



Përmbajtjet (konceptet)	Standardet për vleresim	Ora data e realizimit 1.04.2024	Skenari i orës	Mjetet	ndjekja e përparimit
78. Basketboll	<ul style="list-style-type: none"> <li>Realizon teknikën e gjuajtjes në kosh nga vendi dhe në lëvizje me ndalim.</li> </ul>	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mësimdhënësi përgadit nxënësit emocionalisht për orën mësimore.</li> </ul> <p><b>Aktivitete hyrëse</b></p> <p>Mësimdhënësi zhvillon aktivitete ,rekreative, zbavitëse ,relaksuese më qëllim që të krijoj ambient dhe dhe atmosferë pozitive për nxënësit, duke luajtur lojën “Poligoni zbavitës i rekuizitave sportive”</p> <div data-bbox="942 617 1268 928" data-label="Image"> </div> <p style="text-align: center;"><i>Gjuajtja prej vendi</i></p> <div data-bbox="753 967 1457 1373" data-label="Diagram"> </div> <p style="text-align: center;"><i>Dimensionet e reja të fushës së basketbollit</i></p>	topa për lojëra sportive (hendboll, basketboll, volejboll dhe futboll - të përshtatshme për moshën).	<ul style="list-style-type: none"> <li>-realizimi praktik i aktiviteteve gjatë orës së mësimit;</li> <li>-inkuadrimi aktiv gjatë orës së mësimit;</li> <li>-bashkëpunimi me shokët e klasës në realizimin e aktiviteteve;</li> <li>-respektimi i rregullave të sjelljes në sallën sportive.</li> </ul>

**Aktivite kryesore**

**Teknikat mësimore**, të gjitha teknikat mësimore do të realizohen sipas aktiviteve dhe ushtrimeve të parapara për këtë orë mësimore.



Nxënësit bëjnë gjuajtje në kosh nga vendi dhe ecje me ndalim (nga distanca më e shkurtër dhe më e gjatë);


**Aktivite përfundimtare**

Bashkëbisedim, konstatim, analizë e aktiviteve dhe ushtrimeve gjat orës mësimore.

**Reflektim**

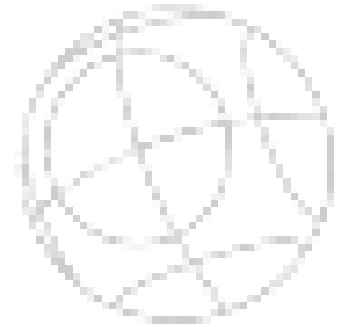
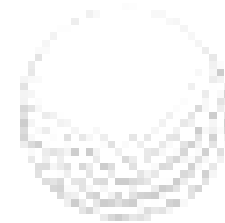
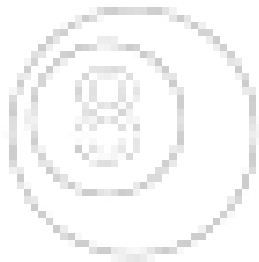
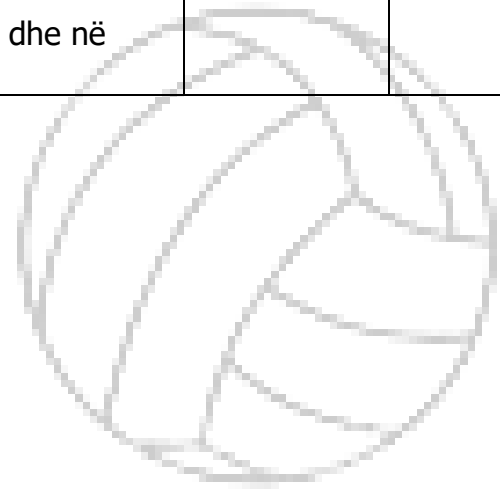
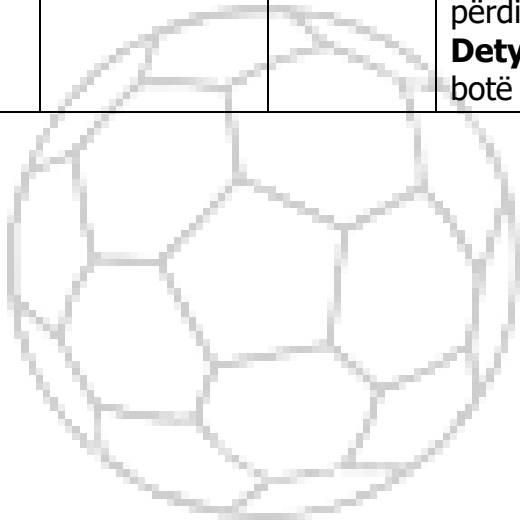
1. Çka bëmë sot?
2. Si ndjeheshit?
3. Çka mësuat?
4. Si mund ta përdorim atë që e mësuam në jetën e përditshme?


**Detyrë shtëpie:** Lojë në basketboll

Përmbajtjet konceptet)	Standardet per vleresim	Ora data e realizimit 3.04.2024	Skenari i orës	Mjetet	ndjekja e përparimit
<b>79. basketboll</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Realizon teknikën e gjuajtjes në kosh nga vendi dhe në lëvizje me ndalim.</li> </ul>	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mësimdhënësi përgadit nxënësit emocionalisht për orën mësimore.</li> </ul> <p><b>Aktivite hyrëse</b> Mësimdhënësi zhvillon aktivitete ,rekreative, zbavitëse ,relaksuese më qëllim që të krijoj ambient dhe dhe atmosferë pozitive për nxënësit,duke luajtur lojën “Poligoni zbzytës i rekuizitave sportive”</p> <p><b>Aktivite kryesore</b> <b>Teknikat mësimore</b>, të gjitha teknikat mësimore do të realizohen sipas aktiviteteve dhe ushtrimeve të parapara për këtë orë mësimore.</p>  <p>Nxënësit bëjnë gjuajtje në kosh nga vendi dhe ecje me ndalim (nga distanca më e shkurtër dhe më e gjatë); Nxënësit kryejnë lojëra me stafetë dhe lojëra elementare me elementë të përvetësuar të basketbollit (pasimi, pranimi, udhëheqja, gjuajtja në kosh, në kombinim me elementë nga sportet e tjera);</p> <p><b>Aktivite përfundimtare</b> Bashkëbisedim, konstatim, analizë e aktiviteteve dhe ushtrimeve gjat orës mësimore. Konstatohet se gjatë garave duhet respektuar rregullat e garës.</p> <p><b>Reflektim</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Çka bëmë sot?</li> <li>Si ndjeheshit?</li> <li>Çka mësuat?</li> <li>Si mund ta përdorim atë që e mësuam në jetën e</li> </ol>	topa për lojëra sportive (hendboll, basketboll, volejboll dhe futboll - të përshtatshme për moshën).	<ul style="list-style-type: none"> <li>-realizimi praktik i aktiviteteve gjatë orës së mësimit;</li> <li>-inkuadrimi aktiv gjatë orës së mësimit;</li> <li>-bashkëpunimi me shokët e klasës në realizimin e aktiviteteve;</li> <li>-respektimi i rregullave të sjelljes në sallën sportive.</li> </ul>

