



**INSTITUTI I KURRIKULËS DHE TRAJNIMIT**

**PROGRAMET E KURRIKULËS ME ZGJEDHJE TË GJIMNAZIT**

**FUSHA: EDUKIMI FIZIK DHE SPORTET**

**MODULI: LOJRA SPORTIVE**

**KODI: 2.01**

**PROGRAMI I MODULIT LOJRA SPORTIVE**

**KLASA E 10**

**TIRANË, SHTATOR 2008**

Moduli “Lojra sportive” u krijon nxënësve mundësinë e angazhimit të tyre në një nga lojërat sportive që ata parapëlqejnë, ndërmjet basketbollit, voleibollit, futbollit dhe hendbollit.

Mbi bazën e zgjedhjes krijohen grupime homogjene, në të cilët edukohen cilësi si përgjegjshmëria individuale dhe kolektive, respekti për partnerin dhe skuadrën, loja e ndershme, lidhshimi, përballimi me dinjitet i humbjes dhe fitores, shpirti i garës së individit dhe skuadrës, argëtimi në skuadër etj. Moduli zhvillon te nxënësit një nivel të mirë të të përgatitjes teknike në sportin e zgjedhur, me qëllim që ai të kthehet në kënaqësi dhe në një model të dëshiruar të një jete aktive në vijimësi. Gjithashtu, nëpërmjet ngarkesave fiziologjike synohet që të stimulohet një zhvillim harmonik dhe i qëndrueshëm i sistemeve kardio-respiratore, muskulare e skeletore, të fitnesit dhe mirëqënies, si dhe të pasurimit të bagazhit lëvizor si një stimulues i drejtpërdrejtë i funksioneve më të larta të sistemit nervor qendror, fenomen ky që ndikon pozitivisht në arritjet akademike në përgjithësi.

## **1. OBJEKTIVA TË PËRGJITHSHËM**

Në fund të modulit nxënës/i,-ja:

- të stimulojë dhe mbështesë nëpërmjet aktivitetit fizik një rritje sa më të shëndetshme;
- të formojë aftësi motore dhe sportive;
- të krijojë një kulturë dhe model të një jete aktive që siguron mirëqenie trupore, mendore e sociale, si dhe parandalon sëmundjet;
- të demonstrojë elementet bazë në një nivel të kënaqshëm të lojërave sportive (basketboll, volejboll, futboll, hendboll);
- të përshkruajë zhvillimin e historisë së lojës sportive, si dhe figurat përfaqësuese të saj në qytetin, vend e më gjerë;
- të formojë bindjen dhe shprehitë për t’ua marrë gjatë gjithë jetës me veprimtari fizike dhe sporte.

## **2. OBJEKTIVA SIPAS LINJAVE**

**36 javë x 1 orë = 36 orë**

### **Linja 1: Njohuri për lojërat sportive**

**Përshkrimi i linjës:** Kjo linjë ka për qëllim të informojë nxënësit me shtratin historik, teorik e shkencor mbi të cilin mbështeten e zhvillohen ligjësitë e përgjithshme që karakterizojnë lojërat sportive. Njohuritë mbi lojërat sportive, ndikimin shëndetësor, estetik e social mbi njeriun krijojnë një urë lidhëse ndërmjet njohurive të fituara dhe krijimit të modelit të një jete aktive. Një ndikim të drejtpërdrejtë do të ketë kjo linjë në edukimin e të rinjve me të kuptuarit dhe jetuarit me skuadrën, ndarjes së përgjigjjes dhe suksesit, si dhe përballimit në mënyrë qytetare të humbjes. Një tjetër objektivi i kësaj linje është edhe edukimi i të rinjve me

repektin ndaj rregullave të lojës, që në vetvete përbën një model të respektit ndaj rregullave demokratike të jetës qytetare.

