



REPUBLIKA E SHQIPËRISË
MINISTRIA E ARSIMIT, SPORTIT DHE RINISË

9301/Prot.
19.

Tiranë, më 13.09.2018



MIRATOHET

MINISTËR

LINDITA NIKOLLA

Profili: Klasa e profilizuar sportive

Sistemi: Arsimi i mesëm i ulët

Lënda: Volejboll (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: Volejboll (djem dhe vajza)

KLASA: IX

Tiranë, 2018

Tabela e përmbajtjes

| | |
|---|----|
| Tabela e përmbajtjes | 2 |
| 1 HYRJE..... | 3 |
| 2 QËLLIMI I PROGRAMIT TË VOLEJBOLLIT..... | 3 |
| 3 SYNIMET E PROGRAMIT TË VOLEJBOLLIT | 3 |
| 4 KOHA MËSIMORE PËR ÇDO TEMATIKË TË PROGRAMIT | 4 |
| 5 PËRMBAJTJA E PROGRAMIT TË VOLEJBOLLIT, KLASA 9-TË | 5 |
| 6 NJOHURITË DHE REZULTATET E TË NXËNIT, SIPAS TEMATIKAVE, KLASA E 9 -TË | 6 |
| 7 UDHËZIME METODOLOGJIKE PËR ZBATIMIN E PROGRAMIT | 13 |
| 8 UDHËZIME PËR VLERËSIMIN E NXËNËSVE | 13 |
| 9 MATERIALE BURIMORE | 17 |

1 HYRJE

Stërvitja mësimore sportive ndikon së pari në formimin e nxënësve me synimin për të arritur në mënyrë optimale rezultate sportive si dhe për të pasur një përgatitje sa më të gjithanshme fizike. Efikasiteti i stërvitjes varet shumë nga zgjedhja dhe seleksionimi i ushtrimeve, nga kuptimi dhe përmbajtja e ushtrimeve në stërvitje, gjë që do t'i japë mundësi të zgjedhë me më shumë siguri detyrat kryesore, duke arritur kështu në objektivin e përcaktuar. I gjithë ky program ka në strukturën e tij bazë elemente teknike-metodike që ndikojnë në formimin e nxënësit, përfaqësojnë në unitet ngarkesën, metodën dhe mjetet e stërvitjes mbi kritere të përcaktuara shkencërisht. Ballafaqimi i stërvitjes së kryer me rezultatet që arrin nxënësi bën të mundur nxjerrjen e konkluzioneve të domosdoshme për planifikim në vazhdimësi. Parimet dhe kërkesat bazë të programit synojnë që të realizohen të lidhura ngushtë me njëra-tjetrën pavarësisht nga specifika e tyre. Nxënësit duhet të kenë të qartë çdo koncept teknik si dhe të jenë në gjendje të vetëkorrigjohen e të korrigjojnë gabimet e ndryshme të shokët. Vetëm atëherë kur të arrihet kjo, mund të themi se programi ia ka arritur qëllimit dhe se puna e gjithsecilit ka arritur rezultatet e pritshme.

2 QËLLIMI I PROGRAMIT TË VOLEJBOLLIT

Programi synon formimin e nxënësve/sportistëve në sportin e bukur të volejbollit. Njohuritë teorike-metodike-praktike të shërbejnë për realizimin me sukses të binomit teori-praktik, me qëllim që të kemi një arritje sportive të një niveli të lartë. Me një shpërndarje të njohurive në fushat, njohje e rregullores, mësimi metodik i detajuar të elementeve teknike në volejboll. Parimi nga më e thjeshta tek më e vështira, vendosja e themeleve më parë teknike, nënkupton se të rinjtë duhet të mësojnë qëndrimet dhe lëvizjet në fushë e më pas elementet e tjera teknike

3 SYNIMET E PROGRAMIT TË VOLEJBOLLIT

Në fund të klasës së 9-të nxënësi duhet të jetë i aftë:

- të përvetësojë saktë qëndrimet dhe lëvizjet në fushë;
- të përvetësojë teknikën e elementeve bazë të volejbollit;

- të përdorë dhe të koordinojë elementet teknike të volejbollit;
- të krijojë shprehi lëvizore, koordinative të domosdoshme për nxënësin;
- të mësojë rregulloren e lojës së volejbollit;
- të kuptojë vlerat shëndetësore të veshjes, pastërtisë së trupit e të mjedisit gjatë dhe pas të ushtruarit në sport (volejball).

