



REPUBLIKA E SHQIPËRISË
MINISTRIA E ARSIMIT, SPORTIT DHE RINISË

Nr. 9301/5 Prot.

Tiranë, më 13.09.2018



MIRATOHET
MINISTËR

LINDITA NIKOLLA

Profili: Klasa e profilizuar sportive

Sistemi: Arsimi i mesëm i ulët

Lënda: Basketboll (djem dhe vajza)

KLASA: IX

Tiranë, 2018



**REPUBLIKA E SHQIPËRISË
MINISTRIA E ARSIMIT, SPORTIT DHE RINISË
INSTITUTI I ZHVILLIMIT TË ARSIMIT**

PROFILI: Klasa e profilizuar sportive

SISTEMI: Arsimi i mesëm i ulët

LËNDA: Basketboll (djem dhe vajza)

KLASA: IX

Tiranë, 2018

TABELA E PËRMBAJTJES

TABELA E PËRMBAJTJES.....	2
1 HYRJE.....	3
2 QËLLIMI I PROGRAMIT TË BASKETBOLLIT	3
3 SYNIMET E PROGRAMIT TË BASKETBOLLIT	3
4 KOHA MËSIMORE PËR ÇDO TEMATIKË TË PROGRAMIT	4
5 PËRMBAJTJA E PROGRAMIT TË BASKETBOLLIT, KLASA E 9-TË.....	5
6 NJOHURITË DHE REZULTATET E TE NXËNIT, SIPAS TEMATIKAVE, KLASA E NËNTË	6
7 UDHËZIME METODOLOGJIKE PËR ZBATIMIN E PROGRAMIT	13
8 MATERIALE BURIMORE.....	17

1 HYRJE

Programi i “Edukimit fizik, sporte dhe shëndet”, profili sportiv: basketboll , si rezultat i zhvillimit dhe hapit cilësor që ka sporti i basketbollit në vendin tonë, si dhe për ta çuar në nivele konkurruese me basketbollin bashkëkohor, kërkon një përcaktim të saktë të strukturës dhe përmbajtjes, duke luajtur një rol vendimtar në procesin e formimit dhe përsosjes së aftësive funksionale të nxënësve, të ngritjes së mjeshtërisë sportive. Këtu del detyra që të saktësohet programi dhe të bëhet lidhja e seancave mësimdhënëse (mësimore), me një proces pedagogjik unik. Programi i kësaj lënde do të përfshijë të gjitha elementet teknike të lojës së basketbollit, rregulloren e lojës, duke synuar grumbullimin dhe përvetësimin e njohurive që ndihmojnë nxënësin sportist të krijojë imazhin e saktë të ekzekutimit të elementeve teknike, të sigurojë një pjesëmarrje të vetëdijshme në procesin e stërvitjes sportive.

2 QËLLIMI I PROGRAMIT TË BASKETBOLLIT

Programi synon formimin e nxënësve/sportistëve në sportin e bukur të basketbollit. Njohuritë teorike - praktike të shërbejnë për realizimin me sukses të binomit teori–praktikë, më qëllim që të kemi arritje sportive të një niveli të lartë. Me një shpërndarje të njohurive në fushat, njohjen e rregullores, mësimin e detajuar të teknikës në basketboll, projekteve të ndryshme gjatë procesit mësimor, synohet rritja e kapaciteteve të nxënësve/sportistë të specialitetit të basketbollit. Parimi nga më e thjeshta te më e vështira, vendosja e themeleve më parë, nënkupton se të rinjtë duhet të ecin më parë se sa të vrapojnë. Më parë duhet të mësojnë të gjuajnë e më pas të shënojnë me saktësi.

3 SYNIMET E PROGRAMIT TË BASKETBOLLIT

Në fund të klasës së 9-të nxënësi:

- përvetëson saktë lëvizjet në fushë me top;
- përvetëson teknikën e elementeve bazë të lojës së basketbollit;

- përdor në elementet teknike të dyja duart;
- krijon shprehitë lëvizore, të domosdoshme për nxënësin;
- mëson rregulloren e plotë të lojës së basketbollit;
- kupton vlerat shëndetësore të veshjes, pastërtisë së trupit e të mjedisit gjatë dhe pas të ushtruarit.

