

8

UDHËZUESI I MËSIMDHËNËSIT PËR

ZHVILLIMI PERSONAL

PËR KLASËN E 8-TË



Ky botim është zhvilluar si pjesë e projekteve zvicerane të Departamentit për projektet ndërkombëtare për edukimin, në Universitetin e Përgatitjes së Mësimdhënësve në Cyrih, i cili edhe koordinoi botimin, hartimin dhe redaktimin e të gjitha materialeve.

Pjesë të këtij manuali të sapo zhvilluar janë frymëzuar nga materialet mësimore të projekteve ndërkombëtare të departamentit IPE të Universitetit e Përgatitjes së Mësimdhënësve në Cyrih (PUNB, FYTY, CORE, Demokracia e gjallë). Ato mund të gjenden në ipe-textbooks.phzh.ch.

Ky botim u mbështet nga Fondi i Komunitetit të Kantonit të Cyrihut (Zvicër).



Kanton Zürich
Gemeinnütziger Fonds

Autorët

Corinna Borer
Peter Holzwarth
Martin Keller
Wiltrud Weidinger

Përkthyes

Qendra për Arsim e Kosovës

Editor

Qendra për Arsim e Kosovës

Dizajni grafik

Nadine Hugi

Botuar në 2021

Universiteti i Përgatitjes së Mësimdhënësve në Cyrih,
Projektet Ndërkombëtare në Edukim (IPE)

phzh.ch/ipe
ipe-textbooks.phzh.ch



Të gjitha të drejtat e rezervuara. Asnjë pjesë e këtij botimi nuk mund të përkthehet, riprodhohet ose transmetohet në asnjë formë ose mjet, elektronik ose mekanik, përfshirë fotokopjimin, regjistrimin apo ruajtjen e informacioneve, pa leje paraprake të shkruar nga Fondi i Komunitetit të Kantonit Cyrih – Departamenti për Financat, i cili është pronari i vetëm i këtij botimi. Kjo vlen në të gjithë botën.

UDHËZUESI I MËSIMDHËNËSIT PËR ZHVILLIMI PERSONAL PËR KLASËN E 8-TË

Udhëzimet e përgjithshme pedagogjike	2
Çka janë shkathtësitë për jetë në zhvillimin personal?	2
Shkathtësitë për zhvillim personal si pjesë përbërëse e shkollës dhe jetës	2
Si organizohen shkathtësitë e ndryshme?	4
Si duhet t'i përdori modulet?	5
Cili është roli im si mësimitdhënës?	5
Si është i strukturuar udhëzuesi?	6
Cilat materiale shtesë mund t'i përdori?	6
Ku e regjistrojnë nxënësit punën e tyre?	6
Si vlerësohen nxënësit?	7
Si e vlerësoj mësimitdhënien time?	7
Si përfshihen prindërit në lëndën e zhvillimit personal?	7
Literatura	8
Udhëzuesi i mësimitdhënësit për zhvillimi personal për klasën e 8-të	9
Moduli 1 - Vetë-njohja dhe njohja e të tjerëve	15
Moduli 2 - Sigurimi i cilësisë së jetës	25
Moduli 3 - Stilet e jetës së shëndetshme	35
Moduli 4 - Dizajnimi i karrierave personale dhe zhvillimi i mendësisë ndërmarrëse	45
Moduli 5 - Siguria personale	55

UDHËZIMET E PËRGJITHSHME PEDADOGJIKE

«Udhëzuesi i mësimdhënësit për zhvillimi personal për klasën e 8-të» është udhëzues për mësimdhënësit të cilët ua mësojnë nxënësve të tyre shkathtësitë për jetë dhe ato të zhvillimit personal. Manuali fokusohet në mënyrat si të mësohen shkathtësitë perkatese që janë të nevojshme për zhvillimin e nxënësve të shëndetshëm në aspekt fizik dhe mendor, si dhe përkrah zhvillimin e identitetit të tyre personal. Këto shkathtësi dhe kompetenca për jetë i përfshijnë edhe shkathtësitë të cilat u nevojiten fëmijëve dhe adoleshentëve në situata të ndryshme në shkollë dhe jetë, e të cilat do ti hasin si tash, po ashtu edhe në të ardhmen, si në jetën private ashtu edhe në atë profesionale.

Cilat janë shkathtësitë për jetë në zhvillim personal?

Shkathtësitë për jetë përfshijnë kompetencat dhe shkathtësitë nga sfera të ndryshme të zhvillimit të personalitetit. Ato përfshijnë:

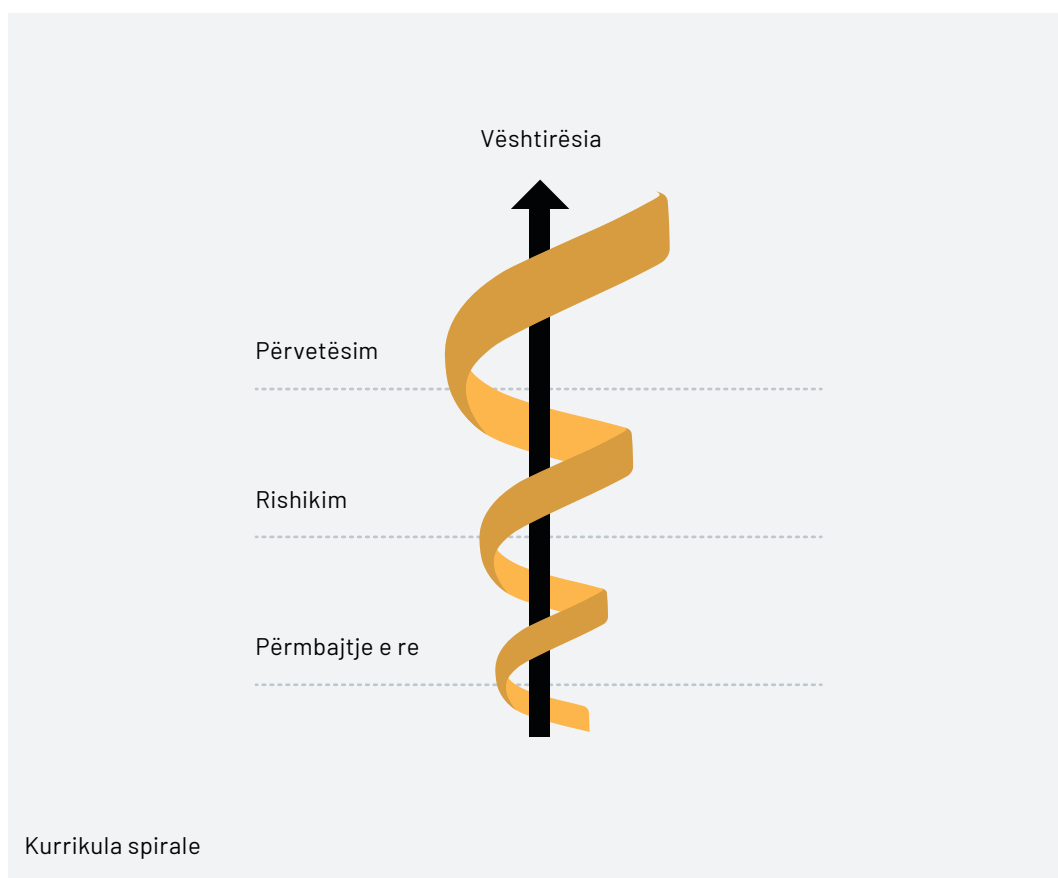
- **Shkathtësi kognitive** si shkathtësi për zgjidhjen e problemeve, shkathtësi të menduarit kreativ, shkathtësi të menduarit kritik dhe shkathtësi meta-kognitive;
- **Shkathtësi sociale** si shkathtësi komunikimi dhe bashkëpunimi, shkathtësi për raporte ndërpersonale dhe empati;
- **Shkathtësi të vetëdijesimit** si vetë-përgjegjësia, shkathtësi për vendim-marrje dhe shkathtësi për vetë-reflektim;
- **Shkathtësi për rregullimin emocional** kanë të bëjnë me emocionet, stresin dhe shkathtësi për zgjidhjen e konflikteve.

Shkathtësitë që janë elaboruar në këtë program për zhvillim personal e ndjekin kornizën e Organizatës Botërore të Shëndetësisë për përcaktimin e shkathtësive të cilat u nevojiten individëve për të qene të suksesshem gjatë jetës së tyre (2001). Është me rëndësi të theksohet se të gjitha shkathtësitë për jetë janë të ndërlidhura me njëra tjetrën dhe mënyra më e mire për të perkohur zhvillimin e tyre është përmes qasjes gjithëpërfshirëse. Shkathtësitë kognitive asnjëherë nuk mund të trajnohen pa i ndërlidhur me shkathtësitë sociale dhe të vetë-njohjes, shkathtësitë për rregullimin emocional asnjëherë nuk mund të trajnohen pa i marrë parasysh edhe shkathtësitë sociale e kështu me radhë.

Shkathtësitë për zhvillim personal si pjesë përbërëse e shkollës dhe jetës

Edukimi për zhvillim personal dhe shkathtësi për jetë është i inkorporuar në të gjitha lëndët dhe gjithmonë është i ndërlidhur me përmbajtjen mësimore që është relevante për individin në stadin e tij/saj aktual të zhvillimit. Përmbajtja dhe detyrat në këtë program të zhvillimit personal synojnë grupmosha dhe klasa të ndryshme. Përgjatë kurrikulës së shkollimit të obligueshëm, mësimi i shkathtësive për jetë bëhet gjithnjë e

më kompleks, duke përcjellë tema të ngjashme çdo vit e duke u fokusuar në të njëjtat shkathtësi gjatë gjithë kohës në shkollë. Edukimi i shkathtësive për jetë është i ndërtuar në mënyrë progresive që nga moshën e re e tutje, duke filluar në pikën fillestare të hyrjes në sistemin edukativ në kopsht ose shkollë fillore për të vazhduar deri në fund të shkollimit të obligueshëm. Në vazhdim të jetës shkollore të nxënësit, shkathtësitë për zhvillim personal mësohen përmes një kurrikule spirale: ato përsëriten në çdo vit shkollor, por çdo herë në një nivel më kompleks.



Kurrikula spirale e zhvillimit personal dhe edukimit për shkathtësitë për jetë mund të përshkruhet si qasje e cila i prezanton konceptet e ndryshme kryesore për nxënësit me rritje të shkallës së kompleksitetit përgjatë viteve shkollore. Sipas paradigmes së edukatorit dhe psikologut Jerome Bruner se «çdo lëndë mund t'i mësohet çdo fëmijë në mënyrë efektive në formë të sinqertë intelektuale në secilën fazë të zhvillimit» (Bruner 1960), kurrikula spirale është parim themelor pedagogjik për këtë program. Informatat, temat dhe detyrat u prezantohen fëmijëve në moshë të re dhe ri-prezantohen, përforcohen dhe ndërtohet mbi to në vazhdimësi. Përmes kësaj metode të përshtatme të të nxënësit nuk zhvillohet vetëm aftësia për shkathtësi të ndryshme për jetë, por edhe kuptimi dhe rëndësia e asaj që mësohet bëhet pjesë përbërëse e programit. Kjo kurrikulë spirale përfshin ide, parime dhe vlera të cilat janë të rëndësishme për nxënësit përderisa ata rriten, si edhe për tërë shoqërinë si tërësi. Andaj, ky program e ndjek edhe qasjen dhe paradigmen e të nxënësit gjatë gjithë jetës.

Si organizohen shkathtësitë e ndryshme?

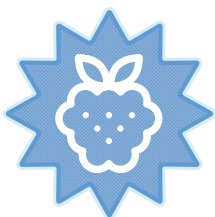
Në këtë program për zhvillim personal, shkathtësitë për jetë mësohen në një sekuençë prej pesë modulesh të cilat i përfshijnë konceptet kryesore. Ato janë:

**Moduli 1**

«Vetë-njohja dhe njohja e të tjerëve» thekson vetë-njohjen dhe vetëbesimin, hulumtimin dhe vetë-vlerësimin e burimeve personale, familjen si vlerë: përgjegjësitë, rolet gjinore, stereotipat, komunikimin me vendosmëri, pa konflikt dhe pa dhunë, vullnetarizmin, etj.

**Moduli 2**

«Sigurimi i cilësisë së jetës» me theks në integritet, menaxhim efikas të burimeve, përgjegjësi për zhvillim të qëndrueshëm, menaxhim të mirë të vetes, etj.

**Moduli 3**

«Stilet e jetës së shëndetshme» udhëzojnë nxënësit për çështjet që lidhen me shëndetin fizik dhe emocional, ushqimin e shëndetshëm, si kundërpërgjigje e veseve si droga, alkooli, duhanpirja, ndikimet gjinore, etj.

**Moduli 4**

«Dizajnimi i karrierave personale dhe zhvillimi i mendësisë ndërmarrëse» me theks në të kuptuarit e profesioneve nga perspektiva e tregut të punës, planifikimit të karrierës dhe vendimmarrjes për karrierë, ndërmarrësia si opsion i karrierës, etj.

**Moduli 5**

«Siguria personale» i pajis nxënësit me qëndrim të orientuar kah sjellja që mundëson sigurinë personale dhe të të tjerëve.

Sipas kurrikulës spirale, secili udhëzues në këtë seri e ndjek strukturën e njëjtë të moduleve dhe koncepteve kryesore. Detyrat janë të ndara përgjatë një viti shkollor, me katër detyra për modul. Andaj, secili udhëzues përbëhet nga gjithsej 20 detyra. Sidoqoftë, temat dhe detyrat për nxënës shpesh herë ndërliken; detyra për stilin e shëndetshëm të jetës do të prekë në sigurimin e cilësisë së jetës dhe artin e vetë-njohjes; detyra e përqendruar në opsionet e karrierës për fëmijë më të rritur do të prekë edhe vetë-njohjen dhe sigurimin e cilësisë së jetës e kështu me radhë. Prandaj, edhe pse detyrat janë të organizuara në pesë module, ato nuk mund të shihen si plotësisht të ndara.

Qasja modulare insiston në intervenim edukativ të karakterizuar me integrim të njohurive, shkathtësive dhe qëndrimeve specifike për zhvillimin e kompetencave. Qasja integruese zbatohet në secilin modul, duke përfitur nga gjërat që arrihen në lëndët tjera shkollore, apo në mjedisin shoqëror dhe familjar të nxënësit. Në këtë mënyrë, kursi i zhvillimit personal përqendrohet në zhvillimin e kompetencave me fokus të veçantë në vlerat, qëndrimet dhe predispozitat.

Si duhet t'i përdori modulet?

Modulet dhe detyrat e ndryshme në këtë udhëzues janë të paraqitura në mënyrë kronologjike. Ne ju sugjerojmë t'i përmbaheni këtij rendi pasi që i ndërton shkathtësitë e ndryshme për jetë në mënyrë të shkallëzuar përmes koncepteve kryesore dhe përmes një procesi të dizajnuar me kujdes. Metodatat për mësimdhënie dhe mësimnxënie që janë përdorur në këtë program përfshijnë metodën e të nxënës të bazuar në detyra dhe të nxënës bashkëpunues. Të dyja janë të rrënjësura në qëndrimin e të nxënës kognitiv-konstruktivist ku nxënës i ndërtojnë njohuritë e tyre përmes vetë-angazhimit në detyrat e dhëna në nivel individual, i shkëmbejnë mendimet e tyre në dialog me një partner apo në grupe të vogla dhe pastaj i ndajnë rezultatet me tërë klasën. Ky princip i «mendo-çifto-ndaj» mund të gjendet në shumë detyra dhe si i tillë kontribuon në zhvillimin e shkathtësive shoqërore dhe bashkëpunuese. Vetë-reflektimi i proceseve të të nxënës dhe reflektimi së bashku me të tjerët është pjesë e rëndësishme e zhvillimit personal dhe mund të gjendet në detyra të ndryshme.

Cili është roli im si mësimdhënës?

Në këtë program, roli i mësimdhënës është ta iniciojë dhe ta udhëheqë procesin e të nxënës, t'i udhëzojë dhe tu gjendet përkrah nxënësve gjatë të nxënës të tyre dhe tu ndihmojë t'i tejkalojnë vështirësitë. Mësimdhënës duhet të jenë të vetëdijshëm se kjo mund të nënkuptojë ndryshim në rolin e tyre drejt rolit të trajnerit dhe fasilitatorit. Ky ndryshim i referohet edhe vlerësimit të proceseve të të nxënës dhe evaluimit të rezultateve të të nxënës. Nga nxënës kërkohet t'i gjejnë strategjitë e tyre për zgjidhjen e problemeve: duke vlerësuar në mënyrë të pavarur problemin dhe duke vlerësuar në mënyrë kritike mënyra të ndryshme të zgjidhjes së tij. Prandaj, rezultati i të nxënës për secilin nxënës shihet në mënyrë individuale. Rezultatet e zhvillimit personal nuk mund të notohen në mënyrë sumative me nota klasore. Vlerësimi i proceseve të të nxënës

duhet të bëhet në mënyrë formative, që nënkupton se mësimitdhënësit vëzhgojnë dhe vlerësojnë proceset e të nxënësve në mënyrë të vazhdueshme e jo vetëm rezultatet e tyre. Dhënia e informatës kthyesë individuale dhe personale bëhet pjesë shumë e rëndësishme e rolit të mësimitdhënësit.

