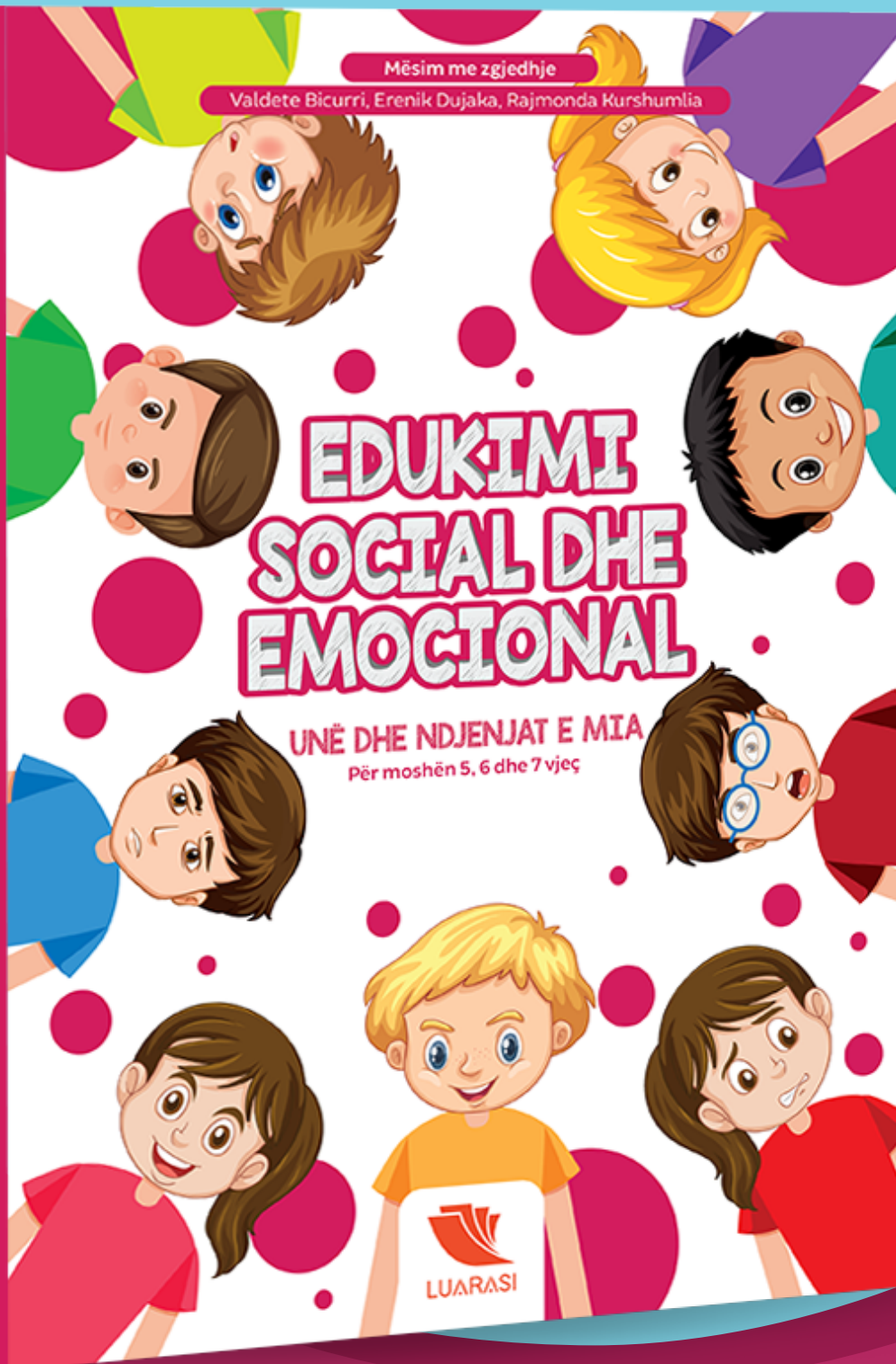


Mësim me zgjedhje

Valdete Bicurri, Erenik Dujaka, Rajmonda Kurshumlia

# EDUKIMI SOCIAL DHE EMOCIONAL

UNË DHE NDJENJAT E MIA  
Për moshën 5, 6 dhe 7 vjeç



**EDUKIMI SOCIAL DHE EMOCIONAL**  
**LIBRI I MËSUESIT/ MËSUESES**

MËSIM ME ZGJEDHJE

Valdete Bicurri, Erenik Dujaka, Rajmonda Kurshumlia


Libër  
për mësimdhënësen/mësimdhënësin

EDUKIMI SOCIAL DHE EMOCIONAL  
**Unë dhe ndjenjat e mia**  
5, 6, 7 vjeç

## Përmbajtja e librit

1. Gëzimi .....	3
2. Rregullat.....	4
3. Dëgjoj .....	5
4. Shoqërimi.....	6
5. Kujdesi.....	7
6. Vetëbesimi .....	8
7. Unë bëj.....	9
8. Sjelljet e mira .....	10
9. Grupi im .....	11
10. Zgjedh mënyrat për të kaluar vështirësitë .....	12
11. Jam i mirë në.....	13
12. Jam i organizuar .....	14
13. Kuptoj të tjerët .....	15
14. Rregulli i artë.....	16
15. Si ndihem kur kam vështirësi.....	17
16. Ndjenjat e mia.....	18
17. Stresi .....	19
18. Ndryshimet te unë .....	20
19. Bashkëbisedimi .....	21
20. Unë i kuptoj vështirësitë.....	22
21. Mendimet e mira .....	23
22. Ushtrij vetëkontrollin.....	24
23. I kuptoj miqtë e mi.....	25
24. Unë e di çfarë funksionon.....	26
25. Duhet të bëj .....	27
26. Mendoj me kujdes .....	28
27. Përpiqem më shumë.....	29
28. Kur jam i sigurt dhe kur jam i pasigurt.....	30
29. Të jemi të sigurtë .....	31
30. Çdo ndryshim ka edhe një të mirë.....	32
31. Ndjenjat e përziera .....	33
32. Unë i tejkaloj vështirësitë .....	34
33. Fjalët magjike.....	35
34. Unë mbaj pastërti .....	36
35. Dëshirat e mia.....	37

# 1. Gëzimi

 <p><b>1</b> <b>GËZIMI</b></p> <p><b>SI NDIHESH SOT?</b></p> <p><b>BISEDË</b> Shiko ilustrimin dhe përgjigju në pyetje.</p> <p>Çfarë shikon në ilustrimin e parë? Çfarë shikon në ilustrimin e dytë? Si ndihen fëmijët në ilustrimin e parë? Po fëmija në ilustrimin e dytë?</p> <p><b>ARGËTOHU</b></p> <p><b>SHPREHU</b> Ngjyros objektet që të gëzojnë. Kë do ta gëzosh sot?</p>	<p>Fusha e kurrikulës: Shoqëria dhe mjedisi Lënda: Unë dhe ndjenjat e mia Shkalla: 1 Tema: Vetëdijesimi Rezultati i të nxënit të temës: diskuton për ndjenjat e veta. Rezultatet e të nxënit për kompetenca kryesore të shkallës: I-3; II-1; III-2; IV-2, 3; V-1, 5; VI-2, 3, 4. Rezultatet e fushës së kurrikulës: 1.1; 3.2; 4.1</p> <p>Njësia mësimore: Gëzimi Rezultatet e të nxënit për orë mësimore: dallon ndjenjën e gëzimit. Kriteret e suksesit: përcaktohen me nxënëset/it në klasë Mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore: libri, lapsi, goma, fletorja. Ndërlidhja me lëndët e tjera: Gjuhë amtare, Ed. Figurative.</p>
---	---

## Përshkrimi i metodologjisë:

Hapi 1: Shfaqni ose vizatoni shiritin e ndjenjave, për të treguar që do të mësojmë se ajo çfarë ndiejmë, mendojmë dhe bëjmë, ndikon në mënyrën se si punojmë dhe luajmë me të tjerët. Shpjegoni fjalën emocion. Ndjenjat janë ndjenja të tilla si: i/e mërzitur, i/e ngazëllyer, i/e pikëlluar. I bëni nxënësve pyetje të tilla si: si ndiheni kur zgjoheni në mëngjes? Cilat janë ndjenjat tuaja? P.sh.: i/e lumtur, i/e emocionuar. Kërkojuni atyre të ngjyrosin fytyrën me ndjenja që më së miri i përshkruan se si ndihen sot.

Hapi 2: Udhëzo nxënëset/it t'i shikojnë të dy situatat, t'i komentojnë ato, dhe më pas t'u përgjigjen pyetjeve: çfarë shikon në ilustrimin 1? Çfarë shikon në ilustrimin 2? Si ndihen fëmijët në ilustrimin e parë? Po fëmija në ilustrimin e dytë?

Hapi 3: Mësuesja/mësuesi përgatit klasën për të luajtur lojën me karrige, ashtu siç paraqitet në librin e nxënësve/it. Mësuesja/mësuesi formon një rreth me karrige, me një karrige më pak se numri i nxënësve në klasë. Lëshohet muzika sipas dëshirës dhe, në momentin që ndalet muzika, nxënëset/it duhet të ulen në karrigen më të afërt. Ajo ose ai që mbetet pa karrige del nga loja. Mësuesja/mësuesi heq karrigen e nxënëset/it që del nga loja. Loja luhet deri sa të ketë një fitues ose sipas kohës në dispozicion.

Hapi 4: Kërko nga nxënëset/it të ngjyrosin objektet që i gëzojnë nga detyra në libër. Në fund, kërko nga nxënëset/it të vizatojnë në hapësirën boshe se kë do ta bëjnë të lumtur. Nxënëset/it mund të vizatojnë nënën, gjyshen, mësuesen, etj.



## 2. Rregullat

	<p>Fusha e kurrikulës: Shoqëria dhe mjedisi Lënda: Unë dhe ndjenjat e mia Shkalla: 1 Tema: Vetëdijesimi Rezultati i të nxënit të temës: tregon rëndësinë e rregullave në mjedise të ndryshme. Rezultatet e të nxënit për kompetenca kryesore të shkallës: I-3; II-1; III-2; IV-2, 3; V-1, 5; VI-2, 3, 4. Rezultatet e fushës së kurrikulës: 1.1; 3.2; 4.1</p>
	<p>Njësia mësimore: Rregullat Rezultatet e të nxënit për orë mësimore: mëson rregulla elementare. Kriteret e suksesit: përcaktohen me nxënëset/it në klasë Mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore: libri, lapsi, goma, fletorja. Ndërlidhja me lëndët e tjera: Gjuhë amtare</p>

### Përshkrimi i metodologjisë:


Hapi 1: Udhëzoni nxënëset/it të ngjyrosin fytyrën në shiritin e ndjenjave, e cila e përshkruan më së miri se si ndihen ata sot.

Hapi 2: Udhëzo nxënëset/it të shikojnë situatat e ndryshme të paraqitura në libër, t'i komentojnë ato dhe më pas t'u përgjigjen pyetjeve: kujt i takon respektimi i rregullave të bibliotekës? Ajo ka përgatitur të gjitha mjetet mësimore, lapsat dhe ngjyrat e mprehura, librat e pastër dhe të mbështjellë? Cila ka përgatitur fletoret dhe mjetet tjera mësimore?

Hapi 3: Sfidoni nxënëset/it të gjejnë nxënës të tjerë në klasë që përputhen me pyetjet e mëposhtme: Gjithmonë pret radhën për të hyrë në mësim ai/ajo? Edhe kur të tjerët vrapojnë ai/ajo gjithmonë ec dhe asnjëherë nuk lëndohet? Ai/ajo kujdeset për shëndetin oral dhe nuk frikësohet nga dentisti? Gjithmonë është e pastër?

Hapi 4: Diskutoni me nxënëset/it pse na duhen rregullat dhe, më pas, ata kryejnë një detyrë ku janë të paraqitura ilustrime të rregullave të ndryshme në secilin vend të lartpërmendur. Prej tyre, disa paraqesin zbatim të rregullave, disa jo. Nxënëset/it poshtë tyre shkruajnë, Po (e saktë) dhe jo (për jo e saktë).

## 3. Dëgjoj

 <p><b>DËGJOJ</b> 3</p> <p><b>SI NDIHESH SOT?</b></p> <p><b>BISEDO</b></p> <p>Çfarë vëren në ilustrim? Çfarë mendon se po ndodh? A janë në rregull këto veprime të fëmijëve dhe pse?</p> <p><b>ARGËTOHU!</b></p> <p><b>SHPREHU!</b> A dëgjon me vëmendje mësuesen? Radhit veprimet ashtu siç thotë ajo dhe vendos numrat në foto.</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Përgatitja e çantës.</li><li>2. Mëqathja e patkëve.</li><li>3. Përhëndëtia e nxënësit me familjen.</li><li>4. Arritja në shkollë.</li></ol>	<p>Fusha e kurrikulës: Shoqëria dhe mjedisi Lënda: Unë dhe ndjenjat e mia Shkalla: 1 Tema: Vetëdijesimi Rezultati i të nxënit të temës: ushtron aftësitë e dëgjimit aktiv. Rezultatet e të nxënit për kompetenca kryesore të shkallës: I-3; II-1; III-2; IV-2, 3; V-1, 5; VI-2, 3, 4. Rezultatet e fushës së kurrikulës: 1.1; 3.2; 4.1</p>
	<p>Njësia mësimore: Dëgjoj Rezultatet e të nxënit për orë mësimore: zbaton dëgjimin aktiv. Kriteret e suksesit: përcaktohen me nxënëset/it në klasë. Mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore: libri, lapsi, goma, fletorja. Ndërlidhja me lëndët e tjera: Gjuhë amtare.</p>

### Përshkrimi i metodologjisë:

Hapi 1: Udhëzoni nxënëset/it të ngjyrosin fytyrën në shiritin e ndjenjave, e cila e përshkruan më së miri se si ndihen ata sot.

Hapi 2: Udhëzo nxënëset/it të shikojnë situatat e ndryshme të paraqitura në libër, t'i komentojnë ato dhe më pas t'u përgjigjen pyetjeve: çfarë vëreni në ilustrim? Çfarë mendoni se po ndodh? A janë në rregull këto veprime të fëmijëve dhe pse?

Hapi 3: Në këtë lojë mësuesja/mësuesi fillon të bëjë një lëvizje me duar dhe kërkon që nxënëset/it ta përsërisin pas saj. Sapo nxënëset/it ta kuptojnë lojën, mësuesja/mësuesi shton dhe kombinon, gjithashtu, lëvizjet e këmbëve. Loja mund të përsëritet në disa raunde, varësisht prej preferencave të nxënësve apo kohës në dispozicion.

Hapi 4: Diskutoni me nxënëset/it për dëgjimin me vëmendje. Pyesni: “Përse mendoni se është e rëndësishme t’i dëgjoni me vëmendje udhëzimet?”, “Pse është e rëndësishme të dëgjosh të tjerët?”, “A dëgjoni ju me vëmendje?”

