

0801/13

2

MINISTRIA E ARSIMIT DHE SHKENCËS
BYROJA PËR ZHVILLIMIN E ARSIMIT

Vitet 2001-2004 1/13



AKTIVITETET PROJEKTUESE SPORTIVE

GUSHT, 2004
SHKUP

Autor; Dr Nase Kondovski - kineziolog; Udhëheqës i sektorit

Bashkëpunëtor: Mustafa Aliu - Udhëheqës i NJR - Gostivar

HYRJE

Planplogramet arsimore të arsimimit gjimnazor kanë karakter të përgjithshëm arsimor dhe planprogramet në arsimin e mesëm profesional japin drejtim profesional, të gjitha këto lidhen me programet mësimore, njohuritë dhe aftësitë të fituara në arsimin fillor me qëllim që nxënësit të jenë të aftë të vazhdojnë në shkollat e larta dhe fakultete ose të inkuadrohen në prodhim.

Megjithatë, planprogramet mësimore në arsimimin gjimnazor shikuar nga pozita e zbatimit të tyre, përkatësisht realizimi në arsim dhe struktura e tyre funksionale mund të sqarohet si:

- * Pjesë e përgjithshme arsimore e Planit mësimor- janë lëndët e detyrueshme nga lëmia- matematiko-natyrore, shoqërore-humanitare, gjuhës, sportit dhe arteve. Mënyra e punës edukativo-arsimore përkatësisht teknologjisë arsimore në këto lëmi dhe programe dallohet pavarësisht nga programet mësimore në segmentet tjera të këtij plani.
- * Lëndët zgjedhore janë pjesa e dytë e Planit mësimor të arsimimit gjimnazor. Pavarësisht nga ajo se për cilën lëmi është përcaktuar ose i takon nxënësi, ai zgjedh (pako) lëndët me të cilat do ta zgjerojë ose thellojë njohurinën e tij në lëminë për të cilën është i interesuar, ofrohet dhe cakton për shkollimin e tij të ardhshëm. Dhe këtu teknologjia arsimore dallohet dhe shpjen drejtë zgjerimit dhe thellimit të njohurive.
- * Programet e lëndëve të detyrueshme janë sporti dhe aktivitetet sportive, arti muzikor dhe arti figurativ. Sporti dhe artet janë programe mësimore me karakter zgjedhor, kurse mësimi ka karakter mentori. Arsimtari si mentor në mësim iu ndihmon nxënësve, tërë kohën është me nxënësit, i udhëheq, i përcjell, evidenton dhe i vlerëson të arriturat e nxënësve.
- * Aktivitetet projektuese janë formë e veçantë e punës mentore edukativo-arsimore. Ky nuk është mësim klasik, nxënësi në mënyrë individuale ose në grup përgatit projekt, duhet ta tregojë gatishmërinë, njohurinë, guximin, shkathtësitë e veta në përpunimin dhe prezentimin e projektit. arsimtari në fondin e caktuar të orëve e udhëzon nxënësin, e mëson se si ai individualisht ose në grup ta realizojë projektin që e ka zgjedhur.

Aktivitetet projektuese janë formë e re e punës edukativo-arsimore me nxënësit në arsimimin gjimnazor dhe në arsimimin e mesëm profesional, nuk bëhet fjalë për mësim klasik, por më shumë është punë mentori me nxënësit. Nxënësi zgjedh aktivitet, të cilin me ndihmën e arsimtarit udhëzohet si individualisht ose në grupë që ta realizojnë. Në procesin e më shumë aktivizimit të nxënësit në subjekt aktiv në mësim, individualizimi përkatësisht pavarësimi i individit, aktivitetet projektuese janë formë e veçantë dhe e rëndësishme dhe njëherit mundësi ku nxënësit të mund t'i tregojnë njohuritë dhe aftësitë e tyre. Përfundimisht nxënësit marrin shanset dhe vendin e tyre por edhe të detyrueshëm që t'i tregojnë njohuritë dhe aftësitë e fituara.

