

**SYLLABUSI i Lëndës:**  
**MATJET DHE TESTIMET NË SPORT**  
**(Bachelor-)**

<b>Të dhëna bazike të lëndës</b>	
<b>Njësia akademike:</b>	<b>FAKULTETI I EDUKIMIT FIZIK DHE I SPORTIT</b>
<b>Titulli i lëndës:</b>	<b><u>MATJET DHE TESTIMET DHE NË SPORT</u></b>
<b>Niveli:</b>	<b>BACHELOR</b>
<b>Statusi lëndës:</b>	<b>OBLIGATIVE</b>
<b>Viti i studimeve:</b>	<b>4 (katert)</b>
<b>Numri i orëve në javë:</b>	<b>2+1</b>
<b>Vlera në kredi – ECTS:</b>	<b>5 (pese)</b>
<b>Mësimdhënësi i lëndës:</b>	<b>Prof. Asst.Dr. Bahri Gjinovci</b>
<b>Detajat kontaktuese:</b>	<a href="mailto:bahri.gjinovci@uni-pr.edu">bahri.gjinovci@uni-pr.edu</a>
<b>Përshkrimi i lëndës</b>	<p>Kuptimi i bazave të matjes, testimeve në sport të mostra e entitetit të pjesëmarrësve në Edukimin Fizik dhe Aktivitetet Sportive</p> <p>Në kontekstin e edukimit fizik dhe aktiviteteve sportive, matjet dhe testimet në sport janë elemente kyçe që ndihmojnë në vlerësimin e aftësive, performancës dhe progresit të individëve, si dhe në ndihmën për zhvillimin e mëtejshëm të tyre. Këto procese janë thelbësore për të përcaktuar kapacitetet fizike dhe sportive të individëve dhe grupeve në aktivitetet edukativo-sportive</p>
<b>Qëllimet e lëndës:</b>	<p>Kuptimi i matjeve dhe aplikimi i testimeve në sport. Aftesimi për përdorimin e metodologjis së matjeve dhe testimeve në sport dhe aftesimi i tyre për hulumtime dhe ecurive të cilat përdoren në analizat dhe interpretimin e drejt të rezultateve të fituara.</p>
<b>Rezultatet e pritura të nxënies:</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Njohja me instrumentet e matjes dhe testimeve (paisjen) qe ka Laboratori Biomedicinal i FEFS.</li> <li>2. Aftesimi në përdorimin e instrumenteve për hulumtimet aplikative në sportin përkatës sipas zgjidhjes së tyre.</li> <li>3. Te analizoj rezultatat e matjeve dhe testimeve në sport dhe te aftefohet për interpretimin dhe paraqitjen e tyre.</li> </ol>

<b>Kontributi në ngarkesën e studentit ( gjë që duhet të korrespondoj me rezultatet e të nxënit të studentit)</b>			
<b>Aktiviteti</b>	<b>Orë</b>	<b>Ditë/javë</b>	<b>Gjithësej</b>
Ligjërata	2	30	60
Ushtrime teorike/laboratorike	1	30	30
Kontaktet me mësimdhënësin/konsultimet	2	10	10
Kolkviume,seminare	2	2	2
Përgaditja përfundimtare për provim	1	15	15
<b>Metodologjia e mësimdhënies:</b>	ligjerata, diskutime, punë në grupe – ushtrime laboratorike		
<b>Metodat e vlerësimit:</b>	Teststi 1 (20 pikë) Testi Praktik (15 pikë) Punimi Seminarik (10 pikë) Vijushmeria, semestri I (5pikë) Testi 2 (30 pikë) Pjesa praktike 2 (15 pikë) Vijushmeria, Semestri i II (5 pikë)  SUKSESI: 51-60 = <b>6(E)</b> , 61-70= <b>7(D)</b> , 71-80= <b>8(C)</b> , 81-90= <b>9(B)</b> , 91-100= <b>10(A)</b>		
<b>Literatura</b>			
<b>Literatura bazë:</b>	1. Bahri Gjinopvci, B.Turjaka: Matjet, testimet dhe në sport ( ligjerata te autorizuara), FEFS, Prishtinë. 2. Libri: 101 Teste per vlersimin e Performances (101 Performance Evaluation Tests.: Brian Mackenzie)		
<b>Literatura shtesë:</b>	1. Brian Mackenzie. 101 Performance Evaluation Tests. 2. MacDougall,J.D.,Wenger, H.A.,Green, H.J. (1991). Physiological testing of the high performanse athlete. Champaign, IL: Human Kinetics. 3. Draper, J., Minikin, B., & Telford, R. (1991). Test methods manual. National Sports Research Centre. Australian Sports Kommission. Start 6m 9m 12m Cilj.		

