***Mësimi 23: Vitaminat dhe mineralet***

Në orën mësimore kjo veprimtari mund të trajtohet si më poshtë:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Fusha: Edukim fizik, sporte dhe shëndet** | **Lënda: Edukim fizik, sporte dhe shëndet** | **Shkalla: III** | **Klasa: II** |
| **Tema mësimore: Vitaminat dhe mineralet** | | **Situata e të nxënit:**  Bashkëbisedim, sjellja shembujve dhe reflektim i nxënësve | |
| **Rezultatet e të nxënit të kompetencave të fushës sipas temës mësimore:**  **Nxënësi:**   * Identifikon rrolin e vitaminave dhe mineraleve në rritjen dhe forcimin e organizmit. * Identifikon ushqime me përmbajtje të vitaminave dhe mineraleve. * Kupton se çfarë është hekuri dhe fluori, dhe rolin e tyre në organizëm. | | **Fjalë kyçe:**  Vitamina, minerale, ushqime, kalcium, fluor. | |
| **Burimet:**  Teksti i nxënësit, 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:** Mësuesi i fton nxënësit të shikojnë figurat dhe të diskutojnë rreth asaj që kuptojnë prej tyre.  **Faza e dytë:** Mësuesi i fton nxënësit të lexojnë informacionin rreth vitaminave dhe mineraleve, e më pas të diskutojnë rreth pyetjeve:  a) Çfarë mund t’i ndodhë organizmit nëse nuk ushqehet me vitamina?  b) Çfarë mund të ndodhë me kockat dhe dhëmbët nëse nuk kanë minerale mjaftueshëm?  c) Përse është i rëndësishëm oksigjeni për trupin tonë?  **Faza e tretë:** Mësuesi fillon të shpjegojë me shembuj konkret rreth rolit të vitaminave dhe mieraleve në organizmin e njeriut, si dhe rrolin e hekurit ne transportimin e oksigjenit në gjak. Mësuesi shpjegon thjeshtë se çfarë janë kalciumi dhe fluori, ku gjenden dhe cili është rroli i tyre në organizmin e njeriut.  **Faza e katërt:** Mësuesi drejton nxënësit në një diskutim rreth asaj çka mësuan, si dhe në ploësimin e ushtrimit në rubrikën “Provo veten”.  Mësuesi duhet të tregojë kujdes në dhënien e mundësisë për t’u shprehur dhe për t’u aktivizuar në diskutim të gjithë nxënësve në klasë. | | | |
| **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, etj.) | | | |
| **Detyrat dhe puna e pavarur:**  *Nxënësit:*  Të zbulojnë më shumë prej të rriturve rreth vitaminave dhe mineraleve. | | | |