

Një projekt i Agjencisë Zvicerane për
Zhvillim dhe Bashkëpunim SDC



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Agjencia Zvicerane për Zhvillim
dhe Bashkëpunim SDC

Zbatuar nga:



Save the Children



PLANIFIKIMET DITORE DHE SITUATAT E TË NXËNIT MBI SJELLJET E SHËNDETSHME NË LËNDËN E BIOLOGJISË PËR ARSIMIN E MESËM TË ULËT



SHKURT 2021

Përmbajtja:

1	Hyrje.....	3
2.	Qëllimi i planifikimeve ditore dhe situatave të të nxënit mbi sjelljet e shëndetshme	3
3.	Përdoruesit e broshurës.....	4
4.	Planifikime Ditore dhe Situatat e të Nxënit për mësuesit e Arsimit të Mesëm të Ulët, lënda Biologji	5
	Tema mësimore: Të ushqyerit e shëndetshëm te nxënësit e shkollave.....	5
	Tema mësimore: Përdorimi i drogave	7
	Tema mësimore: Infeksionet Seksualisht të Transmetueshme	9

1 Hyrje

Kurrikula e reformuar për sistemin arsimor parauniversitar në Republikën e Shqipërisë synon zhvillimin e kompetencave. Vetë kompetenca është kombinimi i dijeve, shkathtësive dhe qëndrimeve të përshtatshme në situata të njohura ose jo për nxënësin. Kjo është një qasje e re në arsimin parauniversitar, që ka në thelb krijimin e kushteve për ndërtimin e kompetencave të fushës/lëndës si edhe të kompetencave kyçe që lidhen me to. Realizimi i kompetencave kyçe gjatë procesit të mësimdhënies dhe nxënies, kërkon që mësues-i/ja të lidhë kompetencat kyçe me kompetencat e fushës për secilën shkallë. Për të realizuar në praktikë këtë lidhje, mësues-i/ja duhet të përzgjedhë metodat, teknikat dhe mjetet e përshtatshme didaktike për realizimin e çdo kompetence dhe rezultati të të nxënit.

Zbatimi i sjelljeve të shëndetshme te nxënësit e arsimit bazë, aktualisht është një prioritet, që është shoqëruar me studimin e kurrikulës aktuale. Nga një analizë e hollësishme e programeve mësimore të Arsimit të Mesëm të Ulët në lëndën e Biologjisë, është vënë re se koncepti i sjelljeve të shëndetshme mungon në disa prej klasave.

Në kushtet aktuale, ku shëndeti ka marrë përparësi në të gjithë botën, fokusi i kësaj broshure është pajisja e nxënësve me njohuritë dhe aftësitë e nevojshme, që u duhen për të zbatuar sjelljet e shëndetshme në situata të jetës reale. Mësues-i/ja, nëpërmjet situatave të të nxënit dhe metodologjisë së ndjekur gjatë orës mësimore, të përcaktuara me shumë kujdes në planifikimet ditore, synon arritjen e rezultateve të të nxënit për sjelljet e shëndetshme.

Planifikimet ditore mbi sjelljet e shëndetshme janë hartuar për cikle të ndryshme arsimore dhe klasa të ndryshme të arsimit bazë. Ato janë hartuar mbi bazën e situatave të të nxënit, duke u dhënë mundësi nxënësve të fitojnë përvoja, që t'i zbatojnë gjatë jetës së përditshme. Temat mësimore, që trajtohen në planifikimet ditore të kësaj broshure janë përzgjedhur me kujdes, duke patur në konsideratë, moshën e nxënësve dhe lëndën ku do të realizohen. Ndërtimi i njohurive dhe aftësive të nxënësve në planifikimet ditore të kësaj broshure, nëpërmjet situatave të të nxënit, do t'i ndihmojnë nxënësit t'i vënë në zbatim njohuritë dhe aftësitë e fituara, në situata të jetës reale.

