**VLERËSIMI**

**Përshkrim i përgjithshëm i 5 niveleve të arritjes**

Në parim janë përcaktuar **pesë nivele arritje** (1,2,3,4,5) të njohurive, aftësive dhe qëndrimeve që demonstron nxënësi: niveli 1 (***pamjaftueshëm***), niveli 2 (***mjaftueshëm***), niveli 3 (***mirë***), niveli 4 (***shumë mirë***) dhe niveli 5 (***shkëlqyeshëm***). Këto nivele korrespondojnë përkatësisht me notat: 4; 5-6; 7; 8-9; dhe 10 të sistemit të vlerësimit me notë. (Diagrama 1)

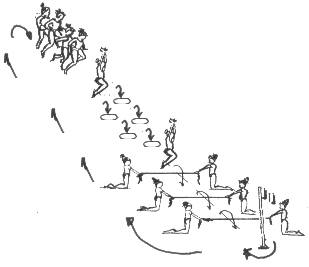
**SHTOJCË - Lojërat lëvizore dhe popullore të trajtuara në program**

**TEMATIKA:** Edukim nëpërmjet veprimtarive fizike

**Nëntematika:** Lojëra lëvizore dhe tradicionale

***Lojë lëvizore* “Kërce shpejtë dhe me ritëm”**

Loja lëvizore ***“Kërce shpejt dhe me ritëm”*** organizohet dhe drejtohet nga mësuesi i edukimit fizik. Për realizimin e lojës lëvizore grumbulloni dhe vendosni nxënësit, ose subjektet në varg njëri pas tjetrit. Distanca ndërmjet nxënësve në varg është 0,5 metra. Përballë nxënësit të parë të çdo vargu në distancën 4-6 metra janë vendosur në varg rrathët gjimnastikor. Rrathët janë vendosur në mënyrë të tillë: i pari nga ana e majtë, i dyti nga ana e djathtë, i treti si i pari e kështu me radhë të gjithë rrathët gjimnastikor.



Në distancën 4-6 metra nga rrethi i fundit gjimnastikor janë vendosur në varg njëri pas tjetrit tre grupe nxënësish të mbështetur mbi gjunjë, dy e nga dy përballë njëri tjetrit. Çdo grup mban në mënyrë horizontale një litar gjimnastikor në lartësinë e gjoksit. Pas grupit të tretë të nxënësve është vendosur në distancën 5-6 metra një piramidë me flamur. Nxënësit që ndodhen në varg qëndrojnë në gatishmëri për të marrë sinjalin dhe për të filluar veprimet lëvizore sipas përmbajtjes së lojës. Mësuesi i edukimit fizik që drejton lojën ka të drejtën e dhënies së sinjalit të përcaktuar.

Pas dhënies së sinjalit të fillimit nxënësi i parë i vargut nis vrapimin dhe me shtytjen e të dy këmbëve kapërcen me radhë brenda rrathëve gjimnastikorë. Kërcimi realizohet herë majtas dhe herë djathtas deri në përfundimin e rrathëve gjimnastikorë. Nxënësi vazhdon vrapimin dhe pasi i rrotullohet piramidës me flamur kthehet me vrapim të shpejtë në fund të vargut të nxënësve që presin sinjalin për vazhdimin e lojës. Lojën e vazhdon nxënësi i dytë i vargut, i tretë e kështu me radhë. Loja vazhdon deri sa të përfundojnë të gjithë nxënësit e vargut dhe më pas gjashtë nxënësit e parë zëvendësojnë nxënësit që janë në qëndrimin në mbështetje mbi gjunjë për t’u krijuar edhe atyre mundësinë e pjesëmarrjes në lojë.

