

Врз основа на член 55 став 1 од Законот за организација и работа на органите на државната управа („Службен весник на Република Македонија“ бр. 58/00, 44/02, 82/08, 167/10 и 51/11) и член 22 став 1 од Законот за средното образование („Службен весник на Република Македонија“ бр. 44/95, 24/96, 34/96, 35/97, 82/99, 29/02, 40/03, 42/03, 67/04, 55/05, 113/05, 35/06, 30/07, 49/07, 81/08, 92/08, 33/10, 116/10, 156/10, 18/11, 42/11, 51/11, 6/12, 100/12, 24/13, 41/14, 116/14, 135/14, 10/15, 98/15, 145/15, 30/16, 127/16, 67/17 и 64/18), министерот за образование и наука ја донесе наставната програма по наставниот предмет *спорт и спортски активности* за I (прва) година образование од средното стручно образование со четиригодишно траење.

MINISTRIA E ARSIMIT DHE E SHKENCËS

BYROJA PËR ZHVILLIMIN E ARSIMIT



Program mësimor

SPORTI DHE AKTIVITETET SPORTIVE

dizajn modular

për vitin I

të gjitha profilet arsimore/kualifikimet

të gjitha drejtimet/sectorët

Shkup, viti 2019

Titulli i programit mësimor	Sporti dhe aktivitetet sportive
Lloji i programit mësimor	I obligueshëm
Vlera kreditore e programit mësimor	3 kredi ECVET ¹
Drejtimi	Të gjitha drejtimet
Sektori	Të gjitha sektorët
Profili arsimor	Të gjitha profilet arsimore
Titulli dhe niveli i kualifikimit	Të gjitha kualifikimet Niveli 4 (i katërt)
Viti shkollor	Viti I (i parë)
Numri i orëve në javë/vit për realizimin e programit mësimor	2 / 72
Qëllimet e programit mësimor	Nxënësi/nxënësja të: <ul style="list-style-type: none"> • njohë vlerat e sportit dhe aktiviteteve sportive, ndikimin e tyre pozitiv mbi organizmin, pasurimin kulturor dhe shpirtëror të personalitetit; • krijojë shprehi për sport të rregullt, mbajtjen e aftësive fizike, shëndetësore dhe të punës, të cilat do t'i shërbejnë për pushim aktiv në jetën e përditshme dhe profesionin e tyre të ardhshëm; • aftësohet duke zhvilluar lloje të ndryshme të aktiviteteve dhe ushtrimeve të ndërlikuara i pavarur dhe drejtë ta përgatisë organizmin për sport;

¹ Ligji për Kornizën Nacionale të Kualifikimeve.

	<ul style="list-style-type: none"> • zhvillojë aftësitë e përgjithshme dhe specifike karakteristike për sportin (sportet) e zgjedhur; • mësojë dhe përkryejë elementet sportive dhe teknike-taktike të sportit (sporteve) të zgjedhur; • fitojë njohuri, dituri dhe shkathtësi elementet teknike-taktike të mësuara nga sporti (sportet) i zgjedhur t'i shfrytëzojë me sukses në lojë, duke i respektuar rregullat; • fitojë kulturë për të bërë tifo dhe zhvillim pozitiv të raporteve psiko-sociale-komunikative para, gjatë dhe pas garës sportive; • aftësohet t'i respektojë normat etike sjelljen dhe zhvillimin e shpirtit sportiv-garues me dinjitet dhe sjellje sportive ndaj kundërshtarit (fair play).
<p>Njësitë modulare të programit mësimor</p>	<ul style="list-style-type: none"> • USHTRIMET PËR FORMËSIMIN E TRUPIT DHE LËVIZJET • ATLETIKA • GJIMNASTIKA SPORTIVE • BASKETBOLLI • VOLEJBOLLI • HENDBOLLI • FUTBOLLI <p>VËREJTJE: njësitë e dhëna modulare janë pa numër të caktuar të orëve për realizim nga shkaqet vijuese: -në të gjitha shkollat nuk ka kushte të njëjta hapësinore, materiale-teknike për realizimin e tyre. Prandaj, mund të rritet numri i orëve të njësisë modulare për të cilat ka kushte për punë. -në shkollën e mesme sportet (sporti) janë zgjedhore. Kjo do të thotë se, sportet (sporti) zgjidhen varësisht nga kushtet që i ka shkolla, nga dëshirat dhe interesat e nxënësve si dhe nga afiniteti i arsimtarit. Shkolla duhet të ofrojë së paku pesë sporte për të cilat ka kushte, ndërsa nxënësit në fillim të vitit shkollor, nëpërmjet anketës., mund të zgjedhin një ose më shumë nga sportet e ofruara. Viteve të ardhshme shkollore ajo zgjedhje mund të jetë e ndryshme. Nëse në shkollë nuk ka kushte për realizim të asnjërës nga njësitë modulare të lartpërmendura, atëherë arsimtari mund të planifikojë dhe realizojë sporte zgjedhore (pingpong, badminton, tenis, not, ski, alpinizëm etj.) si dhe sporte tjera që nuk janë theksuar, ndërsa në shkollë ka kushte për realizim.</p>
<p>Kushtet materiale-teknike dhe hapësinore</p>	<p>Për arritjen e qëllimeve të programit mësimor nevojiten kushtet vijuese hapësinore, materiale-teknike: sallë sporti sipas normave të parapara për hapësirë dhe terrene të jashtme për lojërat sportive të</p>

	parapara dhe atletikë, pajisjet atletike dhe rekuizite, konstruksione për lojëra sportive dhe topa adekuatë.
Normativi i kuadrit mësimor	Programin mësimor e realizojnë mësimdhënësit me studime të kryera në Kulturë fizike-drejtimi arsimor, VII/1 ose VIA sipas KMK dhe 240 ECTS.

Njësia modulare 1: USHTRIMET PËR FORMËSIMIN E TRUPIT DHE LËVIZJET				
Nr. rendor	Rezultatet nga të mësuarit	Përmbajtjet dhe nocionet	Aktivitetet dhe metodat	Kriteret e vlerësimit*
1	Nxënësi/nxënësja do të jetë i aftë të: - bëjë ushtrime për zgjatje, forcim dhe relaksim të gjitha pjesëve të trupit pa rekuizite;	-Tërësi ushtrimesh për zgjatje, forcim dhe relaksim të muskulaturës së gjithë trupit (kokës dhe qafës, duarve dhe zonës së supeve, trupit, kofshëve dhe këmbëve).	- Arsimtari sqaron dhe demonstroi ushtrime komplekse për formësimin e trupit dhe lëvizje pa rekuizite, e përcakton dozimin e tyre dhe tempon e realizimit. Pastaj, nxënësit në formacion të përcaktuar bëjnë ushtrime për formësim të trupit, ndërsa arsimtari i ndjek dhe korrigjon.	Nxënësi/nxënësja mund të: - përsërisë ushtrimet për formësim të trupit (pa rekuizite) me gabimet e demonstruara nga ana e arsimtarit; - drejtë t'i përsërisë ushtrimet për formësim të trupit (pa rekuizite) të demonstruara nga ana e arsimtarit; - pavarur dhe drejtë të bëjë ushtrime komplekse për formësimin e trupit (pa rekuizite).
2	- bëjë ushtrime për zgjatje, forcim dhe relaksim të gjitha pjesëve të	-Tërësi ushtrimesh për zgjatje, forcim dhe relaksim të	- Arsimtari sqaron dhe tregon tërësinë e ushtrimeve për	- përsërisë ushtrimet për formësim të trupit (me rekuizite) me gabime të