2. Nevojitet

Në sportin dhe aktivitetet projektuese nxënësit kanë mundësi më të gjërë që t'i tregojnë mendimet, njohuritë dhe aftësitë e tyre nga sporti dhe karakteri organizativ. Ata duke shfrytëzuar të drejtën për zgjedhje të aktiviteteve projektuese sportive dhe të njëjtin projekt ta realizojnë, përkatësisht të realizojnë qëllime të caktuara, (u mundësohet të shikojnë se gjeri ku janë aftësitë e tyre individuale dhe në plan kolektiv, sa munden që njohuritë t'i zbatojnë në praktikë, sa janë të aftë të hulumtojnë, sa janë të aftë në organizim dhe në përgatitje teorike të prezentojnë etj.). Me këtë nxënësit duhet ta ndiejnë kënaqësinë nga aktivitetet e realizuara projektuese nga sporti dhe realizimi i qëllimeve të caktuara, ta ndiejnë kënaqësinë nga suksesi si organizatorë, gjykatës, ndihmësgjykatës, procesverbalistë etj në sport. Kënaqësia do të jetë e madhe nëse nxënësit me ndihmën e arsimtarit do të realizojnë projekt, do të mund t'i tregojnë dituritë e tyre, potencialet krijuese dhe aftësitë. Me aktivitetet projektuese sportive nxënësi vendoset në format e punës së pavarur që pa probleme të mund të parashtrijë struktura të projektit në bazë temës së dhënë, të shfrytëzojë literaturë, internetin, të ushtrojë dhe të ofrohet deri te procedurat dhe strukturat për përgatitjen e maturës shkollore ose shtetërore, kurse detyra e shtëpisë e maturës t'ia hapë rrugën për në format punuese akademike, të nxitet për nevojat e diturisë, shkathtësisë dhe aftësisë për kryerjen e shkollës së lartë ose fakultet.

3. Qëllimet

3.1. Qëllimi i përgjithshëm

Aktivitetet sportive projektuese si lloj i veçantë i punës edukativo-arsimore në arsimimin gjimnazor kanë për qëllim t'iu mundësojnë nxënësve t'i tregojnë shkathtësitë e tyre, dituritë, guximin dhe aftësitë me projektimin e temave nga fitnesi, noti, alpinizmi, skijimi, çiklizmi, ping-pongu, dita sportive etj.

3.2. Qëllimet konkrete

- zhvillimi individual i aftësive së nxënësve, individualisht ose në grupë, të mund të përgatitë dhe realizojë projekt në tërësi ose një pjesë të tij nga lëmia e caktuar e sportit;
- arsimtari të mund t'i vendosë nxënësit në realizimin e punës projektuese në temën e zgjedhur nga sporti;
- çdo temë të zgjedhur nxënësi duhet ta përpunojë me strukturë të caktuar, ta prezentojë dhe sipas nevojës ta zbatojë në praktikë;
- zhvillimi i guximit të nxënësit që të zgjedh aktivitet sportiv projektues përmes së

- cilit do të mund t'i tregojë njohuritë dhe aftësitë e tija;
- nxënësi të mund të zbulojë dhe shfrytëzojë burime të ndryshme të diturive dhe njohuri të reja për ndikimin e aktiviteteve projektuese në shëndetin e njeriut;
- nxënësi të bashkëpunojë dhe ta zhvillojë bashkëpunimin, të ndihmojë të tjerëve në realizimin e aktiviteteve projektuese;
- nxënësi të mund të prezentojë atë që e përgatitë, ta sqarojë dhe ta mbrojë projektin të arriturat e përgatitjes së aktiviteteve sportive projektuese;

4. Lëmi dhe tema

Aktivitetet projektuese sportive si lëmi në vete e aktiviteteve projektuese varësisht nga programi mësimor dhe mësimi nga sporti dhe aktivitetet sportive si lëmi të veçanta prej nga nxënësit do të mund të zgjedhin tema dhe në mënyrë projektuese t'i hartojnë siç janë: fitnes, alpinizëm, not, skijim, çiklizëm, ping-pong, organizimi i ditës sportive dhe aktivitete tjera sportive për të cilat shkolla posedon kushte.

4.1. Qëllime konkrete për lëmitë

4.1.1. Fitnes Qëllimi i lëmisë së fitnesit është që nxënësit të përgatisin projekt lidhur me problematikën e aktiviteteve të fitnesit. Qëllimet konkrete që mund të zbatohen në këtë lëmi janë:

- * Ndikimi i aktiviteteve të fitnesit në: organizimin e njeriut në tërësi; në organet dhe sistemin organik; në sistemin muskuloz; në nyjet dhe në indin lidhor;
- * Aktivitetet e fitnesit si pushim aktiv;
- * Fitnes kombinime për: forcimin e muskujve, për tërhiqjen e muskujve dhe për lëshimin e muskujve.
- * Fitnes kombinime me qëllim për : përforcimin e grupeve të mëdha muskulore të brezit të shpatullave; për përforcimin e muskujve abdominal; për përforcimin e muskujve të kukeve dhe ekstremitetet e poshtme, për përforcimin e muskujve të duarve etj;
- * Ushtrime të fitnes kombinimeve për bel;
- * Procedura zgjedhore dhe dozimi i fitnes kombinimeve;

