



REPUBLIKA E SHQIPËRISË
MINISTRIA E ARSIMIT, SPORTIT DHE RINISË

Nr. 1301/ Prot.

4.

Tiranë, më 13.09.2018



MIRATOHET

MINISTËR

LINDITA NIKOLLA

Profili: Klasa e profilizuar sportive

Sistemi: Arsimi i mesëm i ulët

Lënda: Futboll (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: Futboll (djem dhe vajza)

KLASA: VI

Tiranë, 2018

TABELA E PËRMBAJTJES

TABELA E PËRMBAJTJES.....	2
1 HYRJE.....	3
2 QËLLIMI I PROGRAMIT TE FUTBOLLIT	3
3 SYNIMET E PROGRAMIT TË FUTBOLLIT	3
4 KOHA MËSIMORE PËR ÇDO TEMATIKË TË PROGRAMIT	4
5 PËRMBAJTJA E PROGRAMIT TË FUTBOLLIT, KLASA E 6-TË.....	4
6 NJOHURITË SPORTIVE DHE REZULTATET E TË NXËNIT, SIPAS TEMATIKAVE, KLASA E 6 -TË	6
7 UDHËZIME METODOLOGJIKE PËR ZBATIMIN E PROGRAMIT	12
8 UDHËZIME PËR VLERËSIMIN E NXËNËSVE	13
9 MATERIALE BURIMORE.....	16

1 HYRJE

Programi i futbollit, si rezultat i zhvillimit dhe hapit cilësor që ka sporti i futbollit në vendin tonë, si dhe për ta çuar në nivele konkurruese me futbollin 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 futbollit, 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 TE FUTBOLLIT

Programi synon formimin e nxënësve/sportistëve në sportin e bukur të futbollit. 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 futboll, projekteve të ndryshme gjatë procesit mësimor, synohet rritja e kapaciteteve të nxënësve sportistë të specialitetit të futbollit. 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.

3 SYNIMET E PROGRAMIT TË FUTBOLLIT

Në fund të klasës së 6-të nxënësi duhet të jetë i aftë:

- të përvetësojë teknikën e elementeve bazë të lojës së futbollit;
- të zotërojë elementet teknike elementare si: *pasimi, udhëheqja e topit, driblime, marrja e topit, rivënia anësore, goditja e topit*;
- të demonstrojë lëvizjen në fushë në drejtime të lira me top për të fituar shprehi top-këmbë;
- të krijojë shprehitë lëvizore, të domosdoshme për nxënësin;
- të përvetësojë rregullat bazë të lojës së futbollit;

- të kuptojë vlerat shëndetësore duke përvetësuar më tej rregullat e veshjes, pastërtisë së trupit e të mjedisit gjatë dhe pas të ushtruarit të tyre në sport.

4 KOHA MËSIMORE PËR ÇDO TEMATIKË TË PROGRAMIT

Lënda “Futboll” për klasat e profilizuara sportive, 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 lojë	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 FUTBOLLIT, KLASA E 6-TË

Programi “Futboll” 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 sportiv “Futboll”. 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 SPORTIVE DHE REZULTATET E TË NXËNIT, SIPAS TEMATIKAVE, KLASA E 6 - TË

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, mbtensioni), 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 matjet antropometrike për çdo nxënës; - realizohet progresi i nxënësve në vazhdimësi; - vlerësohen aftësitë lëvizore të teknikës, mënyra se si ata koordinohen me topin gjatë demonstrimit; - realizohet lidhja organike 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 futboll	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 njihen me teknikat e elementeve bazë të futbollit (qëndrim i futbollistit, udhëheqja, goditja, marrja e topit, rivënia anësore pasimi,), 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 veprimet teknike bazë të futbollit sipas standardit teknik;
- demonstrohet udhëheqja e topit sipas standardit teknik;
- realizohen elementet teknike të driblimit me të majtën dhe të djathtë, sipas kërkesave përkatëse teknike;
- kryhen veprime në lidhje me rivënien anësore të improvizuar nga vendi;
- demonstrohen elementet teknike të pasimit.

Njohuritë e lëndës futboll

Rezultatet e pritshme

- Qëndrimet dhe lëvizjet në fushë
- Udhëheqja e topit
- Driblimi
- Pasimi
- Marrja e topit
- Goditja e topit
- Rivënia anësore

Nxënësi/ja:

- realizon qëndrimet dhe lëvizjet në fushë sipas standardit teknik të kërkuar;
- realizon udhëheqjen e topit sipas standardeve teknike përkatëse;
- realizon elementin teknik të driblimit sipas kërkesave përkatëse teknike;
- realizon pasimin e topit sipas standardit teknik të kërkuar;
- realizon marrjen e topit sipas standardeve të kërkuara;
- realizon goditjen e topit hapësira këmbë-top sipas standardeve të kërkuara;
- realizon hedhjen e rivënies anësore sipas standardeve teknike të kërkuara.