4 KOHA MËSIMORE PËR ÇDO TEMATIKË TË PROGRAMIT

Lënda Volejball zhvillohet për 35 javë mësimore me nga 3 orë secila, pra gjithësej 105 orë për klasën e nëntë. Ky program specifikon peshën (orët e sugjeruara) e 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 |
| | 105orë | | | | | | | |

5 PËRMBAJTJA E PROGRAMIT TË VOLEJBOLLIT, KLASA 9-TË

Programi volejboll për klasat me profil sportiv, për klasën e nëntë AMU (Arsimi i Mesëm i Ulet) zhvillohet përmes përmbajtjeve të detyrueshme të tematikave që ajo permban. Ato janë:

1. Matje antropometrike
Matje teknike
2. Teknika dhe metodika
3. Aftësi koordinative në kushte loje
4. Loje me temë
5. Edukim sportiv dhe shëndetësor
6. Kontrolle periodike
7. Kontroll vjetor

Këto tematika jane bazë për të siguruar rezultatet e të nxënit në profilin volejboll. Për secilën tematikë janë paraqitur njohuritë që duhet të demonstrojë nxënësi lidhur me nëntematikat përkatëse. Tematikat dhe renditja e tyre nuk janë të detyrueshme, por çdo mësues e zhvillon përmbajtjen e lëndës për gjatë 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 9 -TË

| | |
|---|---|
| Tematika 1: Matjet antropometrike | |
| Përshkrimi i tematikës: Matjet antropometrike, në mënyrë shumë të thjeshtë dhe shkencore, përcaktojnë treguesit e përberjes trupore (përbërja dhjamore, spektrin e patologjive) evidentojnë një gjendje të shëndetshme normale ose atë problematike dhe orientojnë për përmiresime të mundshme në kohe, në favor të shëndetit | |
| Rezultatet e të nxënit të tematikës: <i>Në fund të kësaj tematikë duhet:</i> | |
| <ul style="list-style-type: none"> - kryhen matjet antropometrike për çdo nxënës; - realizohet progresi i nxënësit në vazhdimësi; - vlerësohet zhvillimi harmonik i trupit dhe i aftësive lëvizore teknike, mënyra si ato koordinohen me topin gjatë ekzekutimit të elementeve teknike; - 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 Volejball | Rezultatet e pritshme |
| <ul style="list-style-type: none"> ○ Matjet antropometrike ○ Matjet teknike | <ul style="list-style-type: none"> - kryhen matjet antropometrike për çdo nxënës; - ndiqet zhvillimi i mëtejshëm i nxënësve në vazhdimësi; - vlerësohet nxënësi për aftësitë lëvizore bazë të teknikës, mënyra se si ata koordinohen me topin gjatë demonstrimit; - aftësohen të realizojnë lidhjen organike të elementeve teknike të mësuara më parë në masën mirë dhe shumë mirë, duke koordinuar lidhjen e disa elementeve bashkë dhe ekzekutim të mirë të tyre. |

Tematika 2: Teknika dhe metodika

Përshkrimi i tematikës: Kjo tematikë ka për qëllim t'u japë mundësi nxënësve të përvetësojnë teknikën e elementeve bazë të volejbollit si qëndrimi dhe lëvizjet në fushë, pasimi (llojet e tij), shërbimi (llojet e tij), pritja (llojet e tij), gjuatja dhe ngecja, blloku (llojet e tij), të njohin rrugën metodike të këtyre elementeve dhe demonstrimin e tyre në kushte të një loje volejboli.

