



Planet mësimore

MËSIM ME ZGJEDHJE

EDUKIMI SOCIAL DHE EMOCIONAL

UNË DHE NDJENJAT E MIA
5, 6, 7 VJEÇ



PLANIFIKIMI VJETOR

Fusha e kurrikulës: Shoqëria dhe mjedisi

Lënda: Mësim me zgjedhje - Edukimi social dhe emocional

Klasa: I

Lëndët e fushës	TEMAT MËSIMORE TË SHPËRNDARA GJATË MUAJVE DHE PERIUDHAVE				Kontributi në rezultatet e të nxënit për kompetencat kryesore të shkallës
	Shtator-Tetor	Nëntor –Dhjetor	Janar-Shkurt-Mars	Prill-Maj-Qershor	
	8	8	10	11	
Lënda: Edukimi social dhe emocional	Vetëdijesimi (3 orë) Menaxhimi emocional (3 orë) Vetëdijesimi shoqëror (2 orë)	Aftësitë ndërpersonale (1 orë) Vendimmarrje e përgjegjshme (5 orë) Menaxhimi emocional (2 orë)	Menaxhimi emocional (5 orë) Vetëdijesimi shoqëror (2 orë) Vendimmarrje e përgjegjshme (5 orë)	Vetëdijesimi (4 orë) Menaxhimi emocional (3 orë) Vetëdijesimi shoqëror (4 orë)	Komunikues efektiv I-3 Mendimtar kreativ II-1 Nxënës i suksesshëm III-2 Kontribuues produktiv IV-2,3 Individ i shëndoshë V-1,5 Qytetar i përgjegjshëm VI-2,3,4

PLANI DYMUIJOR: Shtator-Tetor

Fusha e kurrikulës: Shoqëria dhe mjedisi Lënda mësimore: Mësim me zgjedhje - Edukimi social dhe emocional Klasa: I

Tema mësimore: Vetëdijesimi (3 orë) / Menaxhimi emocional (3 orë) / Vetëdijesimi shoqëror (2 orë)

Rezultatet e të nxënit për kompetencat kryesore të shkallës që synohen të arrihen përmes shtjellimit të temës/ave:

I. Kompetenca e komunikimit dhe e të shprehurit - Komunikues efektiv I.3

II. Kompetenca e të menduarit – Mendimtar kreativ II.1

III. Kompetenca e të nxënit – Nxënës i suksesshëm III.2

IV. Kompetenca për jetë, për punë dhe për mjedis – Kontribuues produktiv IV. 2,3

V. Kompetenca personale – Individ i shëndoshë V. 1,5

VI. Kompetenca qytetare – Qytetar i përgjegjshëm VI.2 ,3,4

Rezultatet e të nxënit të fushës kurrikulare të shkallës që synohen të arrihen përmes shtjellimit të temës/ave:

Rezultatet e të nxënit të fushës:

1.1; 3.2; 4.1;

Temat mësimore	Rezultatet e të nxënit për tema mësimore	Njësitë Mësimore	Koha mësimore (orë mësimore)	Metodologjia e mësimdhënies	Metodologjia e vlerësimit	Ndërlidhja me lëndët tjera mësimore dhe me çështjet ndërkurrikulare	Burimet
<p>Vetëdijesimi (3 orë)</p> <p>Menaxhimi emocional (3 orë)</p> <p>Vetëdijesimi shoqëror (2 orë)</p>	<p>Diskuton për emocionet e veta</p> <p>Tregon rëndësinë e rregullave në mjedise të ndryshme</p> <p>Ushtron aftësitë e dëgjimit aktiv</p> <p>Nxitë krijimin e shoqërive të shëndosha dhe pozitive</p> <p>Tregon kujdes ndaj të tjerëve</p> <p>Mëson të formojë vetëbesimin</p> <p>Mëson të përcaktojë qëllimin dhe hapat që nevojiten për t'i arritur ato në të ardhmen</p> <p>Dallon sjelljet e mira</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Gëzimi 2. Rregullat 3. Dëgjoj 4. Shoqërimi 5. Kujdesi 6. Vetëbesimi 7. Unë bëj 8. Sjelljet e mira 	8	<p>Bashkëbisedim</p> <p>Veprimtari praktike</p> <p>Diskutim</p>	<p>Vëzhgimi në klasë</p> <p>Evidencë e vlerësimit të vazhdueshëm</p> <p>Rubrikat për vlerësim</p>	<p>Gjuha dhe komunikimi</p> <p>Artet</p> <p>Jeta dhe puna</p>	Unë dhe ndjenjat e mia