Pas kësaj, mësuesja/mësuesi thërret një veprim të ilustruar në libër, për shembull: arritja në shkollë. Nxënëset/it duhet të lidhin veprimin me një numër (1-4). Mësuesja/mësuesi thërret tri veprimet tjera të ilustruara në libër.

## 4. Shoqërimi

	<p>Fusha e kurrikulës: Shoqëria dhe mjedisi Lënda: Unë dhe ndjenjat e mia Shkalla: 1 Tema: Menaxhimi emocional Rezultati i të nxënit të temës: nxitë krijimin e shoqërive të shëndosha dhe pozitive. Rezultatet e të nxënit për kompetenca kryesore të shkallës: I-3; II-1; III-2; IV-2, 3; V-1, 5; VI-2, 3, 4. Rezultatet e fushës së kurrikulës: 1.1; 3.2; 4.1</p>
	<p>Njësia mësimore: Shoqërimi Rezultatet e të nxënit për orë mësimore: dallon elemente për shoqëri të mirë. Kriteret e suksesit: përcaktohen me nxënëset/it në klasë. Mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore: libri, lapsi, goma, fletorja. Ndërlidhja me lëndët e tjera: Gjuhë amtare, Ed. Figurative.</p>

### Përshkrimi i metodologjisë:

Hapi 1: Udhëzoni nxënëset/it të ngjyrosin fytyrën në shiritin e ndjenjave, e cila e përshkruan më së miri se si ndihen ata sot.


Hapi 2: Udhëzo nxënëset/it të shikojnë situatat e ndryshme të paraqitura në libër, t'i komentojnë ato dhe më pas t'u përgjigjen pyetjeve: si është një shoqëri e mirë? Bisedoni me njërin-tjetrin për gjërat që u pëlqejnë. Cila ngjyrë të pëlqen? Cili ushqim të pëlqen? Më thuaj tri veçori tuaja!

Hapi 3: Nxënëset/it shikojnë ilustrimet në libër, komentojnë kuptimin e tyre dhe rëndësinë e të qenit një shok i mirë.

Hapi 4: Në këtë aktivitet nxënëset/it do të gjejnë një partner, në mënyra të ndryshme. Jepini nxënësve deklarata të ndryshme, për shembull: "Gjeni dikë që ka të njëjtin numër vëllezërish e motrash me ju"; ftoni nxënëset/it të përzihen duke mbajtur lart numrin e gishtërinjve që përfaqëson numrin e vëllezërve e motrave që ata kanë. Pasi të gjejnë dikë që mban të njëjtin numër gishtash, ata mund të bashkohen. Deklarata të tjera mund të jenë: "Gjeni dikë që ka bluzë me ngjyrë të njëjtë sikur e juaja", ose "Gjeni dikë që ka ardhur në shkollë në të njëjtën mënyrë që keni ardhur ju". Loja mund të përsëritet në disa raunde, varësisht prej preferencave të nxënësve apo kohës në dispozicion.

Hapi 5: Kërkoni nga nxënëset/it që ta vizatojnë veten në hapësirën e zbrazët në libër, duke kërkuar mënyra për të qenë shok i mirë.

## 5. Kujdesi

 <p>5</p> <p><b>KUJDESI</b></p> <p><b>SI NDIHESH SOT?</b> Si jam ndier në tri ditët e fundit?</p> <p>E hënë E martë E mërkurë E enjte E premte E shtunë E diel</p> <p><b>BISEDO</b></p> <p>Cila nga këto ilustrime tregon kujdes? Cila jo?</p> <p><b>ARGËTOHU</b> Vizato gjësende që për ty tregojnë kujdes.</p> <p><b>SHPREHU</b> Për kë do të kujdesesh ti sot, vizatoje?</p> <p>10</p>	<p>Fusha e kurrikulës: Shoqëria dhe mjedisi</p> <p>Lënda: Unë dhe ndjenjat e mia</p> <p>Shkalla: 1</p> <p>Tema: Menaxhimi emocional</p> <p>Rezultati i të nxënit të temës: tregon kujdes ndaj të tjerëve.</p> <p>Rezultatet e të nxënit për kompetenca kryesore të shkallës: I-3; II-1; III-2; IV-2, 3; V-1, 5; VI-2, 3, 4.</p> <p>Rezultatet e fushës së kurrikulës: 1.1; 3.2; 4.1</p> <p>Njësia mësimore: Kujdesi</p> <p>Rezultatet e të nxënit për orë mësimore: demonstroi mënyra të kujdesit ndaj të tjerëve.</p> <p>Kriteret e suksesit: përcaktohen me nxënëset/it në klasë.</p> <p>Mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore: libri, lapsi, goma, fletorja.</p> <p>Ndërlidhja me lëndët e tjera: Gjuhë amtare, Ed. Figurative.</p>
--	---

### Përshkrimi i metodologjisë:

Hapi 1: Udhëzoni nxënëset/it të ngjyrosin fytyrën në shiritin e ndjenjave, e cila e përshkruan më së miri se si janë ndjerë në tre ditët e fundit.

Hapi 2: Udhëzo nxënëset/it të shikojnë situatat e ndryshme të paraqitura në libër, t'i komentojnë ato dhe më pas t'u përgjigjen pyetjes: Cila nga këto ilustrime tregon kujdes? Cila jo?

Hapi 3: Nxënëset/it vizatojnë në detyrën e dhënë në libër me emrin KUTIA E KUJDESIT, gjësende që tregojnë kujdes, p.sh. dorëza, shall, këpucë, ushqim, higjienë etj.

Hapi 4: Në hapësirën e zbrazët, të dhënë në libër, nxënëset/it shprehin se për kë do të kujdesen ata sot, dhe e vizatojnë atë.

## 6. Vetëbesimi

	<p>Fusha e kurrikulës: Shoqëria dhe mjedisi Lënda: Unë dhe ndjenjat e mia Shkalla: 1 Tema: Menaxhimi emocional Rezultati i të nxëniet të temës: mëson të formojë vetëbesimin. Rezultatet e të nxëniet për kompetenca kryesore të shkallës: I-3; II-1; III-2; IV-2, 3; V-1, 5; VI-2, 3, 4. Rezultatet e fushës së kurrikulës: 1.1; 3.2; 4.1</p>
	<p>Njësia mësimore: Vetëbesimi Rezultatet e të nxëniet për orë mësimore: zbaton aktivitete për vetëbesimin. Kriteret e suksesit: përcaktohen me nxënëset/it në klasë. Mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore: libri, lapsi, goma, fletorja. Ndërlidhja me lëndët e tjera: Gjuhë amtare, Ed. Figurative.</p>

### Përshkrimi i metodologjisë:

Hapi 1: Udhëzoni nxënëset/it të ngjyrosin fytyrën në shiritin e , e cila e përshkruan më së miri se si ndihen ata sot. Ftoni nxënëset/it të flasin përse zgjodhën ndjenjën që ngjyrosën. Pas kësaj, ndani klasën në çifte ose grupe. Thuaju që t'i thonë një gjë të mirë tjetrit. Përpquni t'i udhëhiqni nxënëset/it që të shmangin komplimentimin e veshjes, e të komplimentojnë më shumë për tiparet e personalitetit, të tilla si: më pëlqen mënyra se si i ndihmoni të tjerët; më pëlqen buzëqeshja jote; ju bëni pyetje vërtet të mira në klasë; ti më bën të qesh.

Hapi 2: Kërkojuni nxënësve të shikojnë ilustrimet dhe t'i komentojnë ato.

Hapi 3: Në fytyrën e zbrazët në libër nxënëset/it vizatojnë diçka që u pëlqen te vetja.

Hapi 4: Në hapësirën e zbrazët nxënëset/it vizatojnë njerëzit që i mbështesin për gjërat që u pëlqejnë te vetja e tyre.

## 7. Unë bëj

	<p>Fusha e kurrikulës: Shoqëria dhe mjedisi  Lënda: Unë dhe ndjenjat e mia  Shkalla: 1  Tema: Vetëdijesimi shoqëror</p> <p>Rezultati i të nxëniet të temës: mëson të përcaktojë qëllimin dhe hapat që nevojiten për t'i arritur ato në të ardhmen.</p> <p>Rezultatet e të nxëniet për kompetenca kryesore të shkallës: I-3; II-1; III-2; IV-2, 3; V-1, 5; VI-2, 3, 4.</p> <p>Rezultatet e fushës së kurrikulës: 1.1; 3.2; 4.1</p> <p>Njësia mësimore: Unë bëj  Rezultatet e të nxëniet për orë mësimore: përcakton qëllime për të ardhmen.</p> <p>Kriteret e suksesit: përcaktohen me nxënëset/it në klasë.  Mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore: libri, lapsi, goma, fletorja.  Ndërlidhja me lëndët e tjera: Gjuhë amtare</p>
--	--

### Përshkrimi i metodologjisë:

Hapi 1: Udhëzoni nxënëset/it të ngjyrosin fytyrën në shiritin e ndjenjave, e cila e përshkruan më së miri se si ndihen ata sot. Ftoni nxënëset/it të flasin përse zgjedhën ndjenjën që ngjyrosën.

Hapi 2: Udhëzo nxënëset/it të shikojnë ilustrimet e paraqitura në libër, t'i komentojnë ato dhe më pas t'u përgjigjen pyetjeve. Dëgjo përgjigjet e secilës pyetje në klasë nga nxënëset/it.

Së pari, u shpjegoni atyre se duhet të vendosin qëllime. Një qëllim është diçka që dëshironi të ndodhë, por duhet të punoni drejt saj. Një qëllim mund të jetë shumë i madh, për shembull, ajo çka dëshironi të bëheni kur të rriteni ose mund të jetë shumë i vogël, si pastrimi i dhomës suaj. Nëse doni të vendosni një qëllim të madh për të ardhmen tuaj, atëherë do të mendoni: "Çfarë dua të bëhem kur të rritem?" Për shembull, astronaut.

Më pas, mendoni: "Si mund ta arrij qëllimin tim?" Mendoni për qëllimet më të vogla dhe hapat që do t'ju duhen për të ecur drejt qëllimit tuaj. Për shembull, për t'u bërë astronaut, qëllim i parë është që të mësoni më shumë duke lexuar libra për hapësirën.

Hapi i tretë është të punoni shumë dhe të qëndroni të fokusuar në qëllimin tuaj. Ju mund ta bëni këtë duke ndjekur hapat që keni vendosur për veten tuaj dhe t'i përfundoni ato me kalimin e kohës. Ju duhet të vazhdoni të lexoni libra për hapësirën dhe të mësoni më shumë informacione rreth planetëve. Kështu, ju po i afroheni qëllimit tuaj.

Diskutoni pse është e rëndësishme të krijoni hapa për të arritur një qëllim. Bëjuni atyre pyetje shtesë, si: "Çfarë do të ndodhte nëse nuk do të ndiqnim hapat tanë për të arritur qëllimin tonë në të ardhmen?" "Pse mendoni se është e rëndësishme të keni qëllime?"

Hapi 3: Udhëzoni nxënëset/it të identifikojnë profesionet që tregojnë figura. Pyetni se çfarë dëshirojnë të bëhen kur të rriten? Dëgjoni mendimet e tyre dhe më pas kërkoni që ta vizatojnë në libër, në kutinë bosh.

Hapi 4: Në fund të orës së mësimt, nxënëset/it kanë mundësinë të reflektojnë dhe të përvetësojnë atë që kanë mësuar. Lexoni pyetjen në libër para klasës "Çfarë duhet të bëj unë për profesionin e ardhshëm?" Lëri nxënëset/it ta shqyrtojnë, të mendojnë dhe ta plotësojnë atë në libër. Më pas, ftoni 2-3 nxënës të ndajnë mendimet e tyre.

## 8. Sjelljet e mira

	<p>Fusha e kurrikulës: Shoqëria dhe mjedisi Lënda: Unë dhe ndjenjat e mia Shkalla: 1 Tema: Vetëdijesimi shoqëror Rezultati i të nxënit të temës: dallon sjelljet e mira. Rezultatet e të nxënit për kompetenca kryesore të shkallës: I-3; II-1; III-2; IV-2, 3; V-1, 5; VI-2, 3, 4. Rezultatet e fushës së kurrikulës: 1.1; 3.2; 4.1</p> <p>Njësia mësimore: Sjelljet e mira Rezultatet e të nxënit për orë mësimore: zbaton sjellje të mira. Kriteret e suksesit: përcaktohen me nxënëset/it në klasë. Mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore: libri, lapsi, goma, fletorja. Ndërlidhja me lëndët e tjera: Gjuhë amtare, Ed. Figurative.</p>
--	---

### Përshkrimi i metodologjisë:

Hapi 1: Udhëzoni nxënëset/it të ngjyrosin fytyrën në shiritin e ndjenjave, e cila e përshkruan më së miri se si ndihen ata sot. Jepini nxënësve një mundësi për të diskutuar mendimet e tyre. Ftoni ata të flasin përse zgjedhën ndjenjën që ngjyrosën. Për shembull, ata mund të kenë shënuar një gol mbrëmë në një lojë futbollit, të kenë takuar gjyshin, të kenë parë një film ose të kenë nxjerrë qenin e tyre për shëtitje.


Hapi 2: Udhëzo nxënëset/it të shikojnë situatat e ndryshme të paraqitura në libër dhe t'i komentojnë ato. Pyetni ata se çfarë vënë re në ilustrim dhe si po tregojnë sjellje të mira. Ftoni nxënëset/it të shpjegojnë se çfarë do të thotë për ta të kesh sjellje të mira; pastaj pyetni nëse kanë shembuj që mund t'i ndajnë me klasën.

Hapi 3: Ky aktivitet paraqet biseda që përdorin raste të sjelljeve të mira, ndërkohë që u jep nxënësve mundësinë që, duke luajtur në role, të ushtrojnë përdorimin e sjelljeve të mira. Ndani nxënëset/it në dy grupe dhe jepini në mënyrë të rëndomtë një nga tre rastet: shtëpia, shkolla ose parku i lodrave. Jepini kohë nxënësve për të përgatitur bisedën. Pasi të kenë mbaruar, ftoni të dalin përpara klasës për të interpretuar pjesën e përgatitur.

Hapi 4: Në hapësirën e zbrazët nxënëset/it vizatojnë veten duke bërë një sjellje të mirë.



