



REPUBLIKA E SHQIPËRISË  
MINISTRIA E ARSIMIT, SPORTIT DHE RINISË

№ 8301 Prot.  
8

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: VI**

**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: VI**

**Tiranë, 2018**

## TABELA E PËRMBAJTJES

TABELA E PËRMBAJTJES.....	2
1 HYRJE.....	3
2 QËLLIMI I PROGRAMIT TË BASKETBOLLIT .....	3
3 SYNIMET E PROGRAMIT TE BASKETBOLLIT .....	3
4 KOHA MËSIMORE PËR ÇDO TEMATIKË TË PROGRAMIT .....	4
5 PËRMBAJTJA E PROGRAMIT TË BASKETBOLLIT, KLASA E 6-TË.....	5
6 NJOHURITË DHE REZULTATET E TË NXËNIT, SIPAS TEMATIKAVE, KLASA E GJASHTË .....	6
7 UDHËZIME METODOLOGJIKE PËR ZBATIMIN E PROGRAMIT .....	12
8 UDHËZIME PËR VLERËSIMIN E NXËNËSVE .....	13
9 MATERIALE BURIMORE.....	15

## 1 HYRJE

Programi i basketbollit, 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 mjeshtresë 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 gjithë 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 e 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, me 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 tek 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 TE BASKETBOLLIT

Në fund të klasës së 6-të nxënësi:

- demonstroi saktë lëvizjet në fushë pa top;
- demonstroi teknikën e elementeve bazë të lojës së basketbollit;
- përdori në elementet teknike të dyja duart;

- kryen lëvizje në fushë pa top;
- krijon shprehitë e para për lojën e basketbollit;
- krijon shprehitë lëvizore, të domosdoshme për nxënësin;
- njeh rregullat bazë 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 gjashtë. 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
<b>Orët</b>	2 orë	2 orë	42 orë	20 orë	20 orë	8 orë	9 orë	2 orë
	105 orë							

## 5 PËRMBAJTJA E PROGRAMIT TË BASKETBOLLIT, KLASA E 6-TË

Programi “Basketboll” për klasat me profil sportiv, për klasën e gjashtë të AMU-së (Arsimi i Mesëm 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 loje
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 TË NXËNIT, SIPAS TEMATIKAVE, KLASA E GJASHTË

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

**Përshkrimi i tematikës:** Kjo tematikë ka për qëllim t'u japë mundësi nxënësve të njihen me teknikat e elementeve bazë të basketbollit (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 tematike:*

- kryhen qëndrimet dhe lëvizjet bazë të basketbollistit sipas standardit teknik;
- kryhen pasime dhe zotërohet topi me dy duar nga gjoksi dhe sipër kokës, sipas standardëve teknikë;
- realizohet elementi teknik i driblimit me të majtën dhe të djathtë në vend dhe lëvizje, sipas kërkesave përkatëse teknike;
- kryhet gjuajtja në lëvizje ( tre hapësh ), gjuajtje nga vendi, në largësi të afërt sipas standardit teknik.

**Njohuritë e lëndës basketboll**

- Qëndrimet dhe lëvizjet në fushë
- Kapja dhe pasimi i topit me dy duar nga gjoksi dhe sipër kokës
- Driblimi me të djathtë në vend dhe lëvizje
- Gjuajtja në lëvizje ( tre hapësh ), gjuajtje me kërcim nga vendi

**Rezultatet e pritshme**

Nxënësi/ja:

- realizon qëndrimet dhe lëvizjet në fushë sipas standardit teknik të kërkuar;
- realizon kapjen dhe pasimin e topit me duar nga gjoksi dhe sipër kokës sipas standardeve teknike përkatëse;
- realizon elementin teknik të driblimit me të djathtë dhe të majtën në vend dhe lëvizje sipas kërkesave përkatëse teknike;
- realizon elementin e gjuajtjes në lëvizje ( tre hapësh ), gjuajtjes me kërcim nga vendi sipas standardit teknik të kërkuar.