Si është i strukturuar udhëzuesi?

Secili udhëzues për mësimitdhënësit për zhvillim personal është i ndërtuar në të njëjtën mënyrë. Në faqet në vijim mësimitdhënësit do të gjejnë përshkrime më të detajuara të moduleve dhe të shkathtësive për jetë, për klasat e tyre specifike. Më pas mund të gjenden përshkrimet e 20 detyrave, të ndara në pesë module. Secila detyrë është e ndërtuar në të njëjtën mënyrë: Në anën e majtë të faqes mësimitdhënësit i gjejnë qëllimet, shkathtësitë, një përshkrim të rrjedhës së planit mësimit, një kornizë kohore të përafërt, materialet dhe përgatitjet e nevojshme për atë detyrë. Disa detyra përbëhen nga një proces dy-pjesësh i mësimitdhënies-dhe-të nxënësve, sugjerime për detyra të shtëpisë dhe njësi përcjellëse. Në këtë mund të gjendet një përshkrim i detajuar hap-pas-hapi i njësisë mësimit. Në anën e djathtë janë të listuara të gjitha udhëzimet të cilat u nevojiten nxënësve, me shembuj (skica) të prezantimeve të mundshme në tabelë dhe fletë pune.

Cilat materiale shtesë mund t'i përdori?

Në këtë program janë të listuara të gjitha materialet e nevojshme për secilën detyrë. Këtu mund të përfshihen letra, lapsat, ngjyrat por edhe telefonat mobil apo kompjuterët. Për disa detyra mësimitdhënësit mund të kenë nevojë të shkarkojnë materiale shtesë nga Interneti, siç është e theksuar, varësisht nga njohuritë dhe ekspertiza e tyre paraprake. Këto raste janë të shënuara. Ju lutem keni parasysh se kjo seri e zhvillimit personal është vetëm një lloj i burimeve që mund të përdoren. Mësimitdhënësit mund të inspirohen edhe nga materiale të tjera në treg të cilat fokusohen në zhvillim personal.

Ku e regjistrojnë nxënësit punën e tyre?

Ka mënyra të ndryshme përmes të cilave nxënësit mund ta regjistrojnë punën e tyre. Pasi që nuk ka libër të nxënësve, vetë mësimitdhënësit mund të vendosin për mënyrën se si dëshirojnë që nxënësit ta regjistrojnë punën e tyre.

Për shembull:

- Nxënësit punojnë në fletë pune individuale të cilat i pranojnë nga mësimitdhënësi. Të gjitha fletët mbledhen në dosje. Aktiviteti «krijojë dosjen tënde» mund të bëhet në klasat e zhvillimit personal në fillim të vitit shkollor. Materialet shtesë mund të shtohen pa problem (fotografi, etj.).
- Nxënësit mund t'i përdorin fletoret e ushtrimeve për orët e zhvillimit personal. Të gjitha skicat, shënimet, esetë, etj. regjistrohen në këto fletore. Ato janë ditarë personal. Gjërat nuk mund të humben në fletoret e ushtrimeve. Fletoret e ushtrimeve mund të dekorohen në mënyrë individuale.

- Mësimdhënësit mund të kërkojnë nga prindërit të blejnë fletore individuale të ushtrimeve për fëmijët e tyre, varësisht nga situata socio-ekonomike e tyre. Kjo gjë mund të adresohet gjatë mbledhjes së parë me prindër.

Si vlerësohen nxënësit?

Vlerësimi në lëndën e zhvillimit personal është formativ, dhe bëhet gjatë mësimdhënies dhe të nxënit në modulën e caktuar. Vlerësimet sumative bëhen pas secilit modul duke i përdorur mjetet për vlerësim. Vlerësimi sumativ bazohet në vetë-vlerësimin e nxënësve së bashku me përshkrimet për kompetencat të cilat janë zhvilluar në secilin modul. Nxënësit e identifikojnë potencialin e tyre zhvillimor dhe i përcaktojnë caqet për të ardhmen. Pas kësaj, mësimdhënësi i jep informatë kthyesë secilit nxënës në formë të kritikës konstruktive, duke u fokusuar më shumë në ndërtimin e kompetencave dhe anët e tyre të forta se sa në mangësitë e tyre. Format e vlerësimit bëhen pjesë e rëndësishme e dosjes së nxënësit.

Si e vlerësoj mësimdhënien time?

Çdo formë e mësimdhënies ka nevojë për vlerësim të rregullt dhe reflektim të praktikës së mësimdhënësit. Kjo mund të bëhet përmes vetë-vlerësimit duke i përdorur pyetjet kryesore dhe duke u fokusuar në qëllimet e përcaktuara, kompetencat e nxënësve, rezultatet e të nxënit, aktivitetin e nxënësve, etj. Reflektimi mund të bëhet edhe së bashku me ndonjë koleg (shkëmbimi me kolegë) pas vëzhgimeve të ndërsjella të njësive të zhvillimit personal. Ne rekomandojmë caktimin e pikave kyçe personale dhe komunikimin e tyre kolegut para se të bëhet vëzhgimi i orës në mënyrë që të përfitohet diçka më konkrete nga ky shkëmbim. Informata kthyesë mund të jepet në formë të kritikës konstruktive kolegjale.

Si përfshihen prindërit në lëndën e zhvillimit personal?

Orët e zhvillimit personal mbahen në shkollë. Megjithatë, për shkak të llojllojshmërisë së detyrave, nxënësit kanë detyra shtëpie të cilat mund të përfshijnë kërkimin e informatave nga prindërit apo të afërmit (p.sh. për biografitë e tyre, për rregullat, për të kaluarën, etj.). Ne rekomandojmë prezantimin e orëve të zhvillimit personal gjatë mbledhjes me prindër në fillim të vitit shkollor. Prindërit dhe familja janë pjesë e rëndësishme e zhvillimit personal të fëmijëve, identitetit, normave, vlerave dhe perspektivave të tyre të ardhshme. Mësimdhënësit duhet t'i informojnë prindërit për karakterin e programit të zhvillimit personal, tu ofrojnë një pasqyrë të moduleve të ndryshme dhe të mënyrës se si do të punojnë nxënësit në këto orë (vetëm, në çifte, në grupe, etj.). Prindërit mund të inkurajohen të marrin pjesë në procesin e të nxënit të fëmijëve të tyre dhe të fillojnë të bashkëpunojnë me shkollën në mënyrë pozitive. Për më tepër, zhvillimi personal është lëndë ku integrimi i botës së jashtme dhe komunitetit të shkollës luan rol të rëndësishëm. Në disa detyra, nxënësit do të duhet të mbledhin informata, të komunikojnë me njerëz dhe të zbulojnë fenomene të cilat janë pjesë e komunitetit. Prandaj, lënda e zhvillimit personal është e ndërlidhur me klasën,

por gjithashtu bëhet pjesë e zhvillimit të shkollës në tërësi dhe përfshirjes së të gjitha palëve me interes të komunitetit.

Literatura

- Bruner, J (1960) *The Process of Education*, Cambridge, Mass.: Harvard University Press.
- World Health Organisation (2001): *Partners in Life Skills Education*. Conclusions from a United Nations Interagency Meeting. Geneva: World Health Organisation.

UDHËZUESI I MËSIMDHËNËSIT PËR ZHVILLIMI PERSONAL PËR KLASËN E 8-TË

Ky udhëzues përbëhet nga 20 detyra të cilat janë të ndara nga katër detyra për modul. Modulet fokusohen në qëllimet dhe kompetencat në vijim:

Moduli 1:

Vetë-njohja dhe njohja e të tjerëve

Kompetenca specifike: ta shprehë identitetin e vet personal duke hulumtuar veten dhe burimet sociale në mënyrë që të ndërtojë raporte konstruktive me familjen e vet dhe të tjerët. Kjo përfshin:

- njohjen e burimeve dhe kufijve personal, manifestimin e interesimit për të mësuar nga përvoja,
- vendosmërinë në ndërveprimet në shkollë, familje dhe komunitet,
- modelimin e stileve të shprehjes së emocioneve dhe ndjenjave në bazë të nevojave,
- zgjedhjen e strategjisë më të mirë për zgjidhjen e konflikteve në situata të ndryshme jetësore.

Temat e përfshira në Udhëzuesin për klasën e 8 kanë të bëjnë me burimet personale, kufijtë dhe interesimin (detyrat 1 dhe 2), shprehjen me vendosmëri (detyrat 2 dhe 4), modelimin e stileve të shprehjes (detyrat 2 dhe 3) dhe zgjedhjen e strategjive për zgjidhjen e konflikteve (detyrat 2 dhe 4).

Moduli 2:

Sigurimi i cilësisë së jetës

Kompetenca specifike: të demonstrojë përgjegjësi personale në zgjedhjen e sjelljes së orientuar kah vlerësimi vetes, të tjerëve dhe mjedisit përreth për të siguruar zhvillimin e burimeve personale. Kjo përfshin:

- përdorimin e normave dhe vlerave etike si burime të suksesit,
- themelimin e raporteve në mes të normave dhe vlerave duke u bazuar në vendimet personale dhe pasojat që dalin nga to,
- vlerësimin e pasojave të veprimeve vetanake në raport me përputhshmërinë me norma dhe vlera.

Temat e përfshira këtu kanë të bëjnë me strategjitë personale për menaxhimin e të nxëniet (detyra 5), analizën e reklamave dhe efektit të tyre në informata të vërteta ose të rreme (detyra 6), reflektimin në kurajon dhe sjelljen e drejtë (detyra 7) dhe gjetjen e mundësive për rikthimin dhe ruajtjen e energjisë personale (detyra 8).

Moduli 3:**Stilet e jetës së shëndetshme**

Kompetenca specifike: të angazhohet në mënyrë autonome në sjellje që fuqizon shëndetin e vet dhe të tjerëve, duke demonstruar interes dhe iniciativë. Kjo përfshin:

- përshkrimin e shëndetit të vet duke përdorur nocione speciale dhe standarde higjienike për ruajtjen dhe fuqizimin e shëndetit,
- mirëmbajtjen e rendit dhe pastërtisë në mjedisin e shtëpisë dhe shkollës, duke u kujdesur për shëndetin personal,
- pranimin e përgjegjësive për shëndetin e vet, demonstrimin e rezistencës ndaj tundimeve të rrezikshme,
- mbajtjen e qëndrimit të përgjegjshëm ndaj vetë-mbrojtjes, ruajtjen e mirëqenies.

Temat e përfshira në klasën e 8 kanë të bëjnë me çështjet e gjinisë dhe identitetit (detyra 9), rëndësinë e kujdesit për shëndetin dhe trupin e vet (detyra 10), monitorimin e gjendjes shëndetësore dhe njohjen e kufijve personal (detyra 11) si edhe njohurinë se kur duhet të kërkohet ndihmë për ta ruajtur mirëqenien personale (detyra 12).

Moduli 4:**Dizajnimi i karrierave personale dhe zhvillimi i mendësisë ndërmarrëse**

Kompetenca specifike: të angazhohet në mënyrë të pavarur në sjellje të cilat përcaktojnë drejtimin shkollor dhe/apo profesional të nxënësit, duke përfshirë njohjen dhe përfitimin nga potenciali personal dhe mundësitë e ofruara nga tregu i punës. Kjo përfshin:

- bashkërendimin e planifikimit të karrierës me potencialin individual dhe pasqyrën e tregut të punës,
- shfrytëzimin e plotë të mundësive të ofruara nga shkolla dhe tregu vendor i punës, për të nxitur nisma personale dhe aktivitete ndërmarrëse,
- dizajnimin e shtegut arsimor dhe profesional të bazuar në qëndrime dhe vlera.

Temat e përfshira në klasën e 8 lidhen ngushtë me mundësitë e ofruara nga tregu vendor i punës (detyrat 13, 14), me planifikimin e karrierës në shkollë si edhe në profesione (detyrat 14, 15, 16), dhe me ndërlidhjen në mes të potencialit/nismës individuale dhe mundësive vendore (detyrat 14, 15, 16).

Moduli 5:**Siguria personale**

Kompetenca specifike: të angazhohet në mënyrë aktive për sigurinë personale dhe sigurinë e të tjerëve, duke demonstruar përgjegjësi. Kjo përfshin:

- përshkrimin e situatave të rrezikshme dhe shpjegimin e pasojave të tyre për sigurinë njerëzore,
- respektimin e rregullave të trafikut rrugor dhe rregullave të sigurisë në situata të jashtëzakonshme me një qëndrim të kujdesshëm ndaj vetes,
- dizajnimin e masave personale të sigurisë gjatë hulumtimit të mjedisit virtual,
- transformimin e sjelljes personale në strukturën e roleve të sigurisë, duke treguar respekt për dispozitat normative.

Temat e përfshirja në klasën e 8 përfshijnë reflektimin mbi ndikimin e mediave në emocione (detyra 17), funksionin dhe analizën e vendosjes së produkteve dhe ndikimin e tyre në mendimet personale (detyra 18), menaxhimin e reklamave në mënyrë kritike (detyra 19) dhe çështjet e keqtrajtimit seksual (detyra 20).

MODULI 1

Vetë-njohja dhe njohja e të tjerëve	15
Detyra 1 Dështim! Dështim?	16
Detyra 2 Të mësosh të jesh i/e vendosur	18
Detyra 3 Situatat e ndryshme – veprimet dhe ndjenjat e ndryshme	20
Detyra 4 Pesë strategji për zgjidhjen e konfliktit	22

MODULI 2

Sigurimi i cilësisë së jetës	25
Detyra 5 Di si të planifikoj dhe ta organizoj veten	26
Detyra 6 E vërtetë apo e rreme?	28
Detyra 7 Ta bëj apo mos ta bëj? Vendimi i drejtë.	30
Detyra 8 Çka më jep forcë? Çka më pengon?	32

MODULI 3

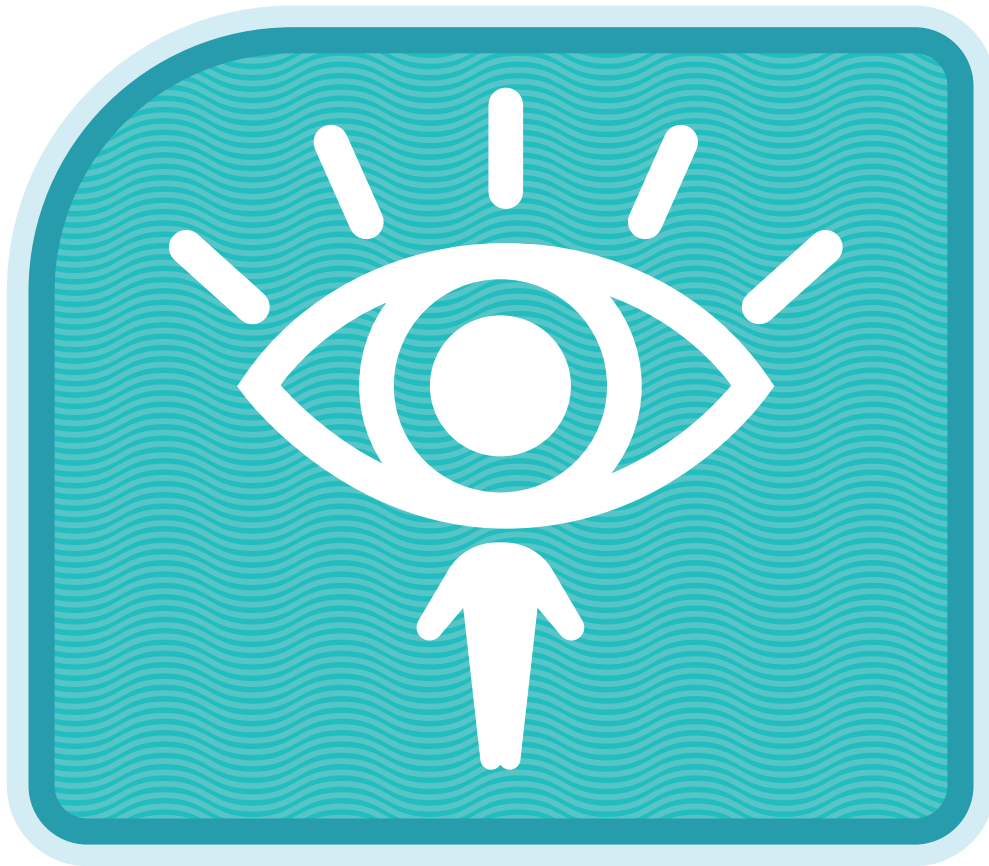
Stilet e jetës së shëndetshme	35
Detyra 9 Burrat dhe gratë – kush jam unë?	36
Detyra 10 Për çfarë ka nevojë trupi im?	38
Detyra 11 Rrahjet e zemrës sime – kufijtë e mi	40
Detyra 12 Je i/e fuqishme kur pranon ndihmë!	42

MODULI 4

Dizajnimi i karrierave personale dhe zhvillimi i mendësisë ndërmarrëse	45
Detyra 13 Si është të punosh?	46
Detyra 14 Shkollat dhe profesionet – të vjetra apo të reja?	48
Detyra 15 Vullnetarizmi dhe puna praktike – pse?	50
Detyra 16 Shkrimi i një CV-je të mirë	52

MODULI 5

Siguria personale	55
Detyra 17 Media ime, emocionet e mia	56
Detyra 18 Njohja me strategji të ndryshme të reklamimit	58
Detyra 19 Menaxhimi i reklamave në mënyrë kritike dhe kreative	60
Detyra 20 Keqtrajtimi seksual	62



MODULI 1

VETË-NJOHJA DHE NJOHJA E TË TJERËVE

Vetë-njohja dhe njohja e të tjerëve thekson vetë-njohjen dhe vetëbesimin, hulumtimin dhe vetë-vlerësimin e burimeve personale, familjen si vlerë: përgjegjësitë, rolet gjinore, stereotipat, komunikimin me vendosmëri, pa konflikt dhe pa dhunë, vullnetarizmin, etj.