* Janë vendosur standarde/indikatore për arritjen e rezultateve nga të mësuarit në bazë të të cilave përcaktohen kriteret e vlerësimit.

	trupit me rekuizite;	muskulaturës së tërë trupit (kokës dhe qafës, duarve dhe zonës së supeve, trupit, kofshëve dhe këmbëve) me rekuizite.	formësimin e trupit dhe lëvizjet me rekuizite, e përcakton dozimin e tyre dhe tempon e ushtrimeve. Pastaj, nxënësit në formacion të përcaktuar i bëjnë ushtrimet për formësim me rekuizite, ndërsa arsimtari e përcjell aktivitetin e tyre dhe i korrigjon.	demonstruara nga ana e arsimtarit; - drejtë t'i përsërisë ushtrimet për formësim të trupit (me rekuizite) demonstruar nga ana e arsimtarit; - realizojë tërësi ushtrimesh për formësim të trupit (me rekuizite) në mënyrë të pavarur dhe të drejtë.
3	- bëjë ushtrime për zgjatje, forcim dhe relaksim për gjitha pjesët e trupit në rekuizite (ripstola-shpatullorja).	- Ushtrime, për zgjatje, forcim dhe çlirim të gjithë trupit (kokës dhe qafës, duarve dhe pjesës shpinore, trupit, kofshëve dhe këmbëve në rekuizite (ripstola).	- Arsimtari sqaron dhe tregon ushtrime për formësimin e trupit dhe lëvizjet në rekuizite (ripstola), e përcakton nivelin e dozimit dhe tempon e ushtrimeve. Pastaj, nxënësit i bëjnë ushtrimet për formësim në rekuizite (ripstola), ndërsa arsimtari i përcjell dhe korrigjon.	- përsërisë ushtrimet për formësimin e trupit (në rekuizite-ripstola) me gabime të demonstruara nga ana e arsimtarit; - përsërisë në mënyrë të drejtë ushtrimet për formësim të trupit (në rekuizite-ripstola) të demonstruar nga ana e arsimtarit; - të bëjë tërësi ushtrimesh për formësim të trupit (në rekuizite) në mënyrë të pavarur dhe të drejtë.

Njësia modulare 2: ATLETIKA				
Nr. rendor	Rezultatet nga të mësuarit	Përmbajtjet dhe nocionet	Aktivitetet dhe metodat	Kriteret e vlerësimit*
1	Nxënësi/nxënësja do të jetë i aftë të: - vrapojë në shtigje të shkurtra, në shtigje të gjata dhe vrapim me stafetë sipas rregullave;	- Vrapimi në shtigje të shkurtra-starti i ulët,	- Arsimtari sqaron dhe demonstroi stratin e ulët dhe vrapimin e rregullt, pastaj nxënësit bëjnë vrapim të shpejtë me start të ulët, ndërsa ai i përcjell aktivitetet e tyre.	Nxënësi/nxënësja mund të: - startojë dhe vrapojë me tempo të shpejtë, - startojë dhe vrapojë teknikisht në rregull me tempo të shpejtë, - të garojë në vrapim në shtigje të shkurtra.
		- Vrapimi në shtigje të gjata-starti i lartë	- Arsimtari sqaron dhe demonstroi startin e lartë dhe vrapimin e rregullt në shtigje të gjata, pastaj nxënësit demonstrojnë vrapim me start të lartë dhe vrapojnë në distanca të caktuara, ndërsa ai i përcjell aktivitetet e tyre.	- startojë dhe vrapojë me tempo të përshtatur. -vrapojë teknikisht në rregull me tempo të përshtatur. - garojë në vrap në shtigje të gjata.
		- Vrapimi me stafeta	- Arsimtari sqaron dhe demonstroi vrapim me stafeta, pastaj nxënësit bëjnë vrapim me	- startojë, ta dorëzojë dhe pranojë stafetën; - startojë dhe dorëzojë dhe pranojë në

* Janë vendosur standarde/indikatore për arritjen e rezultateve nga të mësuarit në bazë të të cilave përcaktohen kriteret e vlerësimit.

			stafeta, ndërsa arsimtari i përcjell aktivitetet e tyre.	mënyrë të drejtë stafetën - garojë në vrap me stafetë.
2	- kërcejë së gjati dhe së larti me zbatimin e teknikave dhe rregullave atletike kërcyese;	- Kërcim së gjati me teknikën e "shtangur dhe mbledhur"	- Arsimtari sqaron dhe demonstroi kërcimin së gjati duke përdorur metodën analitike, sintetike dhe të kombinuar të punës. Nxënësit në fillim në faza e realizojnë kërcimin së gjati, e pastaj demonstrojnë teknikën complete për kërcim së gjati.	- kërcejë së gjati me njërin nga teknikat e parapara duke pasur kujdes për të gjitha fazat e kërcimit; - kërcejë së gjati në mënyrë të rregullt me njërin nga teknikat e parapara duke pasur kujdes për gjitha fazat e kërcimit; - garojë në kërcim së gjati me zbatimin e njëres nga teknika.
		- Kërcimi së larti me teknikat "gërshërë dhe stredel"	- Arsimtari sqaron dhe demonstroi kërcim së larti duke përdorur metodën analitike, sintetike dhe të kombinuar të punës. Nxënësit në fillim në faza e realizojnë kërcimin së larti, e pastaj demonstrojnë teknikën complete për kërcim së larti.	- kërcejë së larti me njërin nga teknikat e parapara duke pasur kujdes për të gjitha fazat e kërcimit;; - kërcejë së larti në mënyrë të rregullt me njërin nga teknikat e parapara duke pasur kujdes për gjitha fazat e kërcimit;; - garojë në kërcim së larti me zbatimin e njëres nga teknika.
3	- hedhë gjyle me „teknikë shkollore dhe racionale“, duke respektuar rregullat.	- Hedhja e gjyles: „teknika shkollore dhe racionale“.	- Arsimtari sqaron dhe demonstroi hedhjen e gjyles me dy teknika, duke përdorur teknikën analitike, sintetike dhe të kombinuar të punës. Nxënësit në fillim në faza e realizojnë	- hedhë gjyle me njërin nga teknikat; - të hedhe në mënyrë të drejtë me njërin nga teknikat; - garojë ne hedhje të gjyles me njërin nga teknikat.

			hedhjen e gjyles, e pastaj demonstrojnë gjitha teknikat për hedhjen e gjyles.	
--	--	--	---	--

Njësia modulare 3: GJIMNASTIKA SPORTIVE				
Nr. rendor	Rezultatet nga të mësuarit	Përmbajtjet dhe nocionet	Aktivitetet dhe metodat	Kriteret e vlerësimit *
1	AKROBATIKA: Nxënësi/nxënësja do të jetë i aftë të: - realizon elemente gjimnastikore në dysheme.	- Rrotullim para	- Arsimtari e sqaron elementin dhe demonstroi duke përdorur metodën sintetike të punës, ndërsa nxënësit i ndjekin rregullat e punës dhe e realizojnë elementin.	Nxënësi/nxënësja mund të: - realizojë rrotullim para me asistencë; - vet të realizojë rrotullimin para; - vet dhe në mënyrë të drejtë të realizojë rrotullimin para.
		- Rrotullim (kapërdimi) mbrapa	- Arsimtari e sqaron elementin dhe demonstroi duke përdorur metodën sintetike dhe analitike të punës. nxënësit i ndjekin rregullat e punës dhe realizojnë para ushtrime që më lehtë t'i përvetësojnë elementin dhe ta realizojnë në tërësi.	- realizojë rrotullim mbrapa me asistencë; - vet të realizojë rrotullim mbrapa; - vet dhe në mënyrë të drejtë të realizojë rrotullim mbrapa.