përditshme?

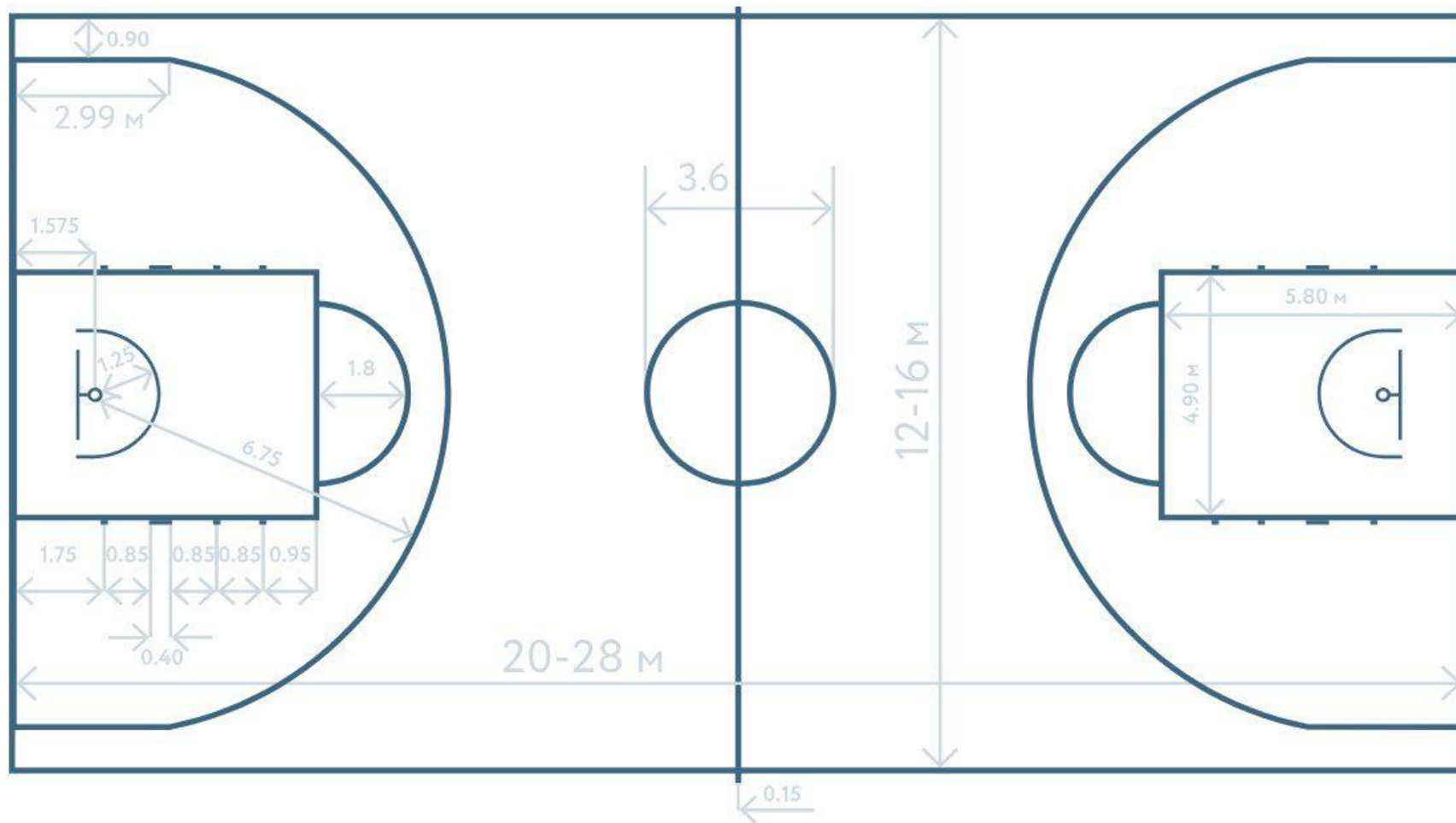
**Detyrë shtëpie:**sheno një ese basketbolli tek ne dhe në botë