DETYRA 1

DËSHTIM! DËSHTIM?

Qëllimi

Nxënësit e kuptojnë dështimin si pjesë të jetës dhe i analizojnë shkaqet e ndryshme të mundshme të dështimit. Mësojnë të gjejnë mënyra për tu ballafaquar me të, si në aspekt emocional ashtu edhe përmes veprimeve parandaluese.



Koha e nevojshme

- ① 45 minuta
- ② 45 minuta



Aranzhimet sociale

- Punë individuale
- Punë në grupe



Përgatitja

Karriget në rreth për diskutim në grup të madh; Detyrat në tabelë ose në fletë pune «Arsyet për dështim» të kopjuara për secilin grup



Moduli 1

Vetë-njohja dhe njohja e të tjerëve

PËRSHKRIMI I ORËS MËSIMORE

Dështimi dhe zhgënjimi i ndodh gjithsecilit. Është lehtë të thuhet «Mëso prej gabimeve tua», por jo aq e lehtë edhe të bëhet. Respekti për emocionet e përfshira, reflektimi analitik dhe kreativiteti janë të domosdoshme për përmirësim.

Sekuenca ①

1. Mësimdhënësi e prezanton temën «dështimi» duke i emëruar disa situata tipike në të cilat nxënësit ose të rriturit dështojnë. Ai/ajo i inkurajon nxënësit të mendojnë për një dështim personal, të cilin dëshirojnë ta ndajnë me shokët e klasës.
2. Tregimi i ngjarjeve të dështimit nuk është i lehtë por mund të jetë shumë përfitues. Nxënësit do të jenë në gjendje ta bëjnë këtë. Pastaj fillojnë t'i kërkojnë arsyet pse ka ndodhur dështimi. Mësimdhënësi e thekson se gjithnjë ekziston më shumë se një arsye.
3. Mësimdhënësi e moderon diskutimin me fokus të dyfishtë: Të kuptuarit pse ka ndodhur diçka e keqe dhe nëse ka mundur të parandalohet ajo. Për detyrë shtëpie nxënësit i pyesin të rriturit për një ose dy dështime të cilat i kanë përjetuar. Ata i shënojnë përgjigjet dhe i sjellin në shkollë.

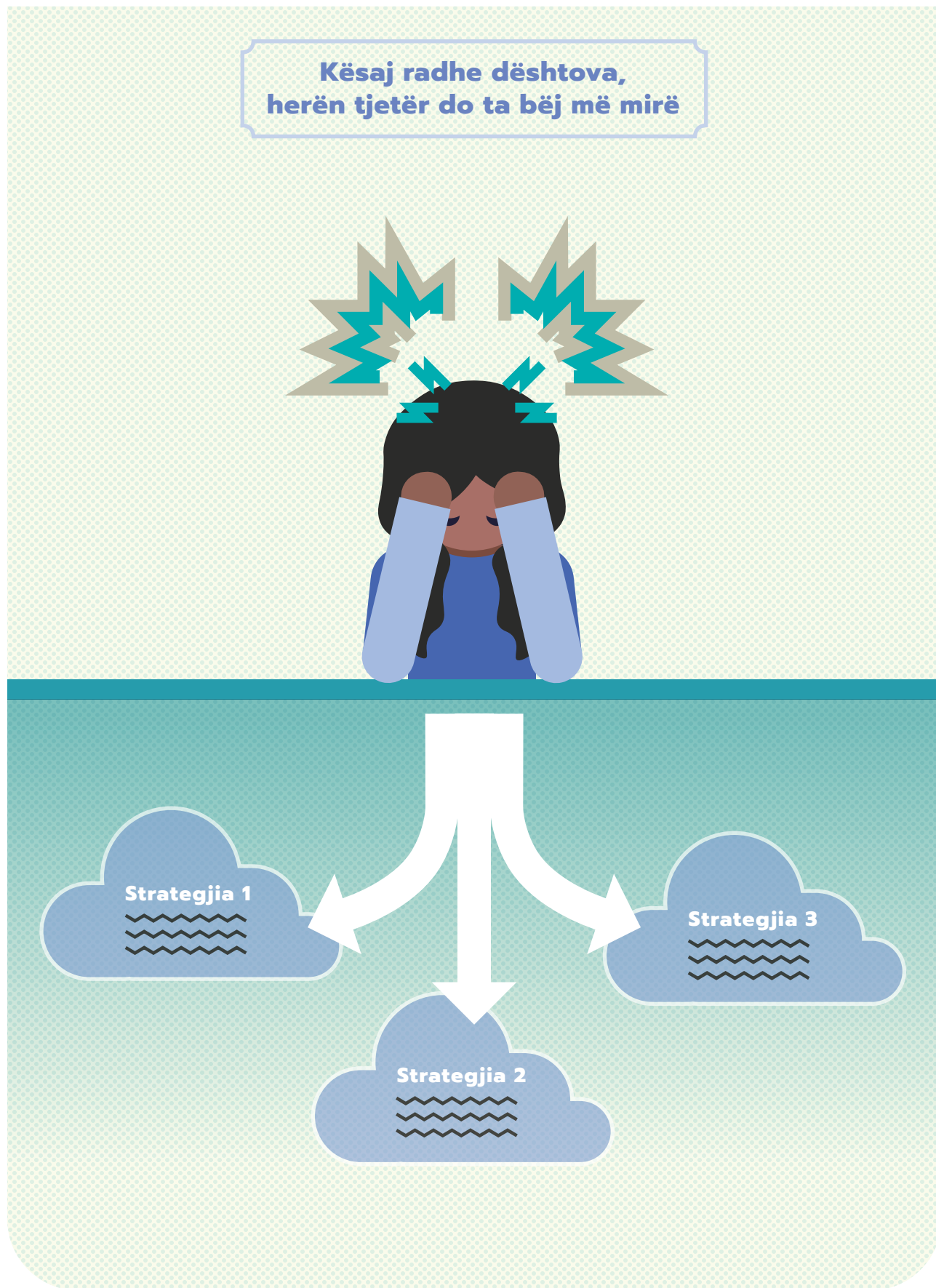
Sekuenca ②

1. Për tu shkëmbyer përvojat e të rriturve, nevojiten grupe më të mëdha, por nuk duhet të jenë më shumë se pesë persona.
2. Grupet i shikojnë në mënyrë më të detajuar arsyet e mundshme për dështim dhe i shënojnë ato në një fletë letre. Mësimdhënësi u ndihmon nëse ka nevojë. Nxënësit bëjnë ndërlidhje me gjërat që janë thënë më parë.
3. Duke u bazuar në të gjitha arsyet për dështim, grupet duhet ta gjenerojnë një listë të këshillave praktike, të cilat kanë për qëllim parandalimin e dështimeve në të ardhmen dhe/ose dhënie strategjive si t'i menaxhojnë dështimet.
4. Listat vendosen në mur. Lejoni kohë të mjaftueshme për leximin e punës së grupeve tjera dhe ofroni informatë të shkurtër kthyes.



MATERIALET PËR NXËNËSIT

Në dërrasë të zezë/projektor/fletë pune





DETYRA 2

TË MËSOSH TË JESH I/E VENDOSUR

Qëllimi

Nxënësit janë në gjendje ta bëjnë dallimin në mes të tri formave të komunikimit. I njohin karakteristikat kryesore të sjelljes me vendosmëri dhe mund t'i zbatojnë ato në situata të ndryshme.



Koha e nevojshme

- ① 45 minuta
- ② 45 minuta



Aranzhimet sociale

- Punë në grupe
- Diskutim në grup të madh



Përgatitja

Ilustrimi «Tri format e komunikimit» i gatshëm për tu shfaqur; «Shtatë karakteristikat» (vetëm fjalët kyçe) në tabelë ose projektor



Moduli 1

Vetë-njohja dhe njohja e të tjerëve

PËRSHKRIMI I ORËS MËSIMORE

Sekuena ①

1. Nxënësit ulen në rreth. Mësimdhënësi i shpjegon 3 format e ndryshme të komunikimit dhe kërkon nga nxënësit t'i japin shembujt e tyre. Përderisa termet «pasiv» dhe «agresiv» mund të jenë të njohura për nxënësit, mësimdhënësi fokusohet në tiparin «i/e vendosur» dhe kërkon nga nxënësit të gjejnë shembuj të ndryshëm të tri tipareve (agresiv, pasiv, i/e vendosur).
2. Nxënësit ndahen në grupe nga katër persona. Secilit grup i ndahet një situatë:
 - «Jeni ftuar në shtëpinë e shokut/shoqes, por ju dëshironi të qëndroni në shtëpi.»
 - «Gjatë pushimit një nxënës tjetër ju ofendon.»
 - «Shoku juaj më i mirë ju ofron pije alkoolike.»
 - «Pas shkollës dy nxënës ju quajnë me nofka të shëmtuara.»
 - «Shokët tuaj vjedhin çokollatë. Ata dëshirojnë që edhe ti të vjedhësh.»
3. Secili grup i krijon tri mini-shfaqje: Një pasive, një agresive, një ku shfaqet vendosmëria. Secila zgjat nga një minutë.
4. 15 minuta para përfundimit të orës, dy grupe, secili me nga një situatë tjetër, bëhen bashkë. Ata ia prezantojnë shfaqjet njëri tjetrit dhe japin e pranojnë informata kthyesë.
5. Për detyrë shtëpie, secili nxënës mbledh fjali tipike për komunikim me vendosmëri, nga bisedat e përditshme, radioja, TV-ja, ose reklamat.

Sekuena ②

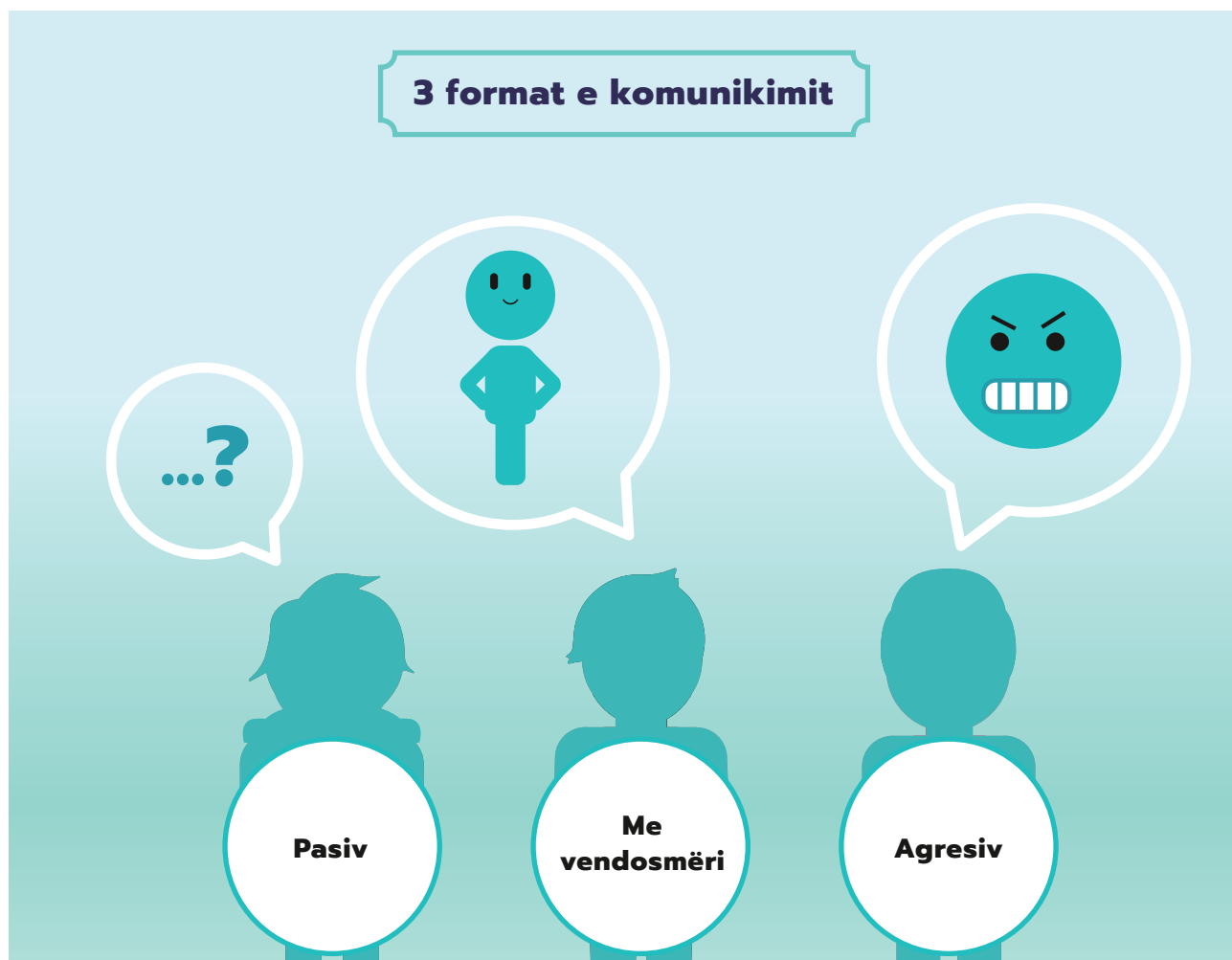
1. Nxënësit kthehen në grupet nga sekuenca 1, hapi 2 dhe ia prezantojnë gjetjet njëri tjetrit. Ata i përdorin tiparet e komunikimit me vendosmëri për t'i vlerësuar shembujt e ndryshëm. Vendosin cilët janë tri shembujt më të mirë.
2. Të ulur në rreth, secili grup i prezanton fjalitë e veta. Mësimdhënësi e moderon diskutimin dhe ndihmon në vlerësimin e cilësive: «shumë të qëlluara», «jo shumë të qëlluara», ...
3. Nxënësit kthehen në grupet e tyre të vogla me detyrën: «A është e mundur të thuhet një fjali me vendosmëri në aso mënyre që të tingëllojë më pasive ose agresive?» Ata eksperimentojnë me tonin e zërit, theksin, lartësinë e zërit, gjestet, etj.



MATERIALET PËR NXËNËSIT

Në dërrasë të zezë/projektor/fletë pune

Sekuensa ① dhe ②



Karakteristikat e sjelljes me vendosmëri

- **Barazia** I trajton të tjerët si të barabartë, gjithnjë i respekton ndjenjat, mendimet dhe dëshirat tua si edhe të të tjerëve.
- **Çiltërsia** Në mënyrë të hapur dhe të sinqertë i shpreh dëshirat, mendimet dhe ndjenjat tua dhe i inkurajon të tjerët të bëjnë njëjtë.
- **Qetësia** E thua atë që ke për të thënë pa i shqetësuar të tjerët ose veten.
- **Dëgjimi aktiv** Dëgjon me vëmendje këndvështrimet e të tjerëve dhe mendoresh të kuptosh, pavarësisht nëse pajtohesh ose jo me këndvështrimet e të tjerëve.
- **Përgjegjshmëria** I pranon përgjegjësitë tua dhe je në gjendje t'u delegosh të tjerëve përgjegjësi.
- **Mirënjohja** Shpreh mirënjohje për atë që kanë bërë ose bëjnë të tjerët.
- **I/e hapur ndaj gabimeve** Je në gjendje të pranosh kur gabon dhe të kërkossh falje.



DETYRA 3

SITUATAT E NDRYSHME VEPRIMET DHE NDJENJAT E NDRYSHME

Qëllimi

Nxënësit mund të përshkruajnë se si situatat e ndryshme mund ta ndryshojnë mënyrën se si ata shprehen. Mundohen t'i shprehin ndjenjat e tyre pa fjalë.