* Janë vendosur standarde/indikatore për arritjen e rezultateve nga të mësuarit në bazë të të cilave përcaktohen kriteret e vlerësimit.

		<p>- Qëndrim në kokë</p>	<p>- Arsimtari e sqaron elementin dhe demonstroi duke përdorur metodën sintetike të punës.</p> <p>- Nxënësit i ndjekin rregullat e punës dhe realizojnë para ushtrime që më lehtë t'i përvetësojnë elementin dhe ta realizojnë në tërësi.</p>	<p>- të realizojë qëndrim në kokë me asistencë;</p> <p>- vet të realizojë qëndrim në kokë;</p> <p>- vet dhe në mënyrë të drejtë të realizojë qëndrim në kokë.</p>
		<p>- Qëndrim në duar</p>	<p>- Arsimtari e sqaron elementin dhe demonstroi duke përdorur metodën sintetike të punës..</p> <p>- Nxënësit i ndjekin rregullat e punës dhe realizojnë para ushtrime që më lehtë t'i përvetësojnë elementin.</p>	<p>- të realizojë qëndrim në duar me asistencë;</p> <p>- në mënyrë të drejtë dhe me asistencë të realizojë qëndrim në duar;</p> <p>- vet dhe në mënyrë të drejtë të realizojë qëndrim në duar.</p>
		<p>- Lëvizja anash (ylli)</p>	<p>- Arsimtari e sqaron elementin dhe demonstroi duke përdorur metodën sintetike, analitike dhe të kombinuar të punës.</p> <p>- Nxënësit i ndjekin rregullat e punës dhe realizojnë para ushtrime që më lehtë t'i përvetësojnë elementin, realizojnë elementin në faza dhe realizojë elementin në tërësi.</p>	<p>- realizojë lëvizjen anash (yllin) me asistencë;</p> <p>- realizojë pavarur lëvizjen anash (yllin);</p> <p>- realizojë pavarur dhe në mënyrë të drejtë lëvizjen anash (yllin).</p>

		- Përbërja e ushtrimeve në dysHEME	- Arsimtari sqaron dhe demonstroi përbërjen përbërje të ushtrimeve me më pak dhe më shumë elemente; - Nxënësit i ndjekin kahet për përbërjen e ushtrimeve sipas njohurive dhe aftësive të tyre.	- realizojë përbërjen e ushtrimeve me më pak se ½ e elementeve të mësuara në dysHEME; - realizojë përbërje të ushtrimeve me më shumë se ½ e elementeve të mësuara; - të realizojë përbërje të ushtrimeve nga gjitha elementet e mësuara në dysHEME.
2	PARALELJA: Nxënësi/nxënësja do të jetë i aftë të: - realizon elemente gjimnastikore në paralele,	- Luhatje me mbështetje	- Arsimtari e sqaron dhe demonstroi dhe e sqaron elementin. - Nxënësit i ndjekin kahet për punë dhe e realizojnë elementin.	- demonstroi luhatje me mbështetje më këmbë të mbledhura; - demonstroi luhatje me mbështetje me këmbë të hapura, me amplituda të mëdha.
		- Luhatje me kundërshtim dhe këmbë të hapura	- Arsimtari e sqaron dhe demonstroi elementin. - Nxënësit i ndjekin kahet për punë dhe e realizojnë elementin.	- demonstroi luhatje me mbështetje me këmbë të mbledhura dhe të hapura me asistencë; - demonstroi luhatje me kundërshtim me këmbë të lëshuara dhe realizojë qëndrimin me këmbë të hapura me asistencë; - demonstroi luhatje me kundërshtim me këmbë të lëshuara dhe qëndrim këmbë hapur me këmbë të lëshuara.

		<ul style="list-style-type: none"> - Ndal me supe në paralele 	<ul style="list-style-type: none"> - Arsimtari e sqaron dhe demonstroi elementin. - Nxënësit i ndjekin kahet e punës dhe e realizojnë ndaljen në supe. 	<ul style="list-style-type: none"> - të realizojë ndal me supe në paralele me këmbë të mbledhura dhe me asistencë; - të realizojë më asistencë ndal me supe në paralele me këmbë të lëshuara; - pavarur dhe teknikisht në rregull realizon ndaljen me supe në paralele.
		<ul style="list-style-type: none"> - Rrotullimi përpara në paralele 	<ul style="list-style-type: none"> - Arsimtari e sqaron dhe demonstroi elementin. - Nxënësit i ndjekin kahet e punës dhe e realizojnë elementin në tërësi. 	<ul style="list-style-type: none"> - realizojë rrotullim përpara në paralele me asistencë, nga ndalimi me supe; - pavarur të realizojë rrotullim përpara në paralele nga ndalimi në supe; - pavarur dhe teknikisht në rregull realizon rrotullimin përpara nga ndalimi me supe në paralele.
		<ul style="list-style-type: none"> - Kërcim mbrapa 	<ul style="list-style-type: none"> - Arsimtari e sqaron dhe demonstroi kërcimin mbrapa nga luhatja me kundërshtim në paralele. - Nxënësit i ndjekin kahet për punë dhe realizojnë elementin në tërësi. 	<ul style="list-style-type: none"> - realizojë kërcim mbrapa me këmbë të mbledhura dhe më asistencë nga luhatja me kundërshtim; - realizojë pavarur kërcim mbrapa me këmbë të mbledhura nga luhatja me kundërshtim; - realizojë pavarur dhe teknikisht në rregull kërcim mbrapa nga luhatja me kundërshtim.
		<ul style="list-style-type: none"> - Kërcimi përpara 	<ul style="list-style-type: none"> - Arsimtari e sqaron dhe nga luhatja me kundërshtim në paralele demonstroi 	<ul style="list-style-type: none"> - realizojë kërcim përpara me këmbë të mbledhura dhe me asistencë nga luhatja

			<p>kërcim përpara.</p> <p>- Nxënësit i ndjekin kahet dhe e realizojnë elementin në tërësi.</p>	<p>me kundërshtim në paralele;</p> <p>-realizojë pavarur kërcim përpara me këmbë të mbledhura nga luhatja me kundërshtim në paralele;</p> <p>-realizojë pavarur dhe teknikisht në rregull kërcim përpara nga luhatja me kundërshtim në paralele.</p>
		- Përbërja e ushtrimeve në paralele	<p>- Arsimtari sqaron dhe demonstroi përbërjen e ushtrimeve në paralele;</p> <p>- Nxënësit i ndjekin kahet për realizimin e përbërjes së ushtrimeve në paralele.</p>	<p>- demonstrojnë përbërjen e ushtrimeve në paralele me asistencë;</p> <p>-demonstrojnë pavarur përbërjen e ushtrimeve nga elementet e mësuara në paralele;</p> <p>- realizojë pavarur dhe teknikisht në rregull përbërjen e ushtrimeve nga elementet e mësuara në paralele.</p>
3	<p>BOSHTI: Nxënësi/nxënësja do të jetë i aftë të: - realizojë elemente gjimnastikore në bosht</p>	- Luhatja në bosht	<p>- Arsimtari e sqaron dhe demonstroi elementin.</p> <p>- Nxënësit i ndjekin kahet për punë dhe e realizojnë luhatjen në bosht.</p>	<p>- realizojë luhatjen në bosht me këmbë të mbledhura;</p> <p>-realizojë luhatje të drejtë në bosht me amplituda më të vogla;</p> <p>-realizojë luhatje të drejtë në bosht me amplituda të mëdha.</p>