## 9. Grupi im

	<p>Fusha e kurrikulës: Shoqëria dhe mjedisi Lënda: Unë dhe ndjenjat e mia Shkalla: 1 Tema: Aftësitë ndërpersonale Rezultati i të nxënit të temës: mëson të punojë në grup. Rezultatet e të nxënit për kompetenca kryesore të shkollës: I-3; II-1; III-2; IV-2, 3; V-1, 5; VI-2, 3, 4. Rezultatet e fushës së kurrikulës: 1.1; 3.2; 4.1</p> <p>Njësia mësimore: Grupi im Rezultatet e të nxënit për orë mësimore: zbaton aktivitetet grupore. Kriteret e suksesit: përcaktohen me nxënëset/it në klasë. Mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore: libri, lapsi, goma, fletorja. Ndërlidhja me lëndët e tjera: Gjuhë amtare, Shkathtësi për jetë.</p>
---	---

### Përshkrimi i metodologjisë:

Hapi 1: Udhëzoni nxënëset/it të ngjyrosin fytyrën në shiritin e ndjenjave, e cila e përshkruan më së miri se si ndihen ata sot. Jepini nxënësve një mundësi për të ndarë dhe diskutuar mendimet e tyre. Kur ata ndihen më rehat me shpalosjen e ndjenjave, ju mund t'i kërkonit një nxënësi tjetër që t'i jep këshilla ose inkurajim nxënës/it që ka ndarë ndjenjat e saj/tij.

Për shembull, një nxënës thotë: "Jam i lumtur sepse do t'i pres flokët pas shkollës".

Mësuesja/mësuesi i kërkon një nxënësi tjetër të komentojë: "Kjo do të jetë mirë sepse të kesh flokë të gjatë mund të jetë e pakëndshme në një ditë të nxehtë."

Hapi 2: Udhëzo nxënëset/it të shikojnë ilustrimet e paraqitura në libër dhe t'i komentojnë ato. Shpjegojuni nxënësve se një grup është një ekip njerëzish me punë të ndryshme që punojnë së bashku. Disa shembuj të një grupi mund të jenë: një grup sportiv, një grup projekti, klasa juaj, apo edhe familja juaj. Ndërsa një detyrë është një përgjegjësi të cilën e merrni që grupi ta realizojë një qëllim ose aktivitet. Të gjithë në grup i ndajnë detyrat. Diskutoni shkurtimisht me nxënëset/it pyetjet e radhës: Pse funksionon të jesh një ekip?


Pse disa njerëz nuk punojnë në një grup? Si do ta zgjidhnit problemin?

Si do të ndiheshit nëse dikush nuk do t'ju ndihmonte në një ekip?

Hapi 3: Nxënëset/it udhëzohen të ndahen në grupe varësisht nga madhësia e klasës. Pastaj ata shkruajnë në fytyra emrat e anëtarëve të grupit. Nxënëset/it udhëzohen të presin fletën e punës me një shtëpi, ku pjesët e shtëpisë janë të ndara në fletë. Në grup, Nxënëset/it presin me gërvshërë dhe rregullojnë pjesët për ta ndërtuar shtëpinë.

Hapi 4: Në hapësirën e zbrazët nxënëset/it vizatojnë veten dhe grupin që kishin punuar më herët në ndërtimin e shtëpisë.

# 10. Zgjedh mënyrat për të kaluar vështirësitë

	<p>Fusha e kurrikulës: Shoqëria dhe mjedisi Lënda: Unë dhe ndjenjat e mia Shkalla: 1 Tema: Vendimmarrje e përgjegjshme Rezultati i të nxënit të temës: mëson të shfrytëzojë aftësitë për të zgjidhur vështirësi. Rezultatet e të nxënit për kompetenca kryesore të shkallës: I-3; II-1; III-2; IV-2, 3; V-1, 5; VI-2, 3, 4. Rezultatet e fushës së kurrikulës: 1.1; 3.2; 4.1</p> <hr/> <p>Njësia mësimore: zgjedh mënyra për të kaluar vështirësitë Rezultatet e të nxënit për orë mësimore: zbaton mënyra për të kaluar vështirësitë. Kriteret e suksesit: përcaktohen me nxënëset/it në klasë. Mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore: libri, lapsi, goma, fletorja. Ndërlidhja me lëndët e tjera: Gjuhë amtare.</p>
---	--

## Përshkrimi i metodologjisë:


Hapi 1: Udhëzoni nxënëset/it të ngjyrosin fytyrën në shiritin e ndjenjave, e cila e përshkruan më së miri se si ndihen ata sot. Jepini nxënësve një mundësi për të ndarë dhe diskutuar mendimet e tyre. Kur ata ndihen më rehat me shpalosjen e ndjenjave, ju mund t'i kërkonit një nxënësi tjetër që t'i jep këshilla ose inkurajim nxënëses/it që ka ndarë ndjenjat e tij.

Hapi 2: Udhëzo nxënëset/it të shikojnë ilustrimet e paraqitura në libër dhe t'i komentojnë ato. Pyetni nxënëset/it për detajet kryesore në tregim. Për shembull, çfarë po ndodh në tregim ose cili është mesazhi i tregimit, etj.

Hapi 3: Ndani nxënëset/it në dy grupe dhe jepini në mënyrë të rëndomtë një nga tre mënyrat e zgjidhjeve të problemit: loja “letër gërshërë”, “njëherë ti pastaj unë” dhe “bëj pushim pastaj vazhdo”. Thuaju nxënësve: “Është radha juaj të ushtroni zgjidhjen e problemeve! Ndonjëherë kemi probleme me shokët tanë. Me partnerin tuaj, bëni sikur të dy dëshironi të lexoni të njëjtin libër, por ka vetëm një. Aktroni ngjarjen, duke përdorur njëherë nga tri mënyrat që mund ta zgjidhni problemin”. Jepini kohë nxënësve për ta përgatitur bisedën. Pasi të kenë mbaruar, ftoni të dalin përpara klasës për ta interpretuar pjesën e përgatitur.

Hapi 4: Në hapësirën e zbrazët të paraqitur në libër, nxënësve u kërkohet t'i përgjigjen pyetjes: “Cila nga mënyrat të pëlqeu për të zgjidhur problemin?”. Nëse u premton koha, zgjidhni disa nga nxënëset/it për të lexuar mendimet e tyre para klasës.

# 11. Jam i mirë në...

 <p>11</p> <p><b>JAM I MIRË NË ...</b></p> <p>VIZATO SI NDJESH SOT</p> <p>RISEDO</p> <p>Unë jam i/e mirë në leximin e fjalëve.</p> <p>Unë jam i/e mirë në ndërtimin me blloqe.</p> <p>Unë jam i/e mirë në vizatim.</p> <p>Unë jam i/e mirë në lloqantje.</p> <p>Unë jam i/e mirë në përkudese.</p> <p>Unë jam i/e mirë në këndim.</p> <p>Unë jam i/e mirë në përdorimin e fjalëve magjike.</p> <p>ARGËTOHU Tani është radha jote të zgjedhësh një shok/shoqe dhe t'i tregosh se në çka je i/e mirë.</p> <p>SHPREHU Vizato aftësitë të cilat i zotëron (në atë që je i/e mirë).</p> <p>16</p>	<p>Fusha e kurrikulës: Shoqëria dhe mjedisi</p> <p>Lënda: Unë dhe ndjenjat e mia</p> <p>Shkalla: 1</p> <p>Tema: Vendimmarrje e përgjegjshme</p> <p>Rezultati i të nxënit të temës: mëson të dallon aftësitë e forta të tij.</p> <p>Rezultatet e të nxënit për kompetenca kryesore të shkallës: I-3; II-1; III-2; IV-2, 3; V-1, 5; VI-2, 3, 4.</p> <p>Rezultatet e fushës së kurrikulës: 1.1; 3.2; 4.1</p> <p>Njësia mësimore: Jam i mirë në...</p> <p>Rezultatet e të nxënit për orë mësimore: tregon aftësitë që posedon.</p> <p>Kriteret e suksesit: përcaktohen me nxënëset/it në klasë.</p> <p>Mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore: libri, lapsi, goma, fletorja.</p> <p>Ndërlidhja me lëndët e tjera: Gjuhë amtare.</p>
---	---

## Përshkrimi i metodologjisë:


Hapi 1: Synimi i këtij mësimi është që t'i ndihmojë nxënëset/it të kuptojnë se ata mund të ndajnë pikat e tyre të forta dhe njohuritë me njerëz të tjerë. Ftoni nxënëset/it të vizatojnë se si ndihen sot. Jepini nxënësve një mundësi për të ndarë dhe diskutuar vizatimet e tyre. Kur ata ndihen më rehat me shpalosjen e ndjenjave, ju mund t'i kërkonit një nxënësi tjetër që t'i jep këshilla ose inkurajim nxënësve/it që ka ndarë ndjenjat e tij.

Hapi 2: Udhëzo nxënëset/it të shikojnë ilustrimet e paraqitura në libër dhe t'i komentojnë ato. Pyetni nxënëset/it për detajet kryesore në tregim. Për shembull, çfarë po ndodh në tregim ose cili është mesazhi i tregimit etj. Diskutoni me nxënëset/it se çfarë duhet të *dimë* për t'i mësuar diçka dikujt tjetër. Diskutoni me nxënëset/it se çfarë duhet të *bëjmë* për t'i mësuar diçka dikujt tjetër.

Hapi 3: Ky aktivitet u jep nxënësve mundësinë që t'ia "mësojnë" pikat e tyre të forta dikujt tjetër. Ndani nxënëset/it në dy grupe dhe udhëzoni ata që t'i tregojnë njëri-tjetrit diçka në të cilën ata janë të mirë. Vendosni se si t'i ndani nxënëset/it për aktivitetin (nxënëset/it mund të zgjedhin partnerët e tyre vetë; mësuesja/mësuesi mund t'u caktojë numra nxënësve dhe të thërrasë grupimet e numrave. Demonstrojeni para nxënësve se si t'ia mësojnë pikat e tyre të forta dikujt tjetër: Trego (tregoji shokut se në çka je i mirë); Kopjo (shoku yt provon ta bëjë atë); Ushtro (përsërisim veprimin disa herë); Të dy së bashku (që të dy e bëjmë në të njëjtën kohë). Pas kësaj, u thoni nxënësve të plotësojnë ushtrimin në libër duke shkruar emrin e partnerit.

Hapi 4: Nxënëset/it i vizatojnë në hapësirën e zbrazët, në libër, aftësitë për çka janë të mirë. Nëse u premtan koha, zgjidhni disa nga nxënëset/it për t'i lexuar mendimet e tyre para klasës.

## 12. Jam i organizuar

 <p><b>JAM I ORGANIZUAR</b> 12</p> <p><b>VENDOS NDJENJAT PËR DITËT E JAVËS</b></p> <table border="1"><tr><td>E hëna</td><td>E martë</td><td>E mërkurë</td><td>E enjte</td><td>E premte</td><td>E shtunë</td><td>E diel</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> <p><b>BISEDË</b></p> <p>Unë jam i gjatuar sepse kam laptop në vendin e tyre. Riktheje paqartësi në mënyrë të shpejtë libër dhe kur më vonohem për në shkollë. Jam i gatshëm për mësimin dhe i kushtojmë.</p> <p>Unë ndihem i mirë zbur sepse në çastin time nuk mund t'i gjej laptopin e Riersonit e futur. Shprehëre më shumë gjëra edhe librat. Nganjëherë vonohem edhe për shkollë, prandaj shpreh qartësinë dhe nuk ndihem për mirë.</p> <p><b>ARGËTOHU</b> Lidh objektet me figurën A dhe B.</p> <p>A</p> <p>B</p> <p><b>SHPREHU</b> Trego lidhjen në mes të figurave.</p>	E hëna	E martë	E mërkurë	E enjte	E premte	E shtunë	E diel								<p>Fusha e kurrikulës: Shoqëria dhe mjedisi Lënda: Unë dhe ndjenjat e mia Shkalla: 1 Tema: Vendimmarrje e përgjegjshme Rezultati i të nxëniet të temës: mëson të organizojë gjëra të ndryshme. Rezultatet e të nxëniet për kompetenca kryesore të shkallës: I-3; II-1; III-2; IV-2, 3; V-1, 5; VI-2, 3, 4. Rezultatet e fushës së kurrikulës: 1.1; 3.2; 4.1</p>
E hëna	E martë	E mërkurë	E enjte	E premte	E shtunë	E diel									
	<p>Njësia mësimore: Jam i organizuar Rezultatet e të nxëniet për orë mësimore: organizon gjëra sipas një vetie. Kriteret e suksesit: përcaktohen me nxënëset/it në klasë. Mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore: libri, lapsi, goma, fletorja. Ndërlidhja me lëndët e tjera: Gjuhë amtare.</p>														

### Përshkrimi i metodologjisë:


Hapi 1: Kërkojuni nxënësve të vizatojnë në kuti fytyrat e ndjenjave për çdo ditë të javës. Varësisht se në cilën ditë të javës zhvillohet ky mësim, ushtrimi mund të përdoret për të reflektuar, si për atë që ka ndodhur deri në atë moment të javës, ashtu edhe për atë që mund të ndodhë gjatë pjesës tjetër të saj. Zgjidhni një nxënës për të zgjedhur një ditë të javës dhe shpjegoni se si ndihen atë ditë ose si mund të ndiheshin më vonë. Për shembull, dikush mund të ketë një dhuratë ditëlindjeje për ta hapur më vonë gjatë javës, kështu, mund të zgjedhë një fytyrë të befasuar ose të ngazëllyer.

Hapi 2: Udhëzo nxënëset/it të shikojnë ilustrimet e paraqitura në libër dhe t'i komentojnë ato. Pyetni ata për detajet kryesore në tregim; për shembull, çfarë po ndodh në tregim ose cili është mesazhi i tregimit etj. Shpjegojuni nxënësve se të qenët i organizuar ndihmon në mënyra të ndryshme të jetës sonë. Mund t'iu ndihmojë të lëvizni më shpejt nëpër shtëpi kur përpiqeni të gjeni gjëra ose mund t'ju ndihmojë të gjeni gjësende në çantën tuaj për të qenë gati për punën në shkollë. Si mendoni se mund t'iu ndihmojë organizimi? A jeni ju të organizuar? Si?

Hapi 3: Ky aktivitet jep arsyet për t'u organizuar. Shpjegojuni nxënësve se të qenët i organizuar mund të nënkuptojë shumë gjëra të ndryshme. Organizimi mund të jetë në fusha të ndryshme të jetës, si në shtëpi ose në shkollë. Në këtë aktivitet, në libër, nxënëset/it duhet të përputhin gjësendet në njërin nga dy opsionet, ose në çantën e shpinës ose në shtëpi. Diskutoni secilin gjësend, nëse përputhet ose nuk përputhet. Nëse gjësendi përputhet, sigurohuni që të diskutoni se si ndërlidhet me organizimin.

Hapi 4: Nxënëset/it udhëzohen të tregojnë lidhjen në mes të 5 çifte ilustrimesh me nga një veti të njëjtë, të cilat kur të zbulohen paraqesin lidhjen me njëra-tjetrën.