Rezultatet e të nxënit të tematikës:

Në fund të kësaj tematike:

- demonstrohen qëndrimi dhe lëvizjet në fushë me dhe pa top;
- realizohet pasimi në vend dhe lëvizje duke ruajtur pozicionin bazë;
- demonstrohet aftësia në kryerjen e shërbimit tenis;
- demonstrohet aftësia në pritjen e topit në pozicione të ndryshme;
- realizohet gjuajtja, ngecja në pozicionet, 4 (diagonale, e drejtë);
- realizohet koordinimi i lëvizjeve për demonstrimin e bllokut (tek dhe dyshe).

Njohuritë e lëndës Volejboll

- Qëndrimet e lëvizjet në fushë
- Pasimi (llojet e tij)
- Shërbimi (llojet e tij)
- Pritja (llojet e tij)
- Gjuatja dhe ngecja
- Blloku (llojet e tij)

Rezultatet e pritshme

Nxënësi/sja:

- demonstroi qëndrimet dhe lëvizjet në fushë, duke arritur të koordinohet për veprimet e mëtejshme;
- demonstroi pasimin e topit nga pozicioni i mesëm dhe nga poshtë (me 2 duar nga poshtë);
- demonstroi kryerjen e shërbimit tenis mire;
- demonstroi pritjen e topit në pozicione të ndryshme;

| | |
|---|---|
| | <ul style="list-style-type: none"> - realizon gjuajtjet dhe ngecjet nga pozicioni 4; - koordinohet në ekzekutimin e bllokut tek. |
| Tematika 3: Aftësitë koordinative në kushte loje | |
| <p>Përshkrimi i tematikës: Rëndësi të veçantë ka aftësimi i të gjithë nxënësve për përvetësimin sa më të mirë të elementeve teknike duke pasur parasysh gjithmonë kushtet dhe kërkesat që na paraqet një lojë voleybolli. Për të arritur te ky qëllim kjo tematikë 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"> - rritet dhe zhvillohet ndjesia e reagimit në situata të ndryshme të lojës në anë të ushtrimeve; - zhvillohen aftësitë koordinative në fushë nëpërmjet ndërlidhjes së elementeve teknike; - demonstron aftësinë për të përballuar situata të ndryshme të lojës. | |
| Njohuritë e lëndës Volejbolli | Rezultatet e pritshme |
| <ul style="list-style-type: none"> ○ Ushtrime koordinimi të lëvizjes pa top nga poz.volejbollistit ○ Ushtrime koordinimi me top në fushë nga poz.volejbollistit ○ Ushtrime koordinimi ne poz. të ndryshme brenda fushës së voleybollit | <p>Nxënësi/sja:</p> <ul style="list-style-type: none"> - demonstroi rritje dhe zhvillim të reagimit të nxënësve në situata të ndryshme të lojës me anë të ushtrimeve; - demonstroi koordinim në fushë të elementeve teknike; - reagon pozitivisht ndaj çdo situatë që paraqitet në lojë. |

| | |
|---|---|
| Tematika 4: Lojë me temë | |
| Përshkrimi i tematikës: Që të luash volejball do të thotë të respektosh rregulla të ndryshme: Detyrat e brendshme, rregullat e stërvitjes (mësimi), rregullat e lojës, rregulloren teknike. Në këtë mënyrë nxënësit duhet të jenë të aftë të bëjnë ekzaktësisht çfarë ata duan, por për të respektuar rregulla që rrisin bashkëveprimin e tyre me shokët. | |
| Rezultatet e të nxënit të tematikës: <i>Në fund të kësaj tematike:</i> | |
| <ul style="list-style-type: none"> - përsoset koordinimi i lëvizjeve të elementeve të mësuara; - demonstron shkathhtësi dhe shpejtësi, saktësi në ndërrimin e poz. në fushë; - zhvillohet koordinimi i veprimeve të përcaktuara më parë; - demonstron me saktësi elementet e mësuara dhe perfeksionohen ato në kushte loje. | |
| Njohuritë e lëndës volejball | Rezultatet e pritshme |
| <ul style="list-style-type: none"> ○ Ushtrime në formë gare ○ Lojëra me nr. të kufizuar nxënësish ○ Lojëra me detyra të caktuara | <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; - bashkëvepron me të tjerët për realizimin e ekzekutimit të elementeve teknike. |
| Tematika 5: Edukim sportiv dhe shëndetësor | |
| | |