		- Ngjitja në bosht	- Arsimtari e sqaron dhe demonstroi ngjitjen në bosht. - Nxënësit i ndjekin kahet për punë dhe realizojnë ngjitjen në bosht.	- realizojë ngjitjen në bosht me këmbë të mbledhura dhe me asistencë; - realizojë ngjitjen në bosht me asistencë me këmbë të lëshuara; - realizojë pavarur dhe teknikisht në rregull ngjitjen në bosht.
		- Rrotullimi mbrapa	- Arsimtari e sqaron dhe demonstroi rrotullimin mbrapa në bosht. - Nxënësit i ndjekin kahet e punës dhe realizojnë rrotullimin mbrapa.	- realizojë rrotullim mbrapa me këmbë të mbledhura dhe me asistencë; - realizojë rrotullim mbrapa me këmbë të lëshuara dhe me asistencë; - realizojë pavarur dhe teknikisht në rregull rrotullimin mbrapa.
		- Rrotullim përpara	- Arsimtari e sqaron dhe demonstroi rrotullimin përpara në bosht. Nxënësit i ndjekin kahet e punës dhe realizojnë rrotullim përpara.	- realizojë rrotullim përpara në bosht me këmbë të mbledhura dhe me asistencë; - realizojë rrotullim përpara në bosht me këmbë të lëshuara dhe me asistencë; - realizojë pavarur dhe teknikisht në rregull rrotullimin përpara.
		- Kërcim nga mbrapa	- Arsimtari e sqaron dhe demonstroi kërcimin mbrapa. - Nxënësit i ndjekin kahet për punë dhe realizojnë kërcim mbrapa.	- realizojë kërcim me këmbë të mbledhura dhe ndarje të parakohshme të duarve nga boshti; - realizojë kërcim mbrapa me këmbë të mbledhura me ndarje në kohë të duarve nga boshti; - realizojë kërcim mbrapa me këmbë të lëshuara dhe shkëputje në kohë të duarve nga boshti me amplitudë të

				madhe.
4	UNAZAT: Nxënësi/nxënësja do të jetë i aftë të: - realizojë elemente gjimnastikore në unaza.	- Varje dhe ndryshime të varjeve (varje nga përpara, varja e palosur, varja me kokë teposhtë dhe e prapme),	- Arsimtari i sqaron dhe demonstroi elementet në unaza një nga një. - Nxënësit i ndjekin kahet e punës dhe i realizojnë varjet në unaza me asistencë dhe pavarur.	- realizojë varje dhe ndryshime të varjeve në unaza me këmbë të mbledhura dhe me asistencë; - realizojë varje dhe ndryshime të varjeve me këmbë të lëshuara dhe me asistencë; - realizojë varje dhe ndryshime të varjeve në unaza pavarur dhe me këmbë të shtrira.
		- Lulatja përpara dhe mbrapa dhe kërcim mbrapa në unaza	- Arsimtari sqaron dhe demonstroi lulatje në unaza përpara dhe mbrapa dhe kërcim mbrapa. - Nxënësit i ndjekin kahet e punës dhe realizojnë lulatje në unaza përpara dhe mbrapa dhe kërcim mbrapa.	- të realizojë lulatje në unaza përpara dhe mbrapa me këmbë të mbledhura dhe me asistencë dhe kërcim mbrapa; - realizojë lulatje në unaza me këmbë të shtrira përpara dhe mbrapa me amplituda të vogla dhe kërcim mbrapa; - realizojë pavarur dhe teknikisht në rregull lulatje në unaza përpara dhe mbrapa me amplituda të mëdha dhe kërcim mbrapa me shkoputje në kohë të duarve nga unazat.

		- Lulatja	- Arsimtari sqaron dhe demonstroi lulatjen në unaza. - Nxënësit i ndjekin kahet e punës dhe realizojnë lulatje në unaza me asistencë të arsimtarit dhe pavarur.	- realizojë lulatje në unaza me këmbë të mbledhura dhe me asistencë; - realizojë lulatje në unaza me këmbë të shtrira dhe me amplituda të vogla; - realizojë pavarur dhe teknikisht në rregull lulatje në unaza me amplituda të mëdha.
5	MBI KËRCIMET: Nxënësi/nxënësja do të jetë i aftë të: - realizojë mbi kërcime mbi kalë me teknikat „stredel dhe shtangie“	- Mbi kërcimi mbi kalë me teknikën „stredel“	- Arsimtari sqaron dhe demonstroi mbi kërcim mbi kalë me teknikën „stredel“ me zbatimin e metodës sintetike dhe analitike të punës. - Nxënësit i ndjekin kahet për punë dhe realizojnë elementin në faza, pastaj në tërësi.	- realizojë mbi kërcim mbi kalë me teknikën „stredel“ me këmbë të mbledhura dhe me asistencë; - realizojë mbi kërcim mbi kalë me teknikën „stredel“ me këmbët e shtrira dhe me asistencë; - realizojë pavarur dhe teknikisht në rregull mbi kërcim me teknikën „stredel“.
		- Mbi kërcimi mbi kalë me teknikën „shtangur“	- Arsimtari sqaron dhe demonstroi mbi kërcim mbi kalë me teknikën „shtangur“ me zbatim të metodës sintetike dhe analitike të punës. - Nxënësit i ndjekin kahet për punë dhe realizojnë elementin në faza, pastaj në tërësi.	- realizojë mbi kërcim mbi kalë me teknikën „shtangur“ me këmbët e zgjatura dhe të hapura dhe me asistencë; - realizojë mbi kërcimin „shtangur“ me këmbë të mbledhura dhe me asistencë; - realizojë pavarur dhe teknikisht në rregull mbi kërcimin „shtangur“.

6	TRARI: Nxënësja do të jetë i aftë të: - realizojë elementet në trarin gjimnastikor, individualisht dhe në kompozim.	<p>- Kërcimi me një këmbë në trarin gjimnastikor.</p>	<p>- Arsimtari sqaron dhe demonstroi mbi kërcimin në trarin gjimnastikor me një këmbë dhe me hov.</p> <p>- Nxënëset i ndjekin kahet për punë dhe realizojnë kërcim në trarin për gjimnastikë me një këmbë dhe me hov.</p>	<p>- realizojë kërcim në trarin për gjimnastikë me një këmbë nga vendi dhe me asistencë;</p> <p>- realizojë kërcim në trarin gjimnastikor me një këmbë me hov dhe asistencë;</p> <p>- realizojë pavarur dhe teknikisht në rregull kërcim në trarin gjimnastikor me një këmbë me hov.</p>
		<p>- Ecja dhe ecja me gjunjëzim në trarin gjimnastikor</p>	<p>- Arsimtari sqaron dhe demonstroi ecjen dhe ecjen me gjunjëzim në trarin gjimnastikor.</p> <p>- Nxënëset nëpërmjet kaheve të dhëna realizojnë ecjen dhe ecjen me gjunjëzim në trarin gjimnastikor.</p>	<p>- realizojë ecjen dhe ecjen me gjunjëzim në trarin gjimnastikor me pozitë jo të drejtë të trupit dhe këmbëve;</p> <p>- realizojë ecjen dhe ecjen me gjunjëzim në trarin gjimnastikor me baraspeshë të prishur;</p> <p>- realizojë ecjen gjimnastike dhe ecjen me gjunjëzim në trarin gjimnastikor, në pozitë të balancuar dhe teknikisht në rregull.</p>
		<p>- Rrotullimi në trarin gjimnastikor për 180°</p>	<p>- Arsimtari sqaron dhe demonstroi rrotullim për 180° në trarin gjimnastikor.</p> <p>- Nxënëset nëpërmjet kaheve të dhëna për punë realizojnë rrotullimin për 180° në trarin gjimnastikor.</p>	<p>- realizojnë rrotullim në trarin gjimnastikor për 180° me këmbë të mbledhura dhe me asistencë dhe me lëvizje të pa vazhdueshme;</p> <p>- realizojë rrotullim në trarin gjimnastikor për 180° me shputa të drejtuara dhe lëvizje të pa vazhdueshme;</p> <p>- realizojë rrotullim në trarin gjimnastikor për 180° pavarur dhe</p>