## 13. Kuptoj të tjerët

 <p>13</p> <p>KUPTOJ TË TJERËT</p> <p>SI NDIHESH SOT?</p> <p>BISEDË</p> <p>ARGËTOHU</p> <p>Vizato diçka që të pëlqen.</p> <p>Vizato diçka që nuk të pëlqen.</p> <p>Unë e kuptoj që shoqëve dhe shokëve të mi u pëlqejnë ngjyra të ndryshme ose zgjedhje të ndryshme.</p> <p>SHPREHU</p> <p>Shëno emrin e shokut ose shoqes që e ka dëshirën e njëjtë.</p> <p>Shëno emrin e shokut ose shoqes që e ka dëshirën e ndryshme.</p> <p>13</p>	<p>Fusha e kurrikulës: Shoqëria dhe mjedisi</p> <p>Lënda: Unë dhe ndjenjat e mia</p> <p>Shkalla: 1</p> <p>Tema: Vendimmarrje e përgjegjshme</p> <p>Rezultati i të nxënit të temës: Pranon pëlqimet dhe zgjedhjet e gjerave të ndryshme dhe të njëjta me të tjerët.</p> <p>Rezultatet e të nxënit për kompetenca kryesore të shkallës: I-3; II-1; III-2; IV-2, 3; V-1, 5; VI-2, 3, 4.</p> <p>Rezultatet e fushës së kurrikulës: 1.1; 3.2; 4.1</p> <p>Njësia mësimore: Kuptoj të tjerët</p> <p>Rezultatet e të nxënit për orë mësimore: tregon mirëkuptim për personat që e rrethojnë.</p> <p>Kriteret e suksesit: përcaktohen me nxënëset/it në klasë.</p> <p>Mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore: libri, lapsi, goma, fletorja.</p> <p>Ndërlidhja me lëndët e tjera: Gjuhë amtare.</p>
--	---

### Përshkrimi i metodologjisë:


Hapi 1: Udhëzoni nxënëset/it të ngjyrosin fytyrën në shiritin e ndjenjave, e cila e përshkruan më së miri se si ndihen ata sot. Jepini nxënësve një mundësi për të diskutuar mendimet e tyre. Ftoni ata të flasin përse zgjedhën ndjenjën që ngjyrosën.

Hapi 2: Udhëzo nxënëset/it të shikojnë ilustrimet e paraqitura në libër dhe t'i komentojnë. Për secilën fytyrë, pyesni nxënëset/it nëse u pëlqen ilustrimi i treguar. Për shembull, pyet nxënëset/it se a i pëlqen aeroplani ashtu siç i pëlqen fytyrës së gëzuar? Pyetni fëmijët nëse të gjithë kanë bërë të njëjtat zgjedhje si nxënëset/it e tjerë në klasë. Pyetni fëmijët nëse është e frikshme të kenë zgjedhje të ndryshme nga miqtë e tyre. Shpjegojuni nxënësve se zgjedhjet tona na bëjnë njerëz të veçantë. Të qenit i vetëm quhet unik.

Hapi 3: Në ushtrimin në libër, nxënëset/it vizatojnë në një rënë kuti boshe diçka që u pëlqen, ndërsa në kutinë tjetër diçka që nuk u pëlqen. Diskutoni që kur u kushtojmë vëmendje zgjedhjeve të shokëve tanë, ne mësojmë më shumë rreth tyre. Theksoni se është krejtësisht normale të kenë gjëra unike që u pëlqen të bëjnë.

Hapi 4: Në ushtrimin në libër, nxënëset/it shënojnë në një rënë kuti boshe emrin e nxënës/it që ka të njëjtën dëshirë, ndërsa në kutinë tjetër boshe, emrin e nxënës/sit me dëshirë të ndryshme.

# 14. Rregulli i artë

	<p>Fusha e kurrikulës: Shoqëria dhe mjedisi Lënda: Unë dhe ndjenjat e mia Shkalla: 1 Tema: Vendimmarrje e përgjegjshme Rezultati i të nxëniet të temës: kupton dhe ushtron rregullin e artë duke e lidhur atë me respektin. Rezultatet e të nxëniet për kompetenca kryesore të shkallës: I-3; II-1; III-2; IV-2, 3; V-1, 5; VI-2, 3, 4. Rezultatet e fushës së kurrikulës: 1.1; 3.2; 4.1</p> <p>Njësia mësimore: Rregulli i artë Rezultatet e të nxëniet për orë mësimore: zbaton rregullat. Kriteret e suksesit: përcaktohen me nxënëset/it në klasë. Mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore: libri, lapsi, goma, fletorja. Ndërlidhja me lëndët e tjera: Gjuhë amtare.</p>
---	--

## Përshkrimi i metodologjisë:

Hapi 1: Ky aktivitet është krijuar për të zhvilluar aftësitë e nxënësve për të lexuar gjuhën e trupit. Shikoni secilën siluetë dhe udhëzoni klasën të vendosë se çfarë mund të ndiej personi. Lëri nxënëset/it të imitojnë pozicionin e trupit. Diskutoni me nxënëset/it se çfarë mund ta ketë bërë personazhin të ndihet kështu.


Hapi 2: Udhëzo nxënëset/it të shikojnë situatat e ndryshme të paraqitura në libër dhe t'i komentojnë ato. Pyetni ata se çfarë vini re në ilustrim dhe si po paraqiten sjelljet. Ftoni nxënëset/it të rikujtojnë se çfarë do të thotë për ta të kesh sjellje të mira; pastaj pyetni nëse kanë shembuj që mund t'i ndajnë me klasën. Shpjego dhe komento shprehjen: SILLU MIRË ME TË TJERËT, NËSE DO QË EDHE TË TJERËT TË SJELLEN MIRË ME TY. Kërkojuni nxënësve të shpjegojnë se çfarë do të thotë kjo shprehje; pyetni nëse kanë shembuj që mund t'i ndajnë me klasën.

Hapi 3: Kërko nga nxënëset/it të zgjedhin një nga ilustrimet dhe të shkruajnë një rregull të artë të zgjidhjes së problemit. Pasi të kenë mbaruar, drejtojuni nxënësve pyetjen: “Pse funksionon Rregulli i Artë?”

Hapi 4: Sfidoni nxënëset/it të mendojnë dhe të shprehin se ku do të zbatonin rregullën e artë për të fituar “kupën”? Për secilin nxënës që tregon shembullin e tij, të ketë ndonjë shpërblim, për shembull karamelle, bexha, etj.



# 15. Si ndihem kur kam vështirësi

 <p>15 SI NDIHEM KUR KAM VËSHITRËSI?</p> <p>SI NDIHESH SOT?</p> <p>BISEDË</p> <p>A të ka ndodhur ndonjëra nga këto vështirësi? Si je ndier? Si ke vepruar?</p> <p>ARGËTOHU Në mënyrë që të ndjeheni më mirë kur të përjetoni vështirësi mund të praktikoni këto metoda: Merrni frymë thellë. Numëroni deri në 10. Luaj në role njërin nga këto situata.</p> <p>SHPREHU Ngjyros metodën të cilën e përdore.</p> <p>20</p>	<p>Fusha e kurrikulës: Shoqëria dhe mjedisi Lënda: Unë dhe ndjenjat e mia Shkalla: 1 Tema: Menaxhimi emocional Rezultati i të nxënit të temës: mëson të identifikon ndjenjat dhe strategjitë për tejkalimin e përjetimit të një problemi. Rezultatet e të nxënit për kompetenca kryesore të shkallës: I-3; II-1; III-2; IV-2, 3; V-1, 5; VI-2, 3, 4. Rezultatet e fushës së kurrikulës: 1.1; 3.2; 4.1</p> <p>Njësia mësimore: Si ndihem kur kam vështirësi? Rezultatet e të nxënit për orë mësimore: bisedon për vështirësitë dhe tejkalimin e tyre. Kriteret e suksesit: përcaktohen me nxënëset/it në klasë. Mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore: libri, lapsi, goma, fletorja. Ndërlidhja me lëndët e tjera: Gjuhë amtare.</p>
---	--

## Përshkrimi i metodologjisë:

Hapi 1: Udhëzoni nxënëset/it të ngjyrosin fytyrën në shiritin e ndjenjave, e cila e përshkruan më së miri se si ndihen ata sot. Jepini nxënësve një mundësi për të ndarë dhe diskutuar mendimet e tyre. Kur ata ndihen më rehat me shpalosjen e ndjenjave, ju mund t'i kërkonin një nxënësi tjetër që t'i jep këshilla ose inkurajim nxënësve/it që ka ndarë ndjenjat e tij.

Hapi 2: Udhëzo nxënëset/it të shikojnë situatat e ndryshme, t'i komentojnë ato dhe më pas t'u përgjigjen pyetjeve: A ju ka ndodhur ndonjëri nga këto probleme? Si jeni ndier? Si keni vepruar? Diskutoni me nxënëset/it se pasi t'i kemi identifikuar ndjenjat tona, mund të fillojmë të eksplorojmë strategji që na ndihmojnë t'i përballojmë problemet.

Hapi 3: Ky aktivitet e përforcon temën e identifikimit të problemeve, së bashku me ndjenjat dhe strategjitë e përballimit që lidhen me to. Ndani nxënëset/it në dy grupe dhe ua jepni në mënyrë të rëndomtë një nga dy metodat e përballjes së problemeve: "Merrni frymë thellë" ose "Numëro deri në 10". Jepini kohë nxënësve për të përgatitur bisedën. Pasi të kenë mbaruar, ftoni të dalin përpara klasës për ta interpretuar pjesën e përgatitur. Pasi të kenë mbaruar, shpjegojani klasës se jo të gjithë mund të kenë të njëjtat ndjenja kur përballen me probleme të ngjashme. Tregoni se ndjenjat e të gjithëve janë të vlefshme. Vini në dukje raste dhe lavdëroni nxënëset/it në klasë, që i keni vënë re duke përdorur strategji të ngjashme përballimi në të kaluarën. Pyetni ata: "Si do të ndiheshit nëse do të përballeshit me një problem që duket shumë i madh për t'u zgjidhur?"

Hapi 4: Së fundi, kërkojuni nxënësve të ngjyrosin njërin prej dy metodave për t'u përballuar me problemet. Nëse keni kohë, ftoni ata të shpjegojnë arsyen e zgjedhjes.



## 16. Ndjenjat e mia

	<p>Fusha e kurrikulës: Shoqëria dhe mjedisi Lënda: Unë dhe ndjenjat e mia Shkalla: 1 Tema: Menaxhimi emocional Rezultati i të nxënit të temës: dallon miqtë me të cilët mund të flasë për ndjenjat e tij. Rezultatet e të nxënit për kompetenca kryesore të shkallës: I-3; II-1; III-2; IV-2, 3; V-1, 5; VI-2, 3, 4. Rezultatet e fushës së kurrikulës: 1.1; 3.2; 4.1</p>
	<p>Njësia mësimore: Ndjenjat e mia Rezultatet e të nxënit për orë mësimore: bisedon për ndjenjat. Kriteret e suksesit: përcaktohen me nxënëset/it në klasë. Mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore: libri, lapsi, goma, fletorja. Ndërlidhja me lëndët e tjera: Gjuhë amtare.</p>

### Përshkrimi i metodologjisë:


Hapi 1: Ky aktivitet është krijuar për të zhvilluar aftësitë e nxënësve për të lexuar gjuhën e trupit. Shikoni secilën siluetë dhe udhëzoni klasën të vendosë se çfarë mund të ndiej personi. Lëri nxënëset/it të imitojnë pozicionin e trupit. Diskutoni me nxënëset/it se çfarë mund ta ketë bërë personazhin të ndihet kështu.

Hapi 2: Udhëzoni nxënëset/it të shikojnë fytyrat e ndryshme të ilustruara, ta zgjedhin atë që më së miri e përshkruan se si ndihen ata për momentin dhe pastaj ta komentojnë. Jepini nxënësve një mundësi për të ndarë dhe diskutuar mendimet e tyre. Kur ata ndihen më rehat me shpalosjen e ndjenjave, ju mund t'i kërkoni një nxënësi tjetër që t'i jep këshilla ose inkurajim nxënës/it që ka ndarë ndjenjat e saj/tij.

Hapi 3: Nxënëset/it qarkojnë njërin nga figurat e paraqitura në një rrethor të zbrazët. Nxënëset/it përzgjedhin njërin prej mundësive, se me kë ndihen më të afërt për ta biseduar: me mësuesen, familjen, shokët, kafshët shtëpiake ose lodrat.

Hapi 4: Në njërin prej dy kutive boshe në libër, nxënësve do t'u duhet të shkruajnë ose të vizatojnë, për një ngjarje që i ka bërë të ndihen ashtu siç ndihen sot; dhe në kutinë tjetër do të shkruajnë emrin e personit me të cilin do të ndajnë këtë emocion.

# 17. Stresi

	<p>Fusha e kurrikulës: Shoqëria dhe mjedisi Lënda: Unë dhe ndjenjat e mia Shkalla: 1 Tema: Menaxhimi emocional Rezultati i të nxënit të temës: mëson të ballafaqohet me ndjenjën e të qenit i stresuar. Rezultatet e të nxënit për kompetenca kryesore të shkallës: I-3; II-1; III-2; IV-2, 3; V-1, 5; VI-2, 3, 4. Rezultatet e fushës së kurrikulës: 1.1; 3.2; 4.1</p> <p>Njësia mësimore: Stresi Rezultatet e të nxënit për orë mësimore: zbaton teknika të menaxhimit të stresit. Kriteret e suksesit: përcaktohen me nxënëset/it në klasë. Mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore: libri, lapsi, goma, fletorja. Ndërlidhja me lëndët e tjera: Gjuhë amtare Ed. Figurative.</p>
---	---

## Përshkrimi i metodologjisë:

Hapi 1: Udhëzoni nxënëset/it të ngjyrosin fytyrën në shiritin e ndjenjave, e cila e përshkruan më së miri se si ndihen ata sot. Jepini nxënësve një mundësi për të ndarë dhe diskutuar mendimet e tyre. Kur ata ndihen më rahat me shpalosjen e ndjenjave, ju mund t'i kërkonit një nxënësi tjetër që t'i jep këshilla ose inkurajim nxënëses/it që ka ndarë ndjenjat e saj/tij.

Hapi 2: Udhëzo nxënëset/it të shikojnë katër situatat e ndryshme të ilustruara dhe t'i komentojnë ato. Diskutoni se çfarë mund të bëjë "I frikësuar" për të ndihmuar veten në këto situata. Shpjegoni se ky mësim ka të bëjë me menaxhimin e stresit. (Stresi është një term mjaft i komplikuar, dhe mësuesja/mësuesi, sipas dëshirës, mund ta përdor fjalën i/e shqetësuar). Përqendrohuni në fjalën "shqetësim" dhe pyesni nxënëset/it se kur mund të ndihen të shqetësuar. Për shembull, nganjëherë mund të ndihemi të shqetësuar kur ndodh një gjë serioze, ose kur ka shumë gjëra që ndodhin rreth jush. Pyetni nxënëset/it nëse ndonjëherë ndihen të shqetësuar. Ftoni ata të tregojnë pse. Kur ka shumë gjëra që ndodhin rreth nesh, ne mund të ndihemi të shqetësuar ose të mbingarkuar. Mund të jemi të trishtuar, të mërzhitur, të shqetësuar, të ndihemi të sëmurë ose të mos arrijmë të flemë. Ne këtë e quajmë stres.