4.1.2. Alpinizëm

Alpinizmi si aktivitet sportiv projektues duhet t'i realizojë këto qëllime në vijim:

- * Ndikimi i alpinizmit në shëndetin e njeriut;
- * Ndikimet pozitive të faktorëve natyrorë;
- * Rreziqeve të malit;
- * Bimë dhe shfrytëzimi i tyre për shëndetin e njeriut, alpinizëm dhe grumbullim;
- * Zgjedhja e vendit të alpinizmit për alpinizëm njëditësh;
- * Program dhe organizimi njëditësh i alpinizmit;
- * Dozimi i aktivitetit fizik gjatë alpinizmit;
- * Vëzhgimi i ngarkesës fizike me pulsimin e zemrës;
- * Alpinizëm shumëditësh; përgatitje dhe përfundime;
- * Alpinizëm me qëndrim në male; përgatitje dhe përfundime;
- * Vendosja në logorim-fushim në male, organizim dhe përfundime;

4.1.3. Not

Noti është aktivitet shfrytëzues në shëndetin e njeriut, me notin si aktivitet sportiv projektues duhet të realizohen këto qëllime konkrete:

- * Ndikimi i notit në shëndetin;
- * Ndryshimet fiziologjike të organizmit në ujë;
- * Metabolizmi i njeriut dhe noti;
- * Termorregullimi i organizmit dhe noti;
- * Rreziqet dhe ndikimet negative në ujë;
- * Preventivë nga rreziqet gjatë notit;
- * ndryshime antropologjike si ndikim i notit;
- * Teknikë e notit;
- * Përpunimi i njerit nga teknikat e notit;
- * Paraqitje-përfundim teknik-aksion i notit; trajnim; gara etj.

4.1.4. Çiklizëm

Me çiklizëm duhet të përpunohen projekte në të cilat do të realizohen këto qëllime:

- * Ndikimi i çiklizmit në shëndetin e njeriut;
- * Çka zhvillon çiklizmi;
- * Termorregullimi i çiklizmit;
- * Si të mbrohemi nga ndikimet negative gjatë vozitjes me biçikletë;
- * Përgatitje dhe përfundim-paraqitje të raundeve të çiklistëve deri në 10 km; deri 15 km; deri 20 km..
- * Përgatitje dhe përfundim-paraqitje të krosit të çiklistëve;

4.1.5. Skijimi

Me skijimin si aktivitet projektues sportiv mund të përpunohen tema dhe të realizohen qëllime të caktuara:

- * Ndikimi i skijimit në shëndetin e njeriut;
- * Ndikimi i faktorëve natyrorë në organizëm;
- * Rreziqet e maleve në dimër;
- * Rreziqet nga lava;
- * Ndikimi negativ i diellit dhe mbrojtja nga dielli në dimër;
- * Program për trajnim, përpunim teorik dhe paraqitje praktike;
- * Projekt për organizim dimëror, programë, përgatitje dhe paraqitje;

4.1.6. Aerobik

Aerobiku si aktivitet projektues sportiv mund t'i realizojë këto tema së bashku edhe me këto qëllime:

- * Ndikimi i aktiviteteve aerobike në shëndetin e njeriut;
- * Historia e aerobikut;
- * Dozimi i aktiviteteve aerobike për përmirësimin e aftësive aerobike;
- * Programimi i aktiviteteve aerobike me dozimin dhe zgjedhja e muzikës;
- * Muzika dhe motorika në aerobik;

4.1.7. Ping-pong

Me ping-pong mund të përpunohen tema dhe të realizohen qëllime:

- * Ndikimi i ping-pongut në shëndetin e njeriut;
- * Zbulimi që më shumë zhvillon në motorikë aktiviteti i ping-pongut;
- * Historia e ping-pongut;
- * Sportistë që kanë arritur rezultate të veçanta në ping-pong;
- * Përpunimi i procedurave për trajnimin e elementeve të ping-pongut;
- * Program për turnir, organizim dhe paraqitje e ping-pongut në turnir;

5. Organizimi

Aktivitetet projektuese sportive realizohen me organizim adekuat që janë në kompetenca të drejtorit, bashkëpunëtorëve profesional (pedagogë, psikologë dhe sociologë) kujdestarët e klasave dhe arsimtarët. Ndërtmarja me kohë e aksioneve dhe organizimit do të mundësojë që të realizohen aktivitetet projektuese sportive. Parasëgjithash duhet të sigurohet transparencë e aktiviteteve projektuese sportive, njëherësh duhet të paraqiten dhe sqarohen temat nga lëmia që nxënësve t'iu është e qartë, të krijojnë vizion për projektin të cilin do ta propozojnë dhe do ta punojnë.