			teknikisht në rregull.
	-Terezia e ballit në trarin gjimnastikor	- Arsimtari sqaron dhe demonstroi terezinë e ballit në trarin gjimnastikor. - Nxënëset i ndjekin kahet për punë dhe realizojnë terezinë e ballit në trarin gjimnastikor.	-realizojë terezinë e ballit në trarin gjimnastikor me këmbë të mbledhura, në pozitë të pa baraspeshës dhe me asistencë; -realizojë terezinë e ballit në trarin gjimnastikor me këmbë të shtrira pa asistencë në pozitë të pa baraspeshës; - realizojë terezinë e ballit në trarin gjimnastikor pavarur, teknikisht në rregull dhe në pozitë të baraspeshës.
	- Kërcimi me trup të mbledhur nga trari gjimnastikor,	- Arsimtari sqaron dhe demonstroi kërcim me trup të mbledhur me zbatimin e metodës analitike dhe sintetike për punë. - Nxënësit i ndjekin kahet për punë dhe realizojnë kërcim nga trari gjimnastikor me trup të mbledhur.	- realizojë kërcim nga trari gjimnastikor me trup të mbledhur me trup të drejtë dhe me kërcim jo të drejtë; - realizojë kërcim përfundimtar nga trari gjimnastikor me trup të mbledhur, me reflektim të pamjaftueshëm të lartësisë dhe më kërcim përfundimtar të drejtë; -realizojë kërcim nga trari gjimnastikor me trup të mbledhur dhe me teknike të drejtë, reflektim të lartë dhe kërcim përfundimtar të drejtë.
	- Realizimi i elementeve të mësuara në trarin gjimnastikor lidhur	- Arsimtari sqaron dhe demonstroi përbërjen e elementeve të mësuara në trarin gjimnastikor. - Nxënëset realizojnë përbërjen e	-demonstrojnë përbërjen e ushtrimit nga elementet e mësuara në trarin gjimnastikor me të meta teknike dhe me ritëm të ndërprerë;

		me kompozimin	ushtrimit nga elementet e mësuara në trarin gjimnastikor sipas instruksioneve të dhëna.	- demonstrojë përbërjen e ushtrimit të mësuar në trarin gjimnastikor me elemente të realizuara teknikisht drejtë me ritëm të ndërprerë; - demonstrojë përbërjen e ushtrimit nga elementet e mësuara në trarin gjimnastikor me elemente teknikisht drejtë të realizuara me ritëm të drejtë;
7	PARALELJA ME DY LARTËSI: Nxënësja do të jetë e aftë të: - - realizojë elemente gjimnastikore në paralelen me dy lartësi, individualisht dhe lidhur në kompozicion.	- Ngjitja në shtyllën e ulët të paraleles me dy lartësi me reflektimin me një këmbë,	- Arsimtari sqaron dhe demonstroi ngjitjen në shtyllën më të ulët me reflektim me një këmbë në paralelen me dy lartësi. - Nxënëset i ndjekin kahet për punë dhe realizojnë ngjitjen në shtyllën më të ulët, me reflektim me një këmbë në paralelen me dy lartësi.	- realizojë ngjitjen në paralelen me dy lartësi me reflektim me një këmbë dhe me këmbë të mbledhura; - realizojë ngjitje në shtyllën e ulët me reflektim me një këmbë në paralele me dy lartësi, me këmbë të shtrira dhe me asistencë; - realizojë pavarur dhe teknikisht në rregull ngjitje me reflektim me një këmbë në shtyllën e ulët të paraleles me dy lartësi.
		- Rrotullimi mbrapa nga kundërshtimi para, në shtyllën e ulët të paraleles me dy lartësi,	- Arsimtari sqaron dhe demonstroi rrotullimin nga kundërshtimi para në shtyllën e ulët të paraleles me dy lartësi, - Nxënëset i ndjekin kahet për punë dhe realizojnë rrotullim mbrapa nga kundërshtimi para, në paralelen me dy lartësi.	- realizojë rrotullim mbrapa nga kundërshtimi para, me këmbë të mbledhura dhe me asistencë; - realizojë rrotullim mbrapa nga kundërshtimi para, me këmbë të shtrira dhe me asistencë; - realizojë, pavarur dhe teknikisht në rregull rrotullimin mbrapa nga kundërshtimi para.

		<p>- Rrotullimi para nga kundërshtimi para, në shtyllën e ulët të paraleles me dy lartësi,</p>	<p>- Arsimtari sqaron dhe demonstroi rrotullimin para nga kundërshtimi para, në shtyllën e ulët të paraleles me dy lartësi. - Nxënëset i ndjekin kahet për punë dhe realizojnë rrotullim para nga kundërshtimi para, nga shtylla e ulët e paraleles me dy lartësi.</p>	<p>- realizojë rrotullimin para nga kundërshtimi para, në paralelen me dy lartësi, me këmbë të mbledhura dhe me asistencë; - realizojë rrotullimin para nga kundërshtimi para, me këmbë të shtrira dhe me asistencë; - realizojë pavarur dhe teknikisht në rregull rrotullimin para nga kundërshtimi para.</p>
		<p>- Realizimi i elementeve të mësuara në paralelen me dy lartësi lidhur me kompozicionin.</p>	<p>- Arsimtari sqaron dhe demonstroi nga elementet e mësuara në paralelen me dy lartësi. - Nxënëset realizojnë përbërjen e ushtrimit nga elementet e mësuara në paralelen me dy lartësi, sipas instruksioneve të dhëna.</p>	<p>- demonstrojnë përbërjen e ushtrimit nga elementet e mësuara në paralelen me dy lartësi, me mbajtje jo të drejtë të këmbëve dhe me asistencë; - demonstrojnë përbërjen e ushtrimit nga elementet e mësuara në paralelen me dy lartësi, me elemente të realizuara teknikisht drejtë dhe me asistencë; - nxënësja demonstroi përbërje të ushtrimit nga elementet e mësuara në paralelen me dy lartësi, pavarur dhe me elemente të realizuara teknikisht drejtë dhe me ritëm;</p>

Njësia modulare 4: BASKETBOLLI				
Nr. rendor	Rezultatet nga të mësuarit	Përmbajtjet dhe nocionet	Aktivitetet dhe metodat	Kriteret e vlerësimit *
1	Nxënësi/nxënësja do të jetë i aftë të: - realizojë elementet themelore nga basketbolli dhe të luajë basketboll duke respektuar rregullat e lojës .	- Udhëheqja e topit në mënyrë basketbollistike në vend dhe ë lëvizje dhe në drejtime të ndryshme me shpejtësi të ndryshme.	- Arsimtari gojarisht sqaron dhe demonstroi udhëheqjen e topit në vend dhe në lëvizje, në drejtime të ndryshme dhe me shpejtësi të ndryshme. - Nxënësit i ndjekin udhëzimet për punë, e udhëheqin topin në vend dhe në lëvizje, në drejtime të ndryshme dhe me shpejtësi të ndryshme, me rritje permanente të shpejtësisë.	Nxënësi/nxënësja mund të: - udhëheqë topin vetëm me një dorë në vend dhe në lëvizje në ecje dhe vrapim të lehtë; - udhëheqë drejtë topin reciprokisht me dy duar në vend dhe në lëvizje në drejtime të ndryshme dhe me shpejtësi të madhe; - udhëheqë topin reciprokisht me dy duar në drejtime të ndryshme me kundërshtar aktiv dhe me sukses e zbaton në lojë.
		- Pasimet dhe pranimet themeloret topit në basketboll.	- Arsimtari gojarisht sqaron dhe demonstroi pasimet dhe pranimet themelore të topit në vend dhe në lëvizje; -Nxënësit i ndjekin udhëzimet për punë dhe në forma dhe aktivitete të ndryshme realizojnë pasimet dhe pranimet themelore të topit në vend dhe në lëvizje.	- realizojë pasime dhe pranime themelore të topit; - realizojë sipas rregullave pasimet dhe pranimet themelore të topit; - realizojë me sukses dhe drejtë pasimet dhe pranimet themelore të topit në kushte të lojës.