PLANI DYMUIJOR: Nëntor-Dhjetor

Fusha e kurrikulës: Shoqëria dhe mjedisi Lënda mësimore: Mësim me zgjedhje - Edukimi social dhe emocional Klasa: I

Tema mësimore: Aftësitë ndërpersonale (1 orë) / Vendimmarrje e përgjegjshme (5 orë) / Menaxhimi emocional (2 orë)

Rezultatet e të nxënit për kompetencat kryesore të shkallës që synohen të arrihen përmes shtjellimit të temës/ave:

I. Kompetenca e komunikimit dhe e të shprehurit - Komunikues efektiv I.3

II. Kompetenca e të menduarit – Mendimtar kreativ II.1

III. Kompetenca e të nxënit – Nxënës i suksesshëm III.2

IV. Kompetenca për jetë, për punë dhe për mjedis – Kontribuues produktiv IV. 2,3

V. Kompetenca personale – Individ i shëndoshë V. 1,5

VI. Kompetenca qytetare – Qytetar i përgjegjshëm VI.2 ,3,4

Rezultatet e të nxënit të fushës kurrikulare të shkallës që synohen të arrihen përmes shtjellimit të temës/ave:

Rezultatet e të nxënit të fushës:

1.1; 3.2; 4.1;

Temat mësimore	Rezultatet e të nxënit për tema mësimore	Njësitë mësimore	Koha e mësimore (orë mësimore)	Metodologjia e mësimdhënies	Metodologjia e vlerësimit	Ndërlidhja me lëndë tjera mësimore dhe me çështjet ndërkurrikulare	Burimet
<p>Aftësitë ndërpersonale (1 orë)</p> <p>Vendimmarrje e përgjegjshme (5 orë)</p> <p>Menaxhimi emocional (2 orë)</p>	<p>Mëson të punojë në grup duke diskutuar, bashkëpunuar dhe përshtatur me të gjithë anëtarët e grupit</p> <p>Mëson të shfrytëzojë aftësitë për të zgjidhur probleme në mënyrë të pavarur</p> <p>Mëson të dallojë aftësitë e forta të tij</p> <p>Ndan aftësitë me të tjerët</p> <p>Mëson të organizojë gjëra të ndryshme</p> <p>Pranon pëlqimet dhe zgjedhjet e gjërave të ndryshme dhe të njëjta me të tjerët</p> <p>Kupton dhe ushtron rregullin e artë duke e lidhur atë me respektin.</p> <p>Mëson të identifikon ndjenjat dhe strategjitë për tejkalimin e përjetimit të një problemi</p> <p>Dallon miqtë me të cilët mund të flasë për ndjenjat e tij</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Grupi im 2. Unë zgjidh probleme 3. Jam i mirë në... 4. Jam i organizuar 5. Kuptoj të tjerët 6. Rregulli i artë 7. Si ndihem për problemet? 8. Ndjenjat e mia 	8	<p>Bashkëbisedim</p> <p>Veprimtari praktike</p> <p>Diskutim</p>	<p>Vëzhgimi në klasë</p> <p>Evidencë e vlerësimit të vazhdueshëm</p> <p>Rubrika për vlerësim</p>	<p>Gjuha dhe komunikimi</p> <p>Artet</p> <p>Jeta dhe puna</p>	Unë dhe ndjenjat e mia