Përmbajtjet konceptet)	Standardet per vleresim	Ora data e realizimit 4.04.2024	Skenari i orës	Mjetet	ndjekja e përparimit
80 <b>basketboll</b>	Zbaton elemente basketbolli në lojë në një dhe dy kosha me zbatim të rregullave elementeve.	1	<p>• Mësimdhënësi përgadit nxënësit emocionalisht për orën mësimore.</p> <p><b>Aktivite hyrëse</b> Mësimdhënësi zhvillon aktivite ,rereative, zbavitëse ,relaksuese më qëllim që të krijoj ambient dhe dhe atmosferë pozitive për nxënësit,duke luajtur lojën “Poligoni zbavitës i rekuizitave sportive”</p> <p><b>Aktivite kryesore</b> <b>Teknikat mësimore</b>, të gjitha teknikat mësimore do të realizohen sipas aktiviteve dhe ushtrimeve të parapara për këtë orë mësimore. <a href="#">Kliko këtu-basketbolli</a></p> <p>➤ Nxënësit luajnë duke zbatuar elementet e mësuara dhe rregullat elementare të basketbollit në një hapësirë më të vogël 2 : 2 (garë);</p> <p><b>Aktivite përfundimtare</b> Bashkëbisedim,konstatim,analizë e aktiviteve dhe ushtrimeve gjat orës mësimore.Konstatohet se gjatë garave duhet respektuar rregullat e garës.</p> <div style="display: flex; align-items: center;">  <div style="margin-left: 10px;"> <p><b>Reflektim</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Çka bëmë sot?</li> <li>2. Si ndjeheshit?</li> <li>3. Çka mësuat?</li> <li>4. Si mund ta përdorim atë që e mësuam në jetën e përditshme?</li> </ol> </div> </div> <p><b>Detyrë shtëpie:</b>Surfim në internet basketbolli</p>	topa për lojëra sportive (hendboll, basketboll, volejboll dhe futboll - të përshtatshme për moshën).	-realizimi praktik i aktiviteve gjatë orës së mësimit; -inkuadrimi aktiv gjatë orës së mësimit; -bashkëpunimi me shokët e klasës në realizimin e aktiviteve; -respektimi i rregullave të sjelljes në sallën sportive.

Arsimtari: Zekirja Latifi KL.V Tema: lojra sportive

Përmbajtjet konceptet)	Standardet per vleresim	Ora data e realizimit 8.04.2024	Skenari i orës	Mjetet	ndjekja e përparimit
81 <b>Basketboll</b>	Zbaton elemente basketbolli në lojë në një dhe dy kosha me zbatim të rregullave elementeve.		<ul style="list-style-type: none"> <li>Mësimdhënësi përgadit nxënësit emocionalisht për orën mësimore.</li> </ul> <p><b>1. Aktivitete hyrëse</b>- Diskutim i njohurive paraprake Nxënësit njihen me temën duke përdorur njohuritë paraprake dhe informacionin e ri për gjimnastikën përmes shembujve, ngjarjeve, posterave/fotografive, videoklipeve.</p> <p><b>Aktivitete kryesore</b>  <b>Teknikat mësimore</b>, të gjitha teknikat mësimore do të realizohen sipas aktiviteteve dhe ushtrimeve të parapara për këtë orë mësimore.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Nxënësit luajnë duke zbatuar elementet e mësuara dhe rregullat elementare të basketbollit në një hapësirë më të vogël 3 : 3 (garë)</li> </ul> <p><b>4. Aktiviteti përfundimtar – nxjerrja e përfundimit</b>  Nxjerrja e konkluzioneve dhe rekomandimeve të përbashkëta për shprehje të shëndetshme, zhvillimin e aftësive sportive. Diskutim cilat janë përfitimet nga loja e basketbollit.</p> <p><b>Reflektim</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Çka bëmë sot?</li> <li>Si ndjeheshit?</li> <li>Çka mësuat?</li> <li>Si mund ta përdorim atë që e mësuam në jetën e përdtshme?</li> </ol> <p><b>Detyrë shtëpie:</b> Përpilo Fjalëkryq në të cilin do të ketë fjalë nga tema loja e basketbollit</p>	topa për lojëra sportive (hendboll, basketboll, volejboll dhe futboll - të përshtatshme për moshën).	<ul style="list-style-type: none"> <li>-realizimi praktik i aktiviteteve gjatë orës së mësimit;</li> <li>-inkuadrimi aktiv gjatë orës së mësimit;</li> <li>-bashkëpunimi me shokët e klasës në realizimin e aktiviteteve;</li> <li>-respektimi i rregullave të sjelljes në sallën sportive.</li> </ul>





Arsimtari; Zekirja Latifi

kl. V


Tema: **LOJRA SPORTIVE**

Tema/fusha Përmbajtjet konceptet)	Standardet per vleresim	Ora data e realizimit 9.04.2024	Skenari i orës	Mjetet	ndjekja e përparimit
82 <b>Basketboll</b>	Zbaton elemente basketbolli në lojë në një dhe dy kosha me zbatim të rregullave elementeve.		<p>Mësimdhënësi përgadit nxënësit emocionalisht për orën mësimore.</p> <p><b>Aktivite hyrëse</b> Mësimdhënësi në fillim të orës zhvillon ushtrime trupore i orienton nxënësit në ushtrimin e lojës "Ylli" Në sallë vendosen trarë të ulët apo banka suedeze në formë të „yllit”. Nxënësit lirisht vrapojnë rreth „yllit” dhe në shenjë të arsimtarit hipin me shpejtësi në njërën nga bankat e vendosura.</p> <p><b>Aktivite kryesore</b> <b>Teknikat mësimore</b>, të gjitha teknikat mësimore do të realizohen sipas aktiviteve dhe ushtrimeve të parapara për këtë orë mësimore. Nxënësit luajnë duke zbatuar elementet e mësuara dhe rregullat elementare të basketbollit në një hapësirë më të vogël 4 : 4 (garë);</p> <p><b>Aktivite përfundimtare</b> Lojra për relaksim dhe ushtrime për relaksim e muskujve të trupit.</p> <p><b>Reflektim</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Çka bëmë sot?</li> <li>2. Si ndjeheshit?</li> <li>3. Çka mësuat?</li> <li>4. Si mund ta përdorim atë që e mësuam në jetën e përdtshme?</li> </ol> <p><b>Detyrë shtëpie:</b> Shkruaj ESE:- Sikur të isha basketbollist i njohur.</p>	topa për lojëra sportive (hendboll, basketboll, volejboll dhe futboll - të përshtatshme për moshën).	-realizimi praktik i aktiviteve gjatë orës së mësimit; -inkuadrimi aktiv gjatë orës së mësimit; -bashkëpunimi me shokët e klasës në realizimin e aktiviteve; -respektimi i rregullave të sjelljes në sallën sportive.

