***MËSIMI 4: MUSKUJT DHE SISTEMI MUSKULOR***

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Fusha:** Edukim fizik, sporte dhe shëndet | **Lënda:** Edukim fizik, sporte dhe shëndet | **Shkalla: II** | | **Klasa: 3** |
| **Tema mësimore:**  Muskujt dhe sistemi muskulor | | **Situata e të nxënit:** Bashkëbisedim, sjellja shembujve dhe reflektim i nxënësve | | |
| **Rezultatet e fushës/lëndës:**  **Nxënësi/sja:**   * Kupton funksionet që kryen sistemi muskulor; * Identifikon format e ndryshme të muskujve (të vullnetshëm e të organeve); * Ndjek zakone të shëndetshme për ruajtjen e muskujve dhe kyçeve. | | | | **Fjalët kyçe:**  Sistem muskulor, muskuj, muskuj të vullnetshëm, muskuj të organeve (të pavullnetshëm) |
| **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 fton nxënësit t’i përgjigjen pyetjes:   * A do të lëvizin gjymtyrët e tu nëse nuk do t’i bëje ti të lëvizin, pra nëse nuk do t’i jepje komandën?   **Faza e dytë:** Mësuesi fillon të shpjegojë me shembuj konkret (duke treguar edhe kuriozitetet të ndryshme) rreth:   * Muskujve të vullnetshëm dhe përse quhen të tillë; * Mënyrës se si punojnë muskujt (në dyshe); * Llojeve të muskujve (muskujt e organeve ose muskujt e pavullnetshëm) dhe përse quhen të tillë; * Këshilla për ruajtjen e muskujve.   **Faza e tretë**: Mësuesi drejton nxënësit të diskutojnë rreth ushqimeve që ndihmojnë muskujt të rriten e të jenë më të fortë.  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.). | | | | |