Plani i dizajnuar i mësimit:	
Java	Ligjerata që do të zhvillohet
<i>Java e parë-dytë:</i>	<p><b><u>I. TEORIA E MATJEVE</u></b>  <b>MATJET-Hyrje :</b> <i>Hapsira e shtrirjes se zbatimit te matjeve, Rëndësia e teorisë së matjeve, Detyrat e matjeve, Përbërja e Trupit.</i>  <b>PJESA PRAKTIKE: Përcaktimi i strukturës së matjeve në Edukatë fizike dhe sport, Si te masim përbërjen e trupit</b></p>
<i>Java e tretë-katërt:</i>	<p><b>Variabela dhe llojet e varianses-Rëndësia e matjeve, detyrat e matjeve, gabimet e matjeve. Disa arsye të rëndësishme për matjet dhe testimet, teknika e matjes e disa variablave antropometrike.</b>  <b>PJESA PRAKTIKE: Përshkrimi i variableve (ndryshoreve) në edukatë fizike dhe sport.</b></p>
<i>Java e pestë- gjashtë:</i>	<p><b>TESTIMET (Cka është testi, Karakteristikat e përgjitheshme te testeve, Diskriminiteti ,Objektivitet, Homogjeniteti, Vlereshmeria, Sigureshmeria, Sigureshmeria faktoriale )</b>  <b>PJESA PRAKTIKE:Vlersimi i karakteristikave te pergjitheshme te nje testi.</b></p>
<i>Java e shtatë:</i>	<p><b>-TESTI 1</b>  <b>-PJESA PRAKTIKE</b></p>
<i>Java e tetë:</i>	<p><b>SHKALLEZIMI–NORMATIZIMI I REZULTATEVE TE MATJEVE – TESTIMEVE 1.</b> Hyrje, Llojet e shkallezimeve, <i>Shkallet e matjeve- permasave, Shkallet e matjeve- Intervale, Shkallet e matjeve- Ordinare)</i>  <b>PJESA PRAKTIKE:Shkallzimi i rezultateve te një testi në edukatë fizike dhe sport.</b></p>
<i>Java e nëntë- dhjetë:</i>	<p><b>TSTIMET DHE MATJET QË APLIKOHEN NË SPORT</b> (<i>Testet e aftesive motorike, Testet e karakteristikave morfologjike, Testet e aftesive kognitive - intelektuale, Testet e aftesive konative-personalitetit, Testet e karakteristikave sociale, Testimi i sistemit muskular - diagnostika izokinetike,diagnoza e performances se sportistit, Testet e agjilitetit</i>)  <b>PJESA PRAKTIKE: Klasifikimi i testeve adekuate në sportet e veqanta.</b></p>

<p><i>Java e njëmbëdhjetë:</i></p>	<p><b><u>TESTIMI DHE MATJET NË SPORT</u></b>  <b>HYRJE</b> (Fazat e procesit të tersishem të testimit. Çka është e nevojshme për testin, Të mirat nga testimi, Faktoret te cilet mund të ken ndikim në rezultatet e testimit, Parimet e testimit)  <b>PJESA PRAKTIKE: Matja praktike e testit perkatës ne edukate fizike dhe sport.</b></p>
<p><i>Java e dymbëdhjetë-trembëdhjetë:</i></p>	<p><b><u>DEFINICIONI I EVALUIMIT</u></b>  Të dhënurat të cilat na mundëson evaluimi, (Çka fitojnë trajneret dhe sportistat me vlerësimin dhe evaluimin e aftësive fizike te sportistave, Raporti i rezultateve të testimit, Llojet e testimeve:1.Testet ne teren,2. Testet laboratorike  <b>PJESA PRAKTIKE: Definimi i evaluimit ne sportet perkatese dhe mundesia e realizimit evaluimit.</b></p>
<p><i>Java e katërbëdhjetë-pesëmbëdhjetë:</i></p>	<p><b>Testet funksionale- kardiovaskulare, respiratore. Ergonometria. Përcaktimi i lartësisë finale të rritjes. Vlerësimi i përgaditjes garuese. Testi i ngarkesave. Testet në teren. Testi i Laktatit – HR. Holter EKG . Dinamometria. Fleksibiliteti. Antropometria. Testet biokimike.</b>  <b>PJESA PRAKTIKE: Matjet antropometrike, funksionale, laboratorike dhe ne teren ne Edukate fizike dhe sport.</b></p>