Lojërat sportive  **Rezultatet e të nxënit të temës:** Përvetëson elementet e teknikës bazë të disa lojërave sportive.  **Kontributi në rezultatet për kompetencat kryesore të shkallës:** III.1; III.4; IV.4.  **Kontributi në rezultatet e fushës së kurrikulës:** 2.2.2.  **ASPEKTE SPECIFIKE TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Njësia mësimore:** Mbajtja e topit dhe qëndrimi paralel  **Rezultatet e të nxënit të orës mësimore:**   * + Dallon qëndrimin diagonal dhe paralel;   + Praktikon qëndrimin paralel;   + Demonstron qëndrimin paralel dhe diagonal.   **Kriteret e suksesit:** Përcaktohen me nxënësit në klasë.  **Burimet, mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore:** Libri.  **Lidhja me lëndët e tjera mësimore dhe/apo me çështjet ndërkurrikulare dhe situatat jetësore:**  Matematikë, Njeriu dhe natyra , Gjuhë shqipe, Arsimi për zhvillim të qëndrueshëm.  **METODOLOGJIA DHE VEPRIMTARIA ME NXËNËS**  **Parashikimi:** Përgatitja për të nxënët  *Shpjegim i përparuar*  Nxënësit rreshtohen një për një dhe njoftohen në lidhje me aktivitetin që do të zhvillohet në këtë orë e që është qëndrimi diagonal dhe paralel. Nxënësit informohen pse quhet qëndrim paralel dhe diagonal, pastaj mësimdhënësi/ja ua sqaron pozicionet e qëndrimit.  **Ndërtimi i njohurive dhe i shkathtësive: Përpunimi i përmbajtjes**  *Veprimtari e drejtuar*  Pasi nxënësit janë informuar se qëndrimi basketbollistik mund të jetë paralel dhe diagonal, krijohet një rreth dhe nxënësit nxiten që të praktikojnë pozicionin e qëndrimit paralel bashkë me mësimdhënësin/en.  Vazhdohet me pozicionin e trupit dhe të shputave që duhet të jetë paralel, ndërsa largësia e shputave duhet të jetë një hap ose sa gjatësia e krahëve, pesha e trupit të shpërndahet njëjtë në dy këmbët, gjunjët të mblidhen, trupi të përkulet para dhe me krahë të mbledhur në bërryla.  Ushtrimi përsëritet disa herë nga nxënësit.  **Përforcimi:** Konsolidimi dhe zbatimi i të nxënit  *Loja në çifte*  Nxiten nxënësit të luajnë në çifte duke i respektuar pozicionet e qëndrimit diagonal dhe paralel.  **Vlerësimi i nxënësve:**  Nxënësit vlerësohen për saktësinë e demonstrimit të qëndrimit diagonal dhe paralel dhe dallimin e tyre.  **Detyrë:**  Praktikoni në shtëpi qëndrimin diagonal dhe paralel.  *Reflektim për rrjedhën e orës mësimore:*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_* |

|  |
| --- |
| **ASPEKTET E PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MESIMORE NR - 47** |
| **Fusha kurrikulare:** Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti **Lënda:**  Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti  **Shkalla e kurrikulës: II**  **Klasa: 4** |
| **ASPEKTE TË PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Tema:** Lojërat sportive  **Rezultatet e të nxënit të temës:** Përvetëson elementet e teknikës bazë të disa lojërave sportive.  **Kontributi në rezultatet për kompetencat kryesore të shkallës:** III.1; III.4; V.2; V.8.  **Kontributi në rezultatet e fushës së kurrikulës:** 2.2.2.  **ASPEKTE SPECIFIKE TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Njësia mësimore:** Ushtrime me top  **Rezultatet e të nxënit të orës mësimore:**   * + Përgjigjet në pyetjet e parashtruara;   + Praktikon ushtrime me top;   + Demonstron ushtrime me top.   **Kriteret e suksesit:** Përcaktohen me nxënësit në klasë.  **Burimet, mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore:** Libri, topi.  **Lidhja me lëndët e tjera mësimore dhe/apo me çështjet ndërkurrikulare dhe situatat jetësore:**  Matematikë, Njeriu dhe natyra , Gjuhë shqipe, Arsimi për zhvillim të qëndrueshëm.  **METODOLOGJIA DHE VEPRIMTARIA ME NXËNËS**  **Parashikimi:** Përgatitja për të nxënët  *Diskutim për njohuritë paraprake*  Nxënësit nxiten të japin përgjigje për pyetjet, si:   * Cilat ishin qëndrimet basketbollistike? * A patët vështirësi gjatë ushtrimit në qëndrimin paralel? Nëse po, pse?   **Ndërtimi i njohurive dhe i shkathtësive: Përpunimi i përmbajtjes**  *Veprimtari e drejtuar*  Mësimdhënësi/ja krijon një rreth dhe distancë mes nxënësve dhe i informon për aktivitetin e ri dhe fillon me ushtrimet e basketbollit, duke u kërkuar atyre që t’i praktikojnë pasi t’i demonstrojë.  Ushtrimi:  Nr. 1 - Rrotullo topin në mes këmbëve;  Nr. 2 - Rreth gjunjëve të mbledhur;  Nr. 3 - Rreth belit;  Nr. 4 - Rreth kokës.  Kombinohen të tri ushtrimet rreth këmbëve, belit, kokës dhe anasjelltas.  Këmbët të jenë anash dhe rrokullise topin në mes këmbëve, përplase në tokë në mes të këmbëve. Prapa, në gjatësi të kokës, mbaje topin dhe lëshoje duke u munduar ta kapësh pa rënë në tokë.  **Përforcimi:** Konsolidimi dhe zbatimi i të nxënit  *Loja në çifte*  Nxiten nxënësit të luajnë në çifte duke i respektuar ushtrimet e demonstruara nga mësimdhënësi/ja.  **Vlerësimi i nxënësve:**  Nxënësit vlerësohen për saktësinë e përgjigjeve të parashtruara, për saktësinë e demonstrimit të ushtrimeve me top.  **Detyrë:**  Praktikoni ushtrimet e mësuara.  *Reflektim për rrjedhën e orës mësimore:*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_* |

|  |
| --- |
| **ASPEKTET E PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MESIMORE NR - 48** |
| **Fusha kurrikulare:** Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti **Lënda:**  Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti  **Shkalla e kurrikulës: II**  **Klasa: 4** |
| **ASPEKTE TË PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Tema:** Lojërat sportive  **Rezultatet e të nxënit të temës:** Përvetëson elementet e teknikës bazë të disa lojërave sportive.  **Kontributi në rezultatet për kompetencat kryesore të shkallës:** III.1; III.4; V.2; V.8.  **Kontributi në rezultatet e fushës së kurrikulës:** 2.2.2.  **ASPEKTE SPECIFIKE TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Njësia mësimore:** Driblimi  **Rezultatet e të nxënit të orës mësimore:**   * + Driblon topin me një dorë;   + Respekton rregullat gjatë driblimit;   + Demonstron ushtrime të ndryshme me top.   **Kriteret e suksesit:** Përcaktohen me nxënësit në klasë.  **Burimet, mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore:** Libri, topi.  **Lidhja me lëndët e tjera mësimore dhe/apo me çështjet ndërkurrikulare dhe situatat jetësore:**  Matematikë, Njeriu dhe natyra , Gjuhë shqipe, Arsimi për zhvillim të qëndrueshëm.  **METODOLOGJIA DHE VEPRIMTARIA ME NXËNËS**  **Parashikimi:** Përgatitja për të nxënët  *Diskutim për njohuritë paraprake*  Nxënësit nxiten të japin përgjigje për pyetjet:   * Cilat ishin katër ushtrimet me top të basketbollit?   A mendoni se janë të lidhura ngushtë këto katër ushtrime me top? Nese po, pse?  **Ndërtimi i njohurive dhe i shkathtësive: Përpunimi i përmbajtjes**  *Veprimtari e drejtuar*  Nxënësit njoftohen me njësinë e re, mësimdhënësi/ja i informon nxënësit se driblimi i topit është një nga rregullat që lejon të lëvizësh me top në basketboll, por që duhet patur kujdes të mos bëni më shumë se dy hapa, gjersa mbani topin në duar. Driblimi i topit nuk bëhet me dy duar. Mësimdhënësi/ja i nxit nxënësit të bëjnë vrapime të lira me top në të gjithë fushën, duke dribluar dhe duke e takuar dorën me njëri-tjetrin.  **Përforcimi:** Konsolidimi dhe zbatimi i të nxënit  *Veprimtari e drejtuar*  Mësimdhënësi/ja krijon një rreth dhe nxit nxënësit të driblojnë në vend një herë me dorën e majtë, një herë me dorën e djathtë. Pastaj, të gjithë nxënësit ulen poshtë dhe i bien pianos me top (fillojnë më një gisht, me dy gishta, me tre, me katër dhe me pesë gishta), pastaj me dorën tjetër po i njëjti veprim.  **Vlerësimi i nxënësve:**  Nxënësi vlerësohet për saktësinë e driblimit të topit, për demonstrimin e driblimit me dorë të majtë dhe të djathtë.  **Detyrë:**  Përpiquni ta ushtroni me saktësi driblimin në shtëpi.  *Reflektim për rrjedhën e orës mësimore:*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_* |

|  |
| --- |
| **ASPEKTET E PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MESIMORE NR - 49** |
| **Fusha kurrikulare:** Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti **Lënda:**  Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti  **Shkalla e kurrikulës: II**  **Klasa: 4** |
| **ASPEKTE TË PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Tema:** Lojërat sportive  **Rezultatet e të nxënit të temës:** Përvetëson elementet e teknikës bazë të disa lojërave sportive.  **Kontributi në rezultatet për kompetencat kryesore të shkallës:** III.1; III.4; V.2; V.8.  **Kontributi në rezultatet e fushës së kurrikulës:** 2.2.2.  **ASPEKTE SPECIFIKE TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Njësia mësimore:** Driblo dhe shëno  **Rezultatet e të nxënit të orës mësimore:**   * + Dallon driblimin e topit nga pasimi;   + Praktikon driblimin në kosh;   + Demonstron driblimin në kosh.   **Kriteret e suksesit:** Përcaktohen me nxënësit në klasë.  **Burimet, mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore:** Libri, topi.  **Lidhja me lëndët e tjera mësimore dhe/apo me çështjet ndërkurrikulare dhe situatat jetësore:**  Matematikë, Njeriu dhe natyra , Gjuhë shqipe, Arsimi për zhvillim të qëndrueshëm.  **METODOLOGJIA DHE VEPRIMTARIA ME NXËNËS**  **Parashikimi:** Përgatitja për të nxënët  *Aktivitet i lirë*  Mësimdhënësi/ja i informon nxënësit me njësinë e re dhe i nxit të bëjnë vrapime të lira me top në të gjithë fushën, duke dribluar dhe duke e ndërruar drejtimin.  **Ndërtimi i njohurive dhe i shkathtësive: Përpunimi i përmbajtjes**  *Veprimtari e drejtuar*  Në fushën e basketbollit mësimdhënësi/ja vendos pengesa, ku secili nxënës duhet t'i kalojë pengesat duke e ndërruar drejtimin dhe duart, dhe në fund të shënojnë në kosh.  Gjatë aktivitetit nxënësit inkurajohen nga mësimdhënësi/ja që me shpejtësi t’i kalojnë pengesat duke dribluar dhe shënuar në kosh.  **Përforcimi:** Konsolidimi dhe zbatimi i të nxënit  *Loja në grupe*  Nxënësit ndahen në dy grupe për të garuar dhe informohen për kohën që do të jetë dhjetë minuta, dhe cili nga grupet shënon më shumë kosha, zgjidhet fitues.  **Vlerësimi i nxënësve:**  Nxënësi vlerësohet për saktësinë e demonstrimit të driblimit të topit dhe shënimin në kosh.  **Detyrë:**  Praktikoni ushtrimet me top të basketbollit.  *Reflektim për rrjedhën e orës mësimore:*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_* |

|  |
| --- |
| **ASPEKTET E PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MESIMORE NR - 50** |
| **Fusha kurrikulare:** Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti **Lënda:**  Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti  **Shkalla e kurrikulës: II**  **Klasa: 4** |
| **ASPEKTE TË PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Tema:** Lojërat sportive  **Rezultatet e të nxënit të temës:** Përvetëson elementet e teknikës bazë të disa lojërave sportive.  **Kontributi në rezultatet për kompetencat kryesore të shkallës:** III.1; III.4; V.2; V.8.  **Kontributi në rezultatet e fushës së kurrikulës:** 2.2.2.  **ASPEKTE SPECIFIKE TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Njësia mësimore:** Pasimet në vend dhe në lëvizje  **Rezultatet e të nxënit të orës mësimore:**   * + Pason topin në vend dhe në lëvizje;   + Zbaton rregullat e mësuara;   + Demonstron lojën me të gjitha elementet.   **Kriteret e suksesit:** Përcaktohen me nxënësit në klasë.  **Burimet, mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore:** Libri, topi.  **Lidhja me lëndët e tjera mësimore dhe/apo me çështjet ndërkurrikulare dhe situatat jetësore:**  Matematikë, Njeriu dhe natyra , Gjuhë shqipe, Arsimi për zhvillim të qëndrueshëm.  **METODOLOGJIA DHE VEPRIMTARIA ME NXËNËS**  **Parashikimi:** Përgatitja për të nxënët  *Shpjegim i përparuar*  Nxënësit rreshtohen një për një dhe informohen në lidhje me aktivitetin që do të zhvillohet në këtë orë. Ushtrimet e formimit i demostron mësimdhënësi/ja. Nxënësit nxiten që të pasojnë topin duke e goditur për tokë për dy minuta.  **Ndërtimi i njohurive dhe i shkathtësive: Përpunimi i përmbajtjes**  *Veprimtari e drejtuar*  Pasi nxënësit të jenë ndarë në dyshe (dy nxënës një top) dhe ia pasuan njëri-tjetrit topin me dy duar, nga gjoksi në distancë prej 2 metrash, pasojnë drejt në kraharor.  Ushtrimi nr. 2 bëhet me pasim me përplasje në tokë.  Ushtrimi nr. 3 bëhet në lartësi të kokës.  Nxënësit nxiten që të pasojnë sa më shumë topin në mes tyre në një hapësirë dhe kohë të kufizuar. Në fund, llogaritet edhe numri i pasimeve.  **Përforcimi:** Konsolidimi dhe zbatimi i të nxënit  *Loja në grupe*  Nxiten nxënësit ta vazhdojnë demonstrimin e pasimit të topit duke e rikujtuar respektimin e rregullave të mësuara. Pasoni topin te shoku përballë, pastaj, me përplasje në tokë, dribloni me top dhe pasoni te shoku ose shoqja.  **Vlerësimi i nxënësve:**  Nxënësit vlerësohen për saktësinë e demonstrimit të pasimit të topit te shoku përballë tij me dy duar, me përplasje në tokë dhe lartësi të kokës, për zbatimin e rregullave të lojës.  **Detyrë**:  Ushtrojeni lojën në shtëpi me shoqet dhe shokët e lagjes.  *Reflektim për rrjedhën e orës mësimore:*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_* |