4 KOHA MËSIMORE PËR ÇDO TEMATIKË TË PROGRAMIT

Lënda “Basketboll” zhvillohet për 35 javë mësimore me nga 3 orë secila, pra gjithsej 105 orë për klasën e nëntë. Ky program specifikon peshën (orët e sugjeruara) të secilës tematikë. Shuma e orëve sugjeruese për secilën tematikë është e barabartë me sasinë e orëve vjetore, të përcaktuara në planin mësimor të arsimit bazë për klasat e profilizuara sportive. Kjo ka si qëllim që përdoruesit e programit të orientohen për peshën që zë secila tematikë në orët totale vjetore.

Tabela 1: Orë të sugjeruara për çdo tematikë

Tematikat	Matje antropometrike	Matje teknike	Teknika dhe metodika	Aftësi koordinative në kushte loje	Lojë me temë	Edukim sportiv dhe shëndetësor	Kontrolle periodike	Kontroll vjetor
Orët	2 orë	2 orë	42 orë	20 orë	20 orë	8 orë	9 orë	2 orë
	105 orë							

5 PËRMBAJTJA E PROGRAMIT TË BASETROLLIT, KLASA E 9-TË

Programi “Basketboll” për klasat me profil sportiv, për klasën e nëntë të AMU-së (Arsimi i Mësëm i Ulët) zhvillohet përmes përmbajtjeve të detyrueshme të tematikave që ajo përmban. Ato janë:

1. Matje antropometrike

Matje teknike

2. Teknika dhe metodika
3. Aftësi koordinative në kushte lojë
4. Lojë me temë
5. Edukim sportiv dhe shëndetësor
6. Kontrollë periodike
7. Kontroll vjetor

Këto tematika janë bazë për të siguruar rezultatet e të nxënësve në profilin Basketboll. Për secilën tematikë janë paraqitur njohuritë që duhet të demonstrojnë nxënësi lidhur me nëntematikat përkatëse. Tematikat dhe renditja e tyre nuk janë të detyrueshme, por çdo mësues e zhvillon përmbajtjen e lëndës përgjatë vitit shkollor. Kombinimi dhe ndërthurja e tyre në grupe temash apo tema të veçanta mësimore, si dhe renditja e tyre është e drejtë e përdoruesve të programit.

6 NJOHURITË DHE REZULTATET E TE NXËNIT, SIPAS TEMATIKAVE, KLASA E NËNTË

Tematika 1: Matje antropometrike	
Përshkrimi i tematikës: Matjet antropometrike, në mënyrë shumë të thjeshtë dhe shkencore, përcaktojnë treguesit e përbërjes trupore (përbërja dhjamore, spektri i patologjive të infarktut, sëmundjet e zemrës, mbitemensionit) pra evidentojnë një gjendje të shëndetshme normale ose atë problematike dhe orientojnë për përmirësime të mundshme në kohë, në favor të shëndetit.	
Rezultatet e të nxënit të tematikës: <i>Në fund të kësaj tematike:</i> <ul style="list-style-type: none">- kryhen matje antropometrike për çdo nxënës;- realizohet zhvillimi i mëtejshëm dhe progresiv i nxënësve në vazhdimësi;- vlerësohen aftësitë lëvizore të teknikës, mënyra se si ata koordinohen me topin gjatë demonstrimit;- realizohet lidhja e elementeve teknike të mësuara më parë në masën mirë dhe shumë mirë, duke koordinuar lidhjen e disa elementeve bashkë dhe ekzekutim të mirë.	
Njohuritë e lëndës basketboll	Rezultatet e pritshme
<ul style="list-style-type: none">○ Matje antropometrike○ Matje teknike	<ul style="list-style-type: none">- krijohen databaza për të dhënat e matjeve antropometrike;- krahasohen ndryshimet e vazhdueshme të ecurisë së nxënësit.
Tematika 2: Teknika dhe metodika	

Përshkrimi i tematikës: Kjo tematikë ka për qëllim t'u japë mundësi nxënësve të përvetësojnë teknikat e elementeve bazë të basketbollit të mësuara një vit më parë (qëndrim i basketbollistit, pasim, driblim, gjuajtje,) të njohin rrugën metodike të këtyre elementeve dhe aplikimin e tyre në fushë.