Organizimi i aktiviteteve projektuese sportive duhet të zhvillohet sipas radhitjes së caktuar:

5.1. Organizimi me kohë (Informimi dhe transparenca)

Aktivitetet projektuese sportive realizohen në fondin vjetor të orëve. Kjo dmth. orët nuk janë në orarin e orëve sikurse lëndët tjera mësimore. Koha e realizimit globalisht caktohet në nivel të shkollës kurse takimet indirekte profesionale me nxënësit i cakton arsimtari.

Përderisa me kohë përmes formave të qëlluara të paraqitjes së aktiviteteve projektuese (forma për të cilat do të përcaktohen drejtorët dhe arsimtarët), do t'i informojnë nxënësit për aktivitetet projektuese sportive që mund t'i zgjedhin sipas kushteve në shkollë, është mirë që nxënësit zgjedhjen e tyre ta tregojnë në shënimin e tyre paraprak i cili si dokument me shkrim mbetet te arsimtari. Nxënësi nëse është përcaktuar për temën, ajo për atë mbetet e detyrueshme dhe duhet ta realizojë në fondin e caktuar të orëve.

Qysh kur të grumbullohen shënimet apo vërejtjet ku janë treguar përcaktimet e nxënësve , formohen grupe jo më të mëdha se 35 nxënës. Në raste të rëndësishme mund të formohet grupë prej 20 nxënësve. Me grupet angazhohen arsimtarët e lëmive, Përgatitet plani global i takimeve profesionale me nxënësit, caktohet fondi i orëve mësimore të arsimtarëve dhe fondi i orëve i punës individuale ose në grupe të nxënësve për prezentim dhe orë për aksion.

Nëse nxënësit zgjedhin aktivitet projektues sportiv që për ta realizuar kërkohen mjete të caktuara në të holla atëherë obligim është i drejtorit, kujdestarëve të klasave dhe arsimtarëve të marrin pëlqimin nga ana e prindërve. Vetëm atëherë pas marrjes së pëlqimit nga ana e prindërve , drejtorët duhet ta lejojnë aktivitetin projektues sportiv lidhur me shpenzimet që prindërit duhet t'i japin.

Vërejtje:

- * Drejtorët e gjimnazeve duhet t'i kushtojnë vëmendje të posaçme gjatë shpërndarjes së temave, mos të jepen dhe mos të lejohen tema nga aktivitetet projektuese sportive nëse për këtë shkolla nuk posedon kushte;
- * Të mos lejohet realizimi i aktiviteteve projektuese sportive në qoftë se nuk përfshihen bazat e aktiviteteve projektuese, njëherish të përgatitet projekt me strukturë adekuatë;
- * Aktiviteti projektues sportiv detyrimisht të hartohet me shkrim me të gjitha elementet që i posedon struktura e një projekti nga aktivitetet projektuese;

ÇKA PARAQET PROJEKTI ?



Çdo projekt është i drejtuar drejtë zgjidhjes së ndonjë problemi në të ardhmen e afërt ose të largët.

Projektet duhet të jenë:

- të planifikohen
- të realizohen
- të shumohen rezultatet
- të prezentohen
- të prezentohen
- aksion-paraqitje

STRUKTURA E NJË PROJEKTI:

- * emri (titulli) i projektit
- * lënda e hulumtimit
- * qëllimi i projektit
- * qëllimet konkrete ose detyrat e projektit
- * mënyra e realizimit - procedurat, si do të realizohet?
- * me çka do të realizohet - instrumentet
- * qëllimi i grupit
- * kohëzgjatja e projektit
- * dinamika e projektit : fazat:
 - faza e parë, përgatitja
 - faza e dytë, hulumtimi
 - faza e tretë, përfundimi
- * bartës i projektit (individ, grup, ose institucion)
- * koordinator (udhëheqës) i projektit
- * rezultatet e pritura nga projekti
- * diskutim
- * prezantimi i hulumtimit

5.2. Roli i arsimtarëve

Aktivitetet projektuese sportive organizohen si proces edukativo-arsimor në praninë dhe mospraninë e arsimtarit. Kjo nuk është mësim klasik, pa procedura klasike dhe stereotipe, zbatohen procedura të posaçme ku nxënësi është aktiv dhe subjekt i barabartë në komunikimin profesional me arsimtarin.