Koha e nevojshme

- ① 15 minuta
- ② 30 minuta



Aranzimet sociale

- Punë në grupe
- Diskutim në grup të madh



Përgatitja

Karriget në rreth pa tavolina



Moduli 1

Vetë-njohja dhe njohja e të tjerëve

PËRSHKRIMI I ORËS MËSIMORE

Sekuena ①

1. Mësimdhënësi e fton klasën t'i aktojnë dy situata. «Aktorët» zgjedhen me rastësi ose duke u paraqitur vullnetarë (më së shumti gjysma e klasës). Ata shkojnë në një skaj të klasës. Të tjerët, «vëzhguesit» janë të ulur në një rreth të madh, me hapësirë të mjaftueshme në mes tyre dhe hyrje për aktorët. Ky aranzhim quhet «akuarium».
2. Eksperimenti quhet «Dy mënyra për të hyrë në rreth». Herën e parë, kërkoni nga aktorët të hyjnë në qendër të rrethit sikur të ishin duke hyrë në ashensor dhe të ngjiteshin në katin e 5-të. Pas një sesioni të shkurtër pyetjesh «si iu duk kjo juve?» nga vëzhguesit (2 minuta më së shumti), mësimdhënësi kërkon nga aktorët të hyjnë sërish në rreth. Kësaj radhe aktojnë sikur të ishin në një ritakim ku i shohin njerëzit të cilët nuk i kanë parë për një kohë të gjatë. Rezultati do të jetë i hatashëm: Në situatën e ashensorit, aktorët do të jenë të rezervuar. Në situatën e ritakimit, ka kontakt me sy, shtrëngim duarsh dhe përqafime.

Sekuena ②

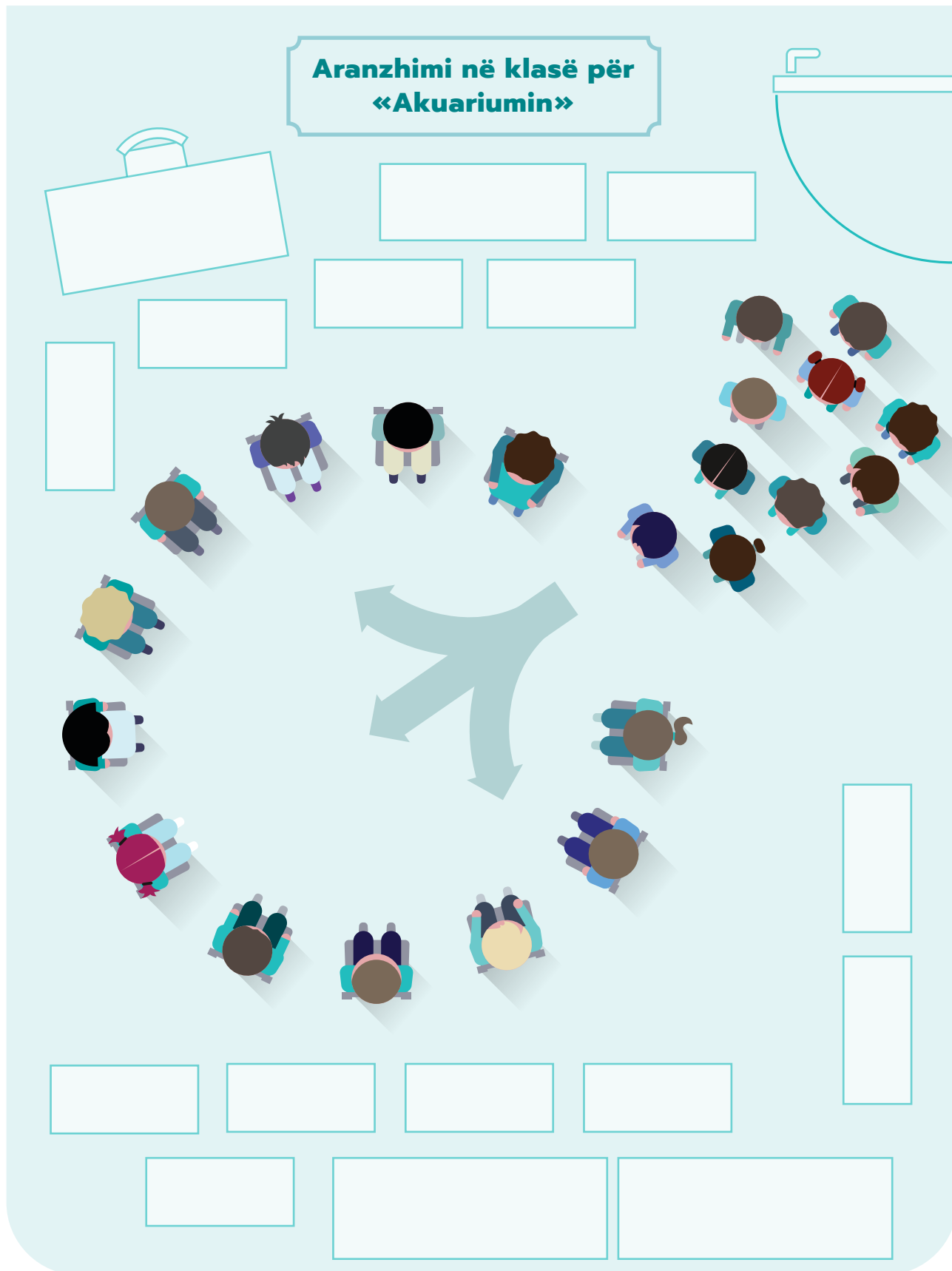
1. Nxënësit formojnë grupe nga 4 deri 5 veta. Disa minuta i kalojnë duke menduar për dy situata ku njerëzit veprojnë ndryshe. I praktikojnë të dy situatat. Nuk përdorin fjalë, por koncentrohen në lëvizje, gjeste dhe shprehje të fytyrës. Skenat pa zë i ushtrojnë disa herë.
2. Dhjetë minuta para përfundimit të orës, zgjedhën tri grupe për t'i aktruar skenat. Klasa dhe mësimdhënësi japin informata kthyesë.



MATERIALET PËR NXËNËSIT

Në dërrasë të zezë/projektor/fletë pune

Sekuenca ①





DETYRA 4

PESË STRATEGJI PËR ZGJIDHJEN E KONFLIKTIT

Qëllimi

Nxënësit e kuptojnë si funksionojnë strategjitë dhe cilat janë anët e tyre të forta dhe të dobëta. Janë në gjendje të përdorin më shumë se një strategji në konfliktet e përditshme.



Koha e nevojshme

- ① 25 minuta
- ② 20 minuta



Aranzimet sociale

- Punë në çifte
- Punë në grupe
- Diskutim në grup të madh



Përgatitja

Numri dhe emri i secilës strategji i shkruar me laps të trashë në një copë letre; Ngjites



Moduli 1

Vetë-njohja dhe njohja e të tjerëve

PËRSHKRIMI I ORËS MËSIMORE

Ekzistojnë pesë strategji të cilat njerëzit i përdorin zakonisht për zgjidhjen e konflikteve. Edhe pse të gjithë e kanë nga një strategji të preferuar, shumica i përdorin të gjitha metodat, varësisht nga situata.

Sekuena ①

1. Mësimdhënësi e shpjegon temën dhe i tregon emërtimet e 5 strategjive. Secila është e ekspozuar në vend të veçant në klasë. Mësimdhënësi e përmend se secila strategji i ka anët e forta dhe të dobëta.
2. Mësimdhënësi kërkon nga nxënësit të qëndrojnë afër strategjisë për të cilën mendojnë se e njohin më së miri. Disa strategji do të tërheqin më shumë nxënës, disa më pak dhe kjo është në rregull. Nëse dikush është duke qëndruar i vetëm, ai/ajo e zgjedh një grup tjetër për t'iu bashkuar. Në grupe diskutojnë shembuj konkret kur e kanë përdorë këtë strategji.
3. Grupet i kthehen anëve të forta dhe të dobëta të strategjisë së tyre. Cilat janë përparësitë e kësaj strategjie? Po mangësitë e saj?

Sekuena ②

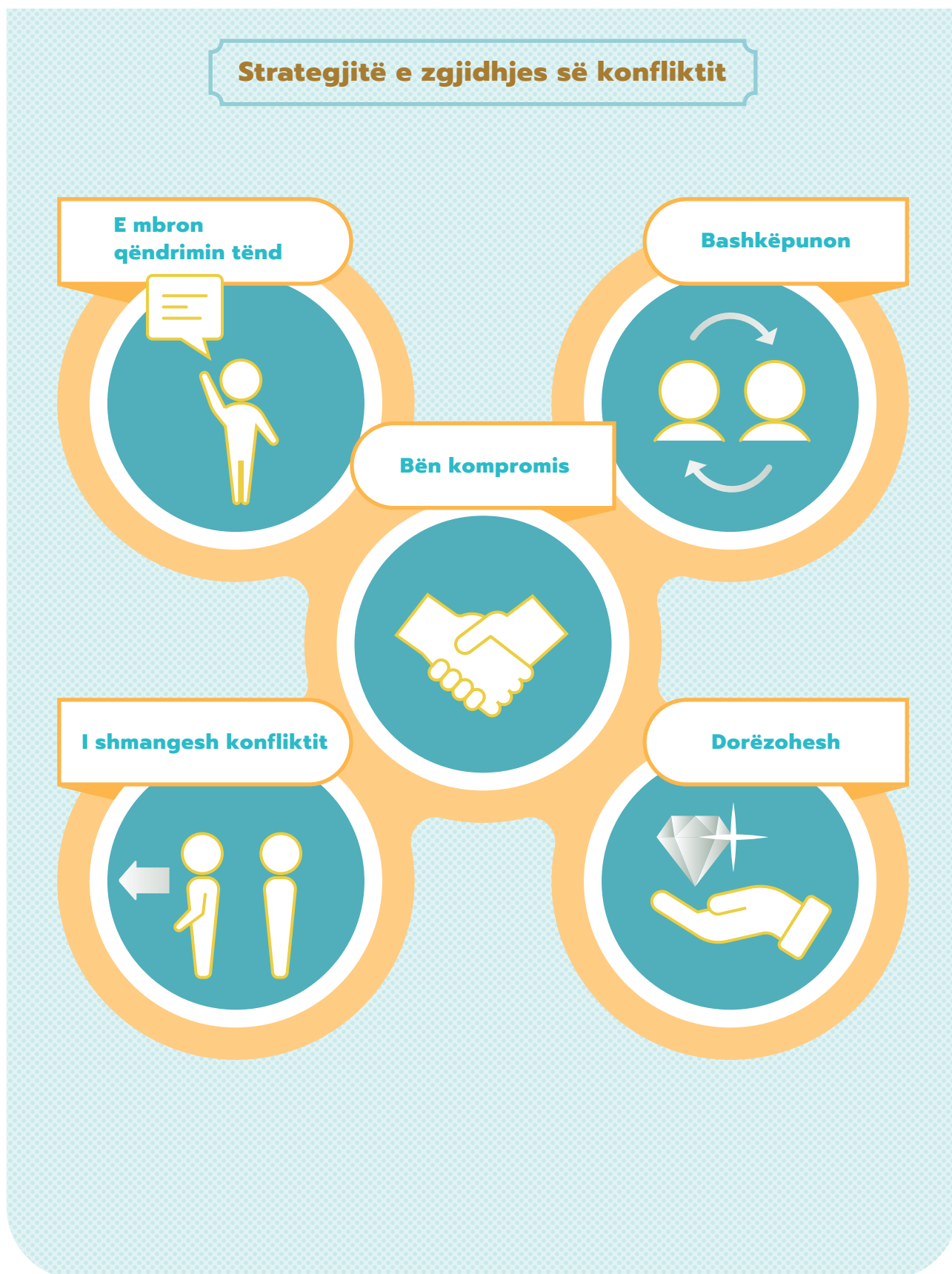
1. Tani është koha për tu njoftuar më mirë me një strategji tjetër. Secili nxënës e ngrit dorën dhe e tregon numrin e strategjisë së vet dhe e zgjedh një nxënës tjetër i cili është i interesuar për të njëjtën strategji. Mësimdhënësi ndihmon kur ka nevojë. Kur të gjithë janë ndarë në çifte, secili çift e zgjedhë një vend ku do të ulen së bashku.
2. Nxënësit e shpjegojnë strategjinë «e tyre», japin shembuj dhe mundohen të bindin dëgjuesin për përparësitë e saj pa i fshehur dobësitë.



MATERIALET PËR NXËNËSIT

Në dërrasë të zezë/projektor/fletë pune

Sekuenca ①





MODULI 2

SIGURIMI I CILËSISË SË JETËS

Sigurimi i cilësisë së jetës me theks në integritet, menaxhim efikas të burimeve, përgjegjësi për zhvillim të qëndrueshëm, menaxhim të mirë të vetes, etj.



DETYRA 5

DI SI TË PLANIFIKOJ DHE TA ORGANIZOJ VETEN

Qëllimi

Nxënësit planifikojnë dhe reflektojnë për të nxënët dhe zhvillimin e tyre. Në mënyrë individuale e hartojnë nga një listë kontrolluese.



Koha e nevojshme

45 minuta



Aranzhimet sociale

- Punë individuale
- Punë në çifte



Përgatitja

Lista e të gjitha pyetjeve dhe ideve në tabelë ose në fletë pune



Moduli 2

Sigurimi i cilësisë së jetës

PËRSHKRIMI I ORËS MËSIMORE

1. Mësimdhënësi i përkrah nxënësit për ta krijuar një listë kontrolluese personale të ilustruar.
2. Lista (shih materialin për nxënës) mund të përshtatet.
3. Kur nxënësit përfundojnë, e gjejnë nga një shok/shoqe dhe i krahasojnë përgjigjet e tyre. Ata bisedojnë për stilet e tyre të ndryshme të të nxënët.

**MATERIALET PËR NXËNËSIT**

Në dërrasë të zezë/projektor/fletë pune

Sekuensa ①**Lista kontrolluese
«E organizoj veten»****I caktoj qëllimet në vijim:**

Sot do të merrem me këto detyra: ...

Kam vështirësi me: ...

Ky është plani im: çka do të bëj fillimisht? Çka do të bëj pastaj? Ku do të mësoj? Kur do të bëj pushim? Kur do ta përfundoj punën time?

Do ta diskutoj planin tim me: ...

Do të jem i/e kënaqur nëse kam sukses në: ...

Për t'u siguruar që mund të punoj pa u penguar, do t'i marr masat në vijim: ...

Për ta përmirësuar të nxënit, do t'u kërkoj përkrahje këtyre nxënësve: ...

Kur jam i/e lodhur, do të marr energji duke ...

**Reflektoj për gjërat në vijim:**

Çka kam mësuar fillimisht?

Cilat ishin hapat e radhës?

Kur bëra pushim?

Sa gjatë mësova i vetëm?

Sa gjatë mësova së bashku me një nxënës tjetër ose në grup?

Ai iu përmbajta planit tim?

A arrita të koncentrohem në punën time pa u penguar?

A mësova me kënaqësi?

A isha i sigurt se do të kem sukses?

A ishte interesimi në lëndë që më bëri ta shijoj atë?





DETYRA 6 E VËRTETË APO E RREME?

Qëllimi

Nxënësit i identifikojnë mundësitë dhe burimet për informata dhe për të nxënë. Bëjnë dallimin në fushën e reklamimit të nevojave të vërteta dhe të rreme, cilësisë së produktit dhe çmimeve të arsyeshme.



Koha e nevojshme

- ① 45 minuta
- ② 45 minuta



Aranzhimet sociale

- Punë individuale
- Punë në çifte
- Diskutim në grup të madh



Përgatitja

Karriget në rreth për diskutim në grup të madh; Shembuj të reklamave nga revistat, gazetat ose Interneti



Moduli 2

Sigurimi i cilësisë së jetës

PËRSHKRIMI I ORËS MËSIMORE

Sekuena ①

1. Mësimdhënësi e shënon fjalën «informatë» në tabelë. Ai/ajo u thotë nxënësve të mendojnë ku i marrin informatat dhe si kontribuon kjo në të nxënësit e tyre. Kur një nxënës e ka një mendim, ai/ajo ngritet dhe e shënon në tabelë. Mësimdhënësi dhe nxënësit i shikojnë shënimet dhe shkëmbejnë mendime.
2. Fillon diskutimi: «Si mund të kontribuojë reklamimi në të nxënësit tonë? Çka është e vërtetë në reklama? Si mund t'i dallojmë informatat e vërteta nga ato të rreme?»
3. Secili nxënës i zgjedh dy reklama nga ato që mësimdhënësi i ka sjellë në klasë. Njëra duhet të përmbajë informata të vërteta dhe të dobishme, tjetra duhet të përmbajë informata të rreme.
4. Nxënësit i presin reklamën, i ngjisin në letër dhe nën to shënojnë arsyet e klasifikimit për të dy kategoritë.
5. Nxënësit i shkëmbejnë fletat e tyre dhe i shpjegojnë mendimet e tyre me një shok/shoqe. Pastaj, fletat ekspozohen në klasë.