|  |
| --- |
| **ASPEKTET E PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MESIMORE NR - 51** |
| **Fusha kurrikulare:** Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti **Lënda:**  Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti  **Shkalla e kurrikulës: II**  **Klasa: 4** |
| **ASPEKTE TË PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Tema:** Lojërat sportive  **Rezultatet e të nxënit të temës:** Dallon rregullat themelore në lojërat e ndryshme sportive.  **Kontributi në rezultatet për kompetencat kryesore të shkallës:** III.4; V.2.  **Kontributi në rezultatet e fushës së kurrikulës:** 2.1; 2.2.  **ASPEKTE SPECIFIKE TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Njësia mësimore:** Gjuajtja në kosh  **Rezultatet e të nxënit të orës mësimore:**   * + Mëson se si bëhet gjuajtja me një dorë;   + Dallon pozitat e goditjeve në basketboll;   + Demonstron gjuajtjet nga të dyja pozitat.   **Kriteret e suksesit:** Përcaktohen me nxënësit në klasë.  **Burimet, mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore:** Libri, topi i basketbollit.  **Lidhja me lëndët e tjera mësimore dhe/apo me çështjet ndërkurrikulare dhe situatat jetësore:**  Matematikë, Njeriu dhe natyra , Gjuhë shqipe, Arsimi për zhvillim të qëndrueshëm.  **METODOLOGJIA DHE VEPRIMTARIA ME NXËNËS**  **Parashikimi:** Përgatitja për të nxënët  *Diskutim për njohuritë paraprake*  Nxënësit njoftohen me njësinë mësimore dhe atyre u parashtrohen disa pyetje:   * A është më e lehtë gjuajtja në basketboll, në futboll apo në hendboll? * Cila prej këtyre lojërave ju pëlqen më shumë, pse?   Pas kësaj nxënësit bëjnë vrapime të lira me top në të gjithë fushën, duke dribluar dhe duke gjuajtur në kosh me radhë.  **Ndërtimi i njohurive dhe i shkathtësive: Përpunimi i përmbajtjes**  *Veprimtari demonstruese*  Mësimdhënësi prezanton para nxënësve se si bëhet gjuajta në kosh si dhe pozitat nga të cilat kryhen gjuajtjet. Nxënësve u thuhet që topin duhet mbajtur në topin e gjuajtjes, të cilët janë më të rëndësishëm. Të vendosur përballë mësimdhënësit/es, secili nxënës/e ka nga një top dhe bëjnë lëvizjet e gjuajtjes me një dorë. Pastaj, vazhdojnë me ush trimin nr. 2 - gjuajtjen në kosh nga vendi me të dy duart dhe me ushtrimin nr. 3 - gjuajtjen në kosh nga driblimi/lëvizja, ndalim dhe gjuajtje në kosh.  **Përforcimi:** Konsolidimi dhe zbatimi i të nxënit  *Gara mes nxënësve*  Nxënësit udhëzohen që tani do të bëjnë një garë mes vete. Në garë marrin pjesë të gjithë nxënësit në klasë. Gara do të realizohet nga nxënësit ku kanë për detyrë të gjuajnë me gjuajtje të lirë dhe në lëvizje. Nxënësit ndahen në dy grupe dhe grupi i cili shënon më shumë gola në kosh fiton.  **Vlerësimi i nxënësve:**  Nxënësit vlerësohen për mësimin e gjuajtjes më një dorë, dallimin e pozitave të gjuajtes si dhe për demonstrimin e llojeve të gjuajtjeve në kosh.  Detyrë:  Të ushtrojnë gjuajtjen në kosh nga të dyja pozitat.  *Reflektim për rrjedhën e orës mësimore:*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_* |

|  |
| --- |
| **ASPEKTET E PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MESIMORE NR - 52** |
| **Fusha kurrikulare:** Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti **Lënda:**  Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti  **Shkalla e kurrikulës: II**  **Klasa: 4** |
| **ASPEKTE TË PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Tema:** Lojërat sportive  **Rezultatet e të nxënit të temës:** Dallon rregullat themelore në lojërat e ndryshme sportive.  **Kontributi në rezultatet për kompetencat kryesore të shkallës:** V.2; V.8.  **Kontributi në rezultatet e fushës së kurrikulës:** 2.1; 2.2.  **ASPEKTE SPECIFIKE TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Njësia mësimore:** Futbolli  **Rezultatet e të nxënit të orës mësimore:**   * + Rikujton njohuritë për lojën e futbollit;   + Merr pjesë aktive në diskutim;   + Identifikon rregullat e futbollit.   **Kriteret e suksesit:** Përcaktohen me nxënësit në klasë.  **Burimet, mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore:** Libri, fletorja, topi.  **Lidhja me lëndët e tjera mësimore dhe/apo me çështjet ndërkurrikulare dhe situatat jetësore:**  Matematikë, Njeriu dhe natyra , Gjuhë shqipe, Arsimi për zhvillim të qëndrueshëm.  **METODOLOGJIA DHE VEPRIMTARIA ME NXËNËS**  **Parashikimi:** Përgatitja për të nxënët  *Imagjinatë e drejtuar*  Nxënësve u kërkohet që të mbyllin sytë. Në duart e gjithsecilit u ofrohet një top. Ata kanë për detyrë që ta prekin topin dhe ta imagjinojnë se çfarë është ai, por të mos japin përgjigje derisa të gjithë nxënësit ta provojnë. Pas kësaj, pyeten nxënësit:   * Për çfarë përdoret ky/kjo gjë? * Për cilën lojë e përdorim? * Pas përgjigjeve të nxënësve pyeten se a ju pëlqen futbolli, çfarë dinë për të etj.   **Ndërtimi i njohurive dhe i shkathtësive: Përpunimi i përmbajtjes**  *Harta e konceptit – Futbolli*   |  |  |  | | --- | --- | --- | | Rregullat e futbollit | | | |  |  | | | Një fushë brenda stadiumit  Dy skuadra 11 lojtarë  Dy pjesë nga 45 min, gjithsej 90 min | |  | |  |  |  | | --- | --- | | Fusha e futbollit | | |  |  | | Fusha e vogël 45 m gjerësi, 120 m gjatësi  Fusha e madhe 90 m gjerësi, 120 m gjatësi | |   FUTBOLLI  Llojet e goditjeve  Goditje të lira, di-  rekte dhe indirekte Goditja e penalltisë Goditja nga këndi  **Përforcimi:** Konsolidimi dhe zbatimi i të nxënit  *Rrjeti i diskutimit*  Me nxënësit zhvillohet një bashkëbisedim rreth lojës së futbollit.  Nxënësve u parashtrohet një pyetje: Pse futbolli është sporti më i popullarizuar në botë?  Nxënësit ndahen në dyshe dhe gjejnë anët kundërshtuese të kësaj çështjeje. Pas kësaj, fillon diskutimi dhe në fund vijnë me një përfundim të përbashkët, i cili është i pranueshëm për të gjithë klasën.  **Vlerësimi i nxënësve:**  Nxënësit vlerësohen për të kujtuarit e njohurive për lojën e futbollit, për identifikimin e rregullave të basketbollit si dhe për pjesëmarrje në diskutim.  **Detyrë**:  Të hulumtojë në internet rreth rregullave të futbollit.  *Reflektim për rrjedhën e orës mësimore:*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_* |

|  |
| --- |
| **ASPEKTET E PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MESIMORE NR 53** |
| **Fusha kurrikulare:** Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti **Lënda:**  Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti  **Shkalla e kurrikulës: II**  **Klasa: 4** |
| **ASPEKTE TË PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Tema:** Lojërat sportive  **Rezultatet e të nxënit të temës:** Përvetëson elementet e teknikës bazë të disa lojërave sportive.  **Kontributi në rezultatet për kompetencat kryesore të shkallës:** III.1; V.2.  **Kontributi në rezultatet e fushës së kurrikulës:** 2.1; 2.2.  **ASPEKTE SPECIFIKE TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Njësia mësimore:** Zhonglimi - Udhëheqja në formë lakore dhe në lëvizje  **Rezultatet e të nxënit të orës mësimore:**   * + Demonstron elementet e teknikës bazë të zhonglimit;   + Demonstron udhëheqjen në formë lakore;   + Demonstron udhëheqjen në lëvizje.   **Kriteret e suksesit:** Përcaktohen me nxënësit në klasë.  **Burimet, mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore:** Libri, topi i futbollit.  **Lidhja me lëndët e tjera mësimore dhe/apo me çështjet ndërkurrikulare dhe situatat jetësore:**  Matematikë, Njeriu dhe natyra , Gjuhë shqipe, Arsimi për zhvillim të qëndrueshëm.  **METODOLOGJIA DHE VEPRIMTARIA ME NXËNËS**  **Parashikimi:** Përgatitja për të nxënët  *Diskutim për njohuritë paraprake*  Nxënësit njoftohen me njësinë e caktuar dhe bëjnë vrapime të lira me topin e futbollit në të gjithë fush ën, duke udhëhequr në mënyrë të lirë. Nxënësve u parashtrohen disa pyetje:   * A keni dëgjuar ndonjëherë fjalën “zhonglim”? * Me çfarë mendoni që ka të bëjë kjo fjalë? * Po për udhëheqjen në formë lakore dhe në lëvizje, a keni dëgjuar ndonjëherë?   **Ndërtimi i njohurive dhe i shkathtësive: Përpunimi i përmbajtjes**  *Veprimtari demonstruese*  Nxënësve u sqarohet se çfarë është zhonglimi duke u thënë që ai është një element thelbësor i lojës së futbollit, i cili i lejon lojtarët të përdorin në të gjitha pjesët e trupit të tyre për ta kontrolluar topin. Pas kësaj u tregohet se udhëheqja në formë lakore bëhet duke e dribluar topin në formë të lakuar, rekomandohet që topi të mbahet sa më afër në mënyrë që ta kemi nën kontroll, mbajtja e kokës lartë për ta parë ku gjenden lojtarët e tjerë etj., ndërsa kur udhëheqim në lëvizje na lejohet që të kërcejmë sipër topit, të vrapojmë rreth topit, ta prekim me kokë etj.  Pas kësaj ftohen nxënësit që të shkojnë në sallën e edukatës fizike dhe të bëjnë demonstrimin e këtyre që mësuam sot. Nxënësit/et e udhëheqin topin dhe në shenjën e dhënë nga mësimdhënësi/ja bëjnë veprime të caktuara sipas komandës (kërce sipër topit, vrapo rreth topit, godite dhe vrapo për ta ndaluar topin, ulu sipër topit, preke me kokë).  **Përforcimi:** Konsolidimi dhe zbatimi i të nxënit  *Bashkëbisedim i lirë*  Me nxënësit bisedojmë për vështirësi të hasura gjatë praktikimit të zhonglimit, udhëheqjes në formë lakore dhe në lëvizje si dhe mësimdhënësi/ja u tregon gabimet e mundshme gjatë demonstrimit të lëvizjeve.  **Vlerësimi i nxënësve:**  Nxënësit vlerësohen për demonstrimin e zhonglimit, udhëheqjes lakore dhe udhëheqjes në lëvizje si dhe për praktikimin e rregullave për udhëheqjen në lëvizje dhe në formë lakore.  **Detyrë**:  Ushtro në shtëpi driblimet e mësuara në klasë.  **Për mësuesin/en**  *Reflektim për rrjedhën e orës mësimore:*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_* |