Përshkrimi i tematikës: Në këtë tematike do të shqyrtohen rëndësia e të veshurit dhe të ushqyerit të sportistit si dhe rregullat bazë të lojës së volejbollit.

Rezultatet e të nxënit të tematikës:

Në fund të kësaj tematike:

- jepen njohuritë bazë të rregullores të lojës së volejbollit;
- zbatohet me përpikmëri mënyra e të ushqyerit;
- zbatohet me rigorozitet higjiena personale para dhe pas stërvitjes;
- shpjegohet historiku i volejbollit në rrethin e tij;
- njihen dhe zbatohen rregullat bazë të frymëkëmbimit.

| Njohuritë e lëndës volejball | Rezultatet e pritshme |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> ○ Rregullore teknike e lojës së volejbollit (fusha ,pesha e topit,rrjeta) ○ Parimet e të ushqyerit dhe të veshurit ○ Historiku i lindjes së volejbollit në rrethin dhe në vendin tonë ○ Mekanizmat e kontrollit të frymëmarrjes | <p>Nxënësi/ja:</p> <ul style="list-style-type: none"> - zbaton rregulloren teknike të lojës së volejbollit; - demonstroi me përpikmëri mënyrën e të ushqyerit shëndetshëm; - zbaton mënyrën e duhur të veshjes dhe të ruajtjes së higjienës personale para dhe pas stërvitjes; - shpjegon historikun e volejbollit në vendin tonë; - shpjegon rëndësinë e frymëkëmbimit në sport. |

Tematike 6 : Kontrolle periodike

Përshkrimi i tematikës: Ky element teknik përshkruan kontrollet periodike për çdo element të mësuar si dhe bashkëpunimin me të tjerët në demonstrimin e elementeve, në veçanti shërben për përmirësimin e vazhdueshëm të procesit mësimor dhe ecurisë profesionale të përvetësimit të elementeve teknike.

Rezultatet e të nxënit të tematikës:

Në fund të kësaj tematike:

- vlerësohet për përvetësimin e elementeve teknike në mënyrë periodike dhe të vazhdueshme;
- vlerësohet për njohuritë e marra për rregulloren teknike të volejbollit;
- vlerësohet për njohuritë e marra rreth mënyrës së shëndetshme të të ushqyerit dhe të veshurit.

Njohuritë e lëndës volejball

- o Kontroll për elementet teknike
- o Kontroll për rregulloren teknike të volejbollit
- o Kontroll për parimet bazë të të ushqyerit dhe të veshurit
- o Kontroll për qëndrimin dhe lëvizjen në fushë
- o Kontroll i pasimit nga lart
- o Kontroll i shërbimit (tenis) në distancë të zvogëluar
- o Kontrolli i pritjes së topit me dy duar nga poshtë