***Lojë Lëvizore* “Cirkuit gjimnastikor”**

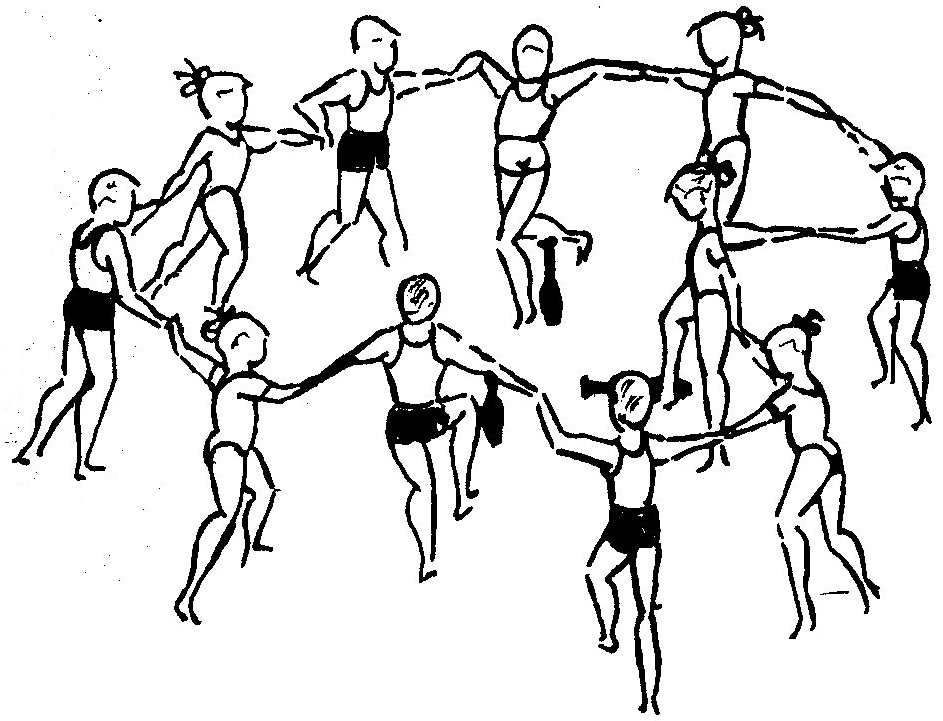
“Cirkuiti gjimnastikor” organizohet dhe drejtohet nga mësuesi i edukimit fizik, për realizimin e tij mund të përdoren elementë të ndryshëm lëvizor, referuar nivelit të aftësive të nxënësve, infrastrukturës dhe mjeteve didaktike në dispozicion. Për kryerjen e tij grumbulloni dhe vendosni nxënësit në varg njëri pas tjetrit në një distancë 0,5 m.

**Shembull:**

Në një distancë 6-7 m në pozicion përballë janë vendosur njëri pas tjetrit 3 stola gjimnastikorë (ose pengesa të improvizuara) në një distancë 0,5 m nga njëri tjetri, pas tyre vendoset dysheku i vogël gjimnastikor (ose një shtresë amortizuese e improvizuar), pas dyshekut janë vendosur 4-5 piramida njëra pas tjetër me një distancë 1m, 4-5 rrathë gjimnastikorë të vendosur në tokë (dysheme) dhe një top basketbolli. Nxënësi që ka radhën për të ekzekutuar cirkuitin, qëndron në gatishmëri duke pritur sinjalin e fillimit. Mësuesi i cili më parë ka shpjeguar dhe demonstruar (sipas rastit) rregullat e kryerjes së cirkuitit, drejton nxënësit në ekzekutimin e tij dhe e ndërpret atë (cirkuitin) sa herë e sheh të nevojshme për të bërë rregullime apo korrigjime. Pas sinjalit të fillimit nxënësi me marrjen e sinjalit, fillon vrapim të shpejtë në drejtim të stolave gjimnastikorë dhe i kalon me një kërcim ata, kryen një kapërdimje përpara, një vrapim midis piramidave, një vrapim i shkurtër dhe i shpejtë në drejtim të rrathëve të vendosur (ose të vizatuar) zig-zag në tokë (dysheme) dhe kërcimi midis rrathëve me një këmbë (e djathë-e majtë), gjuan topin në kosh ose në një shenjë të fiksuar në lartësi.

***Lojë tradicionale (popullore)* “Vallja e forcës”**

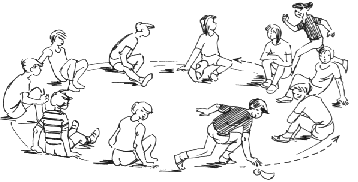
Për realizimin e lojës lëvizore grumbulloni dhe vendosni nxënësit në rreshtimin e formës rrethore me shikim nga qendra e rrethit dhe me krahët e hapura anash dhe me duart të kapura me njëri tjetrin. Loja lëvizore mund të zhvillohet me 8-10 lojtarë (nxënës). Distancat ndërmjet nxënësve në rreshtimin rrethor krijohet nga gjatësia e krahëve të hapura. Mësuesi i edukimit fizik që drejton lojën ka të drejtën e dhënies së sinjalit të përcaktuar për fillimin e saj.