<b>Tematika 3: Aftësi koordinative në kushte loje</b>	
<b>Përshkrimi i tematikës:</b> Rëndësi të veçantë ka kompletimi i të gjithë lojtarëve më 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.	
<b>Rezultatet e të nxënit të tematikës:</b> <i>Në fund të kësaj tematike:</i>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- rritet dhe zhvillohet sensi i reagimit në situata të ndryshme të lojës me anë të ushtrimeve;</li> <li>- zhvillohen aftësitë koordinative në fushë nëpërmjet ndërlidhjes së elementeve teknike;</li> <li>- përgatitet nxënësi për të qenë i aftë të përballojë situata të ndryshme të lojës.</li> </ul>	
<b>Njohuritë e lëndës basketboll</b>	<b>Rezultatet e pritshme</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Ushtrime koordinimi të lëvizjes pa top</li> <li>○ Ushtrime koordinimi me top në ½ fushë dhe në të gjithë fushën</li> <li>○ Ushtrime koordinimi me dhe pa kundërshtar</li> </ul>	<p>Nxënësi/ja:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- zhvillon reagimin në situata të ndryshme të lojës;</li> <li>- koordinon në fushë elementet teknikë;</li> <li>- reagon pozitivisht ndaj çdo situatë që paraqet loja.</li> </ul>
<b>Tematika 4: Lojë me temë</b>	

**Përshkrimi i tematikës:** Padyshim që të luash basketboll në skuadër do të thotë të respektosh rregulla të ndryshme: detyrat e brendshme-rregullat e stervitjes – 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;
- rritet sensi i 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 ku të përdoret vetëm pasimi me dy duar nga gjoksi dhe sipër kokës.
- o Lojë vetëm me një driblim në ½ fushë dhe në të gjithë fushën.
- o Lojë ku lojtari që përfundon sulmin duhet vetëm të përdorë gjuajtjen në lëvizje ( 3 hapëshin ).

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 si dhe rregullat bazë të lojës së basketbollit.

**Rezultatet e të nxënit të tematikës:**

*Në fund të kësaj tematike:*

- merren njohuri bazë të rregullores së basketbollit ( përmasat e fushës, tabelës dhe topi );
- krijohet një kulturë e mirë në mënyrën e të ushqyerit;
- njihen me rëndësinë e të ushqyerit shëndetshëm në sport;
- njihen me kushtet primare të të veshurit në sport.

**Njohuritë e lëndës basketboll**

**Rezultatet e pritshme**

- Rregullore teknike e lojës së basketbollit (përmasat e fushës, tabelës, koshit dhe topit )
- Historiku i basketbollit në shqipëri
- Parimet e të ushqyerit dhe të veshurit
- Mekanizmat e kontrollit të frymëmarrjes

Nxënësi/ja:

- zbaton rregulloren bazë të basketbollit (përmasat e fushës, tabelës, koshit dhe topit );
- njih historikun e basketbollit në Shqipëri;
- argumenton përfitimet që sjellin produktet ushqimore dhe mënyrat e shëndetshme të të ushqyerit në organizmin e njeriut;
- zbaton mënyrat e duhura të veshjes dhe të ruajtjes së higjenës personale;
- njih volumin e ajrit të thithur dhe nxjerr gjatë një akti normal frymë këmbimi.

**Tematika 6: Kontrolle periodike**

**Përshkrimi i tematikës:** Kjo tematikë përshkruan kontrollet 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 ecurisë profesionale të nxënësit.

**Rezultatet e të nxënit të tematikës:**

*Në fund të kësaj tematike:*

- kontrollohet për përvetësimin e elementeve teknikë;
- kontrollohet për njohuritë e marra për rregulloren bazë të basketbollit;
- kontrollohet për njohuritë e marra rreth mënyrës së shëndetshme të të ushqyerit dhe të veshurit.

<b>Njohuritë e lëndës basketboll</b>	<b>Rezultatet e pritshme</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Kontroll i qëndrimit dhe lëvizjeve të basketbollistit në fushë</li> <li>○ Kontroll për elementet teknike të pasimit me dy duar nga gjoksi dhe sipër kokës</li> <li>○ Kontroll i elementit të driblimit me të djathtën dhe të majtën në vend dhe lëvizje</li> <li>○ Kontroll për rregulloren bazë të basketbollit (përmasat e fushës, tabelës, koshit dhe topit)</li> <li>○ Kontroll për parimet bazë të të ushqyerit dhe të veshurit</li> </ul>	<p>Nxënësi/ja:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- demonstroi aftësitë teknike të përvetësuara;</li> <li>- realizoi qëndrimet dhe lëvizjet në fushë sipas standardit teknik të kërkuar;</li> <li>- realizoi kapjen dhe pasimin e topit me duar nga gjoksi dhe sipër kokës sipas standardeve teknike përkatëse;</li> <li>- realizoi elementin teknik të driblimit me të djathtën dhe të majtën në vend dhe lëvizje sipas kërkesave përkatëse teknike;</li> <li>- realizoi elementin e gjuajtjes në lëvizje ( tre hapësh ), gjuajtjes me kërcim nga vendi sipas standardit teknik të kërkuar;</li> <li>- njeh rregulloren bazë të basketbollit (përmasat e fushës, tabelës, koshit, topit;</li> </ul>

