

UNIVERSITETI I PRISHTINËS “HASAN PRISHTINA”

FAKULTETI I EDUKIMIT FIZIK DHE I SPORTIT

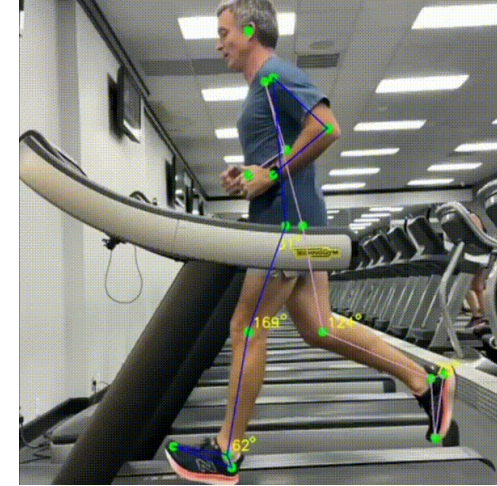


**LËNDA:** KINEZIOLOGJIA

**TEMA:** Prezantimi i Syllabusit

*Mësimdhënësi i lëndës:*

Prof. Ass. Dr. Artan R. Kryeziu



Prishtinë, 2024

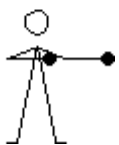
Informatat themelore për lëndën

<b>Njësia akademike:</b>	Fakulteti i Edukimit fizik dhe i Sportit
<b>Titulli i lëndës:</b>	Kineziologji
<b>Niveli:</b>	Bachelor
<b>Njësia akademike:</b>	Fakulteti i Edukimit fizik dhe i Sportit
<b>Statusi i lëndës:</b>	Obligative
<b>Viti i studimeve:</b>	Viti i I- të, Semestri i I- të
<b>Numri i orëve në javë:</b>	2+0
<b>Kreditë ECTS:</b>	6 ECTS
<b>Koha / Vendi:</b>	Pjesa teorike: Amfiteatër,
<b>Mësimdhënësi:</b>	Prof. Ass. Dr. Artan R. Kryeziu
	Email: <a href="mailto:artan.kryeziu@uni-pr.edu">artan.kryeziu@uni-pr.edu</a>
<b>Të dhënat kontaktuese:</b>	Tel: +38349118998

**Përshkrimi i lëndës:**

Lënda e Kineziologjisë është shkencë shumëdisiplinore aplikative, hulumton dhe udhëheq aktivitetet fizike të orientuara në drejtim të ngritjes dhe avansimit të shëndetit. Kineziologjia pra, është shkencë mbi aktivitetet e veçanta të kushtëzuara qëllimi i së cilës është vërtetimi i ligjshmërive të proceseve transformuese të dimensioneve psikosomatike nën ndikimin e atyre lëvizjeve. Lënda e kineziologjisë përfshinë: nocionin dhe zhvillimin e saj nëpër faza kohore, strukturën dhe diciplinat e kineziologjisë, aspektin antropologjik, detyrat dhe parimet, metodat e kineziologjisë, lidhjen e kibernetikes me kineziologjinë, përshkrimin e sistemeve dhe ligjshmëritë e transformimit.

**Qëllimet e lëndës:**



Qëllimi i kineziologjisë është prezentimi i njohurive mbi studimin e ligjshmërive të përgjithshme të lëvizjes së njeriut, ligjshmërive të përgjithshme të udhëheqjes me procesin stërvitor si dhe pasojat e ndikimit direk dhe indirek të këtyre proceseve në organizmin e sportistit dhe njerzve me përgatitje të ndryshme kondicionale. Një ndër qëllimet e veçanta është hulumtimi dhe njoftimi me kushtet historiko-shoqërore në të cilat është lajmruar kineziologjia dhe formohet si lëmi e mvetësishme hulumtuese dhe shkencore. Qëllimi tjetër është të njoftohen studentët me rezultatet themelore dhe metodologjinë e hulumtimit në lëminë e kineziologjisë, mënyrën e përcaktimit e të gjitha parametrave relevant të modelit të përgjithshëm të procesit transformues kineziologjik, pastaj me ndryshimet e mundshme të karakteristikave antropologjike, njohurive motorike dhe shëndetit dhe efekteve tjera nën ndikimin e udhëhequr të procesit së të ushtruarit me programe të caktuara të ushtrimeve.