Për këtë arsye arsimtari duhet të jetë i përgatitur në planin profesional dhe didaktiko-metodik. Përmes fondit të caktuar të orëve të komunikimit profesional arsimtari i njeh nxënësit, i mëson dhe i përgatitë për punë të pavarur. Ai duhet të programojë, të përgatisë program të posaçëm që i takojnë arsimtarit, dhe aktivitetet i zhvillon sipas radhitjes globale në vijim:

STRUKTURA GLOBALE E PLANIFIKIMIT
TË AKTIVITETIT PROJEKTUES SPORTIV

TAKIME PROFESIONALE: ARSIMTAR-NXËNËS PLANIFIKOHET AKTIVITETI NË TËRËSI; BËHET STRUKTURA E PROJEKTIT ORËT.....
NXËNËSI INDIVIDUALISHT OSE NË GRUP E PUNON PROJEKTIN; SIGURON LITERATURË; HULUMTON;GRUMBULLON TË DHËNA; SHKRUAN PËR LËNDËN HULUMTUESE; KONSULTOHET;..... PËRGATIT PREZENTIMIN E PUNËS! ORËT.....
PREZENTIMI I PUNËS-MBROJTJE DISKUTIM ORËT.....
MARRËVESHJE PËR AKSION
AKSION PARAQITJE PRAKTIKE E AKTIVITETIT SPORTIV ORËT.....

GJITHSEJ: 35 ORË.....

- * Bën përgatitje dhe planifikim të posaçm të fondit të orëve që janë të caktuara për mësim (për çdo orë planifikon përmbajtje mësimore ose njësi, parasheh dinamikë në realizimin e orëve, përkatësisht planifikon takime me nxënësit pavarësisht nga karakteri i aktivitetit projektues sportiv);
- * Njoftohet me nxënësit, i zbulon motivet e nxënësve; Për çka janë përcaktuar lidhur me aktivitetet projektuese sportive, çka dëshirojnë të arrijnë, çka do të hulumtojnë?
- * Qysh kur do t'i zbulojë motivet e nxënësve, së bashku me to bëhet struktura orientuese e aktiviteteve projektuese: definohet tema; definohen qëllimet e aktiviteteve projektuese sportive (qëllimi i përgjithshëm dhe i veçantë); lënda e përpunimit ose lënda e hulumtimit; përshkrim ose diskutim për rezultatet; konkluzione etj.
- * Sipas karakterit të aktiviteteve projektuese përcaktohen detyrat e grupit, individuale dhe të grupeve tjera;
- * Bashkarisht përcaktohen, radhiten përmbajtjet e aktiviteteve projektuese me çrast arsimtari len hapësirë në realizimin e qëllimeve të nxënësve që të vazhdojnë edhe përmbajtjet e tyre;
- * Arsimtari i mëson nxënësit se si të përdorin literaturë, ku mund të gjejnë literaturë, sqarohen, demonstrojnë dhe përcaktohet dozimi i përmbajtjeve praktike të caktuara me çka nxënësit më konkretisht udhëzohen në realizimin e përmbajtjeve ndërsa në veçanti në dozimin dhe realizimin e detyrave të caktuara - specifike;
- * Arsimtari e përcjell punën me nxënësit, e evidenton dhe në fund jep mendimin e tij që dmth vlerësimin e aktivitetit projektues sportiv;
- * Nxënësi udhëheq portfolio- shënues, kështu që mendimi për të arriturat e realizuara të aktiviteteve projektuese sportive të nxënësit, arsimtari e vendosë në portfolion e nxënësit , të konfirmuar apo vërtetuar me nënshkrimin e tij .
- * Pas realizimit të aktivitetit projektues sportiv, arsimtari sjell raport në shkresë deri te kujdestari i klasës;

5.3. Aktivitetet e nxënësve

Nxënësit janë të detyrueshëm t'i realizojnë të gjitha 70 orët për të dyja aktivitetet projektuese, të parapara me Planin mësimor për arsimimin gjimnazor dhe arsimimin e mesëm profesional. E tyre është që të zgjedhin aktivitet projektues nga çdo lëmi.