Tematika 3: Aftësi koordinative në kushte loje

Përshkrimi i tematikës: Rëndësi të veçantë 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

Rezultatet e të nxënit të tematikës:

Në fund të kësaj tematike:

- rritet dhe zhvillohet reagimi në situata të ndryshme të lojës me anë të ushtrimeve;
- zhvillohen aftësitë koordinative në fushë nëpërmjet ndërlidhjes se elementeve teknike;
- demonstronhet përballja në situata të ndryshme të lojës.

Njohuritë e lëndës futboll**Rezultatet e pritshme**

- o Ushtrime koordinimi të lëvizjes pa top.
- o Ushtrime koordinimi me top në ½ fushë dhe në kuadrate të caktuara 20x20 ,30x30.
- o Ushtrime koordinimi me dhe pa kundërshtar.

Nxënësi/ja:

- zhvillon reagimin në situata të ndryshme të lojës;
- koordinon në fushë elementet teknike;
- reagon pozitivisht ndaj çdo situatë që paraqet loja.

Tematika 4: Lojë me temë

Përshkrimi i tematikës: Padyshim që të luash futboll në skuadër do të thotë të respektosh rregullat 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 rregullat të ndryshme që rrisin bashkëzistencën e tyre me të tjerët. Kjo është njëra prej shumë aspekteve edukative të vlefshme të futbollit si sport garues.

Rezultatet e të nxënit të tematikës:

Në fund të kësaj tematike:

- përvetësohet koordinimi i lëvizjeve të elementeve të mësuara;
- demonstronhen me saktësi elementet e mësuara dhe përdoren ato në kushte loje;

- zhvillohet bashkëveprimi me të tjerët në kushte loje.	
Njohuritë e lëndës futboll	Rezultatet e pritshme
<ul style="list-style-type: none"> 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 Lojëra në grup të kufizuar 5vs5. 	<p>Nxënësi/ja:</p> <ul style="list-style-type: none"> - përvetëson koordinimin e lëvizjeve të elementeve të mësuara; - demonstroi dhe përdori me saktësi elementet e mësuara në kushte loje; - shpreh më mirë anën teknike të tij duke futur intuitën e tij për çdo veprim të kryer.
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 futbollit.	
Rezultatet e të nxënit të tematikës:	
<i>Në fund të kësaj tematike:</i>	
<ul style="list-style-type: none"> - zhvillohen njohuri bazë të rregullores së futbollit; - krijohet një kulturë e mirë në mënyrën e të ushqyerit; - shpjegohet rëndësia e të ushqyerit shëndetshëm në sport; - shpjegohen elementet kryesore të të veshurit në sport; - shpjegohet historiku i futbollit në Shqipëri; - demonstroi rezultatet bazë të frymë - këmbimit. 	
Njohuritë e lëndës futbollit	Rezultatet e pritshme
<ul style="list-style-type: none"> o Rregullore teknike e lojës së futbollit. o Parimet e të ushqyerit dhe të veshurit . 	<p>Nxënësi/ja:</p> <ul style="list-style-type: none"> - zbaton rregulloren bazë të futbollit.

<ul style="list-style-type: none"> ○ Historikun e futbollit në Shqipëri. ○ Mekanizmat e kontrollit të frymëmarrjes. 	<ul style="list-style-type: none"> - argumenton përfitimet që sjellin produktet e ushqimore dhe mënyrat e shëndetshme të të ushqyerit në organizmin e njeriut; - zbaton mënyrat e duhura të veshjes dhe të ruajtjes së higjienës personale; - shpjegon historikun e futbollit në Shqipëri; - demonstroi volumin e ajrit të thithur dhe të nxjerrë gjatë një akti normal të frymëkëmbimit.
---	---

Tematika 6: Kontrole 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 teknike;
- kontrollohet për njohuritë e marra për rregulloren bazë të futbollit;
- kontrollohet për njohuritë e marra rreth mënyrës së shëndetshme të të ushqyerit dhe të veshurit.

Njohuritë e lëndës futboll

Rezultatet e pritshme

<ul style="list-style-type: none"> ○ Kontroll për elementet teknike. ○ Kontroll për rregulloren bazë të futbollit. ○ Kontroll udhëheqja e topit. ○ Kontroll driblimi. ○ Kontroll pasimi i topit. ○ Kontroll marrja e topit. ○ Kontroll goditja e topit. ○ Rivënia anësore. ○ Kontroll për parimet bazë të të ushqyerit dhe të veshurit. 	<p>Nxënësi/ja:</p> <ul style="list-style-type: none"> - demonstroi aftësitë teknike të përvetësuara; - zbaton rregulloren bazë të futbollit - realizon udhëheqjen e topit sipas standardeve teknike përkatëse; - realizon elementin teknik të driblimit sipas kërkesave përkatëse teknike; - realizon pasimin e topit sipas standardit teknik të kërkuar; - realizon marrjen e topit sipas standardeve të kërkuara; - realizon goditjen e topit hapësira këmbë-top sipas standardeve të kërkuara; - realizon hedhjen e rivënies anësore sipas standardeve të kërkuara; - identifikon rëndësinë e të veshurit dhe të ushqyerit shëndetshëm.
<p>Tematika 7: 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 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.</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 teknik të futbollistit; 	

- testohet për ekzekutimin teknik në standardet e kërkuara të elementit të pasimit;
- testohet për ekzekutimin teknik në standardet e kërkuara të elementit të driblimit;
- testohet për ekzekutimin teknik në standardet e kërkuara të elementit të udhëheqjes së topit, marrjes së topit, rivënia anësore.