Rezultatet e pritshme

- Nxënësi/ja
- demonstroi elementet teknike të volejbollit dhe bashkëpunimin; me nxënësit në grup në kryen e elementeve;
 - zbaton rregulloren e lojës së volejbollit;
 - identifikon rëndësinë e të veshurit dhe të ushqyerit shëndetshëm;
 - demonstroi qëndrimet dhe lëvizjet në fushë, duke arritur të koordinohet për veprimet e mëtejshme;

| | |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> ○ Kontrolli i gjuajtjes nga pz 4 me rrjetë të ulët ○ Kontrolli i demonstrimit të bllokut në pozicionin 2 dhe 4 (tek) | <ul style="list-style-type: none"> - demonstroi pasimin e topit nga pozë. i mesëm dhe nga poshtë (me 2 duar nga poshtë); - demonstroi kryerjen e shërbimit tenis mire; - demonstroi pritjen e topit në poz. të ndryshme; - realizoi gjuajtjet dhe ngecjet nga poz. 4; - kryen koordinimin në ekzekutimin e bllokut tek. |
|---|--|

Tematika 7: kontrolli vjetor

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.

Rezultatet e të nxënit të tematikës:

Në fund të kësaj tematike:

- testohet për ekzekutimin e teknikës sipas standardeve të kërkuara të elementit, qëndrimet dhe lëvizjet në fushë;
- testohet për ekzekutimin e teknikës sipas standardeve të kërkuara të elementit, pasimit me dy duar nga lart, mbi kokë si dhe të pritjes së topit me dy duar nga poshtë;
- testohet për ekzekutimin e teknikës sipas standardeve të kërkuara të elementit ,shërbimit tenis në distancë të shkurtuar 4.5—5m;
- testohet për ekzekutimin e teknikës sipas standardeve të kërkuara të elementit të gjuajtjes me një lartësi rrjetë 2.24(femra) - 2.32 (djem)
- testohet për ekzekutimin e teknikës sipas standardeve të kërkuara të elementit të bllokut tek në pozicionin 2 dhe 4.

| Njohuritë e lëndës volejboll | Rezultatet e pritshme |
|--|--|
| Testim përfundimtar për elementet teknike të mesuara | Nxënësi/ja: <ul style="list-style-type: none"> - respekton procesin e zhvillimit të testimit; - demonstroi me përkushtim maksimal 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 volejbollit ,do të thotë që nxënësit të vendosen në situata konkrete praktike ku ata përjetojnë dhe provojnë elementet teknike dhe metodike të volejbollit në lojë. Volejboli nuk është thjesht argëtuese për ta, por një punë serioze, që do dominojë në vazhdimin e jetës së tyre sportive, duke u marrë kohën më të madhe , duke edukuar aftësitë dhe formuar sjellje shoqërore, si kontribut themelor në kërkesën për rritjen e shpejtë dhe të shëndetshme në orën e mësimit të edukimit fizik, sportiv dhe shëndetësor. Do t'i vihet theks i madh përvetësimit të elementeve teknike dhe demonstrimit të tyre në kushtet e një loje reale. Nxënësit duhet të kryejnë me sukses lëvizjet e tyre në fushë dhe ekzekutimin teknik të elementeve duke arritur dhe kombinimin e tyre. Nxënësit që kanë zotëruar mirë bazat e lëvizjes dhe teknikat janë shumë të sigurt me aftësitë e tyre lëvizore dhe koordinative.

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.

| NR. | Elementet e vlerësimit | Rezultatet e arritjeve | Nivelet e arritjeve |
|-----|---------------------------------|---|---------------------|
| 1. | Qëndrimet dhe levizjet në fushë | Nxënësi/ja realizon: - qëndrimin dhe lëvizjen në fushë në vend dhe lëvizje. | N 2 (nota 5-6) |
| | | Nxënësi/ja realizon: - qëndrimin dhe lëvizjen në fushë në vend dhe lëvizje me hapa të njëpasnjëshëm 3 metra majtas-djathtas. | N 3 (nota 7-8) |
| | | Nxënësi/ja realizon: - qëndrimin dhe lëvizjen në fushë me hap të njëpasnjëshëm duke realizuar dhe pritje topit nga poshtë. | N 4(nota 9-10) |
| 2. | Pasimi dhe llojet e tij | Nxënësi/ja realizon: - 2-3 pasime mbi kokë para, lart me një rreth me diametër 2m | N 2 (nota 5-6) |
| | | Nxënësi/ja realizon: - 4-5 pasime mbi kokë para, lart me një rreth me diametër 2m | N 3 (nota 7-8) |
| | | Nxënësi/ja realizon: - 6-7 pasime mbi kokë para, lart me një rreth me diametër 2m | N 4 (nota 9-10) |