|  |
| --- |
| **ASPEKTET E PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MESIMORE NR - 54** |
| **Fusha kurrikulare:** Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti **Lënda:**  Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti  **Shkalla e kurrikulës: II**  **Klasa: 4** |
| **ASPEKTE TË PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Tema:** Lojërat sportive  **Rezultatet e të nxënit të temës:** Dallon rregullat themelore në lojërat e ndryshme sportive.  **Kontributi në rezultatet për kompetencat kryesore të shkallës:** III.4; V.2; VI.2.  **Kontributi në rezultatet e fushës së kurrikulës:** 2.1; 2.2.  **ASPEKTE SPECIFIKE TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Njësia mësimore:** Pasimi dhe pranimi  **Rezultatet e të nxënit të orës mësimore:**   * + Dallon pasimin e topit në vend dhe në lëvizje;   + Përshkrun pranimin e topit në futboll;   + Demonstron pranimin dhe pasimin e topit në futboll.   **Kriteret e suksesit:** Përcaktohen me nxënësit në klasë.  **Burimet, mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore:** Libri, topi i futbollit.  **Lidhja me lëndët e tjera mësimore dhe/apo me çështjet ndërkurrikulare dhe situatat jetësore:**  Matematikë, Njeriu dhe natyra, Gjuhë shqipe, Arsimi për zhvillim të qëndrueshëm.  **METODOLOGJIA DHE VEPRIMTARIA ME NXËNËS**  **Parashikimi:** Përgatitja për të nxënët  *Diskutim për njohuritë paraprake*  Nxënësit nxiten të japin përgjigje për pyetjet:   * A keni luajtur ndonjëherë futboll? * A mund ta bëni dallimin se çfarë është pasimi dhe pranimi i topit? * Cila mendoni se është më lehtë e realizueshme për ju?   **Ndërtimi i njohurive dhe i shkathtësive: Përpunimi i përmbajtjes**  *Veprimtari demonstruese*  Pasi nxënësit janë njoftuar nga mësimdhënësi/ja se cilat janë hapat që duhet ndjekur për të bërë një pasim të saktë të topit, ftohen në sallën e educates fizike me qëllim që t’i praktikojnë njohuritë e mësuara. Secili nga ta përcillet në mënyrë të veçantë se si po e bën pasimin e topit dhe a po i ndjek hapat e mësuara më parë. Pas kësaj, nxënësit formojnë dy kolona. Nxënësit pasojnë mes vete topin dhe kthehen në po të njëjtën kolonë. Të njëjtin ushtrim e bëjmë edhe në lëvizje, njëri përballë tjetrit. Në këtë mënyrë ushtrohet edhe pranimi i topit.  **Përforcimi:** Konsolidimi dhe zbatimi i të nxënit  *Shqyrtim i përbashkët*  Përmes pyetjeve të bëra nga mësimdhënësi/ja nxiten nxënësit të diskutojnë për përmbajtjen e njësisë së mësuar në këtë orë mësimore. Nxënësve u parashtrohen pyetje, si:   * A ju pëlqeu ajo çfarë mësuam sot? * A e keni ditur më parë këtë gjë? * Sa e keni praktikuar? * Pas kësaj që e mësuam dhe e ushtruam së bashku a ishte më i lehtë pasimi apo pranimi i topit? Pse?   **Vlerësimi i nxënësve:**  Nxënësit vlerësohen për dallimin e pasimit në vend dhe në lëvizje, përshkrimin e pranimit të topit si dhe demonstrimin e pasimit dhe pranimit të topit.  **Detyrë**:  Kërkoni informacion për lojtarët të cilët shquhen se bëjnë pasimet më të sakta, pas së cilave shënohet golë.  *Reflektim për rrjedhën e orës mësimore:*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_* |

|  |
| --- |
| **ASPEKTET E PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MESIMORE NR - 55** |
| **Fusha kurrikulare:** Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti **Lënda:**  Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti  **Shkalla e kurrikulës: II**  **Klasa: 4** |
| **ASPEKTE TË PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Tema:** Lojërat sportive  **Rezultatet e të nxënit të temës:** Dallon rregullat themelore në lojërat e ndryshme sportive.  **Kontributi në rezultatet për kompetencat kryesore të shkallës:** V.2; V.8.  **Kontributi në rezultatet e fushës së kurrikulës:** 2.1; 2.2.  **ASPEKTE SPECIFIKE TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Njësia mësimore:** Gjuajtja e topit  **Rezultatet e të nxënit të orës mësimore:**   * + Mëson rregullat si bëhet gjuajtja e topit;   + Përcakton lëvizjet të cilat duhet t’i bëjë para se ta gjuajë topin;   + Identifikon llojet e goditjeve të topit.   **Kriteret e suksesit:** Përcaktohen me nxënësit në klasë.  **Burimet, mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore:** Libri, topi.  **Lidhja me lëndët e tjera mësimore dhe/apo me çështjet ndërkurrikulare dhe situatat jetësore:**  Gjuhë shqipe, Matematikë, Arsimi për zhvillim të qëndrueshëm.  **METODOLOGJIA DHE VEPRIMTARIA ME NXËNËS**  **Parashikimi:** Përgatitja për të nxënët  *Imagjinata e drejtuar*  Mësimdhënësi/ja e fillon njësinë mësimore me disa pyetje:   * A mendoni që ka rregulla se si duhet të bëhet gjuajta e topit, apo vetëm e godasim pa menduar? * A mendoni se ka lloje të ndryshme të goditjeve të topit, apo është vetëm një? * Si duhet t’i pozicionojmë këmbët kur godasim topin?   **Ndërtimi i njohurive dhe i shkathtësive: Përpunimi i përmbajtjes**  *Veprimtari demonstruese*  Mësimdhënësi/ja e fillon shpjegimin para nxënësve duke ua treguar atyre rregullat se si bëhet goditja e topit. Pas kësaj, nxënësve u shpjegohen edhe llojet e goditjeve të topit p.sh., goditja ballore e shputës me pjesën e brendshme të shputës, me thembër dhe me kokë.  Pas kësaj nxënësit udhëzohen që të dalin jashtë, dhe në një distancë prej 7 metrash ta ushtrojnë gjuajtjen e topit dhe secili nxënës t’i praktikojë 4 llojet e goditjeve të topit.  **Përforcimi:** Konsolidimi dhe zbatimi i të nxënit  *Rrjeti i diskutimit*  Mësimdhënësi/ja bashkë me nxënësit formojnë një rreth dhe mësimdhënësi/ja me top në duar bën një pyetje lidhur me njësinë e mësuar dhe ia hedh topin atij/asaj që ka dëshirë të përgjigjet. Pas kësaj, ai/ ajo që është përgjigjur e formulon një pyetje tjetër dhe ia gjuan topin nxënësit të radhës.  Këtë lojë e vazhdojmë derisa të gjithë nxënësit të kenë mundësi të përgjigjen së paku njëherë.  **Vlerësimi i nxënësve:**  Nxënësit vlerësohen për rregullat e gjuajtjes së topit, demonstrimin e llojeve të goditjeve të topit dhe për saktësinë e gjuajtjeve.  **Detyrë**:  Nxënësit kanë për detyrë që në shtëpi t’i ushtrojnë llojet e goditjeve të topit të mësuara në orën e sotme.  *Reflektim për rrjedhën e orës mësimore:*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_* |

|  |
| --- |
| **ASPEKTET E PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MESIMORE NR - 56** |
| **Fusha kurrikulare:** Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti **Lënda:**  Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti  **Shkalla e kurrikulës: II**  **Klasa: 4** |
| **ASPEKTE TË PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Tema:** Lojërat sportive  **Rezultatet e të nxënit të temës:** Dallon rregullat themelore në lojërat e ndryshme sportive.  **Kontributi në rezultatet për kompetencat kryesore të shkallës:** V.2; V.9.  **Kontributi në rezultatet e fushës së kurrikulës:** 2.1; 2.2.  **ASPEKTE SPECIFIKE TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Njësia mësimore:** Përcjellim topat  **Rezultatet e të nxënit të orës mësimore:**   * + Njeh rregullat për nxehjen e gjymtyrëve të trupit;   + Mëson si bëhet përcjellja e topit;   + Bashkëpunon me shokun/shoqen.   **Kriteret e suksesit:** Përcaktohen me nxënësit në klasë.  **Burimet, mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore:** Libri, topi i futbollit.  **Lidhja me lëndët e tjera mësimore dhe/apo me çështjet ndërkurrikulare dhe situatat jetësore:**  Matematikë, Njeriu dhe natyra, Gjuhë shqipe, Arsimi për zhvillim të qëndrueshëm.  **METODOLOGJIA DHE VEPRIMTARIA ME NXËNËS**  **Parashikimi:** Përgatitja për të nxënët  *Parapërgatitje për lojë*  Mësimdhënësi/ja e rreshton klasën në formë frontale. Bën evidentimin e pjesëmarrjes dhe gjendjes shëndetësore. Pastaj, bashkë me nxënësit bëhen ushtrimet e nxehjes: vrapim i lehtë; ushtrime të përgjithshme për nxehje: nxehja e gjymtyrëve të sipërme, trungut dhe të poshtme.  **Ndërtimi i njohurive dhe i shkathtësive: Përpunimi i përmbajtjes**  *Veprimtari demonstruese*  Grumbullohen nxënësit në formë rrethore dhe përfundojnë demonstrimin, fillimisht të pasimit me dy duar nga gjoksi dhe me pas me një dorë duke i evidentuar gabimet bëjnë korigjimet e nevojshme. Vendosen nxënësit përballë njëri-tjetrit në distancë të afërt dhe kryejnë pasime të topit në vijë të drejtë dhe diagonale, në formë trekëndëshi, katrore, me ndërrime vendesh, në lëvizje.  Pas kësaj, 4 nxënës vendosen në rreth dhe me krahët shtrirë provojnë ta mbajnë topin mes duarve. Ata ndihmohen nga një shok ose shoqe në rast se topi bie poshtë, e pastaj pasi arrijnë te caku, kthehen përsëri në pikën e startit dhe ndërrohen me shokun/shoqen.  **Përforcimi:** Konsolidimi dhe zbatimi i të nxënit  *Imagjinata e drejtuar*  Nga nxënësit kërkohet që t’i mbyllin sytë dhe u parashtrohen disa pyetje, si:   * A ju pëlqeu ora mësimore? * A e kishit të vështirë përcjelljen e topit nga shoku te shoqja?   Mësimdhënësi/ja e prek njërin nxënës dhe i thotë që të përgjigjet, nxënësi i zgjedhur nga mësimdhënësi/ja përveç që duhet të përgjigjet, të tjerët duhet ta gjejnë se kush ka folur.  **Vlerësimi i nxënësve:**  Nxënësit vlerësohen për zbatimin e rregullave për nxehjen e trupit, për përcjelljen e topit te shoku/sho- qja, si dhe për bashkëpunim me shokun/shoqen.  **Detyrë**:  Ushtro përcjelljen e topit në shtëpi bashkë me motrën apo vëllain.  *Reflektim për rrjedhën e orës mësimore:*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_* |

|  |
| --- |
| **ASPEKTET E PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MESIMORE NR - 57** |
| **Fusha kurrikulare:** Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti **Lënda:**  Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti  **Shkalla e kurrikulës: II**  **Klasa: 4** |
| **ASPEKTE TË PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Tema:** Lojërat sportive  **Rezultatet e të nxënit të temës:** Përvetëson elementet e teknikës bazë të disa lojërave sportive.  **Kontributi në rezultatet për kompetencat kryesore të shkallës:** III.1; V.2.  **Kontributi në rezultatet e fushës së kurrikulës:** 2.1; 2.2.  **ASPEKTE SPECIFIKE TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Njësia mësimore:** Kush më shumë pikë?!  **Rezultatet e të nxënit të orës mësimore:**   * + Mëson aftësinë e kombinimit   + Rrit nivelin e shpejtësisë së vrapimit;   + Bashkëpunon me shokun/shoqen.   **Kriteret e suksesit:** Përcaktohen me nxënësit në klasë.  **Burimet, mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore:** Libri, kone, topa pingpongu, lapsa, letra me ngjyra.  **Lidhja me lëndët e tjera mësimore dhe/apo me çështjet ndërkurrikulare dhe situatat jetësore:**  Matematikë, Njeriu dhe natyra, Gjuhë shqipe, Arsimi për zhvillim të qëndrueshëm.  **METODOLOGJIA DHE VEPRIMTARIA ME NXËNËS**  **Parashikimi:** Përgatitja për të nxënët  *Ushtrim i lirë*  Kryerja e ushtrimeve të nxehjes në funksion të strukturës së kombinacionit: vrapim i lehtë. Ushtrime të përgjithshme për nxehje: nxehja e gjymtyrëve të sipërme, trungut dhe të poshtme. Ushtrime speciale: pasim - kapja e topit në tabelë, driblim ndërmjet piramidave, vrapim mbi stol.  **Ndërtimi i njohurive dhe i shkathtësive: Përpunimi i përmbajtjes**  *Veprimtari demonstruese*  Nxënësit/et ndahen në dy ose tri grupe; në hapë- sirë sportive vendosen shumë kone, ku poshtë koneve do të vendosim topa të pingpongut, lapsa, letra me ngjyra, sipas rrethanave vendosen pikët për secilën gjetje.  Nxënësi/ja ka të drejtë të hapë vetëm një kon dhe shkon me vrap e tok dorën me shokun/shoqen; kush mbledh më shumë pikë për kohën e caktuar, shpallet fitues.  **Përforcimi:** Konsolidimi dhe zbatimi i të nxënit  *Shqyrtim i përbashkët*  Ecje rreth fushës për kthimin e organizmit në gjendjen fillestare. Diskutim dhe analizë e vlerësimit të lojës për të parë kush ka grumbulluar më shumë pikë përmes pyetjeve:   * A ishte i vështirë realizimi i orës? * Çfarë mendoni se ishte arsyeja që nuk grumbulluat më shumë pikë, apo pse grumbulluat kaq shumë pikë?   **Vlerësimi i nxënësve:**  Nxënësit vlerësohen për aftësitë e kombinimit, për rritjen e shpejtësisë së vrapimit dhe bashkëpunimin me shoku/shoqen.  **Detyrë**:  Nxënësit e kanë për detyrë që të reflektojnë në shtëpi se çfarë do të duhej të bënin që të grumbullonin më shumë pikë.  *Reflektim për rrjedhën e orës mësimore:*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_* |