Rezultatet e të nxënit të tematikës:

Në fund të kësaj tematikë duhet:

- kryhen ndalimet dhe kërcimet;
- kryhen pasimet me përplasje në tokë;
- realizohet driblimi me rrotullim;
- kryhet gjuajtja e lirë;
- realizohet elementi teknik i kapjes së topit në tabelë.

Njohuritë e lëndës basketboll	Rezultatet e pritshme
<ul style="list-style-type: none"> ○ Qëndrimet e basketbollistit (kërcimet) ○ Pasimi me përplasje të topit në tokë ○ Driblimi me rrotullim ○ Gjuajtja e lirë 	<p>Nxënësi/ja:</p> <ul style="list-style-type: none"> - realizon ndalimet dhe kërcimet në fushë; - kryen pasimin me përplasje të topit në tokë; - kryen driblimin me rrotullim; - kryen gjuajtjen e lirë sipas standardit teknik të kërkuar;

<ul style="list-style-type: none"> ○ Kapja e topit në tabelë (zënja e rrugës së kundështarit) 	<ul style="list-style-type: none"> - përvetëson elementin teknik të kapjes së topit në tabelë.
<p>Tematika 3: Aftësi koordinative në kushte loje</p>	
<p>Përshkrimi i tematikës: Rëndësi të vecantë ka kompletimi i të gjithë lojtarëve me aftësi për përvetësimin sa më të mirë të elementeve teknike duke pasur parasysh gjithmonë kushtet dhe kërkesat që na paraqet loja. Për të arritur këtë qëllim kjo tematikë na jep informacione më të detajuara për zhvillimin e aftësive koordinative të nxënësve.</p>	
<p>Rezultatet e të nxënit të tematikës:</p> <p><i>Në fund të kësaj tematike:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - zhvillohet reagimi në situata të ndryshme të lojës me anë të ushtrimeve; - zhvillohen aftësitë koordinative në fushë nëpërmjet ndërlidhjes së elementeve teknike; - aftësohen për të përballuar situata të ndryshme të lojës. 	
<p>Njohuritë e lëndës basketboll</p>	<p>Rezultate të pritshme</p>
<ul style="list-style-type: none"> ○ Ushtrime koordinimi të lëvizjes pa top ○ Ushtrime koordinimi me top në ½ fushë dhe në të gjithë fushën ○ Ushtrime koordinimi me dhe pa kundërshtar 	<p>Nxënësi/ja:</p> <ul style="list-style-type: none"> - zhvillon reagimin në situata të ndryshme të lojës; - koordinon në fushë elementet teknike; - reagon pozitivisht ndaj cdo situatë që paraqet loja.
<p>Tematika 4: Lojë me temë</p>	

Përshkrimi i tematikës: Padyshim që të luash basketboll në skuadër do të thotë të respektosh rregulla të ndryshme: detyrat e brendshme-rregullat e stërvitjes – rregullat e lojës. Në këtë mënyrë nuk duhet të jenë të aftë të bëjnë ekzaktësisht çfarë ata duan, por për të respektuar rregulla të ndryshme që rrisin bashkekzistencën e tyre me të tjerët. Kjo është njëra prej shumë aspekteve edukative të vlefshme të basketbollit si sport garues.

Rezultatet e të nxënit të tematikës:

Në fund të kësaj tematike:

- përvetësohet koordinimi i lëvizjeve të elementeve të mësuara;
- demonstrohen me saktësi elementet e mësuara dhe përdoren në kushte loje;
- zhvillohet ndjenja e bashkëveprimit me të tjerët në kushte loje.