2. Qëllimi i planifikimeve ditore dhe situatave të të nxënit mbi sjelljet e shëndetshme

Qëllimi i planifikimeve ditore dhe situatave të të nxënit mbi sjelljet e shëndetshme është të ndihmojë mësuesit e arsimit fillor dhe të arsimit të mesëm të ulët për të aftësuar nxënësit e moshës 6-15 vjeç, në lidhje me zbatimin e sjelljeve të shëndetshme në situata të jetës reale. Planifikimet ditore paraqesin veprimtaritë e nevojshme gjatë orës së mësimit, në mënyrë që nxënësit të fitojnë njohuritë dhe aftësitë e nevojshme mbi sjelljet e shëndetshme.

3. Përdoruesit e broshurës

Përdoruesit e broshurës do të jenë:

- specialistët e Zyrate Vendore Arsimore Parauniversitare.
- drejtuesit e Institucioneve Arsimore.
- mësuesit e ciklit të Arsimit Fillor të lëndës së Biologjisë.
- mësuesit e ciklit të Arsimit të Mesëm të Ulët të lëndës së Biologjisë.



4. Planifikime Ditore dhe Situatat e të Nxënimit për mësuesit e Arsimit të Mesëm të Ulët, lënda Biologji

I.

Planifikimi i orës mësimore **45 minuta**

Data: ____/____/____

Fusha: Shkencat natyrore	Lënda: Biologji	Shkalla III	Klasa 7 _____
---------------------------------	------------------------	--------------------	----------------------

Tema mësimore: Të ushqyerit e shëndetshëm te nxënësit e shkollave

Situata e të nxënimit: Shikoni foton që tregon llojet e ushqimeve, që konsumojnë njerëzit, të paraqitur nëpërmjet piramidës ushqimore.



Si mendoni, cilat ushqime duhen konsumuar më shumë dhe cilat më pak?

Rezultatet e të nxënimit të kompetencave të fushës/lëndës sipas temës së mësimit:

- përshkruan elementet përbërës të makronutrientëve dhe mikronutrientëve;
- analizon rolin e lëndëve minerale dhe vitaminave në organizmin e njeriut;
- vlerëson rëndësinë e të ushqyerit shëndetshëm.

Fjalët kyçe:

Piramidë ushqimore, makronutrientë, mikronutrientë, karbohidrate, proteina, yndyra, lëndë minerale, vitamina etj.

Burimet/mjetet/materialet: Biologjia 7, material teorik, figurat e ndërtruara në dërrasë, klasa digjitale, foto dhe kuriozitete etj.

Lidhja me fushat e tjera ose temat ndërkurrikulare:

TIK, Shoqëria dhe mjedisi, Edukimi fizik, sporte dhe shëndet etj.

Metodologjia dhe veprimtaritë e nxënësve

Parashikimi (përgatitja për të nxënë) _ Stuhi e mendimeve (5-10')

Vëzhgoni me kujdes piramidën ushqimore. Cilat ushqime gjenden në bazën e piramidës? Po në majë të saj? Nxënësit shprehin mendimin e tyre lirshëm rreth piramidës ushqimore. Mësues-i/ja shkruan në tabelë të gjitha mendimet e nxënësve.

Ndërtimi i njohurive (përpunimi i përmbajtjes)-Përvijim i të menduarit, Pyetje-përgjigje (20-25')

Me ndihmën e mësues-it/es nxënësit drejtohen të punojnë me materialin teorik. Trajtohen këto çështje kryesore dhe u jepen përgjigje pyetjeve:

A. Makronutrientët

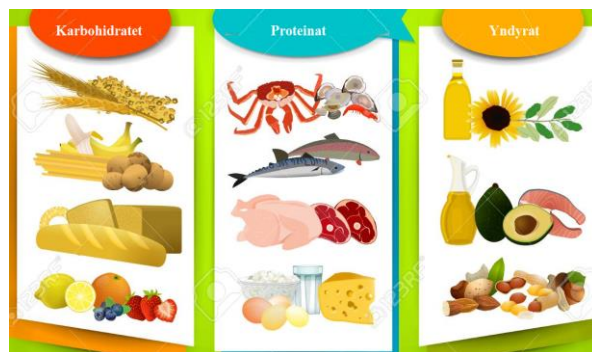
- Cilët janë elementet përbërës të makronutrientëve?
- Cilat janë funksionet e tyre në organizmin e njeriut?