|  |
| --- |
| **ASPEKTET E PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MESIMORE NR - 58** |
| **Fusha kurrikulare:** Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti **Lënda:**  Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti  **Shkalla e kurrikulës: II**  **Klasa: 4** |
| **ASPEKTE TË PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Tema:** Lojërat sportive  **Rezultatet e të nxënit të temës:** Përvetëson elementet e teknikës bazë të disa lojërave sportive.  **Kontributi në rezultatet për kompetencat kryesore të shkallës:** III.1; III.4 ; V.2.  **Kontributi në rezultatet e fushës së kurrikulës:** 2.1; 2.2.  **ASPEKTE SPECIFIKE TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Njësia mësimore:** Sportet (ese)  **Rezultatet e të nxënit të orës mësimore:**   * + Dallon rregullat elementare të sporteve të mësuara;   + Shkruan për sportet e mësuara;   + Dallon sportin e preferuar.   **Kriteret e suksesit:** Përcaktohen me nxënësit në klasë.  **Burimet, mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore:** Libri.  **Lidhja me lëndët e tjera mësimore dhe/apo me çështjet ndërkurrikulare dhe situatat jetësore:**  Matematikë, Njeriu dhe natyra, Gjuhë shqipe, Arsimi për zhvillim të qëndrueshëm.  **METODOLOGJIA DHE VEPRIMTARIA ME NXËNËS**  **Parashikimi:** Përgatitja për të nxënët  *Diskutim për njohuritë paraprake*  Mësimdhënësi/ja u tregon nxënësve që sot do të shkruajnë një ese. Eseja ka të bëjë me sportet e mësuara deri më sot, pra, me hendbollin, basketbollin dhe futbollin. Shumë shpejt bëhet një përsëritje për të trija sportet duke i rikujtuar rregullat themelore të secilit sport.  **Ndërtimi i njohurive dhe i shkathtësive: Përpunimi i përmbajtjes**  *Shkrim i lirë*  Nxënësit përmes tabelës në faqe 51 udhëzohen që të shkruajnë ese për sportet. Eseja duhet të përmbajë së paku 150 fjalë. Nxënësit udhëzohen të shkruajnë një ese për njërën nga çështjet e trajtuara në shpjegim. Këto janë disa nga pyetjet të cilat mund t’i përdorë mësimdhënësi/ja për të udhëzuar nxënësit që të shkruajnë ese rreth kësaj njësie mësimore:   * + - Cili sport ju pëlqen më shumë?     - Çfarë të duhet që të kesh mundësi të luash sportin tënd të preferuar?     - Kush të ka mësuar të luash?     - Cila është pjesa më e vështirë e të luajturit me atë sport?   **Përforcimi:** Konsolidimi dhe zbatimi i të nxënit  *Rrjeti i diskutimit*  Nxënësit lexojnë esetë e shkruara dhe së bashku vlerësohen se kush nga ta ka përzgjedhur sportin më të preferuar dhe pse. Nxënesit pyeten: A janë më të lehta sportet që luhen me dorë, apo sportet që luhen me këmbë?  Nxënësit argumentojnë mes tyre për të arritur deri te një përgjigje e përbashkët.  **Vlerësimi i nxënësve:**  Nxënësit vlerësohen për shkrimin e esesë, ndërlidhjen logjike të fjalëve dhe llojllojshmërinë e fjalorit.  **Detyrë**:  Nxënësit e kanë për detyrë që të plotësojnë në shtëpi faqen 51 në librin bazë.  *Reflektim për rrjedhën e orës mësimore:*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_* |

|  |
| --- |
| **ASPEKTET E PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MESIMORE NR - 59** |
| **Fusha kurrikulare:** Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti **Lënda:**  Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti  **Shkalla e kurrikulës: II**  **Klasa: 4** |
| **ASPEKTE TË PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Tema:** Aktivitetet fizike dhe mjedisi  **Rezultatet e të nxënit të temës:** Tregon rëndësinë e marrjes me aktivitete rekreative, sportive dhe ndikimin pozitiv që kanë në shëndet.  **Kontributi në rezultatet për kompetencat kryesore të shkallës:** V.2; VI.4.  **Kontributi në rezultatet e fushës së kurrikulës:** 4.1.  **ASPEKTE SPECIFIKE TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Njësia mësimore:** Shtatë përfitimet nga lojërat sportive  **Rezultatet e të nxënit të orës mësimore:**   * + Tregon rëndësinë e aktivitetit fizik për shëndetin;   + Shpreh gatishmërinë që të bëjë një jetë aktive;   + Identifikon përfitimet nga lojërat sportive.   **Kriteret e suksesit:** Përcaktohen me nxënësit në klasë.  **Burimet, mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore:** Libri.  **Lidhja me lëndët e tjera mësimore dhe/apo me çështjet ndërkurrikulare dhe situatat jetësore:**  Matematikë, Njeriu dhe natyra, Gjuhë shqipe, Arsimi për zhvillim të qëndrueshëm.  **METODOLOGJIA DHE VEPRIMTARIA ME NXËNËS**  **Parashikimi:** Përgatitja për të nxënët  *Diskutim për njohuritë paraprake*  Mësimdhënësi/ja u tregon nxënësve që sot do të flasin për përfitimet nga lojërat sportive. Së pari njësinë do ta fillojë duke i pyetur nxënësit se çfarë lojëra sportive luajnë ata jashtë mësimit pra, në shtëpi? Sa prej tyre ushtrojnë edhe ndonjë sport si kurs? Si ndihen ata pasi që i përfundojnë ushtrimet? Në çfarë konkretisht mendojnë se ndikojnë lojërat sportive?  **Ndërtimi i njohurive dhe i shkathtësive: Përpunimi i përmbajtjes**  *Ditari dy pjesësh*  Me nxënësit fillohet të bisedohet për përfitimet e lojërave sportive. Atyre u tregohet që këto përfitime fillojnë nga: bashkëpunimi, udhëheqësia, krijimi i shoqërisë, shëndeti mendor i shëndosh.  Nxënësit bëhen më këmbëngulës, fitojnë imunitet si dhe mësojnë ta menaxhojnë kohën më mirë. Kështu, atyre u kërkohet që të punojnë me ditarin dypjesësh, i cili realizohet në këtë formë:   |  |  | | --- | --- | | Citati | Komenti | |  |  | |  |  | |  |  | |  |  | |  |  | |  |  | |  |  |   Te pjesa e citatit shkruhen 7 përfitimet nga lojërat sportive, ndërsa nxënësit kanë për detyrë të shkru- ajnë komentet e tyre për to.  **Përforcimi:** Konsolidimi dhe zbatimi i të nxënit  *Shqyrtim i përbashkët*  Te pjesa e fundit, nxënësit do ta lexojnë ditarin dypjesësh të cilin e kanë filluar në fazën paraprake dhe do të diskutojnë për përfitime të tjera nga lojërat sportive.  **Vlerësimi i nxënësve:**  Nxënësit vlerësohen për të treguarit e përfitimeve të aktiviteteve fizike, rëndësinë e tyre për shëndetin e njeriut si dhe për shprehjen e gatishmërisë për të bërë një jetë aktive.  **Detyrë**:  Nxënësit e kanë për detyrë të hulumtojnë në internet për përfitimet tjera që nuk përmenden në libër për lojërat sportive.  **Për mësuesin/en**  *Reflektim për rrjedhën e orës mësimore:*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_* |

|  |
| --- |
| **ASPEKTET E PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MESIMORE NR - 60** |
| **Fusha kurrikulare:** Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti **Lënda:**  Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti  **Shkalla e kurrikulës: II**  **Klasa: 4** |
| **ASPEKTE TË PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Tema:** Lojërat sportive  **Rezultatet e të nxënit të temës:** Përvetëson elementet e teknikës bazë të disa lojërave sportive.  **Kontributi në rezultatet për kompetencat kryesore të shkallës:** III.4; V.2; V.8; VI.2.  **Kontributi në rezultatet e fushës së kurrikulës:** 1.1; 2.2.2.  **ASPEKTE SPECIFIKE TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Njësia mësimore:** Vlerësim i shkathtësive në lojëra sportive  **Rezultatet e të nxënit të orës mësimore:**   * + Zbaton rregullat e duhura të nxehjes së trupit në përshtatje me llojin e aktivitetit fizik e sportiv;   + Zotëron teknikat e elementeve me shpejtësi reaguese dhe vepruese, me synim arritjen e rezultatit të dëshiruar;   + Ekzekuton elemente me shpejtësi reaguese dhe vepruese.   **Kriteret e suksesit:** Përcaktohen me nxënësit në klasë.  **Burimet, mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore:** Terreni sportiv, topi volejbollit, shtresa sigurie, konet.  **Lidhja me lëndët e tjera mësimore dhe/apo me çështjet ndërkurrikulare dhe situatat jetësore:**  Matematika, Gjuhë shqipe, Arsimi për zhvillim të qëndrueshëm.  **METODOLOGJIA DHE VEPRIMTARIA ME NXËNËS**  **Parashikimi:** Përgatitja për të nxënët  *Parapërgatitje për test*  Mësimdhënësi/ja e bën organizimin e klasës për mësim. Evidentimi i pjesëmarrjes dhe gjendjes shëndetësore. Prezantimi i temës, njohja me elementet e detyrës përmbledhëse, mënyra e organizimit dhe e vlerësimit. Mësimdhënësi/ja e shpjegon formatin e detyrës, elementet në përmbajtje të saj. Nxënësit para se të fillojnë testin praktik së pari bëjnë nxehje të gjymtyrëve të trupit, bëjnë manipulime me top, e relaksojnë trupin.  **Ndërtimi i njohurive dhe i shkathtësive: Përpunimi i përmbajtjes**  *Veprimtari*  Mësimdhënësi/ja prezanton para nxënësve se në cilat pjesë praktike do të testohen ata dhe sido organizohet ora.   * Përcjellja e topave; * Gjuajta e topit; * Pasimi dhe pranimi; * Udhëheqja në formë lakore dhe në lëvizje; * Zhonglimi i topit; * Pasimi në vend dhe në lëvizje; * Ushtrimet e koordinimit (kërcime majtas-djathtas pa prekur vijën).   Kryerja e ushtrimeve të nxehjes në funksion të strukturës së orës së mësimit:   * vrapim i lehtë; * ushtrime të përgjithshme (gjymtyrët e sipërme, të poshtme dhe trungu); * ekuilibër, koordinim, manipulim me top.   **Përforcimi:** Konsolidimi dhe zbatimi i të nxënit  *Diskutim i përbashkët*  Mësimdhënësi /ja krijon një rreth dhe i informon nxënësit për rezultatet e arritura, pikat e dobëta dhe pikat e forta. Diskutohet së bashku me nxënësit se çfarë gabime bëjnë dhe si mund të përmirësohen ato.  **Vlerësimi i nxënësve:**  Nxënësit vlerësohen për njohjen dhe zbatimin e rregullave elementare për nxehjen e trupit, për ekzekutimin e elementeve me shpejtësi reaguese dhe vepruese, për zotërimin e teknikave dhe kryerjen e saktë dhe të shpejtë të elementeve lëvizore për të arritur rezultatin e dëshiruar.  Detyrë:  ­­­­­­­­­­­­­­­\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  *Reflektim për rrjedhën e orës mësimore:*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_* |

|  |
| --- |
| **ASPEKTET E PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MESIMORE NR - 61** |
| **Fusha kurrikulare:** Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti **Lënda:**  Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti  **Shkalla e kurrikulës: II**  **Klasa: 4** |
| **ASPEKTE TË PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Tema:** Rregullat elementare të ushqimit të shën- detshëm dhe higjiena  **Rezultatet e të nxënit të temës:** Argumenton rëndësinë e aplikimit të rregullave elementare të ushqimit të shëndetshëm për zhvillimin e trupit.  **Kontributi në rezultatet për kompetencat kryesore të shkallës:** 3.1.  **Kontributi në rezultatet e fushës së kurrikulës:** 2.1; 2.2.  **ASPEKTE SPECIFIKE TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Njësia mësimore:** Ushqimi, të mirat e të ushqyerit shëndetshëm  **Rezultatet e të nxënit të orës mësimore:**   * + Tregon për ushqimet e shëndetshme që konsumon;   + Dallon ushqimet e shëndetshme dhe të pashëndetshme;   + Shpjegon rëndësinë e konsumimit të ujit.   **Kriteret e suksesit:** Përcaktohen me nxënësit në klasë.  **Burimet, mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore:** Libri**.**  **Lidhja me lëndët e tjera mësimore dhe/apo me çështjet ndërkurrikulare dhe situatat jetësore:**  Matematikë, Njeriu dhe natyra, Gjuhë shqipe, Arsimi për zhvillim të qëndrueshëm.  **METODOLOGJIA DHE VEPRIMTARIA ME NXËNËS**  **Parashikimi:** Përgatitja për të nxënët  *Diskutim për njohuritë paraprake*  Njësia mësimore fillon duke ua bërë nxënësve disa pyetje në lidhje me ushqimin:   * Çfarë konsumoni sapo të zgjoheni nga gjumi? * Sa racione të ushqimit i hani gjatë një dite? * Sa shpesh hani pemë dhe perime, dhe cilat janë pemët dhe perimet tuaja të preferuara? * Sa gota ujë i konsumoni gjatë ditës?   **Ndërtimi i njohurive dhe i shkathtësive: Përpunimi i përmbajtjes**  *Parashikimi me terma paraprakë*  Mësimdhënësi/ja e prezenton para nxënësve njësinë mësimore të cilën do ta mësojnë sot. Nxënësve iu shkruhen në tabelë disa terma, si:   * Ushqimi i shëndetshëm; * Ushqimi i pashëndetshëm; * Proteina, yndyrna, karbohidrate dhe minerale; * Vitamina; * Uji.   Nga nxënësit kërkohet që në mënyrë individuale të mendojnë për këto terma dhe të japin një mendim. Pasi që dëgjohen mendimet individuale të nxënësve, mësimdhënësi/ja e fillon shpjegimin e orës mësimore. Për 5 minutat e ardhshëm, nxë- nësit udhëzohen që ta lexojnë njësinë në libër.  **Përforcimi:** Konsolidimi dhe zbatimi i të nxënit  *Rishikimi në dyshe*  Nxënësit pasi ta kenë lexuar njësinë mësimore, në dyshe plotësojnë pjesën e librit ku kanë për detyrë të përgjigjen në fjalitë e caktuara. Pas kësaj, në dyshe diskutojnë për rëndësinë që ka ushqimi i shëndetshëm për shëndetin e njeriut si dhe çfarë duhet të hanë ata që të kenë një shëndet të mirë.  **Vlerësimi i nxënësve:**  Nxënësit vlerësohen për dallimin e ushqimeve të shëndetshme dhe të pashëndetshme si dhe për shpjegimin e rëndësisë së konsumimit të ujit.  **Detyrë**:  Hulumton në internet për dëmet e tjera që i sjell ushqimi i pashëndetshëm.  *Reflektim për rrjedhën e orës mësimore:*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_* |