Nxënësit sapo që marrin sinjalin sulmojnë në drejtim të qendrës për të rrëzuar birilat nga ana tjetër një pjesë prej tyre pengon këtë veprim për t’u rikthyer vetë në veprimin e anasjelltë. Loja përfundon pasi të rrëzohen të gjitha birilat.

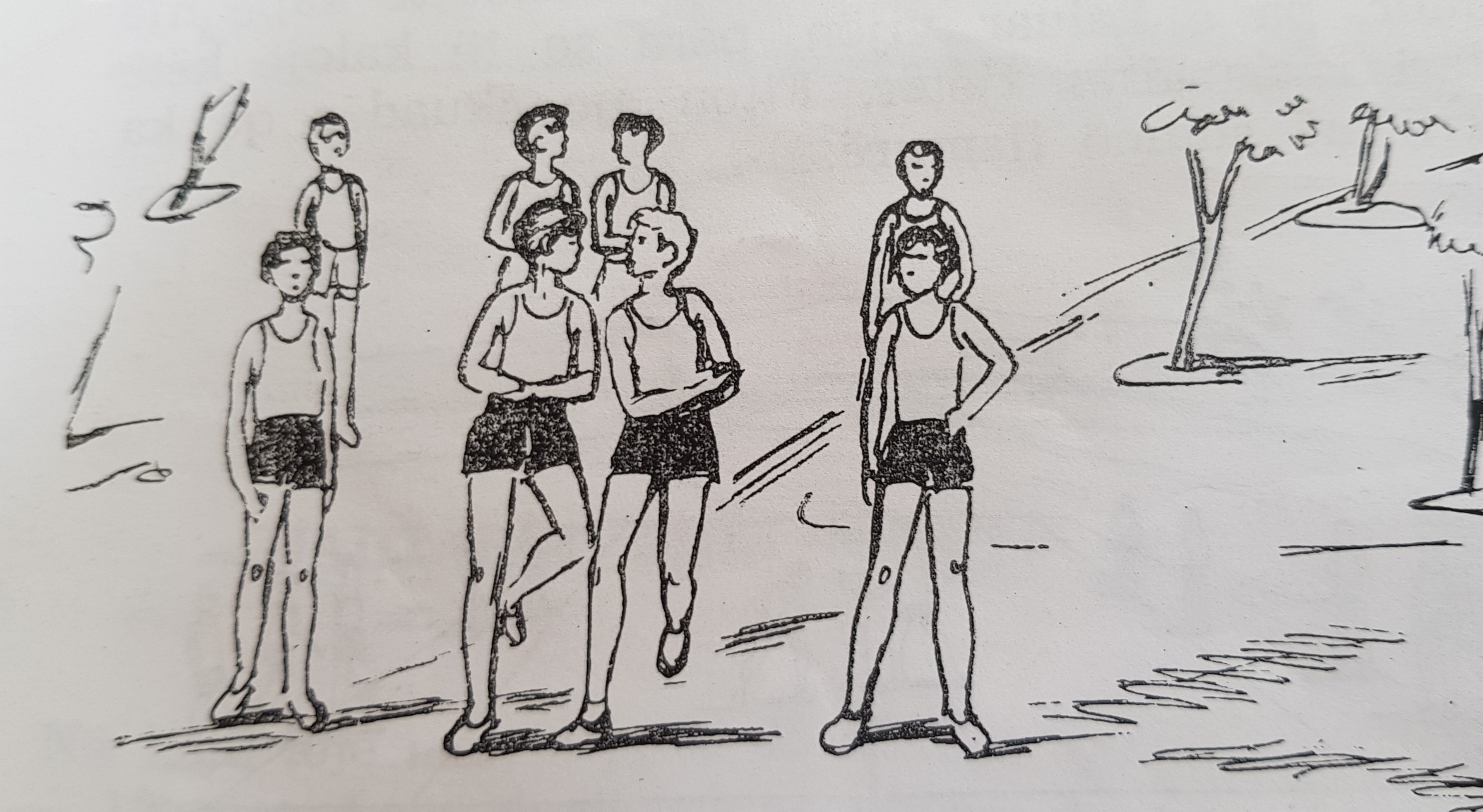
***Shënim:*** Çdo subjekt gjatë zhvillimit të lojës ka si pikësynim të sulmojë përpara në drejtim të qendrës së rrethit për të rrëzuar birilat në dysheme nëpërmjet goditjes me këmbë, e njëkohësisht të mos lejojë shokun përbri që t’i rrëzojë ato.

