***III- KUJDESI PËR RUAJTJEN E ORGANIZMIT NGA DËMTIMET***

Duke qenë se një nga aspektet më të rëndësishme të të ushtruarit me veprimtari fizike e sportive është edhe siguria, në këtë tematikë jepet informacion për traumën e thyerjes së kockave (dëmtime të sistemit skeletor), si një prej lëndimeve kryesore që mund të vijnë gjatë të ushtruarit. Nxënësit njihen me rreziqet që sjellin këtë traumë, teknikat fillestare të dhënies së ndihmës së parë në raste të thyerjes së kockave, sipas vështirësisë së rastit, rregullat e sigurisë dhe masat parandaluese të thyerjes së kockave, si dhe teknika të thjeshta të rehabilitimit të thyerjes së kockave.

Më poshtë jepen shembuj të trajtimit të temave mësimore të orëve teorike, nëpërmjet planifikimeve ditore

***MËSIMI 3.1: SISTEMI SKELETOR DHE FRAKTURAT (THYERJA E KOCKAVE)***

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Fusha**: Edukim fizik, sporte dhe shëndet | **Lënda:** Edukim fizik, sporte dhe shëndet | **Shkalla:5** | | **Klasa:11** |
| **Tema mësimore**: Sistemi skeletor dhe frakturat (thyerja e kockave) | | **Situata e të nxënit:**  Bashkëbisedim,  sjellja shembujve, reflektim i nxënësve | | |
| **Rezultatet e fushës/lëndës:**  **Nxënësi/sja:**   * Identifikon raste të thyerjes së kockave (dëmtime të sistemit skeletor); * Identifikon rreziqe që mund të sjellin thyerjen e kockave. | | | **Fjalët kyçe:**  Sistem skeletor, lëndime e dëmtime, trauma, thyerje e kockave (fraktura), rreziqe për lëndime fizike. | |
| **Burimet:**  Materiali ndihmës për nxënësit (tekst mësimor), programi, udhëzuesi i mësuesit dhe literaturë ndihmëse. | | **Lidhja me fushat e tjera ose me temat ndërkurrikulare:** Shkencat natyrore, gjuhën dhe komunikimin | | |
| **Metodologjia dhe veprimtaritë e nxënësve** | | | | |
| **Faza e parë** : Duke shfrytëzuar informacionin e marrë prej nxënësve nga burime të tjera, mësuesi fton nxënësit në një diskutim interaktiv rreth asaj që dinë mbi:   * Sistemin skeletor, përbërjes së kockave dhe funksioneve të tyre. * Kyçeve dhe indit lidhës.   **Faza e dytë**: Mësuesi fillon të shpjegojë me shembuj rreth:   * Sistemin skeletor, përbërjes së kockave dhe funksioneve të tyre. * Kyçeve dhe indit lidhës. * Frakturat (thyerja e kockave) * Llojet e frakturave   **Faza e tretë:** Referuar edhe informacionit të marrë gjatë orës mësimore, mësuesi fton nxënësit të diskutojnë rreth informacionit të marrë nga mësimi dhe burime të ndryshme rreth temës mësimore.  Mësuesi duhet të tregohet i kujdesshëm dhe ndihmues, për të siguruar që çdo nxënës të shprehet lirshëm mbi atë çka mendon. | | | | |
| **Vlerësimi:**  Nxënësit/et do të vëzhgohen gjatë bashkëveprimit me njëri –tjetrin dhe mësuesin/en për njohuritë që kanë rreth temës mësimore.  Do të vlerësohen për dukuritë pozitive të shfaqura gjatë diskutimit (respektimi mendimit të shokëve, radhës së diskutimit, pjesëmarrja aktive në diskutim, et.) | | | | |
| **Detyrat dhe puna e pavarur (detyrë në shtëpi):** Të zbulojnë më tepër prej prindërve, internetit apo librave të ndryshme mbi funksionet e sistemit skeletor dhe frakturave (thyerjes së kockave), shkaqeve dhe mënyrave të parandalimit të tyre. Të diskutohet në klasë rreth informacionit të mbledhur. | | | | |