|  |
| --- |
| **ASPEKTET E PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MESIMORE NR - 62** |
| **Fusha kurrikulare:** Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti **Lënda:**  Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti  **Shkalla e kurrikulës: II**  **Klasa: 4** |
| **ASPEKTE TË PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Tema:** Rregullat elementare të ushqimit të shëndetshëm dhe higjiena  **Rezultatet e të nxënit të temës:** Argumenton rëndësinë e aplikimit të rregullave elementare të ushqimit të shëndetshëm për zhvillimin e trupit.  **Kontributi në rezultatet për kompetencat kryesore të shkallës:** III.4; IV.5.  **Kontributi në rezultatet e fushës së kurrikulës:** 2.1; 2.2.  **ASPEKTE SPECIFIKE TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Njësia mësimore:** Krijo një plan javor me ushqime të shëndetshme  **Rezultatet e të nxënit të orës mësimore:**   * + Tregon për ushqimet e shëndetshme që i konsumon;   + Dallon ushqimet e shëndetshme dhe të pashëndetshme;   + Harton një plan javor me ushqime të shëndetshme.   **Kriteret e suksesit:** Përcaktohen me nxënësit në klasë.  **Burimet, mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore:** Libri**.**  **Lidhja me lëndët e tjera mësimore dhe/apo me çështjet ndërkurrikulare dhe situatat jetësore:**  Matematikë, Njeriu dhe natyra, Gjuhë shqipe, Arsimi për zhvillim të qëndrueshëm.  **METODOLOGJIA DHE VEPRIMTARIA ME NXËNËS**  **Parashikimi:** Përgatitja për të nxënët  *Imagjinatë e drejtuar*  Nga nxënësit kërkohet që t’i mbyllin sytë derisa mësimdhënësi/ja e lexon tekstin në vazhdim: Ushqimi i shëndetshëm nuk nënkupton të ushqyerit rigoroz, i cili kufizon ushqime të caktuara. Këtu bëhet fjalë që të ndiheni mirë, të keni më shumë energji dhe të jeni të shëndetshëm. Çdo nutricionist do t’ju thotë që të ushqyerit në mënyrë të shëndetshme nënkupton 5 vakte, tri kryesore dhe dy mesvakte. Kjo është mënyrë e të ushqyerit që mund të zvogëlojë rrezikun nga sëmundjet, si sëmundja e zemrës, kancerit dhe diabetit, dhe të parandalojë shfaqjen e depresionit. Përveç kësaj, të mësuarit për shprehitë e shën- detshme mund të nxisin energjinë, të përmirësojnë kujtesën dhe stabilizojë disponimin. Këshilla për ushqim të shëndetshëm:   * Gjithmonë hani mëngjes dhe përpiquni të përfshini qumështin (qumësht dhe/ose kos), bukë të zezë dhe fruta të freskëta. * Pini shumë ujë gjatë ditës. * Shmangni gazërat dhe ushqimin e shpejtë, të pashëndoshë ose mezet (ose kufizoni ato vetëm një në ditë). * Vëni qëllimin për të pasur pesë ose më shumë servime të frutave dhe perimeve në ditë. * Hani ushqim të pasur me omega-3 (sardelet, salmon, arra dhe tofu).   Nxënësit pyeten: Çfarë imagjinuat derisa unë lexoja?  **Ndërtimi i njohurive dhe i shkathtësive: Përpunimi i përmbajtjes**  *Di - Dua të di - Mësova*  Nxënësit udhëzohen që në fletoret e tyre ta viza- tojnë tabelën Di - Dua të di - Mësova.   |  |  |  | | --- | --- | --- | | Di | Dua të di | Mësova | | Shkruan çfarë di për ushqimet e shëndetshme  dhe të pashën-  detshme | Parashtron pyetje që do të kishte dëshirë t’i dinte | Shkruan çfarë ka mësuar për ushqimet e shëndetshme |   Pasi ta plotësojnë tabelën, nxënësit fillojnë me leximin e atyre çfarë kanë shkruar, ndërsa të tjerët dëgjo jnë dhe bëjnë pyetje nëse kanë.  **Përforcimi:** Konsolidimi dhe zbatimi i të nxënit  *Shkrim i lirë*  Nxënësit në këtë pjesë të orës ftohen që të bëjnë një listë javore me ushqime të shëndetshme. Në atë listë ata do t’i përfshijnë të gjitha ushqimet e shëndetshme që do t’i konsumojnë përgjatë një jave.  **Vlerësimi i nxënësve:**  Nxënësit vlerësohen për dallimin e ushqimeve të shëndetshme dhe të pashëndetshme si dhe për har- timin e planit javor me ushqime të shëndetshme.  **Detyrë**:  Hulumton në internet për të mirat e tjera që na i sjell ushqimi i shëndetshëm.  *Reflektim për rrjedhën e orës mësimore:*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_* |

|  |
| --- |
| **ASPEKTET E PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MESIMORE NR - 63** |
| **Fusha kurrikulare:** Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti **Lënda:**  Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti  **Shkalla e kurrikulës: II**  **Klasa: 4** |
| **ASPEKTE TË PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Tema:** Rregullat elementare të ushqimit të shën- detshëm dhe higjiena  **Rezultatet e të nxënit të temës:** Shfrytëzon në mënyrë të drejtë rekuizitat për ushtrim, sport, në shtëpi e shkollë, duke i apli- kuar shprehitë higjienike.  **Kontributi në rezultatet për kompetencat kryesore të shkallës:** I.5; III.9.  **Kontributi në rezultatet e fushës së kurrikulës:** 3.2.  **ASPEKTE SPECIFIKE TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Njësia mësimore:** Higjiena personale  **Rezultatet e të nxënit të orës mësimore:**   * + Tregon rregullat për higjienë personale para aktiviteteve fizike;   + Kupton rëndësinë e mbajtjes së higjienës personale;   + Identifikon llojet e higjienës personale.   **Kriteret e suksesit:** Përcaktohen me nxënësit në klasë.  **Burimet, mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore:** Libri, sapuni, shampo, brusha e dhëmbëve, pasta.  **Lidhja me lëndët e tjera mësimore dhe/apo me çështjet ndërkurrikulare dhe situatat jetësore:**  Gjuhë shqipe, Shoqëria dhe mjedisi, Arsimi për zhvillim të qëndrueshëm.  **METODOLOGJIA DHE VEPRIMTARIA ME NXËNËS**  **Parashikimi:** Përgatitja për të nxënët  *Diskutim për njohuritë paraprake*  Mësimdhënësi/ja paraqet para nxënësve një shampo, një sapun, një brushë të dhëmbëve dhe një pastë. Pas kësaj, u parashtron nxënësve pyetje, si:   * + Për çfarë na shërbejnë shamponi, brusha, sapuni dhe pasta?   + Sa shpesh i përdorni këto produkte?   + Si e mbani higjienën personale?   + Si mbahet higjiena në shtëpi dhe në shkollë?   **Ndërtimi i njohurive dhe i shkathtësive: Përpunimi i përmbajtjes**  *Shpjegim i përparuar*  Mësimdhënësi/ja e shpjegon rëndësinë e mbajtjes së pastërtisë dhe shëndetit të cilat janë të lidhura ngushtë mes vete. Nxënësve u shpjegohet se kemi disa lloje të higjienës personale. Po ashtu, për të pasur shëndet të mirë duhet t’i kushtohet rëndë- si pastërtisë së trupit para çdo aktiviteti fizik dhe pas çdo aktiviteti. Ata duhen t’i përmbahen disa rregullave, si: t’i veshin rrobat sportive para se të hyjnë në lojë; kur ta përfundojnë lojën, t’i heqin rrobat; të lajnë duart para se të futen në klasë dhe kur shkojnë në shtëpi; të mos pinë ujë nga shishja e shokut/shoqes; të lajnë dhëmbët së paku dy herë në ditë.  **Përforcimi:** Konsolidimi dhe zbatimi i të nxënit  *Rrjeti i diskutimit*  Nxënësit dalin në mes të klasës dhe formojnë një rrjet diskutimi. Secili nga ta bën një pyetje për shokun/shoqen në lidhje me higjienën personale dhe pret përgjigjen nga ai/ajo. Pas kësaj, nxënësit diskutojnë duke dhënë argumente për pro dhe kundër.  **Vlerësimi i nxënësve:**  Nxënësit vlerësohen për të kuptuarit e rregullave dhe rëndësisë për mbajtjen e higjienës personale, identifikimin e llojeve të higjienës dhe për dhënien e përgjigjeve në rrjetin e diskutimit.  **Detyrë**:  Të kujdesen për higjienën personale.  *Reflektim për rrjedhën e orës mësimore:*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_* |

|  |
| --- |
| **ASPEKTET E PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MESIMORE NR - 64** |
| **Fusha kurrikulare:** Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti **Lënda:**  Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti  **Shkalla e kurrikulës: II**  **Klasa: 4** |
| **ASPEKTE TË PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Tema:** Rregullat elementare të ushqimit të shën detshëm dhe higjiena  **Rezultatet e të nxënit të temës:**  Praktikon rregullat elementare të ushqimit të shëndetshëm për zhvillimin e trupit.  **Kontributi në rezultatet për kompetencat kryesore të shkallës:** 3.1.  **Kontributi në rezultatet e fushës së kurrikulës:** 2.1; 2.2.  **ASPEKTE SPECIFIKE TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Njësia mësimore:** Ushqimet të cilat e mbajnë zemrën të shëndetshme  **Rezultatet e të nxënit të orës mësimore:**   * + Tregon për ushqimet që ndikojnë negativisht në trupin tonë;   + Komenton ushqimet e dëmshme dhe të padëmshme për zemrën;   + Liston ushqimet që e dëmtojnë zemrën.   **Kriteret e suksesit:** Përcaktohen me nxënësit në klasë.  **Burimet, mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore:** Libri**.**  **Lidhja me lëndët e tjera mësimore dhe/apo me çështjet ndërkurrikulare dhe situatat jetësore:**  Matematikë, Njeriu dhe natyra, Gjuhë shqipe, Arsimi për zhvillim të qëndrueshëm.  **METODOLOGJIA DHE VEPRIMTARIA ME NXËNËS**  **Parashikimi:** Përgatitja për të nxënët  *Diskutim për njohuritë paraprake*  Njësia mësimore fillon duke ua bërë nxënësve disa pyetje në lidhje me ushqimin, i cili sipas tyre mund të ndikojë në organe të caktuara të trupit tonë. Pyeten:   * A mendoni se ka ushqime të cilat ndikojnë në organe të caktuara të trupit tonë? Nëse po, cilat? * A e dini se ka ushqime të caktuara të cilat ndikojnë pozitivisht dhe negativisht në shëndetin e zemrës? * Çfarë mendoni, cilat ushqime ndikojnë pozitivisht në shëndetin e zemrës, e cilat negativisht?   **Ndërtimi i njohurive dhe i shkathtësive: Përpunimi i përmbajtjes**  *Shpjegim i përparuar*  Mësimdhënësi/ja fillon me shpjegimin e njësisë mësimore duke u treguar nxënësve që disa ushqime e mbajnë zemrën të shëndetshme e disa të tjera jo. Këto ushqime nëse përdoren shpesh e sëmurin zemrën, por edhe organet e tjera.  Pas kësaj, në libër kemi një listë të ushqimeve të cilat e bëjnë “të lumtur” zemrën apo “të mërzitur”. Nxënësit udhëzohen që të lidhin me shigjetë ushqimet që e lumturojnë dhe e mërzisin zemrën.  **Përforcimi:** Konsolidimi dhe zbatimi i të nxënit  *Ruaje fjalën e fundit për mua*  Të gjithë nxënësve të ndarë në grupe u shpërn- dahen fletë me ngjyra. Në secilën prej fletëve do të shkruajnë ushqimet e përmendura në libër, si: supë, pije të gazuara, ujë, perime, qumësht, ushqim i shpejtë, patate të pjekura, kokoshka, drithëra me sheqer, pica, arra, fasule, proshutë dhe fruta. Në anën e pasme të fletës nxënësit do ta shkruajnë komentin për këto ushqime. Njëri nga nxënësit do ta lexojë ushqimin. Shokët e grupit do ta lexojnë komentin e tyre për këtë ushqim. Në fund e jep komentin e tij nxënësi i cili e lexoi ushqimin. Vazhdohet kështu derisa çdo anëtar i grupit ta ketë fjalën e fundit në diskutim.  **Vlerësimi i nxënësve:**  Nxënësit vlerësohen për identifikmin e ushqimeve që ndikojnë negativisht në trupin tonë dhe për listimin e ushqimeve që e dëmtojnë zemrën.  **Detyrë**:  Hulumton në internet se cilat ushqime që nuk i përmendëm sot ndikojnë në një zemër të shëndoshë.  *Reflektim për rrjedhën e orës mësimore:*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_* |