Arsimtari; Zekirja Latifi

kl.V

Tema: **LOJRA SPORTIVE**

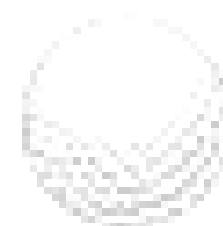
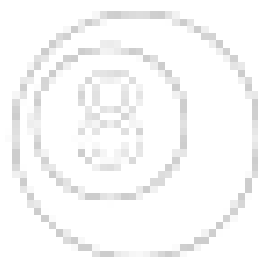
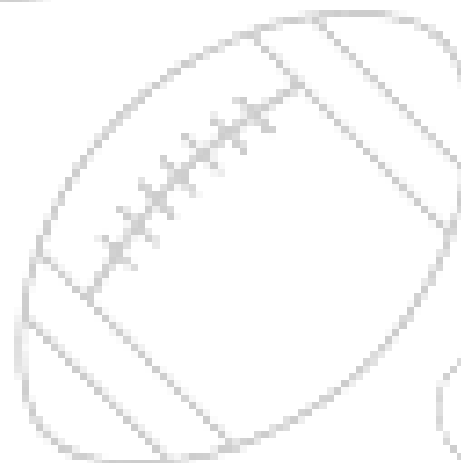
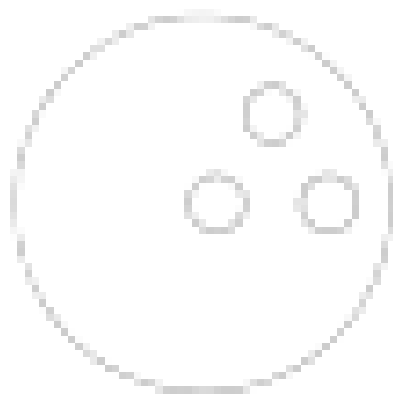
Përmbajtjet (konceptet)	Standardet për vleresim	Ora data e realizimit 11.04.2024	Skenari i orës	Mjetet	ndjekja e përparimit
83. <b>Basketboll</b>	Zbaton elemente basketbolli në lojë në një dhe dy kosha me zbatim të rregullave elementeve.		<p>Mësimdhënësi përgadit nxënësit emocionalisht për orën mësimore.</p> <p><b>1. Aktivitete hyrëse</b> - Diskutim i njohurive paraprake</p> <p>Mësimdhënësi në hyrje të orës zhvillon aktivitete dhe lojra për relaksim, duke luajtur lojën "GJEJ REKUIZITA SPORTIVE" nëpër tërë sallën shpërndahen rekuizita të ndryshme sportive (topa, kone, unaza, rekuizita gjimnastikore dhe të tjera. Fëmijët lirshëm lëvizin dhe në shenjë të arsimtarit nxënësit duhet ta gjejnë dhe me gisht duhet ta kapin rekuizitën e duhur.</p> <p>Loja luhet me dalje nga loja, kush i fundit e gjen rekuizitën</p> <p><b>2. Aktivitete përgatitore</b></p> <p>Nxënësit duke luajtur lojën "GJEJ REKUIZITA SPORTIVE" nëpër tërë sallën shpërndahen rekuizita të ndryshme sportive (topa, kone, unaza, rekuizita gjimnastikore dhe të tjera.</p>  <p><b>3. Aktivitete kryesore</b></p> <p><b>Teknikat mësimore</b>, të gjitha teknikat mësimore do të realizohen sipas aktiviteteve dhe ushtrimeve të parapara për këtë orë mësimore.</p> <p>➤ Nxënësit luajnë mini basketboll duke zbatuar rregullat (garë);</p>	topa për lojëra sportive (hendboll, basketboll, volejbol dhe futboll - të përshtatshme për moshën).	-realizimi praktik i aktiviteteve gjatë orës së mësimit; -inkuadrimi aktiv gjatë orës së mësimit; -bashkëpunimi me shokët e klasës në realizimin e aktiviteteve; -respektimi i rregullave të sjelljes në sallën sportive.

**4. Aktivitetet përfundimtare** – nxjerrja e përfundimit Ushtrime dhe lojëra për të qetësuar dhe relaksuar trupin (me më pak intensitet).

**Reflektim**

1. Çka bëmë sot?
2. Si ndjeheshit?
3. Çka mësuat?
4. Si mund ta përdorim atë që e mësuam në jetën e përdtshme?