**Orët e sugjeruara:** Të shtrira në të gjitha linjat

Linja	Objektiva
<b>Njohuri mbi Lojërat Sportive</b>	<p>Në përfundim të modulit, nxënës/i,-ja:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- të dijë vlerën e lojërave sportive për forcimin e shëndetit dhe jetës sociale;</li> <li>- të përshkruajë përmbajtjen dhe organizimin e lojërave sportive;</li> <li>- të përshkruajë historinë dhe figurat lokale e ndërkombëtare të lojës sportive.</li> </ul>

### Linja 2: Teknika e lojës

**Përshkrimi i linjës:** Kjo linjë zhvillon te nxënësit aftësi dhe shkathtësi lëvizore, të cilat qëndrojnë në bazë të të gjithë veprimtarisë lëvizore që përcakton këtë lojë sportive. Këto aftësi përbëjnë një bazë solide të formimit të aftësive kondicionale dhe koordinative, dhe si rrjedhojë, dhe të aftësive sportive. Teknikat bazë që do të perfeksionohen do të jenë: pozicionet e trupit, marrja, kapja e topit, pasimi, gjuajtja, driblimi dhe kombinimet në mes të këtyre elementëve.

**Orët e sugjeruara:** 16

Linja	Objektiva
<b>Teknika e lojës</b>	<p>Në përfundim të modulit, nxënës/i,-ja:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- të demonstrojë elementët bazë të lojërave sportive, (basketboll, volejboll, futboll, hendboll) si: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Gjuajtje në vend dhe në lëvizje me një dorë dhe dy në bb, me këmbë në fb, nga pozicioni ballor dhe anësor, shërbimin dhe gjuajtjen në vb.</li> <li>- Driblime me një dorë dhe tjetrën në bb dhe hb, me këmbë në fb, në drejtime të ndryshme.</li> <li>- Marrjen dhe pasimin e topit në vend, lëvizje e pozicione të ndryshme, bb, vb, fb, hb.</li> <li>- Lëvizje mashtruese me kokë, duar, këmbë, para gjuajtjeve, si dhe pasimeve.</li> </ul> </li> <li>- të demonstrojë shprehi lëvizore, teknikat themelore të lojës sportive (basketboll, volejboll, futboll, hendboll) individualisht dhe në skuadër, sulm e mbrojtje.</li> </ul>

## Linja 1: Taktika e Lojës

**Përshkrimi i linjës:** Kjo linjë formon te nxënësit taktika bazë të lojës në sulm dhe në mbrojtje. Koordinimi dhe bashkëveprimi janë jo vetëm elementë lëvizor që perfeksionohen, por edhe elementët bazë të marrëdhënieve sociale në skuadër.

**Orët e sugjeruara:** 10

Linja	Objektiva
Taktika e Lojës	Në përfundim të modulit, nxënës/i,-ja: <ul style="list-style-type: none"><li>- të demonstrojë:</li><li>a) elemente taktike të mbrojtjes zonale dhe individuale;</li><li>b) zgjidhje situatash sulmuese me numër të ndryshëm lojtarësh;</li><li>c) sulm të shpejtë dhe mbrojtje zonale;</li><li>d) kundërsulmin. Sulmin e shpejtë;</li><li>e) mbrojtjen e lojtarit me e pa top në sektorë të ndryshëm të fushës, basketboll, futboll, hendboll;</li><li>f) ndërtimin e sulmit nga pritja e topit të parë që vjen nga shërbimi dhe gjuajtja në voleiboll;</li><li>g) variante sulmi me shmangie të gjuajtjeve nga blloku në voleiboll;</li><li>h) bllokun në grup. Variante ushtrimesh;</li><li>i) variantin e sulmit me tre lojtarë në rrjetë, me futje të një lojtari nga vija e dytë (përforcues);</li><li>j) mbrojtjen secili të vetin dhe zgjidhjen e situatave në sulm me numër të ndryshëm lojtarësh basketboll, futboll, hendboll.</li></ul>

## Linja 2: Strategjia e lojës

**Përshkrimi i linjës:** Kjo linjë ka për qëllim të zhvillojë tek nxënësit aftësi dhe shkathtësi lëvizore për interpretimin e lojës. Ndarja dhe marrja e përgjegjësisë mbi suksesin dhe humbjen është një tjetër element që edukohet nëpërmjet kësaj linje.