* Janë vendosur standarde/indikatore për arritjen e rezultateve nga të mësuarit në bazë të të cilave përcaktohen kriteret e vlerësimit.

		<p>- Gjuajtja në kosh.</p>	<p>- Arsimtari gojarisht komunikon dhe demonstroi gjuajtjen në kosh nga pozitat e ndryshme. - Nxënësit i ndjekin udhëzimet për punë, realizojnë në ecje dhe vrapim udhëheqjen e topit, realizojnë ushtrime për përvetësim më të lehtë të elementit, e mësojnë elementin nëpër faza, realizmi i elementit në tërësi.</p>	<p>- realizojnë gjuajtjen në kosh nga vendi; - realizojnë gjuajtjen në kosh në kërcim; - realizojnë gjuajtjen në kosh nga pozicione të ndryshme dhe me sukses e zbatojnë në kushte të lojës.</p>
		<p>- Dyhapëshi në basketboll</p>	<p>- Arsimtari gojarisht sqaron dhe demonstroi dyhapëshin e basketbollit me zbatimin e metodës analitike dhe sintetike të punës. - Nxënësit i ndjekin udhëzimet për punë dhe me anë të ushtrimeve adekuate e realizojnë dyhapëshin e basketbollit, në fillim në faza, e pastaj me teknikën e tërësishme.</p>	<p>- realizojnë dyhapëshin e basketbollit pa udhëheqje me topin; - realizojnë dyhapëshin e basketbollit me udhëheqje; - realizojnë drejtë dyhapëshin me kundërshtar aktiv.</p>
		<p>- Pivotimi</p>	<p>- Arsimtari gojarisht sqaron dhe demonstroi pivotimin. - Nxënësit i ndjekin udhëzimet për punë dhe realizojnë pivotimin.</p>	<p>- realizojnë pivotimin me kundërshtar pasiv; - realizojnë pivotimin me lojtarë gjysmë aktiv; - realizojnë pivotim dhe me sukses zbatojnë në kushte të lojës.</p>

		<ul style="list-style-type: none">- Loja në një dhe dy kosha me zbatimin e elementeve të mësuara	<ul style="list-style-type: none">- Arsimtari gojarisht sqaron, ua tregon rolet lojtarëve në mbrojtje dhe sulm dhe i korigjon gjatë lojës me zbatim të rregullave.- Nxënësit i ndjekin udhëzimet për punë , i marrin pozitat e tyre në mbrojtje dhe sulm dhe luajnë basketboll me respektim të rregullave.	<ul style="list-style-type: none">- realizojë disa nga elementet e mësuara në kushte loje;- zbatoje të gjitha elementet e mësuara në kushte loje;- zbatojë gjitha elementet e mësuara në kushte loje dhe bën zgjedhe të drejtë të elementeve në situatë të caktuar.
--	--	--	---	---

Njësia modulare 5: HENDBOLLI				
Nr. rendor	Rezultatet nga të mësuarit	Përmbajtjet dhe nocionet	Aktivitetet dhe metodat	Kriteret e vlerësimit *
1	<p>Nxënësi/nxënësja do të jetë i aftë të:</p> <ul style="list-style-type: none"> - realizojë elementet themelore të hendbollit dhe të luajë hendboll me respektim të rregullave të lojës. 	<ul style="list-style-type: none"> - Pasimet dhe pranimet themelore të topit 	<ul style="list-style-type: none"> - Arsimtari gojarisht sqaron dhe demonstroi pasimin dhe pranimin e topit në vend dhe në lëvizje dhe i vendos format, strukturën dhe principet për punë - Nxënësit i ndjekin kahet për punë, realizojnë ushtrime për përvetësim më të lehtë të elementit, e realizojnë elementin me kundërshtar pasiv, gjysmë aktiv dhe aktiv dhe i zbatojnë kushtet e lojës. 	<p>Nxënësi/nxënësja mund të:</p> <ul style="list-style-type: none"> - pasojë dhe pranojë topin në vend; - pasojë dhe pranojë topin në lëvizje; - pasojë dhe pranojë topin me kundërshtar aktiv.

* Janë vendosur standarde/indikatore për arritjen e rezultateve nga të mësuarit në bazë të të cilave përcaktohen kriteret e vlerësimit.

		<p>- Udhëheqja e topit</p>	<p>- Arsimtari gojarisht komunikon dhe demonstroi udhëheqjen hendbollistike të topit në vend dhe në lëvizje dhe i vendos format, strukturën dhe principet e punës. - Nxënësit i ndjekin kahet për punë, realizojnë ushtrime për përvetësim më të lehtë të elementit, e realizojnë elementin me kundërshtar pasiv, gjysmë aktiv dhe aktiv, e zbatojnë elementin në kushte të lojës.</p>	<p>- udhëheqë topin në vend dhe lëvizje pa kundërshtar; -udhëheqë topin drejtë me kundërshtar gjysmë aktiv; - udhëheqë topin drejtë me kundërshtar aktiv</p>
		<p>- Gjuajtje në gol me hap përpara</p>	<p>- Arsimtari gojarisht sqaron dhe demonstroi gjuajtjen në gol me hap përpara dhe i vendos format, strukturat dhe principet për punë - Realizon ushtrime për përvetësim më të lehtë të elementit, e realizon elementin pa kundërshtar dhe me kundërshtar pasiv, gjysmë aktiv dhe aktiv. I zbatojnë elementet në kushte loje.</p>	<p>- gjuajë në gol me hap përpara, pa koordinim; - gjuajë në gol me hap përpara në mënyrë të rregullt; - gjuajë në gol me hap përpara, teknikisht në rregull në kushte të mbrojtjes aktive.</p>