**Detyrë shtëpie:** Përpilo Fjalëkryq në të cilin do të ketë fjalë nga basketbolli



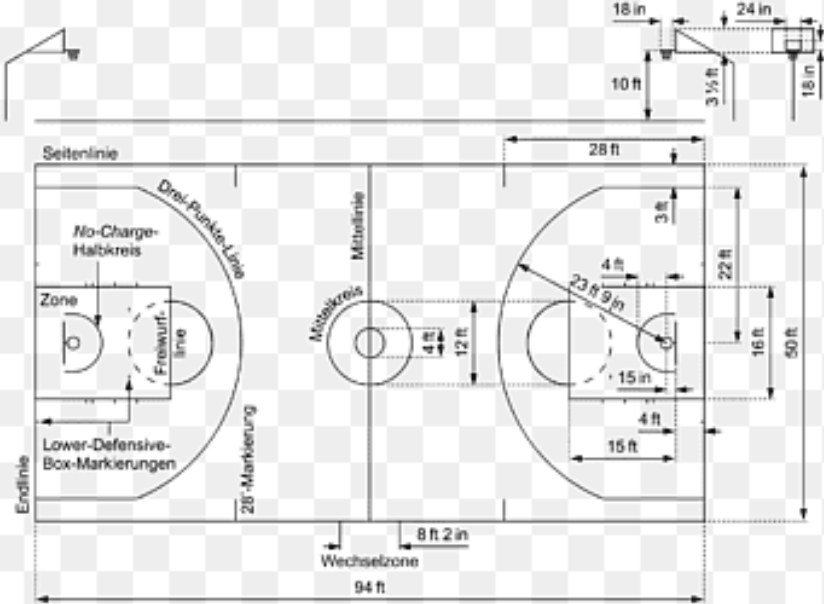
Arsimtari; Zekirja Latifi

kl. V

Tema: **LOJRA SPORTIVE**

Përmbajtjet konceptet)	Standardet per vleresim	Ora data e realizimit 15.04.2024	Skenari i orës	Mjetet	ndjekja e përparimit
84 Volejball	Zbaton pozicionin paralel dhe diagonal të qëndrimit volejbollistik në vend dhe lëvizje gjatë kryerjes së elementeve teknike të volejbollit (kthimi I topit me gishta dhe bërryl);	1	<p>• Mësimdhënësi përgadit nxënësit emocionalisht për orën mësimore</p> <p><b>Aktivite hyrëse</b> Mësimdhënësi luan ndonjeren nga lojrat "Vërshimi", "Gjuajtës me top", "topi i shpëtimit", "gjej rekuizitat sportive", "peshkatari dhe peshqit", "Ngreji këmbët që të shpëtosh" etj.</p> <p>Mësimdhënësi në këtë orë mësimore zgjedh lojën "Ngreji këmbët që të shpëtosh" topi me të cilin përcaktohet nxënësi gjuajtës nxënësi – gjuajtës ndjek dhe ai nxënës që do të zihet duhet të ulet me këmbë të shtrira dhe të ngritura lart, ndërsa nxënësi tjetër duhet të kalojë nën këmbët e tij për ta liruar</p> <p><b>Aktivite kryesore</b> <b>Teknikat mësimore</b>, të gjitha teknikat mësimore do të realizohen sipas aktiviteve dhe ushtrimeve të parapara për këtë orë mësimore.</p> <p>➤ Zbaton pozicionin paralel dhe diagonal të qëndrimit volejbollistik në vend dhe lëvizje gjatë kryerjes së elementeve teknike të volejbollit (kthimi I topit me gishta dhe bërryl);</p> <p><b>Aktivite përfundimtare</b> Bashkëbisedim, konstatim, analizë e aktiviteve dhe ushtrimeve gjat orës mësimore.</p> <p><b>Reflektim</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Çka bëmë sot?</li> <li>2. Si ndjeheshit?</li> <li>3. Çka mësuat?</li> <li>4. Si mund ta përdorim atë që e mësuam në jetën e përdtshme?</li> </ol> <p><b>Detyrë shtëpie: Ushtrime</b></p>	topa për lojëra sportive (hendboll, basketboll, volejball dhe futboll - të përshtatshme për moshën).	-realizimi praktik i aktiviteve gjatë orës së mësimit; -inkuadrimi aktiv gjatë orës së mësimit; -bashkëpunimi me shokët e klasës në realizimin e aktiviteve; -respektimi i rregullave të sjelljes në sallën sportive.

Arsimtari; Zekirja Latifi *kl. V*Tema: **LOJRA SPORTIVE**

Përmbajtjet konceptet)	Standardet per vleresim	Ora data e realizimit 16.04.2024	Skenari i orës	Mjetet	ndjekja e përparimit
85 <b>Basketboll</b>	Zbaton pozicionin paralel dhe diagonal të qëndrimit volejbollistik në vend dhe lëvizje gjatë kryerjes së elementeve teknike të volejbollit (kthimi I topit me gishta dhe bërryl);	1	<p>• Mësimdhënësi përgadit nxënësit emocionalisht për orën mësimore.</p> <p><b>Aktivitete hyrëse</b> Në hyrje të orës mësimore nxënësit bëjnë KOMPLEKS USHTRIMESH PËR DUART DHE BREZIN E SUPEVE. Ushtrimet për duart dhe brezin e supeve përbëhen në lëvizjen e supit: para-prapa, lëvizje me njërin sup dhe lëvizje të njëkohshme me të dy supet në drejtim të njëjtë apo të ndryshëm.</p>  <p><b>Aktivitete kryesore</b> <b>Teknikat mësimore</b>, të gjitha teknikat mësimore do të realizohen sipas aktiviteteve dhe ushtrimeve të parapara për këtë orë mësimore.</p> <p>➤ Zbaton pozicionin paralel dhe diagonal të qëndrimit volejbollistik në vend dhe lëvizje gjatë kryerjes së</p>	topa për lojëra sportive (hendboll, basketboll, volejbol dhe futboll - të përshtatshme për moshën).	-realizimi praktik i aktiviteteve gjatë orës së mësimit; -inkuadrimi aktiv gjatë orës së mësimit; -bashkëpunimi me shokët e klasës në realizimin e aktiviteteve; -respektimi i rregullave të sjelljes në sallën sportive.

elementeve teknike të volejbollit (kthimi I topit me gishta dhe bërryl)

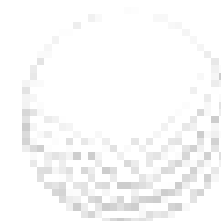
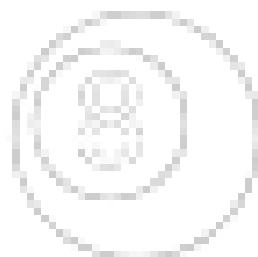
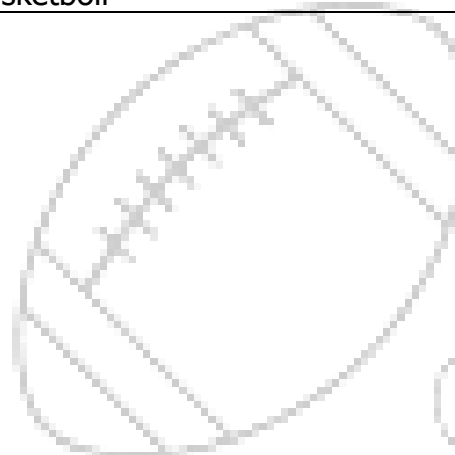
**Kliko këtu-basketbolli**

**Aktivite përfundimtare**-konkluzione  
Bashkëbisedim, konstatim, analizë e aktiviteve dhe ushtrimeve gjat orës mësimore.

**Reflektim**

1. Çka bëmë sot?
2. Si ndjeheshit?
3. Çka mësuat?
4. Si mund ta përdorim atë që e mësuam në jetën e përdtshme?