***Lojë tradicionale (popullore)* “Letër në postë”**

Loja lëvizore e emërtuar ***“Letër në postë”*** është mbështetur te loja popullore fëminore ***“Çova një letër në postë”*** e cila shoqërohet edhe me këngë. Për realizimin e lojës lëvizore ***“Letër në postë”*** grumbulloni dhe vendosni nxënësit në formacionin e formës rrethore dhe ulur ndenjur me shikim nga qendra e rrethit. Çdo nxënës në këtë formacion konsiderohet një kuti poste. Jashtë këtij formacioni ndodhet një nxënës tjetër (Nr 1) në gatishmëri për të filluar lojën lëvizore.

Ai mban në dorën e tij kartonin në formë drejtkëndëshi e cila konsiderohet letra që do të çohet në kutinë e postës (te nxënësit që janë të ulur në formën rrethore). Mësuesi i edukimit fizik që drejton lojën ka të drejtën e dhënies së sinjalit të përcaktuar për fillimin e saj. Nxënësi me numrin 1 vrapon në formën rrethore duke imituar në mënyrë të fshehtë hedhjen e kartonit prapa shpinës së lojtarëve që janë të ulur ndenjur. Në mënyrë të fshehtë nxënësi 1 ia hedh kartonin prapa njërit prej nxënësve të ulur dhe menjëherë nis vrapimin e shpejtë në formën rrethore. Në këtë moment, nxënësi që ndodhet në formacionin e rrethit, sapo që prapa tij vendoset kartoni ngrihet me shpejtësi nga vendi dhe vrapon për të prekur me dorë nxënësin që i la kartonin prapa shpinës.

***Shënim:*** Në rast se nxënësi që mori kartonin arrin të prekë me dorë nxënësin që i ka lënë kartonin, atëherë loja rifillon nga e para. Në të kundërt, në qoftë se nuk e arrin dot ta prekë, atëherë ky nxënës rifillon lojën si nxënësi i parë.

***Lojë tradicionale (popullore)* “Lufta e gjelave”**

Kjo lojë zhvillohet në një vend të sheshtë, në oborr, fushë, sallë apo palestër. Në të mund të përfshihen deri në 20 nxënës. Për realizimin e kësaj loje nxënësit ndahen në dy skuadra me numër të barabartë secila dhe vendosen në kolonë. Pasi jepet shenja lojtarët e të dy skuadrave (kolonave) kërcejnë me një këmbë.

Me njërën dorë mbajnë shputën e këmbës së ngritur dhe shtyjnë me sup njëri-tjetrin (kundërshtarët) duke u përpjekur ta nxjerrin jashtë ekuilibrit dhe ta bëjnë të vendosi këmbën në tokë. Lojtari që heq dorën nga këmba e kapur, humbet. Fiton ajo skuadër që mbledh më shumë pikë.

***Shënim:***Rregull i lojës është që , në asnjë rast dy lojtarë të një skuadre të sulmojnë në të njëjtën kohë një lojtar të skuadrës kundërshtare. “Dyluftimi” është një kundra një.

**REFERENCAT**

1. *Bardhyl MISJA “Drejtimet metodike të pasurimit të përvojës lëvizore të fëmijëve parashkollorë 5-6 vjeç” (Disertacion për kërkim gradë shkencore “Doktor Shkencash”) ILKF “Vojo Kushi”, Tiranë 1988.*
2. *Edvin DASHI dhe Teuta DASHI “Edukimi fizik në shkolla”, Shtëpia Botuese “Ora”, Tiranë 2007.*
3. *Enver BUSHATI “Lojna popullore”, Shtëpia botuese “Naim Frashëri”, Tiranë 1974.*
4. *Guido SUBASHI dhe Jani DACI “Didaktika e Edukimit fizik”, Shtëpia botuese e Librit Universitar,   
   Tiranë 2004*
5. *Instituti i Studimeve Pedagogjike “Programe të lëndës së edukimit fizik” Tiranë 2004.*
6. *Instituti i Zhvillimit të Arsimit dhe Instituti i Shëndetit Publik “ Shkolla, kurrikula dhe edukimi,   
   për një ushqyerje të shëndetshme”, Paketë trajnuese, Tiranë 2013.*
7. *Kurrikula bërthamë për arsimin e mesëm të ulët të Kosovës, Prishtinë 2012.*
8. *Rae PICA “Physical Education for Young Children” (Human Kinetics 2008).*