

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

Të dhëna bazike të lëndës	
Njësia akademike:	FAKULTETI I EDUKIMIT FIZIK DHE I SPORTIT
Titulli i lëndës:	<u>MATJET DHE TESTIMET DHE NË SPORT</u>
Niveli:	BACHELOR
Statusi lëndës:	OBLIGATIVE
Viti i studimeve:	4 (katert)
Numri i orëve në javë:	2+1
Vlera në kredi – ECTS:	5 (pese)
Mësimdhënësi i lëndës:	Prof. Asst.Dr. Bahri Gjinovci
Detajet kontaktuese:	bahri.gjinovci@uni-pr.edu
Përshkrimi i lëndës	<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>
Qëllimet e lëndës:	<p>Kuptimi i matjeve dhe aplikimi i testimeve në sport. Aftesimi për përdorimin e metodologjisë 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>
Rezultatet e pritura të nxënies:	<ol style="list-style-type: none"> 1. Njohja me instrumentet e matjes dhe testimeve (pajisjen) që ka Laboratori Biomedicinal i FEFS. 2. Aftesimi në përdorimin e instrumenteve për hulumtimet aplikative në sportin përkatës sipas zgjidhjes së tyre. 3. Te analizoj rezultatat e matjeve dhe testimeve në sport dhe te aftësohet për interpretimin dhe paraqitjen e tyre.

Kontributi në ngarkesën e studentit (gjë që duhet të korrespondoj me rezultatet e të nxënit të studentit)			
Aktiviteti	Orë	Ditë/javë	Gjithësej
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
Metodologjia e mësimdhënies:	ligjerata, diskutime, punë në grupe – ushtrime laboratorike		
Metodat e vlerësimit:	Teststi 1 (20 pikë) Testi Praktik (15 pikë) Punimi Seminarik (10 pikë) Testi 2 (30 pikë) Pjesa praktike 2 (15 pikë) Vijushmeria, Semestri i (10 pikë) SUKSESI: 51-60 = 6(E) , 61-70= 7(D) , 71-80= 8(C) , 81-90= 9(B) , 91-100= 10(A)		
Literatura			
Literatura bazë:	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)		
Literatura shtesë:	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 mësimi:	
Java	Ligjerata që do të zhvillohet
<i>Java e parë-dytë:</i>	<p><u>I. TEORIA E MATJEVE</u></p> <p>MATJET-Hyrje : <i>Hapsira e shtrirjes se zbatimit te matjeve, Rëndësia e teorisë së matjeve, Detyrat e matjeve, Përbërja e Trupit.</i></p> <p>PJESA PRAKTIKE: Përcaktimi i strukturës së matjeve në Edukatë fizike dhe sport, Si te masim përbërjen e trupit</p>
<i>Java e tretë-katërt:</i>	<p>Variabla 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 variabla antropometrike.</p> <p>PJESA PRAKTIKE: Përshkrimi i variableve (ndryshoreve) në edukatë fizike dhe sport.</p>
<i>Java e pestë- gjashtë:</i>	<p>TESTIMET (Cka është testi, Karakteristikat e përgjithshme te testeve, Diskriminimi , Objektivitet, Homogjeniteti, Vlereshmeria, Sigureshmeria, Sigureshmeria faktoriale)</p> <p>PJESA PRAKTIKE:Vlersimi i karakteristikave te pergjithshme te nje testi.</p>
<i>Java e shtatë:</i>	<p>-TESTI 1</p> <p>-PJESA PRAKTIKE</p>
<i>Java e tetë:</i>	<p>SHKALLEZIMI-NORMATIZIMI I REZULTATEVE TE MATJEVE – TESTIMEVE 1. Hyrje, Llojet e shkallezimeve, <i>Shkallet e matjeve- permasave, Shkallet e matjeve- Intervale, Shkallet e matjeve- Ordinare)</i></p> <p>PJESA PRAKTIKE:Shkallzimi i rezultateve te një testi në edukatë fizike dhe sport.</p>
<i>Java e nëntë- dhjetë:</i>	<p>TSTIMET DHE MATJET QË APLIKOHEN NË SPORT (<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>)</p> <p>PJESA PRAKTIKE: Klasifikimi i testeve adekuate në sportet e veqanta.</p>

<p><i>Java e njëmbëdhjetë:</i></p>	<p><u>TESTIMI DHE MATJET NË SPORT</u> HYRJE (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) PJESA PRAKTIKE: Matja praktike e testit perkatës ne edukate fizike dhe sport.</p>
<p><i>Java e dymbëdhjetë-trembëdhjetë:</i></p>	<p><u>DEFINICIONI I EVALUIMIT</u> 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 PJESA PRAKTIKE: Definimi i evaluimit ne sportet perkatese dhe mundesia e realizimit evaluimit.</p>
<p><i>Java e katërmbëdhjetë-pesëmbëdhjetë:</i></p>	<p>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. PJESA PRAKTIKE: Matjet antropometrike, funksionale, laboratorike dhe ne teren ne Edukate fizike dhe sport.</p>