Njohuritë e lëndës basketboll

Rezultatet e pritshme

- o Lojë pa driblim në ½ fushë dhe në të gjithë fushën
- o Lojë vetëm me një driblim në ½ fushë dhe në të gjithë fushën
- o Lojë ku lojtari që përfundon sulmin duhet vetëm të përdori gjuajtjen në lëvizje (3 hapëshin)
- o Lojë 5 vs 5 me rregulla të thjeshtuara
- o Lojë 5 vs 5 me rregulla të plota të lojës

Nxënësi/ja:

- përvetëson koordinimin e lëvizjeve të elementeve të mësuara;
- demonstroi dhe përdori me saktësi elementet e mësuara në kushte loje;
- bashkëvepron me të tjerët në kushtet e lojës.

Tematika 5: Edukim sportiv dhe shëndetësor

Përshkrimi i tematikës: Në këtë tematikë do të shqyrtohet rëndësia e të veshurit dhe të ushqyerit në sport dhe rregullat bazë të lojës së basketbollit.

Rezultatet e të nxënit të tematikës:

Në fund të kësaj tematike:

- njihet me rregulloren e basketbollit (shkeljet).
- njihet me ndryshimet në rregulloren e basketbollit.
- demonstron me përpikmëri zbatimin për mënyrën e të ushqyerit.
- zbatohet me rigorozitet higjiena e të veshurit para dhe pas stërvitjes.
- njihet me muskujt kryesorë të trupit të njeriut.

Njohuritë e lëndës basketboll

- Rregullore teknike e basketbollit (shkeljet)
- Ndryshimet në rregullore
- Parimet e të ushqyerit dhe të veshurit
- Muskujt kryesor të trupit të njeriut

Rezultatet e pritshme

Nxënësi/ja:

- njih rregulloren e basketbollit (shkeljet);
- njih ndryshimet në rregulloren e basketbollit;
- demonstroi përpikmëri në mënyrën e të ushqyerit shëndetshëm;
- zbaton mënyrat e duhura të veshjes dhe të ruajtjes së higjienës personale para dhe pas stërvitjes;

	- njeh muskujt kryesor të trupit të njeriut.
Tematika 5: Kontrollle periodike	
Përshkrimi i tematikës: Kjo tematikë përshkruan kontrollat periodike të bëra për çdo element të mësuar ku përfshihen dhe qëndrimet etiko-sociale në përgjithësi dhe ato të bashkëpunimit me të tjerët, në veçanti dhe shërben për përmirësimin e vazhdueshëm të procesit mësimor dhe ecuresë profesionale të nxënësit.	
Rezultatet e të nxënit të tematikës: <i>Në fund të kësaj tematike:</i>	
<ul style="list-style-type: none"> - kontrollohet për përvetësimin e elementit teknik të qëndrimit të basketbollistit (kërcimet); - kontrollohet për përvetësimin e elementit teknik të pasimit me përplasje të topit në tokë; - kontrollohet për përvetësimin e elementit teknik të gjuajtjes së lirë; - kontrollohet për përvetësimin e elementit teknik të driblimit me rrotullim; - kontrollohet për përvetësimin e elementit teknik të kapjes së topit në tabelë. 	
Njohuritë e lëndës basketboll	Rezultatet e pritshme
<ul style="list-style-type: none"> ○ Kontroll për përvetësimin e elementit teknik të qëndrimit të basketbollistit (kërcimet) ○ Kontroll për përvetësimin e elementit teknik të pasimit me përplasje në tokë 	<p>Nxënësi/ja:</p> <ul style="list-style-type: none"> - demonstroi aftësitë teknike të përvetësuara; - zbaton rregulloren e plotë në basketboll;