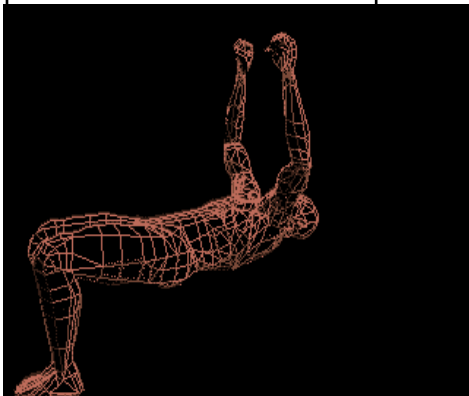
**Rezultatet e pritshme të nxënies:**

- ✓ Pas përfundimit të kësaj lënde studenti do të jetë në gjendje që të:
  - Njohin dhe krahasojnë zhvillimin e drejt psikosomatik si tek nxënësit ashtu edhe tek sportistët që i nënshtrohen tretmanit stërvitor.
  - Dallojnë parimet themelore të një jete të shëndosh në përmbushjen e nevojave bio-psiko-sociale për lëvizje të drejta, për mënyrën e kohës së lirë si dhe përcjelljen dhe jenë në gjendje të vërtetojnë ndikimin e tretmaneve kineziologjike nëpër periudha kohore ose tranzitore si dhe njoftimi me pasojat e këtyre tretmaneve stërvitore.
  - Aplikojnë proceset e vërtetimit të ligjshmërive të proceseve transformuese.
  - Fitojnë dhe zbatojnë njohuri në fushat bio-mjekësore (biologjia, anatomia, fiziologjia), biomekanika, pedagogjia dhe psikologjia sportive për të analizuar, vlerësuar dhe përmirësuar performancën praktike përmes ushtrimeve.

Zhvillojnë komponentet e fitnesit fizik dhe bio-motorike për të kuptuar më mirë performancën motorike.

Kuptojnë përfitimet kryesore që lidhen me ushtrimet fizike dhe shkencën mbi lëvizjen në veçanti.

Krahasojnë faktorët e stilit të jetesës që ndikojnë në shëndetin e njeriut.



<b>Ngarkesa e studentit (duhet të jetë në përputhje me Rezultatet e Nxënies të studentit)</b>			
<b>Aktiviteti – Semestri i VII</b>	<b>Orë mësimore</b>	<b>Ditë/Javë</b>	<b>Gjithsej</b>
Ligjëratat	2	15	45
Teori/Punë në laborator/Ushtrime	/	/	/
Punë praktike	/	/	/
Përgatitje për test intermediar	1	5	5
Konsultime me mësimdhënësin	1	15	15
Puna në terren	1	15	15
Testi, punimi seminarik	1	3	3
Detyrë shtëpie	1	15	15
Mësimi individual (në bibliotekë apo në shtëpi)	1	10	10
Përgatitja për provimin final	1	10	10
Koha e vlerësimit (testi, kuizi, provimi final)	3	1	3
Projektet, prezantimet, etj.	2	2	4
<b>Total</b>			<b>125</b>

<p><b>Metodat e mësim-dhënies:</b></p>	<p>Ligjërata teorike. Gjatë ligjëratave do të punohet në formë interaktive, ku studentët do të kenë mundësi të shprehin mendimin e tyre, të komentojnë, vrojtojnë fakt dhe dëshmit, sugjeronjë dhe të bëjnë pyetje.</p>										
<p><b>Metodat e vlerësimit:</b></p>	<table> <tr> <td>Kufiri i kalueshmërisë së lëndës është</td> <td>50%;</td> </tr> <tr> <td>Vijueshmëria e studentit dhe angazhimi gjatë ligjëratave</td> <td>10%;</td> </tr> <tr> <td>Vlerësimi i parë</td> <td>45%</td> </tr> <tr> <td>Vlerësimi i dytë</td> <td>45%</td> </tr> <tr> <td>Gjithsej</td> <td>100%</td> </tr> </table>	Kufiri i kalueshmërisë së lëndës është	50%;	Vijueshmëria e studentit dhe angazhimi gjatë ligjëratave	10%;	Vlerësimi i parë	45%	Vlerësimi i dytë	45%	Gjithsej	100%
Kufiri i kalueshmërisë së lëndës është	50%;										
Vijueshmëria e studentit dhe angazhimi gjatë ligjëratave	10%;										
Vlerësimi i parë	45%										
Vlerësimi i dytë	45%										
Gjithsej	100%										