Sekuena ②

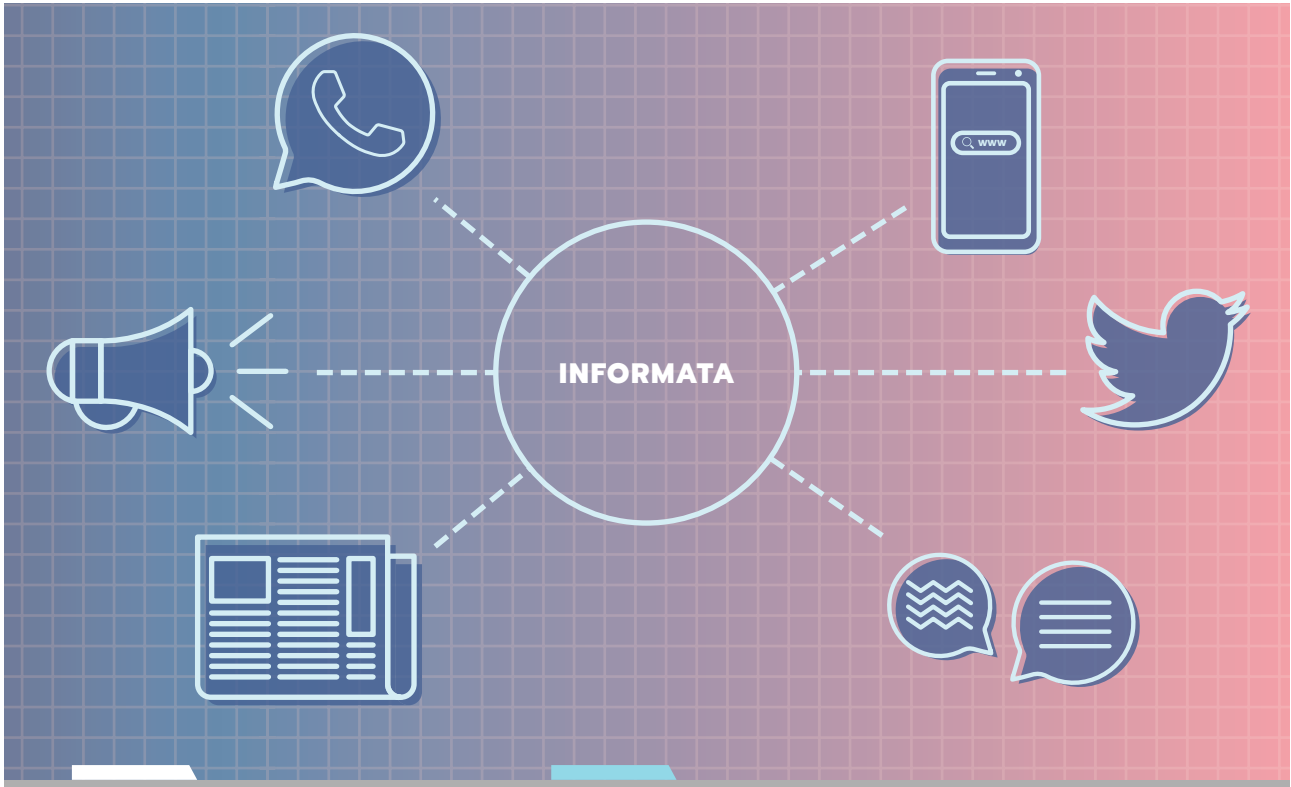
1. Mësimdhënësi i shkruan të tri polaritetet në tabelë: «nevojë e vërtetë – nevojë e rreme», «cilësi e mirë – cilësi e dobët», «çmim i lartë – çmim i ulët».
2. Nxënësit në çifte e zgjedhni një produkt nga një reklamë dhe diskutojnë:
 - «A më nevojitet ky produkt apo jo?»
 - «Çka është e veçantë për këtë produkt?»
 - «A ia vlen çmimi?»
 - «Për çka e përdor unë këtë produkt? Sa kohë mund ta përdorë?»
3. Çiftet i prezantojnë gjetjet e tyre në grup të madh.
4. Mësimdhënësi i pyet nxënësit çka do të bënin po t'i gjenin 1 milion euro? Nxënësit duhet t'i zbatojnë të tri polaritetet (shih materialin për nxënës) në vendimet e tyre.
5. Secili nxënës e shkruan një ese për këtë temë. Esetë i përfundojnë në shtëpi dhe i sjellin në orën e radhës.



MATERIALET PËR NXËNËSIT

Në dërrasë të zezë/projektor/fletë pune

Sekuena ①



Sekuena ②





DETYRA 7

TA BËJ APO MOS TA BËJ? VENDIMI I DREJTË.

Qëllimi

Nxënësit kuptojnë çka nënkupton sjellja e drejtë. Bëjnë dallimin në mes të situatave ku nevojitet guxim dhe atyre ku ai nuk është produktiv.



Koha e nevojshme

- ① 45 minuta
- ② 45 minuta



Aranzhimet sociale

- Punë individuale
- Punë në çifte
- Diskutim në grup të madh



Përgatitja

Karriget në rreth për diskutim në grup të madh; Fotografi të superheronjëve nga revista ose Interneti; Katër posterë të mëdhenj për «metodën grafiti»



Moduli 2

Sigurimi i cilësisë së jetës

PËRSHKRIMI I ORËS MËSIMORE

Sekuena ①

1. Mësimdhënësi prezenton fotografi të «superheronjëve» (p.sh. supermeni ose gruaja merimangë). Ai/ajo i pyet nxënësit për heronjtë apo heroinat që i njohin.
2. Mësimdhënësi bën me shenjë kah katër posterët e mëdhenj dhe të zbrazët. Në secilin poster është i shënuar fillimi i fjalisë:
 - Për mua një hero/heroinë është dikush që...
 - Heroi/heroina nevojitet në situatat si...
 - Në jetën e përditshme heronjtë/heroinat bëjnë gjëra si...
 - Të mundohesh të bëhesh hero/heroinë mund të jetë e rrezikshme sepse...
3. Posterët vendosen në katër tavolina. Secili nxënës e plotëson fjalinë në njërin nga posterët. Pas kësaj nxënësit kalojnë te posteri tjetër. Të gjithë nxënësit punojnë në të gjithë posterët. Së bashku reflektojnë për përmbajtjen e posterëve.
4. Për detyrë shtëpie, nxënësit e bëjnë një hulumtim për heronjtë me anëtarë të familjes nga gjenerata të ndryshme. Hulumtimin e sjellin në orën e radhës.

Sekuena ②

1. Mësimdhënësi kërkon nga nxënësit që në çifte t'i shkëmbejnë rezultatet e hulumtimeve të tyre.
2. Mësimdhënësi dhe nxënësit diskutojnë në grup të madh pse gjenerata të ndryshme kanë heronjë/heroina tjera.
3. Mësimdhënësi i pyet nxënësit nëse kanë qenë ndonjëherë heronjë/heroina? Ai/ajo kërkon nga ta të mendojnë për fjalën «kurajo».
4. Nxënësit mendojnë për: A – Kur kanë nevojë për kurajo. B – Kur nuk është mirë të tregojnë kurajo. Ata e vlerësojnë veten dhe e plotësojnë tabelën. Gjithashtu japin edhe arsyet e veta.
5. Gjatë diskutimit final në grup të madh, prezantohen dhe diskutohen disa nga rezultatet e tavolinave.

**MATERIALET PËR NXËNËSIT**

Në dërrasë të zezë/projektor/fletë pune

Sekuena ②**A jam person guximtar?****Saktë Pasaktë**

- | | | |
|--------------------------|--------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <i>Unë e ngris zërin për atë që është e drejtë edhe në qoftë se jam i/e vetëm/vetme.</i> |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <i>Nuk i nënshtrohem presioneve negative të moshatarëve.</i> |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <i>Frika nga dështimi nuk më ndalon për të provuar gjëra të ndryshme.</i> |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <i>Nuk kam frikë të shprehem vetëm për shkak se disa njerëz mund të mos pajtohen.</i> |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <i>Unë punoj për t'i zgjidhur problemet pa dhunë.</i> |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <i>Unë kurrë nuk e talli, turpëroj ose lëndoj tjetrin me qëllim.</i> |

Unë mendoj se jam person i guximshëm sepse ...

Unë mendoj se nuk jam person i guximshëm sepse ...

Kur është guximi me vend**Situatat kur kam nevojë për guxim**

.....

.....

.....

Arsyet

.....

.....

.....

Situatat kur guximi është i rrezikshëm dhe i gabueshëm

.....

.....

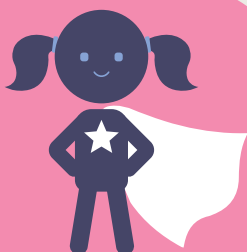
.....

Arsyet

.....

.....

.....





DETYRA 8

ÇKA MË JEP FORCË? ÇKA MË PENGON?

Qëllimi

Nxënësit i vlerësojnë burimet e tyre të ndryshme të energjisë. Ata e kuptojnë se mund të marrin energji dhe vetë-përbushje në situata të caktuara.



Koha e nevojshme

- ① 45 minuta
- ② 45 minuta



Aranzimet sociale

- Punë individuale
- Punë në çifte
- Diskutim në grup të madh



Përgatitja

Rrethi për diskutim në grup të madh;
Copa të vogla të letrës për rreth



Moduli 2

Sigurimi i cilësisë së jetës

PËRSHKRIMI I ORËS MËSIMORE

Sekuena ①

1. Mësimdhënësi i shënon në tabelë fjalët «Dhënës i energjisë» dhe «Marrës i energjisë». Ai/ajo i inkurajon nxënësit të mendojnë për gjërat që u japin energji dhe për ato që ua shpenzojnë energjinë. Në mënyrë individuale, i shënojnë mendimet në tabelën me dy kolona.
2. Në rreth diskutohen faktorët e ndryshëm. Është shumë me rëndësi që mësimdhënësi të mos i shtyjë nxënësit të përgjigjen por të inkurajojë pjesëmarrjen vullnetare.
3. Gjatë diskutimit mësimdhënësi i shënon sugjerimet për «dhënësit e energjisë» në copa të vogla të letrës dhe i vendos në mes të rrethit. Ato mund të jenë: aktivitete artistike, sporte, relaksim, punë vullnetare, etj.
4. Nxënësit kthehen në bankat e tyre dhe mendojnë për cilët «dhënës të energjisë» dëshirojnë të dinë më shumë. I shënojnë tri ide.

Sekuena ②

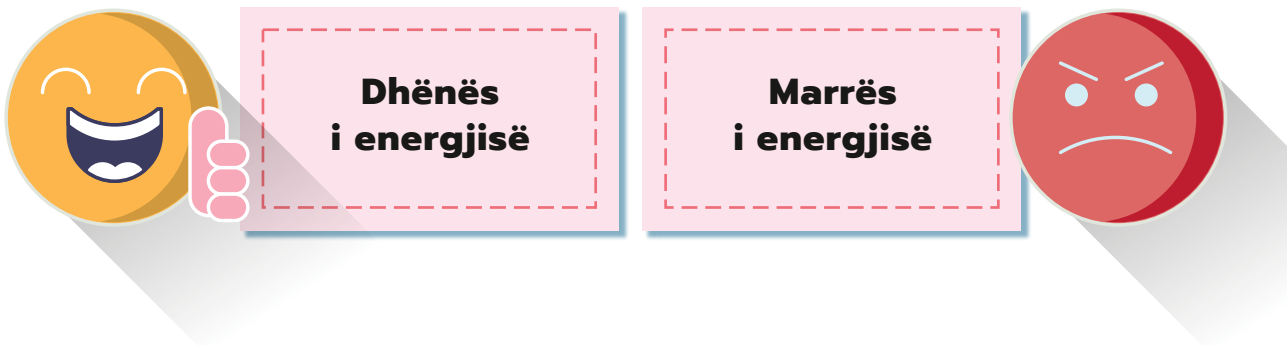
1. Mësimdhënësi kërkon nga nxënësit ta dizajnojnë projektin e tyre të vogël për strategjitë e ruajtjes së energjisë.
2. Nxënësit e zgjedhin strategjinë e tyre. Ata vendosin nëse dëshirojnë të punojnë vetëm, në çifte apo në grupe të vogla. Mësimdhënësi i mbledh idetë e nxënësve dhe shënon kush në çka dëshiron të fokusohet dhe me kë.
3. Nxënësit punojnë në temat e tyre. Ata mund të mbledhin informata (internet, libra, etj.), të shkëmbejnë ide apo të angazhohen në ndonjë aktivitet, p.sh., pikturim.
4. Mësimdhënësi dhe nxënësit, së bashku, vendosin sa kohë ju duhet për këtë. E planifikojnë një ditë për t'i prezantuar përvojat apo produktet e tyre.



MATERIALET PËR NXËNËSIT

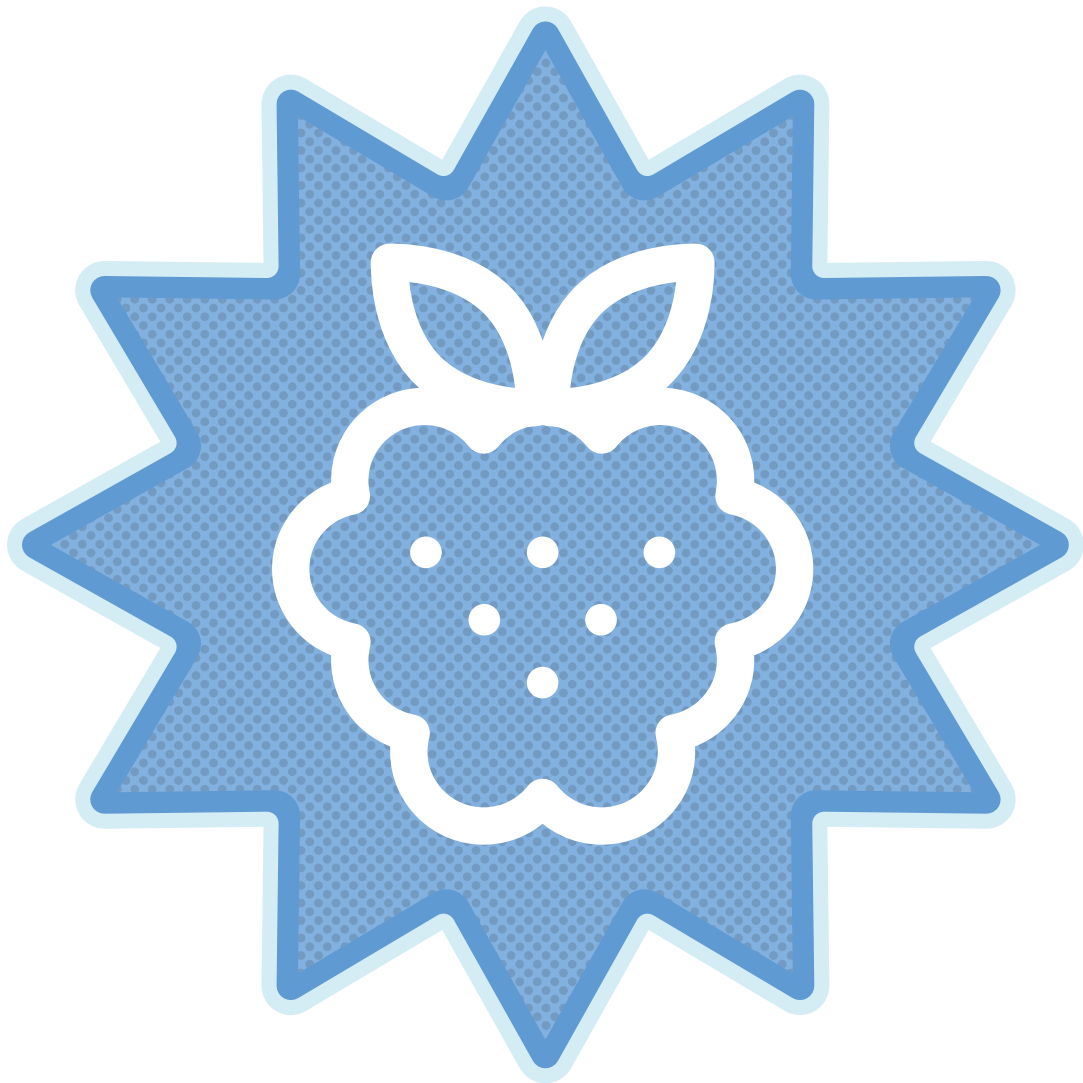
Në dërrasë të zezë/projektor/fletë pune

Sekuena ①



Sekuena ②





MODULI 3

STILET E JETËS SË SHËNDETSHME

Stilet e jetës së shëndetshme udhëzojnë nxënësit për çështjet që lidhen me shëndetin fizik dhe emocional, ushqimin e shëndetshëm, si kundërpërgjigje e veseve si droga, alkooli, duhanpirja, ndikimet gjinore, etj.



DETYRA 9

BURRAT DHE GRATË KUSH JAM UNË?

Qëllimi

Nxënësit e hulumtojnë raportin e afërt në mes të identitetit të tyre dhe seksualitetit të shëndetshëm. Reflektojnë për zhvillimin e personalitetit të tyre.