**Orët e sugjeruara:** 10

Linja	Objektiva
Strategjia e lojës	Në përfundim të modulit, nxënës/i,-ja: <ul style="list-style-type: none"><li>- të përdorë një plan të paracaktuar për organizimn e pjesëve të lojës në drejtim të realizimit të mbrojtjes dhe të sulmit, duke marrë në konsideratë vlerat e kundërshtarit;</li><li>- të kombinojë variacione taktikash në funksion të fitimit të një ndeshje;</li><li>- të shpjegojë parimet se si një skuadër</li></ul>

	racionalizon forcat dhe mundësitë për të përballuar një turne sportiv.
--	--

#### 4. KËRKESA PËR ZBATIMIN E MODULIT

Programi i lëndës me zgjedhje është i detyrueshëm vetëm për nxënësit që e zgjedhin atë.

Moduli “Lojërat sportive” është hartuar për katër lojëra: basketboll, futboll, voleiboll dhe hendboll. Ai zgjat 36 orë, me 1 orë në javë. Përmbajtja dhe objektivat e tij janë njësoj të vlefshme për secilën nga lojërat. Kjo do të thotë se mësuesi shfrytëzon të njëjtin modul si për lojën e basketbollit ashtu dhe për futbollin apo dy lojërat e tjera. Kohëzgjatja e modulit për secilën lojë është 36 orë. Se ç’lojë do të zhvillohet, varet nga zgjedhja e nxënësve.

Moduli ka një përmbajtje, e cila ka në bazë të saj këta elementë: *teknika* e lojës, *taktika* dhe *strategjia* e lojës, si dhe vetë *loja*, si lojë dhe si garë. Në 15 orët e para, rekomandohet, që theksi të vihet në përforcimin e zhvillimin e elementëve teknikë. Dhjetë orët në vazhdim, rekomandohet, të fokusohen në përgatitjen taktike. Pjesa e mbetur e orëve drejtohet në strategjinë e zhvillimit të lojës. Duhet theksuar se loja në vetvete dhe elementët e garës, pavarësisht nga tre periudhat e theksuara më lart, duhet të shoqërojnë të gjitha orët e mësimin.

Si mjete didaktike për realizimin e këtyre moduleve, përveç ambjenteve dhe mjeteve sportive që ofron shkolla si fusha, palestra, topa, piramida etj., mund të shërbejnë dhe mjediset e jashtme në natyrë. Shtimi i gamës së aktiviteteve mbështetese është plotësisht i mundshëm.

Zbatimi i programit duhet të bëhet, duke respektuar parimet e barazisë gjinore, etnike, kulturore, racore dhe fetare.

##### Objektivat

Objektivat e programit janë për të gjithë nxënësit dhe janë detyrim për përdoruesit e programit. Kjo do të thotë se që të gjithë nxënësve duhet t’u jepet mundësia që të performojnë çka përshkruhet tek objektivat.

Një objektiv përmbushet në nivele të ndryshme nga nxënës të ndryshëm. Mësues/i,-ja dhe autorët e materialeve mësimore duhet të mbulojnë të gjithë gamën e niveleve të nxënësve.

Kështu p.sh. objektivi: “Të demonstrojnë elementët bazë të lojërave sportive (basketboll, volejboll, futboll, hendboll ” kërkon nga të gjithë nxënësit të demonstrojnë aftësi në realizimin apo ekzekutimin e elementeve teknike bazë të lojërave si basketbolli, volejboli etj, por jo për të gjithë do të pretendohet i njëjti nivel performance.

Një tjetër nivel arritjeje është interpretimi, praktik dhe teorik, i karakterit edukativ të një lojës. Një nivel më i lartë se ky është përdorimi i këtyre njohurive në situata të reja për nxënësin, në jetën e tyre të lirë, e për më tepër në nivel të skuadrave të klubeve sportive.

##### Orët mësimore

Programi i lojërave sportive është strukturuar në linja që vijnë njëra pas tjetrës, por nuk do të thotë se mësimdhënia-mësimnxënia duhet të zhvillohet në këtë renditje gjatë vitit shkollor.

Sasia e orëve mësimore për secilën linjë është rekomanduese. Përdoruesit e programit duhet të respektojnë sasinë e orëve vjetorë të lëndës, kurse janë të lirë të ndryshojnë me 10% (shitesë ose pakësim) orët e rekomanduara për secilën linjë.