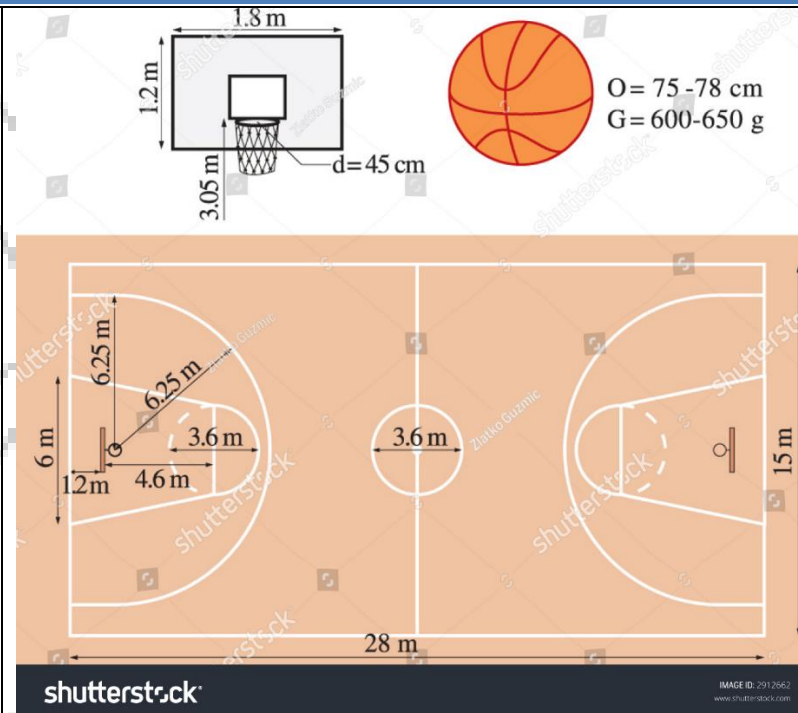
**Detyrë shtëpie:**Lojë në basketboll



Arsimtari; Zekirja Latifi kl.V

Tema: **LOJRA SPORTIVE**

Përmbajtjet konceptet)	Standardet per vleresim	Ora data e realizimit 18.04.2024	Skenari i orës	Mjetet	ndjekja e përparimit
86 Volejboll	Zbaton pozicionin paralel dhe diagonal të qëndrimit volejbollistik në vend dhe lëvizje gjatë kryerjes së elementeve teknike të volejbollit (kthimi I topit me gishta dhe bërryl);	1	<p>• Mësimdhënësi përgadit nxënësit emocionalisht për orën mësimore</p> <p><b>Aktivitete hyrëse</b> Mësimdhënësi zhvillon lojën "Peshkatori dhe peshqit" Është e nevojshme që të kufizohet një hapësirë e caktuar që do të simbolizojë detin dhe në të do të lëvizin peshqit (nxënësit). Në pozicionet jashtë hapësirës së shënuar gjenden dy peshkatarë (nxënës), të cilët kanë nga një top dhe i zënë (gjuajnë) peshqit (nxënësit). Secili që do të goditet, ose do të dalë jashtë hapësirës së shënuar, del prej lojës. Në fund suksesi i peshkatarit do të shihet në bazë të numrit të peshqve të zënë (nxënësve të goditur).</p> <p><b>Aktivitete kryesore</b> <b>Teknikat mësimore</b>, të gjitha teknikat mësimore do të realizohen sipas aktiviteteve dhe ushtrimeve të parapara për këtë orë mësimore. Në këtë orë mësimore do të përdoret teknika e startit të ulët.</p> <p>➤ Zbaton pozicionin paralel dhe diagonal të qëndrimit volejbollistik në vend dhe lëvizje gjatë kryerjes së elementeve teknike të volejbollit (kthimi I topit me gishta dhe bërryl);</p>	<p>• topa për lojëra sportive (hendboll, basketboll, volejboll dhe futboll - të përshtatshme për moshën).</p>	<p>-realizimi praktik i aktiviteteve gjatë orës së mësimit; -inkuadrimi aktiv gjatë orës së mësimit; -bashkëpunimi me shokët e klasës në realizimin e aktiviteteve; -respektimi i rregullave të sjelljes në sallën sportive.</p>



### Aktivite përfundimtare

Lojra për relaksim dhe ushtrime për relaksim të trupit.

### Reflektim

1. Çka bëmë sot?
2. Si ndjeheshit?
3. Çka mësuat?
4. Si mund ta përdorim atë që e mësuam në jetën e përdtshme?