Koha e nevojshme

- ① 45 minuta
- ② 45 minuta



Aranzhimet sociale

- Punë individuale
- Punë në grupe
- Diskutim në grup të madh



Përgatitja

Karriget në rreth për diskutim në grup të madh; Skema e pesë karakteristikave të seksualitetit të shëndetshëm në tabelë, letër, power point ose fletëpune



Moduli 3

Stilet e jetës së shëndetshme

PËRSHKRIMI I ORËS MËSIMORE

Sekuena ①

Mësimdhënësi i prezanton 5 karakteristikat e seksualitetit të shëndetshëm:

- Vetë-dashuria: Pranimi i vetes
- Vetë-njohuria: Të kuptuarit e ndjenjave dhe karakterit tënd
- Vetë-besimi: Vetëdija për gjërat që mund t'i bësh mirë
- Vetë-respekt: Respekt për veten si person me vlerë
- Vetë-shprehja: Prezantimi i vetes si burrë apo si grua

Sekuena ②

Secili nxënës e pranon fletën e punës me «5 karakteristikat e seksualitetit të shëndetshëm». U përgjigjen pyetjeve në vijim:

- Pse janë këto karakteristika të ndërlidhura me seksualitetin e shëndetshëm?
- «Në shkallë prej 1 deri 10, si e vlerëson seksualitetin tënd të shëndetshëm (1 – më e ulëta, 10 – më e larta)?»
- Çka e bën të vështirë bisedën për seksualitetin?

Nxënësit, kur janë të gatshëm mblidhen në grupe të vogla dhe i krahasojnë idetë e tyre.

- Si i komentojmë këto 5 karakteristika? A po mungon diçka? Si e përshkruajnë shumica e njerëzve seksualitetin?
- Vetëbesimi duket se është parakusht i rëndësishëm për seksualitet të shëndetshëm. Provo të shpjegosh pse dhe përgatitu për t'i ndarë idetë e tua me klasën.

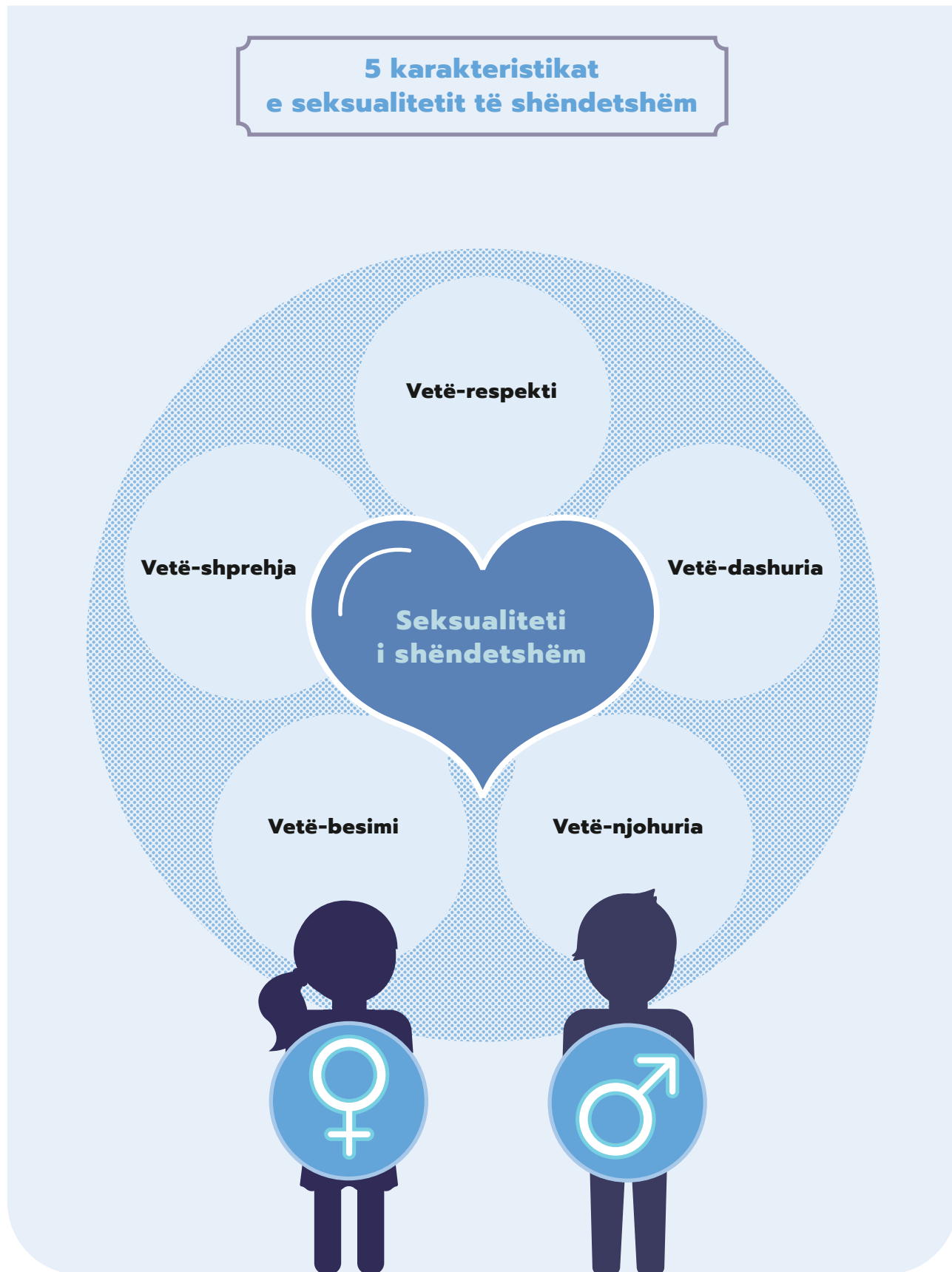
Grupet i ndajnë idetë e tyre me klasën. Këtu nevojitet moderim i kujdesshëm nga mësimdhënësi.



MATERIALET PËR NXËNËSIT

Në dërrasë të zezë/projektor/fletë pune

Sekuena ①





DETYRA 10

PËR ÇFARË KA NEVOJË TRUPI IM?

Qëllimi

Nxënësit njohin dallimet në mes të vajzave dhe djemve si dhe njohin pubertetin. Nxënësit mësojnë pse trupi i tyre ka nevojë të jetë i shëndetshëm.



Koha e nevojshme

45 minuta



Aranzhimet sociale

- Punë individuale
- Punë në grupe



Përgatitja

Lidhje interneti dhe telefona mobil; Literaturë për temën, qoftë të shtypur apo digjitale, linqe të përshtatshme për moshën nga interneti



Moduli 3

Stilet e jetës së shëndetshme

PËRSHKRIMI I ORËS MËSIMORE

Mësimdhënësi shpjegon se kjo orë do të jetë hulumtim për temën «materiet ushqyese gjatë pubertetit». Nxënësit ndahen në tri grupe. Secili grup gjen përgjigje për pyetjet në vijim:

- A kanë nevojë djemtë dhe vajzat për të njëjtat materie ushqyese gjatë pubertetit?
- Cilët faktorë ndikojnë në nevojat ushqimore të djemve dhe vajzave?
- Për cilat materie ushqyese kanë nevojë të rinjtë?

Nëse ka kohë, mësimdhënësi mund të kërkojë nga nxënësit të mendojnë për ushqimet që ofrojnë materiet ushqyese që ata/ato i kanë menduar. Ata krijojnë një recetë me to.

Nuk mund të bëhen të njëjtat rekomandime si për djemtë dhe për vajzat sepse puberteti fillon në kohë të ndryshme. Përveç kësaj, dallon mjaft shumë edhe ndërtimi i trupit të djemve dhe vajzave. Gjithashtu, ka dallime të mëdha edhe në kuadër të së njëjtës gjini. Për këtë arsye, kërkesat për materie ushqyese nuk duhet të bazohen vetëm në moshë por edhe në fazën individuale metabolike dhe psikologjike të zhvillimit.



MATERIALET PËR NXËNËSIT

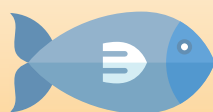
Në dërrasë të zezë/projektor/fletë pune

Rekomandime për materiet ushqyese gjatë pubertetit

Vitamin C



Kalcium



Selen

Hekur



Energjia e nevojshme

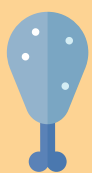


Yndyrna

Gjurmë të elementeve



Vitamin D



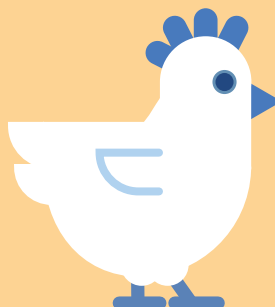
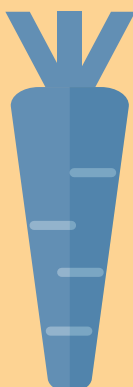
Jod



Magnez

Proteina

Minerale



Flor



DETYRA 11

RRAHJET E ZEMRËS SIME KUFIJTË E MI

Qëllimi

Nxënësit e definojnë çka nënkupton dashuria për ta. Marrin ide për kuptimin e seksualitetit dhe zhvillojnë ndjenjë të shëndoshë të afërsisë dhe distancës.



Koha e nevojshme

- ① 45 minuta
- ② 45 minuta



Aranzhimet sociale

- Punë në grupe
- Diskutim në grup të madh



Përgatitja

Karriget në rreth për diskutim në grup të madh; letër, lapsa, ngjitës; Fotografi të fazave të ndryshme të jetës



Moduli 3

Stilet e jetës së shëndetshme

PËRSHKRIMI I ORËS MËSIMORE

Sekuena ①

1. Mësimdhënësi i fton nxënësit të mendojnë se çka është dashuria. Nxënësit i shënojnë mendimet e tyre në një letër table (flipçart). Pastaj, mësimdhënësi dhe nxënësit i shikojnë rezultatet pa e gjykuar asnjë deklaratë.
2. Nxënësit ulen në rreth. Mësimdhënësi e vendos një fletë me bosht kohor 0–80 në dysheme. Ai përfaqëson jetëgjatësinë e njeriut- nga lindja deri në moshën 80 vjeçare. Përveç kësaj, aty ka fotografi nga shkolla, edukimi profesional, universiteti, fusha profesionale, dasma, fëmijët, të moshuarit. Nxënësit diskutojnë si t'i radhisin fotografitë në boshtin kohor. Mësimdhënësi kërkon nga nxënësit të reflektojnë për planin e tyre jetësor. Çka është e lehtë të planifikohet e çka është e vështirë?

Sekuena ②

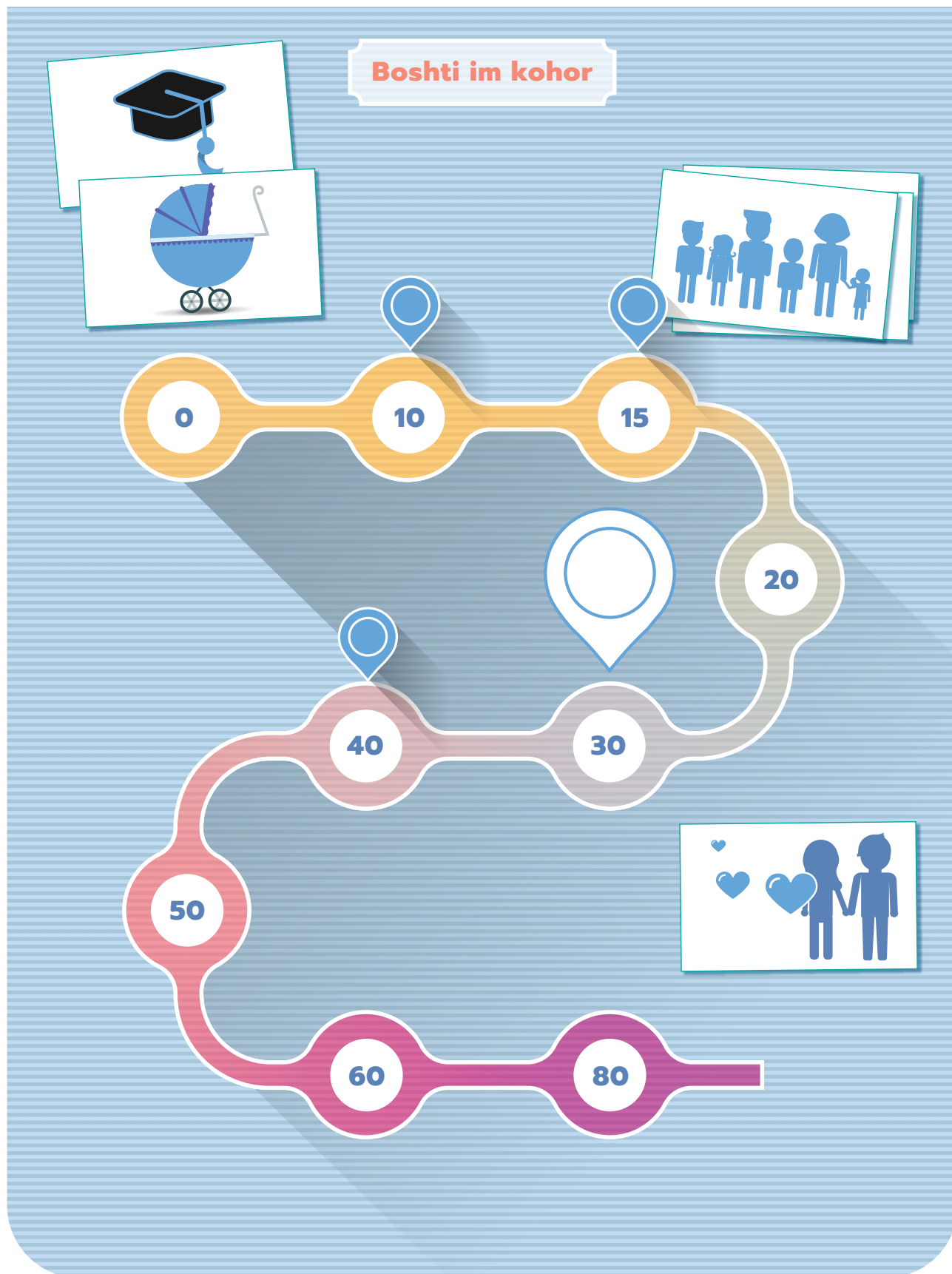
1. Mësimdhënësi e prezanton boshtin kohor nga sequenca 1. Mësimdhënësi i përmbledh fazat më të rëndësishme të jetës dhe i pyet nxënësit çka ka të bëjë seksualiteti me këtë. Nga nxënësit kërkohet t'i emërtojnë qëllimet e ndryshme të seksualitetit, p.sh. të kesh fëmijë, të krijosh një marrëdhënie.
2. Mësimdhënësi kërkon nga nxënësit të ulen dhe të reflektojnë shkurtimisht për planin e tyre jetësor. Çka është e lehtë të planifikohet e çka është e vështirë? Mësimdhënësi thekson se është në rregull edhe nëse gjërat mbeten të pacaktuara. Është në rregull të thuhet «Ende nuk e di nëse dua të kem fëmijë dhe sa». Ndonjëherë në jetë është mirë të kesh një plan dhe të dish çka dëshiron – ndonjëherë është mirë të jesh i hapur dhe fleksibil – pa ndonjë plan të caktuar.



MATERIALET PËR NXËNËSIT

Në dërrasë të zezë/projektor/fletë pune

Sekuena ① dhe ②





DETYRA 12

JE I/E FUQISHME KUR PRANON NDIHMË!

Qëllimi

Nxënësit mund të shprehin situata tipike problematike dhe e dinë si të kërkojnë ndihmë. Mësojnë si t'i ndihmojnë vetes. I dinë disa fakte relevante për drogat dhe varësinë.



Koha e nevojshme

- ① 45 minuta
- ② 45 minuta



Aranzimet sociale

- Punë individuale
- Diskutim në grup të madh



Përgatitja

Lista e pyetjeve në tabelë ose fletëpune



Moduli 3

Stilet e jetës së shëndetshme

PËRSHKRIMI I ORËS MËSIMORE

Sekuenca ①

1. Mësimdhënësi i shpërndan fletët e punës me gjashtë pyetjet për mënyrën si të zgjidhen problemet personale. Secili nxënës përgjigjet në mënyrë individuale. Pastaj secili nxënës i ndan përgjigjet e veta me një shok/shoqe. Mësimdhënësi mund t'ua japë idenë të vëzhgojnë nëse ka probleme të njëjta.
2. Gjatë diskutimit në grup të madh, mësimdhënësi dhe nxënësit flasim për problemet tipike në shoqëri. Nxënësit e përgatisin një «listë» të pesë problemeve më të shpeshta me të cilat ballafaqohen adoleshentët. Mësimdhënësi / një nxënës e shënon secilën pikë të listës në letër dhe i vendos të gjitha letrat në dyshe.
3. Nxënësit reflektojnë për atë se çka dhe kush mund tu ndihmojë me ato probleme. Ndonjëherë një shok mund të ndihmojë. Ndonjëherë është e nevojshme ndihma profesionale. Çfarë ndihme profesionale ka në dispozicion?