Hapi 3: Nxënëset/it diskutojnë se cilën prej teknikave do t'i provonin: ushtrimet fizike, gjumin apo bisedën me shokun.

Hapi 4: Në hapësirën e zbrazët, në libër, nxënëset/it shkruajnë ose vizatojnë një moment kur e përjeton gjendjen e stresit. Nëse u premtan koha, zgjidhni disa nga nxënëset/it për t'i lexuar mendimet e tyre para klasës.

## 18. Ndryshimet te unë

	<p>Fusha e kurrikulës: Shoqëria dhe mjedisi  Lënda: Unë dhe ndjenjat e mia  Shkalla: 1  Tema: Menaxhimi emocional  Rezultati i të nxëniet të temës: mëson të dallojë dhe të pranojë ndryshimet te vetja dhe te të tjerët.  Rezultatet e të nxëniet për kompetenca kryesore të shkallës: I-3; II-1; III-2; IV-2, 3; V-1, 5; VI-2, 3, 4.  Rezultatet e fushës së kurrikulës: 1.1; 3.2; 4.1</p> <hr/> <p>Njësia mësimore: Ndryshimet te unë  Rezultatet e të nxëniet për orë mësimore: dallon dhe pranon ndryshimet te vetvetja.  Kriteret e suksesit: përcaktohen me nxënëset/it në klasë,  Mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore: libri, lapsi, goma, fletorja.  Ndërlidhja me lëndët e tjera: Gjuhë amtare.</p>
--	--

### Përshkrimi i metodologjisë:

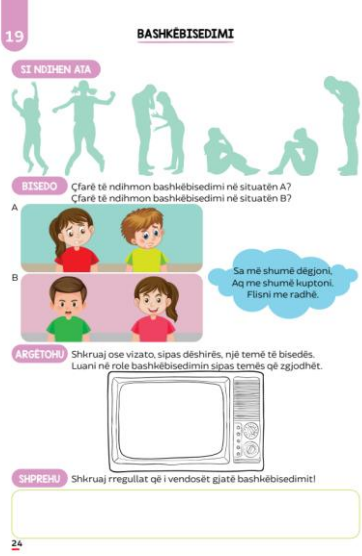
Hapi 1: Udhëzoni nxënëset/it të ngjyrosin fytyrën në shiritin e ndjenjave, e cila e përshkruan më së miri se si ndihen ata sot. Jepini nxënësve një mundësi për të ndarë dhe diskutuar mendimet e tyre. Kur ata ndihen më rehat me shpalosjen e ndjenjave, ju mund t'i kërkonit një nxënësi tjetër që t'i jep këshilla ose inkurajim nxënëses/it që ka ndarë ndjenjat e tij.

Hapi 2: Udhëzo nxënëset/it të shikojnë situatat e ndryshme të paraqitura në libër, t'i komentojnë ato, dhe më pas t'u përgjigjen pyetjeve: A duhet t'i pranojmë ndryshimet e njëri-tjetrit? Nëse po, pse? Nëse jo, pse?

Hapi 3: Nxënëset/it mësojnë nga fytyra e gëzuar gjuhën e shenjave të paraqitur në libër. Në hapësirën e parë ju mëson PËRSHËNDËTJE. Në hapësirën e dytë ju mëson shenjën: NE JEMI TË NDRYSHËM. Në hapësirën e tretë ju mëson: NE TË GJITHË JEMI MIQ. Mësuesja/mësuesi duhet të shpjegojë se si të gjithë jemi të ndryshëm, por prapë mund të jemi miq. Mësuesja/mësuesi mund ta shtjellojë këtë ide duke thënë: “Flokët tuaj mund të jenë të ndryshëm nga ato të shokut tuaj! Disa njerëz kanë flokë të kuq, flokë biond, flokë të zinj, flokë kaçurrelë ose flokë të drejtë. Njerëzit kanë madhësi dhe forma të ndryshme trupore. Trupat e disa njerëzve janë më të mëdhenj, ndërsa trupat e disa të tjerëve janë më të vegjël. Njerëzit mund të pëlqejnë lloje të ndryshme aktivitësh, ushqimesh apo sportesh. Dikush mund të pëlqej të luaj futboll, ndërsa shoku i tij mund të pëlqej të luaj basketboll. Njerëzit veshin lloje të ndryshme rrobash! Po ashtu, ka shumë lloje festash që festojnë njerëzit. Familjet kanë tradita, diçka që ju bëni gjithmonë dhe që është e veçantë për familjen tuaj.” Drejtoni nxënëset/it në një diskutim në klasë rreth asaj se fakti që kemi pëlqime dhe interesa të ndryshme na bën unikë, dhe kështu jemi në gjendje t'i mësojmë njëri-tjetrit gjëra të reja dhe, eventualisht, të krijojmë miq të rinj.

Hapi 4: Në hapësirën e paraqitur në libër në formë *puzzle*, nxënëset/it duhet ta shkruajnë emrin e tyre brenda figurës në formë *puzzle*, ta presin këtë formë dhe, në fund, ta bashkojnë me të gjitha *puzzlet* me emrat e klasës.

## 19. Bashkëbisedimi

 <p><b>19 BASHKËBISEDIMI</b></p> <p><b>SI NDIHEN ATA</b></p> <p><b>BISED-O</b> Çfarë të ndihmon bashkëbisedimi në situatën A? Çfarë të ndihmon bashkëbisedimi në situatën B?</p> <p><b>A</b></p> <p><b>B</b></p> <p><b>ARGËTOHU</b> Shkruaj ose vizato, sipas dëshirës, një temë të bisedës. Luani në role bashkëbisedimin sipas temës që zgjodhët.</p> <p><b>SHPREHU</b> Shkruaj rregullat që i vendosët gjatë bashkëbisedimit!</p> <p>24</p>	<p>Fusha e kurrikulës: Shoqëria dhe mjedisi Lënda: Unë dhe ndjenjat e mia Shkalla: 1 Tema: Menaxhimi emocional</p> <p>Rezultati i të nxënësve të temës: zhvillon aftësi të përshtatshme të komunikimit duke u fokusuar në dëgjim dhe në marrje të fjalës. Rezultatet e të nxënësve për kompetenca kryesore të shkollës: I-3; II-1; III-2; IV-2, 3; V-1, 5; VI-2, 3, 4. Rezultatet e fushës së kurrikulës: 1.1; 3.2; 4.1</p> <p>Njësia mësimore: Bashkëbisedimi Rezultatet e të nxënësve për orë mësimore: bashkëbisedon me të tjerët. Kriteret e suksesit: përcaktohen me nxënëset/it në klasë. Mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore: libri, lapsi, goma, fletorja. Ndërlidhja me lëndët e tjera: Gjuhë amtare.</p>
---	---

### Përshkrimi i metodologjisë:


Hapi 1: Shikoni secilën siluetë dhe udhëzoni klasën të vendosë se çfarë mund të ndiej personi. Lëri nxënëset/it të imitojnë pozicionin e trupit. Diskutoni me nxënëset/it se çfarë mund ta ketë bërë personazhin të ndihet kështu.

Hapi 2: Udhëzoni nxënëset/it t'i shikojnë dy situatat, t'i komentojnë ato dhe më pas t'u përgjigjen pyetjeve: çfarë shikon në ilustrimin 1? Çfarë shikon në ilustrimin 2? Çfarë ju ndihmon biseda në situatën A? Çfarë ju ndihmon biseda në situatën B? Pas kësaj nxënëset/it diskutojnë për shprehjen "SA MË SHUMË DËGJONI, AQ MË SHUMË MËSONI". Kjo shprehje prezanton temën për t'i ndihmuar nxënëset/it që t'i mësojnë hapat për të pasur një bashkëbisedim. Ftoni nxënëset/it të shpjegojnë se çfarë do të thotë për ta kjo shprehje dhe pyetni nëse kanë shembuj që mund t'i ndajnë me klasën. Mësojuni atyre se "bashkëbisedimi është kur dy ose më shumë njerëz flasin me radhë me njëri-tjetrin. Një bashkëbisedim mund të hapë derën për miqësi të reja, sepse ato na ndihmojnë të njohim njëri-tjetrin; si jemi të njëjtë dhe si jemi të ndryshëm".

Hapi 3: Ky aktivitet paraqet një mundësi që nxënëset/it të mund të ushtrojnë që të kenë një bisedë me njëri-tjetrin duke luajtur në role. Ndani nxënëset/it në dy grupe dhe kërkoni nga ta që të shkruajnë ose të vizatojnë në libër një temë që ata e zgjedhin, e të cilën do të donin ta bisedonin me partnerin e tyre. Jepini kohë nxënësve për të përgatitur bisedën. Pasi të kenë mbaruar, ftoni të dalin përpara klasës për ta interpretuar pjesën e përgatitur.

Hapi 4: Kërkoni nga nxënëset/it që të shkruajnë në hapësirë boshe, në libër, për rregullat që i vendosën gjatë bashkëbisedimit!

## 20. Unë i kuptoj vështirësitë

 <p><b>UNË I KUPTOJ VËSHIRËSITË</b> 20</p> <p><b>SI NDIHESH SOT?</b></p> <p><b>BISEDË</b> Dita e piknikut.</p> <p><b>Çfarë ndodhi? Pse vajza nuk është me shokët në piknik?</b></p> <p><b>ABSTON!</b></p> <p>1. Vizato në fytyrat e personazhit se si ndihesh.</p> <p>2. Trego vështirësinë dhe përshkruaje atë në pjesën e poshtme.</p> <p>Cila zgjidhje mendon që do të jetë më e mira për këtë vështirësi?</p> <p><b>SHPREH!</b></p> <p>Vizato fytyrën tënde kur e ke një vështirësi.</p> <p>Shkruaje vështirësinë tënde.</p>	<p>Fusha e kurrikulës: Shoqëria dhe mjedisi Lënda: Unë dhe ndjenjat e mia Shkalla: 1 Tema: Menaxhimi emocional Rezultati i të nxënit të temës: identifikon dhe analizon situata me vështirësi në mënyre që t'i kuptojë ato. Rezultatet e të nxënit për kompetenca kryesore të shkallës: I-3; II-1; III-2; IV-2, 3; V-1, 5; VI-2, 3, 4. Rezultatet e fushës së kurrikulës: 1.1; 3.2; 4.1</p> <p>Njësia mësimore: Unë kuptoj vështirësitë Rezultatet e të nxënit për orë mësimore: bisedon për situata me vështirësi dhe zgjidhjet e mundshme. Kriteret e suksesit: përcaktohen me nxënëset/it në klasë. Mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore: libri, lapsi, goma, fletorja. Ndërlidhja me lëndët e tjera: Gjuhë amtare, Ed. Figurative.</p>
---	--

### Përshkrimi i metodologjisë:

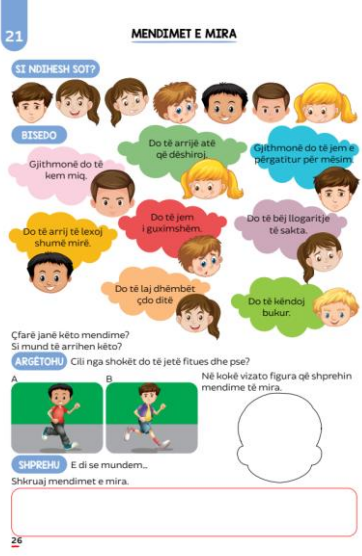
Hapi 1: Udhëzoni nxënëset/it të ngjyrosin fytyrën në shiritin e ndjenjave, e cila e përshkruan më së miri se si ndihen ata sot. Jepini nxënësve një mundësi për të ndarë dhe diskutuar mendimet e tyre. Kur ata ndihen më rehat me shpalosjen e ndjenjave, ju mund t'i kërkonit një nxënësi tjetër që t'i jep këshilla ose inkurajim nxënëses/it që ka ndarë ndjenjat e tij.

Hapi 2: Udhëzoni nxënëset/it të shikojnë situatën e ilustruar, ta komentojnë atë, dhe më pas t'u përgjigjen pyetjeve: çfarë shikon në ilustrime? Çfarë ndodhi? Pse ndodhi? Ky ilustrim prezanton temën e nxënësve që do të mësojnë se si të identifikojnë dhe analizojnë situata problematike. Mësojuni nxënësve pse është e rëndësishme t'i diskutoni pyetjet ÇFARË?, PSE? dhe SI?, kur përballeni me një problem.

Hapi 3: Nxënëset/it vizatojnë në fytyrat e personazhit se si ndihen. Pas kësaj, nxënëset/it shkruajnë problemin dhe shpjegojnë se si do ta zgjidhnin atë. Ftoni nxënëset/it të ndajnë përgjigjet e tyre me të gjithë klasën dhe të diskutojnë. Kur t'i diskutoni problemet e paraqitura në libër, sigurohuni që t'u kujtoni nxënësve të pyesin: “Çfarë? Pse? Si?” që t'i ndihmoni ata të analizojnë problemet.

Hapi 4: Në një hapësirë të zbrazët, nxënëset/it vizatojnë fytyrën e tyre kur kanë një problem dhe pastaj e vizatojnë atë vështirësi.

## 21. Mendimet e mira

	<p>Fusha e kurrikulës: Shoqëria dhe mjedisi Lënda: Unë dhe ndjenjat e mia Shkalla: 1 Tema: Menaxhimi emocional Rezultati i të nxënit të temës: mëson që mendësia pozitive ndihmon t'i arrijmë qëllimet tona. Rezultatet e të nxënit për kompetenca kryesore të shkallës: I-3; II-1; III-2; IV-2, 3; V-1, 5; VI-2, 3, 4. Rezultatet e fushës së kurrikulës: 1.1; 3.2; 4.1</p> <p>Njësia mësimore: Mendimet e mira Rezultatet e të nxënit për orë mësimore: tregon mendime të mira. Kriteret e suksesit: përcaktohen me nxënëset/it në klasë Mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore: libri, lapsi, goma, fletorja. Ndërlidhja me lëndët e tjera: Gjuhë amtare.</p>
---	--

### Përshkrimi i metodologjisë:

Hapi 1: Udhëzoni nxënëset/it të ngjyrosin fytyrën në shiritin e ndjenjave, e cila e përshkruan më së miri se si ndihen ata sot. Jepini nxënësve një mundësi për të ndarë dhe diskutuar mendimet e tyre. Kur ata ndihen më rehat me shpalosjen e ndjenjave, ju mund t'i kërkoni një nxënësi tjetër që t'i jep këshilla ose inkurajim nxënëses/it që ka ndarë ndjenjat e tij.