| | | | |
|----|----------------------------|---|-----------------|
| 3. | Shërbimet dhe llojet e tij | Nxënësi/ja realizon: - 3 shërbime tenis me distancë të shkurtuar 5m dhe lartësi rrjete më të ulët. | N 2 (nota 5-6) |
| | | Nxënësi/ja realizon: - 4 shërbime tenis me distancë të shkurtuar 5m dhe lartësi rrjete më të ulët. | N 3 (nota 7-8) |
| | | Nxënësi/ja realizon: - 5 shërbime tenis me distancë të shkurtuar 5m dhe lartësi rrjete më të ulët. | N 4(nota 9-10) |
| 4. | Pritja dhe llojet e saj | Nxënësi/ja realizon: - pritjen e topit me dy duar nga poshtë nga shërbimi 5x2 | N 2 (nota 5-6) |
| | | Nxënësi/ja realizon: - pritjen e topit me dy duar nga poshtë nga shërbimi 5x3 | N 3 (nota 7-8) |
| | | Nxënësi/ja realizon: - pritjen e topit me dy duar nga poshtë nga shërbimi 5x5 | N 4(nota 9-10) |
| 5. | | Nxënësi/ja realizon: - 1-2 gjuajtje në pz.4 me lartësi rrjete 2m (femra) dhe 2.32(djemtë),topi i pasuar nga pz.3 | N 2 (nota 5-6) |

| | | | |
|----|------------------------|--|-----------------|
| | Gjuatja | Nxënësi/ja realizon: - 3-4 gjuajtje në pz.4 me lartësi rrjete 2m (femra) dhe 2.32(djemtë,topi i pasuar nga pz.3 | N 3 (nota 7-8) |
| | | Nxënësi/ja realizon: - 5 gjuajtje në pz.4 me lartësi rrjete 2m (femra) dhe 2.32(djemtë),topi i pasuar nga pz.3 | N 4(nota 9-10) |
| 6. | Bloku dhe llojet e tij | Nxënësi/ja realizon: - demonstrim të mirë teknikisht të bllokut tek në pz.4 lartësia e rrjetës 2.32m(M) 2.24(F) me hapa anësor nga pz.3 | N 2 (nota 5-6) |
| | | Nxënësi/ja realizon: - demonstrim të mirë teknikisht të bllokut tek në pz.4 lartësia e rrjetës2.32m(M) 2.24(F) me hapa anësor nga pz.3 | N 3 (nota 7-8) |
| | | Nxënësi/ja realizon: - demonstrim të mirë teknikisht të bllokut tek në pz.4 lartësia e rrjetës2.32m(M) 2.24(F) me hapa anësor nga pz.3 | N 4(nota 9-10) |

9 MATERIALE BURIMORE

Për zbatimin me sukses të fushës/lëndës “Edukim fizik, sporte dhe shëndet” profili volejbollit, 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 elementeve teknike të volejbollit. Baza materiale sportive janë burime të vlefshme dhe të rëndësishme të nxënësve, qasja e nxënësve në informacione nuk duhet kufizuar, por të mundësohen burime të tjera të cilat të shërbejnë për të planifikuar dhe realizuar sa më mirë cilësinë e procesit mësimor. Për realizimin e mësimit duhet të përdoret një spektër i gjerë bazë materiale-sportive, aktivitete të ndryshme, projekte të ndryshme, analiza e raporte si dhe tekstet për volejbollin (teknika e volejbollit), rregullore teknike dhe rregullore e lojës, teksti me rrugët metodike për mësimin e elementeve dhe gabimet gjatë ekzekutimit të elementeve teknike.