Domethënë, mësues/i,-ja mund të vendosë të përparojë më ngadalë kur vë re se nxënësit e tij, hasin vështirësi të veçanta në përmbushjen e objektivave, por mund të ecë më shpejt kur nxënësit demonstrojnë një përvetësim të kënaqshëm.

Në programin e modulit të lojërave sportive, afërsisht **35%** e orëve mësimore totale janë për shtjellimin e njohurive të reja lëndore dhe **65%** e tyre janë për përpunimin e njohurive (gjatë vitit dhe në fund të vitit shkollor).

## 6. VLERËSIMI

Vlerësimi i nxënësit përshkon gjithë procesin mësimor dhe shërben për përmirësimin e këtij procesi. Vlerësimi i nxënësit nuk ka për qëllim të vetëm vendosjen e notës dhe as nuk përfundon me vendosjen e saj.

Vlerësimi mbështetet tërësisht në objektivat e modulit dhe mësues/i,-ja nuk ka të drejtë të vlerësojë nxënësit për ato objektiva të arritjes që nuk përshkruhen në programin e modulit.

Mësuesi zhvillon vetë dhe ndihmon nxënësit të zhvillojnë një larmi mënyrash vlerësimi, si për shembull:

- Përdoren fjalë e shprehje inkurajuese gjatë të mësuarit. Korrigjim me takt i lëvizjeve të gabuara.
- Me zgjedhjen e nxënësve për ekipin shkollës (baketboll, volejball, futboll etj.)
- Me shpalljen e lojtarëve më të mirë.
- Sasia në herë e përsëritjeve të veprimit lëvizor mbi bazën e progresit individual.
- Me kompleks ushtrimesh dhe me pikë.
- Me sistem pikësh për ushtrimet e veçanta.
- Me pikë për veprime teknike individuale.
- Me teste dhe pikë për variante taktike.
- Me teste e pikë për variante të ndryshme të taktikës në sulm e mbrojtje.
- Këtyre vlerësimeve mund t'i shtohet edhe vlerësimet mbi aktivizimin në veprimtaritë e ndryshme sportive.

Të gjitha këto duhet të reflektohen në kartelat e matjeve antropometrike dhe atyre fiziko-lëvizore.

Vlerësimi mund të bëhet individual ose në grup, në klasë ose jashtë saj. Nxënës/i,-ja vlerësohet me notë ndërsa demonstroi arritjet e tij/saj, duke shfaqur nëpërmjet veprimtarish e produktesh të tjera, si: hartimi i një miniprogrami fitnesi për zbatim në natyrë ose mjedise të mbyllura; merr pjesë në veprimtari të ndryshme sportive, apo sportivo–artistike që organizon shkolla etj.

Në angazhimin e nxënësve me grupe apo skuadra të vogla, mësues/i,-ja parashtron peshën e vlerësimit me notë të grupit në tërësi dhe të secilit nxënës në veçanti.

Mësuesi nuk e ka të detyrueshëm vlerësimin me notë të nxënësve në çdo orë mësimore dhe të vendosë nota në regjistër për secilën orë mësimore. Si rregull, nxënësit dhe mësuesi duhet lirshëm të bashkëbisedojnë si partnerë rreth përvetësimit të njohurive dhe aftësive të fituara të orëve të kaluara.

Herë pas here mësuesi duhet të vlerësojë me notë, duke ua bërë të qartë nxënësve që në fillim qëllimin e vlerësimit dhe kriteret e tij.

Vlerësimi me shkrim (vetëm për linjën e njohurive) shërben për aftësimin e komunikimit me shkrim dhe mund të realizohet jo vetëm me laps e letër, por edhe në rrugë elektronike.

Vlerësimi për këtë modul duhet të bazohet kryesisht në nivelin e angazhimit, përkushtimit, nivelit e arritjeve personale, shfaqjes së shpirtit të kolektivitetit dhe përgjegjshmërisë, respektit ndaj lojës së ndershme (fair play), partnerit dhe kundërshtarit. Por pa dyshim që edhe niveli teknik e taktik do të jetë në konsideratë.