Atëherë kur nxënësi do të njohtohen me mundësitë për zgjidhje të çfarëdo lloji të aktivitetit projektues, ata plotësojnë *fletëparaqitje* në të cilat theksohet tema, përkatësisht aktiviteti projektues sportiv. Ata janë të lidhur në mënyrë aktive të marrin pjesë në të gjitha orët që i organizon arsimtari, i dëgjon dhe i vëren drejtimet dhe detyrat të cilat duhet individualisht ose në ekip të realizohen.

Nxënësi formon portfolion e tij në të cilën i shënon të gjitha aktivitetet dhe të arriturat. Ai, individualisht e siguron paisjen e nevojshme sportive për realizimin e aktiviteteve projektuese.

Për shembull:

Një aktivitet projektues sportiv prej 35 orëve, mund globalisht të planifikohet me 15 orë aktivitet i përbushkët, arsimtarë me nxënësit kurse 20 orë nxënësit i realizojnë pavarësisht. Arsimtari punën e tij të pavarur me nxënësit e përcjell, kontrollon dhe vlerëson.

Për 15 orët arsimtari përgatit planifikim, për çdo orë parasheh njësi mësimore me qëllim të definuar që duhet realizuar. Pavarësisht nga karakteri i aktivitetit projektues sportiv, arsimtari e cakton edhe dinamikën e realizimit të 15 orëve. Bëhet fjalë për fondin vjetor të orëve kështu që arsimtari duhet t'i kushtojë vëmendje organizimit sipas mundësive të nxënësve, termineve në shkollë, efektet e aktiviteteve projektuese etj. Pavarësisht nga tema e aktiviteteve projektuese sportive arsimtari mund të bëjë edhe ndarje tjetër të fondit vjetor të orëve. Për shembull: 10 orë së bashku, 5 orë individualisht për nxënësit dhe 20 orë aksion të nxënësve.

5.4. Aktiviteti i kujdestarëve të klasave

Kujdestarët e klasave janë të detyrueshëm ta përcjellin realizimin e të gjitha 70 orëve gjatë vitit shkollor për çdo nxënësi. E evidenton aktivitetin e nxënësve me atë që në pjesën e posaçme të ditarit i vendos regjistrin nxënësit sipas asaj se në cilin aktivitet projektues janë paraqitur, kujdeset dhe e ndihmon punën e arsimtarit që e realizon aktivitetin projektues, kështu që në fund të vitit e plotëson dokumentacionin e duhur pedagogjik. Kujdestari i klasës në fillim të vitit shkollor e kontrollon gjendjen në paralelen e tij, vallë të gjithë nxënësit posedojnë ose janë përfshirë në aktivitetet projektuese të caktuara, përkatësisht vallë a i plotësojnë obligimet sipas kërkesës të Planit mësimor për arsimimin gjimnazor.

Në qoftë se ekziston ndonjë mosmarrëveshje kujdestari i klasës duhet ta zgjidhë me ndihmën e drejtorit, prindërit dhe arsimtarin e lëndës. Duhet kushtuar kujdes që mos të bëhen që lëshimet të zgjidhen në fund të vitit shkollor sepse atëherë mund vetëm të improvizohet realizimi i aktiviteteve projektuese me të cilën nuk arrihen qëllimet. Aktivitetet projektuese sportive janë detyrë permanente gjatë tërë vitit.

5.5. Aktivitetet e drejtorëve

Drejtorët kujdesen për realizimin e tërësishëm të aktiviteteve programore sipas Planit mësimor në arsimimin gjimnazor. Sigurojnë kushte për realizimin e aktiviteteve projektuese sportive në shkollë dhe jashtë saj. I organizon bashkëpunëtorët profesional, kujdestarët e klasave dhe arsimtarët, i përcjell procedurat e tyre në organizimin dhe realizimin e aktiviteteve projektuese sportive.

Drejtori në qoftë se konstaton se nuk janë ruajtur bazat e aktivitetit projektues, ai mund të ndalojë aktivitet projektues sportiv. Kjo në veçanti ka të bëjë në qoftë se për aktivitetin projektues sportiv nevojiten mjete në të holla për të cilat prindërit nuk kanë dhënë pëlqimin e tyre.

I lejon grupet e formuara dhe programet individuale të aktiviteteve përkatës me Planin mësimor në arsimimin gjimnazor. I kontrollon planifikimet e përgatitura dhe programet projektuese të arsimtarëve. Kujdeset për angazhimin e arsimtarëve, kujdestarët e klasave dhe nxënësit.