PLANI DYMUJOR: Janar-Shkurt-Mars

Fusha e kurrikulës: Shoqëria dhe mjedisi Lënda mësimore: Mësim me zgjedhje - Edukimi social dhe emocional Klasa: I

Tema mësimore: Menaxhimi emocional (5 orë) / Vetëdijesimi shoqëror (2 orë) / Vendimmarrje e përgjegjshme (5 orë)

Rezultatet e të nxënit për kompetencat kryesore të shkallës që synohen të arrihen përmes shtjellimit të temës/ave:

I. Kompetenca e komunikimit dhe e të shprehurit - Komunikues efektiv I.3

II. Kompetenca e të menduarit – Mendimtar kreativ II.1

III. Kompetenca e të nxënit – Nxënës i suksesshëm III.2

IV. Kompetenca për jetë, për punë dhe për mjedis – Kontribuues produktiv IV. 2,3

V. Kompetenca personale – Individ i shëndoshë V. 1,5

VI. Kompetenca qytetare – Qytetar i përgjegjshëm VI.2 ,3,4

Rezultatet e të nxënit të fushës kurrikulare të shkallës që synohen të arrihen përmes shtjellimit të temës/ave:

Rezultatet e të nxënit të fushës:

1.1; 3.2; 4.1;

Temat mësimore	Rezultatet e të nxënit për tema mësimore	Njësitë mësimore	Koha mësimore (orë mësimore)	Metodologjia e mësimdhënies	Metodologjia e vlerësimit	Ndërlidhja me lëndët tjera mësimore dhe me çështjet ndërkurrikulare	Burimet
<p>Menaxhimi emocional (5 orë)</p> <p>Vetëdijesimi shoqëror (2 orë)</p> <p>Vendimmarrje e përgjegjshme (5 orë)</p>	<p>Mëson të ballafaqohet me ndjenjën e të qenit të stresuar</p> <p>Mëson të dallojë dhe të pranojë ndryshimet te vetja dhe te të tjerët</p> <p>Zhvillon aftësi të përshtatshme të komunikimit duke u fokusuar në dëgjim dhe në marrje të fjalës</p> <p>Identifikon dhe analizon situata problematike në mënyrë që t'i kuptojë ato</p> <p>Mëson që mendësia pozitive ndihmon t'i arrijmë qëllimet tona</p> <p>Mëson të kontrollojë emocionet</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Stresi 2. Ndryshimet te unë 3. Bashkëbisedimi 4. Unë i kuptoj problemet 5. Mendimet e mira 6. Ushtruj vetëkontrollin 7. I kuptoj miqtë e mi 8. Unë e di çfarë funksionon 9. Duhet të bëj 10. Mendoj me kujdes 	10	<p>Bashkëbisedim</p> <p>Veprimtari praktike</p> <p>Diskutim</p>	<p>Vëzhgimi në klasë</p> <p>Evidenca e vlerësimit të vazhdueshëm</p> <p>Rubrika e vlerësimit</p>	<p>Gjuha dhe komunikimi</p> <p>Artet</p> <p>Jeta dhe puna</p>	Unë dhe ndjenjat e mia

	<p>Ushtron aftësi të qetësimit dhe të tejkalimit të situatës</p> <p>Mëson t'i lexon shenjat trupore për t'i kuptuar se si ndihen te tjerët</p> <p>Mëson të reflektojë përmes pyetjeve që të vazhdojë apo përmirësojë për një proces që ka ndodhur</p> <p>Mëson të jetë i përgjegjshëm ndaj obligimeve të tij</p> <p>Kupton që disa përgjegjësi janë të rëndësishme por jo edhe zbavitëse</p> <p>Mëson strategji që i ndihmon të reflektojë</p>						
--	--	--	--	--	--	--	--