Hapi 2: Udhëzoni nxënëset/it të shikojnë situatën e ilustruar, ta komentojnë atë dhe më pas t'u përgjigjen pyetjeve: çfarë shikon në ilustrime? Çfarë janë këto mendime? Si mund të arrihen këto? Ftoni nxënëset/it të shpjegojnë se çfarë do të thotë tregimi për ta. Pyetni ata nëse kanë shembuj të mendimeve pozitive që mund t'i ndajnë me klasën. Mësojuni nxënësve të kuptojnë se ajo që ne mendojmë ndikon në mënyrën se si mendojmë dhe si sillemi. Shpjegoni idenë se nëse besoni dhe ndjeni se mund të bëni diçka, do të jeni në gjendje ta bëni atë, si për shembull, të lidhni këpucët.

Hapi 3: Nxënëset/it shikojnë dy situatat dhe diskutojnë pyetjen: "Cili nga shokët do të jetë fitues dhe pse?". Më pas, në ilustrimin e kokës së zbrazët në libër, në kokë, vizatojnë figura që shprehin mendime të mira.

Hapi 4: Në hapësirën e zbrazët, nxënëset/it shkruajnë mendimet e mira. Nëse u premtan koha, zgjidhni disa nga nxënëset/it për të lexuar mendimet e tyre para klasës.



## 22. Ushtrij vetëkontrollin

	<p>Fusha e kurrikulës: Shoqëria dhe mjedisi Lënda: Unë dhe ndjenjat e mia Shkalla: 1 Tema: Vetëdijesimi shoqëror Rezultati i të nxënit të temës: mëson të kontrollojë ndjenjat. Rezultatet e të nxënit për kompetenca kryesore të shkallës: I-3; II-1; III-2; IV-2, 3; V-1, 5; VI-2, 3, 4. Rezultatet e fushës së kurrikulës: 1.1; 3.2; 4.1</p> <p>Njësia mësimore: Ushtrij vetëkontrollin Rezultatet e të nxënit për orë mësimore: mëson të kontrollojë ndjenjat. Kriteret e suksesit: përcaktohen me nxënëset/it në klasë. Mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore: libri, lapsi, goma, fletorja. Ndërlidhja me lëndët e tjera: Gjuhë amtare.</p>
--	--

### Përshkrimi i metodologjisë:

Hapi 1: Udhëzoni nxënëset/it të ngjyrosin fytyrën në shiritin e ndjenjave, e cila e përshkruan më së miri se si ndihen ata sot. Jepini nxënësve një mundësi për të ndarë dhe diskutuar mendimet e tyre. Kur ata ndihen më rehat me shpalosjen e ndjenjave, ju mund t'i kërkonit një nxënësi tjetër që t'i jep këshilla ose inkurajim nxënësve/it që ka ndarë ndjenjat e tij.

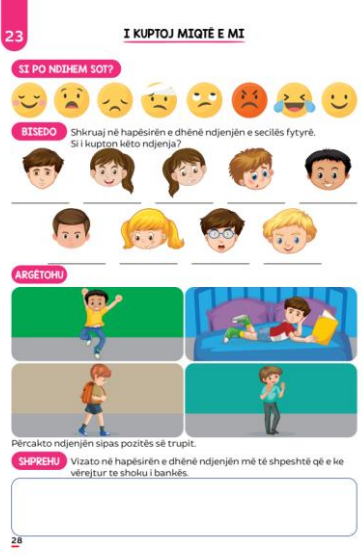
Hapi 2: Udhëzoni nxënëset/it të shikojnë situatën e ilustruar, ta komentojnë atë dhe më pas t'u përgjigjen pyetjeve: çfarë shikon në ilustrime? Çfarë ndjenje paraqet fytyra e pikëlluar? A mund ta kontrollojë ai veten? Nëse po, si? Mësojini nxënëset/it ta identifikojnë situatën kur nuk i kontrollojnë ndjenjat e tyre dhe t'i praktikojnë aftësitë e qetësisë. Tregojuni nxënësve se ndonjëherë kemi ndjenja të forta dhe kjo është në rregull. Kur kemi ndjenja të forta, ndonjëherë, trupi ynë na paralajmëron se nuk kemi kontroll. Fytyrat tona mund të skuqen apo ndiejmë një nxehtësi. Kur trupat tanë na japin këto paralajmërime, është e rëndësishme të marrim kontrollin mbi veten dhe të qetësohemi.

Hapi 3: Mësoni nxënësve këshilla se si të qetësohen pasi të kenë përjetuar një ndjenjë të fortë. Ata mund të numërojnë deri në 5 (1, 2, 3, 4, 5), mund të marrin frymë thellë dhe ta lëshojnë, ose t'i mbyllin sytë dhe të mendojnë një vend të bukur që të relakson. Përsëritni këto tri këshilla së bashku me klasën.

Hapi 4: Në njërën hapësirë boshe, nxënëset/it shkruajnë atë që i shqetëson, ndërsa në hapësirën tjetër shkruajnë teknikën që do të përdorin për ta tejkaluar atë. Nëse u premton koha, zgjidhni disa nga nxënëset/it për t'i lexuar mendimet e tyre para klasës.



## 23. I kuptoj miqtë e mi

 <p><b>23</b> <b>I KUPTOJ MIQTË E MI</b></p> <p><b>SI PO NDIHEM SOT?</b></p> <p><b>BISEDË</b> Shkruaj në hapësirën e dhënë ndjenjën e secilës fytyrë. Si i kupton këto ndjenja?</p> <p><b>ARGËTOHU</b></p> <p><b>SHPREHU</b> Vizato në hapësirën e dhënë ndjenjën më të shpeshtë që e ke vërejtur te shoku i bankës.</p>	<p>Fusha e kurrikulës: Shoqëria dhe mjedisi Lënda: Unë dhe ndjenjat e mia Shkalla: 1 Tema: Vetëdijesimi shoqëror Rezultati i të nxëniet të temës: mëson t'i lexojë shenjat trupore për të kuptuar se si ndihen të tjerët. Rezultatet e të nxëniet për kompetenca kryesore të shkallës: I-3; II-1; III-2; IV-2, 3; V-1, 5; VI-2, 3, 4. Rezultatet e fushës së kurrikulës: 1.1; 3.2; 4.1</p> <p>Njësia mësimore: I kuptoj miqtë e mi Rezultatet e të nxëniet për orë mësimore: përcakton ndjenjat e të tjerëve në bazë të pozitës trupore. Kriteret e suksesit: përcaktohen me nxënëset/it në klasë Mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore: libri, lapsi, goma, fletorja. Ndërlidhja me lëndët e tjera: Gjuhë amtare.</p>
---	---

### Përshkrimi i metodologjisë:

Hapi 1: Udhëzoni nxënëset/it të ngjyrosin fytyrën në shiritin e ndjenjave, e cila e përshkruan më së miri se si ndihen ata sot. Jepini nxënësve një mundësi për të ndarë dhe diskutuar mendimet e tyre. Kur ata ndihen më rehat me shpalosjen e ndjenjave, ju mund t'i kërkonit një nxënësi tjetër që t'i jep këshilla ose inkurajim nxënëses/it që ka ndarë ndjenjat e saj/tij.

Hapi 2: Nxënëset/it shkruajnë emrin e ndjenjës nën çdo fytyrë dhe, më pas, diskutojnë se si i kuptojnë këto ndjenja.

Hapi 3: Nxënëset/it shikojnë pozitat e trupit që shprehin ndjenja të ndryshme dhe përcaktojnë ndjenjën sipas pozitës. Ndani nxënëset/it në dy grupe dhe i udhëzoni ta përgatisin një situatë të shkurtër. Jepini kohë nxënësve për të përgatitur bisedën. Pasi të kenë mbaruar, ftoni të dalin përpara klasës për ta interpretuar pjesën e përgatitur.

Hapi 4: Në kutinë bosh në libër, kërkojuni nxënësve të vizatojnë ndjenjën më të shpeshtë që e kanë vërejtur te shoku i bankës.

## 24. Unë e di çfarë funksionon

<p><b>UNË E DI ÇFARË FUNKSIONON</b> 24</p> <p><b>SI PO NDIHEM SOT?</b></p> <p><b>BISEDË</b></p> <p>1. A e kanë përfunduar punën dhe a kanë punuar bashkë? 2. A janë argëtuar? 3. A mund ta bëjnë më mirë?</p> <p><b>ARGËTOHU</b> Krijë piramidën më të madhe me gota të plastike.</p> <p><b>SHPREHU</b> Rrota e vlerësimit. Ngjyros pjesët e rrotës sipas përgjigjes.</p> <p>A jemi argëtuar? A e kemi përfunduar? A kemi bërë ndonjë gabim? A mund ta bëjmë më mirë? Si mund të jemi më të shpejtë? A kemi punuar së bashku?</p>	<p>Fusha e kurrikulës: Shoqëria dhe mjedisi Lënda: Unë dhe ndjenjat e mia Shkalla: 1 Tema: Vendimmarrje e përgjegjshme Rezultati i të nxënit të temës: mëson të reflektojë përmes pyetjeve. Rezultatet e të nxënit për kompetenca kryesore të shkallës: I-3; II-1; III-2; IV-2, 3; V-1, 5; VI-2, 3, 4. Rezultatet e fushës së kurrikulës: 1.1; 3.2; 4.1</p> <p>Njësia mësimore: Unë e di çfarë funksionon Rezultatet e të nxënit për orë mësimore: vlerëson punën në bashkëpunim. Kriteret e suksesit: përcaktohen me nxënëset/it në klasë. Mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore: libri, lapsi, goma, fletorja. Ndërlidhja me lëndët e tjera: Gjuhë amtare.</p>
---	---

### Përshkrimi i metodologjisë:





Hapi 1: Udhëzoni nxënëset/it të ngjyrosin fytyrën në shiritin e ndjenjave, e cila e përshkruan më së miri se si ndihen ata sot. Jepini nxënësve një mundësi për të ndarë dhe diskutuar mendimet e tyre. Kur ata ndihen më rehat me shpalosjen e ndjenjave, ju mund t'i kërkonit një nxënësi tjetër që t'i jep këshilla ose inkurajim nxënëses/it që ka ndarë ndjenjat e saj/tij.

Hapi 2: Udhëzoni nxënëset/it të shikojnë situatën e ilustruar, ta komentojnë atë dhe më pas t'u përgjigjen pyetjeve: çfarë shikon në ilustrime? A e kanë përfunduar punën dhe a kanë punuar bashkë? A janë argëtuar? A mund ta bëjnë më mirë? Mësoni të shikojnë prapa në punën e tyre për të parë nëse është e mirë dhe si ta bëjnë atë edhe më mirë. Tregojuni atyre se ka pyetje që mund t'i përdorin për të na ndihmuar të kuptojmë se çfarë funksionoi dhe çfarë mund të jetë më mirë. Pyetjet të tilla si: a e kemi përfunduar? A mund ta bëjmë më mirë? A kemi punuar së bashku? Si mund të jemi më të shpejtë? A kemi bërë ndonjë gabim? A jemi argëtuar?. Ju mund të përmendni pyetje tjera që ju i konsideroni me rëndësi.

Hapi 3: Ndani nxënëset/it në grupe. Çdo grup duhet të ketë një sasi të barabartë gotash plastike (ju e vendosni numrin e tyre). Sfidoni secilin grup që të ndërtojë piramidën më të lartë të gotave prej plastike (që qëndron e pambajtur).

Hapi 4: Pasi të kenë ndërtuar piramidën, nxënëset/it reflektojnë mbi punën e tyre në grup. Nxënëset/it e ngjyrosin rrotën e vlerësimit në libër për secilën pyetje të përgjigjur në të.

## 25. Duhet të bëj

<p>25 <b>DUHET TA BËJ</b></p> <p><b>SI PO NDIHEM SOT?</b></p>  <p><b>RISENO</b></p>  <p>1. Pse duhet ta hajë karotën fytyra e vetmuar, edhe pse nuk e do? 2. Pse duhet ta pastroj dhomën fytyra e ngazëlyer, edhe pse nuk do?</p> <p><b>ARGËTOHU</b> Bëje tani.</p>  <p><b>SHPREHU</b> Shikruaj në hapësirat e zbrazëta se çfarë ndodh nëse nuk bëhen këto përgjegjësi.</p>  <p>30</p>	<p>Fusha e kurrikulës: Shoqëria dhe mjedisi Lënda: Unë dhe ndjenjat e mia Shkalla: 1 Tema: Vendimmarrje e përgjegjshme Rezultati i të nxënit të temës: mëson të jetë i përgjegjshëm ndaj obligimeve të tij. Rezultatet e të nxënit për kompetenca kryesore të shkallës: I-3; II-1; III-2; IV-2, 3; V-1, 5; VI-2, 3, 4. Rezultatet e fushës së kurrikulës: 1.1; 3.2; 4.1</p> <hr/> <p>Njësia mësimore: Duhet të bëj Rezultatet e të nxënit për orë mësimore: dallon përgjegjësitë që i takojnë. Kriteret e suksesit: përcaktohen me nxënëset/it në klasë. Mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore: libri, lapsi, goma, fletorja. Ndërlidhja me lëndët e tjera: Gjuhë amtare.</p>
--	--

### Përshkrimi i metodologjisë:


Hapi 1: Udhëzoni nxënëset/it të ngjyrosin fytyrën në shiritin e ndjenjave, e cila e përshkruan më së miri se si ndihen ata sot. Jepini nxënësve një mundësi për të ndarë dhe diskutuar mendimet e tyre. Kur ata ndihen më rehat me shpalosjen e ndjenjave, ju mund t'i kërkonin një nxënësi tjetër që t'i jep këshilla ose inkurajim nxënëses/it që ka ndarë ndjenjat e saj/tij.

Hapi 2: Udhëzoni nxënëset/it që t'i shikojnë dy situatat e ilustruara, t'i komentojnë ato dhe më pas t'u përgjigjen pyetjeve: çfarë shikon në ilustrime? Pse duhet ta haj karotën fytyra e vetmuar, edhe pse nuk e do? Pse duhet ta pastroj dhomën fytyra e ngazëlyer, edhe pse nuk do? Ky mësim është që nxënëset/it të shqyrtojnë vlerën e kujdesit për përgjegjësitë dhe të kuptojnë se disa përgjegjësi janë të rëndësishme, por mund të mos jenë argëtuese. Pyetni nëse kanë shembuj që mund t'i ndajnë me klasën. Tregojuni nxënësve që për t'u bërë të shëndetshëm, të fortë dhe të zgjuar, ndonjëherë duhet të bëjmë zgjedhje që janë të vështira ose joargëtuese. Është në rregull që ndonjëherë të zgjedhni gjëra që janë të lehta ose argëtuese, por jo çdo herë.