B. Mikronutrientët

- Cilët janë elementet përbërës të mikronutrientëve?
- Pse është e rëndësishme prania e lëndëve minerale dhe vitaminave në organizëm?

C. Dieta e ekuilibruar

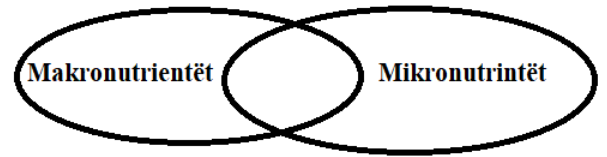
- Pse dieta e ekuilibruar është çelësi për të qenë të shëndetshëm?



Përforcimi (Konsolidimi i të nxënimit): Diagrama e Venit (5-10')

Krahasoni makronutrientët dhe mikronutrientët, duke nxjerrë në pah të përbashkëtat dhe dallimet midis tyre, fokusuar në këto elemente:

- funksionin e tyre në organizëm;
- grupet ushqimore në të cilat gjenden;
- sasinë e konsumimit të tyre nëpërmjet ushqimeve.



Vlerësimi: Vlerësohen nxënësit për:

- përshkrimin e makronutrientëve dhe mikronutrientëve;
- analizimin e rolit të lëndëve minerale dhe vitaminave në organizmin e njeriut;
- vlerësimin e rëndësisë së marrjes së makronutrientëve dhe mikronutrientëve në nivelet e duhura, për të qenë të shëndetshëm.

Nxënësi

Niveli 2:

- Identifikon përbërësit kryesorë të makronutrientëve dhe mikronutrientëve;
- Identifikon funksionin kryesor të karbohidrateve, proteinave, yndyrave lëndëve minerale dhe vitaminave;
- Plotëson me ndihmë organizuesit grafikë pa interpretuar të dhënat.

Niveli 3:

- Përshkruan karakteristikat kryesore të makronutrientëve dhe mikronutrientëve;
- Përshkruan funksionin kryesor të karbohidrateve, proteinave, yndyrave dhe vitaminave;
- Plotëson në mënyrë të pavarur organizuesit grafikë, por nuk interpreton të dhënat.

Niveli 4:



- Analizon karakteristikat kryesore të makronutrientëve dhe mikronutrientëve;
- Interpretion funksionin kryesor të karbohidrateve, proteinave, yndyrave lëndëve minerale dhe vitaminave;
- Plotëson saktë organizuesit grafikë dhe interpreton të dhënat.

Detyrat dhe puna e pavarur: Vizatoni piramidën ushqimore, duke plotësuar të gjitha nivelet e saj.

II.