**Detyrë shtëpie:** Lojë në volejboll



Arsimtari; Zekirja Latifi

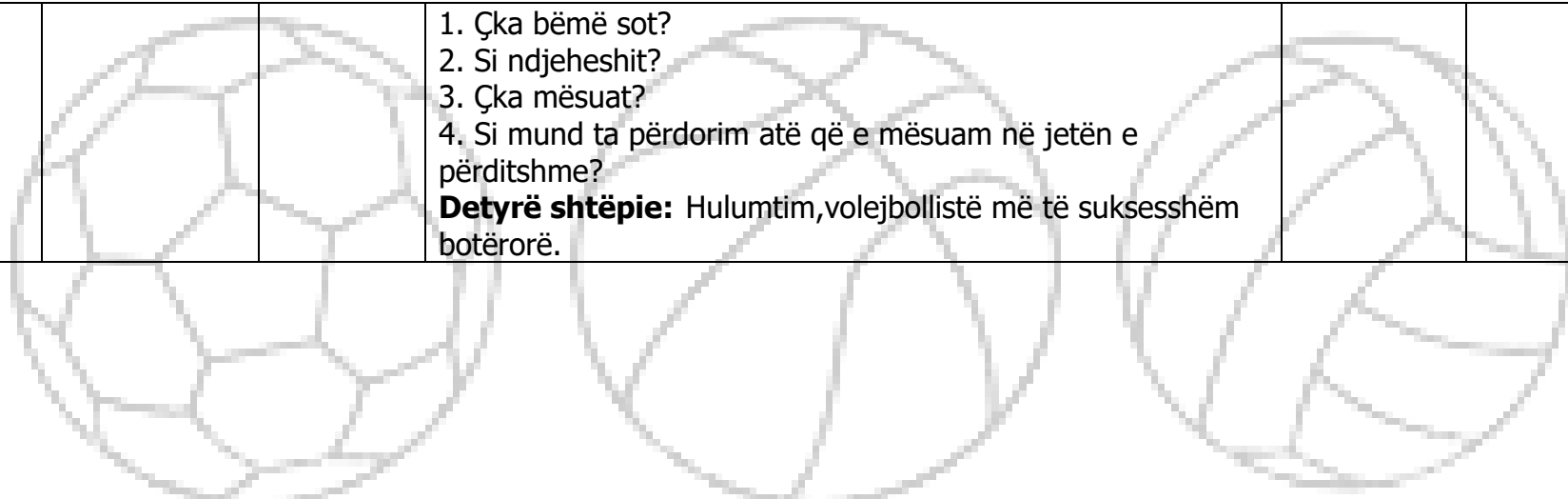
kl. V

Tema: **LOJRA SPORTIVE**

Përmbajtjet konceptet)	Standardet per vleresim	Ora data e realizimit 22.04.2024	Skenari i orës	Mjetet	ndjekja e përparimit
87 Volejbol	Kryen teknikën e kthimit të topit me gishta dhe bërryl në çifte në distanca të ndryshme mbi një rrjetë të ulët;	1	<p>• Mësimdhënësi përgadit nxënësit emocionalisht për orën mësimore</p> <p><b>Aktivite hyrëse</b> Mësimdhënësi përsërit ushtrime dhe lojëra për përgatitje dhe zhvillim të drejtë fizik " Topi i shpëtimit" nxënësit ndjekin njëri-tjetrin nëpër sallë. Basketi me dorë i jipet atij nxënësi që është në rrezik për t'u kapur.</p> <p><b>Aktivite përgaditore</b> Ecja mbi shtyllë fillon me një ecje elegante mbi gishta, trupi duhet të merr pozitë të drejtë. Duart gjenden pranë trupit, të hapura ose janë të ngritura lartë mbi kokë. Në fi llim, ecja duhet të prezantohet më ngadalë derisa nuk fi tohet ndjenja e baraspeshës.</p> <p><b>Aktivite kryesore</b> <b>Teknikat mësimore</b>, të gjitha teknikat mësimore do të realizohen sipas aktiviteve dhe ushtrimeve të parapara për këtë orë mësimore.</p> <p>➤ Kryen teknikën e kthimit të topit volejbolistik me gishta dhe bërryl, në çifte, në distanca të ndryshme mbi një rrjetë të ulët;</p> <p><b>Aktivite përfundimtare</b> Lojra për relaksim dhe ushtrime për relaksim e muskujve të trupit.</p> <p><b>Reflektim</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Çka bëmë sot?</li> <li>2. Si ndjeheshit?</li> <li>3. Çka mësuat?</li> <li>4. Si mund ta përdorim atë që e mësuam në jetën e përditshme?</li> </ol> <p><b>Detyrë shtëpie:</b> Ushtrime</p>	topa për lojëra sportive (hendboll, basketboll, volejbol dhe futboll - të përshtatshme për moshën).	-realizimi praktik i aktiviteve gjatë orës së mësimit; -inkuadrimi aktiv gjatë orës së mësimit; -bashkëpunimi me shokët e klasës në realizimin e aktiviteve; -respektimi i rregullave të sjelljes në sallën sportive.

Përmbajtjet (konceptet)	Standardet për vleresim	Ora data e realizimit 23.04.2024	Skenari i orës	Mjetet	ndjekja e përparimit
88 Volejball	Kryen teknikën e kthimit të topit me gishta dhe bërryl në çiftë në distanca të ndryshme mbi një rrjetë të ulët;	1	<p>• Mësimdhënësi përgadit nxënësit emocionalisht për orën mësimore</p> <p><b>Aktivite hyrëse</b> Mësimdhënësi zhvillon aktivite: KOMPLEKS USHTRIMESH PËR KOMBLIKUN DHE KËMBËT Muskujt e këmbëve paraqesin aktivitet të vlefshëm gjatë lëvizjes së trupit të njeriut. Muskujt e këmbëve mundësojnë lëvizjen në nyjën e kërdhokullës, në nyjën e gjurit, si dhe lëvizjet në nyjën e zogut të këmbës.</p> <p><b>Aktivite përgaditore</b> Mësimdhënësi luan ndonjerën nga lojrat "Vërshimi", "Gjuajtës me top", "topi i shpëtimit", "gjej rekuizitat sportive", "peshkatari dhe peshqit", "Ngreji këmbët që të shpëtosh" etj. Mësimdhënësi në këtë orë mësimore zgjedh lojën "Ngreji këmbët që të shpëtosh" <i>topi me të cilin përcaktohet</i> nxënësi gjuajtës nxënësi – gjuajtës ndjek dhe ai nxënësi që do të zihet duhet të ulet me këmbë të shtrira dhe të ngritura lart, ndërsa nxënësi tjetër duhet të kalojë nën këmbët e tij për ta liruar.</p> <p><b>Aktivite kryesore</b> <b>Teknikat mësimore</b>, të gjitha teknikat mësimore do të realizohen sipas aktiviteve dhe ushtrimeve të parapara për këtë orë mësimore.</p> <p>➤ Kryen teknikën e shërbimit shkollor volejballistik prej distacave të shkurtra dhe të gjata mbi një rrjetë të ulët;</p> <p><b>4. Aktivitetet përfundimtare – nxjerrja e përfundimit</b> <b>Aktivite:</b> me teknikën e udhëheqje lineare të basketbollit në vend dhe lëvizje me ndryshim drejtimi dhe shpejtësie me ndalim;</p> <p><b>Reflektim</b></p>	topa për lojëra sportive (hendboll, basketboll, volejball dhe futboll - të përshtatshme për moshën).	-realizimi praktik i aktiviteve gjatë orës së mësimit; -inkuadrimi aktiv gjatë orës së mësimit; -bashkëpunimi me shokët e klasës në realizimin e aktiviteve; -respektimi i rregullave të sjelljes në sallën sportive.