Hapi 3: Nxënëset/it vendosin ta bëjnë njërin nga detyrat e paraqitura në libër në klasën e çrregulluar nga mësuesja/mësuesi.

Hapi 4: Nxënëset/it shkruajnë në hapësirat e zbrazëta se çfarë ndodh nëse nuk realizohen përgjegjësitë e paraqitura në libër.

## 26. Mendoj me kujdes

	<p>Fusha e kurrikulës: Shoqëria dhe mjedisi Lënda: Unë dhe ndjenjat e mia Shkalla: 1 Tema: Vendimmarrje e përgjegjshme Rezultati i të nxënit të temës: mëson strategji që i ndihmon të reflektojë. Rezultatet e të nxënit për kompetenca kryesore të shkallës: I-3; II-1; III-2; IV-2, 3; V-1, 5; VI-2, 3, 4. Rezultatet e fushës së kurrikulës: 1.1; 3.2; 4.1</p>
	<p>Njësia mësimore: Mendoj me kujdes Rezultatet e të nxënit për orë mësimore: zbaton strategji që i ndihmon të reflektojë. Kriteret e suksesit: përcaktohen me nxënëset/it në klasë. Mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore: libri, lapsi, goma, fletorja. Ndërlidhja me lëndët e tjera: Gjuhë amtare.</p>

### Përshkrimi i metodologjisë:

Hapi 1: Udhëzoni nxënëset/it të ngjyrosin fytyrën në shiritin e ndjenjave, e cila e përshkruan më së miri se si ndihen ata sot. Jepini nxënësve një mundësi për të ndarë dhe diskutuar mendimet e tyre. Kur ata ndihen më rehat me shpalosjen e ndjenjave, ju mund t'i kërkonit një nxënësi tjetër që t'i jep këshilla ose inkurajim nxënëses/it që ka ndarë ndjenjat e saj/tij.

Hapi 2: Udhëzoni nxënëset/it të shikojnë situatat e ilustruara, t'i komentojnë ato dhe më pas t'u përgjigjen pyetjeve: çfarë shikon në ilustrime? A dimë t'i përgjigjemi pyetjes së fytyrës së vetmuar? Po të tjerëve, a do të dimë t'u përgjigjemi?

Hapi 3: Nxënëset/it zgjedhin një nga katër mënyrat e dhëna në libër për të menduarit me kujdes dhe e provojnë.

Hapi 4: Në dy kutitë boshe në libër, nxënëset/it shkruajnë mendimin e tyre për dy pyetjet. Nëse u premtan koha, zgjidhni disa nga nxënëset/it për t'i lexuar mendimet e tyre para klasës.

## 27. Përpiqem më shumë

<p>27</p> <p><b>PËRPIQEM MË SHUMË</b></p> <p><b>SI PO NDIHEM SOT?</b></p> <p><b>BITEJO</b> Vlerëso përpjekjet e fytyrave nga 1 deri në 4.</p> <p><b>ARGËTOHU</b> Vizato një lule në hapësirën e dhënë.</p> <p><b>SHPREHU</b> Ngjyros epruvetën në bazë të përpjekjes që ke bërë gjatë vizatimit.</p> <p>22</p>	<p>Fusha e kurrikulës: Shoqëria dhe mjedisi Lënda: Unë dhe ndjenjat e mia Shkalla: 1 Tema: Vendimmarrje e përgjegjshme Rezultati i të nxënit të temës: Kupton përpjekjen e tij më të mirë dhe pse është e rëndësishme të përpiqemi. Rezultatet e të nxënit për kompetenca kryesore të shkallës: I-3; II-1; III-2; IV-2, 3; V-1, 5; VI-2, 3, 4. Rezultatet e fushës së kurrikulës: 1.1; 3.2; 4.1</p> <p>Njësia mësimore: Përpiqem më shumë Rezultatet e të nxënit për orë mësimore: kryen një aktivitet që kërkon përkushtim. Kriteret e suksesit: përcaktohen me nxënëset/it në klasë. Mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore: libri, lapsi, goma, fletorja. Ndërlidhja me lëndët e tjera: Gjuhë amtare , Ed. Figurative.</p>
--	---

### Përshkrimi i metodologjisë:


Hapi 1: Udhëzoni nxënëset/it të ngjyrosin fytyrën në shiritin e ndjenjave, e cila e përshkruan më së miri se si ndihen ata sot. Jepini nxënësve një mundësi për të ndarë dhe diskutuar mendimet e tyre. Kur ata ndihen më rehat me shpalosjen e ndjenjave, ju mund t'i kërkonti një nxënësi tjetër që t'i jep këshilla ose inkurajim nxënës/it që ka ndarë ndjenjat e saj/tij.

Hapi 2: Udhëzoni nxënëset/it të shikojnë situatat e ilustruara, t'i komentojnë ato dhe më pas t'i përgjigjen pyetjes: çfarë shikon në ilustrime? Pas kësaj, nxënëset/it vlerësojnë nga 1 deri në 4 përpjekjet e fytyrave të ilustruara. Fokusi i këtij mësimi është që nxënëset/it të kuptojnë se cila është përpjekja e tyre më e mirë dhe pse është e rëndësishme. Tregojuni atyre se pavarësisht çfarë bëjmë: në sport, art, punë, shkollë apo edhe punë shtëpie, ne duhet të bëjmë më të mirën e mundshme nga ana jonë. Diskutoni me nxënëset/it pyetje si: si e dini kur po jepni më të mirën tuaj dhe po bëni më të mirën kur jeni duke luajtur një sport? Si e dini kur po jepni më të mirën në shkollë; në një detyrë shtëpie? Pse është e rëndësishme të provoni më të mirën tuaj në shkollë? Si mund të bëni më të mirën tuaj kur jeni duke bërë punët e shtëpisë? Pse është kjo e rëndësishme dhe kush mund të ndikojë? Si mund të bëni më të mirën për të qenë të sjellshëm me të tjerët?

Hapi 3: Nxënëset/it vizatojnë një lule në hapësirën e dhënë.

Hapi 4: Nxënëset/it ngjyrosin epruvetën në bazë të përpjekjes që kanë bërë gjatë vizatimit (epruveta me 4 nivele: aspak, pak përpjekje, mirë edhe përpjekje më e mirë).

## 28. Kur jam i sigurt dhe kur jam i pasigurt

	<p>Fusha e kurrikulës: Shoqëria dhe mjedisi Lënda: Unë dhe ndjenjat e mia Shkalla: 1 Tema: Vendimmarrje e përgjegjshme Rezultati i të nxënit të temës: dallon ngjarje të sigurta dhe të pasigurta. Rezultatet e të nxënit për kompetenca kryesore të shkallës: I-3; II-1; III-2; IV-2, 3; V-1, 5; VI-2, 3, 4. Rezultatet e fushës së kurrikulës: 1.1; 3.2; 4.1</p> <hr/> <p>Njësia mësimore: Kur jam i sigurt dhe kur jam i pasigurt Rezultatet e të nxënit për orë mësimore: tregon persona me të cilët ndihet i/e sigurt. Kriteret e suksesit: përcaktohen me nxënëset/it në klasë. Mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore: libri, lapsi, goma, fletorja. Ndërlidhja me lëndët e tjera: Gjuhë amtare, Ed. Figurative.</p>
---	---

### Përshkrimi i metodologjisë:

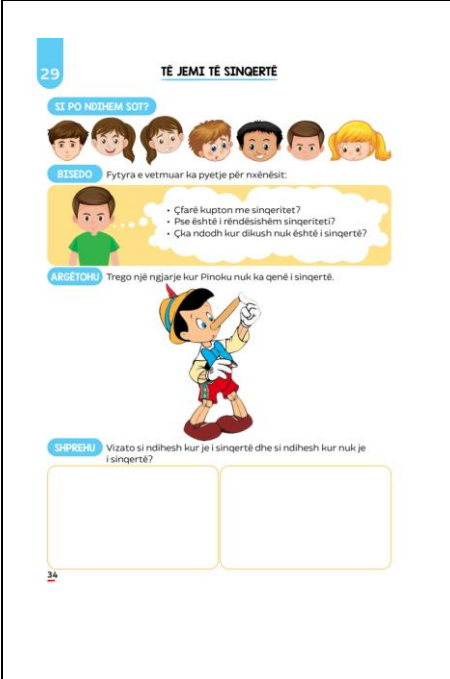
Hapi 1: Udhëzoni nxënëset/it të ngjyrosin fytyrën në shiritin e ndjenjave, e cila e përshkruan më së miri se si ndihen ata sot. Jepini nxënësve një mundësi për të ndarë dhe diskutuar mendimet e tyre. Kur ata ndihen më rehat me shpalosjen e ndjenjave, ju mund t'i kërkoni një nxënësi tjetër që t'i jep këshilla ose inkurajim nxënës/it që ka ndarë ndjenjat e saj/tij.

Hapi 2: Udhëzo nxënëset/it të shikojnë dy situatat, t'i komentojnë ato dhe më pas t'u përgjigjen pyetjeve: çfarë shikon në ilustrimin 1? Çfarë shikon në ilustrimin 2? Cila nga ngjarjet tregon veprim të drejtë? Pse?

Hapi 3: Nxënëset/it lidhin veprimet e sigurta me njerëzit e sigurt në libër. Prezantoni idenë që nxënëset/it duhet ta lajmërojnë një të rritur të cilit i besojnë sa herë që ndihen të pasigurt.

Hapi 4: Në një hapësirë të zbrazët, nxënëset/it vizatojnë ku dhe me kë ndihen të sigurt.

## 29. Të jemi të sinqertë

	<p>Fusha e kurrikulës: Shoqëria dhe mjedisi</p> <p>Lënda:</p> <p>Shkalla: 1</p> <p>Tema: Vetëdijesimi</p> <p>Rezultati i të nxënit të temës: mëson të jetë i sinqertë dhe që sinqeriteti është i rëndësishëm për të na besuar të tjerët.</p> <p>Rezultatet e të nxënit për kompetenca kryesore të shkallës: I-3; II-1; III-2; IV-2, 3; V-1, 5; VI-2, 3, 4.</p> <p>Rezultatet e fushës së kurrikulës: 1.1; 3.2; 4.1</p> <hr/> <p>Njësia mësimore: Të jemi të sinqertë</p> <p>Rezultatet e të nxënit për orë mësimore: tregojnë raste të sinqeritetit dhe jo sinqeritetit.</p> <p>Kriteret e suksesit: përcaktohen me nxënëset/it në klasë.</p> <p>Mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore: libri, lapsi, goma, fletorja.</p> <p>Ndërlidhja me lëndët e tjera: Gjuhë amtare.</p>
---	---

### Përshkrimi i metodologjisë:

Hapi 1: Udhëzoni nxënëset/it të ngjyrosin fytyrën në shiritin e ndjenjave, e cila e përshkruan më së miri se si ndihen ata sot. Jepini nxënësve një mundësi për të ndarë dhe diskutuar mendimet e tyre. Kur ata ndihen më rehat me shpalosjen e ndjenjave, ju mund t'i kërkonit një nxënësi tjetër që t'i jep këshilla ose inkurajim nxënëses/it që ka ndarë ndjenjat e saj/tij.

Hapi 2: Udhëzoni nxënëset/it të shikojnë situatën e ilustruar, ta komentojnë atë dhe më pas t'u përgjigjen pyetjeve: çfarë kupton me sinqeritet? Pse është i rëndësishëm sinqeriteti? Çka ndodh kur dikush nuk është i sinqertë?


Hapi 3: Nxënëset/it lexojnë një ngjarje të Pinokios në libër. Pyetni nxënëset/it për detajet kryesore në tregim, veçanërisht kur ato lidhen me temën e mësimit. Ftoni ata të vënë në dukje fjalët, nga teksti, që kanë të bëjnë me ndjenja dhe emocione. Pastaj pyetni për detaje rreth përmbajtjes emocionale të tregimit: si u ndie Pinokio kur kuptoi se mund të kishte bërë një gabim? Si mendoni se u ndie Pinokio pasi ishte i sinqertë me të atin?

Pas tregimit, inkurajoni nxënëset/it ta tregojnë tregimin me fjalët e tyre ose të tregojnë ngjarjet kryesore. Ndiemoni ata të jenë më të artikuluar dhe të përfshijnë disa nga përmbajtjet emocionale të tregimit në ritregimin e tyre.

Hapi 4: Në dy kuti boshe në libër, nxënësit duhet të shkruajnë mendimet e tyre se si ndihen kur janë të sinqertë dhe si ndihen kur nuk janë? Nëse u premtan koha, zgjidhni disa nga nxënëset/it për të lexuar mendimet e tyre para klasës.



## 30. Çdo ndryshim ka edhe një të mirë

 <p>ÇDO NDRYSHIM E KA EDHE NJË TË MIRË 30</p> <p>SI NDIHESH SOT?</p> <p>BISEDË</p> <p>I vetmuar I frikësuar E pëllëmbuar I zemëruar</p> <p>E ngazëllyer E turpshme I gëzuar I mërcitur</p> <p>Si ndihesh sot? A ndihesh si fytyra e vetmuar? Si fytyra e zemëruar? Qarko fytyrën që tregon se si ndihesh sot.</p> <p>ARGËTOHU Çfarë ndryshimesh po përjeton i frikësuar?</p>	<p>Fusha e kurrikulës: Shoqëria dhe mjedisi Lënda: Unë dhe ndjenjat e mia Shkalla: 1 Tema: Vetëdijesimi Rezultati i të nxënit të temës: mëson t'i pranojë ndryshimet si një pjesë e pritshme e jetës. Rezultatet e të nxënit për kompetenca kryesore të shkallës: I-3; II-1; III-2; IV-2, 3; V-1, 5; VI-2, 3, 4. Rezultatet e fushës së kurrikulës: 1.1; 3.2; 4.1</p>
	<p>Njësia mësimore: Çdo ndryshim ka edhe një të mirë Rezultatet e të nxënit për orë mësimore: tregon ndryshimet që i kanë ndodhur. Kriteret e suksesit: përcaktohen me nxënëset/it në klasë Mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore: libri, lapsi, goma, fletorja. Ndërlidhja me lëndët e tjera: Gjuhë amtare.</p>

### Përshkrimi i metodologjisë:


Hapi 1: Udhëzoni nxënëset/it të ngjyrosin fytyrën në shiritin e ndjenjave, e cila e përshkruan më së miri se si ndihen ata sot. Jepini nxënësve një mundësi për të ndarë dhe diskutuar mendimet e tyre. Kur ata ndihen më rehat me shpalosjen e ndjenjave, ju mund t'i kërkonit një nxënësi tjetër që t'i jep këshilla ose inkurajim nxënësve/it që ka ndarë ndjenjat e saj/tij.