**Literatura primare:**

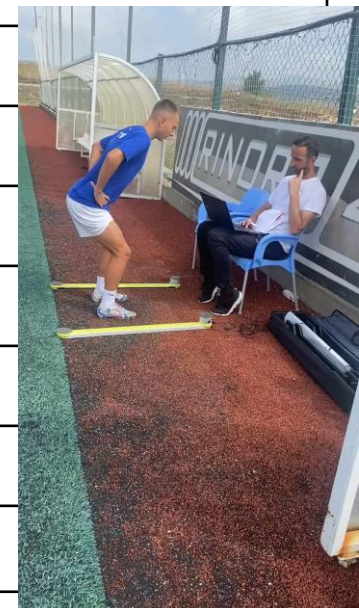
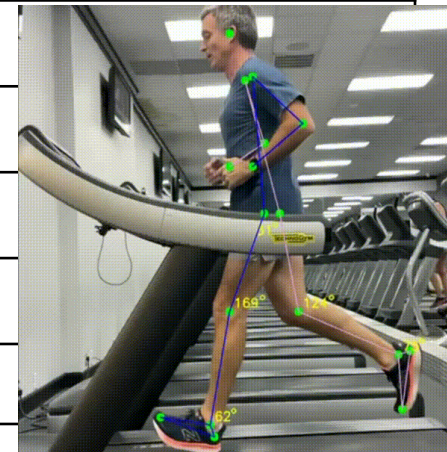
1. Elezi, A.(2008). Skripta e Kineziologjisë. UP-FKFS.

**Literatura shitesë:**

1. Hoffman, Sh. (2018). Intruduction to Kinesiology(*Studying Physical Activity*). Human Kinetics.
2. Ivan P., Goran S.(2016). Kinesiology. FK-Zagreb.
3. Mrakovič, M.(1997). Uvod u sistematsku kineziologiju. FFK-Zagreb.

# Hartimi i planit mësimor

Java	Titulli i ligjëratës
Java 1:	Prezantimi i lëndës
Java 2:	Nocioni dhe definimi i kineziologjisë
Java 3:	Zhvillimi i Shkencës së kineziologjisë
Java 4:	Lënda dhe metodat e kineziologjisë
Java 5:	Struktura ndërdisiplinare dhe multidisciplinare të kineziologjisë
Java 6:	Parametrat antropometria dhe funksionale
Java 7:	Vlerësimi i pare
Java 8:	Komponentet e fitnesit fizik, bio-motorik, kognitiv dhe konative
Java 9:	Metodologjia e hulumtimit në Kineziologji
Java 10:	Struktura e hulumtimit në kineziologji
Java 11:	Matja dhe diagnostifikimi në Kineziologji
Java 12:	Menaxhimi-Udheheqja e procesit të ushtrimeve
Java 13:	Analiza e aktiviteteve kineziologjike
Java 14:	Ndikimi i procesit të ushtruarit në organizimin e njeriut
Java 15:	Vlerësimi i dytë



## Politikat akademike dhe Kodi i Sjelljes

- Pjesëmarrje aktive e studentëve në ligjërata.
- Pjesëmarrje në diskutim, komente dhe shprehje e lirë e opinionit, mendimit dhe qëndrimit akademik (me argumente).
- E obligueshme puna e pavarur dhe shfrytëzimi i burimeve shtesë të informacionit (ëeb-faqet e ndryshme shkencore, revista shkencore, përmbledhje punimesh të konferencave etj.).
- Respektimi i orareve të ligjëratave, pa cenuar lirinë akademike.
- Respektimi i fjalës, mendimeve dhe ideve të kolegëve.
- Telefonat mobil/të mençur dhe pajisjet tjera elektronike (p.sh. iPod-ët) duhet të fikën (apo të kurdisen në vibrim) dhe të mos ekspozohen gjatë orëve të mësimit
- Laptopët dhe kompjuterët tabletë lejohen të përdorën vetëm në heshtje; aktivitetet tjera siç janë kontrollimi i e-mailit personal apo shfletimi i ueb-faqeve në internet janë të ndaluara.
- Mos përcjellja e ligjëratave për më shumë se 30% të orëve të parapara i pamundëson studentit daljen në provim dhe obligonë atë në përcjelljen e sërishme të kursit në vitin vijues akademik.
- Tolerancë e ulët ndaj ardhjeve me vonesë dhe daljeve pa ndonjë arsye të qëndrueshme.
- ✓ Përgatitja dhe pajisja me ligjëratat përkatëse, (obligim i mësimdhënësit).
- ✓ **Shënim** | Nëse 3 detyra të klasës të një studenti vlerësohen nën 50%, atëherë ai/ajo do ta humb të drejtën që t'i nënshtrohet provimit final. Vlerësimi bëhet nga 0-100 %..

JU FALEMINDERIT PËR VËMENDJEN TUAJ

Me respekt,

Prof. Ass. Dr. Artan R. Kryeziu