Sekuenca ②

1. Mësimdhënësi kërkon nga nxënësit të tregojnë çka dinë për drogat sipas hartës së mendjes. «Çka janë drogat (definicioni)? Cilat janë drogat legale dhe jolegale? Çfarë ndikimi kanë drogat në jetën time? Cili është qëndrimi i drejtë ndaj drogave? Cilat janë zgjidhjet për parandalimin e drogës?»
2. Gjatë diskutimit në grup të madh, nxënësit diskutojnë për pyetjet e lartpërmendura dhe e krijojnë një hartë mendimesh.



MATERIALET PËR NXËNËSIT

Në dërrasë të zezë/projektor/fletë pune

Sekuena ①



Si t'i menaxhoj problemet e mia

- Çka pret nga një shok i mirë nëse ke ndonjë problem?
- Cilat janë anët tua të forta kur të tjerët kërkojnë ndihmën tënde?
- Cilën përgjigje nuk e pëlqen kur dëshiron të flasësh për ndonjë problem?
- Si e vërejnë të tjerët kur nuk je në dispozicion?
- Si merr ndihmë nga këshilltarët, mësuesit, miqtë apo familjarët?
- Çka mund të bëjnë miqtë që të ta bëjnë më të lehtë të flasësh për një problem?

Sekuena ②





MODULI 4

DIZAJNIMI I KARRIERAVE PERSONALE DHE ZHVILLIMI I MENDËSISË NDËRMARRËSE

Dizajnimi i karrierave personale dhe zhvillimi i mendësisë ndërmarrëse me theks në të kuptuarit e profesioneve nga perspektiva e tregut të punës, planifikimit të karrierës dhe vendimmarrjes për karrierë, ndërmarrësia si opsion i karrierës, etj.



DETYRA 13

SI ËSHTË TË PUNOSH?

Qëllimi

Nxënësit mësojnë ta analizojnë dhe të reflektojnë për balansin e tyre punë-jetë.



Koha e nevojshme

- ① 45 minuta
- ② 45 minuta



Aranzimet sociale

- Puna në çifte
- Diskutim në grup të madh



Përgatitja

Detyra në tabelë ose fletëpune; Letër; Fotografi nga revistat për ljë/argëtim dhe punë



Moduli 4

Dizajnimi i karrierave personale dhe zhvillimi i mendësisë ndërmarrëse

PËRSHKRIMI I ORËS MËSIMORE

Sekuena ①

1. Mësimdhënësi fillon me një fotografi nga një revistë e cila tregon dy kategori, të «punës» dhe të «kohës së lirë». Nxënësit diskutojnë cila fotografi përkon me cilin aspekt më shumë.
2. Nxënësit punojnë në çifte dhe e zgjedhin një fotografi që u ndihmon ta qartësojnë këndvështrimin e tyre: Çka e shohin si aktivitet të kohës së lirë? Kur fillon puna serioze? Ata i vlerësojnë fotografitë e tyre nga 1 deri 10 për secilin aspekt.
3. Çiftet prezantojnë shkurtimisht gjetjet e tyre dhe shpjegojnë si i kanë vlerësuar.
4. Tani, me atë që kanë dëgjuar dhe parë, kanë mjaft përshtypje për ta plotësuar një tabelë të vogël «puna kundrejt kohës së lirë».
5. Mësimdhënësi kërkon nga nxënësit të shkojnë në shtëpi dhe të mendojnë për punë të vogla të cilat mund t'i bëjnë në familjen apo lagjen e tyre.

Sekuena ②

1. Nxënësit i shkëmbejnë gjetjet e tyre në çifte.
2. Pastaj mundohen ta gjejnë një aktivitet që u përshtatet të dyve.
3. Në fund, prej tyre kërkohet t'i prezantojnë dy aktivitetet, por jo me fjalë por me gjeste, ashtu që klasa të duhet t'ia qëllojë.

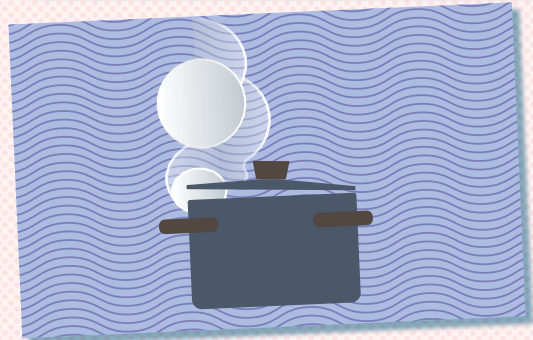
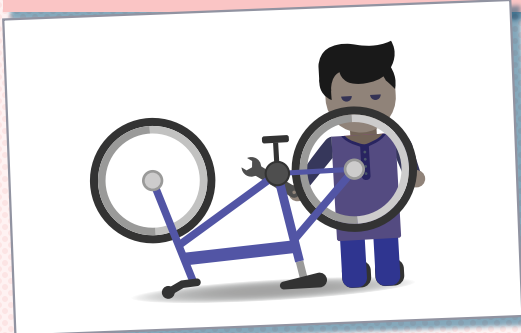
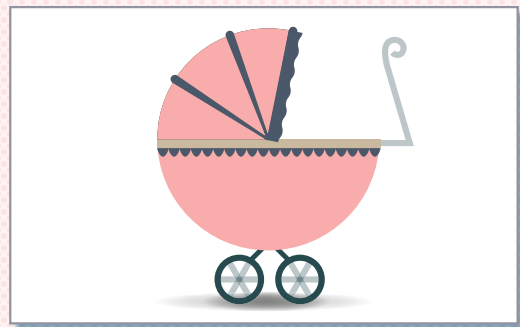


MATERIALET PËR NXËNËSIT

Në dërrasë të zezë/projektor/fletë pune

Sekuena ①

Punë apo kohë e lirë?





DETYRA 14

SHKOLLAT DHE PROFESIONET TË VJETRA APO TË REJA?

Qëllimi

Analizimi dhe reflektimi për mundësitë e karrierës në të kaluarën dhe të tashmen. Hulumtimi i mënyrave të reja të shprehjes.



Koha e nevojshme

- ① 45 minuta
- ② 45 minuta



Aranzhimet sociale

- Punë në grupe
- Diskutim në grup të madh



Përgatitja

Titujt në tabelë ose projektor:
«Profesionet e vjetra», «Profesionet e reja», «Shkollat e vjetra», «Shkollat e reja»



Moduli 4

Dizajnimi i karrierave personale dhe zhvillimi i mendësisë ndërmarrëse

PËRSHKRIMI I ORËS MËSIMORE

Disa profesione të cilat i shohin nxënësit në rajonin e tyre janë të vjetra ose shumë të vjetra. Të tjerat janë të reja. E njëjta vlen për shkolla, disa kanë traditë të gjatë e disa kanë filluar me ofrimin e shërbimeve të tyre rishtazi.

Sekuenca ①

1. Mësimdhënësi e prezanton temën përmes titujve dhe mbledh shembuj nga nxënësit.
2. Nxënësit të cilët dëshirojnë ta hulumtojnë një shkollë të re takohen në një kënd, ndërsa nxënësit të cilët dëshirojnë ta hulumtojnë një profesion të ri takohen në këndin e dytë. Në këndin e tretë takohen nxënësit të cilët janë të interesuar në një shkollë të vjetër, ndërsa në këndin e katërt takohen nxënësit të cilët dëshirojnë ta hulumtojnë një profesion të vjetër.
3. Dy deri tre nxënës punojnë së bashku dhe e hulumtojnë lagjen e tyre për mundësi shkollimi ose karriere. Me vete i marrin kamerat ose telefonat mobil dhe bëjnë foto. Dokumentacionin e tyre e sjellin në shkollë. Për detyrë shtëpie u kërkohet të mbledhin informata relevante dhe fotografi për shkolla dhe profesione të reja dhe të vjetra.

Sekuenca ②

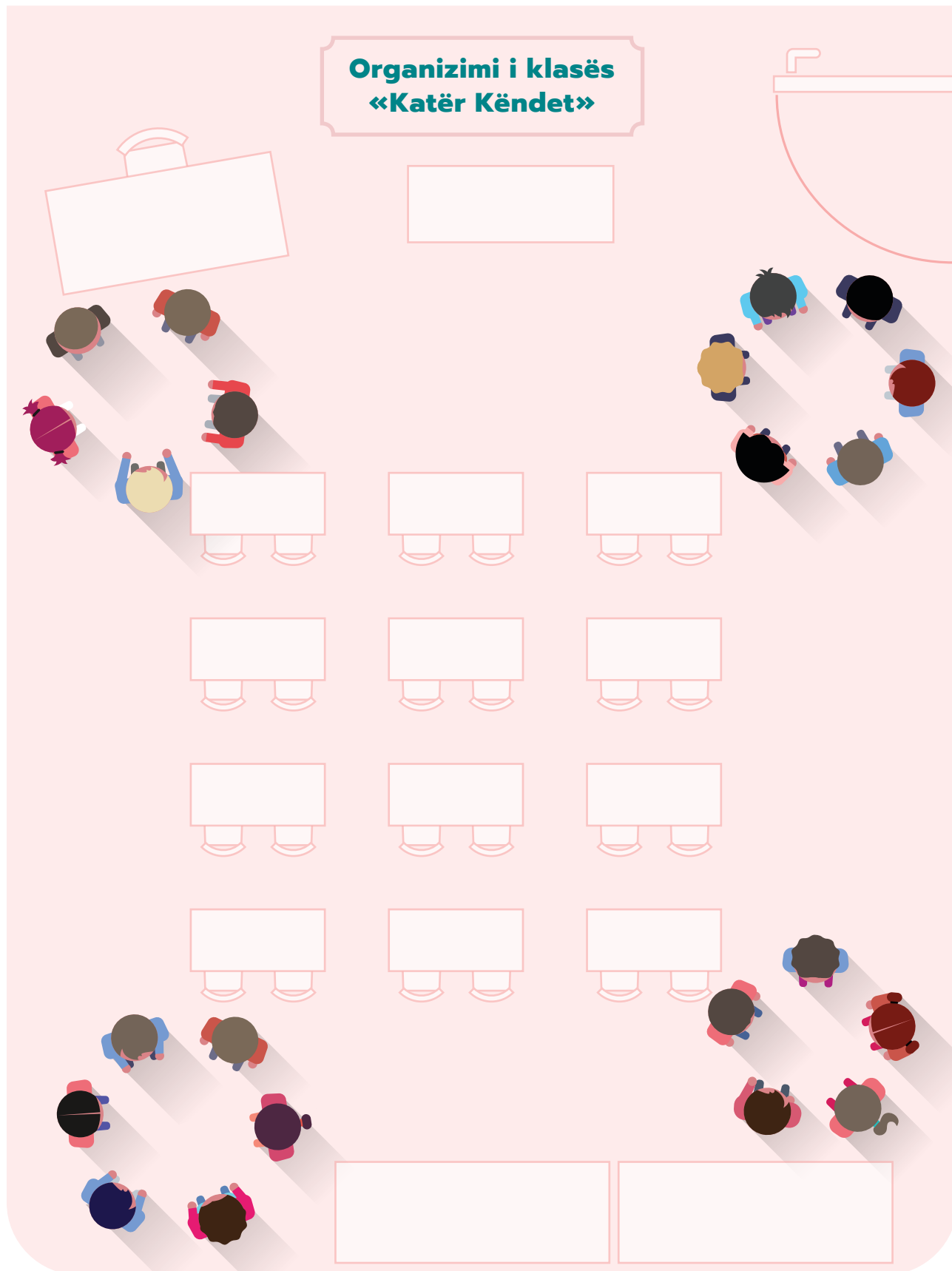
Nxënësit kthehen dhe i shkëmbejnë gjetjet e tyre. Së bashku me mësimdhënësin e gjejnë një mënyrë për t'i prezantuar ato, p.sh. ekspozitë, prezantime të shkurtra, posterë, diskutime në grupe, etj.



MATERIALET PËR NXËNËSIT

Në dërrasë të zezë/projektor/fletë pune

Sekuena ①





DETYRA 15

VULLNETARIZMI DHE PUNA PRAKTIKE – PSE?

Qëllimi

Nxënësit njihen me mundësitë për punë vullnetare dhe punë praktike në vendin e tyre. Reflektojnë për motivimin e tyre për të punuar për pagesë të vogël ose pa pagesë.



Koha e nevojshme

- ① 45 minuta
- ② 45 minuta



Aranzimet sociale

- Punë në grupe
- Diskutim në grup të madh



Përgatitja

Shembuj për vullnetarizëm dhe punë praktike



Moduli 4

Dizajnimi i karrierave personale dhe zhvillimi i mendësisë ndërmarrëse

PËRSHKRIMI I ORËS MËSIMORE

Sekuenca ①

1. Mësimdhënësi e prezanton temën «Vullnetarizmi dhe puna praktike». Të dyja e kanë të përbashkët se punon për pagesë të vogël ose pa pagesë. Mësimdhënësi e ilustron secilën temë me nga një shembull. Pastaj kërkon nga klasa të shtojnë më shumë shembuj.
2. Nxënësit ndahen në grupe të vogla prej 4 deri 5 nxënës. Secili grup i mbledh 5 deri 10 aktivitete të cilat mund t'i bëjnë nxënësit e moshës së tyre. Këto i shënojnë në një poster ku i shënojnë edhe vendet ku mund t'i bëjnë këto aktivitete në rrethinën e tyre.
3. Secili grup bëhet bashkë me një grup tjetër dhe i ndajnë gjetjet.
4. Për detyrë shtëpie, secili nxënës i pyet anëtarët e familjes ose fqinjët për mundësitë për të bërë punë vullnetare ose praktike në rrethinën e tyre.

Sekuenca ②

1. Nxënësit kthehen në grupet e vogla nga sekuenca 1, hapi 2, dhe i shkëmbejnë idetë e tyre të reja. Pastaj dy grupe të vogla bëhen bashkë dhe i shkëmbejnë gjetjet e tyre, ashtu që të gjithë të marrin më shumë ide të detajuara për aktivitetet dhe vendet e mundshme.
2. Pastaj, nxënësit kthehen në grupet e tyre të vogla dhe diskutojnë çka i motivon njerëzit për të bërë punë vullnetare. Secili grup i gjen së paku katër motive të ndryshme.
3. Të gjitha motivet mblidhen në grup të madh. Mësimdhënësi i shënon në tabelë dhe i klasifikon me ndihmën e nxënësve.



MATERIALET PËR NXËNËSIT

Në dërrasë të zezë/projektor/fletë pune

Sekuena ① dhe ②

Puna ime vullnetare

Cili aktivitet?

Ku?

<i>Lexim i gazetave për të moshuarit</i>	<i>Shtëpia e pleqve në rrugën Viktoria</i>
<i>Përgatitja e ëmbëlsirave të enjteve mbrëma</i>	<i>Furra në rrugën kryesore</i>
<i>Ndihmë nxënësve më të vegjël me detyra të shtëpisë</i>	<i>Shkolla fillore nr. 3</i>
...	...





DETYRA 16

SHKRIMI I NJË CV-JE TË MIRË

Qëllimi

Nxënësit mësojnë t'i identifikojnë pjesët kryesore të CV-së. Janë në gjendje ta shkruajnë një CV dhe t'ia përshtasin rrethanave të veta.



Koha e nevojshme

- ① 45 minuta
- ② 45 minuta



Aranzhimet sociale

- Punë individuale
- Punë në çifte
- Diskutim në grup të madh



Përgatitja

Dy CV që shërbejnë si shembull



Moduli 4

Dizajnimi i karrierave personale dhe zhvillimi i mendësisë ndërmarrëse

PËRSHKRIMI I ORËS MËSIMORE

Sekuena ①

1. Mësimdhënësi i vendos dy shembuj të CV-ve në dy mure të klasës, në mënyrë që të ketë mjaft hapësirë për nxënësit të qëndrojnë përreth.
2. Gjatë diskutimit në vijim, flitet për pjesët kryesore të CV-së dhe qëllimin e saj. Mësimdhënësi i shënon ato si dhe situatat kur nevojitet CV-ja.
3. Nxënësit e hartojnë një CV për hapin e radhës në karrierën e tyre, qoftë ajo profesionale ose arsimore:
 - «Mendo për interesimet, anët e forta, shkathtësitë speciale, hapat e parë në botën e punës, punën vullnetare, përvojën praktike.»
 - «Bëje një draft në një fletë: Cilat janë elementet kryesore? Cilat tekste do t'i vendosësh?»
 - «Gjeje adresën e biznesit ose shkollës/institutit që i përshtatet interesimeve tua, ashtu që CV-ja jote të jetë sa më reale.»
4. 10 minuta para përfundimit të orës, nga nxënësit kërkohet të shkojnë me draftet e tyre – të përfunduara ose jo – te një shok/ shoqe, t'i shkëmbejnë dhe të marrin informatë kthyese.
5. Për detyrë shtëpie, nxënësit i pyesin prindërit cilat anë të forta i shohin në ta, dhe cilat biznese ose institute do t'i rekomandonin. Pastaj, nxënësit i përfundojnë draftet e tyre.

