Pjesët që mbeten për t’i plotësuar shkolla në këtë propozim janë shënuar me ngjyrë të verdhë në sfond:

**Matjet Move!**

Të nderuar familjarë të nxënësit/es,

Në përputhje me bazat e planprogramit mësimor për arsimin fillor, nxënësve të klasave të pesta (5) dhe të teta (8) u bëhen matjet shtetërore Move! të aftësisë vepruese fizike, qëllim kryesor i të cilave është të inkurajojë nxënësit për t’u kujdesur vet për aftësinë e veprimit fizik. Aftësia e veprimit fizik ndërlidhet me shëndetin, mirëqenien dhe mësimin e nxënësit.

**Matjet në shkollën tonë organizohen më x.x.20xx**

Move! bën matjen e veçorive fizike (qëndrueshmëria, fuqia, shpejtësia, lëvizshmëria) si dhe të shkathtësive të lëvizjes, të ekuilibrit dhe të përdorimit të veglave, të cilat mbështesin nxënësit për t’ia dalë në ballafaqimin me sfidat dhe ngarkesat fizike normale të jetës së përditshme. Këso janë për shembull kalimi i rrugës për në shkollë si dhe bartja me fuqi të veta të veglave të hobit/aktivitetit të lirë. Këtu nuk kemi të bëjmë me matësit e aftësisë sportive. Dëshirojmë të theksojmë që, në matjet Move!nuk është qëllimi që të synohet vetëm maksimumi vetanak, as të bëhet garë me shokët/qet e klasës.

Rezultatet e Move! nuk përdoren si bazë për vlerësimin e nxënësit/es, por ato shfrytëzohen për mbështetjen individuale të nxënësit/es si dhe për planifikimin e mësimit dhe të aktivitetit shkollor. Pos kësaj, me lejen e prindërve, rezultatet kihen parasysh në kontrollet e gjera shëndetësore. Rezultatet pa shenja identifikuese personale shënohen edhe në regjistrin shtetëror, me anë të të cilit mund të përcillet zhvillimi i aftësisë vepruese në nivel lokal, krahinor dhe shtetëror. Me të dhënat lidhur me këtë sistem mund të njoftohesh në adresën: [www.liikuntaindikaattorit.fi](http://www.liikuntaindikaattorit.fi/) .

**UDHËZIME LIDHUR ME MATJET:**

1. **Ju lusim që të na njoftoni për asi faktorësh që ndërlidhen me shëndetin e nxënësit/es, të cilët mund të kenë ndikim në kryerjen me sukses të matjeve Move!.** Sikurse në orët normale të edukatës fizike, as në matje nuk bën të merr pjesë nxënësi/ja i/e sëmurë.
2. Me sistemin Move!, me pjesët e matjeve si dhe me videon model mund të njoftoheni këtu: <https://www.oph.fi/fi/move> .
3. Për matje duhet të pajisemi me rekuizita normale të edukatës fizike. Nëse nxënësi/ja nuk mund të merr pjesë në matjet Move! në ditën e caktuar për matje, atëherë organizojmë matjet e reja më x.x.20xx në ora x
4. Pas matjeve, nxënësi/ja e sjellë në shtëpi librezën e rezultateve Move! për ta shikuar bashkërisht. Rekomandojmë që të bisedoni në mënyrë përkrahëse me fëmijën tuaj lidhur me përvojën nga matjet, lidhur me rezultatet si dhe lidhur me masat eventuale.
5. Me pëlqimin e prindit, rezultatet mund të shfrytëzohen nga ana e infermieres së shkollës dhe/ose mjekut të shkollës gjatë kontrolleve shëndetësore. Prindi i nxënësit/es së klasës 5 dhe të 8-s ka plotësuar në fillim të vitit shkollor formularin „Oppilan tiedot“ (të dhënat e nxënësit/es) në „Wilma“, ku është pyetur leja për transferimin e të dhënave të rezultateve nga matjet Move! për përdorim në kujdesin shëndetësor shkollor.
6. Rezultatet e matjeve përdoren për të motivuar nxënësit, për të treguar pjesë-fushat e zotësive dhe atyre që duhet të zhvillohen, për përcjelljen e zhvillimit si dhe për orientimin e nxënësve drejt një mënyre jetese të shëndoshë dhe me përmbajtje të fizkulturës. Rezultatet e tërë shkollës përdoren për të planifikuar fizkulturën e hershme duke përfshirë nxënësit në planifikim.

**AKTIVIZMI NË JETËN E PËRDITSHME**

Roli i prindërve në inkurajimin për të lëvizur dhe për t’u përgatitur për matjet është i rëndësishëm. I rrituri është mundësuesi dhe shembulli më i rëndësishëm i lëvizjes së fëmijës. Bisedimi në mënyrë inkurajuese, përkrahëse dhe me ton pozitiv rreth matjeve, ndikon edhe në qasjen e fëmijës.

Sipas studimeve të kryera, për nga pikëpamja e mirëqenies, pjesa dërmuese e shkollarëve lëvizë tepër pak. Lëvizja do të duhej të ishte e përditshme dhe ajo mund të shtohet duke bërë zgjedhje të duhura në jetën e përditshme. Lëvizja nuk është ose ose, ajo nuk kërkon çdo herë para, kohë të posaçme ose fizkulturë të drejtuar. Mund të lëvizësh kudo dhe kurdo. Rrugën për në shkollë mund ta bësh duke lëvizur, mund të zgjedhës shkallët në vend të ashensorit ose mund të shkosh me biçikletë në hobit/aktivitetet e organizuara. Të gjitha këto mbështesin aftësinë e veprimit fizik dhe mirëqenie e fëmijës në jetën e përditshme. Në Turku ka mjaft shumë mundësi për lëvizje/fizkulturë të cilat janë madje tërësisht falas ose me çmim të volitshëm, sikur në ditët e shkollës ashtu edhe në kohë të lirë.

Nëse keni pyetje lidhur me matjet Move!, atëherë kontaktoni me ne mësuesit.

Ju përshëndesin

Mësuesit përgjegjës për matjet Move!, xxxx & xxxx