<ul style="list-style-type: none"> ○ Kontroll për përvetësimin e elementit teknik të driblimit me rrotullim ○ Kontroll për përvetësimin e elementit teknik të kapjes së topit në tabelë (zënja e rrugës së kundërshtarit) 	<ul style="list-style-type: none"> - identifikon rëndësinë e të veshurit dhe të ushqyerit shëndetshëm.
<p>Tematika 6: Kontrolli vjetor</p>	
<p>Përshkrimi i tematikës: Në këtë tematikë do të përcaktohet se në çfarë niveli e ka përvetësuar çdo nxënës programin mësimor të klasës së 9-të. Nxënësit do t'i nënshtrohen një testi për çdo element teknik të zhvilluar në këtë program ku do të vlerësohet vetëm për realizimin teknik të këtyre elementeve.</p>	
<p>Rezultatet e të nxënit të tematikës:</p> <p><i>Në fund të kësaj tematike:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - testohet për ekzekutimin teknik në standardet e kërkuara të elementit të ndalimeve dhe kërcimeve; - testohet për ekzekutimin teknik në standardet e kërkuara të elementit të pasimit me përplasje të topit në tokë; - testohet për ekzekutimin teknik në standardet e kërkuara të elementit të driblimit me rrotullim; - testohet për ekzekutimin teknik në standardet e kërkuara të elementit të gjuajtjes së lirë; - testohet për përvetësimin e teknikës së kapjes së topit në tabelë (zënia e rrugës së kundërshtarit). 	
<p>Njohuritë e lëndës basketboll</p>	<p>Rezultatet e pritshme</p>

<ul style="list-style-type: none"> • TESTIM përfundimtar për elementet teknike të mësuara 	<p>Nxënësi/ja:</p> <ul style="list-style-type: none"> - respekton procesin e zhvillimit të testimit; - demonstroi përkushtim maksimal në paraqitjen sa më të mirë në testim; - tregon etikë sportive në kërkesat që paraqet testimi.
--	---

7 UDHËZIME METODOLOGJIKE PËR ZBATIMIN E PROGRAMIT

Organizimi i mirë i procesit të mësimit të “basketbollit”, do të thotë që fëmijët të vendosen në situata konkrete praktike, ku ata përjetojnë dhe provojnë elementet teknike dhe metodike të basketbollit në lojë. Organizimi i mirë i procesit të mësimit të sportit të basketbollit, do të thotë që fëmijët të vendosen në situata konkrete praktike, ku ata përjetojnë dhe përvetësojnë elementet teknike të basketbollit. Basketbolli nuk është thjeshtë argëtues për ta, por një punë serioze, që do dominojë në vazhdimin e jetës së tyre, duke u thithur pjesën më të madhe të kohës e të energjisë, duke edukuar aftësi dhe formuar sjellje shoqërore, si kontribut themelor në kërkesën për rritjen e shpejtë dhe të shëndetshme. Në orët e mësimit të edukimit fizik, sportiv e shëndetësor do t’i vihet theks i madh lojës së basketbollit dhe elementeve teknike përbërëse dhe të kujdesen për higjienën e trupit gjatë dhe pas aktivitetit fizik.

Parimi nga *mëe thjeshta te më e vështira*, vendosja e themeleve më parë, nënkupton së fëmijët duhet të ecin më parë së sa të vrapojnë. Më parë duhet të mësojnë të gjuajnë e më pas të shënojnë më saktësi. Fëmijët padyshim duhet të kryejnë me sukses veprime ose lëvizje të vetme para se të ekzekutojnë kombinime të tyre. Fëmijët ,që kanë zotëruar mirë bazat, janë shumë më të sigurt me aftësitë e tyre lëvizore dhe për pasojë me të njëjtën siguri do të vazhdojnë gjatë gjithë jetës.

I. UDHËZIME PËR VLERËSIMIN E NXËNËSVE

Vlerësimi i nxënësit përshkon gjithë procesin mësimor dhe shërben për përmirësimin e këtij procesi. Vlerësimi i nxënësit nuk ka për qëllim të vetëm vendosjen e notës dhe as nuk përfundon me vendosjen e saj. Ai mbështetet tërësisht në përmbajtjen e programit lëndor dhe mësuesi nuk ka të drejtë të vlerësojë nxënësit për ato kompetenca që nuk përshkruhen në program.