Planifikimi i orës mësimore 45 minuta

Data: ____/____/____

Fusha: Shkencat natyrore	Lënda: Biologji	Shkalla IV	Klasa 8
Tema mësimore: Përdorimi i drogave			
<p>Situata e të nxënit: Nxënësit komentojnë foton.</p>			
<p>Rezultatet e të nxënit të kompetencave të fushës/lëndës sipas temës së mëimit:</p> <ul style="list-style-type: none"> - liston llojet e drogave; - analizon shkaqet që çojnë në përdorimin e drogave; - vlerëson mënyrat e parandalimit të drogave. 	<p>Fjalët kyçe: Përdorimi i drogave, drogë depresante, varësi nga droga, narkotikë etj.</p>		
<p>Burimet/mjetet/materialet: Biologjia 8, material teorik, klasa digjitale, foto, kuriozitete etj.</p>	<p>Lidhja me fushat e tjera ose temat ndërkurrikulare: TIK, Shoqëria dhe mjedisi, Edukimi fizik, sporte dhe shëndet etj.</p>		
Metodologjia dhe veprimtaritë e nxënësve			
<p>Parashikimi (përgatitja për të nxënë)-Stuhi e mendimeve (5-10') Shikoni foton që tregon llojet e problemeve shëndetësore, që hasin adoleshentët, që përdorin drogë. A ka simptoma të tjera që jep përdorimi i drogës te adoleshentët? Nxënësit shprehin mendimin e tyre rreth pyetjes. Mësues-i/ja shkruan në tabelë të gjitha mendimet e nxënësve.</p>			
<p>Ndërtimi i njohurive (përpunimi i përmbajtjes)-Përvijim i të menduarit, Pyetje-përgjigje (20-25') Me ndihmën e mësues-it/es nxënësit drejtohen të punojnë me materialin teorik. Trajtohen këto çështje kryesore:</p>			
<p>A. Informacion i përgjithshëm rreth drogave</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Bëhet një përshkrim mbi drogat dhe efektet e llojeve të ndryshëm në organizëm. ▪ Fokushemi te drogat më të përdorura në Shqipëri nga adoleshentët, efektet afatshkurtra dhe afatgjata të përdorimit të tyre. ▪ Jepet informacion mbi nivelin e përdorimit të drogave te të rinjtë shqiptarë. <p>B. Klasifikimi i drogave</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Jepet një klasifikim mbi llojet e drogave dhe përbërësit e tyre, të tilla si: stimulantët, depresivët, narkotikët, halucinogjenët. ▪ Sqarohen efektet në shëndetin e njeriut të secili prej tyre. ▪ Gjithashtu ndalemi te kurat e mundshme për trajtimin e çrregullimeve që sjellin ato në organizëm. <p>C. Mënyrat e parandalimit të përdorimit të drogave</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Në këtë kontekst adresohen faktorët e rrezikut që çojnë në përdorimin e drogave. ▪ Theksohet rëndësia e rritjes së kompetencave sociale dhe akademike te të rinjtë. 			
<p>Përforcimi (Konsolidimi i të nxënit): Diagrama e Venit (5-10')</p> <ul style="list-style-type: none"> - Klasifikoni llojet e drogave dhe përcaktoni efektet e secilit prej tyre ne organizmin e njeriut. - Cilat janë dy nga mënyrat për parandalimin e përdorimit të drogave? 			
<p>Vlerësimi: Vlerësohen nxënësit për:</p> <ul style="list-style-type: none"> - listimin e llojeve të drogave; 			

- analizimin e faktorëve të rrezikut që çojnë në përdorimin e drogave;
- vlerësimin e rëndësisë së parandalimit të përdorimit të drogave.

Nxënësi

Niveli 2:

- Liston llojet kryesore të drogave;
- Identifikon një nga simptomat e një prej llojeve të drogave;
- Identifikon një nga mënyrat e parandalimit të përdorimit të drogave.

Niveli 3:

- Përshkruan karakteristikat kryesore të llojeve të drogave;
- Përshkruan simptomat e përdorimit të drogave;
- Përshkruan mënyrat e parandalimit të përdorimit të drogave.

Niveli 4:

- Analizon karakteristikat kryesore të llojeve të drogave;
- Interpreton simptomat në organizmin e njeriut nga përdorimi i drogave
- Vlerëson mënyrat e parandalimit të përdorimit të drogave.

Detyrat dhe puna e pavarur: Identifikoni nga një lloj droge për secilën kategori të tyre dhe jepni dy nga mënyrat për parandalimin e përdorimit të tyre.

III.

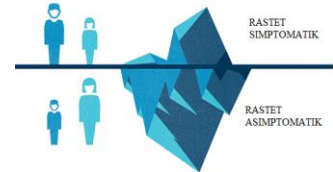
Planifikimi i orës mësimore 45 minuta

Data: ____/____/____

Fusha: Shkencat natyrore	Lënda: Biologji	Shkalla IV	Klasa 9
--------------------------	-----------------	------------	---------

Tema mësimore: Infeksionet Seksualisht të Transmetueshme

Situata e të nxënit: Shikoni foton që tregon rastet simptomatike dhe ato asimptomatike të Infeksionet Seksualisht të Transmetueshme. Pse është e rëndësishme parandalimi i IST?



Rezultatet e të nxënit të kompetencave të fushës/lëndës sipas temës së mësimt:

- liston infeksionet seksualisht të transmetueshme;
- analizon shkaqet dhe simptomat e infeksioneve seksualisht të transmetueshme;
- vlerëson mënyrat si mund të parandalohen IST-të.