|  |
| --- |
| **ASPEKTET E PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MESIMORE NR - 65** |
| **Fusha kurrikulare:** Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti **Lënda:**  Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti  **Shkalla e kurrikulës: II**  **Klasa: 4** |
| **ASPEKTE TË PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Tema:** Aktivitetet fizike dhe mjedisi  **Rezultatet e të nxënit të temës:** Tregon rëndësinë e marrjes me aktivitete rekreative, sportive dhe ndikimin pozitiv që e kanë në shëndet.  **Kontributi në rezultatet për kompetencat kryesore të shkallës:** III.1; V.2.  **Kontributi në rezultatet e fushës së kurrikulës:** 2.1; 2.2.  **ASPEKTE SPECIFIKE TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Njësia mësimore:** Trupi i drejtë dhe ushtrimet  **Rezultatet e të nxënit të orës mësimore:**   * + Tregon kohën e qëndrimit ulur dhe në këmbë;   + Bën dallimin ndërmjet dobive nga qëndrimi ulur dhe në këmbë;   + Përshkruan veprimet që duhen bërë për një trup të drejtë dhe zhvillim të duhur.   **Kriteret e suksesit:** Përcaktohen me nxënësit në klasë.  **Burimet, mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore:** Libri**.**  **Lidhja me lëndët e tjera mësimore dhe/apo me çështjet ndërkurrikulare dhe situatat jetësore:**  Matematikë, Njeriu dhe natyra, Gjuhë shqipe, Arsimi për zhvillim të qëndrueshëm.  **METODOLOGJIA DHE VEPRIMTARIA ME NXËNËS**  **Parashikimi:** Përgatitja për të nxënët  *Diskutim për njohuritë paraprake*  Mësimdhënësi/ja e prezanton para nxënësve njësinë e caktuar mësimore e pastaj i pyet nxënësit:   * + Sa kohë gjatë ditës qëndroni ulur e sa në këmbë?   + A mendoni që është më mirë për mirëqenien e trupit të njeriut të qëndrojë ulur apo në këmbë?   + Çfarë na ndihmon neve që të kemi një trup të drejtë dhe zhvillim të duhur?   **Ndërtimi i njohurive dhe i shkathtësive: Përpunimi i përmbajtjes**  *Veprimtari shpjeguese*  Mësimdhënësi/ja e fillon orën mësimore duke ua treguar nxënësve që nxënësit në shkolla dhe në punë, të rriturit, shumë shpesh rastisin që të ka lojnë kohë të gjatë ulur. Në këtë rast duhet pasur kujdes që të qëndrojnë të ulur drejt, për shkak që në këtë mënyrë organizmi zhvillohet drejt dhe në mënyrë të shëndetshme.  Gjithashtu nxënësve u thuhet që nëse duan që të kenë një trup të drejtë dhe pa probleme shën detësore ata duhet të merren me aktivitete fizike dhe të ushtrojnë çdo ditë. Ushtrimet nuk është e thënë që të bëhen vetëm në shtëpi, por edhe jashtë shtëpisë, siç janë ushtrimet për zgjatjen dhe forcimin e muskujve të qafës. Pastaj, nxënësit i përshkruajnë veprimet që i bëjnë në shtëpi për të pasur një trup të drejtë dhe të shëndetshëm.  **Përforcimi:** Konsolidimi dhe zbatimi i të nxënit  *Imagjinatë e drejtuar (veprimtari demonstruese)*  Mësimdhënësi/ja u kërkon nxënësve që të ngrit en në këmbë, të mbyllin sytë dhe të paramendojnë që janë në natyrë, në një vend të qetë, ku dëgjohen cicërimat e zogjve dhe gurgullimi i ujit. Pas kësaj, mësimdhënësi/ja u thotë që të dëgjojnë vetëm fjalët e tyre dhe të veprojnë ashtu siç u thotë. Atëherë fillojmë:  Ngritni duart lart, zgjero këmbët, lëviz duart para-prapa për 4 herë.  Vendos duart në bel, lakohu 2 herë nga ana e djathtë, 2 herë nga ana e majtë. Vendos duart në qafë, kthe kokën 3 herë nga ana e majtë, 3 nga ana e djathtë. Në fund, fillo vrapo në vend derisa mësimdhënësi/ja numëron deri në 20.  **Vlerësimi i nxënësve:**  Nxënësit vlerësohen për të treguarit e dobive të qëndrimit ulur dhe në këmbë si dhe vlerësohen për përshkrimin e veprimeve që ndihmojnë në një trup të drejtë dhe në zhvillim të duhur.  Detyrë:  Ushtro çdo ditë në shtëpi ushtrime fizike për zgjatjen dhe forcimin e muskujve të qafës, krahëve, kurrizit, barkut dhe këmbëve.  **Për mësuesin/en**  *Reflektim për rrjedhën e orës mësimore:*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_* |

|  |
| --- |
| **ASPEKTET E PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MESIMORE NR - 66** |
| **Fusha kurrikulare:** Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti **Lënda:**  Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti  **Shkalla e kurrikulës: II**  **Klasa: 4** |
| **ASPEKTE TË PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Tema:** Aktivitetet fizike dhe mjedisi  **Rezultatet e të nxënit të temës:** Tregon rëndësinë e marrjes me aktivitete rekreative, sportive dhe ndikimin pozitiv që e kanë në shëndet.  **Kontributi në rezultatet për kompetencat kryesore të shkallës:** III.1; V.2.  **Kontributi në rezultatet e fushës së kurrikulës:** 2.1; 2.2.  **ASPEKTE SPECIFIKE TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Njësia mësimore:** Numrat magjikë  **Rezultatet e të nxënit të orës mësimore:**   * + Tregon shprehitë e të qenurit i shëndetshëm;   + Tregon kuptimin e numrave magjikë;   + Gjen numra të tjerë magjikë.   **Kriteret e suksesit:** Përcaktohen me nxënësit në klasë.  **Burimet, mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore:** Libri**.**  **Lidhja me lëndët e tjera mësimore dhe/apo me çështjet ndërkurrikulare dhe situatat jetësore:**  Matematikë, Njeriu dhe natyra, Gjuhë shqipe, Arsimi për zhvillim të qëndrueshëm.  **METODOLOGJIA DHE VEPRIMTARIA ME NXËNËS**  **Parashikimi:** Përgatitja për të nxënët  *Parashikimi me terma paraprakë*  Mësimdhënësi/ja e prezanton para nxënësve njësinë e caktuar mësimore dhe pastaj i pyet nxënësit:   * Cilat mendoni që janë shprehitë e të qenurit i shëndetshëm? * Cilat prej këtyre shprehive i praktikoni ju? * Sa orë gjumë flini gjatë natës? * Sa kohë kaloni para ekranit? * A konsumoni sheqerna dhe pije të gazuara gjatë ditës? Nëse po, sa?   **Ndërtimi i njohurive dhe i shkathtësive: Përpunimi i përmbajtjes**  *Veprimtari përmes organizuesit me tabelë*  Mësimdhënësi/ja e fillon shpjegimin e njësisë mësimore duke u thënë nxënësve që nëse bëni përzgjedhje të shëndetshme, atëherë do të keni edhe jetë të shëndetshme. Kjo mund të bëhet duke e përzgjedhur ushqimin e duhur, duke bërë gjumë të mirë gjatë natës, duke ngrënë racione të rregullta të ushqimit, duke mos qëndruar shumë gjatë para ekranit, duke bërë aktivitete fizike si dhe duke mos ngrënë sheqerna dhe duke mos pirë pije të gazuara. Pas kësaj, mësimdhënësi/ja ua tregon kuptimin e numrave magjikë 9, 5, 2, 1, 0, dhe nga nxënësit kërkohet që të vizatohet një tabelë kësisoj dhe të plotësohet:   |  |  | | --- | --- | | Sa orë flini gjatë natës? |  | | Sa racione me ushqim konsumoni në ditë? |  | | Sa orë qëndroni para ekranit? |  | | Sa orë aktivitet fizik bëni gjatë ditës? |  | | Sa ëmbëlsira dhe pije të gazuara i konsumoni? |  |   **Përforcimi:** Konsolidimi dhe zbatimi i të nxënit  *Rrjeti i diskutimit*  Para nxënësve parashtrohet një pyetje:   * Cilët janë edhe tre numrat magjikë të cilët do të mund t’i shtonim në këtë listë?   Nxënësit do të punojnë në dyshe për të gjetur e pastaj argumentuar gjetjet e tyre për numrat magjikë. Pastaj, secila dyshe ngritet në këmbë dhe tregon gjetjet e tyre, të tjerët dëgjojnë dhe japin mendimet e tyre.  **Vlerësimi i nxënësve:**  Nxënësit vlerësohen për të shpjeguarit e shprehive të shëndetshme, për njohjen e kuptimit të numrave magjikë si dhe për gjetjen e numrave të tjerë magjikë.  **Detyrë**:  Në shtëpi përpiqu t’u përmbahesh numrave magjikë që të kesh një jetë të shëndetshme.  *Reflektim për rrjedhën e orës mësimore:*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_* |

|  |
| --- |
| **ASPEKTET E PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MESIMORE NR - 67** |
| **Fusha kurrikulare:** Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti **Lënda:**  Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti  **Shkalla e kurrikulës: II**  **Klasa: 4** |
| **ASPEKTE TË PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Tema:** Përdorimi i barnave  **Rezultatet e të nxënit të temës:** Përshkruan situatat kur është i nevojshëm përdorimi i barnave.  **Kontributi në rezultatet për kompetencat kryesore të shkallës:** I.3; III.4.  **Kontributi në rezultatet e fushës së kurrikulës:** 4.1.  **ASPEKTE SPECIFIKE TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Njësia mësimore:** Përdorimi i barnave  **Rezultatet e të nxënit të orës mësimore:**   * + Tregon vendet se ku duhet t’i ruajmë barnat;   + Përshkruan situatat kur është i nevojshme përdorimi i barnave;   + Përshkruan efektet e dëmshme nga përdorimi i shpeshtë i barnave.   **Kriteret e suksesit:** Përcaktohen me nxënësit në klasë.  **Burimet, mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore:** Libri**.**  **Lidhja me lëndët e tjera mësimore dhe/apo me çështjet ndërkurrikulare dhe situatat jetësore:**  Matematikë, Njeriu dhe natyra, Gjuhë shqipe, Shoqëria dhe mjedisi, Arsimi për zhvillim të qëndrueshëm.  **METODOLOGJIA DHE VEPRIMTARIA ME NXËNËS**  **Parashikimi:** Përgatitja për të nxënët  *Diskutim për njohuritë paraprake*  Mësimdhënësi/ja e fillon njësinë mësimore duke i pyetur nxënësit:   * Çfarë ndodh kur sëmuremi? * Çfarë duhet të përdorim kur jemi të sëmurë? * Si dhe pse përdoren barnat? * A duhet të përdorim barnat ne vetëm, pa prezencën e të rriturve nëse ata nuk ndodhen në shtëpi? * Kur është hera e fundit që i keni përdorur barnat?   **Ndërtimi i njohurive dhe i shkathtësive: Përpunimi i përmbajtjes**  *Shpjegim i përparuar*  Mësimdhënësi/ja u shpjegon nxënësve që barnat janë substanca kimike dhe ua shpejgon ndikimin që ato kanë në shëndetin tonë. Jep shembuj konkretë kur duhet t’i përdorim barnat dhe si (duhet t’i përdorim vetëm kur jemi të sëmurë, me prezencën e prindit apo një të rrituri si dhe vetëm me rekomandimin e mjekut).  Nxënësit udhëzohen që para përdorimit ta lexojnë udhëzimin për përdorimin e tyre, si dhe në fund para nxënësve paraqiten nga mësimdhënësi/ ja rreziqet që mund të vijnë nga përdorimi i barnave.  **Përforcimi:** Konsolidimi dhe zbatimi i të nxënit  *Di - Dua të di - Mësova*  Mësimdhënësi/ja e vizaton një tabelë të cilën e ndan në tri kolona. Në kolonën e parë shkruan *Di,* në të dytën *Dua të di* dhe në të tretën *Mësova.* Kërkon nga nxënësit që tabelën e njëjtë ta viza tojnë në fletoret e tyre. Në kolonën e parë shkruajnë çfarë kanë ditur për përdorimin e barnave, në kolonën e dytë çfarë u intereson të dinë më shumë për përdorimin e barnave dhe në kolonën e tretë atë që e mësuan sot për përdorimin e barnave. Pasi ta përfundojnë e lexojmë së bashku atë që e kanë shkruar.  **Vlerësimi i nxënësve:**  Nxënësit vlerësohen për saktësinë e plotësimit të tabelës *Di - Dua të di - Mësova*, për të treguarit e vendit ku ruhen barnat, situatat kur është i nevojshëm përdorimi i barnave si dhe për përshkrimin e efekteve të dëmshme të barnave.  **Detyrë**:  Të lexojnë gjithmonë udhëzimin para përdorimit të barnave.  **Për mësuesin/en**  *Reflektim për rrjedhën e orës mësimore:*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_* |