	- identifikon rëndësinë e të veshurit dhe të ushqyerit shëndetshëm.
<b>Tematika 7: Kontrolli vjetor</b>	
<b>Përshkrimi i tematikës:</b> Në këtë tematikë do të përcaktohet se në çfarë niveli e ka përvetësuar çdo nxënës programin mësimor të klasës së 6-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.	
<b>Rezultatet e të nxënit të tematikës:</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- testohet për ekzekutimin teknik në standardet e kërkuara të elementit të qëndrimit të basketbollistit;</li> <li>- testohet për ekzekutimin teknik në standardet e kërkuara të elementit të pasimit;</li> <li>- testohet për ekzekutimin teknik në standardet e kërkuara të elementit të driblimit;</li> <li>- testohet për ekzekutimin teknik në standardet e kërkuara të elementit të gjuajtjes.</li> </ul>	
<b>Njohuritë e lëndës basketboll</b>	<b>Rezultatet e pritshme</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• TESTIM përfundimtar për elementet teknike të mësuar</li> </ul>	<p>Nxënësi/ja:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- respekton procesin e zhvillimit të testimit;</li> <li>- demonstroi përkushtim maksimal në paraqitjen sa më të mirë në testim;</li> <li>- tregon etikë sportive në kërkesat që paraqet testimi.</li> </ul>

## 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 do të kujdesen për higjienën e trupit gjatë dhe pas aktivitetit fizik.

Parimi nga *më e thjeshta tek më e vështira*, vendosja e themeleve më parë, nënkupton se fëmijët duhet të ecin më parë se sa të vrapojnë. Më parë duhet të mësojnë të gjuajnë e më pas të shënojnë me 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.

## **8 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 dhe lëvizjet në fushë të basketbollistit	Nxënësi/ja realizon: - 4 – 5 nga 10 qëndrime korrekte të basketbollistit sipas standardit të kërkuar	N 2 (nota 5-6)
Nxënësi/ja realizon: - 6 – 7 nga 10 qëndrime korrekte të basketbollistit sipas standardit të kërkuar		N 3 (nota 7-8)	
Nxënësi/ja realizon: - 8 – 10 nga 10 qëndrime korrekte të basketbollistit sipas standardit të kërkuar		N 4 (nota 9-10 )	
2	Pasimi me dy duar nga koka dhe me dy duar nga gjoksi	Nxënësi/ja realizon: - 4 – 5 nga 10 pasime sipas standardit të kërkuar	N 2 (nota 5-6)
Nxënësi/ja realizon: - 6 – 7 nga 10 pasime sipas standardit të kërkuar		N 3 (nota 7-8)	
Nxënësi/ja realizon: - 8 – 10 nga 10 pasime sipas standardit të kërkuar		N 4 (nota 9-10 )	
3		Nxënësi/ja realizon: - 4 – 5 nga 10 gjuajtje sipas standardit të kërkuar	N 2 (nota 5-6)

	Gjuajtja në lëvizje (trehapësh), gjuajtje me kërcim nga vendi	Nxënësi/ja realizon: - 6 – 7 nga 10 gjuajtje sipas standardit të kërkuar	N 3 (nota 7-8)
		Nxënësi/ja realizon: - 8 – 10 nga 10 gjuajtje sipas standardit të kërkuar	N 4 (nota 9-10 )
4	Driblimi me të majtën dhe të djathtën në vend dhe lëvizje	Nxënësi/ja realizon: - 4 – 5 driblime të njëpasnjëshme sipas standardit teknik të kërkuar	N 2 (nota 5-6)
		Nxënësi/ja realizon: - 6 – 7 driblime të njëpasnjëshme sipas standardit teknik të kërkuar	N 3 (nota 7-8)
		Nxënësi/ja realizon: - 8 – 10 driblime të njëpasnjëshme sipas standardit teknik të kërkuar	N 4 (nota 9-10 )

## 9 MATERIALE BURIMORE

Për zbatimin me sukses të fushës/lëndës “Edukim fizik, sport 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 shprehje dhe shkathtësi të nevojshme për përvetësimin sa më të mirë të teknikave të lojës së basketbollit. Baza materiale sportive janë burime të vlefshme dhe të rëndësishme të nxënësit. 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 mësimimit 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.