Hapi 2: Udhëzoni nxënëset/it të shikojnë situatën e ilustruar, ta komentojnë atë dhe më pas t'u përgjigjen pyetjeve: si po ndihesh sot? A po ndihesh si fytyra e vetmuar? Si fytyra e zemëruar? Ata qarkojnë fytyrën që ndihen sot. Shpjegojuni nxënësve se ndryshimi ndodh kur diçka është ndryshe nga ajo që ishte më parë. Ndryshimi është një pjesë normale e jetës, por mund të jetë e vështirë të mësohesh. Në varësi të llojit të ndryshimit që kaloni, mund të keni një ose më shumë ndjenja. Çdo ndjenjë është në rregull. Ju mund të ndiheni të emocionuar, të frikësuar, të shqetësuar, të befasuar, nervoz, të trishtuar ose të përjetoni një ndjenjë tjetër. Kërkojuni nxënësve të tregojnë shembuj të të ndryshëm të ndryshimeve që mund të përjetojmë në jetë.

Hapi 3: Nxënëset/it diskutojnë ilustrimet dhe përpiqen të kuptojnë ndryshimet që po kalon i frikësuar.

Hapi 4: Kërkonit nga nxënëset/it që të vizatojnë në hapësirë boshe, në libër, veten e tyre duke e përjetuar një ndryshim që u ka ndodhur.

# 31. Ndjenjat e përziera

 <p><b>NDJENJAT E PËRZIERA</b> 31</p> <p><b>ST PO NDIHEM SOT?</b></p> <p><b>BISEDË</b> Çfarë ndjenjash po përjeton fytyra e mërzitur në të njëjtën kohë, dhe a është në rregull?</p> <p><b>ARGËTOHU</b></p> <p>Ndonjëherë na kemi dy ndjenja në të njëjtën kohë. Këto ndjenja janë të përziera dhe të paqarta. Kjo është në rregull.</p> <p>A mund të kemi dy a më shumë ndjenja kur e shohim qenin?</p> <p><b>SHPREHU</b> Vizato ngjarje e cila të sjellë ndjenja të përziera.</p>	<p>Fusha e kurrikulës: Shoqëria dhe mjedis Lënda: Unë dhe ndjenjat e mia Shkalla: 1 Tema: Vetëdijesimi Rezultati i të nxënit të temës: mëson që, të ketë më shumë se një ndjenjë në të njëjtën kohë, është normale. Rezultatet e të nxënit për kompetenca kryesore të shkallës: I-3; II-1; III-2; IV-2, 3; V-1, 5; VI-2, 3, 4. Rezultatet e fushës së kurrikulës: 1.1; 3.2; 4.1</p> <hr/> <p>Njësia mësimore: Ndjenjat e përziera Rezultatet e të nxënit për orë mësimore: dallon ndjenjat e përziera. Kriteret e suksesit: përcaktohen me nxënëset/it në klasë. Mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore: libri, lapsi, goma, fletorja. Ndërlidhja me lëndët e tjera: Gjuhë amtare.</p>
--	--

## Përshkrimi i metodologjisë:


Hapi 1: Udhëzoni nxënëset/it të ngjyrosin fytyrën në shiritin e ndjenjave, e cila e përshkruan më së miri se si ndihen ata sot. Jepini nxënësve një mundësi për të ndarë dhe diskutuar mendimet e tyre. Kur ata ndihen më rehat me shpalosjen e ndjenjave, ju mund t'i kërkonit një nxënësi tjetër që t'i jep këshilla ose inkurajim nxënëses/it që ka ndarë ndjenjat e saj/tij.

Hapi 2: Udhëzo nxënëset/it të shikojnë situatat e ndryshme të paraqitura në libër, t'i komentojnë ato dhe më pas t'u përgjigjen pyetjeve: Çfarë ndjenjash po përjeton fytyra e mërzitur në të njëjtën kohë dhe a është normale?

Hapi 3: Tregojuni nxënësve se ne mund të përjetojmë huti kur ndiejmë më shumë se një ndjenjë në të njëjtën kohë. Për shembull, babai i një djali e lë atë në shkollën e re (ose në ditën e parë të shkollës). Ai mund të ketë ndjenja të përziera si lumturia dhe shqetësimi. Ose, kur vëllai i vogël e merr një lodër nga motra e tij, ajo e shtyn atë. Ajo mund të ketë ndjenja të përziera si zemërimi dhe trishtimi. Kërkojuni atyre të tregojnë rastet kur kanë përjetuar situata të tilla. Në libër paraqitet një fytyrë e një qeni më të egër. Nxënëset/it diskutojnë se a mund të kemi dy a më shumë ndjenja kur e shohim qenin?

Hapi 4: Kërkonit nga nxënëset/it që të vizatojnë në hapësirë boshe, në libër, një rast kur kanë pasur ndjenja të përziera.

## 32. Unë i tejkaloj vështirësitë

 <p>32 UNË I TEJKALOJ VËSHIRËSITË</p> <p>SI PO NDIHEM SOT?</p> <p>BISEDO</p> <p>ARGËTOHU Tryeza e diskutimit</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Formoni një rreth</li><li>2. Fol nëse ndihesh rehat</li><li>3. Respekto mendimin e të tjerëve</li><li>4. Përdor emra të përgjithshëm, jo të përvetshëm (miku im, mikja ime...)</li></ol> <p>TREGO BESUESHMËRI NË GRUP</p> <p>SHPREHU</p> <p>A ke pasur besim në grup?</p> <p>Sa të ka ndihmuar besimi në grup për t'i tejkaluar vështirësitë?</p>	<p>Fusha e kurrikulës: Shoqëria dhe mjedisi Lënda: Unë dhe ndjenjat e mia Shkalla: 1 Tema: Vetëdijesimi Rezultati i të nxënit të temës: mëson të tejkalojë të kthyerit në shkollë pas pushimeve, duke ndërtuar një komunitet brenda klasës për ta rritur bashkëveprimin shoqëror. Rezultatet e të nxënit për kompetenca kryesore të shkallës: I-3; II-1; III-2; IV-2, 3; V-1, 5; VI-2, 3, 4. Rezultatet e fushës së kurrikulës: 1.1; 3.2; 4.1</p> <p>Njësia mësimore: Unë tejkaloj vështirësitë Rezultatet e të nxënit për orë mësimore: diskuton për tejkalimin e vështirësive. Kriteret e suksesit: përcaktohen me nxënëset/it në klasë Mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore: libri, lapsi, goma, fletorja. Ndërlidhja me lëndët e tjera: Gjuhë amtare.</p>
--	---

### Përshkrimi i metodologjisë:

Hapi 1: Udhëzoni nxënëset/it të ngjyrosin fytyrën në shiritin e ndjenjave, e cila e përshkruan më së miri se si ndihen ata sot. Jepini nxënësve një mundësi për të ndarë dhe diskutuar mendimet e tyre. Kur ata ndihen më rehat me shpalosjen e ndjenjave, ju mund t'i kërkonit një nxënësi tjetër që t'i jep këshilla ose inkurajim nxënëses/it që ka ndarë ndjenjat e saj/tij.

Hapi 2: Udhëzoni nxënëset/it të shikojnë situatën e ilustruar, ta komentojnë atë dhe më pas t'u përgjigjen pyetjeve: përse qan fytyra e pikëlluar? A qani edhe ju ndonjëherë? Përse? Kur?

Hapi 3: Shpjegoni rregullat e Tryezës së diskutimit: “Formoni një rreth”, “Fol nëse ndihesh rehat”, “Respekto mendimin e të tjerëve”, “Përdor emra të përgjithshëm, jo të përvetshëm (miku im, mikja ime...)”. Është me rëndësi të madhe që të diskutoni konfidencialitetin (besueshmërinë) me nxënëset/it. Nëse një nxënës fillon të ndajë diçka që nuk është e përshtatshme për ta dëgjuar i gjithë grupi, ndalojeni dhe flisni me të privatisht, sa më shpejt të jetë e mundur. Nxënëset/it mund të diskutojnë tema të ndryshme që kanë mësuar deri me tani.

Hapi 4: Në dy kuti boshe në libër, nxënësit do të shkruajnë mendimet e tyre se a ka pasur besim në grup dhe sa i ka ndihmuar besimi në grup për të tejkaluar vështirësitë?

## 33. Fjalët magjike

	<p>Fusha e kurrikulës: Shoqëria dhe mjedisi Lënda: Unë dhe ndjenjat e mia Shkalla: 1 Tema: Vetëdijesimi shoqëror Rezultati i të nxënit të temës: praktikon fjalët magjike: faleminderit, të lutem, më fal, të dua... Rezultatet e të nxënit për kompetenca kryesore të shkallës: I-3; II-1; III-2; IV-2, 3; V-1, 5; VI-2, 3, 4. Rezultatet e fushës së kurrikulës: 1.1; 3.2; 4.1</p> <p>Njësia mësimore: Fjalët magjike Rezultatet e të nxënit për orë mësimore: përdor fjalët magjike. Kriteret e suksesit: përcaktohen me nxënëset/it në klasë. Mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore: libri, lapsi, goma, fletorja. Ndërlidhja me lëndët e tjera: Gjuhë amtare.</p>
--	---

### Përshkrimi i metodologjisë:


Hapi 1: Udhëzoni nxënëset/it të ngjyrosin fytyrën në shiritin e ndjenjave, e cila e përshkruan më së miri se si ndihen ata sot. Jepini nxënësve një mundësi për të ndarë dhe diskutuar mendimet e tyre. Kur ata ndihen më rehat me shpalosjen e ndjenjave, ju mund t'i kërkonit një nxënësi tjetër që t'i jep këshilla ose inkurajim nxënësve/it që ka ndarë ndjenjat e saj/tij.

Hapi 2: Udhëzoni nxënëset/it të shikojnë dy situatat, t'i komentojnë ato dhe më pas t'u përgjigjen pyetjeve: çfarë shikon në ilustrimin 1? Çfarë shikon në ilustrimin 2? Çfarë shikon në ilustrimin 3? Pse janë të rëndësishme këto fjalë? Shpjego se çfarë janë fjalët magjike dhe kur i përdorim ato.

Hapi 3: Nxënëset/it shkruajnë fjalët magjike që mungojnë në hapësirat boshe.

Hapi 4: Nxënëset/it i shkruajnë fjalët magjike dhe i vendosin në muret e klasës.

## 34. Unë mbaj pastërti

	<p>Fusha e kurrikulës: Shoqëria dhe mjedisi Lënda: Unë dhe ndjenjat e mia Shkalla: 1 Tema: Vetëdijesimi shoqëror Rezultati i të nxënësve të temës: njihet me rregullat elementare të pastërtisë personale dhe të ambientit. Rezultatet e të nxënësve për kompetenca kryesore të shkollës: I-3; II-1; III-2; IV-2, 3; V-1, 5; VI-2, 3, 4. Rezultatet e fushës së kurrikulës: 1.1; 3.2; 4.1</p> <hr/> <p>Njësia mësimore: Unë mbaj pastërti Rezultatet e të nxënësve për orë mësimore: kujdeset për higjienën Kriteret e suksesit: përcaktohen me nxënës/it në klasë. Mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore: libri, lapsi, goma, fletorja. Ndërlidhja me lëndët e tjera: Gjuhë amtare.</p>
---	---

### Përshkrimi i metodologjisë:


Hapi 1: Udhëzoni nxënës/it të ngjyrosin fytyrën në shiritin e ndjenjave, e cila e përshkruan më së miri se si ndihen ata sot. Jepini nxënësve një mundësi për të ndarë dhe diskutuar mendimet e tyre. Kur ata ndihen më rehat me shpalosjen e ndjenjave, ju mund t'i kërkonit një nxënës tjetër që t'i jep këshilla ose inkurajim nxënës/it që ka ndarë ndjenjat e saj/tij.

Hapi 2: Udhëzoni nxënës/it të shikojnë dy situatat, t'i komentojnë ato dhe më pas t'u përgjigjen pyetjeve: çfarë shikon në ilustrimin 1, 2, 3, ...?

Hapi 3: Nxënës/it plotësojnë një varg me mendimet e tyre se si duhet mbajtur pastërti. Dy shembuj janë dhënë në libër.

Hapi 4: Nxënës/it lidhin figurat e paraqitura në libër.

## 35. Dëshirat e mia

 <p><b>DËSHIRAT E MIA</b> 35</p> <p><b>SI PO NDIHEM SOT?</b></p> <p><b>BISEDO</b></p> <p>Unë dua të jetoj në një shtëpi me shumë zierëz.</p> <p>Unë dua të kem shoqe më shumë.</p> <p>Unë dua të kem muskuj të fortë.</p> <p><b>ARGËTOHU</b> Vizato dëshirën që ke dhe ndjenjën që do ta kesh për atë dëshirë.</p> <p><b>SHPREHU</b> Shkruaj nga një fjalë për shkronjat e fjalës DËSHIRA.</p> <p>D _____ Ë _____ SH _____ I _____ R _____ A _____</p>	<p>Fusha e kurrikulës: Shoqëria dhe mjedisi Lënda: Unë dhe ndjenjat e mia Shkalla: 1 Tema: Vetëdijesimi shoqëror Rezultati i të nxënit të temës: shpreh dëshirat e veta përmes kreativitetit, duke i argumentuar ato. Rezultatet e të nxënit për kompetenca kryesore të shkallës: I-3; II-1; III-2; IV-2, 3; V-1, 5; VI-2, 3, 4. Rezultatet e fushës së kurrikulës: 1.1; 3.2; 4.1</p> <p>Njësia mësimore: Dëshirat e mia Rezultatet e të nxënit për orë mësimore: tregon dëshirat. Kriteret e suksesit: përcaktohen me nxënëset/it në klasë. Mjetet e konkretizimit dhe materialet mësimore: libri, lapsi, goma, fletorja. Ndërlidhja me lëndët e tjera: Gjuhë amtare, Ed. Figurative.</p>
---	--

### Përshkrimi i metodologjisë:

Hapi 1: Udhëzoni nxënëset/it të ngjyrosin fytyrën në shiritin e ndjenjave, e cila e përshkruan më së miri se si ndihen ata sot. Jepini nxënësve një mundësi për të ndarë dhe diskutuar mendimet e tyre. Kur ata ndihen më rehat me shpalosjen e ndjenjave, ju mund t'i kërkonit një nxënësi tjetër që t'i jep këshilla ose inkurajim nxënësve/it që ka ndarë ndjenjat e saj/tij.

Hapi 2: Udhëzoni nxënëset/it t'i shikojnë dy situatat, t'i komentojnë ato dhe më pas t'u përgjigjen pyetjeve: Çfarë shikon në ilustrimin 1, 2, 3, ...?

Hapi 3: Nxënëset/it vizatojnë në detyrën e dhënë në libër dëshirën që kanë dhe ndjenjën që do ta kenë për atë dëshirë.

Hapi 4: Nxënëset/it shkruajnë nga një fjalë për shkronjat e fjalës dëshirë. Nëse u premtan koha, zgjidhni disa nga nxënëset/it për të lexuar mendimet e tyre para klasës.