|  |
| --- |
| **ASPEKTET E PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MESIMORE NR - 68** |
| **Fusha kurrikulare:** Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti **Lënda:**  Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti  **Shkalla e kurrikulës: II**  **Klasa: 4** |
| **ASPEKTE TË PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Tema:** Aktivitetet fizike dhe mjedisi  **Rezultatet e të nxënit të temës:** Përshkruan vendet e përshtatshme për aktivi tete fizike që mund t’i shfrytëzojë në mjedisin ku jeton.  **Kontributi në rezultatet për kompetencat kryesore të shkallës:** IV.4; V.9.  **Kontributi në rezultatet e fushës së kurrikulës:** 3.2; 5.1.  **ASPEKTE SPECIFIKE TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Njësia mësimore:** Mjedis i shëndetshëm, fëmijë të shëndetshëm  **Rezultatet e të nxënit të orës mësimore:**   * + Tregon rreziqet e të jetuarit në mjedis të pashëndetshëm;   + Bën dallimin e mjedisit të shëndetshëm dhe të pashëndetshëm;   + Argumenton përfitimet nga mjedisi i shëndetshëm.   **Kriteret e suksesit:** Përcaktohen me nxënësit në klasë.  **Burimet, mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore:** Libri**.**  **Lidhja me lëndët e tjera mësimore dhe/apo me çështjet ndërkurrikulare dhe situatat jetësore:**  Matematikë, Njeriu dhe natyra, Gjuhë shqipe, Arsimi për zhvillim të qëndrueshëm.  **METODOLOGJIA DHE VEPRIMTARIA ME NXËNËS**  **Parashikimi:** Përgatitja për të nxënët  *Diskutim për njohuritë paraprake*  Mësimdhënësi/ja i paraqet para nxënësve këto fotografi dhe i pyet:   * Ku është më lehtë dhe më shëndetshëm të jetosh?   **Ndërtimi i njohurive dhe i shkathtësive: Përpunimi i përmbajtjes**  *Harta e konceptit - Mjedisi*  Bashkë me nxënësit vizatohet harta e konceptit në tabelë dhe së bashku gjenden përfitimet dhe rreziqet nga mjedisi i pastër dhe i ndotur. Diskutohet për rolin e tyre në mbajtjen pastër të mjedisit.  I ndotur   * Zvogëlon së- mundjet, imu- nitet i fortë; * Lufton lodhjen; * Mushkëri dhe zemër të shën- detshme; * Përmirëson gjumin.   I pastër   * Dobëson imunitetin dhe rrit shanset për sëmundje; * Shkakton lodhje; * Pagjumësi; * Dëmton mush- këritë dhe zem- rën.   Mjedisi  **Përforcimi:** Konsolidimi dhe zbatimi i të nxënit  *Ditari i të nxënit*  Nxënësve u shpërndahen fletë të bardha ku kanë për detyrë të ndajnë fletën në dy pjesë. Aty e kanë të paraqitur për të shkruar komentin e tyre sa i përket citatit të dhënë dhe të argumentojnë pse mendojnë ashtu.   |  |  | | --- | --- | | Citati | Komenti | | Mjedis i shëndetshëm, fëmijë të shëndetshëm. |  |   **Vlerësimi i nxënësve:**  Nxënësit vlerësohen për të dalluarit e mjedisit të shëndetshëm dhe të pashëndetshëm si dhe për argumentimin e përfitimeve nga mjedisi i shëndetshëm dhe rreziqeve nga ai i pashëndetshëm.  **Detyrë**:  Hulumto në internet për dëmet e tjera që i sjell mjedisi i pashëndetshëm për fëmijët.  *Reflektim për rrjedhën e orës mësimore:*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_* |

|  |
| --- |
| **ASPEKTET E PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MESIMORE NR - 69** |
| **Fusha kurrikulare:** Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti **Lënda:**  Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti  **Shkalla e kurrikulës: II**  **Klasa: 4** |
| **ASPEKTE TË PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Tema:** Aktivitetet fizike dhe mjedisi  **Rezultatet e të nxënit të temës:** Merr pjesë aktive në organizimin e piknikut dhe ecjeve në natyrë.  **Kontributi në rezultatet për kompetencat kryesore të shkallës:** IV.4; V.9.  **Kontributi në rezultatet e fushës së kurrikulës:** 3.2; 5.1.  **ASPEKTE SPECIFIKE TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Njësia mësimore:** Aktivitetet në natyrë - Alpinizmi  **Rezultatet e të nxënit të orës mësimore:**   * + Tregon aktivitetet që i realizon në natyrë;   + Tregon çfarë është alpinizmi;   + Bën organizim të një pikniku me familje.   **Kriteret e suksesit:** Përcaktohen me nxënësit në klasë.  **Burimet, mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore:** Libri**.**  **Lidhja me lëndët e tjera mësimore dhe/apo me çështjet ndërkurrikulare dhe situatat jetësore:**  Matematikë, Njeriu dhe natyra, Gjuhë shqipe, Arsimi për zhvillim të qëndrueshëm.  **METODOLOGJIA DHE VEPRIMTARIA ME NXËNËS**  **Parashikimi:** Përgatitja për të nxënët  *Diskutim për njohuritë paraprake*  Mësimdhënësi/ja i pyet nxënësit:   * Çfarë bëni kur ndiheni të lodhur? * Cili është aktiviteti fizik i fundit që keni bërë në natyrë? A ju ka pëlqyer? * Si jeni ndier pasi e keni përfunduar? * A keni dëgjuar ndonjëherë për alpinizmin? A ju pëlqen si aktivitet?   **Ndërtimi i njohurive dhe i shkathtësive: Përpunimi i përmbajtjes**  *Veprimtari shpjeguese*  Mësimdhënësi/ja shpjegon para nxënësve për rëndësinë e aktiviteteve në natyrë për shëndetin e njeriut, duke u thënë që me këto aktivitete relaksohet trupi dhe largohet lodhja. Po ashtu, u thuhet që është shumë me rëndësi që kur të dalim në natyrë t’i ruajmë lojërat që gjenden atje si dhe ta mbajmë mjedisin pastër. Sa i përket alpinizmit, para nxënësve u shfaqet fotografia e Uta Ibrahimit dhe i pyesim a kanë dëgjuar ndonjëherë për këtë vajzë? Me çka merret ajo?  Pastaj, nxënësve u shpjegohet çfarë është alpinizmi si dhe u thuhet që biçikletën duhet ta vozisim vetëm me mjete mbrojtëse, e po ashtu kur ngjitemi në lartësi duhet të veshim veshje të për shtatshme.  Nxënësve u shpjegohet çfarë është pikniku, duke u thënë që në piknik mund të bëjnë aktivitete që nuk mund t’i realizojnë në shtëpi.  Pas kësaj, nga nxënësit kërkohet të bëjnë një plan se si mund ta organizojnë një piknik në natyrë, çfarë duhet të marrin me vete, çfarë duhet të vesh in dhe çfarë ushqime të përgatisin.  **Përforcimi:** Konsolidimi dhe zbatimi i të nxënit  *Rrjeti i diskutimit*  Nxënësve do t’u kërkohet që në dyshe të shkruajnë argumentet e tyre lidhur me pyetjen:   * Nëse e praktikojmë alpinizmin, a ka më shumë përfitime shëndetësore, apo ka më shumë rreziqe? Argumento pse mendon për njërën e pse për tjetrën.   Diskutimet vazhdojnë deri në përfundim të orës, derisa të vijmë në përfundime të përbashkëta.  **Vlerësimi i nxënësve:**  Nxënësit vlerësohen për të treguarit e aktiviteteve të cilat realizohen në natyrë, për shpjegimin e alpinizmit si dhe për planin organizativ të një pikniku me familje.  Detyrë:  Hulumto në internet për alpinistë të tjerë të njohur në vendin tonë.  *Reflektim për rrjedhën e orës mësimore:*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_* |

|  |
| --- |
| **ASPEKTET E PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MESIMORE NR - 70** |
| **Fusha kurrikulare:** Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti **Lënda:**  Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti  **Shkalla e kurrikulës: II**  **Klasa: 4** |
| **ASPEKTE TË PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Tema:** Aktivitetet fizike dhe mjedisi  **Rezultatet e të nxënit të temës:** Tregon rëndësinë e marrjes me aktivitete rekreative, sportive dhe ndikimin pozitiv që e kanë në shëndet.  **Kontributi në rezultatet për kompetencat kryesore të shkallës:** IV.4; V.9.  **Kontributi në rezultatet e fushës së kurrikulës:** 3.2; 5.1.  **ASPEKTE SPECIFIKE TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Njësia mësimore:** Aktiv/joaktiv - Aktivitetet fizike  **Rezultatet e të nxënit të orës mësimore:**   * + Tregon rëndësinë e aktiviteteve fizike për shëndetin e njeriut;   + Kupton pozitat aktive dhe joaktive të qëndrimit;   + Harton një tabelë ku tregon sa kohë qëndron aktiv gjatë ditës.   **Kriteret e suksesit:** Përcaktohen me nxënësit në klasë.  **Burimet, mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore:** Libri**.**  **Lidhja me lëndët e tjera mësimore dhe/apo me çështjet ndërkurrikulare dhe situatat jetësore:**  Matematikë, Njeriu dhe natyra, Gjuhë shqipe, Shoqëria dhe mjedisi, Arsimi për zhvillim të qëndrueshëm.  **METODOLOGJIA DHE VEPRIMTARIA ME NXËNËS**  **Parashikimi:** Përgatitja për të nxënët  *Diskutim për njohuritë paraprake*  Mësimdhënësi/ja i pyet nxënësit:   * A e dini çfarë do të thotë të jeni aktiv? * Pse mendoni që të qenët aktiv dhe pasiv ndikon në shëndetin e njeriut? * A mendoni që edhe gjumi është një aktivitet fizik?   **Ndërtimi i njohurive dhe i shkathtësive: Përpunimi i përmbajtjes**  *Veprimtari e drejtuar*  Mësimdhënësi/ja u shpjegon nxënësve për rëndësinë e të qenët aktiv gjatë ditës, e po ashtu u tregon që nëse merremi me aktivitete fizike na ndihmon të kemi një peshë ideale, përmirëson punën e organeve të trupit, qëndrueshmëria rritet, forcohen eshtrat e kështu forcohet edhe imuniteti. Nxënësve u tregohet që nëse merren me aktivitete fizike ata do të mund të mësojnë edhe më shumë dhe më lehtë.  Në vazhdim nga nxënësit kërkohet që të plotëso- jnë tabelën në libër ku kanë për detyrë të shkruajnë fjalët “aktiv/joaktiv” në fotografitë e vendosura në libër. Pasi që plotësohet libri, kalojmë në faqen 66, ku së bashku i lexojmë aktivitetet fizike, përfitimet nga to dhe këshillat se sa kohë të merremi me to. Gjithashtu, nxënësve u theksohet se edhe gjumi është një aktivitet fizik, sepse na ndihmon t’i zhvillojmë aftësitë e të mësuarit.  **Përforcimi:** Konsolidimi dhe zbatimi i të nxënit  *Veprimtari përmes organizuesit grafik, tabelë*  Nxënësit kanë për detyrë që në tabelën e cila ndodhet në libër, faqe 64, në pozitat aktiv/joaktiv të fëmijës, të bëjnë një listë ku të tregojnë për veten e tyre, sa orë gjatë ditës qëndrojnë në pozitat e caktuara. Pastaj, në fund, mbledhin orët që kanë qëndruar në pozitat aktive dhe në pozitat joaktive.  Në bazë të kësaj nxjerrim një përfundim se a më shumë qëndrojnë në pozita aktive apo joaktive.  Ata që dalin e qëndrojnë kohë më të gjatë në pozita joaktive kanë për detyrë që në shtëpi të mendojnë se si mund ta rrisin kohën e qëndrimit aktiv.  **Vlerësimi i nxënësve:**  Nxënësit vlerësohen për të mësuarit e rëndësisë së aktiviteteve fizike për shëndetin e njeriut, për dallimin e të qëndruarit aktiv dhe joaktiv, si dhe për llogaritjen e qëndrimit aktiv dhe joaktiv për veten e tyre.  **Detyrë**:  Të reflektojnë në shtëpi se si mund ta rrisin kohën e qëndrimit aktiv.  *Reflektim për rrjedhën e orës mësimore:*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_* |

|  |
| --- |
| **ASPEKTET E PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MESIMORE NR - 71** |
| **Fusha kurrikulare:** Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti **Lënda:**  Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti  **Shkalla e kurrikulës: II**  **Klasa: 4** |
| **ASPEKTE TË PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Tema:** Aktivitetet fizike dhe mjedisi  **Rezultatet e të nxënit të temës:** Tregon rëndësinë e marrjes me aktivitete rekreative, sportive dhe ndikimin pozitiv që e kanë në shëndet.  **Kontributi në rezultatet për kompetencat kryesore të shkallës:** III.4, V.2, V.8.  **Kontributi në rezultatet e fushës së kurrikulës:** 2.1; 2.2.  **ASPEKTE SPECIFIKE TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Njësia mësimore:** Ushtrimet e koordinimit  **Rezultatet e të nxënit të orës mësimore:**   * + Identifikon lëvizjet dhe elementet e koordinimit;   + Demonstron teknikën e kreativitetit në skemën e përgatitur;   + Krijon një lojë kreative të re.   **Kriteret e suksesit:** Përcaktohen me nxënësit në klasë.  **Burimet, mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore:** Libri, konet.  **Lidhja me lëndët e tjera mësimore dhe/apo me çështjet ndërkurrikulare dhe situatat jetësore:**  Matematikë, Gjuhë shqipe, Arsimi për zhvillim të qëndrueshëm.  **METODOLOGJIA DHE VEPRIMTARIA ME NXËNËS**  **Parashikimi:** Përgatitja për të nxënët  *Imagjinatë e drejtuar*  Mësimdhënësi/ja u thotë nxënësve se në këtë orë do të luajmë në bazë të disa rregullave por fillimisht dua që t’ju japë disa fjalë dhe nga këto fjalë përpiquni ta ndërtoni rrëfimin tuaj për mënyrën se si do të luajmë. Fjalët e dhëna mund të jenë: kërcim me këmbë të mbyllur, këmbë të hapur, kërcim me një këmbë (të majtën, të djathtën). Nxënësit në grupe i ndërtojnë rrëfimet e tyre se çfarë lloj aktiviteti do të bëjnë në këtë orë. Mund ta tregojë rrëfimin dhe ta gjejë emrin e aktivitetit secili përfaqësues i grupit. P.sh., loja “Kamkacel”.  **Ndërtimi i njohurive dhe i shkathtësive: Përpunimi i përmbajtjes**  *Veprimtari e drejtuar*  Mësimdhënësi/ja i shpjegon rregullat e aktivite- tit rekreativ të “Koordinimit”. Krijohet një rreth, sqarohet se koordinimi është një aftësi e thjeshtë për të kryer lëvizje të thjeshta dhe të vështira në mënyrë të shpejtë, për të cilat nevojiten disa mjete, si: rrathë gjimnastikorë, markera, ngjitës, shkumësa apo edhe letër. Këtë rast mësimdhënësi/ja e ka përgatitur skemën me letër A4, të cilat i vendos në terenin sportiv dhe fillon ta demon- strojë. Për nxënësit është aktivitet kreativ dhe i njohur. Nxënësit nxiten ta praktikojnë me radhë aktivitetin kreativ sipas skemës së përgatitur. Mësimdhënësi/ja i inkurajon nxënësit për realizimin me sukses të aktivitetit kreativ.  **Përforcimi:** Konsolidimi dhe zbatimi i të nxënit  *Diskutim i përbashkët*  Nxënësit nxiten të diskutojnë rreth aktivitetit në pyetjet vijuese:   * A mendoni se aktiviteti i mësuar zhvillon intelegjencën tuaj, pse?   Si do ta krijonit një aktivitet tjetër duke u bazuar nga ajo që mësuat?  **Vlerësimi i nxënësve:**  Nxënësit vlerësohen për identifikimin e lëvizjeve të koordinimit, për demonstrimin e kësaj teknike në teren sportiv si dhe për vlerësimin e krijimit të një aktiviteti kreativ.  **Detyrë**:  Praktikoni në shtëpi lojëra kreative.  *Reflektim për rrjedhën e orës mësimore:*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_* |