		<p>- Gjuajtja në gol nga pozita anësore</p>	<p>- Arsimtari gojarisht sqaron dhe demonstroi gjuajtjen në gol nga pozita anësore dhe i vendos metodat e golit nga pozita, format, strukturën dhe principet për punë. - Nxënësit i ndjekin kahet për punë, realizojnë ushtrime për përvetësim më të lehtë të elementit, e realizojnë elementin pa kundërshtarë, kundërshtarë gjysmë aktiv dhe aktiv. E zbatojnë elementin në kushte loje.</p>	<p>- gjuajë në gol nga pozita anësore; - gjuajë në gol nga pozita anësore sipas rregullës me rritjen e këndit të gjuajtjes; - gjuajë drejtë në gol nga pozita anësore me mbrojtje aktive.</p>
		<p>- Gjuajtje në gol nga pozita e sulmuesit rrethor</p>	<p>- Arsimtari gojarisht sqaron dhe demonstroi gjuajtje në gol nga pozita e sulmuesit rrethor dhe i vendos format, strukturat dhe principet e punës. - Nxënësit i ndjekin kahet për punë, realizojnë ushtrime dhe aktivitete për përvetësim më të lehtë të elementit, e realizojnë gjuajtjen në gol nga pozita e sulmuesit rrethor me rrotullim, rënie të lirë dhe me kundërshtar pasiv dhe aktiv, - E zbaton elementin në kushte loje.</p>	<p>- gjuajë në gol nga pozita e sulmuesit rrethor me rrotullim për 90° ; - gjuajë në gol nga pozita e sulmuesit rrethor me rrotullim për 180° dhe kërcim; - gjuajë në gol nga pozita e sulmuesit rrethor me rrotullim për 180° me rënie.</p>

		<p>- Kërcim-gjuajtje në lartësi</p>	<p>- Arsimtari gojarisht sqaron dhe demonstroi kërcim- gjuajtje në lartësi nga pozita e mbrojtësit dhe qendrës i vendos metodat format, strukturat dhe principet e punës. - Nxënësit i ndjekin kahet për punë, realizojnë ushtrime dhe aktivitetet për përvetësim më të lehtë të elementit, e realizojnë gjuajtjen në gol me kërcim në lartësi nga pozita e mbrojtjes dhe qendrore në faza, e pastaj me teknikë të kompletuar lirë, nëpërmjet mbrojtjes pasive dhe aktive. - E zbaton elementin në kushte loje.</p>	<p>- demonstrojë kërcim-gjuajtje në lartësi pa kundërshtar; - demonstrojë kërcim-gjuajtje në lartësi me kundërshtarë gjysmë aktiv; - demonstrojë kërcim-gjuajtje në lartësi me kundërshtar aktiv dhe në kushte loje;</p>
		<p>- Kërcim-gjuajtje në thellësi</p>	<p>- Arsimtari gojarisht sqaron dhe demonstroi kërcim-gjuajtje në thellësi nga pozita e mbrojtësit dhe pozita qendrore dhe i vendos metodat,format, strukturat dhe principet e punës. - Nxënësit i ndjekin kahet për punë, realizojnë ushtrime dhe aktivitetet për përvetësim më të lehtë të elementit, realizojnë gjuajtje në gol me kërcim në thellësi nga pozita e mbrojtësit dhe qendrore në faza, e pastaj me teknikë të kompletuar lirë, nëpërmjet mbrojtjes pasive dhe aktive. - E zbatojnë elementin edhe në lojë.</p>	<p>- demonstrojë kërcim-gjuajtje në gol në thellësi pa kundërshtar; - demonstrojë kërcim-gjuajtje në gol në thellësi me kundërshtar gjysmë aktiv; - demonstrojë kërcim-gjuajtje në gol në thellësi me kundërshtarë dhe aktiv në kushte loje.</p>

		<p>- Mbrojtja e zonës 6:0</p>	<p>- Arsimtari gojarisht sqaron dhe demonstroi mbrojtjen e zonës dhe i vendos format, strukturat dhe principet e punës.</p> <p>- Nxënësit i ndjekin kahet për punë, realizojnë ushtrime për përvetësim më të lehtë të mbrojtjes së zonës me sulm pasiv, gjysmë aktiv dhe aktiv. E zbatojnë elementin edhe në lojë.</p>	<p>- vendoset dhe lëvizet në mbrojtje zonale;</p> <p>- vendoset dhe lëvizet në mbrojtjen zonale 6:0 duke mbuluar me kohë hapësirën;</p> <p>- zbatohet me sukses mbrojtjen zonale 6:0 në lojë.</p>
--	--	-------------------------------	--	---

Njësia modulare 6: VOLEJBOLLI				
Nr. rendor	Rezultatet nga të mësuarit	Përmbajtjet dhe nocionet	Aktivitetet dhe metodat	Kriteret e vlerësimit *
1	<p>Nxënësi/nxënësja do të jetë i aftë të:</p> <ul style="list-style-type: none"> - realizojë elementet themelore të volejbollit dhe të luajë volejbolll me respektim të rregullave të lojës. 	<ul style="list-style-type: none"> - Refuzimi i topit me gishta 	<ul style="list-style-type: none"> - Arsimtari gojarisht sqaron dhe demonstroi refuzimin e topit me gishta. I vendos principet, format dhe strukturat e punës. - Nxënësit i ndjekin kahet për punë, realizojnë ushtrime për përvetësim më të lehtë të elementit realizojnë, realizojnë refuzim të topit me gishta pa rrjetë, mbi rrjetë dhe mbi rrjetë në distancë më të madhe dhe në drejtime të ndryshme. E zbaton elementin edhe ne kushte loje. E zbaton elementin edhe ne kushte loje 	<p>Nxënësi/nxënësja mund të:</p> <ul style="list-style-type: none"> - refuzojë topin me gishta me gabime; - refuzojë drejtë topin me gishta; - realizojë drejtë refuzimin e topit me gishta në të gjitha drejtimet.

* Janë vendosur standarde/indikatore për arritjen e rezultateve nga të mësuarit në bazë të të cilave përcaktohen kriteret e vlerësimit.

		<p>- Refuzimi topit me parakrahë</p>	<p>- Arsimtari gojarisht sqaron dhe demonstroi refuzimin e topit me parakrahë. I vendos principet, format dhe strukturat e punës.</p> <p>- Nxënësit i ndjekin kahet për punë, realizojnë ushtrime për përvetësim më të lehtë të elementit realizojnë, realizojnë refuzim të topit me parakrahë pa rrjetë, mbi rrjetë dhe mbi rrjetë në distancë më të madhe dhe në drejtime të ndryshme. E zbaton elementin edhe në kushte loje.</p>	<p>- refuzojë topin me parakrahë me gabime</p> <p>- refuzojë drejtë topin me parakrahë;</p> <p>- realizojë me sukses pranimin e topit me parakrahë në të gjitha drejtimet.</p>
		<p>- Teknika shkollore e servisit (servisi i ulët)</p>	<p>- Arsimtari gojarisht sqaron dhe demonstroi teknikën shkollore të servisit. I vendos principet, format dhe strukturat e punës.</p> <p>- Nxënësit i ndjekin kahet për punë, realizojnë ushtrime për përvetësim më të lehtë të elementit, realizojnë teknikën shkollore të servilit pa rrjeta në distancë më të shkurtër, mbi rrjetë në distancë më të madhe. E zbatojnë elementin në lojë.</p>	<p>- realizojë teknika shkollore të servilit pa rrjetë;</p> <p>- realizojë drejtë teknikën shkollore të servisit nga distanca e rrjetës;</p> <p>- realizojë drejtë teknikën shkollore nga vija themelore.</p>