1. Çka bëmë sot?
  2. Si ndjeheshit?
  3. Çka mësuat?
  4. Si mund ta përdorim atë që e mësuam në jetën e përditshme?
- Detyrë shtëpie:** Hulumtim, volejbollistë më të suksesshëm botërorë.



Arsimtari; Zekirja Latifi kl. V

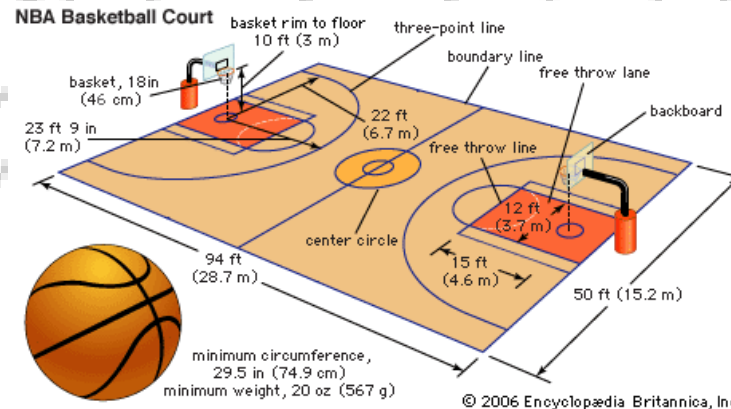
Tema: **LOJRA SPORTIVE**

Përmbajtjet konceptet)	Standardet per vleresim	Ora data e realizimit 25.04.2024	Skenari i orës	Mjetet	ndjekja e përparimit
89 Volejball	Kryen teknikën e kthimit të topit me gishta dhe bërryl në gifte në distanca të ndryshme mbi një rrjetë të ulët;		<ul style="list-style-type: none"> <li>Mësimdhënësi përgadit nxënësit emocionalisht për orën mësimore</li> </ul> <p><b>Aktivite hyrëse</b> Mësimdhënësi zhvillon aktivitete zbavitëse dhe relaksuese përmes aktivitetit Poligoni (fusha) zbavitës nxënësit luajnë dhe zbavitën, në atë mënyrë që të kryejnë parapërgaditjet për pjesën e aktiviteteve të aktiviteteve të pjesës kryesore të orës. Loja luhet sipas këtij rregulli: Gjatësia e shtegut është 35m dhe i përmban këto detyra: prej vijës së startit, e cila është dukshëm e shënuar, fillohet me vrapim në 10m; vrapim nëpër bankën suedeze me kapërcime të katër topave medicinale, të cilat janë të vendosura në bankë; kërcim në lartësi mbi pengesat me lartësi deri në 60cm, hidhet në dyshek dhe kryhet rrotullimi para; ecje në katër këmbë nëpërmjet pesë shkopinjve të vendosura në rrafsh dhe janë të ndara njëra prej tjetrës nga 1,5m;</p> <p><b>2. Aktivite përgaditore</b> TEREZIA E BALLIT <a href="#">Kliko këtu-terezia e ballit</a> Për realizimin e suksesshëm të këtij elementi gjimnastikor nevojitet të ketë lëvizje në nyjat e kërdhokullave dhe elasticitet të muskujve në këmbë. Terezia e ballit paraqet mbajtjen e baraspeshës në një këmbë. Ky element realizohet në këtë mënyrë: nxënësi realizon lëvizje me trupin përpara, ndërsa njëra këmbë lëviz njëkohësisht, mirëpo në drejtim të kundërt (mbrapa), kurse këmba tjetër (këmba e qëndrimit) është e drejtuar në njën e kërdhokullave dhe gjurit. Tërë pesha</p>	topa për lojëra sportive (hendboll, basketboll, volejball dhe futboll - të përshtatshme për moshën).	-realizimi praktik i aktiviteteve gjatë orës së mësimit; -inkuadrimi aktiv gjatë orës së mësimit; -bashkëpunimi me shokët e klasës në realizimin e aktiviteteve; -respektimi i rregullave të sjelljes në sallën sportive.

e trupit është në këmbën e qëndrimit. Duart gjenden në pozitë të zgjeruar.

### Aktivitete kryesore

**Teknikat mësimore**, të gjitha teknikat mësimore do të realizohen sipas aktiviteteve dhe ushtrimeve të parapara për këtë orë mësimore.



Zbaton elemente në lojë (mini volejball) mbi një rretë të ulët, me zbatim të rregullave elementeve;

### Aktivitete përfundimtare

Bashkëbisedim, konstatim, analizë e aktiviteteve dhe ushtrimeve gjat orës mësimore.

### Reflektim

1. Çka bëmë sot?
2. Si ndjeheshit?
3. Çka mësuat?
4. Si mund ta përdorim atë që e mësuam në jetën e përditshme?

**Detyrë shtëpie:** ushtrime, pesha e trupit është në këmbën e qëndrimit. Duart gjenden në pozitë të zgjeruar.



<b>Ditët e festave - viti shkollor 2023/24</b>			
<b>1</b>	8.09.2023	Pavarësia e R.Maqedonisë	E PREMTE
<b>2</b>	11.10.2023	11 Tetori	E MËRKURË
<b>3</b>	23.10.2023	Dita revolucionare	E HËNË
<b>4</b>	22.11.2023	Dita e alfabetit	E MËRKURË
<b>5</b>	8.12.2023	Klimenti i Ohrit	E premtë
<b>6</b>	21.03.2024	Dita e drurit	E enjte
<b>7</b>	10.04.2024	Festa e F. bajramit	E MËRKURË
<b>8</b>	1.05.2024	1Maji	E MËRKURË
<b>9</b>	6.05.2024	Pashkët	E HËNË
<b>10</b>	24.05.2024	Kirili dhe Metodi	E PREMTE
<b>Ditë jo pune gjat vitit shkollor 2023/24</b>			