Njohuritë e lëndës futboll	Rezultatet e pritshme
TESTIM përfundimtar për elementet teknike të mësuarat.	Nxënësi/ja: <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 “Futbollit”, do të thotë që fëmijët të vendosen në situata konkrete praktike, ku ata përjetojnë dhe provojnë elementet teknike dhe metodike të futbollit në lojë. Organizimi i mirë i procesit të mësimit të sportit të futbollit, do të thotë që fëmijët të vendosen në situata konkrete praktike, ku ata përjetojnë dhe përvetësojnë elementet teknike të futbollit. Futbolli nuk është thjesht 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 futbollit dhe elementeve teknike përbërëse dhe 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 anën teknike të tyre. 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 ARRITJEVE	E
1	<i>Udhëheqja e topit</i>	Nxënësi/ja realizon: - udhëheqjen e topit në vijë të drejtë.(15m).	N 2 (nota 5-6)	
		Nxënësi/ja realizon: - udhëheqjen e topit në vijë të drejtë duke e mbajtur topin në kontroll sa më afër këmbës (15m).	N 3 (nota 7-8)	
		Nxënësi/ja realizon: - udhëheqjen e topit në vije të drejtë duke e mbajtur topin afër këmbës dhe me shikimin lart(15m).	N 4 (nota 9-10)	
2	<i>Pasimi i topit</i>	Nxënësi/ja realizon:	N 2 (nota 5-6)	

		- 5 pasime të sakta drejt një objektivi të caktuar në largësinë 5m.	
		Nxënësi/ja realizon: - 5 pasime të sakta drejt një objektivi të caktuar në një largësi 7m duke vendosur këmbën mbështetëse paralel me topin.	N 3 (nota 7-8)
		Nxënësi/ja realizon: - 5 pasime të sakta drejt një objektivi të caktuar në një largësi 7m duke vendosur këmbën mbështetëse paralel me topin si dhe shoqërimin e këmbës gjatë pasimit të topit.	N 4 (nota 9-10)
3	<i>Marrja e topit</i>	Nxënësi/ja realizon: - marrjen e topit nga një distancë e afërt 5 m; - sulmimin e topit pa kundërshtarë.	N 2 (nota 5-6)
		Nxënësi/ja realizon: - marrjen e topit nga një distancë e afërt 7m; - sulmimin e topit për kontrollin e tij para se ta kapë kundërshtari.	N 3 (nota 7-8)
		Nxënësi/ja realizon: - me shpejtësi marrjen e topit me kundërshtar në krah 10 m.	N 4 (nota 9-10)

4	<i>Goditja e topit</i>	Nxënësi/ja realizon: - goditjen e topit në një distancë 15 m duke i dhënë trajektore (2x).	N 2 (nota 5-6)
		Nxënësi/ja realizon: - goditjen e topit në një distancë 20 m duke i dhënë trajektore topit brenda një rrezeje të caktuar (2x).	N 3 (nota 7-8)
		Nxënësi/ja realizon: - goditjen e topit në distancë 20m duke i dhënë topit trajektore duke e dërguar atë brenda një rrethi të vendosur në tokë.	N 4 (nota 9-10)
5	<i>Rivënia anësore</i>	Nxënësi/ja realizon: - hedhjen e topit nga rivënia anësore nga vendi pa bërë faull.	N 2 (nota 5-6)
		Nxënësi/ja realizon: - hedhjen e topin në rivënie anësore me një hap para pa bërë faull.	N 3 (nota 7-8)
		Nxënësi/ja realizon: - hedhjen e topit në rivënie anësore me vrull pa bërë faull.	N 4 (nota 9-10)
6	<i>Driblimi</i>	Nxënësi/ja realizon: - një driblim ndaj kundërshtarit(hink)duke e sulmuar atë për ta dribluar (një kundërshtar)	N 2 (nota 5-6)

		Nxënësi/ja realizon: - dy driblime ndaj kundërshtarit.(hinkat të vendosura diagonal 2 m larg njëri-tjetrit duke i dribluar ato).	N 3 (nota 7-8)
		Nxënësi/ja realizon: - 3 driblime ndaj kundërshtarit (3 hinkat te vendosura në formë trekëndëshi 3 m duke i shmangur ato njëri pas tjetrit).	N 4 (nota 9-10)

9 MATERIALE BURIMORE

Për zbatimin me sukses të programit “Edukim fizik, sporte dhe shëndet”, profili futboll, 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, aktivitete të ndryshme sportive, projekte, studime te ndryshme, analiza dhe raporte të ndryshme, si dhe librat e tjerë të fushave mësimore teknikave të lojës së futbollit. Baza materiale e sportive janë burime të vlefshme dhe të rëndësishme të të nxënit. 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 mësimit duhet të përdoret një spektër i gjerë i burimeve mësimore, përfshirë bazën materiale-sportive që mundësojnë qasje.