5.6. Trajtim i programit të sportit dhe aktiviteteve sportive

Programi i sportit dhe aktiviteteve sportive me vendosjen e aktiviteteve projektuese merr funksion të zgjeruar. Njëherësh, sportet (atletikë, gjimnastikë, lojërat sportive etj) do të realizohen në shkollë në fondin e caktuar prej 2 orëve në javë në vitin e I dhe II, përderisa si projekte të aktiviteteve sportive do të trajtohen: aerobikë, fitness, alpinizëm, skijim, not, logorim-fushim, çiklizëm, tenis dhe ping-pong etj.

Në radhitjen e rregullt si edhe çdo lëndë tjetër mësimore vendoset edhe sporti shkollor. Aktivitetet projektuese sportive janë jashtë radhitjes javore, këto janë në fondin vjetor, arsimtari në marrëveshje me nxënësit dhe drejtorin të shkollës përgatit dinamikë për realizim.

6. Planifikimi i arsimtarit

STRUKTURA GLOBALE E PLANIFIKIMIT
TË AKTIVITETIT PROJEKTUES SPORTIV

TAKIME PROFESIONALE: ARSIMTAR-NXËNËS PLANIFIKOHET AKTIVITETI NË TËRËSI; BËHET STRUKTURA E PROJEKTIT ORËT.....
NXËNËSI INDIVIDUALISHT OSE NË GRUP E PUNON PROJEKTIN; SIGURON LITERATURË; HULUMTON;GRUMBULLON TË DHËNA; SHKRUAN PËR LËNDËN HULUMTUESE; KONSULTOHET;..... PËRGATIT PREZENTIMIN E PUNËS! ORËT.....
PREZENTIMI I PUNËS-MBROJTJE DISKUTIM ORËT.....
MARRËVESHJE PËR AKSION
AKSION PARAQITJE PRAKTIKE E AKTIVITETIT SPORTIV ORËT.....

GJITHSEJ: 35 ORË.....

7. Shembull i paraqitjes së fitnesit

Nxënësit tregojnë interesim të veçantë për aktivitetet e fitnesit e cila kontribuon për formësimin e trupit dhe mirëmbajtjen e vitalitetit të organizmit në tërësi. Lehtë dhe sigurtë organizohet nëse në gjimnaz ekzistojnë kushte për realizimin e aktiviteteve të fitnesit.

Qysh atëherë kur nxënësit përcaktohen për këtë aktivitet projektues, formohet grupi dhe fillohet me punë. Arsimtari paraqitës i mësimit të mentorit, i zbulon motivet, dëshirat dhe nevojat për fitnes aktivitetet e nxënësve e pastaj ai qaset drejtë aktiviteteve vijuese:

* Përgatit plan në tërësi (programon dhe planifikon) për 15 orë, definojnë se çka do të punojë me nxënësit, çfarë takime dhe aktivitete profesionale do të mbajë me nxënësit dhe me cilat përmbajtje, duhet t'i mësojë dhe zbatojë në realizimin e qëllimeve me projekt adekuat të fitnes aktiviteteve.

Që të jetë preciz në planifikimin e 15 orëve të tija me nxënësit, ai në bazë të interesimit të nxënësve iu ndihmon në krijimin e strukturës të aktiviteteve projektuese të fitnesit. Në këtë plan në bazë të interesimit të nxënësve mund të definojnë më shumë tema për përpilim, si: ndikimi i fitnes ushtrimeve të orbitrek të zemrës - sistemit të enëve; ndikimi i ushtrimeve për forcë të tarzan ballafaqimit, ndikimi i ushtrimeve për forcë me ngritjen e peshës, ushtrime për rritjen e forcës muskulore etj. Për ta motivuar nxënësin në temën e caktuar ai mund të parashtrojë çështje të caktuara që mund teoritikisht të përpunohen;

Çka është fitnesi, çfarë qëllime mund të realizohen me fitnes aktivitetet; cilat fitnes aktivitete ndikojnë në shëndetin; çfarë qëllime mund të arrihen me fitnes aktivitetet; çfarë kabinete të fitnesit ekzistojnë; çfarë arsyeshmërisht të fitnesit ekzistojnë etj.