		<p>- Servisi tenisor (servisi i lartë)</p>	<p>- Arsimtari gojarisht sqaron dhe demonstroi servisin tenisor. I vendos principet, format dhe strukturat e punës.</p> <p>- Nxënësit i ndjekin kahet për punë, realizojnë ushtrime për përvetësim më të lehtë të elementit, realizojnë servilin tenisor pa rrjetë në distancë më të vogël, mbi rrjetë dhe mbi rrjetë në distanca më të mëdha.</p> <p>E zbatojnë elementin në lojë.</p>	<p>- realizojnë servisin tenisor pa rrjetë;</p> <p>- realizojnë servisin tenisor nga distanca e shkurtuar e rrjetit;</p> <p>-realizojë drejtë servisin tenisor nga vija themelore.</p>
		<p>- Goditja e fortë e topit</p>	<p>- Arsimtari gojarisht sqaron dhe demonstroi goditjen e fortë të topit. I vendos principet, format dhe strukturat e punës.</p> <p>- Nxënësit i ndjekin kahet për punë, realizojnë ushtrime për përvetësim më të lehtë të elementit, realizojnë goditjen e fortë të topit pa dhe mbi rrjetë. E zbatojnë elementin në lojë.</p>	<p>- të realizojë goditje të fortë të topit pa rrjetë nga vendi;</p> <p>- realizojë drejtë goditje të fortë të topit mbi rrjetën e ulët me kërcim;</p> <p>- realizojë drejtë goditjen e fortë të topit mbi bllok.</p>

		<p>- Bllokimi i topit</p>	<p>- Arsimtari gojarisht sqaron dhe demonstroi bllokimin e topit. I vendos parimet, format dhe strukturat e punës.</p> <p>- Nxënësit i ndjekin kahet për punë, realizojnë ushtrime për përvetësim më të lehtë të elementit, realizojnë bllok pa dhe mbi rrjetë. E zbatojnë elementin edhe në lojë.</p>	<p>- vendoset në bllok individual të rrjetës; -vendoset drejtë në bllokun e rrjetës; -realizojë me sukses bllok të rrjetës së topit të goditur fortë.</p>
		<p>- Loja në rrjetë</p>	<p>-Arsimtari gojarisht sqaron dhe demonstroi vendosjen e lojtarëve në terrenin e volejbollit. I vendos format, strukturat dhe principet e punës</p> <p>-Nxënësit i ndjekin kahet për punë, e zbatojnë elementin në lojë, realizojnë ushtrime për vendosje më të lehtë të lojtarëve në terrenin e volejbollit dhe lojë me rregulla.</p>	<p>- zbatojë në lojë disa nga elementet e mësuara; - realizojë drejtë në lojë disa nga elementet e mësuara; - zbatojë drejtë dhe me sukses në lojë të gjitha elementet e mësuara.</p>

Njësia modulare 7: FUTBOLLI				
Nr. rendor	Rezultatet nga të mësuarit	Përmbajtjet dhe nocionet	Aktivitetet dhe metodat	Kriteret e vlerësimit *
1	Nxënësi/nxënësja do të jetë i aftë të: - realizojë elementet themelore të futbollit me respektim të rregullave të lojës.	- Udhëheqja e topit me pjesën e sipërme, brendshme dhe jashtme të shputës.	- Arsimtari sqaron dhe demonstroi udhëheqjen e topit me pjesën e sipërme të brendshme dhe të jashtme të shputës, i vendos format, strukturat dhe principet për punë. - Nxënësit i ndjekin kahet për punë, realizojnë ushtrime dhe aktivitetet për përvetësimin dhe përmirësimin e udhëheqjes së topit me kundërshtar pasiv, gjysmë aktiv dhe aktiv.	Nxënësi/nxënësja mund të: - udhëheqë topin me pjesën e sipërme, brendshme dhe të jashtme të shputës, me të dyja këmbët; - drejtë ta udhëheqë topin me pjesën e sipërme, brendshme dhe jashtme të shputës, me të dy këmbët; - udhëheqë drejt topin dhe me sukses zbatojë në kushte të lojës.
		- Pasimi dhe pranimi i topit me pjesën e sipërme, brendshme dhe të jashtme të shputës.	- Arsimtari sqaron dhe demonstroi pranimin dhe pasimin e topit dhe i vendos principet, strukturën dhe format e punës. - Nxënësit i ndjekin kahet për punë, realizojnë ushtrime për përvetësimin dhe përmirësimin e pranimit dhe pasimit të topit me kundërshtar pasiv gjysmë aktiv dhe aktiv.	- pasojë dhe pranojë topin me pjesën e sipërme, brendshme dhe jashtme të shputës; - pasoj dhe pranojë drejtë topin me pjesën e sipërme, brendshme dhe jashtme të shputës; - pasojë dhe pranojë drejtë topin me pjesën e sipërme, brendshme dhe jashtme të shputës në kushte loje.

* Janë vendosur standarde/indikatore për arritjen e rezultateve nga të mësuarit në bazë të të cilave përcaktohen kriteret e vlerësimit.

		<p>- Gjuajtja në gol me pjesën e sipërme, brendshme dhe jashtme të shputës.</p>	<p>- Arsimtari gojarisht komunikon dhe demonstroi gjuajtje në gol me pjesën e sipërme, brendshme dhe jashtme të shputës dhe i vendos principet, strukturën dhe format e punës. - Nxënësit i ndjekin kahet për punë, realizojnë aktivitete për përvetësimin dhe përmirësimin e gjuajtjes.</p>	<p>- gjuajë në gol me pjesën e sipërme, brendshme dhe jashtme të shputës; - gjuajë drejtë në gol me pjesën e sipërme , brendshme dhe jashtme të shputës me të dyja këmbët; -gjuajë drejtë në gol me pjesën e sipërme, brendshme dhe jashtme të shputës në kushte loje.</p>
		<p>- Gjuajtja në gol me kokë, e pjesë të ndryshme të kokës në mënyra të ndryshme.</p>	<p>- Arsimtari gojarisht komunikon dhe demonstroi gjuajtje me kokë në gol dhe i vendos principet, struktura dhe format e punës. - Nxënësit i ndjekin kahet për punë, realizojnë ushtrime dhe aktivitetet për përvetësimin dhe përmirësimin e gjuajtjes me kokë.</p>	<p>- gjuajë në gol me kokë nga vendi; - gjuajë në gol me kokë në kërcim; - gjuajë në gol me kokë në kërcim dhe zbatojë me sukses në kushte loje.</p>

		- Loja e futbollit në dy gola.	- Arsimtari gojarisht sqaron dhe demonstroi vendosjen e lojtarëve në mbrojtje dhe sulm dhe i vendos principet, strukturën dhe format e punës. - Nxënësit i ndjekin kahet për punë, realizojnë ushtrime dhe aktivitetet për vendosje në mbrojtje dhe sulm dhe luajnë në dy gola.	- zbatojë në lojë disa nga elementet e mësuara; - realizojnë drejtë në lojë disa nga elementet e mësuara; - zbatojnë në lojë, drejtë dhe me sukses të gjitha elementet e mësuara.
--	--	--------------------------------	--	---

Vlerësimi i arritjeve të nxënësve	<ul style="list-style-type: none"> - Vlerësimi i arritjeve të nxënësve do të realizohet me notë numerike (prej 1 deri 5); - Nëpërmjet vlerësimit diagnostik do të shqyrtohet dhe konstatohet gjendja fillestare e nxënësit (dituritë, aftësitë psikike-fizike dhe shkathtësitë); - Për vlerësimin e arritjeve të nxënësve do të përdoren instrumentet përkatëse për vlerësim (listat kontrolluese, listat e evidencës etj.).
Literatura dhe burimet e tjera	Teksti/tekstet mësimore të miratuara nga Ministria e Arsimit dhe Shkencës, si dhe burime tjera për mësim.
Fillimi i zbatimit të programit mësimor	Viti shkollor 2019/2020
Institucioni/ Bartësi i programit	Byroja për Zhvillimin e Arsimit (BZHA)

<p>Потпис и датум на донесување на наставната програма</p>	<p>бр. 13-4390/20 11.6.2019 година</p> <p style="text-align: right;">МИНИСТЕР, с.р. Dr. Arbër Ademi</p> <hr/>
<p>Датум на ревизија</p>	