Mësuesi zhvillon vetë dhe ndihmon nxënësit të zhvillojnë një larmi mënyrash vlerësimi, si për shembull:

Nr.	Elementet e vlerësimit	Rezultatet e arritjeve	Nivelet e arritjeve
1	Qëndrimi i basketbollistit (kërcimet)	Nxënësi/ja realizon: - elementin teknik të kërcimeve sipas standardit teknik të kërkuar 4 – 5 kërcime korrekte nga 10 të tilla	N 2 (nota 5-6)
Nxënësi/ja realizon: - elementin teknik të kërcimeve sipas standardit teknik të kërkuar 6 – 7 kërcime korrekte nga 10 të tilla		N 3 (nota 7-8)	
Nxënësi/ja realizon: - elementin teknik të kërcimeve sipas standardit teknik të kërkuar 8 – 10 kërcime korrekte nga 10 të tilla		N 4 (nota 9-10)	
2	Pasimi me përplasje të topit në tokë	Nxënësi/ja realizon:	N 2 (nota 5-6)

		- elementin teknik të pasimit me përplasje në tokë sipas standardit teknik të kërkuar 4 – 5 pasime korrekte nga 10 të tilla	
		Nxënësi/ja realizon: - elementin teknik të pasimit me përplasje në tokë sipas standardit teknik të kërkuar 6 – 7 pasime korrekte nga 10 të tilla	N 3 (nota 7-8)
		Nxënësi/ja realizon: - elementin teknik të pasimit me përplasje në tokë sipas standardit teknik të kërkuar 8 – 10 pasime korrekte nga 10 të tilla	N 4 (nota 9-10)
3	Gjuajtja e lirë	Nxënësi/ja realizon: - elementin teknik gjuajtjes së lirë sipas standardit teknik të kërkuar 4 – 5 realizime nga 10 gjuajtje të lira	N 2 (nota 5-6)
		Nxënësi/ja realizon: - elementin teknik të gjuajtjes së lirë sipas standardit teknik të kërkuar 6 – 7 realizime nga 10 gjuajtje të lira	N 3 (nota 7-8)

		Nxënësi/ja realizon: - elementin teknik gjuajtjes së lirë sipas standardit teknik të kërkuar 8 – 10 realizime nga 10 gjuajtje të lira	N 4 (nota 9-10)
4	Driblimi me rrotullim	Nxënësi/ja realizon: - driblimin me rrotullim sipas standardit të kërkuar 4 – 5 realizime korrekte në 10 të tilla	N 2 (nota 5-6)
		Nxënësi/ja realizon: - driblimin me rrotullim sipas standardit të kërkuar 6 – 7 realizime korrekte në 10 të tilla	N 3 (nota 7-8)
		Nxënësi/ja realizon: - driblimin me rrotullim sipas standardit të kërkuar 8 – 10 realizime korrekte në 10 të tilla	N 4 (nota 9-10)
	Kapja e topit në tabelë (zëna e rrugës së kundërshtarit)	Nxënësi/ja realizon: - elementin teknik kapjes së topit në tabelë sipas standardit teknik të kërkuar 4 -5 nga 10 kapje të topit në tabelë	N 2 (nota 5-6)

		Nxënësi/ja realizon: - elementin teknik kapjes së topit në tabelë sipas standardit teknik të kërkuar 4 -5 nga 10 kapje të topit në tabelë	N 3 (nota 7-8)
		Nxënësi/ja realizon: - elementin teknik kapjes së topit në tabelë sipas standardit teknik të kërkuar 4 -5 nga 10 kapje të topit në tabelë	N 4 (nota 9-10)

8 MATERIALE BURIMORE

Për zbatimin me sukses të fushës/lëndës “Edukim fizik, sporte dhe shëndet” profili basketboll, është e rëndësishme të përdoren burime të ndryshme mësimore që të motivojnë nxënësin dhe të stimulojnë progresin e tij/saj në mënyrë që të përvetësojë shprehi dhe shkathtësi të nevojshme për përvetësimin sa më të mirë të teknikave të lojës së basketbollit. Baza materiale e sportive janë burime të vlefshme dhe të rëndësishme të të nxënësve. Por qasja e nxënësve në informacion nuk duhet kufizuar vetëm në to, por të mundësohen burime tjera të cilat i shërbejnë për të planifikuar dhe realizuar sa më me cilësi procesin mësimor. Për realizimin e mësimin duhet të përdoret një spektër i gjerë i burimeve mësimore, përfshirë bazën materiale- sportive, aktivitete të ndryshme sportive, projekte, studime të ndryshme, analiza dhe raporte të ndryshme, si dhe librat e tjerë të fushave mësimore që mundësojnë qasje.