* Për arsye të aktiviteteve të bujshme të fitnes aktiviteteve, arsimtari përmes bisedës me nxënësit duhet të marrë përgjigje nga nxënësit në pyetjet e parashtuara, kështu që në këto baza formon grupe homogjene sipas dëshirave të tija, përderisa dallohen nxënësit në dëshirat e tyre gjatë zgjedhjes së fitnes aktiviteteve, grupet sipas temave të cilat do t'i përpilojnë do të jenë heterogjene. Çdo nxënës duhet të hartojë detyrë projektuese, të përgjyqjet në pyetjen e temës së parashtuar.

* Disa prej nxënësve do të shprehin për të përforcuar grupe të caktuara të muskujve, disa t'i përforcojnë muskujt e barkut; disa të zhogëlojnë peshën trupore; disa t'i zhvillojnë muskujt e duarve; ta përmirësojnë pamjen e trupit; t'i shmangen shtresave të indyrshme të indeve dhe celulitit etj. Dëshirat janë të llojllojshme për dallim nga aparati lokomotorik; për arsimtarin parashihet detyrë serioze në planin profesional didaktiko-metodik.

* Ai iu jep detyra nxënësve që në mënyrë teorike të përpunohet fitnes aktiviteti projektues me të cilën në mënyrë anatomike do të punohet dhe nxënësit do të njohohen me muskujt që duhet aktivizuar dhe forcuar me fitnes ushtrimet. Për këtë

qëllim parashtrihen më shumë lloje komplekse të ushtrimeve për forcimin e muskujve të caktuar, prezentohen me rregullën e tyre të paraqitjes dhe dozimit.

- * Në bazë të nevojave të theksuara të treguara nga nxënësit në orën e dytë arsimtari së bashku me nxënësit i definojnë qëllimet të fitnes programeve për mini-grupe homogjene, për të cilat zgjedhen ushtrimet. Dmth, pas konfirmimit të motiveve dhe nevojave të nxënësve formohen mini-grupe homogjene e më pas për çdo grup definohen qëllimet; Për çdo grup veprohet me përgjegjësi.
- * Në bazë të qëllimeve të definuara dhe grupeve të caktuara , nxënësit e përpunojnë detyrën teorike të fitnes aktivitetit;
- * Arsimtari cakton një numër të caktuar të orës kur nxënësit individualisht punojnë në fitnes projektin; tregon takime profesionale dhe në fund në qoftë se është gati detyra e fitnes projektit organizohet për prezentim. Çdo nxënës është aktiv është aktiv në prezentim.
- * Arsimtari për paraqitjen teorike të komplekseve, në veçanti i shpie nxënësit se si të përgatiten- të pasionojë për ngarkimet fizike. e paraqet organizimin e punës në fitnes sallën me rend dite të shfrytëzimit të fitnes ushtrimeve. Më pas nxënësit individualisht i bëjnë ushtrimet.
- * Arsimtari atëherë kur do të jetë i sigurtë se nxënësit janë të aftë për punë të pavarur ai iu jep detyrë për disa orë të caktuara që vetë t'i bëjnë ushtrimet.
- * Në qoftë se nxënësit nuk mund t'i bëjnë ushtrimet vetë , arsimtari është i detyruar t'i përcjell dhe t'iu sqarojë ushtrimet; Cakton detyra përgjegjësve të grupeve. Bëhet evidenca e rregullshmërisë.
- * Arsimtari planifikon takime të posaçme për t'iu sqaruar dhe t'i shpiejë në mbajtjen e evidencës, përkatësisht mbajtjen e shënimit të portfolios.
- * Paraqitja praktike e fitnes aktivitetëve projektuese, atëherë kur të realizohet pjesa teorike mund të zhvillohet në faza.

Faza e parë; nxënësit punojnë nën kontrollën e arsimtarit; (3-5 orë), Faza e dytë; nxënësit të pavarur punojnë (3-5 orë) dhe Faza e tretë; relaksimi i ushtrimeve komplekse dhe kontrollimi i të arriturave. Kontrollimi ka të bëjë se a janë realizuar qëllimet e fitnes aktivitetëve projektuese.

Në kontrollimin, arsimtari mund të marrë edhe teste me të cilat do të shikohet dallimi nga gjendja filluese deri te ajo finale, të shihen efektet e ushtrimeve. Me nxënësit organizon diskutim profesional për aktivitetet e realizuara projektuese, prezentohen rezultatet prej 35 orëve punuese. Të arriturat - rezultatet nga aktivitetet projektuese sportive me nënshkrimin e tyre arsimtari i vërteton në vendin e duhur të shënimeve apo vërejtjeve.