***MËSIMI 14: RREGULLA TË SIGURISË, PARANDALIMI DHE REHABILITIMI I THYERJES SË KOCKAVE (FRAKTURAVE)***

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Fusha**: Edukim fizik, sporte dhe shëndet | **Lënda:** Edukim fizik, sporte dhe shëndet | | **Shkalla:5** | | **Klasa:11** |
| **Tema mësimore**: Rregulla të sigurisë, parandalimi dhe rehabilitimi i thyerjes së kockave (frakturave) | | | **Situata e të nxënit:** Bashkëbisedim,  sjellja shembujve, reflektim i nxënësve | | |
| **Rezultatet e fushës/lëndës:**  **Nxënësi/sja:**   * Njeh rregullat e sigurisë dhe masat parandaluese të thyerjes së kockave; * Njeh teknika të thjeshta të rehabilitimit të thyerjes së kockave. | | | | **Fjalët kyçe:**  Fraktura, dëmtime të sistemit skeletor, rreziqe për fraktura, shenja (simptoma), rregulla të sigurisë, ndihma e parë, teknika të rehabilitimit. | |
| **Burimet:**  Materiali ndihmës për nxënësit (tekst mësimor), programi, udhëzuesi i mësuesit dhe literaturë ndihmëse. | | **Lidhja me fushat e tjera ose me temat ndërkurrikulare:** Shkencat shoqërore, 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 duke bërë pyetjen:   * Cilat mund të jenë masat parandaluese apo rregulla të sigurisë që duhet të zbatohen për të evituar rrezikun e ndodhjes së frakturave? * Si veproni ju kur kryeni veprimtari fizike e sportive për të evituar dëmtime të ndryshme (përfshirë edhe frakturat)?   **Faza e dytë**: Mësuesi fillon të shpjegojë me shembuj rreth:   * Edhe pse është shumë e vështirë të parashikosh dhe parandalosh thyerjen e kockave, përsëri mund të merren masa të nevojshme për të minimizuar rrezikun e ndodhjes së tyre. * Rregulla të përgjithshme për të evituar rreziqet që sjellin trauma të ndryshme, përfshirë edhe thyerjen e kockave. * **Parandalimit të thyerjes së kockave (frakturave)** * Teknika të rehabilitimit nga thyerja e kockave (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, si dhe eksperiencave personale duke bërë pyetjet:   * A ka të ndodhur ndonjëherë të pësosh thyerje të kockave (fraktura) apo të kesh asistuar dikë që ka pësuar një dëmtim të tillë? * Në rast se po, cilat ishin veprimet e para që u ndërmorën për trajtimin e thyerjes së kockës? Po terapia rehabilituese ku konsistoi? A rezultuan ato efikase?   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:** Të zbulojnë më tepër prej prindërve, internetit apo librave të ndryshme mbi thyerjen e kockave (frakturave) dhe mënyrat e parandalimit dhe trajtimit të tyre. Informacioni i mbledhur të diskutohet edhe në klasë. | | | | | |