PLANI DYMUIJOR: Prill-Maj-Qershor

Fusha e kurrikulës: Shoqëria dhe mjedisi **Lënda mësimore: Mësim me zgjedhje - Edukimi social dhe emocional** **Klasa: I**

Tema mësimore: Vetëdijesimi (4 orë) / Menaxhimi emocional (3 orë) / Vetëdijesimi shoqëror (4 orë)

Rezultatet e të nxënit për kompetencat kryesore të shkallës që synohen të arrihen përmes shtjellimit të temës/ave:

I. Kompetenca e komunikimit dhe e të shprehurit - Komunikues efektiv I.3

II. Kompetenca e të menduarit – Mendimtar kreativ II.1

III. Kompetenca e të nxënit – Nxënës i suksesshëm III.2

IV. Kompetenca për jetë, për punë dhe për mjedis – Kontribuues produktiv IV. 2,3

V. Kompetenca personale – Individ i shëndoshë V. 1,5

VI. Kompetenca qytetare – Qytetar i përgjegjshëm VI.2 ,3,4

Rezultatet e të nxënit të fushës kurrikulare të shkallës që synohen të arrihen përmes shtjellimit të temës/ave:

Rezultatet e të nxënit të fushës:

1.1; 3.2; 4.1;

Temat mësimore	Rezultatet e të nxënit për tema mësimore	Njësitë mësimore	Koha e mësimore (orë mësimore)	Metodologjia e mësimdhënies	Metodologjia e vlerësimit	Ndërlidhja me lëndët tjera mësimore dhe me çështjet ndërkurrikulare	Burimet
<p>Vetëdijesimi (4 orë)</p> <p>Menaxhimi emocional (3 orë)</p> <p>Vetëdijesimi shoqëror (4 orë)</p>	<p>Kupton përpjekjen e tij më të mirë dhe pse është e rëndësishme të përpiqemi</p> <p>Dallon ngjarje të sigurta dhe të pasigurta</p> <p>Identifikon persona me të cilët mund të ndihet i sigurt</p> <p>Mëson të jetë i sinqertë dhe që sinqeriteti është i rëndësishëm për të na besuar të tjerët</p> <p>Mëson t'i pranojë ndryshimet si një pjesë e pritshme e jetës</p> <p>Gjen mënyra që t'i tejkalojë ndryshimet e mëdha që paraqiten në jetë.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Përpiqem më shumë 2. Kur jam i/e sigurt dhe kur jam i/e pasigurt 3. Të jemi të sinqertë 4. Çdo ndryshim ka një të mirë 5. Ndjenjat e përziera 6. Unë i tejkaloj vështirësitë 7. Fjalët magjike 8. Unë mbaj pastërri 9. Dëshirat e mia 10. Unë jam falënderues/falënderuese 11. Diskutime të përbashkëta 	11	<p>Bashkëbisedim</p> <p>Veprimtari praktike</p> <p>Diskutim</p>	<p>Vëzhgimi në klasë</p> <p>Evidenca e vlerësimit të vazhdueshëm</p> <p>Rubrika e vlerësimit</p>	<p>Gjuha dhe komunikimi</p> <p>Artet</p> <p>Jeta dhe puna</p>	Unë dhe ndjenjat e mia

	<p>Mëson se të ketë më shumë se një ndjenjë në të njëjtën kohë është normale.</p> <p>Mëson ta tejkalojë të kthyerit në shkollë pas pushimeve, duke ndërtuar një komunitet brenda klasës për ta rritur bashkëveprimin shoqëror</p> <p>Praktikon fjalët magjike: faleminderit, të lutem, më fal, të dua...</p> <p>Njihet me rregullat elementare të pastërtisë personale dhe të ambientit</p> <p>Shpreh dëshirat e veta përmes kreativitetit duke i argumentuar ato</p> <p>Përdorë fjalët falënderuese në situatat e kërkuara</p>						
--	---	--	--	--	--	--	--