|  |
| --- |
| **ASPEKTET E PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MESIMORE NR - 72** |
| **Fusha kurrikulare:** Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti **Lënda:**  Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti  **Shkalla e kurrikulës: II**  **Klasa: 4** |
| **ASPEKTE TË PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Tema:** Aktivitetet fizike dhe mjedisi  **Rezultatet e të nxënit të temës:** Tregon rëndësinë e marrjes me aktivitete rekreative, sportive dhe ndikimin pozitiv që e kanë në shëndet.  **Kontributi në rezultatet për kompetencat kryesore të shkallës:** III.4, V.2, V.8.  **Kontributi në rezultatet e fushës së kurrikulës:** 2.1; 2.2.  **ASPEKTE SPECIFIKE TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Njësia mësimore:** Loja “Nëpër rrathë si urith”  **Rezultatet e të nxënit të orës mësimore:**   * + Bën ndërlidhjen e fjalëve me lojën që do të zhvillohet;   + Përfundon lojën pa gabime dhe shpejt;   + Bashkëpunon me shokun/shoqen.   **Kriteret e suksesit:** Përcaktohen me nxënësit në klasë.  **Burimet, mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore:** Libri, rrathë.  **Lidhja me lëndët e tjera mësimore dhe/apo me çështjet ndërkurrikulare dhe situatat jetësore:**  Shkathtësi për jetë, Matematikë, Njeriu dhe natyra , Gjuhë shqipe, Arsimi për zhvillim të qëndrueshëm.  **METODOLOGJIA DHE VEPRIMTARIA ME NXËNËS**  **Parashikimi:** Përgatitja për të nxënët  *Parashikim me terma paraprakë*  Mësimdhënësi/ja i shkruan në tabelë fjalët kyçe: shpejtësi, saktësi, bashkëpunim, rrathë dhe i pyet nxënësit:   * Me çfarë po ju asocojnë këto fjalë, thua, vallë, çfarë loje lojë do ta luajmë sot, a do të mund të fitoni?   Pas kësaj nxënësit ndahen në dy grupe dhe bëhen gati për të filluar lojën. Para se të fillojnë lojën bëjnë disa ushtrime për të nxehur muskujt dhe trupin.  **Ndërtimi i njohurive dhe i shkathtësive: Përpunimi i përmbajtjes**  *Veprimtari demonstruese*  Në sallën e edukatës fizike mësimdhënësi/ja e shpjegon para nxënësve lojën të cilën do ta zhvillojnë sot.  U thotë që në sallën e edukimit fizik (vendin e ushtrimit) janë të vendosur rrathët (foto 1), ku secili nxënës/e shkon me vrap dhe i kalon rreth trupit rrathët me radhë; pasi përfundon, shkon te kolona e vet, e tok dorën me shokun/shoqen dhe vazhdojnë se kush e përfundon i pari.  **Përforcimi:** Konsolidimi dhe zbatimi i të nxënit  *Diskutim në grup*  Mësimdhënësi/ja i fton dy grupet të cilat ishin pjesëmarrëse në lojë që të diskutojnë me grupin e tyre për disa minuta, për të gjetur arsyen përse nuk morën edhe më shumë pikë, cilat ishin pikat e dobëta të grupit e cilat ishin pikat e forta. Grupi e zgjedh një përfaqësues të grupit për t’u përgjigjur për të gjithë grupin.  **Vlerësimi i nxënësve:**  Nxënësit vlerësohen për gjetjen e ndërlidhjeve të fjalëve kyçe me lojën që do të zhvillohet, vlerësohen për shpejtësinë dhe saktësinë e treguar si dhe për bashkëpunimin e treguar me shokun/shoqen.  **Detyrë**:  Praktiko në shtëpi lojëra të tjera të cilat të ndihmojnë të rrisësh shpejtësinë dhe saktësinë.  *Reflektim për rrjedhën e orës mësimore:*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_* |

|  |
| --- |
| **ASPEKTET E PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MESIMORE NR - 73** |
| **Fusha kurrikulare:** Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti **Lënda:**  Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti  **Shkalla e kurrikulës: II**  **Klasa: 4** |
| **ASPEKTE TË PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Tema:** Aktivitetet fizike dhe mjedisi  **Rezultatet e të nxënit të temës:** Tregon rëndësinë e marrjes me aktivitete rekreative, sportive dhe ndikimin pozitiv që e kanë në shëndet.  **Kontributi në rezultatet për kompetencat kryesore të shkallës:** III.4, V.2, V.8.  **Kontributi në rezultatet e fushës së kurrikulës:** 2.1; 2.2.  **ASPEKTE SPECIFIKE TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Njësia mësimore:** Loja “Këmbadoras”  **Rezultatet e të nxënit të orës mësimore:**   * + Kupton rregullat e lojës;   + Përfundon lojën pa gabime dhe shpejt;   + Bashkëpunon me shokun/shoqen   **Kriteret e suksesit:** Përcaktohen me nxënësit në klasë.  **Burimet, mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore:** Libri.  **Lidhja me lëndët e tjera mësimore dhe/apo me çështjet ndërkurrikulare dhe situatat jetësore:**  Shkathtësi për jetë, Matematikë, Njeriu dhe natyra , Gjuhë shqipe, Arsimi për zhvillim të qëndrueshëm.  **METODOLOGJIA DHE VEPRIMTARIA ME NXËNËS**  **Parashikimi:** Përgatitja për të nxënët  *Diskutim për njohuritë paraprake*  Mësimdhënësi/ja i pyet nxënësit:   * A mendoni që është më e lehtë të luhet një lojë ku tërë përgjegjësinë për fitimin e asaj loje e ke ti vetëm, apo ku përgjegjësinë e lojës e ndan bashkë me shokun? * Çfarë lojë ke luajtur bashkë me shokun /shoqen, domethënë që keni bashkëpunuar për të fituar? * A je ndarë i/e kënaqur me përpjekjet e shokut/shoqes për ta fituar lojën?   Pas kësaj nxënësit formojnë rreshtin, përgatiten për ushtrimet e zgjatjeve të muskujve të trupit. Po ashtu, njoftohen me njësinë dhe ndahen në çifte.  **Ndërtimi i njohurive dhe i shkathtësive: Përpunimi i përmbajtjes**  Nxënësit ndahen në grupe, mësimdhënësi/ja ua sqaron rregullat e lojës, ku shoku/shoqja është me të dy duart në dysheme (foto 1), ndërsa shoku/ shoqja që është në këmbë, mban këmbët e shokut/ shoqes që është me të dy duar në dysheme dhe që duhet të shkojë këmbadoras deri te vendi i caktu- ar. Pastaj, ndërrohen rolet.  Në fund të lojës mësimdhënësi/ja e zgjedh grupin fitues, pra nxënësit të cilët e kanë kuptuar dhe luajtur lojën më së miri shpallen fitues.  **Përforcimi:** Konsolidimi dhe zbatimi i të nxënit  *Diskutim në grup*  Mësimdhënësi/ja i fton dy grupet të cilat ishin pjesëmarrëse në lojë që të diskutojnë me grupin e tyre për disa minuta, për të gjetur arsyen përse nuk morën edhe më shumë pikë, cilat ishin pi kat e dobëta të grupit e cilat ishin pikat e forta. Grupi e zgjedh një përfaqësues të grupit për t’u përgjigjur për të gjithë grupin.  **Vlerësimi i nxënësve:**  Nxënësit vlerësohen për të kuptuarit e rregullave të lojës, vlerësohen për shpejtësinë dhe saktësinë e treguar si dhe për bashkëpunimin e treguar me shokun/shoqen.  **Detyrë**:  Praktiko në shtëpi lojëra të tjera të cilat duhet t’i luash duke bashkëpunuar me shokun/shoqen.  *Reflektim për rrjedhën e orës mësimore:*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_* |

|  |
| --- |
| **ASPEKTET E PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MESIMORE NR - 74** |
| **Fusha kurrikulare:** Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti **Lënda:**  Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti  **Shkalla e kurrikulës: II**  **Klasa: 4** |
| **ASPEKTE TË PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Tema:** Aktivitetet fizike dhe mjedisi  **Rezultatet e të nxënit të temës:** Tregon rëndësinë e marrjes me aktivitete rekreative, sportive dhe ndikimin pozitiv që e kanë në shëndet.  **Kontributi në rezultatet për kompetencat kryesore të shkallës:** III.4, V.2, V.8.  **Kontributi në rezultatet e fushës së kurrikulës:** 2.1; 2.2.  **ASPEKTE SPECIFIKE TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **Njësia mësimore:** Loja "Vullkani” dhe "akullorja”  **Rezultatet e të nxënit të orës mësimore:**   * + Kupton rregullat e lojës;   + Përfundon lojën pa gabime dhe shpejt;   + Bashkëpunon me shokun/shoqen;   **Kriteret e suksesit:** Përcaktohen me nxënësit në klasë.  **Burimet, mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore:** Libri, kone.  **Lidhja me lëndët e tjera mësimore dhe/apo me çështjet ndërkurrikulare dhe situatat jetësore:**  Shkathtësi për jetë, Matematikë, Njeriu dhe natyra , Gjuhë shqipe, Arsimi për zhvillim të qëndrueshëm.  **METODOLOGJIA DHE VEPRIMTARIA ME NXËNËS**  **Parashikimi:** Përgatitja për të nxënët  *Parashikimi me terma paraprakë*  Mësimdhënësi/ja u thotë nxënësve se në këtë orë do të luajmë një lojë, por fillimisht dua t’ju japë disa fjalë dhe nga këto fjalë përpiquni ta ndërtoni rrëfimin tuaj për lojën. Fjalët e dhëna mund të jenë: vullkan, e ftohtë, e shijshme, akullorja, i nxehtë, shpërthen. Nxënësit në grupe i ndërtojnë rrëfimet e tyre se çfarë loje do të luhet në këtë orë. Mund ta tregojë rrëfimin secili përfaqësues i grupit.  **Ndërtimi i njohurive dhe i shkathtësive: Përpunimi i përmbajtjes**  *Veprimtari demonstruese*  Shpjegojmë rregullat e lojës, ndërsa në vendin e ushtrimit vendosim konet në dy forma (foto1), ku grupi që është vullkani duhet t'i kthejë konet në anën e kundërt (foto 2) dhe me shenjën e mësimdhënësit/es fillon gara për 60 sekonda; kush arrin më shumë të kthejë kone në të mirë të grupit të tij (konet nuk guxojmë t'i bllokojmë). Nxënësit të cilët kanë qenë më të shkathët dhe kanë treguar bashkëpunim në mes vete, përgëzohen nga mësimdhënësi/ja.  **Përforcimi:** Konsolidimi dhe zbatimi i të nxënit  *Diskutim në grup*  Mësimdhënësi/ja i fton dy grupet të cilat ishin pjesëmarrëse në lojë që të diskutojnë me grupin e tyre për disa minuta, për të gjetur arsyen përse nuk morën edhe më shumë pikë, cilat ishin pikat e dobëta të grupit e cilat ishin pikat e forta, çfarë lloj strategjish kanë përdorur për të arritur qëllimin etj. Grupi e zgjedh një përfaqësues të grupit për t’u përgjigjur për të gjithë grupin.  **Vlerësimi i nxënësve:**  Nxënësit vlerësohen për të kuptuarit e rregullave të lojës, vlerësohen për shpejtësinë dhe saktësinë e treguar si dhe për bashkëpunimin e treguar me shokun/shoqen.  **Detyrë**:  Praktiko në shtëpi lojëra të tjera të cilat duhet t’i luash duke bashkëpunuar me shokun/shoqen.  *Reflektim për rrjedhën e orës mësimore:*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_* |

|  |
| --- |
| **ASPEKTET E PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MESIMORE NR - 75** |
| **Fusha kurrikulare:** Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti **Lënda:**  Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti  **Shkalla e kurrikulës: II**  **Klasa: 4** |
| **ASPEKTE TË PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **ASPEKTE SPECIFIKE TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **METODOLOGJIA DHE VEPRIMTARIA ME NXËNËS**  **Parashikimi:** Përgatitja për të nxënët  **Ndërtimi i njohurive dhe i shkathtësive:** Përpunimi i përmbajtjes  **Përforcimi:** Konsolidimi dhe zbatimi i të nxënit  **Vlerësimi i nxënësve:**  *Reflektim për rrjedhën e orës mësimore:*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_* |

|  |
| --- |
| **ASPEKTET E PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MESIMORE NR - 76** |
| **Fusha kurrikulare:** Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti **Lënda:**  Edukatë fizike, sportet dhe shëndeti  **Shkalla e kurrikulës: II**  **Klasa: 4** |
| **ASPEKTE TË PËRGJITHSHME TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **ASPEKTE SPECIFIKE TË PLANIT TË ORËS MËSIMORE**  **METODOLOGJIA DHE VEPRIMTARIA ME NXËNËS**  **Parashikimi:** Përgatitja për të nxënët  **Ndërtimi i njohurive dhe i shkathtësive:** Përpunimi i përmbajtjes  **Përforcimi:** Konsolidimi dhe zbatimi i të nxënit  **Vlerësimi i nxënësve:**  *Reflektim për rrjedhën e orës mësimore:*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_* |