Fjalët kyçe:

Infeksione Seksualisht të transmetueshme, raste simptomatike dhe asimptomatike, infeksione virale, bakteriale, parazitare/fungale etj.

Burimet/mjetet/materialet: Biologjia 9, material teorik, figurat e ndërtuara në tabelë, klasa digjitale, foto, kuriozitete etj.

Lidhja me fushat e tjera ose temat ndërkurrikulare: TIK, Shoqëria dhe mjedisi, Edukimi fizik, sporte dhe shëndet etj.

Metodologjia dhe veprimtaritë e nxënësve

Parashikimi (përgatitja për të nxënë) _ Stuhi e mendimeve (5-10')

Pse është përgjegjësi e gjithsecilit të informojë personat përreth nëse shfaq simptoma të IST?

Nxënësit shprehin mendimin e tyre rreth pyetjes. Mësues-i/ja shkruan në tabelë të gjitha mendimet e nxënësve.

Ndërtimi i njohurive (përpunimi i përmbajtjes)-Përvijim i të menduarit, Pyetje-përgjigje (20-25')

Me ndihmën e mësues-it/es nxënësit drejtohen të punojnë me materialin teorik. Trajtohen këto çështje kryesore:

D. Informacion i përgjithshëm rreth IST-ve

- Grupi i sëmundjeve seksualisht të transmetueshme dhe simptomat që shkaktojnë ato, që mund të jenë simptoma akute, kronike ose komplikime të rënda afatgjata.
- Duke qenë se ekspozimi ndaj një IST-ve përbën vërtet kërcënim për shëndetin, parandalimi i tyre është elementi kyç, pasi shumë IST nuk shfaqin shenja ose simptoma të dukshme.
- Pse është e rëndësishme që nëse individit paraqet shenja, është përgjegjësi e tij të informojë të tjerët më të cilët ka kontakte.
- Në këtë kontekst është e rëndësishme identifikimi i IST-ve, i shkaktarëve të tyre dhe mënyrat e parandalimit.

E. Klasifikimi i IST-ve

- IST-të klasifikohen në tri grupe, në varësi të mikroorganizmit që i shkakton ato: virale, bakteriale dhe parazitare. Jepen shembuj të sëmundjeve për secilin grup.
- Më pas diskutohet për rrugët kryesore të përhapjes (transmetimit) të IST-ve, që mund të jenë nëpërmjet rrugës seksuale, gjakut, nga nëna te fëmija ose nëpërmjet kontaktit lëkurë-lëkurë.

F. Parandalimi i IST-ve

- Shmangia e marrëdhënieve seksuale.
- Përdorimi i kontraktivëve.
- Fillimi i jetës seksuale atëherë kur arrihet pjekuri emocionale dhe fizike.
- Njohja e simptomave të këtyre sëmundjeve.
- Shfrytëzimi i hershëm i shërbimeve shëndetësore.
- Reduktimi i numrit të partnerëve seksual.

Përforcimi (Konsolidimi i të nxënit): Rrjeti i diskutimit (5-10')

- Cilat janë dy nga mënyrat për parandalimin e IST-ve?

Vlerësimi: Vlerësohen nxënësit për:

- listimin e IST-ve;
- analizimin e simptomave të IST-ve;
- interpretimin e rëndësisë së parandalimit të IST-ve.

Nxënësi

Niveli 2:

- Identifikon llojet kryesore të IST-ve;
- Identifikon një nga simptomat e IST-ve;
- Identifikon një nga mënyrat e parandalimit të IST-ve.

Niveli 3:

- Përshkruan karakteristikat kryesore të IST-ve;
- Përshkruan simptomat e IST-ve;
- Përshkruan mënyrat e parandalimit të IST-ve.

Niveli 4:

- Analizon karakteristikat kryesore të IST-ve;
- Interpreton simptomat e IST-ve;
- Vlerëson mënyrat e parandalimit të IST-ve.

Detyrat dhe puna e pavarur: Identifikoni nga një lloj sëmundje për secilën kategori të IST-ve dhe jepni dy nga mënyrat për parandalimin e tyre.