Sekuena ②

1. Nxënësit ndahen në çifte dhe ia tregojnë shokut/shoqes së tyre draftin e CV-së. Informata kthyese përqendrohet në përputhshmërinë në mes të interesimeve personale dhe anëve të forta dhe subjektit kujt i adresohet CV-ja.
2. Kuiz: Mësimdhënësi i mbledh të gjitha CV-të. Pastaj e zgjedh një me rastësi dhe e lexon me zë. Klasa duhet t'ia qëllojë kush e ka shkruar, dhe pse.
3. Për ta përmbledhur, mësimdhënësi e udhëheq një diskutim në klasë
 - «Cilat mundësi të karrierës ishin më të shpeshta, rralla, befasuese në CV?»
 - «Cilat janë pikat kryesore kur e shkruan një CV?»



MATERIALET PËR NXËNËSIT

Në dërrasë të zezë/projektor/fletë pune

Sekuena ① dhe ②

CV-ja ime (Curriculum Vitae)

EMRI, MBIEMRI

PËRVOJA

- _____

- _____

- _____

EDUKIMI

- _____

- _____

KONTAKTI

- 📍 _____
- ☎ _____
- ✉ _____
- @ _____

SHKATHTËSITË

- _____
- _____
- _____

53



MODULI 5

SIGURIA PERSONALE

Siguria personale i pajis nxënësit me qëndrim të orientuar kah sjellja që mundëson sigurinë personale dhe të tjerëve.



DETYRA 17

MEDIA IME, EMOCIONET E MIA

Qëllimi

Nxënësit vetëdijesohen për atë se si ndërlihet përdorimi i mediave me emocionet pozitive, negative dhe ambivalente dhe se emocionet mund të ndikohen në mënyrë të drejtpërdrejtë nga përdorimi i mediave.



Koha e nevojshme

- ① 45 minuta
- ② 45 minuta



Aranzhimet sociale

- Punë individuale
- Punë në çifte
- Punë në grupe
- Diskutim në grup të madh



Përgatitja

Karriget në rreth për diskutim në grup të madh; Fletë pune në tabelë ose projektor



Moduli 5

Siguria personale

PËRSHKRIMI I ORËS MËSIMORE

Sekuena ①

1. Mësimdhënësi kërkon nga nxënësit të mendojnë për emocionet që mund të ndërlihen me lloje të caktuara të mediave ose situata të caktuara në të cilat përdoren mediat, p.sh. dëgjimi i muzikës për t'u disponuar, shikimi i një filmi qesharak që të bën ty dhe shokun/shoqen tënde për të qeshur, ndjenja e pakënaqësisë pas orëve të kërkimit në internet, ndjenja e keqe kur të tjerët marrin më shumë pëlqime, etj.
2. Nxënësit diskutojnë shkurtimisht në çifte.
3. Nxënësit i vizatojnë mediat të cilat i përdorin rregullisht në një fletë pune, p.sh. filma, seriale, lajme, Facebook, YouTube, etj. Mendojnë për emocionet dhe qëndrimet që i kanë ndaj secilës nga ato media dhe e ilustrjnë atë me një fytyrë (emoji) dhe me fjalë.
4. Nxënësit i prezantojnë rezultatet e tyre në grupe të vogla. Mësimdhënësi shkon nga grupi në grup për t'i përkrahur dhe merr informata për aktivitetet e tyre në media.
5. Disa nxënës zgjedhen për ta prezantuar përvojën e tyre para klasës.

Sekuena ②

Nxënësit e krijojnë një fletëpalosje. Aty i listojnë aktivitetet e mediave që u japin njerëzve ndjenja pozitive dhe aktivitetet e mediave që u japin njerëzve ndjenja negative.




MATERIALET PËR NXËNËSIT





Në dërrasë të zezë/projektor/fletë pune


Sekuenca ①

Mediat e mia – emocionet e mia








Media



Emocionet

Shënimet

Sekuenca ②

Aktivitetet e mia në media

Këto media më krijojnë ndjenja pozitive	Këto media më krijojnë ndjenja negative
...	...
...	...
...	...



DETYRA 18

NJOHJA ME STRATEGJI TË NDRYSHME TË REKLAMIMIT

Qëllimi

Nxënësit njihen me strategjitë e dukshme dhe më pak të dukshme të reklamimit dhe mund t'i analizojnë ato në mënyrë kritike.



Koha e nevojshme

- ① 45 minuta
- ② 45 minuta



Aranzhimet sociale

- Punë në çifte
- Punë në grupe
- Diskutim në grup të madh



Përgatitja

Shembuj të reklamave nga revistat ose interneti; Pamje nga filmat me vendosje të produkteve.



Moduli 5

Siguria personale

PËRSHKRIMI I ORËS MËSIMORE

Sekuena ①

1. Mësimdhënësi e tregon një shembull të një reklame të dukshme, p.sh. reklamimi i një pije, dhe një shembull të një reklame të padukshme, p.sh. një skenë nga një lojë kompjuterike me vendosje të produktit. Mësimdhënësi kërkon nga nxënësit të tregojnë nëse dinë shembuj të tjerë. Mësimdhënësi i moderon diskutimet e nxënësve.
2. Mësimdhënësi e prezanton termin «vendosje e produktit» dhe e shpjegon se disa lojë kompjuterike përmbajnë reklama.
3. Mësimdhënësi e shpjegon të ashtuquajturin «efekt i ekspozimit të thjeshtë»: një gjë fillimisht neutrale e cila paraqitet gjithnjë e më pozitive thjesht nga ekspozimi i përsëritur, p.sh. sa më shpesh që e sheh një llogo, edhe nëse nuk e kupton me vetëdije, aq më shpejt do ta konsiderosh atë produkt në mënyrë pozitive.
4. Nxënësit i diskutojnë këto dy pyetje në grupe nga tre veta:
 - Sa pranues jam ndaj reklamave të dukshme dhe të padukshme?
 - A është në rregull që reklammat të paraqiten pa u identifikuar dukshëm si reklama?
5. Zgjedhen disa grupe për t'ia prezantuar klasës gjetjet e tyre në diskutim në grup të madh.

Sekuena ②

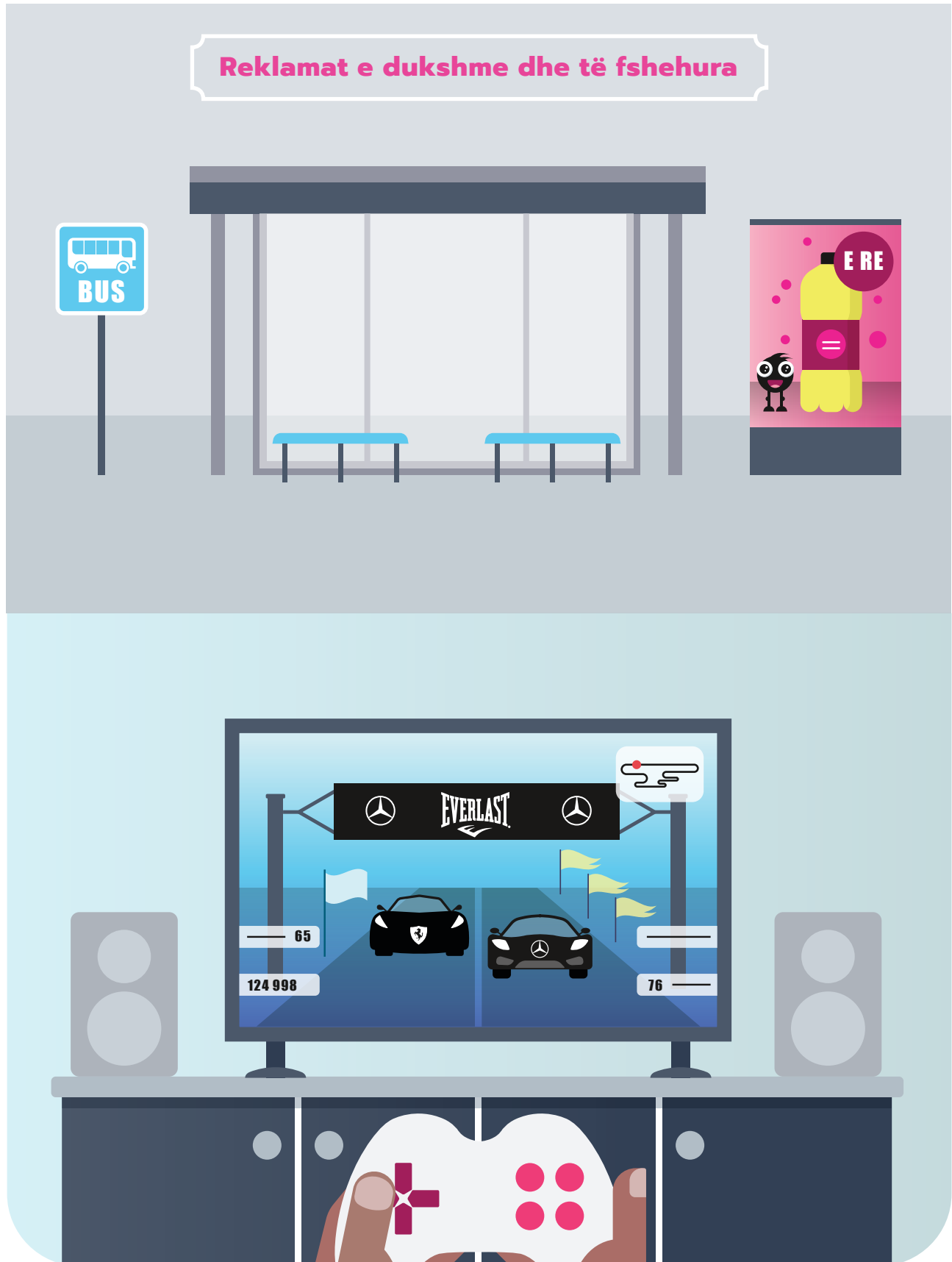
1. Nxënësit, në grupe nga dy vetë, krijojnë posterë që ofrojnë informata për llojet e ndryshme të reklamave të dukshme dhe të padukshme. Mund të kërkohet në internet për shembuj dhe të vizatohen në poster.
2. Grupet i shikojnë posterët e njëri tjetrit dhe japin komente kthyesë.



MATERIALET PËR NXËNËSIT

Në dërrasë të zezë/projektor/fletë pune

Sekuena ①





DETYRA 19

MENAXHIMI I REKLAMAVE NË MËNYRË KRITIKE DHE KREATIVE

Qëllimi

Nxënësit janë të vetëdijshëm se porositë e reklamave ndërlidhen në mënyrë delikate me dëshirat e audiencës. Gjithashtu mësojnë se vlerat e caktuara që reklamohen mund të jenë të dëmshme.



Koha e nevojshme

- ① 45 minuta
- ② 45 minuta



Aranzhimet sociale

- Punë individuale
- Punë në grupe
- Diskutim në grup të madh



Përgatitja

Nxënësve u jepet detyrë shtëpie përgatitore, të mbledhin reklama nga revistat. Ato sillen në klasë gjatë orës.



Moduli 5

Siguria personale

PËRSHKRIMI I ORËS MËSIMORE

Sekuenca ①

1. Nxënësit ndahen në dy grupe. Secili grup i formon dy rrethë, një të brendshëm dhe një të jashtëm. Nxënësit në rrethin e brendshëm kthehen kah nxënësit në rrethin e jashtëm. Në çifte diskutojnë për dy minuta çka ju pëlqen dhe çka nuk ju pëlqen në reklama. Pastaj rrethi i jashtëm lëviz një hapësirë në të majtë. Çiftet e reja që formohen i shkëmbejnë informatat e tyre. Kjo përsëritet disa herë.
2. Nxënësit i ndajnë mendimet e tyre në grup të madh, mësimdhënësi e moderon diskutimin.
3. Mësimdhënësi i lejon nxënësit ta diskutojnë deklaratën në vijim: «Të gjitha gratë e reja kanë çrregullim të të ushqyerit kur i shohin reklammat me modele të dobëta». Mësimdhënësi e thekson se porositë e reklamave mund të interpretohen në mënyra shumë të ndryshme.
4. Nga nxënësit kërkohet t'i shikojnë reklammat që i kanë sjellë në klasë. Ata vendosin cilat janë problematike dhe tregojnë pse, p.sh.: «cigaret dëmtojnë shëndetin»; «reklamimi për vetura sportive çon drejt dëmtimit të mjedisit»; «reklamimi me modele shumë të dobëta mund të çojë drejt vetëbesimit të ulët».

Sekuenca ②

1. Nxënësit i presin reklammat e zgjedhura dhe i modifikojnë ashtu që të shprehet kritika. Ky lloj i kolazhit quhet edhe «goditje reklamave». Mundësitë në vijim janë në dispozicion:
 - Prejnë kutiza të fjalëve dhe të mendimeve, shkruajnë në to dhe i vendosin tek fotot
 - E ndryshojnë ose zëvendësojnë porosinë e reklamës
 - E ndryshojnë ose zëvendësojnë foton/imazhin
 - Kombinojnë imazhet
 - Pikturojnë ose ripikturojnë fotografitë, p.sh. ngjyrosin me të verdhë dhëmbët e gruas që i reklamon cigaret
2. Punimet vendosen në klasë dhe nxënësit kanë kohë për t'i shikuar.
3. Nxënësit japin informata kthyese duke shkruar në fleta të vogla dhe duke i ngjitur nën punimet përkatëse.



MATERIALET PËR NXËNËSIT

Në dërrasë të zezë/projektor/fletë pune

Sekuena ①

Vështrimi kritik i reklamave

-
- Produkti është i dëmshëm për shëndet
-
- Produkti është i dëmshëm për mjedisin
-
- Produkti është i dëmshëm për njerëzit në vendet e varfra
-
- Reklama e produktit është ndryshuar me fotoshop
-
- Produkti jep premtime të rreme
-
- Produkti është kundër grave (kundër burrave)
-
- Produkti është kundër njerëzve të një vendi të caktuar/pakicave
-

Sekuena ②

FAST FOOD X

Shijoje stilin tënd të shëndetshëm të jetës!

FAST FOOD X

Shijoje stilin tënd të **PA**shëndetshëm të jetës!

Lojë me top?
Shumë i trashë!



DETYRA 20

KEQTRAJTIMI SEKSUAL

Qëllimi

Nxënësit mësojnë si ta menaxhojnë dhunimin e kufijve personal dhe vetëdijesohen për keqtrajtimin seksual. Mësojnë se duhet ta mbrojnë veten edhe gjatë përdorimit të mediave sociale dhe dhomave të bisedës online.



Koha e nevojshme

- ① 45 minuta
- ② 45 minuta



Aranzhimet sociale

- Punë në çifte
- Diskutim në grup të madh



Përgatitja

Karriget në rreth për diskutim në grup të madh; Interneti; Letër, lapsa me ngjyrë



Moduli 5

Siguria personale

PËRSHKRIMI I ORËS MËSIMORE

Sekuena ①

1. Nxënësve u tregohet filmi «Liqeni» (vimeo.com/236548874), që është prodhuar për Asambleenë Parlamentare të Këshillit të Evropës (PACE).
2. Nxënësit në dy grupe, diskutojnë për atë që tregohet dhe nuk tregohet në film. Nxënësve u jepet detyra e vizatimit të situatave të ndryshme nga filmi, me kutiza (fluska) të fjalëve për t'i treguar mendimet e karaktereve. Detyra ka të bëjë me vetëdijesimin për ndjenjat dhe mendimet dhe me shprehjen e empatisë.
3. Nxënësit zhvillojnë hipoteza të ndryshme për përbërjet e familjes në film dhe sjelljen e aktores kryesore në fund të filmit.

Sekuena ②

1. Nxënësit punojnë në grupe nga dy vetë. I shënojnë dhe i vizatojnë idetë e tyre se si do të mund të zhvillohej tregimi më tutje. Pastaj versionet e ndryshme tregohen dhe diskutohen në grup të madh.
2. Filmi «Tregoji dikujt që i beson» nga Këshilli i Evropës (vimeo.com/292080877) ofron një zgjidhje të mundshme: fëmija në fjalë shkon te një mësimdhënës (filmi është në gjuhën angleze, por shumica mund të kuptohet nga pamjet). Mësimdhënësi thekson se çdokush mund të jetë viktimë e dhunës seksuale, si fëmijët në të dy filmat. Por ti gjithashtu mund të kesh vetëbesim dhe t'i përkrahësh viktimat dhe veten duke i kontaktuar mësimdhënësit dhe të rriturit e besueshëm.
3. Mësimdhënësi e thekson se disa sulmeve seksuale i paraprin komunikimi me telefona mobil ose kompjuterë. Fëmijët dhe adoleshentët shpeshherë kontaktohen online nga të huaj të cilët shpalosin kërkesa të padëshiruara seksuale. Dhunuesit shpesh herë paraqiten si dikush tjetër, p.sh. dikush me moshë ose gjini tjetër. Ky lloj i kontaktit quhet «parapërgatitje kibernetike».



MATERIALET PËR NXËNËSIT

Në dërrasë të zezë/projektor/fletë pune

Sekuena ①

